

Утверждаю  
 Директор школы  
 Д.В. Каримов/  
 "01" сентября 2023г.

Примерное циклическое 10-ти дневное меню в МБОУ Усть-Сарапульская ООШ  
 горячего школьного питания для организации питания детей 7-11 лет

| Источн<br>ик<br>№                      | Прием пищи,<br>наименование блюда | Масса<br>порции | Пищевые вещества, г |              |             | Энергет<br>ическая<br>ценност | Минеральные вещества, мг |              |              |            | Витамины ,мг |              |              |             |
|--|-----------------------------------|-----------------|---------------------|--------------|-------------|-------------------------------|--------------------------|--------------|--------------|------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
|  |                                   |                 | Б                   | Ж            | У           |                               | Ca                       | Mg           | P            | Fe         | B1           | C            | A            | Д           |
| 1                                      | 2                                 | 3               | 4                   | 5            | 6           | 7                             | 8                        | 9            | 10           | 11         | 12           | 13           | 14           | 15          |
| <b>День 1 Понедельник</b>              |                                   |                 |                     |              |             |                               |                          |              |              |            |              |              |              |             |
| <b>Неделя - первая</b>                 |                                   |                 |                     |              |             |                               |                          |              |              |            |              |              |              |             |
| <b>Сезон- осенне-зимний</b>            |                                   |                 |                     |              |             |                               |                          |              |              |            |              |              |              |             |
| <b>Возрастная категория - 7-11 лет</b> |                                   |                 |                     |              |             |                               |                          |              |              |            |              |              |              |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>                         |                                   |                 |                     |              |             |                               |                          |              |              |            |              |              |              |             |
| 117 Сб.                                | Омлет натуральный                 | 155             | 13,9                | 21,5         | 3,6         | 263,1                         | 120,2                    | 65,7         | 194,9        | 2,1        | 0,2          | 3,2          | 61,4         | 3,5         |
| 242 Сб.                                | Какао с молоком                   | 180             | 2,8                 | 2,6          | 13,3        | 78,6                          | 33,0                     | 10,5         | 67,5         | 0,4        | 0,4          | 0,0          | 0,1          | 0,0         |
|  | Хлеб пшеничный                    | 40              | 3,1                 | 0,6          | 15,1        | 94,0                          | 0,1                      | 0,0          | 0,0          | 0,9        | 13,2         | 77,6         | 22,8         | 0,9         |
|  | <b>Итого</b>                      | <b>375</b>      | <b>19,76</b>        | <b>24,63</b> | <b>32</b>   | <b>435,69</b>                 | <b>153,28</b>            | <b>76,18</b> | <b>262,4</b> | <b>3,4</b> | <b>13,79</b> | <b>80,78</b> | <b>84,26</b> | <b>4,36</b> |
| <b>ОБЕД</b>                            |                                   |                 |                     |              |             |                               |                          |              |              |            |              |              |              |             |
| 37 Сб.<br>Пермь<br>ОО                  | Суп картофельный с<br>бобовыми    | 200             | 1,9                 | 3,1          | 10,9        | 79,0                          | 19,2                     | 24,2         | 69,7         | 1,0        | 0,1          | 8,0          | 0,0          | 0,8         |
| 173 Сб.<br>Пермь                       | Плов из отварной птицы            | 210             | 24,3                | 20,7         | 33,7        | 418,4                         | 37,2                     | 14,0         | 111,2        | 1,3        | 0,1          | 9,2          | 0,0          | 1,4         |
| 271 Сб.                                | Чай с сахаром                     | 180             | 0,1                 | 0,0          | 10,9        | 44,0                          | 12,0                     | 6,0          | 0,0          | 0,8        | 0,0          | 0,0          | 0,0          | 0,0         |
|  | Хлеб ржано-пшеничный              | 50              | 3,1                 | 0,6          | 15,1        | 130,0                         | 0,2                      | 0,0          | 0,0          | 0,8        | 9,9          | 58,2         | 17,1         | 0,6         |
|  | Хлеб пшеничный                    | 60              | 3,1                 | 0,7          | 15,2        | 141,0                         | 0,1                      | 0,0          | 0,0          | 0,7        | 9,9          | 5,7          | 17,1         | 0,8         |
|  | <b>Итого</b>                      | <b>700,0</b>    | <b>32,5</b>         | <b>25,1</b>  | <b>85,8</b> | <b>812,4</b>                  | <b>68,6</b>              | <b>44,2</b>  | <b>180,9</b> | <b>4,5</b> | <b>20,0</b>  | <b>81,1</b>  | <b>34,2</b>  | <b>3,6</b>  |
| <b>ПОЛДНИК</b>                         |                                   |                 |                     |              |             |                               |                          |              |              |            |              |              |              |             |
| 283 Сб.                                | Булочка Дорожная                  | 60              | 4,1                 | 8,0          | 34,1        | 345,0                         | 37,2                     | 14,0         | 111,2        | 1,3        | 0,1          | 9,2          | 0,0          | 1,4         |

Утверждаю  
 Директор школы  
 /И.В. Каримов/

"01" октября 2023г.

Примерное цикличное 10-ти дневное меню в МБОУ Усть-Сарапульская ООШ  
 горячего школьного питания для организации питания детей 7-11 лет

| Источн<br>ик<br>№                      | Прием пищи,<br>наименование блюда        | Масса<br>порции | Пищевые вещества, г |             |              | Энергет<br>ическая<br>ценност | Минеральные вещества, мг |           |          |             | Витамины ,мг |             |             |            |
|--|--|-----------------|---------------------|-------------|--------------|-------------------------------|--------------------------|-----------|----------|-------------|--------------|-------------|-------------|------------|
|  |  |                 | Б                   | Ж           | У            |                               | Ca                       | Mg        | P        | Fe          | B1           | C           | A           | Д          |
| 1                                      | 2  | 3               | 4                   | 5           | 6            | 7                             | 8                        | 9         | 10       | 11          | 12           | 13          | 14          | 15         |
| <b>День 1 Понедельник</b>              |  |                 |                     |             |              |                               |                          |           |          |             |              |             |             |            |
| <b>Неделя - первая</b>                 |  |                 |                     |             |              |                               |                          |           |          |             |              |             |             |            |
| <b>Сезон- осенне-зимний</b>            |  |                 |                     |             |              |                               |                          |           |          |             |              |             |             |            |
| <b>Возрастная категория - 7-11 лет</b> |  |                 |                     |             |              |                               |                          |           |          |             |              |             |             |            |
| <b>ЗАВТРАК</b>                         |  |                 |                     |             |              |                               |                          |           |          |             |              |             |             |            |
| 124 Сб.<br>Пермь                       | Запеканка из творога                     | 155             | 22,0                | 9,1         | 21,9         | 257,3                         | 12,0                     | 6,0       | 0,0      | 0,8         | 0,0          | 0,0         | 0,0         | 0,0        |
| 271 Сб.                                | Чай с сахаром                            | 180             | 0,1                 | 0,0         | 10,9         | 44,0                          | 12,0                     | 6,0       | 0,0      | 0,8         | 0,0          | 0,0         | 0,0         | 0,0        |
|  | Хлеб пшеничный                           | 40              | 3,1                 | 0,6         | 15,1         | 94,0                          | 0,1                      | 0,0       | 0,0      | 0,9         | 13,2         | 77,6        | 22,8        | 0,9        |
|  | <b>Итого</b>                             | <b>375</b>      | <b>25,158</b>       | <b>9,67</b> | <b>47,81</b> | <b>395,32</b>                 | <b>24,08</b>             | <b>12</b> | <b>0</b> | <b>2,52</b> | <b>13,2</b>  | <b>77,6</b> | <b>22,8</b> | <b>0,9</b> |
| <b>ОБЕД</b>                            |  |                 |                     |             |              |                               |                          |           |          |             |              |             |             |            |
| 55 Сб.<br>Пермь<br>00г.                | Щи из свежей капусты с<br>картофелем     | 200             | 1,7                 | 5,1         | 8,5          | 86,3                          | 34,7                     | 21,8      | 38,1     | 0,6         | 0,2          | 22,8        | 0,0         | 2,0        |
| 182 Сб.<br>Пермь                       | Тефтели из говядины с<br>рисом ("ёжики") | 90              | 8,3                 | 12,2        | 8,5          | 176,7                         | 46,6                     | 22,7      | 113,3    | 1,8         | 0,3          | 0,9         | 40,8        | 0,6        |
| 198 Сб.<br>Пермь                       | Каша пшеничная<br>рассыпчатая            | 150             | 9,3                 | 5,3         | 36,9         | 231,8                         | 330,0                    | 90,0      | 278,0    | 5,3         | 0,2          | 2,4         | 0,0         | 3,4        |
| 271 Сб.                                | Чай с сахаром                            | 180             | 0,1                 | 0,0         | 10,9         | 44,0                          | 12,0                     | 6,0       | 0,0      | 0,8         | 0,0          | 0,0         | 0,0         | 0,0        |
|  | Хлеб ржано-пшеничный                     | 50              | 3,1                 | 0,6         | 15,1         | 130,0                         | 0,2                      | 0,0       | 0,0      | 0,8         | 9,9          | 58,2        | 17,1        | 0,6        |
|  | Хлеб пшеничный                           | 60              | 3,1                 | 0,7         | 15,2         | 141,0                         | 0,1                      | 0,0       | 0,0      | 0,7         | 9,9          | 5,7         | 17,1        | 0,8        |

|  |                        |               |              |             |               |               |               |              |               |             |              |              |             |            |
|--|------------------------|---------------|--------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|------------|
|  | <b>Итого</b>           | <b>730,0</b>  | <b>25,5</b>  | <b>23,9</b> | <b>95,0</b>   | <b>809,7</b>  | <b>423,5</b>  | <b>140,5</b> | <b>429,4</b>  | <b>10,0</b> | <b>20,6</b>  | <b>89,9</b>  | <b>75,1</b> | <b>7,4</b> |
|  | <b>ПОЛДНИК</b>         |               |              |             |               |               |               |              |               |             |              |              |             |            |
| 296 Сб.                                | Оладьи с джемом        | 165           | 9,4          | 8,6         | 81,4          | 440,6         | 37,2          | 14,0         | 111,2         | 1,3         | 0,1          | 9,2          | 0,0         | 1,4        |
| 255                                    | Компот из смеси        | 180           | 0,6          | 0,0         | 27,9          | 102,5         | 25,2          | 19,4         | 3,6           | 0,6         | 0,0          | 1,5          | 0,0         | 0,0        |
|  | <b>Итого</b>           | <b>345</b>    | <b>9,91</b>  | <b>8,63</b> | <b>109,28</b> | <b>543,15</b> | <b>62,4</b>   | <b>33,38</b> | <b>114,79</b> | <b>1,86</b> | <b>0,1</b>   | <b>10,71</b> | <b>0</b>    | <b>1,4</b> |
|  | <b>Итого за день</b>   | <b>1450,0</b> | <b>60,6</b>  | <b>42,2</b> | <b>252,1</b>  | <b>1748,2</b> | <b>510,0</b>  | <b>185,9</b> | <b>544,2</b>  | <b>14,3</b> | <b>33,9</b>  | <b>178,2</b> | <b>97,9</b> | <b>9,7</b> |
| <b>День 2 Вторник</b>                  |                        |               |              |             |               |               |               |              |               |             |              |              |             |            |
| <b>Неделя - первая</b>                 |                        |               |              |             |               |               |               |              |               |             |              |              |             |            |
| <b>Сезон- осенне-зимний</b>            |                        |               |              |             |               |               |               |              |               |             |              |              |             |            |
| <b>Возрастная категория - 7-11 лет</b> |                        |               |              |             |               |               |               |              |               |             |              |              |             |            |
|  | <b>ЗАВТРАК</b>         |               |              |             |               |               |               |              |               |             |              |              |             |            |
| 98 Сб.                                 | Каша манная молочная   | 155           | 4,7          | 6,1         | 23,6          | 168,2         | 121,5         | 29,5         | 29,4          | 1,6         | 0,0          | 1,1          | 15,1        | 1,5        |
| 258 Сб.                                | Кофейный напиток с     | 180           | 2,5          | 2,9         | 17,8          | 106,9         | 34,0          | 7,0          | 45,0          | 0,0         | 0,0          | 0,0          | 0,1         | 0,0        |
|  | Хлеб пшеничный         | 40            | 3,1          | 0,6         | 15,1          | 94,0          | 0,1           | 0,0          | 0,0           | 0,9         | 13,2         | 77,6         | 22,8        | 0,9        |
|  | <b>Итого</b>           | <b>375</b>    | <b>10,29</b> | <b>9,52</b> | <b>56,38</b>  | <b>369,13</b> | <b>155,58</b> | <b>36,5</b>  | <b>74,4</b>   | <b>2,52</b> | <b>13,25</b> | <b>78,66</b> | <b>38</b>   | <b>2,4</b> |
|  | <b>ОБЕД</b>            |               |              |             |               |               |               |              |               |             |              |              |             |            |
| 27 Сб.                                 | Борщ с капустой и      | 200           | 1,5          | 5,3         | 8,7           | 88,9          | 37,2          | 25,8         | 42,6          | 2,0         | 0,1          | 10,3         | 0,0         | 1,8        |
| 173 Сб.<br>Пермь                       | Плов из отварной птицы | 210           | 24,3         | 20,7        | 33,7          | 418,4         | 37,2          | 14,0         | 111,2         | 1,3         | 0,1          | 9,2          | 0,0         | 1,4        |
| 265 Сб.                                | Чай с лимоном          | 180           | 0,1          | 0,0         | 15,3          | 61,6          | 16,0          | 6,0          | 0,0           | 0,8         | 0,0          | 2,2          | 0,0         | 0,0        |
|  | Хлеб ржано-пшеничный   | 50            | 3,1          | 0,6         | 15,1          | 130,0         | 0,2           | 0,0          | 0,0           | 0,8         | 9,9          | 58,2         | 17,1        | 0,6        |
|  | Хлеб пшеничный         | 60            | 3,1          | 0,7         | 15,2          | 141,0         | 0,1           | 0,0          | 0,0           | 0,7         | 9,9          | 5,7          | 17,1        | 0,8        |
|  | <b>Итого</b>           | <b>700,0</b>  | <b>32,1</b>  | <b>27,3</b> | <b>88,0</b>   | <b>839,9</b>  | <b>90,6</b>   | <b>45,8</b>  | <b>153,8</b>  | <b>5,5</b>  | <b>20,0</b>  | <b>85,7</b>  | <b>34,2</b> | <b>4,6</b> |
|  | <b>ПОЛДНИК</b>         |               |              |             |               |               |               |              |               |             |              |              |             |            |
| 282 Сб.                                | Булочка Домашняя       | 60            | 4,4          | 7,1         | 36,8          | 228,2         | 37,2          | 14,0         | 111,2         | 1,3         | 0,1          | 9,2          | 0,0         | 1,4        |
| 271 Сб.                                | Чай с сахаром          | 180           | 0,1          | 0,0         | 10,9          | 44,0          | 12,0          | 6,0          | 0,0           | 0,8         | 0,0          | 0,0          | 0,0         | 0,0        |
|  | <b>Итого</b>           | <b>240</b>    | <b>4,478</b> | <b>7,07</b> | <b>47,65</b>  | <b>272,2</b>  | <b>49,2</b>   | <b>19,98</b> | <b>111,19</b> | <b>2,06</b> | <b>0,09</b>  | <b>9,23</b>  | <b>0</b>    | <b>1,4</b> |
|  | <b>Итого за день</b>   | <b>1315,0</b> | <b>46,9</b>  | <b>43,9</b> | <b>192,0</b>  | <b>1481,2</b> | <b>295,4</b>  | <b>102,3</b> | <b>339,4</b>  | <b>10,1</b> | <b>33,3</b>  | <b>173,6</b> | <b>72,2</b> | <b>8,4</b> |
| <b>День 3 Среда</b>                    |                        |               |              |             |               |               |               |              |               |             |              |              |             |            |
| <b>Неделя - первая</b>                 |                        |               |              |             |               |               |               |              |               |             |              |              |             |            |

| <b>Сезон- осенне-зимний</b>            |                               |               |              |              |              |               |               |              |               |             |              |              |              |             |
|--|-------------------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| <b>Возрастная категория - 7-11 лет</b> |                               |               |              |              |              |               |               |              |               |             |              |              |              |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>                         |                               |               |              |              |              |               |               |              |               |             |              |              |              |             |
| 93 Сб.                                 | Каша «Дружба»                 | 155           | 5,0          | 6,3          | 26,6         | 182,7         | 120,2         | 65,7         | 194,9         | 2,1         | 0,2          | 3,2          | 61,4         | 3,5         |
| 271 Сб.                                | Чай с сахаром                 | 180           | 0,1          | 0,0          | 10,9         | 44,0          | 12,0          | 6,0          | 0,0           | 0,8         | 0,0          | 0,0          | 0,0          | 0,0         |
|  | Хлеб пшеничный                | 40            | 3,1          | 0,6          | 15,1         | 94,0          | 0,1           | 0,0          | 0,0           | 0,9         | 13,2         | 77,6         | 22,8         | 0,9         |
|  | <b>Итого</b>                  | <b>375</b>    | <b>8,148</b> | <b>6,86</b>  | <b>52,51</b> | <b>320,65</b> | <b>132,28</b> | <b>71,68</b> | <b>194,9</b>  | <b>3,8</b>  | <b>13,39</b> | <b>80,78</b> | <b>84,2</b>  | <b>4,36</b> |
| <b>ОБЕД</b>                            |                               |               |              |              |              |               |               |              |               |             |              |              |              |             |
| 34 Сб.<br>Пермь                        | Рассольник Ленинградский      | 200           | 4,0          | 9,0          | 25,9         | 119,7         | 47,3          | 28,3         | 72,0          | 1,0         | 0,1          | 13,8         | 0,0          | 1,0         |
| 143 Сб.<br>Пермь                       | Котлета или биточки<br>рыбные | 90            | 12,4         | 2,3          | 8,2          | 103,1         | 41,7          | 27,1         | 154,3         | 1,4         | 0,2          | 9,2          | 11,3         | 1,6         |
| 204 Сб.                                | Макаронные изделия            | 150           | 5,5          | 5,3          | 35,3         | 211,1         | 26,2          | 8,8          | 55,9          | 1,7         | 0,1          | 0,0          | 31,5         | 1,2         |
| 255                                    | Компот из смеси               | 180           | 0,5          | 0,0          | 25,1         | 103,4         | 25,2          | 19,4         | 3,6           | 0,6         | 0,0          | 1,5          | 0,0          | 0,0         |
|  | Хлеб ржано-пшеничный          | 50            | 3,1          | 0,6          | 15,1         | 130,0         | 0,2           | 0,0          | 0,0           | 0,8         | 9,9          | 58,2         | 17,1         | 0,6         |
|  | Хлеб пшеничный                | 60            | 3,1          | 0,7          | 15,2         | 141,0         | 0,1           | 0,0          | 0,0           | 0,7         | 9,9          | 5,7          | 17,1         | 0,8         |
|  | <b>Итого</b>                  | <b>730,0</b>  | <b>28,7</b>  | <b>17,9</b>  | <b>124,8</b> | <b>808,4</b>  | <b>140,6</b>  | <b>83,6</b>  | <b>285,8</b>  | <b>6,1</b>  | <b>20,2</b>  | <b>88,4</b>  | <b>77,0</b>  | <b>5,2</b>  |
| <b>ПОЛДНИК</b>                         |                               |               |              |              |              |               |               |              |               |             |              |              |              |             |
| 309 Сб.                                | Шанежка с картофелем          | 60            | 6,0          | 6,5          | 34,6         | 221,0         | 37,2          | 14,0         | 111,2         | 1,3         | 0,1          | 9,2          | 0,0          | 1,4         |
| 260 Сб.                                | Молоко кипяченое              | 180           | 5,1          | 5,8          | 8,5          | 105,7         | 12,0          | 6,0          | 0,0           | 0,8         | 0,0          | 0,0          | 0,0          | 0,0         |
|  | <b>Итого</b>                  | <b>240</b>    | <b>11,09</b> | <b>12,27</b> | <b>43,02</b> | <b>326,7</b>  | <b>49,2</b>   | <b>19,98</b> | <b>111,19</b> | <b>2,06</b> | <b>0,09</b>  | <b>9,23</b>  | <b>0</b>     | <b>1,4</b>  |
|  | <b>Итого за день</b>          | <b>1345,0</b> | <b>47,9</b>  | <b>37,1</b>  | <b>220,3</b> | <b>1455,7</b> | <b>322,1</b>  | <b>175,2</b> | <b>591,9</b>  | <b>12,0</b> | <b>33,7</b>  | <b>178,4</b> | <b>161,2</b> | <b>11,0</b> |
| <b>День 4 Четверг</b>                  |                               |               |              |              |              |               |               |              |               |             |              |              |              |             |
| <b>Неделя - первая</b>                 |                               |               |              |              |              |               |               |              |               |             |              |              |              |             |
| <b>Сезон- осенне-зимний</b>            |                               |               |              |              |              |               |               |              |               |             |              |              |              |             |
| <b>Возрастная категория - 7-11 лет</b> |                               |               |              |              |              |               |               |              |               |             |              |              |              |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>                         |                               |               |              |              |              |               |               |              |               |             |              |              |              |             |
| 45 Сб.                                 | Суп молочный с                | 200           | 5,6          | 6,1          | 19,7         | 156,0         | 284,8         | 24,1         | 138,0         | 0,5         | 0,1          | 8,9          | 30,6         | 0,3         |
| 247 Сб.                                | Кисель из концентрата         | 180           | 1,2          | 0,0          | 26,1         | 104,7         | 14,0          | 4,2          | 9,1           | 0,1         | 0,0          | 1,8          | 0,0          | 0,0         |
|  | Хлеб пшеничный                | 40            | 3,1          | 0,6          | 15,1         | 94,0          | 0,1           | 0,0          | 0,0           | 0,9         | 13,2         | 77,6         | 22,8         | 0,9         |
|  | <b>Итого</b>                  | <b>420</b>    | <b>9,89</b>  | <b>6,68</b>  | <b>60,95</b> | <b>354,67</b> | <b>298,86</b> | <b>28,3</b>  | <b>147,04</b> | <b>1,57</b> | <b>13,3</b>  | <b>88,34</b> | <b>53,4</b>  | <b>1,22</b> |

| <b>ОБЕД</b>                            |  |               |              |             |              |               |              |              |              |             |              |              |             |             |
|--|--|---------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|-------------|-------------|
| 43 Сб.                                 | Суп Крестьянский с                       | 200           | 1,5          | 2,3         | 10,1         | 92,2          | 34,7         | 21,8         | 38,1         | 0,6         | 0,2          | 22,8         | 0,0         | 2,0         |
| 193 Сб.<br>Пермь                       | Суфле из кур                             | 90            | 29,6         | 34,3        | 2,0          | 434,7         | 41,7         | 27,1         | 154,3        | 1,4         | 0,2          | 9,2          | 11,3        | 1,6         |
| 201 Сб.                                | Рис отварной                             | 150           | 3,9          | 5,1         | 40,3         | 225,2         | 330,0        | 90,0         | 278,0        | 5,3         | 0,2          | 2,4          | 0,0         | 3,4         |
| 271 Сб.                                | Чай с сахаром                            | 180           | 0,1          | 0,0         | 10,9         | 44,0          | 12,0         | 6,0          | 0,0          | 0,8         | 0,0          | 0,0          | 0,0         | 0,0         |
|  | Хлеб ржано-пшеничный                     | 50            | 3,1          | 0,6         | 15,1         | 130,0         | 0,2          | 0,0          | 0,0          | 0,8         | 9,9          | 58,2         | 17,1        | 0,6         |
|  | Хлеб пшеничный                           | 60            | 3,1          | 0,7         | 15,2         | 141,0         | 0,1          | 0,0          | 0,0          | 0,7         | 9,9          | 5,7          | 17,1        | 0,8         |
|  | <b>Итого</b>                             | <b>730,0</b>  | <b>41,3</b>  | <b>42,9</b> | <b>93,5</b>  | <b>1067,1</b> | <b>418,6</b> | <b>144,9</b> | <b>470,4</b> | <b>9,5</b>  | <b>20,5</b>  | <b>98,3</b>  | <b>45,5</b> | <b>8,4</b>  |
| <b>ПОЛДНИК</b>                         |  |               |              |             |              |               |              |              |              |             |              |              |             |             |
| 304                                    | Пирожок с капустой                       | 60            | 4,6          | 3,9         | 28,9         | 169,3         | 37,2         | 14,0         | 111,2        | 1,3         | 0,1          | 9,2          | 0,0         | 1,4         |
| 271 Сб.                                | Чай с сахаром                            | 180           | 0,1          | 0,0         | 10,9         | 44,0          | 12,0         | 6,0          | 0,0          | 0,8         | 0,0          | 0,0          | 0,0         | 0,0         |
|  | <b>Итого</b>                             | <b>240,0</b>  | <b>4,7</b>   | <b>3,9</b>  | <b>39,8</b>  | <b>213,3</b>  | <b>49,2</b>  | <b>20,0</b>  | <b>111,2</b> | <b>2,1</b>  | <b>0,1</b>   | <b>9,2</b>   | <b>0,0</b>  | <b>1,4</b>  |
|  | <b>Итого за день</b>                     | <b>1390,0</b> | <b>56,0</b>  | <b>53,5</b> | <b>194,2</b> | <b>1635,1</b> | <b>766,6</b> | <b>193,2</b> | <b>728,6</b> | <b>13,2</b> | <b>33,8</b>  | <b>195,9</b> | <b>98,9</b> | <b>11,0</b> |
| <b>День 5 Пятница</b>                  |  |               |              |             |              |               |              |              |              |             |              |              |             |             |
| <b>Неделя - первая</b>                 |  |               |              |             |              |               |              |              |              |             |              |              |             |             |
| <b>Сезон- осенне-зимний</b>            |  |               |              |             |              |               |              |              |              |             |              |              |             |             |
| <b>Возрастная категория - 7-11 лет</b> |  |               |              |             |              |               |              |              |              |             |              |              |             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>                         |  |               |              |             |              |               |              |              |              |             |              |              |             |             |
| 95 Сб.                                 | Каша гречневая вязкая на                 | 155           | 6,0          | 6,2         | 26,6         | 186,5         | 74,3         | 85,5         | 111,9        | 2,5         | 0,1          | 0,0          | 15,1        | 2,5         |
| 271 Сб.                                | Чай с сахаром                            | 180           | 0,1          | 0,0         | 10,9         | 44,0          | 12,0         | 6,0          | 0,0          | 0,8         | 0,0          | 0,0          | 0,0         | 0,0         |
|  | Хлеб пшеничный                           | 40            | 3,1          | 0,6         | 15,1         | 94,0          | 0,1          | 0,0          | 0,0          | 0,9         | 13,2         | 77,6         | 22,8        | 0,9         |
|  | <b>Итого</b>                             | <b>375</b>    | <b>9,208</b> | <b>6,78</b> | <b>52,53</b> | <b>324,49</b> | <b>86,4</b>  | <b>91,5</b>  | <b>111,9</b> | <b>4,21</b> | <b>13,31</b> | <b>77,6</b>  | <b>37,9</b> | <b>3,4</b>  |
| <b>ОБЕД</b>                            |  |               |              |             |              |               |              |              |              |             |              |              |             |             |
| 39 Сб.<br>Пермь                        | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200           | 2,3          | 2,3         | 17,4         | 99,3          | 19,7         | 24,2         | 53,3         | 1,1         | 0,1          | 6,6          | 0,0         | 1,8         |
| 185 Сб.<br>Пермь                       | Колбаски детские отварные                | 90            | 7,9          | 19,3        | 1,3          | 215,7         | 56,8         | 21,3         | 169,7        | 1,9         | 0,0          | 14,1         | 0,0         | 1,0         |

|  |  |               |              |             |              |               |               |              |              |             |              |              |              |             |
|--|--|---------------|--------------|-------------|--------------|---------------|---------------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| 216,210<br>Сб.<br>Пермь                | Сложный гарнир: капуста тушеная, картофельное пюре | 200           | 3,6          | 5,5         | 21,8         | 146,0         | 26,2          | 8,8          | 55,9         | 1,7         | 0,1          | 0,0          | 31,5         | 1,2         |
| 256 Сб.                                | Компот из яблок с                                  | 180           | 0,2          | 0,2         | 22,8         | 93,8          | 25,2          | 19,4         | 3,6          | 0,6         | 0,0          | 1,1          | 0,0          | 0,0         |
|  | Хлеб ржано-пшеничный                               | 40            | 3,1          | 0,6         | 15,1         | 94,0          | 0,2           | 0,0          | 0,0          | 0,8         | 9,9          | 58,2         | 17,1         | 0,6         |
|  | Хлеб пшеничный                                     | 40            | 3,1          | 0,7         | 15,2         | 81,0          | 0,1           | 0,0          | 0,0          | 0,7         | 9,9          | 5,7          | 17,1         | 0,8         |
|  | <b>Итого</b>                                       | <b>750,0</b>  | <b>20,2</b>  | <b>28,5</b> | <b>93,7</b>  | <b>729,6</b>  | <b>128,0</b>  | <b>73,8</b>  | <b>282,5</b> | <b>6,7</b>  | <b>20,1</b>  | <b>85,7</b>  | <b>65,7</b>  | <b>5,4</b>  |
|  | <b>ПОЛДНИК</b>                                     |               |              |             |              |               |               |              |              |             |              |              |              |             |
| 288                                    | Сдоба обыкновенная                                 | 60            | 4,7          | 3,7         | 35,3         | 193,0         | 37,2          | 14,0         | 111,2        | 1,3         | 0,1          | 9,2          | 0,0          | 1,4         |
| 271 Сб.                                | Чай с сахаром                                      | 180           | 0,1          | 0,0         | 10,9         | 44,0          | 12,0          | 6,0          | 0,0          | 0,8         | 0,0          | 0,0          | 0,0          | 0,0         |
|  | <b>Итого</b>                                       | <b>240,0</b>  | <b>4,8</b>   | <b>3,7</b>  | <b>46,2</b>  | <b>237,0</b>  | <b>49,2</b>   | <b>20,0</b>  | <b>111,2</b> | <b>2,1</b>  | <b>0,1</b>   | <b>9,2</b>   | <b>0,0</b>   | <b>1,4</b>  |
|  | <b>Итого за день</b>                               | <b>1365,0</b> | <b>34,3</b>  | <b>39,0</b> | <b>192,3</b> | <b>1291,1</b> | <b>263,6</b>  | <b>185,3</b> | <b>505,6</b> | <b>13,0</b> | <b>33,5</b>  | <b>172,5</b> | <b>103,6</b> | <b>10,2</b> |
| <b>День 6 Понедельник</b>              |  |               |              |             |              |               |               |              |              |             |              |              |              |             |
| <b>Неделя - вторая</b>                 |  |               |              |             |              |               |               |              |              |             |              |              |              |             |
| <b>Сезон- осенне-зимний</b>            |  |               |              |             |              |               |               |              |              |             |              |              |              |             |
| <b>Возрастная категория - 7-11 лет</b> |  |               |              |             |              |               |               |              |              |             |              |              |              |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>                         |  |               |              |             |              |               |               |              |              |             |              |              |              |             |
| 105 Сб.                                | Каша рисовая молочная                              | 155           | 3,9          | 5,0         | 24,7         | 159,2         | 147,0         | 26,4         | 50,6         | 1,0         | 0,0          | 0,9          | 18,0         | 2,0         |
| 242 Сб.                                | Какао с молоком                                    | 180           | 3,4          | 3,5         | 23,4         | 138,7         | 14,0          | 4,2          | 9,1          | 0,1         | 0,0          | 1,8          | 0,0          | 0,0         |
|  | Хлеб пшеничный                                     | 40            | 3,1          | 0,6         | 15,1         | 94,0          | 0,1           | 0,0          | 0,0          | 0,9         | 13,2         | 77,6         | 22,8         | 0,9         |
|  | <b>Итого</b>                                       | <b>375</b>    | <b>10,37</b> | <b>9,07</b> | <b>63,16</b> | <b>391,86</b> | <b>161,06</b> | <b>30,56</b> | <b>59,66</b> | <b>2,09</b> | <b>13,23</b> | <b>80,33</b> | <b>40,8</b>  | <b>2,85</b> |
| <b>ОБЕД</b>                            |  |               |              |             |              |               |               |              |              |             |              |              |              |             |
| 27 Сб.<br>Пермь                        | Борщ с капустой и картофелем                       | 200           | 1,5          | 5,3         | 8,7          | 88,9          | 37,2          | 25,8         | 42,6         | 2,0         | 0,1          | 10,3         | 0,0          | 1,8         |
| 190 Сб.                                | Курица в соусе с томатом                           | 90            | 25,9         | 31,3        | 4,1          | 401,7         | 52,7          | 37,5         | 129,9        | 3,2         | 0,1          | 7,3          | 40,4         | 0,8         |
| 204 Сб.                                | Макаронные изделия                                 | 150           | 5,5          | 5,3         | 35,3         | 211,1         | 26,2          | 8,8          | 55,9         | 1,7         | 0,1          | 0,0          | 31,5         | 1,2         |
| 271 Сб.                                | Чай с сахаром                                      | 180           | 0,1          | 0,0         | 10,9         | 44,0          | 12,0          | 6,0          | 0,0          | 0,8         | 0,0          | 0,0          | 0,0          | 0,0         |
|  | Хлеб ржано-пшеничный                               | 50            | 3,1          | 0,6         | 15,1         | 130,0         | 0,2           | 0,0          | 0,0          | 0,8         | 9,9          | 58,2         | 17,1         | 0,6         |
|  | Хлеб пшеничный                                     | 60            | 3,1          | 0,7         | 15,2         | 141,0         | 0,1           | 0,0          | 0,0          | 0,7         | 9,9          | 5,7          | 17,1         | 0,8         |
|  | <b>Итого</b>                                       | <b>730,0</b>  | <b>39,3</b>  | <b>43,2</b> | <b>89,2</b>  | <b>1016,7</b> | <b>128,3</b>  | <b>78,1</b>  | <b>228,4</b> | <b>9,1</b>  | <b>20,1</b>  | <b>81,5</b>  | <b>106,2</b> | <b>5,2</b>  |
| <b>ПОЛДНИК</b>                         |  |               |              |             |              |               |               |              |              |             |              |              |              |             |
|  | Пряники Ночка                                      | 37            | 2,6          | 3,0         | 14,1         | 136,9         | 37,2          | 14,0         | 111,2        | 1,3         | 0,1          | 9,2          | 0,0          | 1,4         |
| 271 Сб.                                | Чай с сахаром                                      | 180           | 0,1          | 0,0         | 10,9         | 44,0          | 12,0          | 6,0          | 0,0          | 0,8         | 0,0          | 0,0          | 0,0          | 0,0         |

|  |  |               |              |             |              |               |               |              |              |             |              |              |              |             |
|--|--|---------------|--------------|-------------|--------------|---------------|---------------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
|  | <b>Итого</b>                                   | <b>217,0</b>  | <b>2,7</b>   | <b>3,0</b>  | <b>24,9</b>  | <b>180,9</b>  | <b>49,2</b>   | <b>20,0</b>  | <b>111,2</b> | <b>2,1</b>  | <b>0,1</b>   | <b>9,2</b>   | <b>0,0</b>   | <b>1,4</b>  |
|  | <b>Итого за день</b>                           | <b>1322,0</b> | <b>52,4</b>  | <b>55,3</b> | <b>177,3</b> | <b>1589,5</b> | <b>338,5</b>  | <b>128,7</b> | <b>399,2</b> | <b>13,2</b> | <b>33,4</b>  | <b>171,1</b> | <b>147,0</b> | <b>9,4</b>  |
| <b>День 7 Вторник</b>                  |  |               |              |             |              |               |               |              |              |             |              |              |              |             |
| <b>Неделя - вторая</b>                 |  |               |              |             |              |               |               |              |              |             |              |              |              |             |
| <b>Сезон- осенне-зимний</b>            |  |               |              |             |              |               |               |              |              |             |              |              |              |             |
| <b>Возрастная категория - 7-11 лет</b> |  |               |              |             |              |               |               |              |              |             |              |              |              |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>                         |  |               |              |             |              |               |               |              |              |             |              |              |              |             |
| 99 Сб.<br>Пермь<br>00 г.               | Каша молочная пшеничная<br>(кукурузная) жидкая | 155           | 5,6          | 6,1         | 26,7         | 184,8         | 118,6         | 36,3         | 29,2         | 1,2         | 0,0          | 0,9          | 15,2         | 1,4         |
| 271 Сб.                                | Чай с сахаром                                  | 180           | 0,1          | 0,0         | 10,9         | 44,0          | 12,0          | 6,0          | 0,0          | 0,8         | 0,0          | 0,0          | 0,0          | 0,0         |
|  | Хлеб пшеничный                                 | 40            | 3,1          | 0,6         | 15,1         | 94,0          | 0,1           | 0,0          | 0,0          | 0,9         | 13,2         | 77,6         | 22,8         | 0,9         |
|  | <b>Итого</b>                                   | <b>375</b>    | <b>8,828</b> | <b>6,67</b> | <b>52,66</b> | <b>322,78</b> | <b>130,68</b> | <b>42,29</b> | <b>29,24</b> | <b>2,92</b> | <b>13,23</b> | <b>78,5</b>  | <b>38</b>    | <b>2,26</b> |
| <b>ОБЕД</b>                            |  |               |              |             |              |               |               |              |              |             |              |              |              |             |
| 38 Сб.<br>Пермь                        | Суп картофельный с<br>клецками                 | 200           | 3,0          | 2,6         | 13,5         | 89,6          | 34,7          | 21,8         | 38,1         | 0,6         | 0,2          | 22,8         | 0,0          | 2,0         |
| 171 Сб.<br>Пермь                       | Котлета мясная                                 | 90            | 12,8         | 14,1        | 6,9          | 212,1         | 46,6          | 22,7         | 113,3        | 1,8         | 0,3          | 0,9          | 40,8         | 0,6         |
| 115 Сб.<br>Пермь                       | Пюре из гороха с маслом                        | 155           | 17,5         | 3,9         | 38,5         | 248,6         | 26,2          | 8,8          | 55,9         | 1,7         | 0,1          | 0,0          | 31,5         | 1,2         |
| 271 Сб.                                | Чай с сахаром                                  | 180           | 0,1          | 0,0         | 10,9         | 44,0          | 12,0          | 6,0          | 0,0          | 0,8         | 0,0          | 0,0          | 0,0          | 0,0         |
|  | Хлеб ржано-пшеничный                           | 50            | 3,1          | 0,6         | 15,1         | 130,0         | 0,2           | 0,0          | 0,0          | 0,8         | 9,9          | 58,2         | 17,1         | 0,6         |
|  | Хлеб пшеничный                                 | 60            | 3,1          | 0,7         | 15,2         | 141,0         | 0,1           | 0,0          | 0,0          | 0,7         | 9,9          | 5,7          | 17,1         | 0,8         |
|  | <b>Итого</b>                                   | <b>735,0</b>  | <b>39,6</b>  | <b>21,9</b> | <b>100,0</b> | <b>865,3</b>  | <b>119,6</b>  | <b>59,3</b>  | <b>207,3</b> | <b>6,4</b>  | <b>20,4</b>  | <b>87,5</b>  | <b>106,5</b> | <b>5,2</b>  |
| <b>ПОЛДНИК</b>                         |  |               |              |             |              |               |               |              |              |             |              |              |              |             |
| 290 Сб.                                | Слойка с повидлом                              | 60            | 4,5          | 11,4        | 37,5         | 144,2         | 37,2          | 14,0         | 111,2        | 1,3         | 0,1          | 9,2          | 0,0          | 1,4         |
| 271 Сб.                                | Чай с сахаром                                  | 180           | 0,1          | 0,0         | 10,9         | 44,0          | 12,0          | 6,0          | 0,0          | 0,8         | 0,0          | 0,0          | 0,0          | 0,0         |
|  | <b>Итого</b>                                   | <b>240,0</b>  | <b>4,6</b>   | <b>11,4</b> | <b>48,4</b>  | <b>188,2</b>  | <b>49,2</b>   | <b>20,0</b>  | <b>111,2</b> | <b>2,1</b>  | <b>0,1</b>   | <b>9,2</b>   | <b>0,0</b>   | <b>1,4</b>  |
|  | <b>Итого за день</b>                           | <b>1350,0</b> | <b>53,0</b>  | <b>39,9</b> | <b>201,1</b> | <b>1376,3</b> | <b>299,5</b>  | <b>121,6</b> | <b>347,7</b> | <b>11,4</b> | <b>33,7</b>  | <b>175,3</b> | <b>144,5</b> | <b>8,9</b>  |
| <b>День 8 Среда</b>                    |  |               |              |             |              |               |               |              |              |             |              |              |              |             |
| <b>Неделя - вторая</b>                 |  |               |              |             |              |               |               |              |              |             |              |              |              |             |

| <b>Сезон- осенне-зимний</b>            |                             |             |               |              |               |                |               |               |               |              |               |              |             |             |
|--|-----------------------------|-------------|---------------|--------------|---------------|----------------|---------------|---------------|---------------|--------------|---------------|--------------|-------------|-------------|
| <b>Возрастная категория - 7-11 лет</b> |                             |             |               |              |               |                |               |               |               |              |               |              |             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>                         |                             |             |               |              |               |                |               |               |               |              |               |              |             |             |
| 100 Сб.                                | Каша овсяная из             | 155         | 4,8           | 6,7          | 19,3          | 157,1          | 78,8          | 195,4         | 118,2         | 5,5          | 0,1           | 0,0          | 1,1         | 2,4         |
| 258 Сб.                                | Кофейный напиток с          | 180         | 2,5           | 2,9          | 17,8          | 106,9          | 34,0          | 7,0           | 45,0          | 0,0          | 0,0           | 0,0          | 0,1         | 0,0         |
|  | Хлеб пшеничный              | 40          | 3,1           | 0,6          | 15,1          | 94,0           | 0,1           | 0,0           | 0,0           | 0,9          | 13,2          | 77,6         | 22,8        | 0,9         |
|  | <b>Итого</b>                | <b>375</b>  | <b>10,39</b>  | <b>10,17</b> | <b>52,13</b>  | <b>358,03</b>  | <b>112,86</b> | <b>202,4</b>  | <b>163,2</b>  | <b>6,37</b>  | <b>13,33</b>  | <b>77,6</b>  | <b>24</b>   | <b>3,3</b>  |
| <b>ОБЕД</b>                            |                             |             |               |              |               |                |               |               |               |              |               |              |             |             |
| 37 Сб.<br>Пермь                        | Суп картофельный с бобовыми | 200         | 1,9           | 3,1          | 10,9          | 79,0           | 19,2          | 24,2          | 69,7          | 1,0          | 0,1           | 8,0          | 0,0         | 0,8         |
| 148 Сб.                                | Рыба запеченая в омлете     | 90          | 16,5          | 10,3         | 5,0           | 178,4          | 41,7          | 27,1          | 154,3         | 1,4          | 0,2           | 9,2          | 11,3        | 1,6         |
| 201 Сб.                                | Рис отварной                | 150         | 3,9           | 5,1          | 40,3          | 225,2          | 330,0         | 90,0          | 278,0         | 5,3          | 0,2           | 2,4          | 0,0         | 3,4         |
| 255                                    | Компот из смеси             | 180         | 0,5           | 0,0          | 25,1          | 103,4          | 25,2          | 19,4          | 3,6           | 0,6          | 0,0           | 1,5          | 0,0         | 0,0         |
|  | Хлеб ржано-пшеничный        | 50          | 3,1           | 0,6          | 15,1          | 130,0          | 0,2           | 0,0           | 0,0           | 0,8          | 9,9           | 58,2         | 17,1        | 0,6         |
|  | Хлеб пшеничный              | 60          | 3,1           | 0,7          | 15,2          | 141,0          | 0,1           | 0,0           | 0,0           | 0,7          | 9,9           | 5,7          | 17,1        | 0,8         |
|  | <b>Итого</b>                | <b>730</b>  | <b>28,97</b>  | <b>19,78</b> | <b>111,56</b> | <b>857,06</b>  | <b>416,33</b> | <b>160,73</b> | <b>505,65</b> | <b>9,727</b> | <b>20,335</b> | <b>84,99</b> | <b>45,5</b> | <b>7,2</b>  |
| <b>ПОЛДНИК</b>                         |                             |             |               |              |               |                |               |               |               |              |               |              |             |             |
| 283 Сб.                                | Булочка Дорожная            | 60          | 4,1           | 8,0          | 34,1          | 345,0          | 37,2          | 14,0          | 111,2         | 1,3          | 0,1           | 9,2          | 0,0         | 1,4         |
| 271 Сб.                                | Чай с сахаром               | 180         | 0,1           | 0,0          | 10,9          | 44,0           | 12,0          | 6,0           | 0,0           | 0,8          | 0,0           | 0,0          | 0,0         | 0,0         |
|  | <b>Итого</b>                | <b>240</b>  | <b>4,238</b>  | <b>8</b>     | <b>44,97</b>  | <b>389</b>     | <b>49,2</b>   | <b>19,98</b>  | <b>111,19</b> | <b>2,06</b>  | <b>0,09</b>   | <b>9,23</b>  | <b>0</b>    | <b>1,4</b>  |
|  | <b>Итого за день</b>        | <b>1345</b> | <b>43,598</b> | <b>37,95</b> | <b>208,66</b> | <b>1604,09</b> | <b>578,39</b> | <b>383,11</b> | <b>780,04</b> | <b>18,16</b> | <b>33,755</b> | <b>171,8</b> | <b>69,5</b> | <b>11,9</b> |
| <b>День 9 Четверг</b>                  |                             |             |               |              |               |                |               |               |               |              |               |              |             |             |
| <b>Неделя - вторая</b>                 |                             |             |               |              |               |                |               |               |               |              |               |              |             |             |
| <b>Сезон- осенне-зимний</b>            |                             |             |               |              |               |                |               |               |               |              |               |              |             |             |
| <b>Возрастная категория - 7-11 лет</b> |                             |             |               |              |               |                |               |               |               |              |               |              |             |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>                         |                             |             |               |              |               |                |               |               |               |              |               |              |             |             |
| 117 Сб.                                | Омлет натуральный           | 155         | 13,9          | 21,5         | 3,6           | 263,1          | 120,2         | 65,7          | 194,9         | 2,1          | 0,2           | 3,2          | 61,4        | 3,5         |
| 269 Сб.                                | Чай с молоком               | 180         | 2,8           | 2,6          | 13,3          | 78,6           | 33,0          | 10,5          | 67,5          | 0,4          | 0,0           | 0,0          | 0,1         | 0,0         |
|  | Хлеб пшеничный              | 40          | 3,1           | 0,6          | 15,1          | 94,0           | 0,1           | 0,0           | 0,0           | 0,9          | 13,2          | 77,6         | 22,8        | 0,9         |
|  | <b>Итого</b>                | <b>375</b>  | <b>19,75</b>  | <b>24,58</b> | <b>31,97</b>  | <b>435,69</b>  | <b>153,28</b> | <b>76,18</b>  | <b>262,4</b>  | <b>3,4</b>   | <b>13,41</b>  | <b>80,78</b> | <b>84,2</b> | <b>4,36</b> |
| <b>ОБЕД</b>                            |                             |             |               |              |               |                |               |               |               |              |               |              |             |             |



|                  |  |               |              |             |              |               |               |              |               |             |              |              |              |             |
|------------------|--|---------------|--------------|-------------|--------------|---------------|---------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| 63 Сб.<br>Пермь  | Суп картофельный с<br>крупой и рыбными | 200           | 5,0          | 6,6         | 14,7         | 136,8         | 19,7          | 24,2         | 53,3          | 1,1         | 0,1          | 6,6          | 0,0          | 1,8         |
| 178 Сб.          | Руллет мясной                          | 90            | 13,3         | 9,0         | 5,4          | 155,3         | 46,6          | 22,7         | 113,3         | 1,8         | 0,3          | 0,9          | 40,8         | 0,6         |
| 216 Сб.          | Картофельное пюре                      | 150           | 3,2          | 6,1         | 23,3         | 160,5         | 26,2          | 8,8          | 55,9          | 1,7         | 0,1          | 0,0          | 31,5         | 1,2         |
| 265 Сб.          | Чай с лимоном                          | 180           | 0,1          | 0,0         | 15,3         | 61,6          | 16,0          | 6,0          | 0,0           | 0,8         | 0,0          | 2,2          | 0,0          | 0,0         |
|                  | Хлеб ржано-пшеничный                   | 50            | 3,1          | 0,6         | 15,1         | 130,0         | 0,2           | 0,0          | 0,0           | 0,8         | 9,9          | 58,2         | 17,1         | 0,6         |
|                  | Хлеб пшеничный                         | 60            | 3,1          | 0,7         | 15,2         | 141,0         | 0,1           | 0,0          | 0,0           | 0,7         | 9,9          | 5,7          | 17,1         | 0,8         |
|                  | <b>Итого</b>                           | <b>730,0</b>  | <b>27,7</b>  | <b>22,9</b> | <b>89,0</b>  | <b>785,1</b>  | <b>108,7</b>  | <b>61,8</b>  | <b>222,5</b>  | <b>6,8</b>  | <b>20,3</b>  | <b>73,6</b>  | <b>106,5</b> | <b>5,0</b>  |
|                  | <b>ПОЛДНИК</b>                         |               |              |             |              |               |               |              |               |             |              |              |              |             |
| 304 Сб.          | Пирожок с рисом                        | 60            | 4,6          | 3,9         | 28,9         | 169,3         | 37,2          | 14,0         | 111,2         | 1,3         | 0,1          | 9,2          | 0,0          | 1,4         |
| 256 Сб.          | Компот из яблок с                      | 180           | 0,2          | 0,2         | 22,8         | 93,8          | 25,2          | 19,4         | 3,6           | 0,6         | 0,0          | 1,1          | 0,0          | 0,0         |
|                  | <b>Итого</b>                           | <b>240</b>    | <b>4,86</b>  | <b>4,11</b> | <b>51,74</b> | <b>263,06</b> | <b>62,4</b>   | <b>33,38</b> | <b>114,79</b> | <b>1,86</b> | <b>0,1</b>   | <b>10,31</b> | <b>0</b>     | <b>1,4</b>  |
|                  | <b>Итого за день</b>                   | <b>1345,0</b> | <b>52,3</b>  | <b>51,6</b> | <b>172,7</b> | <b>1483,9</b> | <b>324,3</b>  | <b>171,3</b> | <b>599,7</b>  | <b>12,1</b> | <b>33,8</b>  | <b>164,7</b> | <b>190,8</b> | <b>10,8</b> |
|                  | <b>День 10 Пятница</b>                 |               |              |             |              |               |               |              |               |             |              |              |              |             |
|                  | <b>Неделя - вторая</b>                 |               |              |             |              |               |               |              |               |             |              |              |              |             |
|                  | <b>Сезон- осенне-зимний</b>            |               |              |             |              |               |               |              |               |             |              |              |              |             |
|                  | <b>Возрастная категория - 7-11 лет</b> |               |              |             |              |               |               |              |               |             |              |              |              |             |
|                  | <b>ЗАВТРАК</b>                         |               |              |             |              |               |               |              |               |             |              |              |              |             |
| 103 Сб.          | Каша пшенная молочная                  | 155           | 4,6          | 5,5         | 26,0         | 172,1         | 121,5         | 29,5         | 29,4          | 1,6         | 0,0          | 1,1          | 15,1         | 1,5         |
| 242 Сб.          | Какао с молоком                        | 180           | 3,4          | 3,5         | 23,4         | 138,7         | 14,0          | 4,2          | 9,1           | 0,1         | 0,0          | 1,8          | 0,0          | 0,0         |
|                  | Хлеб пшеничный                         | 40            | 3,1          | 0,6         | 15,1         | 94,0          | 0,1           | 0,0          | 0,0           | 0,9         | 13,2         | 77,6         | 22,8         | 0,9         |
|                  | <b>Итого</b>                           | <b>375</b>    | <b>11,05</b> | <b>9,6</b>  | <b>64,44</b> | <b>404,75</b> | <b>135,56</b> | <b>33,66</b> | <b>38,46</b>  | <b>2,66</b> | <b>13,24</b> | <b>80,49</b> | <b>37,9</b>  | <b>2,4</b>  |
|                  | <b>ОБЕД</b>                            |               |              |             |              |               |               |              |               |             |              |              |              |             |
| 36 Сб.           | Суп из овощей                          | 200           | 1,5          | 4,7         | 10,1         | 92,2          | 34,7          | 21,8         | 38,1          | 0,6         | 0,2          | 22,8         | 0,0          | 2,0         |
| 190 Сб.<br>Пермь | Курица в соусе с томатом               | 90            | 25,9         | 31,3        | 4,1          | 401,7         | 52,7          | 37,5         | 129,9         | 3,2         | 0,1          | 7,3          | 40,4         | 0,8         |
| 196 Сб.<br>Пермь | Каша гречневая<br>рассыпчатая          | 150           | 8,7          | 5,4         | 45,0         | 263,8         | 330,0         | 90,0         | 278,0         | 5,3         | 0,2          | 2,4          | 0,0          | 3,4         |
| 255              | Компот из смеси                        | 180           | 0,5          | 0,0         | 25,1         | 103,4         | 25,2          | 19,4         | 3,6           | 0,6         | 0,0          | 1,5          | 0,0          | 0,0         |
|                  | Хлеб ржано-пшеничный                   | 50            | 3,1          | 0,6         | 15,1         | 130,0         | 0,2           | 0,0          | 0,0           | 0,8         | 9,9          | 58,2         | 17,1         | 0,6         |
|                  | Хлеб пшеничный                         | 60            | 3,1          | 0,7         | 15,2         | 141,0         | 0,1           | 0,0          | 0,0           | 0,7         | 9,9          | 5,7          | 17,1         | 0,8         |
|                  | <b>Итого</b>                           | <b>730,0</b>  | <b>42,9</b>  | <b>42,7</b> | <b>114,6</b> | <b>1132,2</b> | <b>442,8</b>  | <b>168,7</b> | <b>449,6</b>  | <b>11,1</b> | <b>20,4</b>  | <b>97,8</b>  | <b>74,7</b>  | <b>7,6</b>  |

|         |                       |                |              |              |               |                |               |               |               |              |              |              |              |              |
|---------|-----------------------|----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
|         | <b>ПОЛДНИК</b>        |                |              |              |               |                |               |               |               |              |              |              |              |              |
| 306 Сб. | Шанежка наливная      | 50             | 6,6          | 4,2          | 24,2          | 160,6          | 37,2          | 14,0          | 111,2         | 1,3          | 0,1          | 9,2          | 0,0          | 1,4          |
| 271 Сб. | Чай с сахаром         | 180            | 0,1          | 0,0          | 10,9          | 44,0           | 12,0          | 6,0           | 0,0           | 0,8          | 0,0          | 0,0          | 0,0          | 0,0          |
|         | <b>Итого</b>          | <b>230</b>     | <b>6,678</b> | <b>4,19</b>  | <b>35,01</b>  | <b>204,61</b>  | <b>49,2</b>   | <b>19,98</b>  | <b>111,19</b> | <b>2,06</b>  | <b>0,09</b>  | <b>9,23</b>  | <b>0</b>     | <b>1,4</b>   |
|         | <b>Итого за день</b>  | <b>1335,0</b>  | <b>60,6</b>  | <b>56,5</b>  | <b>214,0</b>  | <b>1741,5</b>  | <b>627,5</b>  | <b>222,3</b>  | <b>599,2</b>  | <b>15,8</b>  | <b>33,7</b>  | <b>187,6</b> | <b>112,6</b> | <b>11,4</b>  |
|         | <b>Ит. за 10 дн.:</b> | <b>13562,0</b> | <b>507,5</b> | <b>456,8</b> | <b>2024,8</b> | <b>15406,5</b> | <b>4326,1</b> | <b>1868,9</b> | <b>5435,6</b> | <b>133,2</b> | <b>336,7</b> | <b>#####</b> | <b>####</b>  | <b>102,7</b> |
|         | <b>В ср. за день</b>  | <b>1356,2</b>  | <b>50,7</b>  | <b>45,7</b>  | <b>202,5</b>  | <b>1540,7</b>  | <b>432,6</b>  | <b>186,9</b>  | <b>543,6</b>  | <b>13,3</b>  | <b>33,7</b>  | <b>176,9</b> | <b>119,8</b> | <b>10,3</b>  |