



Исполнено: Л.А. Горская
Директор 2024г.

МКОУ Бирюсинская СОШ

Основное организованное 2-х недельное меню для организации питания начальное образование 7-11 лет

Сезон: зима-весна

Срок действия: январь-март 2024 года

Сборник подготовлен:

ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора (И.И. Новикова, С.П. Романенко, П.А. Вейних, Г.П. Ивлева, А.В. Сорокина, М.А. Лобкис, М.В. Семенихина, И.К. Туев, И.Ю. Ерофеев), ФГБОУ ВО «Московский государственный университет пищевых производств» (М.Г. Бальхин, М.П. Щетинин, Р.А. Эдвардс, И.У. Кусова); при участии ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный технический университет» (Л.Н. Рождественская), ФГБОУ «Московский государственный университет технологии и управления им. К.Г. Разумовского» (В.А. Исаев), ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный медицинский университет» Минздрава России (Л.А. Шпагина, О.Н. Герасименко, Е.В. Михеева), Управления Роспотребнадзора по Омской области (А.С. Крига, М.Н. Бойко), Управления Роспотребнадзора по Новосибирской области (А.Ф. Щербатов, О.Н. Берсон).

№ технологической карты	Наименование	1 день	Выход блюд	Пищевые вещества				Витамины(мг)					Минеральные вещества(мг)							
				Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	B1	B2	A	PP	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se
				7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет													
ЗАВТРАК																				
№27	Икра кабачковая(консервиров.)	60	1,14	5,34	4,62	71,4	0,03	0,036	24	0,76	0	3	256	16,5	12,4	19,4	0,54	0,3	0,00	
54-16м-2020	Тефтели из говядины с рисом	90	13	13,2	7,3	200,3	0,04	0,1	1,7	4,85	0,4	190	221	23	20	138	1,8	26,8	1,40	
№54-1г-2020	Макароны отварные с маслом	150	5,3	5,5	32,7	202	0,06	0,03	26,6	1,19	0	149	53	11	7	40	0,7	20,8	0,10	
№ 32	Повидло фруктовое	20	2,32	0,24	20,26	91	0	0	0	0	0,01	0	0	6,96	4,92	0	0,41	0	0	
№54-19з-2020	Масло сливочное	10	0,1	8,2	0,1	74,8	0	0,010	65,3	0,02	0	1	2	1	0	2	0	0	0,10	
№878	Хлеб пшеничный	60	4,92	0,84	0,78	117	0,14	0,054	0	0	0	0	0	19,8	0	0	2,52	0	0	
№54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	0	0,01	0,38	0,1	1,16	1,3	30,2	6,9	4,6	8,5	0,8	0	0	
ИТОГО			590	27,08	33,32	72,46	784,4	0,27	0,24	118	6,92	1,57	344	562	85,2	48,9	208	6,77	47,9	1,6
ОБЕД																				
№27	Икра кабачковая(консервиров.)	60	1,14	5,34	4,62	71,4	0,03	0,036	24	0,76	0	3	256	16,5	12,4	19,4	0,54	0,3	0,00	
№ 54-1с-2020	Щи из св.капусты со сметаной	200	4,62	6,06	5,7	96,06	0,022	0,032	108,2	0,49	10,76	98,2	183	37,2	13	31	0,48	15,3	0,34	
54-16м-2020	Тефтели из говядины с рисом	90	13	13,2	7,3	200,3	0,04	0,1	1,7	4,85	0,4	190	221	23	20	138	1,8	26,8	1,40	
№54-1г-2020	Макароны отварные с маслом	150	5,3	5,5	32,7	202	0,06	0,03	26,6	1,19	0	149	53	11	7	40	0,7	20,8	0,10	
№878	Хлеб пшеничный	60	4,92	0,84	0,78	117	0,14	0,054	0	0	0	0	0	19,8	0	0	2,52	0	0	
№54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	0	0,01	0,38	0,1	1,16	1,3	30,2	6,9	4,6	8,5	0,8	0	0	
ИТОГО			760	29,28	30,94	57,8	714,66	0,292	0,262	160,9	7,39	12,3	442	744	114	57	237	6,84	63,2	1,84
УТРО																				
№ технологической карты	Наименование	2 день	Выход блюд	Пищевые вещества				Витамины(мг)					Минеральные вещества(мг)							
				Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	B1	B2	A	PP	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se
				7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет													

карты			7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	B1	B2	A	PP	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	
ЗАВТРАК																				
№ 71	Капуста тушеная	180	3,03	4,62	9,08	98	0	0	0	0	25,4	0	0	82,5	29,9	0	0	0	0,00	
№54-23м-2020	Биточек из курицы	90	17,28	3,96	12,12	152,52	0,06	0,07	5,64	4,77	0,56	190	206	26,4	57,6	130	1,2	15,4	16,56	
№54-19з-2020	Масло сливочное	10	0,1	8,2	0,1	74,8	0	0,010	65,3	0,02	0	1	2	1	0	2	0	0	0,10	
№878	Хлеб пшеничный	60	4,92	0,84	0,78	117	0,14	0,054	0	0	0	0	0	19,8	0	0	2,52	0	0	
№54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	0	0,01	0,38	0,1	1,16	1,3	30,2	6,9	4,6	8,5	0,8	0	0	
ИТОГО		540	25,63	17,62	28,78	470,22	0,2	0,144	71,32	4,89	27,1	192	239	137	92,1	140	4,52	15,4	16,66	
ОБЕД																				
№54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	8,35	5,75	20,35	166,42	0,18	0,07	121,5	2,08	5,95	120	478	33,8	36,3	101	1,84	20	2,5	
№ 71	Капуста тушеная	180	3,03	4,62	9,08	98	0	0	0	0	25,4	0	0	82,5	29,9	0	0	0	0,00	
№54-23м-2020	Биточек из курицы	90	17,28	3,96	12,12	152,52	0,06	0,07	5,64	4,77	0,56	190	206	26,4	57,6	130	1,2	15,4	16,56	
№878	Хлеб пшеничный	60	4,92	0,84	0,78	117	0,14	0,054	0	0	0	0	0	19,8	0	0	2,52	0	0	
№54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	0	0,01	0,38	0,1	1,16	1,3	30,2	6,9	4,6	8,5	0,8	0	0	
ИТОГО		730	33,88	15,17	49,03	561,84	0,38	0,204	127,5	6,95	33,1	311	715	169	128	239	6,36	35,3	19,06	
№ технологической карты	Наименование 3 день	Выход блюда	Пищевые вещества				Витамины(мг)					Минеральные вещества(мг)								
			Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	B1	B2	A	PP	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	
			7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет														
ЗАВТРАК																				
№54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	70	0,96	3,15	5,34	53,2	0,008	0,017	0,79	0,1	2,66	91,9	159	22,8	13,1	25,4	0,78	14	0,44	
№54-6р-2020	Рыба припущенная в молоке(минтай)	120	19,8	13,95	3,45	219,3	0,16	0,16	22,35	6,56	1,5	155	348	64,5	33	210	0,75	64,2	38,4	
№54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7	0,03	0,030	26,6	1,44	0	152	46	6	24	72	0,5	20,8	7,20	
№54-19з-2020	Масло сливочное	10	0,1	8,2	0,1	74,8	0	0,010	65,3	0,02	0	1	2	1	0	2	0	0	0,10	
№ 32	Повидло фруктовое	15	2,32	0,24	20,26	91	0	0	0	0	0,01	0	0	6,96	4,92	0	0,41	0	0	
№878	Хлеб пшеничный	60	4,92	0,84	0,78	117	0,14	0,054	0	0	0	0	0	19,8	0	0	2,52	0	0	
№ 160238	Напиток витаминный	200	0,23	0,08	14,55	62,5	0	0	0	0	26	0	0	0	0	0	0	0	0	
ИТОГО		625	31,93	31,86	80,88	826,5	0,338	0,271	115	8,12	30,2	399	555	121	75	309	4,96	99	46,14	
ОБЕД																				
№54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	70	0,96	3,15	5,34	53,2	0,008	0,017	0,79	0,1	2,66	91,9	159	22,8	13,1	25,4	0,78	14	0,44	
№ 54-10с-2020	Суп крестьянский с перловой крупой и сметаной	200	5,12	6,22	10,74	119,44	0,038	0,038	106,5	0,8	6,42	96,2	200	27,4	14,6	52,4	0,56	15,3	2,84	
№54-6р-2020	Рыба припущенная в молоке(минтай)	120	19,8	13,95	3,45	219,3	0,16	0,16	22,35	6,56	1,5	155	348	64,5	33	210	0,75	64,2	38,4	

№54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7	0,03	0,030	26,6	1,44	0	152	46	6	24	72	0,5	20,8	7,20
№878	Хлеб пшеничный	60	4,92	0,84	0,78	117	0,14	0,054	0	0	0	0	0	19,8	0	0	2,52	0	0
№ 160238	Напиток витаминный	200	0,23	0,08	14,55	62,5	0	0	0	0	26	0	0	0	0	0	0	0	0
ИТОГО		800	34,63	29,64	71,26	780,14	0,376	0,299	156,2	8,9	36,6	495	753	140	84,7	360	5,11	114	48,88
№ технологической карты	Наименование 4 день	Выход блюда	Пищевые вещества				Витамины(мг)					Минеральные вещества(мг)							
			Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	B1	B2	A	PP	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se
		7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет														
ЗАВТРАК																			
№54-9з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	80	1,1	8,1	4,8	96,7	0,02	0,03	322,2	0,53	23,1	117	214	30	15	25	0,7	13,2	0,20
№ 311К/ссж	Гуляш из мяса птицы	100	16,18	4,45	3,22	118,57	0,1	0,12	74,97	0,01	2,87	0	4,31	14,8	17,1	41,2	1,11	0	0
№54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,9	35,9	238,9	0,21	0,120	27,5	3,98	0	149	219	14	120	180	4	22,3	3,50
№878	Хлеб пшеничный	60	4,92	0,84	0,78	117	0,14	0,054	0	0	0	0	0	19,8	0	0	2,52	0	0
№54-19з-2020	Масло сливочное	10	0,1	8,2	0,1	74,8	0	0,010	65,3	0,02	0	1	2	1	0	2	0	0	0,10
№54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	0	0,01	0,38	0,1	1,16	1,3	30,2	6,9	4,6	8,5	0,8	0	0
ИТОГО		600	30,8	28,49	51,5	673,87	0,47	0,344	490,4	4,64	27,1	268	470	86,5	157	257	9,13	35,5	3,8
ОБЕД																			
№54-9з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	70	1,1	8,1	4,8	96,7	0,02	0,03	322,2	0,53	23,1	117	214	30	15	25	0,7	13,2	0,20
№ 54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,16	2,78	18,5	119,6	0,09	0,05	97,6	1,43	6,88	93	410	13,8	20,8	54,6	0,86	16,8	0,232
№ 311К/ссж	Гуляш из мяса птицы	100	16,18	4,45	3,22	118,57	0,1	0,12	74,97	0,01	2,87	0	4,31	14,8	17,1	41,2	1,11	0	0
№54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,9	35,9	238,9	0,21	0,120	27,5	3,98	0	149	219	14	120	180	4	22,3	3,50
№878	Хлеб пшеничный	60	4,92	0,84	0,78	117	0,14	0,054	0	0	0	0	0	19,8	0	0	2,52	0	0
№54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	0	0,01	0,38	0,1	1,16	1,3	30,2	6,9	4,6	8,5	0,8	0	0
ИТОГО		780	35,86	23,07	69,9	718,67	0,56	0,384	522,7	6,05	34	360	878	99,3	177	309	9,99	52,3	3,932
№ технологической карты	Наименование 5 день	Выход блюда	Пищевые вещества				Витамины(мг)					Минеральные вещества(мг)							
			Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	B1	B2	A	PP	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se
		7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет														
ЗАВТРАК																			
№54-20з-2020	Горошек зеленый	40	1,2	0,1	2,4	14,8	0,01	0,02	0,5	0,28	0,77	122	45,2	14,8	4,5	14,3	0,13	0	0,20
№54-12м-2020	Плов с курицей	230	34	10,1	41,5	393,4	0,11	0,1	183,8	9,97	3	216	479	23	135	292	2,5	29,8	34,40
№878	Хлеб пшеничный	60	4,92	0,84	0,78	117	0,14	0,054	0	0	0	0	0	19,8	0	0	2,52	0	0

№54-19з-2020	Масло сливочное	10	0,1	8,2	0,1	74,8	0	0,010	65,3	0,02	0	1	2	1	0	2	0	0	0,10
№ 32	Повидло фруктовое	12	1,74	0,18	15,2	68,25	0	0	0	0	0,01	0	0	5,22	3,69	0	0,31	0	0
№ 54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	15	0,05	0	0	0	50	2	4	0,1	0	0
ИТОГО		552	42,46	19,42	79,78	749,25	0,26	0,184	264,6	10,32	3,78	339	526	114	145	312	5,56	29,8	34,7
ОБЕД																			
№54-20з-2020	Горошек зеленый	40	1,2	0,1	2,4	14,8	0,01	0,02	0,5	0,28	0,77	122	45,2	14,8	4,5	14,3	0,13	0	0,20
№ 28	Рассольник Ленинградский со сметаной	200	2,22	6,35	20,66	148,25	0,08	0,06	130	0	6,92	246	419	26,3	24,8	64,3	0,88	20,8	0,94
№54-12м-2020	Плов с курицей	230	34	10,1	41,5	393,4	0,11	0,1	183,8	9,97	3	216	479	23	135	292	2,5	29,8	34,40
№878	Хлеб пшеничный	60	4,92	0,84	0,78	117	0,14	0,054	0	0	0	0	0	19,8	0	0	2,52	0	0
№ 54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	15	0,05	0	0	0	50	2	4	0,1	0	0
ИТОГО		730	42,84	17,39	85,14	754,45	0,34	0,234	329,3	10,3	10,7	584	943	134	166	375	6,13	50,6	35,54
№ технологической карты	Наименование б день	Выход блюд	Пищевые вещества				Витамины(мг)					Минеральные вещества(мг)							
			Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	B1	B2	A	PP	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se
			7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет													
ЗАВТРАК																			
№27	Икра кабачковая(консервиров.)	60	1,14	5,34	4,62	71,4	0,03	0,036	24	0,76	0	3	256	16,5	12,4	19,4	0,54	0,3	0,00
54-16м-2020	Тефтели из говядины с рисом	90	13	13,2	7,3	200,3	0,04	0,1	1,7	4,85	0,4	190	221	23	20	138	1,8	26,8	1,40
№54-1г-2020	Макароны отварные с маслом	150	5,3	5,5	32,7	202	0,06	0,03	26,6	1,19	0	149	53	11	7	40	0,7	20,8	0,10
№ 32	Повидло фруктовое	20	2,32	0,24	20,26	91	0	0	0	0	0,01	0	0	6,96	4,92	0	0,41	0	0
№54-19з-2020	Масло сливочное	10	0,1	8,2	0,1	74,8	0	0,010	65,3	0,02	0	1	2	1	0	2	0	0	0,10
№878	Хлеб пшеничный	60	4,92	0,84	0,78	117	0,14	0,054	0	0	0	0	0	19,8	0	0	2,52	0	0
№ 160238	Напиток витаминный	200	0,23	0,08	14,55	62,5	0	0	0	0	26	0	0	0	0	0	0	0	0
ИТОГО		590	27,01	33,4	80,31	819	0,27	0,23	117,6	6,82	26,4	343	532	78,3	44,3	199	5,97	47,9	1,6
ОБЕД																			
№27	Икра кабачковая(консервиров.)	60	1,14	5,34	4,62	71,4	0,03	0,036	24	0,76	0	3	256	16,5	12,4	19,4	0,54	0,3	0,00
№ 80	Суп картофельный с крупой(пшено)	250	2,18	2,84	14,29	91,5	0,11	0,05	0	0	8,25	0	0	24	0	0	0,96	0	0
54-16м-2020	Тефтели из говядины с рисом	90	13	13,2	7,3	200,3	0,04	0,1	1,7	4,85	0,4	190	221	23	20	138	1,8	26,8	1,40
№54-1г-2020	Макароны отварные с маслом	150	5,3	5,5	32,7	202	0,06	0,03	26,6	1,19	0	149	53	11	7	40	0,7	20,8	0,10

№878	Хлеб пшеничный	60	4,92	0,84	0,78	117	0,14	0,054	0	0	0	0	0	19,8	0	0	2,52	0	0
№ 160238	Напиток витаминный	200	0,23	0,08	14,55	62,5	0	0	0	0	26	0	0	0	0	0	0	0	0
ИТОГО		810	26,77	27,8	74,24	744,7	0,38	0,27	52,3	6,8	34,7	342	530	94,3	39,4	197	6,52	47,9	1,5
№ технологической карты	Наименование 7 день	Выход блюда	Пищевые вещества				Витамины(мг)					Минеральные вещества(мг)							
			Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	B1	B2	A	PP	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se
		7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет														
ЗАВТРАК																			
№54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	80	0,96	3,15	5,34	53,2	0,008	0,017	0,79	0,1	2,66	91,9	159	22,8	13,1	25,4	0,78	14	0,44
№54-6р-2020	Рыба припущенная в молоке(минтай)	120	19,8	13,95	3,45	219,3	0,16	0,16	22,35	6,56	1,5	155	348	64,5	33	210	0,75	64,2	38,4
№54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7	0,03	0,030	26,6	1,44	0	152	46	6	24	72	0,5	20,8	7,20
№54-19з-2020	Масло сливочное	10	0,1	8,2	0,1	74,8	0	0,010	65,3	0,02	0	1	2	1	0	2	0	0	0,10
№ 32	Повидло фруктовое	20	2,32	0,24	20,26	91	0	0	0	0	0,01	0	0	6,96	4,92	0	0,41	0	0
№878	Хлеб пшеничный	60	4,92	0,84	0,78	117	0,14	0,054	0	0	0	0	0	19,8	0	0	2,52	0	0
№ 54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	15	0,05	0	0	0	50	2	4	0,1	0	0
ИТОГО		640	32,2	31,78	86,13	845	0,338	0,271	130	8,17	4,17	399	555	171	77	313	5,06	99	46,14
ОБЕД																			
№54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	80	0,96	3,15	5,34	53,2	0,008	0,017	0,79	0,1	2,66	91,9	159	22,8	13,1	25,4	0,78	14	0,44
№ 28	Рассольник Ленинградский со сметаной	200	2,22	6,35	20,66	148,25	0,08	0,06	130	0	6,92	246	419	26,3	24,8	64,3	0,88	20,8	0,94
№54-6р-2020	Рыба припущенная в молоке(минтай)	120	19,8	13,95	3,45	219,3	0,16	0,16	22,35	6,56	1,5	155	348	64,5	33	210	0,75	64,2	38,4
№54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7	0,03	0,030	26,6	1,44	0	152	46	6	24	72	0,5	20,8	7,20
№878	Хлеб пшеничный	60	4,92	0,84	0,78	117	0,14	0,054	0	0	0	0	0	19,8	0	0	2,52	0	0
№ 54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	15	0,05	0	0	0	50	2	4	0,1	0	0
ИТОГО		810	32	29,69	86,43	827,45	0,418	0,321	194,7	8,15	11,1	644	972	189	96,9	376	5,53	120	46,98
№ технологической карты	Наименование 8 день	Выход блюда	Пищевые вещества				Витамины(мг)					Минеральные вещества(мг)							
			Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	B1	B2	A	PP	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se
		7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет														
ЗАВТРАК																			
№54-9з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	80	1,1	8,1	4,8	96,7	0,02	0,03	322,2	0,53	23,1	117	214	30	15	25	0,7	13,2	0,20
№ 311К/ссж	Гуляш из мяса птицы	100	16,18	4,45	3,22	118,57	0,1	0,12	74,97	0,01	2,87	0	4,31	14,8	17,1	41,2	1,11	0	0

№54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,9	35,9	238,9	0,21	0,120	27,5	3,98	0	149	219	14	120	180	4	22,3	3,50
№878	Хлеб пшеничный	60	4,92	0,84	0,78	117	0,14	0,054	0	0	0	0	0	19,8	0	0	2,52	0	0
№54-19з-2020	Масло сливочное	10	0,1	8,2	0,1	74,8	0	0,010	65,3	0,02	0	1	2	1	0	2	0	0	0,10
№54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	0	0,01	0,38	0,1	1,16	1,3	30,2	6,9	4,6	8,5	0,8	0	0
ИТОГО		600	30,8	28,49	51,5	673,87	0,47	0,344	490,4	4,64	27,1	268	470	86,5	157	257	9,13	35,5	3,8
ОБЕД																			
№54-9з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	60	0,8	6,1	3,6	72,52	0,02	0,03	322,2	0,53	23,1	117	214	30	15	25	0,7	13,2	0,20
№ 54-11с-2020	Суп крестьянский с крупой(рис)	200	4,94	6,22	11,24	120,74	0,04	0,04	106,5	0,78	6,42	96,4	195	25,4	15,2	40,4	0,5	15,4	1,26
№ 311К/ссж	Гуляш из мяса птицы	100	16,18	4,45	3,22	118,57	0,1	0,12	74,97	0,01	2,87	0	4,31	14,8	17,1	41,2	1,11	0	0
№54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,9	35,9	238,9	0,21	0,120	27,5	3,98	0	149	219	14	120	180	4	22,3	3,50
№878	Хлеб пшеничный	60	4,92	0,84	0,78	117	0,14	0,054	0	0	0	0	0	19,8	0	0	2,52	0	0
№54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	0	0,01	0,38	0,1	1,16	1,3	30,2	6,9	4,6	8,5	0,8	0	0
ИТОГО		770	35,34	24,51	61,44	695,63	0,51	0,374	531,5	5,4	33,6	364	662	111	172	295	9,63	50,9	4,96
№ технологической карты	Наименование 9 день	Выход блюд	Пищевые вещества				Витамины(мг)					Минеральные вещества(мг)							
			Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	B1	B2	A	PP	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se
		7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет														
ЗАВТРАК																			
№27	Икра кабачковая(консервиров.)	60	1,14	5,34	4,62	71,4	0,03	0,036	24	0,76	0	3	256	16,5	12,4	19,4	0,54	0,3	0,00
№ 54-5г-2020	Каша перловая рассыпчатая	150	4,4	5,9	30,5	192,9	0,04	0,03	29,4	1,49	0	115	72	19	17	142	0,8	15	16,7
№ 311К/ссж	Гуляш из мяса птицы	90	16,18	4,45	3,22	118,57	0,1	0,12	74,97	0,01	2,87	0	4,31	14,8	17,1	41,2	1,11	0	0
№878	Хлеб пшеничный	60	4,92	0,84	0,78	117	0,14	0,054	0	0	0	0	0	19,8	0	0	2,52	0	0
№54-19з-2020	Масло сливочное	10	0,1	8,2	0,1	74,8	0	0,010	65,3	0,02	0	1	2	1	0	2	0	0	0,10
№ 32	Повидло фруктовое	10	2,32	0,24	20,26	91	0	0	0	0	0,01	0	0	6,96	4,92	0	0,41	0	0
№ 160238	Напиток витаминный	200	0,23	0,08	14,55	62,5	0	0	0	0	26	0	0	0	0	0	0	0	0
ИТОГО		580	29,29	25,05	74,03	728,17	0,31	0,25	193,7	2,28	28,9	119	334	78	51,4	205	5,38	15,3	16,8
ОБЕД																			
№27	Икра кабачковая(консервиров.)	60	1,14	5,34	4,62	71,4	0,03	0,036	24	0,76	0	3	256	16,5	12,4	19,4	0,54	0,3	0,00

№ 54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,16	2,78	18,5	119,6	0,09	0,05	97,6	1,43	6,88	93	410	13,8	20,8	54,6	0,86	16,8	0,232	
№ 54-5г-2020	Каша перловая рассыпчатая	150	4,4	5,9	30,5	192,9	0,04	0,03	29,4	1,49	0	115	72	19	17	142	0,8	15	16,7	
№ 311К/ссж	Гуляш из мяса птицы	90	16,18	4,45	3,22	118,57	0,1	0,12	74,97	0,01	2,87	0	4,31	14,8	17,1	41,2	1,11	0	0	
№878	Хлеб пшеничный	60	4,92	0,84	0,78	117	0,14	0,054	0	0	0	0	0	19,8	0	0	2,52	0	0	
№ 160238	Напиток витаминный	200	0,23	0,08	14,55	62,5	0	0	0	0	26	0	0	0	0	0	0	0	0	
ИТОГО		810	32,03	19,39	72,17	681,97	0,4	0,29	226	3,69	35,8	211	743	83,9	67,2	257	5,83	32,1	16,93	
№ технологической карты	Наименование день	Выход блюдов	Пищевые вещества				Витамины(мг)					Минеральные вещества(мг)								
			Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	B1	B2	A	PP	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	
			7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет														
ЗАВТРАК																				
№54-20з-2020	Горошек зеленый консервиров.	50	1,2	0,1	2,4	14,8	0,01	0,02	0,5	0,28	0,77	122	45,2	14,8	4,5	14,3	0,13	0	0,20	
№54-12м-2020	Плов с курицей	230	34	10,1	41,5	393,4	0,11	0,1	183,8	9,97	3	216	479	23	135	292	2,5	29,8	34,40	
№878	Хлеб пшеничный	60	4,92	0,84	0,78	117	0,14	0,054	0	0	0	0	0	19,8	0	0	2,52	0	0	
№54-19з-2020	Масло сливочное	10	0,1	8,2	0,1	74,8	0	0,010	65,3	0,02	0	1	2	1	0	2	0	0	0,10	
№ 32	Повидло фруктовое	10	1,74	0,18	15,2	68,25	0	0	0	0	0,01	0	0	5,22	3,69	0	0,31	0	0	
№54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	0	0,01	0,38	0,1	1,16	1,3	30,2	6,9	4,6	8,5	0,8	0	0	
ИТОГО		560	42,26	19,42	66,68	696,15	0,26	0,194	250	10,37	4,94	340	556	70,7	148	317	6,26	29,8	34,7	
ОБЕД																				
№54-20з-2020	Горошек зеленый консервиров.	50	1,2	0,1	2,4	14,8	0,01	0,02	0,5	0,28	0,77	122	45,2	14,8	4,5	14,3	0,13	0	0,20	
№ 54-2с-2020	Борщ из св.капусты со сметаной	250	4,7	6,1	10,1	114,2	0,03	0,04	137,8	0,59	6,76	107	264	33,6	19,2	42,6	0,87	17,2	0,39	
№54-12м-2020	Плов с курицей	230	34	10,1	41,5	393,4	0,11	0,1	183,8	9,97	3	216	479	23	135	292	2,5	29,8	34,40	
№878	Хлеб пшеничный	60	4,92	0,84	0,78	117	0,14	0,054	0	0	0	0	0	19,8	0	0	2,52	0	0	
№54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	0	0,01	0,38	0,1	1,16	1,3	30,2	6,9	4,6	8,5	0,8	0	0	
ИТОГО		790	45,12	17,14	61,48	667,3	0,29	0,224	322,5	10,94	11,7	446	818	98,1	163	357	6,82	47	34,99	