

## 1 День

## МКОУ "Миндерлинская СШ"

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Состав блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				
<b><u>Завтрак 6-11 лет</u></b>							
5,33	4,83	0,29	66,00	1шт	<b>Яйца вареные</b>	(яйцо)	11,48р.
13,43	14,20	37,61	333,54	0,109	<b>Бутерброд горячий с сыром</b>	(хлеб пшеничный, сыр, масло сливочное м.д.ж.72.5% )	27,16р.
2,70	1,57	5,26	46,00	0,045	<b>Творожок детский пром.производства, обогащенный кальцием, мдж 3,5%</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	19,55р.
5,05	7,45	32,18	218,00	0,200	<b>Каша рисовая (жидкая) молочная с маслом сливочным</b>	(крупа рисовая, молоко цельное м.д.ж.3,2%, масло сливочное м.д.ж 72,5%, соль поваренная пищевая йодированная, сахар)	22,74р.
0,20	0,05	15,01	60,00	200/15	<b>Чай с сахаром</b>	(чай байховый, сахар, вода)	2,03р.
26,71	28,10	90,35	723,54				<b>82,96р.</b>
<b><u>Завтрак 12 и старше</u></b>							
5,33	4,83	0,29	66,00	1шт	<b>Яйца вареные</b>	(яйцо)	11,48р.
17,37	18,37	48,65	431,46	0,141	<b>Бутерброд горячий с сыром</b>	(хлеб пшеничный, сыр, масло сливочное м.д.ж.72.5% )	34,97р.
2,70	1,57	5,26	46,00	0,045	<b>Творожок детский пром.производства, обогащенный кальцием, мдж 3,5%</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	19,55р.
6,31	9,32	40,22	272,00	0,250	<b>Каша рисовая (жидкая) молочная с маслом сливочным</b>	(крупа рисовая, молоко цельное м.д.ж.3,2%, масло сливочное м.д.ж 72,5%, соль поваренная пищевая йодированная, сахар)	28,43р.
0,20	0,05	15,01	60,00	200/15	<b>Чай с сахаром</b>	(чай байховый, сахар, вода)	2,03р.
31,91	34,14	109,43	875,46				<b>96,46р.</b>
<b><u>Обед 6-11 лет</u></b>							
0,86	2,77	4,17	46,20	0,060	<b>Салат из белокочанной капусты</b>	(капуста, морковь, масло растительное, кислота лимонная, сахар, соль поваренная пищевая йодированная)	3,73р.
3,77	6,59	19,38	121,33	0,260	<b>Рассольник "Ленинградский" со сметаной с мясом</b>	(картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло растительное, вода, сметана м.д.ж. 20%, соль поваренная пищевая йодированная, лавровый лист, говядина тушеная)	15,90р.
11,30	14,93	2,82	190,00	0,090	<b>Запеканка сырная из свинины</b>	(свинина окорок не более 72.5% жирности , лук репчатый, масло растительное, сметана м.д.ж. 20%, сыр, соль поваренная пищевая йодированная)	44,95р.
5,42	4,37	24,19	167,00	0,150	<b>Макаронные изделия отварные</b>	(макаронные изделия, масло растительное, соль поваренная пищевая йодированная)	12,21р.
1,00	0,00	25,40	110,00	0,200	<b>Сок</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	16,99р.
3,83	0,40	24,80	117,94	0,0504	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	3,43р.
3,30	0,60	16,70	87,00	0,050	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	3,60р.
1,13	0,25	10,13	53,75	0,125	<b>Фрукты свежие (фрукты)</b>		23,63р.
30,61	29,91	127,59	893,22				<b>124,44р.</b>
<b><u>Обед 12 и старше</u></b>							
1,44	4,62	6,95	77,00	0,100	<b>Салат из белокочанной капусты</b>	(капуста, морковь, масло растительное, кислота лимонная, сахар, соль поваренная пищевая йодированная)	6,22р.
3,77	6,59	19,38	121,33	0,260	<b>Рассольник "Ленинградский" со сметаной с мясом</b>	(картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло растительное, вода, сметана м.д.ж. 20%, соль поваренная пищевая йодированная, лавровый лист, говядина тушеная)	15,90р.
12,56	16,61	3,13	212,00	0,100	<b>Запеканка сырная из свинины</b>	(свинина окорок не более 72.5% жирности , лук репчатый, масло растительное, сметана м.д.ж. 20%, сыр, соль поваренная пищевая йодированная)	49,94р.
6,50	5,25	29,03	200,00	0,180	<b>Макаронные изделия отварные</b>	(макаронные изделия, масло растительное, соль поваренная пищевая йодированная)	14,65р.
1,00	0,00	25,40	110,00	0,200	<b>Сок</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	16,99р.
4,49	0,47	29,08	138,29	0,0591	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,02р.
5,28	0,96	26,72	139,20	0,080	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	5,76р.
1,49	0,33	13,37	70,95	0,165	<b>Фрукты свежие (фрукты)</b>		31,19р.
36,53	34,83	153,06	1068,78				<b>144,67</b>

Зав.производством \_\_\_\_\_

## 2 День

## МКОУ "Миндерлинская СШ"

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Состав блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				
<b><u>Завтрак 6-11 лет</u></b>							
0,21	0,03	0,57	3,50	0,030	<b>Овощи натуральные (огурцы)свежие или соленые</b>		7,65р.
20,30	14,72	1,78	234,90	0,090	<b>Курица, запеченная по-домашнему</b>	(цыплята бройлеры 1 к., сметана м.д.ж. 20%,масло растительное, соль поваренная пищевая йодированная, чеснок)	44,77р.
3,12	4,68	12,79	133,00	0,150	<b>Пюре картофельное</b>	(картофель, молоко цельное м.д.ж 3,2%,масло сливочное м.д.ж.72.5%, соль поваренная пищевая йодированная)	15,89р.
1,45	1,25	22,36	107,00	0,200	<b>Напиток кофейный</b>	(кофейный напиток, молоко цельное м.д.ж.3,2%, сахар)	9,46р.
5,80	0,61	37,54	178,54	0,0763	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	5,19р.
30,87	21,29	75,04	656,94				82,96р.
<b><u>Завтрак 12 и старше</u></b>							
0,35	0,05	0,95	5,50	0,050	<b>Овощи натуральные (огурцы)свежие или соленые</b>		12,75р.
22,55	16,35	1,98	261,00	0,100	<b>Курица, запеченная по-домашнему</b>	(цыплята бройлеры 1 к., сметана м.д.ж. 20%,масло растительное, соль поваренная пищевая йодированная, чеснок)	49,74р.
3,75	5,63	15,35	160,00	0,180	<b>Пюре картофельное</b>	(картофель, молоко цельное м.д.ж 3,2%,масло сливочное м.д.ж.72.5%, соль поваренная пищевая йодированная)	19,06р.
1,45	1,25	22,36	107,00	0,200	<b>Напиток кофейный</b>	(кофейный напиток, молоко цельное м.д.ж.3,2%, сахар)	9,46р.
6,09	0,64	39,41	187,43	0,0801	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	5,45р.
34,19	23,92	80,05	720,93				96,46р.
<b><u>Обед 6-11 лет</u></b>							
1,11	4,10	6,11	69,00	0,060	<b>Икра свекольная</b>	(свекла, лук, паста томатная, кислота лимонная, сахар, масло растительное, соль поваренная пищевая йодированная)	6,74р.
7,24	5,88	21,39	159,00	0,260	<b>Суп картофельный с бобовыми с мясом</b>	(картофель, морковь, лук, масло растительное, горох, говядина тушеная, соль поваренная пищевая йодированная, лавровый (говядина, масло растительное, капуста белокочанная, кислота лимонная, лавровый лист, лук репчатый, морковь, мука пшеничная, паста томатная, сахар, соль поваренная пищевая йодированная)	14,47р.
10,76	18,15	9,16	268,80	0,200	<b>Капуста тушеная с мясом</b>	(говядина, масло растительное, капуста белокочанная, кислота лимонная, лавровый лист, лук репчатый, морковь, мука пшеничная, паста томатная, сахар, соль поваренная пищевая йодированная)	64,94р.
0,17	0,14	14,37	65,00	0,200	<b>Напиток из плодов шиповника</b>	(шиповник, сахар)	4,61р.
4,93	0,52	31,93	151,87	0,0649	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,41р.
3,96	0,72	20,04	104,40	0,060	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,32р.
1,19	0,26	10,69	56,76	0,132	<b>Плоды свежие (фрукты)</b>		24,95р.
29,36	29,78	113,69	874,83				124,44р.
<b><u>Обед 12 и старше</u></b>							
1,87	7,29	11,07	115,00	0,100	<b>Икра свекольная</b>	(свекла, лук, паста томатная, кислота лимонная, сахар, масло растительное, соль поваренная пищевая йодированная)	11,24р.
7,24	5,88	21,39	159,00	0,260	<b>Суп картофельный с бобовыми с мясом</b>	(картофель, морковь, лук, масло растительное, горох, говядина тушеная, соль поваренная пищевая йодированная, лавровый (говядина, масло растительное, капуста белокочанная, кислота лимонная, лавровый лист, лук репчатый, морковь, мука пшеничная, паста томатная, сахар, соль поваренная пищевая йодированная)	14,47р.
13,45	22,69	11,45	336,00	0,250	<b>Капуста тушеная с мясом</b>	(говядина, масло растительное, капуста белокочанная, кислота лимонная, лавровый лист, лук репчатый, морковь, мука пшеничная, паста томатная, сахар, соль поваренная пищевая йодированная)	81,18р.
0,17	0,14	14,37	65,00	0,200	<b>Напиток из плодов шиповника</b>	(шиповник, сахар)	4,61р.
5,08	0,53	32,87	156,31	0,0668	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,54р.
5,28	0,96	26,72	139,20	0,080	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	5,76р.
1,09	0,24	9,80	52,03	0,121	<b>Плоды свежие (фрукты)</b>		22,87р.
34,18	37,74	127,67	1022,54				144,67р.

Зав.производством \_\_\_\_\_

## 3 День

## МКОУ "Миндерлинская СШ"

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Состав блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				
<b><u>Завтрак 6-11 лет</u></b>							
14,92	11,69	21,53	260,00	0,100	<b>Запеканка из творога с молоком сгущенным</b>	(творог м.д.ж.5%,мука,сахар,яйцо,масло сливочное м.д.ж.72,5%,сухари панировочные,сметана м.д.ж. 20%,молоко сгущенное м.д.ж.8,5% с сахаром,соль йодированная)	50,68р.
7,26	8,40	35,56	251,00	0,200	<b>Каша пшенная (жидкая) молочная с маслом сливочным</b>	(пшено,молоко цельное м.д.ж 3.2%,масло сливочное м.д.ж.72,5%,соль поваренная пищевая йодированная,сахар)	21,19р.
1,65	1,30	17,41	87,00	150/50/15	<b>Чай с молоком</b>	(чай,сахар,молоко цельное м.д.ж 3.2%)	7,12р.
4,44	0,47	28,73	136,66	0,0584	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	3,97р.
28,27	21,86	103,23	734,66				82,96р.
<b><u>Завтрак 12 и старше</u></b>							
16,86	13,21	24,33	293,80	0,113	<b>Запеканка из творога с молоком сгущенным</b>	(творог м.д.ж.5%,мука,сахар,яйцо,масло сливочное м.д.ж.72,5%,сухари панировочные,сметана м.д.ж. 20%,молоко сгущенное м.д.ж.8,5% с сахаром,соль йодированная)	57,27р.
9,08	10,50	44,45	313,75	0,250	<b>Каша пшенная (жидкая) молочная с маслом сливочным</b>	(пшено,молоко цельное м.д.ж 3.2%,масло сливочное м.д.ж.72,5%,соль поваренная пищевая йодированная,сахар)	26,49р.
1,65	1,30	17,41	87,00	150/50/15	<b>Чай с молоком</b>	(чай,сахар,молоко цельное м.д.ж 3.2%)	7,12р.
6,23	0,66	40,34	191,88	0,082	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	5,58р.
33,81	25,67	126,53	886,43				96,46р.
<b><u>Обед 6-11 лет</u></b>							
1,14	5,34	4,62	71,00	0,060	<b>Икра кабачковая (пром.производства)</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	9,16р.
8,48	6,33	12,85	157,00	0,255	<b>Суп сырный с птицей</b>	(картофель,морковь,сыр плавленый,соль поваренная пищевая йодированная,лавровый лист,набор для тушения )	19,66р.
11,86	14,55	8,10	217,00	0,120	<b>Котлеты мясо-картофельные похлыновски с соусом</b>	(фарш мясной,окорок свиной,картофель,лук,меланж,соль пищевая йодированная,сухари панировочные,масло растительное,паста томатная,сметана м.д.ж. 20%,мука пшеничная,вода,соль)	53,60р.
3,64	4,33	37,36	206,00	0,150	<b>Рис припущенный</b>	(рис,масло растительное,соль поваренная пищевая йодированная)	7,36р.
0,05	0,05	13,20	54,00	0,200	<b>Напиток яблочный</b>	(яблоко,сахар)	4,18р.
4,73	0,50	30,65	145,78	0,0623	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,24р.
3,96	0,72	20,04	104,40	0,060	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,32р.
1,01	0,22	9,07	48,16	0,112	<b>Фрукты свежие (фрукты)</b>		21,92р.
34,87	32,04	135,89	1003,34				124,44р.
<b><u>Обед 12 и старше</u></b>							
1,90	8,90	7,70	118,33	0,100	<b>Икра кабачковая (пром.производства)</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	15,27р.
8,48	6,33	12,85	157,00	0,255	<b>Суп сырный с птицей</b>	(картофель,морковь,сыр плавленый,соль поваренная пищевая йодированная,лавровый лист,набор для тушения )	19,66р.
11,86	14,55	8,10	217,00	0,120	<b>Котлеты мясо-картофельные похлыновски с соусом</b>	(фарш мясной,окорок свиной,картофель,лук,меланж,соль пищевая йодированная,сухари панировочные,масло растительное,паста томатная,сметана м.д.ж. 20%,мука пшеничная,вода,соль)	53,60р.
4,37	5,20	44,83	247,20	0,180	<b>Рис припущенный</b>	(рис,масло растительное,соль поваренная пищевая йодированная)	8,83р.
0,05	0,05	13,20	54,00	0,200	<b>Напиток яблочный</b>	(яблоко,сахар)	4,18р.
5,23	0,55	33,85	160,99	0,0688	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,68р.
5,28	0,96	26,72	139,20	0,080	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	5,76р.
1,50	0,33	13,53	71,81	0,167	<b>Фрукты свежие (фрукты)</b>		32,69р.
38,67	36,87	160,78	1165,54				144,67р.

Зав.производством \_\_\_\_\_

## 4 День

## МКОУ "Миндерлинская СШ"

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Состав блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				
<b><u>Завтрак 6-11 лет</u></b>							
1,23	5,48	7,58	84,00	0,060	<b>Салат из моркови с горячей заправкой</b>	(морковь, лук, масло растительное, чеснок, сахар, соль пищевая йодированная, кислота лимонная, соус соевый)	8,74р.
8,03	14,23	7,43	205,00	0,100	<b>Голубцы ленивые</b>	(фарш мясной, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, капуста, соль поваренная пищевая йодированная, мука, сметана м.д.ж. 20%, масло растительное, мука, соль поваренная пищевая йодированная)	33,50р.
8,59	6,10	38,05	243,00	0,150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	(крупа гречневая, масло растительное, соль поваренная пищевая йодированная)	4,96р.
1,92	0,11	33,84	146,00	0,200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	(смесь сухофруктов, кислота лимонная, сахар)	4,19р.
5,71	0,60	36,95	175,73	0,0751	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	5,11р.
1,26	0,28	11,34	60,20	0,140	<b>Фрукты свежие (фрукты)</b>		26,46р.
26,74	26,80	135,19	913,93				<b>82,96р.</b>
<b><u>Завтрак 12 и старше</u></b>							
2,05	9,13	12,63	140,00	0,100	<b>Салат из моркови с горячей заправкой</b>	(морковь, лук, масло растительное, чеснок, сахар, соль пищевая йодированная, кислота лимонная, соус соевый)	14,57р.
8,03	14,23	7,43	205,00	0,100	<b>Голубцы ленивые</b>	(фарш мясной, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, капуста, соль поваренная пищевая йодированная, мука, сметана м.д.ж. 20%, масло растительное, мука, соль поваренная пищевая йодированная)	33,50р.
10,31	7,31	45,63	292,00	0,180	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	(крупа гречневая, масло растительное, соль поваренная пищевая йодированная)	5,95р.
1,92	0,11	33,84	146,00	0,200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	(смесь сухофруктов, кислота лимонная, сахар)	4,19р.
6,20	0,65	40,15	190,94	0,0816	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	5,55р.
1,56	0,35	14,01	74,39	0,173	<b>Фрукты свежие (фрукты)</b>		32,70р.
30,07	31,78	153,69	1048,33				<b>96,46р.</b>
<b><u>Обед 6-11 лет</u></b>							
0,66	0,12	2,28	14,00	0,060	<b>Овощи натуральные (помидоры) свежие или соленые</b>		16,52р.
1,96	5,03	10,33	106,00	0,260	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</b>	(свекла, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, паста томатная, масло растительное, сахар, кислота лимонная, соль поваренная пищевая йодированная, лавровый лист, сметана м.д.ж. 20%)	12,75р.
17,81	35,99	25,71	588,00	0,245	<b>Запеканка из картофеля с курицей, в фольге</b>	(филе куриное, картофель, масло растительное, сметана м.д.ж. 20%, сыр, соль пищевая йодированная, зелень сушеная, чеснок)	67,68р.
1,00	0,00	25,40	110,00	0,200	<b>Сок</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	16,99р.
5,30	0,56	34,29	163,10	0,0697	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	4,74р.
5,28	0,96	26,72	139,20	0,080	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	5,76р.
32,01	42,66	124,74	1120,30				<b>124,44р.</b>
<b><u>Обед 12 и старше</u></b>							
1,83	0,33	6,33	40,00	0,100	<b>Овощи натуральные (помидоры) свежие или соленые</b>		27,54р.
1,96	5,03	10,33	106,00	0,260	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</b>	(свекла, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, паста томатная, масло растительное, сахар, кислота лимонная, соль поваренная пищевая йодированная, лавровый лист, сметана м.д.ж. 20%)	12,75р.
20,36	41,13	29,39	672,00	0,280	<b>Запеканка из картофеля с курицей, в фольге</b>	(филе куриное, картофель, масло растительное, сметана м.д.ж. 20%, сыр, соль пищевая йодированная, зелень сушеная, чеснок)	77,35р.
1,00	0,00	25,40	110,00	0,200	<b>Сок</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	16,99р.
4,78	0,50	30,95	147,19	0,0629	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	4,28р.
5,28	0,96	26,72	139,20	0,080	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	5,76р.
35,21	47,96	129,12	1214,39				<b>144,67р.</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

## 5 День

## МКОУ "Миндерлинская СШ"

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Состав блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				
<b><u>Завтрак 6-11 лет</u></b>							
0,97	9,04	5,72	109,00	0,060	<b>Салат витаминный (2 вариант)</b>	(капуста,морковь,перец болгарский,горошек зеленый консервированный,лимон,масло растительное,сахар)	12,70р.
12,91	4,18	3,83	142,00	0,071	<b>Филе куриное с ананасом</b>	(филе куриное, ананасы консервированные, маслины, сыр, сметанам.д.ж.20%, соль поваренная пищевая йодированная,масло растительное)	51,41р.
5,42	4,37	24,19	167,00	0,150	<b>Макаронные изделия отварные</b>	(макаронные изделия,масло растительное)	12,21р.
0,20	0,05	15,01	60,00	200/15	<b>Чай с сахаром</b>	(чай байховый,сахар)	2,03р.
5,11	0,54	33,09	157,39	0,0678	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,61р.
24,61	18,18	81,85	635,39				<b>82,96р.</b>
<b><u>Завтрак 12 и старше</u></b>							
1,29	12,05	7,63	145,33	0,080	<b>Салат витаминный (2 вариант)</b>	(капуста,морковь,перец болгарский,горошек зеленый консервированный,лимон,масло растительное,сахар)	16,93р.
14,55	4,71	4,32	160,00	0,080	<b>Филе куриное с ананасом</b>	(филе куриное, ананасы консервированные, маслины, сыр, сметанам.д.ж.20%, соль поваренная пищевая йодированная,масло растительное)	57,12р.
6,50	5,24	29,03	200,40	0,180	<b>Макаронные изделия отварные</b>	(макаронные изделия,масло растительное)	14,65р.
0,20	0,05	15,01	60,00	200/15	<b>Чай с сахаром</b>	(чай байховый,сахар)	2,03р.
6,35	0,67	41,10	195,46	0,0842	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	5,73р.
28,90	22,73	97,08	761,20				<b>96,46р.</b>
<b><u>Обед 6-11 лет</u></b>							
0,42	0,06	1,14	7,00	0,060	<b>Овощи натуральные (огурцы) свежие или соленые</b>		15,30р.
2,01	2,42	20,27	100,00	0,270	<b>Суп картофельный с рисом с рыбными консервами</b>	(картофель, рис,морковь,лук репчатый,масло растительное,соль поваренная пищевая йодированная,вода,лавровый лист,рыба консервированная)	14,12р.
13,45	14,44	10,48	225,00	0,100	<b>Люля-кебаб с томатным соусом</b>	(фарш мясной,филе куриное,хлеб,лук репчатый,кислота лимонная,соль поваренная пищевая йодированная,масло растительное,паста томатная,сахар)	45,71р.
3,12	4,68	12,79	133,00	0,150	<b>Пюре картофельное</b>	(картофель,молоко цельное м.д.ж.3,2%,масло сливочное м.д.ж. 72.5%,соль поваренная пищевая йодированная)	15,89р.
0,96	0,06	24,40	103,00	0,200	<b>Компот из кураги</b>	(курага,сахар,кислота лимонная)	6,69р.
4,73	0,50	30,65	145,78	0,0623	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,24р.
2,67	0,48	13,49	70,30	0,0404	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	2,91р.
0,90	0,20	8,10	43,00	0,100	<b>Плоды свежие (фрукты)</b>		19,58р.
28,26	22,84	121,33	827,08				<b>124,44р.</b>
<b><u>Обед 12 и старше</u></b>							
0,70	0,10	1,90	11,00	0,100	<b>Овощи натуральные (огурцы) свежие или соленые</b>		25,50р.
2,01	2,42	20,27	100,00	0,270	<b>Суп картофельный с рисом с рыбными консервами</b>	(картофель, рис,морковь,лук репчатый,масло растительное,соль поваренная пищевая йодированная,вода,лавровый лист,рыба консервированная)	14,12р.
13,45	14,44	10,48	225,00	0,100	<b>Люля-кебаб с томатным соусом</b>	(фарш мясной,филе куриное,хлеб,лук репчатый,кислота лимонная,соль поваренная пищевая йодированная,масло растительное,паста томатная,сахар)	45,71р.
3,75	5,63	15,35	160,00	0,180	<b>Пюре картофельное</b>	(картофель,молоко цельное м.д.ж.3,2%,масло сливочное м.д.ж. 72.5%,соль поваренная пищевая йодированная)	19,06р.
0,96	0,06	24,40	103,00	0,200	<b>Компот из кураги</b>	(курага,сахар,кислота лимонная)	6,69р.
4,85	0,51	31,39	149,29	0,0638	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,34р.
5,28	0,96	26,72	139,20	0,080	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	5,76р.
1,08	0,24	9,72	51,60	0,120	<b>Плоды свежие (фрукты)</b>		23,49р.
32,08	24,36	140,23	939,09				<b>144,67р.</b>

Зав.производством \_\_\_\_\_

## 6 День

## МКОУ "Миндерлинская СШ"

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Состав блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				
<b><u>Завтрак 6-11 лет</u></b>							
4,72	13,15	0,13	139,00	20/10	<b>Сыр (порциями), масло сливочное (порциями)</b>	(сыр,масло сливочное м.д.ж.72.5%)	29,29р.
6,03	7,52	31,19	218,00	0,200	<b>Каша манная (жидкая) молочная с маслом сливочным</b>	(крупа манная,молоко цельное м.д.ж 3.2% ,соль поваренная пищевая йодированная,сахар,масло сливочное м.д.ж. 72,5%)	23,18р.
0,36	0,05	16,10	66,00	200/20	<b>Чай медовый</b>	(чай байховый,медовый продукт)	7,56р.
6,70	0,71	43,39	206,39	0,0882	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	6,00р.
4,54	4,93	21,25	148,15	50/10	<b>Блинчики с молоком сгущенным</b>	(блин п/ф,масло сливочное м.д.ж. 72,5%,масло растительное,молоко сгущенное м.д.ж.8,5%с сахаром)	16,93р.
22,35	26,36	112,07	777,54				82,96р.
<b><u>Завтрак 12 и старше</u></b>							
7,04	16,10	0,13	175,00	30/10	<b>Сыр (порциями), масло сливочное (порциями)</b>	(сыр,масло сливочное м.д.ж.72.5%)	37,73р.
9,40	11,76	48,71	340,00	0,250	<b>Каша манная (жидкая) молочная с маслом сливочным</b>	(крупа манная,молоко цельное м.д.ж 3.2% ,соль поваренная пищевая йодированная,сахар,масло сливочное м.д.ж. 72,5%)	28,96р.
0,36	0,05	16,10	66,00	200/20	<b>Чай медовый</b>	(чай байховый,медовый продукт)	7,56р.
5,90	0,62	38,18	181,58	0,0776	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	5,28р.
4,54	4,93	21,25	148,15	50/10	<b>Блинчики с молоком сгущенным</b>	(блин п/ф,масло сливочное м.д.ж. 72,5%,масло растительное,молоко сгущенное м.д.ж.8,5%с сахаром)	16,93р.
27,24	33,46	124,37	910,73				96,46р.
<b><u>Обед 6-11 лет</u></b>							
1,89	4,43	3,12	63,00	0,060	<b>Салат из свеклы с сыром и чесноком</b>	(свекла,сыр,чеснок,масло растительное,соль поваренная пищевая йодированная)	8,50р.
3,92	6,84	20,13	126,00	0,270	<b>Рассольник "Ленинградский" со сметаной,с мясом</b>	(картофель,крупа перловая,морковь,лук репчатый,огурцы соленые,масло растительное,вода,сметана м.д.ж. 20%,соль поваренная пищевая йодированная,лавровый лист,говядина тушеная)	22,58р.
19,22	14,93	36,65	357,00	0,200	<b>Плов из птицы</b>	(цыплята бройлеры 1к,рис,лук репчатый,морковь,масло растительное,паста томатная,соль поваренная пищевая йодированная)	41,17р.
1,00	0,00	25,40	110,00	0,200	<b>Сок</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	16,99р.
4,09	0,43	26,47	125,89	0,0538	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	3,66р.
3,96	0,72	20,04	104,40	0,060	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,32р.
1,30	0,29	11,66	61,92	0,144	<b>Фрукты свежие (фрукты)</b>		27,22р.
35,37	27,64	143,47	948,21				124,44р.
<b><u>Обед 12 и старше</u></b>							
4,53	9,30	4,80	127,00	0,100	<b>Салат из свеклы с сыром и чесноком</b>	(свекла,сыр,чеснок,масло растительное,соль поваренная пищевая йодированная)	19,54р.
3,92	6,84	20,13	126,00	0,270	<b>Рассольник "Ленинградский" со сметаной,с мясом</b>	(картофель,крупа перловая,морковь,лук репчатый,огурцы соленые,масло растительное,вода,сметана м.д.ж. 20%,соль поваренная пищевая йодированная,лавровый лист,говядина тушеная)	22,58р.
24,01	18,65	45,81	447,00	0,250	<b>Плов из птицы</b>	(цыплята бройлеры 1к,рис,лук репчатый,морковь,масло растительное,паста томатная,соль поваренная пищевая йодированная)	51,46р.
1,00	0,00	25,40	110,00	0,200	<b>Сок</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	16,99р.
4,00	0,42	25,88	123,08	0,0526	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	3,58р.
5,28	0,96	26,72	139,20	0,080	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	5,76р.
1,18	0,26	10,61	56,33	0,131	<b>Фрукты свежие (фрукты)</b>		24,76р.
43,92	36,43	159,35	1128,61				144,67р.

Зав.производством \_\_\_\_\_

7 День

МКОУ "Миндерлинская СШ"

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Состав блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				
<b><u>Завтрак 6-11 лет</u></b>							
0,55	12,05	1,93	119,40	0,060	<b>Салат из сырых овощей</b>	(морковь,огурцы свежие,помидоры свежие,капуста,масло растительное,соль)	12,43р.
10,82	5,89	0,43	98,60	0,068	<b>Рыба запеченная с сыром</b>	(минтай филе,сыр,соль,масло растительное,сметана)	43,84р.
2,92	4,32	16,18	141,00	0,150	<b>Картофель отварной</b>	(картофель,масло растительное,соль поваренная пищевая йодированная)	8,93р.
0,26	0,06	15,22	62,00	200/15/7	<b>Чай с лимоном</b>	(чай байховый,сахар,лимон)	4,03р.
4,75	0,50	30,75	146,25	0,0625	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,25р.
4,10	7,40	14,10	140,00	0,050	<b>Печенье творожное</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	9,48р.
23,41	30,22	78,61	707,25				82,96р.
<b><u>Завтрак 12 и старше</u></b>							
0,92	20,08	3,22	199,00	0,100	<b>Салат из сырых овощей</b>	(морковь,огурцы свежие,помидоры свежие,капуста,масло растительное,соль)	21,52р.
11,14	6,07	0,44	101,50	0,070	<b>Рыба запеченная с сыром</b>	(минтай филе,сыр,соль,масло растительное,сметана)	45,13р.
3,50	5,18	19,42	170,00	0,180	<b>Картофель отварной</b>	(картофель,масло растительное,соль поваренная пищевая йодированная)	10,72р.
0,26	0,06	15,22	62,00	200/15/7	<b>Чай с лимоном</b>	(чай байховый,сахар,лимон)	4,03р.
6,23	0,66	40,34	191,88	0,082	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	5,58р.
4,10	7,40	14,10	140,00	0,050	<b>Печенье творожное</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	9,48р.
26,15	39,44	92,75	864,38				96,46р.
<b><u>Обед 6-11 лет</u></b>							
0,60	3,60	4,50	54,00	0,060	<b>Закуска кабачки обжаренные с овощами</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	17,56р.
4,11	6,73	13,87	127,00	0,270	<b>Борщ "Украинский" со сметаной с мясом</b>	(свекла,капуста белокочанная,картофель,морковь,лук репчатый,чеснок,паста томатная,мука,масло растительное,перец болгарский,сахар,кислота лимонная,сметана м.д.ж. 20%,говядина тушеная,вода)	30,57р.
17,77	19,39	3,66	262,22	0,100	<b>Гуляш</b>	(говядина к/к,масло растительное,лук,паста томатная,мука пшеничная,соль)	54,36р.
8,59	6,10	38,05	243,00	0,150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	(крупа гречневая,масло растительное,вода,соль поваренная пищевая йодированная)	4,96р.
0,74	0,16	36,03	150,00	0,200	<b>Компот из изюма</b>	(изюм,сахар,лимонная кислота,вода)	6,32р.
6,46	0,68	41,82	198,90	0,085	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	5,78р.
4,48	0,81	22,68	118,15	0,0679	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,89р.
42,75	37,47	160,60	1153,27				124,44р.
<b><u>Обед 12 и старше</u></b>							
1,05	6,30	7,88	94,50	0,105	<b>Закуска кабачки обжаренные с овощами</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	30,74р.
4,11	6,73	13,87	127,00	0,270	<b>Борщ "Украинский" со сметаной с мясом</b>	(свекла,капуста белокочанная,картофель,морковь,лук репчатый,чеснок,паста томатная,мука,масло растительное,перец болгарский,сахар,кислота лимонная,сметана м.д.ж. 20%,говядина тушеная,вода)	30,57р.
19,54	21,33	4,02	288,44	0,110	<b>Гуляш</b>	(говядина к/к,масло растительное,лук,паста томатная,мука пшеничная,соль)	59,80р.
10,31	7,31	45,63	292,00	0,180	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	(крупа гречневая,масло растительное,вода,соль поваренная пищевая йодированная)	5,95р.
0,74	0,16	36,03	150,00	0,200	<b>Компот из изюма</b>	(изюм,сахар,лимонная кислота,вода)	6,32р.
6,17	0,65	39,95	190,01	0,0812	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	5,52р.
5,29	0,96	26,75	139,37	0,080	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	5,77р.
47,21	43,44	174,13	1281,33				144,67р.

Зав.производством \_\_\_\_\_

8 День

МКОУ "Миндерлинская СШ"

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Состав блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				
<b><u>Завтрак 6-11 лет</u></b>							
1,20	0,42	6,00	32,40	0,030	<b>Кукуруза консервированная отварная</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	11,02р.
8,10	11,99	20,84	224,00	0,150	<b>Макаронные изделия с сыром</b>	(макаронные изделия,сыр,масло растительное)	22,31р.
10,15	8,14	4,35	131,00	0,090	<b>Филе куриное по-люблински</b>	(филе куриное ,масло растительное,морковь,лук репчатый,сметана м.д.ж. 20%,соль поваренная пищевая	29,11р.
1,00	0,00	25,40	110,00	0,200	<b>Сок</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	16,99р.
3,94	0,42	25,53	121,45	0,0519	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	3,53р.
24,39	20,97	82,12	618,85				<b>82,96р.</b>
<b><u>Завтрак 12 и старше</u></b>							
1,68	0,59	8,40	45,50	0,042	<b>Кукуруза консервированная отварная</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	15,43р.
9,73	14,39	25,01	269,00	0,180	<b>Макаронные изделия с сыром</b>	(макаронные изделия,сыр,масло растительное)	26,80р.
11,28	9,04	4,84	144,00	0,100	<b>Филе куриное по-люблински</b>	(филе куриное ,масло растительное,морковь,лук репчатый,сметана м.д.ж. 20%,соль поваренная пищевая	32,34р.
1,00	0,00	25,40	110,00	0,200	<b>Сок</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	16,99р.
5,47	0,58	35,42	168,48	0,072	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,90р.
29,16	24,59	99,07	736,98				<b>96,46р.</b>
<b><u>Обед 6-11 лет</u></b>							
1,00	4,37	6,18	66,00	0,060	<b>Икра свекольная</b>	(свекла,лук репчатый,паста томатная,масло растительное,кислота лимонная,сахар,соль поваренная пищевая	6,74р.
7,24	5,88	21,39	159,00	0,260	<b>Суп картофельный с бобовыми с мясом</b>	(картофель,горох,лук репчатый,морковь,масло растительное,вода,говядина тушеная,соль поваренная пищевая йодированная,лавровый лист)	14,47р.
13,72	10,06	16,81	222,40	0,200	<b>Азу</b>	(говядина,масло растительное,картофель,лук репчатый,огурцы соленые,мука пшеничная,паста томатная,соль поваренная пищевая йодированная)	64,22р.
0,17	0,14	14,37	65,00	0,200	<b>Напиток из плодов шиповника</b>	(шиповник,сахар,вода)	4,61р.
5,09	0,54	32,96	156,78	0,067	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,56р.
3,96	0,72	20,04	104,40	0,060	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,32р.
1,22	0,27	10,94	58,05	0,135	<b>Плоды свежие (фрукты)</b>		25,52р.
32,40	21,97	122,69	831,63				<b>124,44р.</b>
<b><u>Обед 12 и старше</u></b>							
1,87	7,29	11,07	115,00	0,100	<b>Икра свекольная</b>	(свекла,лук репчатый,паста томатная,масло растительное,кислота лимонная,сахар,соль поваренная пищевая	11,24р.
7,24	5,88	21,39	159,00	0,260	<b>Суп картофельный с бобовыми с мясом</b>	(картофель,горох,лук репчатый,морковь,масло растительное,вода,говядина тушеная,соль поваренная пищевая йодированная,лавровый лист)	14,47р.
17,15	12,57	21,01	278,00	0,250	<b>Азу</b>	(говядина,масло растительное,картофель,лук репчатый,огурцы соленые,мука пшеничная,паста томатная,соль поваренная пищевая йодированная)	80,28р.
0,17	0,14	14,37	65,00	0,200	<b>Напиток из плодов шиповника</b>	(шиповник,сахар,вода)	4,61р.
5,23	0,55	33,85	160,99	0,0688	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,68р.
5,28	0,96	26,72	139,20	0,080	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	5,76р.
1,13	0,25	10,13	53,75	0,125	<b>Плоды свежие (фрукты)</b>		23,63р.
38,06	27,64	138,53	970,94				<b>144,67р.</b>

Зав.производством \_\_\_\_\_

9 День

МКОУ "Миндерлинская СШ"

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Состав блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				
<b><u>Завтрак 6-11 лет</u></b>							
0,42	0,06	1,14	7,00	0,060	<b>Овощи натуральные (огурцы)свежие или соленые</b>		15,30р.
2,70	1,57	5,26	46,00	0,045	<b>Творожок детский пром.производства, обогащенный кальцием, мдж 3,5%</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	19,55р.
18,15	23,58	3,44	297,82	0,180	<b>Омлет натуральный</b>	(яйцо,молоко цельное 3,2%,масло сливочное 72,5%,соль поваренная пищевая йодированная)	34,56р.
1,57	1,66	17,07	88,00	0,200	<b>Чай с молоком сгущенным</b>	(чай байховый,молоко сгущенное м.д.ж 8,5% с сахаром,сахар,вода)	8,07р.
6,13	0,64	39,66	188,60	0,0806	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	5,48р.
28,96	27,51	66,56	627,42				<b>82,96р.</b>
<b><u>Завтрак 12 и старше</u></b>							
0,70	0,10	1,90	11,00	0,100	<b>Овощи натуральные (огурцы)свежие или соленые</b>		25,50р.
2,70	1,57	5,26	46,00	0,045	<b>Творожок детский пром.производства, обогащенный кальцием, мдж 3,5%</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	19,55р.
20,24	23,79	3,93	309,33	0,200	<b>Омлет натуральный</b>	(яйцо,молоко цельное 3,2%,масло сливочное 72,5%,соль поваренная пищевая йодированная)	38,40р.
1,57	1,66	17,07	88,00	0,200	<b>Чай с молоком сгущенным</b>	(чай байховый,молоко сгущенное м.д.ж 8,5% с сахаром,сахар,вода)	8,07р.
5,52	0,58	35,72	169,88	0,0726	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,94р.
30,73	27,70	63,88	624,22				<b>96,46р.</b>
<b><u>Обед 6-11 лет</u></b>							
1,24	5,48	7,56	83,40	0,060	<b>Салат из моркови с горячей заправкой</b>	(морковь,лук,масло растительное,чеснок,сахар,соль пищевая йодированная,кислота лимонная,соус соевый)	8,74р.
4,37	8,04	8,13	128,00	0,270	<b>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной с мясом</b>	(капуста,картофель,морковь,лук репчатый,масло растительное,паста томатная,вода,соль поваренная пищевая йодированная,сметана м.д.ж. 20%,говядина тушеная,лавровый лист)	20,37р.
24,35	17,66	2,14	282,00	0,108	<b>Курица, запеченная по-домашнему</b>	(цыплята бройлеры (голень),сметана м.д.ж. 20%,масло растительное,соль поваренная пищевая йодированная,чеснок)	53,72р.
3,12	4,68	12,79	133,00	0,150	<b>Пюре картофельное</b>	(картофель,молоко цельное м.д.ж. 3,2%,масло сливочное м.д.ж.72.5%,соль поваренная пищевая йодированная)	15,89р.
1,00	0,00	25,40	110,00	0,200	<b>Сок</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	16,99р.
4,92	0,52	31,88	151,63	0,0648	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,41р.
3,96	0,72	20,04	104,40	0,060	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,32р.
42,96	37,11	107,94	992,43				<b>124,44р.</b>
<b><u>Обед 12 и старше</u></b>							
2,06	9,14	12,60	139,00	0,100	<b>Салат из моркови с горячей заправкой</b>	(морковь,лук,масло растительное,чеснок,сахар,соль пищевая йодированная,кислота лимонная,соус соевый)	14,57р.
4,37	8,04	8,13	128,00	0,270	<b>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной с мясом</b>	(капуста,картофель,морковь,лук репчатый,масло растительное,паста томатная,вода,соль поваренная пищевая йодированная,сметана м.д.ж. 20%,говядина тушеная,лавровый лист)	20,37р.
29,32	21,26	2,57	339,30	0,130	<b>Курица, запеченная по-домашнему</b>	(цыплята бройлеры (голень),сметана м.д.ж. 20%,масло растительное,соль поваренная пищевая йодированная,чеснок)	64,67р.
3,75	5,63	15,35	160,00	0,180	<b>Пюре картофельное</b>	(картофель,молоко цельное м.д.ж. 3,2%,масло сливочное м.д.ж.72.5%,соль поваренная пищевая йодированная)	19,06р.
1,00	0,00	25,40	110,00	0,200	<b>Сок</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	16,99р.
5,24	0,55	33,95	161,46	0,069	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,69р.
3,96	0,72	20,04	104,40	0,060	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,32р.
49,70	45,34	118,04	1142,16				<b>144,67р.</b>

Зав.производством \_\_\_\_\_

**10 День****МКОУ "Миндерлинская СШ"**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Состав блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				
<b><u>Завтрак 6-11 лет</u></b>							
0,75	5,49	3,34	66,00	0,060	<b>Маринованная капуста</b>	(капуста белокочанная,масло растительное,кислота лимонная,сахар,соль)	<b>3,64р.</b>
15,39	16,70	36,14	375,00	0,200	<b>Плов</b>	(рис,масло растительное,морковь,лук репчатый,паста томатная,соль поваренная пищевая йодированная,филе (чай байховый,сахар,лимон,вода)	<b>43,17р.</b>
0,26	0,06	15,22	62,00	200/15/7	<b>Чай с лимоном</b>	(чай байховый,сахар,лимон,вода)	<b>4,03р.</b>
4,21	0,44	27,26	129,64	0,0554	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	<b>3,77р.</b>
1,26	0,28	11,34	60,20	0,140	<b>Фрукты свежие (фрукты)</b>		<b>28,35р.</b>
21,87	22,97	93,30	692,84				<b>82,96р.</b>
<b><u>Завтрак 12 и старше</u></b>							
1,25	9,15	5,57	110,00	0,100	<b>Маринованная капуста</b>	(капуста белокочанная,масло растительное,кислота лимонная,сахар,соль)	<b>6,07р.</b>
19,23	20,89	45,17	470,00	0,250	<b>Плов</b>	(рис,масло растительное,морковь,лук репчатый,паста томатная,соль поваренная пищевая йодированная,филе (чай байховый,сахар,лимон,вода)	<b>53,97р.</b>
0,26	0,06	15,22	62,00	200/15/7	<b>Чай с лимоном</b>	(чай байховый,сахар,лимон,вода)	<b>4,03р.</b>
5,65	0,59	36,56	173,86	0,0743	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	<b>5,05р.</b>
1,22	0,27	10,94	58,05	0,135	<b>Фрукты свежие (фрукты)</b>		<b>27,34р.</b>
27,60	30,96	113,45	873,91				<b>96,46р.</b>
<b><u>Обед 6-11 лет</u></b>							
1,14	5,34	4,62	71,00	0,060	<b>Икра кабачковая (промышл.производства)</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	<b>9,16р.</b>
3,92	6,84	20,13	126,00	0,270	<b>Рассольник "Ленинградский" со сметаной, с мясом</b>	(картофель,крупа перловая,морковь,лук репчатый,огурцы соленые,масло растительное,вода,сметана м.д.ж. 20%,соль поваренная пищевая йодированная,лавровый лист,говядина тушеная)	<b>22,58р.</b>
8,95	13,76	11,65	259,00	0,110	<b>Тефтели (2 вариант)</b>	(фарш мясной, вода, рис, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная, паста томатная, сметана м.д.ж.20 %, соль поваренная пищевая йодированная, масло растительное)	<b>32,30р.</b>
5,42	4,37	24,19	167,00	0,150	<b>Макаронные изделия отварные</b>	(макаронные изделия,масло растительное,соль поваренная пищевая йодированная)	<b>12,21р.</b>
1,00	0,00	25,40	110,00	0,200	<b>Сок</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	<b>16,99р.</b>
3,85	0,40	24,90	118,40	0,0506	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	<b>3,44р.</b>
3,96	0,72	20,04	104,40	0,060	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	<b>4,32р.</b>
1,12	0,25	10,04	53,32	0,124	<b>Фрукты свежие (фрукты)</b>		<b>23,44р.</b>
29,35	31,68	140,97	1009,12				<b>124,44р.</b>
<b><u>Обед 12 и старше</u></b>							
1,90	8,90	7,70	119,00	0,100	<b>Икра кабачковая (промышл.производства)</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	<b>15,27р.</b>
3,92	6,84	20,13	126,00	0,270	<b>Рассольник "Ленинградский" со сметаной, с мясом</b>	(картофель,крупа перловая,морковь,лук репчатый,огурцы соленые,масло растительное,вода,сметана м.д.ж. 20%,соль поваренная пищевая йодированная,лавровый лист,говядина тушеная)	<b>22,58р.</b>
8,95	13,76	11,65	259,00	0,110	<b>Тефтели (2 вариант)</b>	(фарш мясной, вода, рис, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная, паста томатная, сметана м.д.ж.20 %, соль поваренная пищевая йодированная, масло растительное)	<b>32,30р.</b>
6,50	5,25	29,03	200,00	0,180	<b>Макаронные изделия отварные</b>	(макаронные изделия,масло растительное,соль поваренная пищевая йодированная)	<b>14,65р.</b>
1,00	0,00	25,40	110,00	0,200	<b>Сок</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	<b>16,99р.</b>
5,15	0,54	33,36	158,65	0,0678	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	<b>4,61р.</b>
5,28	0,96	26,72	139,20	0,080	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	<b>5,76р.</b>
1,55	0,34	13,93	73,96	0,172	<b>Фрукты свежие (фрукты)</b>		<b>32,51р.</b>
34,25	36,60	167,92	1185,81				<b>144,67р.</b>

Зав.производством \_\_\_\_\_

## 11 День

## МКОУ "Миндерлинская СШ"

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Состав блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				
<b><u>Завтрак 6-11 лет</u></b>							
4,72	13,15	0,13	139,00	20/10	<b>Сыр (порциями), масло сливочное (порциями)</b>	(сыр,масло сливочное м.д.ж.72,5%)	29,29р.
5,33	4,83	0,29	66,00	1 шт	<b>Яйца вареные</b>	(яйцо)	11,48р.
6,61	9,08	28,62	224,00	0,200	<b>Каша геркулесовая (жидкая) молочная с маслом сливочным</b>	(хлопья"Геркулес",молоко цельное м.д.ж.3,2%,масло сливочное м.д.ж.72,5%,соль поваренная пищевая йодированная,сахар)	20,26р.
3,87	3,10	25,17	146,00	0,200	<b>Какао с молоком</b>	(какао порошок,молоко цельное м,д,ж, 3,2%,сахар,вода)	18,40р.
3,94	0,42	25,53	121,45	0,0519	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	3,53р.
24,47	30,58	79,74	696,45				<b>82,96р.</b>
<b><u>Завтрак 12 и старше</u></b>							
7,04	16,10	0,13	175,00	30/10	<b>Сыр (порциями), масло сливочное (порциями)</b>	(сыр,масло сливочное м.д.ж.72,5%)	37,75р.
5,33	4,83	0,29	66,00	1 шт	<b>Яйца вареные</b>	(яйцо)	11,48р.
8,26	11,35	35,77	279,00	0,250	<b>Каша геркулесовая (жидкая) молочная с маслом сливочным</b>	(хлопья"Геркулес",молоко цельное м.д.ж.3,2%,масло сливочное м.д.ж.72,5%,соль поваренная пищевая йодированная,сахар)	25,32р.
3,87	3,10	25,17	146,00	0,200	<b>Какао с молоком</b>	(какао порошок,молоко цельное м,д,ж, 3,2%,сахар,вода)	18,40р.
3,92	0,41	25,39	120,74	0,0516	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	3,51р.
28,42	35,79	86,75	786,74				<b>96,46р.</b>
<b><u>Обед 6-11 лет</u></b>							
0,86	2,77	4,17	46,20	0,060	<b>Салат из белокочанной капусты</b>	(капуста,морковь,кислота лимонная,сахар,соль поваренная пищевая йодированная,масло растительное)	3,73р.
8,48	6,33	12,85	157,00	0,255	<b>Суп сырный с птицей</b>	(картофель,морковь,сыр плавленый,соль поваренная пищевая йодированная,лавровый лист,набор для тушения,вода)	19,66р.
11,92	10,26	10,65	189,00	0,100	<b>Рыба в тесте</b>	(минтай филе,мука пшеничная,молоко цельное м.д.ж. 3.2%,яйцо,масло растительное,соль)	34,95р.
3,64	4,33	37,36	206,00	0,150	<b>Рис припущенный</b>	(крупа рисовая,масло растительное,соль поваренная пищевая йодированная,вода)	7,36р.
1,00	0,00	25,40	110,00	0,200	<b>Сок</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	16,99р.
3,81	0,40	24,65	117,23	0,0501	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	3,41р.
3,96	0,72	20,04	104,40	0,060	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,32р.
1,62	0,36	14,58	77,40	0,180	<b>Фрукты свежие (фрукты)</b>		34,02р.
35,03	25,33	160,33	1047,23				<b>124,44р.</b>
<b><u>Обед 12 и старше</u></b>							
1,44	4,62	6,95	77,00	0,100	<b>Салат из белокочанной капусты</b>	(капуста,морковь,кислота лимонная,сахар,соль поваренная пищевая йодированная,масло растительное)	6,22р.
8,48	6,33	12,85	157,00	0,255	<b>Суп сырный с птицей</b>	(картофель,морковь,сыр плавленый,соль поваренная пищевая йодированная,лавровый лист,набор для тушения,вода)	19,66р.
11,92	10,26	10,65	189,00	0,100	<b>Рыба в тесте</b>	(минтай филе,мука пшеничная,молоко цельное м.д.ж. 3.2%,яйцо,масло растительное,соль)	34,95р.
4,37	5,20	44,83	247,00	0,180	<b>Рис припущенный</b>	(крупа рисовая,масло растительное,соль поваренная пищевая йодированная,вода)	8,83р.
1,00	0,00	25,40	110,00	0,200	<b>Сок</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	16,99р.
4,54	0,48	29,37	139,70	0,0597	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,06р.
5,28	0,96	26,72	139,20	0,080	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	5,76р.
2,30	0,51	20,66	109,65	0,255	<b>Фрукты свежие (фрукты)</b>		48,20р.
39,06	28,52	188,06	1208,55				<b>144,67р.</b>

Зав.производством \_\_\_\_\_

## 12 День

## МКОУ "Миндерлинская СШ"

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Состав блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				
<b><u>Завтрак 6-11 лет</u></b>							
1,00	4,37	6,18	66,00	0,060	<b>Икра свекольная</b>	(свекла, лук репчатый, масло растительное, паста томатная, кислота лимонная, сахар, соль поваренная пищевая)	6,74р.
2,70	1,57	5,26	46,00	0,045	<b>Творожок детский пром. производства, обогащенный кальцием, мдж 3,5%</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	19,55р.
10,02	20,66	2,67	237,86	0,090	<b>Гуляш из свинины</b>	(окорок свинины, масло растительное, лук репчатый, мука пшеничная, соль поваренная пищевая йодированная)	38,01р.
8,59	6,10	38,05	243,00	0,150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	(крупа гречневая, масло растительное, вода, соль поваренная пищевая йодированная)	4,96р.
1,45	1,25	22,36	107,00	0,200	<b>Напиток кофейный</b>	(кофейный напиток, вода, молоко цельное м.д.ж.3,2%, сахар)	9,46р.
4,73	0,50	30,65	145,78	0,0623	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	4,24р.
28,49	34,45	105,18	845,64				<b>82,96р.</b>
<b><u>Завтрак 12 и старше</u></b>							
1,67	7,28	10,30	110,00	0,100	<b>Икра свекольная</b>	(свекла, лук репчатый, масло растительное, паста томатная, кислота лимонная, сахар, соль поваренная пищевая)	11,24р.
2,70	1,57	5,26	46,00	0,045	<b>Творожок детский пром. производства, обогащенный кальцием, мдж 3,5%</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	19,55р.
11,78	24,35	3,17	282,23	0,106	<b>Гуляш из свинины</b>	(окорок свинины, масло растительное, лук репчатый, мука пшеничная, соль поваренная пищевая йодированная)	44,77р.
10,31	7,31	45,63	292,00	0,180	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	(крупа гречневая, масло растительное, вода, соль поваренная пищевая йодированная)	5,95р.
1,45	1,25	22,36	107,00	0,200	<b>Напиток кофейный</b>	(кофейный напиток, вода, молоко цельное м.д.ж.3,2%, сахар)	9,46р.
6,13	0,65	39,70	188,84	0,0807	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	5,49р.
34,04	42,41	126,42	1026,06				<b>96,46р.</b>
<b><u>Обед 6-11 лет</u></b>							
0,81	2,61	5,13	48,00	0,060	<b>Лечо (консервы пром. производ.)</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	12,92р.
4,55	5,88	10,53	134,00	0,270	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной и мясом</b>	(свекла, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, паста томатная, масло растительное, сахар, кислота лимонная, соль поваренная пищевая йодированная, лавровый лист, сметана м.д.ж. 20%, говядина тушеная)	21,49р.
32,49	9,11	2,92	222,83	0,105	<b>Шашлычки из филе куриного</b>	(филе куриное, лук репчатый, сметана м.д.ж 20%, соль поваренная пищевая йодированная, соус соевый, масло растительное, кислота лимонная)	70,38р.
2,92	4,32	16,18	141,00	0,150	<b>Картофель отварной</b>	(картофель, масло растительное, соль поваренная пищевая йодированная)	8,93р.
0,20	0,05	15,01	60,00	200/15	<b>Чай с сахаром</b>	(чай байховый, сахар, вода)	2,03р.
4,89	0,51	31,64	150,46	0,0643	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	4,37р.
3,96	0,72	20,04	104,40	0,060	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	4,32р.
49,82	23,21	101,44	860,70				<b>124,44р.</b>
<b><u>Обед 12 и старше</u></b>							
1,35	4,35	8,55	80,00	0,100	<b>Лечо (консервы пром. производ.)</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	21,53р.
4,55	5,88	10,53	134,00	0,270	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной и мясом</b>	(свекла, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, паста томатная, масло растительное, сахар, кислота лимонная, соль поваренная пищевая йодированная, лавровый лист, сметана м.д.ж. 20%, говядина тушеная)	21,49р.
36,52	10,22	3,27	251,34	0,118	<b>Шашлычки из филе куриного</b>	(филе куриное, лук репчатый, сметана м.д.ж 20%, соль поваренная пищевая йодированная, соус соевый, масло растительное, кислота лимонная)	79,10р.
3,50	5,18	19,42	170,00	0,180	<b>Картофель отварной</b>	(картофель, масло растительное, соль поваренная пищевая йодированная)	10,72р.
0,20	0,05	15,01	60,00	200/15	<b>Чай с сахаром</b>	(чай байховый, сахар, вода)	2,03р.
4,51	0,48	29,22	139,00	0,0594	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	4,04р.
5,28	0,96	26,72	139,20	0,080	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	5,76р.
55,92	27,11	112,72	973,54				<b>144,67р.</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

## 13 День

## МКОУ "Миндерлинская СШ"

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Состав блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				
<b><u>Завтрак 6-11 лет</u></b>							
1,24	5,48	7,56	83,40	0,060	<b>Салат из моркови с горячей заправкой</b>	(морковь, лук, масло растительное, чеснок, сахар, соль пищевая йодированная, кислота лимонная, соус соевый)	8,74р.
12,04	3,03	8,11	104,67	0,060	<b>Котлеты рубленые из птицы</b>	(фарш куриный, хлеб пшеничный, вода, сухари панировочные, масло растительное, соль поваренная пищевая йодированная)	26,91р.
3,12	4,68	12,79	133,00	0,150	<b>Пюре картофельное</b>	(картофель, молоко цельное м.д.ж.3,2%, масло сливочное м.д.ж.72,5%, соль поваренная пищевая йодированная,)	15,89р.
1,92	0,11	33,84	146,00	0,200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	(смесь сухофруктов, сахар, кислота лимонная)	4,19р.
4,45	0,47	28,78	136,89	0,0585	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	3,98р.
1,11	0,25	9,96	52,89	0,123	<b>Фрукты свежие (фрукты)</b>		23,25р.
23,87	14,01	101,05	656,85				82,96р.
<b><u>Завтрак 12 и старше</u></b>							
2,06	9,14	12,60	139,00	0,100	<b>Салат из моркови с горячей заправкой</b>	(морковь, лук, масло растительное, чеснок, сахар, соль пищевая йодированная, кислота лимонная, соус соевый)	14,57р.
12,04	3,02	8,12	104,40	0,060	<b>Котлеты рубленые из птицы</b>	(фарш куриный, хлеб пшеничный, вода, сухари панировочные, масло растительное, соль поваренная пищевая йодированная)	26,91р.
3,75	5,63	15,35	160,00	0,180	<b>Пюре картофельное</b>	(картофель, молоко цельное м.д.ж.3,2%, масло сливочное м.д.ж.72,5%, соль поваренная пищевая йодированная,)	19,06р.
1,92	0,11	33,84	146,00	0,200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	(смесь сухофруктов, сахар, кислота лимонная)	4,19р.
5,89	0,62	38,13	181,35	0,0775	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	5,27р.
1,26	0,28	11,34	60,20	0,140	<b>Фрукты свежие (фрукты)</b>		26,46р.
26,92	18,80	119,38	790,95				96,46р.
<b><u>Обед 6-11 лет</u></b>							
0,76	5,49	3,34	65,40	0,060	<b>Маринованная капуста</b>	(капуста белокочанная, масло растительное, кислота лимонная, сахар, соль)	3,64р.
7,24	5,88	21,39	159,00	0,260	<b>Суп картофельный с бобовыми с мясом</b>	(картофель, горох, лук репчатый, морковь, масло растительное, вода, говядина тушеная, соль поваренная пищевая йодированная, лавровый лист)	14,47р.
9,89	17,58	5,73	224,00	0,090	<b>Бефстроганов</b>	(говядина к/к, лук, масло растительное, мука пшеничная, сметана м.д.ж. 20%, соль)	52,82р.
5,42	4,37	24,19	167,00	0,150	<b>Макаронные изделия отварные</b>	(макаронные изделия, масло растительное, соль поваренная пищевая йодированная)	12,21р.
0,96	0,06	24,40	103,00	0,200	<b>Компот из кураги</b>	(курага, сахар, кислота лимонная, вода)	6,69р.
3,97	0,42	25,73	122,38	0,0523	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	3,56р.
3,96	0,72	20,04	104,40	0,060	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	4,32р.
1,19	0,26	10,69	56,76	0,132	<b>Фрукты свежие (фрукты)</b>		26,73р.
33,39	34,78	135,51	1001,94				124,44р.
<b><u>Обед 12 и старше</u></b>							
1,26	9,15	5,56	109,00	0,100	<b>Маринованная капуста</b>	(капуста белокочанная, масло растительное, кислота лимонная, сахар, соль)	6,07р.
7,24	5,88	21,39	159,00	0,260	<b>Суп картофельный с бобовыми с мясом</b>	(картофель, горох, лук репчатый, морковь, масло растительное, вода, говядина тушеная, соль поваренная пищевая йодированная, лавровый лист)	14,47р.
11,00	19,54	6,37	249,00	0,100	<b>Бефстроганов</b>	(говядина к/к, лук, масло растительное, мука пшеничная, сметана м.д.ж. 20%, соль)	58,69р.
6,50	5,25	29,03	200,00	0,180	<b>Макаронные изделия отварные</b>	(макаронные изделия, масло растительное, соль поваренная пищевая йодированная)	14,65р.
0,96	0,06	24,40	103,00	0,200	<b>Компот из кураги</b>	(курага, сахар, кислота лимонная, вода)	6,69р.
4,83	0,51	31,24	148,59	0,0635	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	4,32р.
5,28	0,96	26,72	139,20	0,080	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства: состав смотреть на упаковке)	5,76р.
1,51	0,34	13,61	72,24	0,168	<b>Фрукты свежие (фрукты)</b>		34,02р.
38,58	41,68	158,32	1180,03				144,67р.

Зав. производством \_\_\_\_\_

## 14 День

## МКОУ "Миндерлинская СШ"

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Состав блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				
<b><u>Завтрак 6-11 лет</u></b>							
0,97	9,04	5,72	108,60	0,060	<b>Салат витаминный (2 вариант)</b>	(капуста,морковь,перец болгарский,горошек зеленый консервированный,лимон,масло растительное,сахар)	12,70р.
11,92	3,72	0,56	83,13	0,095	<b>Рыба запеченная с помидорами и сыром</b>	(минтай филе,помидоры свежие ,сыр,соль поваренная пищевая йодированная,масло растительное,сметана м.д.ж 20%)	45,29р.
3,64	4,33	37,36	206,00	0,150	<b>Рис припущенный</b>	(крупа рисовая,вода,масло растительное,соль поваренная пищевая йодированная)	7,36р.
0,26	0,06	15,22	62,00	200/15/7	<b>Чай с лимоном</b>	(чай байховый,сахар,лимон)	4,03р.
4,58	0,48	29,67	141,10	0,0603	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,10р.
4,10	7,40	14,10	140,00	0,050	<b>Печенье творожное</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	9,48р.
25,47	25,03	102,62	740,83				82,96р.
<b><u>Завтрак 12 и старше</u></b>							
1,61	15,06	9,53	181,00	0,100	<b>Салат витаминный (2 вариант)</b>	(капуста,морковь,перец болгарский,горошек зеленый консервированный,лимон,масло растительное,сахар)	21,16р.
12,54	3,91	0,58	87,78	0,100	<b>Рыба запеченная с помидорами и сыром</b>	(минтай филе,помидоры свежие ,сыр,соль поваренная пищевая йодированная,масло растительное,сметана м.д.ж 20%)	47,68р.
4,37	5,20	44,83	247,00	0,180	<b>Рис припущенный</b>	(крупа рисовая,вода,масло растительное,соль поваренная пищевая йодированная)	8,83р.
0,26	0,06	15,22	62,00	200/15/7	<b>Чай с лимоном</b>	(чай байховый,сахар,лимон)	4,03р.
5,90	0,62	38,18	181,58	0,0776	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	5,28р.
4,10	7,40	14,10	140,00	0,050	<b>Печенье творожное</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	9,48р.
28,78	32,25	122,44	899,36				96,46р.
<b><u>Обед 6-11 лет</u></b>							
0,84	5,98	3,02	73,00	0,060	<b>Винегрет овощной</b>	(картофель,свекла,морковь,огурцы соленые,лук репчатый,масло растительное,горошек зеленый консервированный)	9,40р.
4,37	8,04	8,13	128,00	0,270	<b>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной с мясом</b>	(капуста,картофель,морковь,лук репчатый,масло растительное,паста томатная,вода,соль поваренная пищевая йодированная,сметана м.д.ж. 20%,говядина тушеная,лавровый лист)	20,37р.
13,17	16,52	7,59	229,00	0,175	<b>Чахохбили</b>	(цыплята бройлеры ,масло растительное,лук репчатый,паста томатная,мука пшеничная,кислота лимонная,чеснок,соль поваренная пищевая йодированная)	52,06р.
8,59	6,10	38,05	243,00	0,150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	(крупа гречневая,соль поваренная пищевая йодированная,вода,масло растительное)	4,96р.
0,05	0,05	13,20	54,00	0,200	<b>Напиток яблочный</b>	(яблоко свежее,сахар,вода)	4,18р.
4,04	0,43	26,17	124,49	0,0532	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	3,63р.
3,96	0,72	20,04	104,40	0,060	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,32р.
1,13	0,25	10,21	54,18	0,126	<b>Фрукты свежие (фрукты)</b>		25,52р.
36,16	38,09	126,41	1010,07				124,44р.
<b><u>Обед 12 и старше</u></b>							
1,39	9,96	5,05	120,00	0,100	<b>Винегрет овощной</b>	(картофель,свекла,морковь,огурцы соленые,лук репчатый,масло растительное,горошек зеленый консервированный)	15,49р.
4,37	8,04	8,13	128,00	0,270	<b>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной с мясом</b>	(капуста,картофель,морковь,лук репчатый,масло растительное,паста томатная,вода,соль поваренная пищевая йодированная,сметана м.д.ж. 20%,говядина тушеная,лавровый лист)	20,37р.
13,17	16,52	7,59	229,00	0,175	<b>Чахохбили</b>	(цыплята бройлеры ,масло растительное,лук репчатый,паста томатная,мука пшеничная,кислота лимонная,чеснок,соль поваренная пищевая йодированная)	52,06р.
10,31	7,31	45,63	292,00	0,180	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	(крупа гречневая,соль поваренная пищевая йодированная,вода,масло растительное)	5,95р.
0,05	0,05	13,20	54,00	0,200	<b>Напиток яблочный</b>	(яблоко свежее,сахар,вода)	4,18р.
4,92	0,52	31,83	151,40	0,0647	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,40р.
5,28	0,96	26,72	139,20	0,080	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	5,76р.
1,62	0,36	14,58	77,40	0,180	<b>Фрукты свежие (фрукты)</b>		36,45р.
41,11	43,72	152,73	1191,00				144,66р.

Зав.производством

15 День

МКОУ "Миндерлинская СШ"

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Состав блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				
<b><u>Завтрак 6-11 лет</u></b>							
1,14	5,34	4,62	71,00	0,060	<b>Икра кабачковая (промышл.производства)</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	9,16р.
15,90	30,58	27,08	465,05	0,262	<b>Жаркое по-домашнему</b>	(картофель,лук,масло растительное,паста томатная,соль поваренная пищевая йодированная,окорок)	54,97р.
1,57	1,66	17,07	88,00	0,200	<b>Чай с молоком сгущенным</b>	(чай байховый,вода,сахар,молоко сгущенное м.д.ж.8,5% с сахаром )	8,07р.
0,78	2,12	12,50	72,20	0,020	<b>Вафли</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	6,44р.
4,83	0,51	31,24	148,59	0,0635	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,32р.
24,22	40,20	92,51	844,84				<b>82,96р.</b>
<b><u>Завтрак 12 и старше</u></b>							
1,90	8,90	7,70	118,33	0,100	<b>Икра кабачковая (промышл.производства)</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	15,27р.
15,93	19,87	29,93	378,56	0,293	<b>Жаркое по-домашнему</b>	(картофель,лук,масло растительное,паста томатная,соль поваренная пищевая йодированная,окорок)	61,48р.
1,57	1,66	17,07	88,00	0,200	<b>Чай с молоком сгущенным</b>	(чай байховый,вода,сахар,молоко сгущенное м.д.ж.8,5% с сахаром )	8,07р.
0,78	2,12	12,50	72,20	0,020	<b>Вафли</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	6,44р.
5,81	0,61	37,59	178,78	0,0764	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	5,20р.
25,98	33,16	104,79	835,87				<b>96,46р.</b>
<b><u>Обед 6-11 лет</u></b>							
0,66	0,12	2,28	14,00	0,060	<b>Овощи натуральные (помидоры) свежие или соленые</b>		16,52р.
2,01	2,42	20,27	100,00	0,270	<b>Суп картофельный с рисом с рыбными консервами</b>	(картофель, рис,морковь,лук репчатый,масло растительное,соль поваренная пищевая йодированная,вода,лавровый лист,рыба консервированная)	14,12р.
12,96	10,46	11,23	196,00	0,090	<b>Котлеты</b>	(фарш мясной,фарш куриный,лук репчатый,хлеб пшеничный,вода,сухари панировочные,масло растительное,соль поваренная пищевая йодированная)	45,40р.
6,60	4,57	38,01	221,00	0,150	<b>Каша пшеничная (булгур) рассыпчатая</b>	(крупа пшеничная(булгур),соль поваренная пищевая йодированная,вода,масло растительное)	11,92р.
0,46	1,14	3,66	26,00	0,050	<b>Соус красный основной</b>	(масло растительное,мука пшеничная,паста томатная,морковь,лук репчатый,сахар,вода,лавровый лист,соль поваренная пищевая йодированная)	2,03р.
1,92	0,11	33,84	146,00	0,200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	(смесь сухофруктов,сахар,кислота лимонная,вода)	4,19р.
4,70	0,49	30,41	144,61	0,0618	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,20р.
3,96	0,72	20,04	104,40	0,060	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,32р.
1,04	0,23	9,32	49,45	0,115	<b>Плоды свежие (фрукты)</b>		21,74р.
34,30	20,26	169,05	1001,46				<b>124,44р.</b>
<b><u>Обед 12 и старше</u></b>							
1,10	0,20	3,80	24,00	0,100	<b>Овощи натуральные (помидоры) свежие или соленые</b>		21,05р.
2,01	2,42	20,27	100,00	0,270	<b>Суп картофельный с рисом с рыбными консервами</b>	(картофель, рис,морковь,лук репчатый,масло растительное,соль поваренная пищевая йодированная,вода,лавровый лист,рыба консервированная)	14,12р.
14,41	11,62	12,49	217,00	0,100	<b>Котлеты</b>	(фарш мясной,фарш куриный,лук репчатый,хлеб пшеничный,вода,сухари панировочные,масло растительное,соль поваренная пищевая йодированная)	50,44р.
7,92	5,48	45,60	267,00	0,180	<b>Каша пшеничная (булгур) рассыпчатая</b>	(крупа пшеничная(булгур),соль поваренная пищевая йодированная,вода,масло растительное)	14,30р.
0,46	1,14	3,66	26,00	0,050	<b>Соус красный основной</b>	(масло растительное,мука пшеничная,паста томатная,морковь,лук репчатый,сахар,вода,лавровый лист,соль поваренная пищевая йодированная)	2,03р.
1,92	0,11	33,84	146,00	0,200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	(смесь сухофруктов,сахар,кислота лимонная,вода)	4,19р.
4,95	0,52	32,03	152,33	0,0651	<b>Хлеб пшеничный</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	4,43р.
5,28	0,96	26,72	139,20	0,080	<b>Хлеб ржаной формовой</b>	(продукт промышленного производства:состав смотреть на упаковке)	5,76р.
1,35	0,30	12,15	64,50	0,150	<b>Плоды свежие (фрукты)</b>		28,35р.
39,40	22,75	190,56	1136,03				<b>144,67р.</b>

Зав.производством \_\_\_\_\_