МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с.МУГРЕЕВО-НИКОЛЬСКОЕ ЮЖСКОГО РАЙОНА ИВАНОВСКОЙ ОБЛАСТИ

155640, Ивановская область, Южский район, село Мугреево-Никольское, ул. Центральная, д.8,
т./факс (49347) 2-53-22,89611190156 E-mail: schoolmn@mail.ru

ПРИКАЗ

От 29.02.2024 г. № 27- о.д.

«Об утверждении примерного 10-ти дневного меню»

В соответствии с Федеральным Законом № 273-ФЗ от 29.12.2012г «Об образовании в Российской Федерации», постановлением главного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», постановлением главного санитарного врача Российской Федерации от 27.10.2020 №32 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно - эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", с целью осуществления качественного и систематического контроля за организацией питания детей, контроля качества доставляемых продуктов и соблюдения санитарно-гигиенических требований при приготовлении и раздаче пищи в МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить примерное 10-ти дневное меню в соответствии с приложениями 1, 2, 3, 4 к настоящему приказу.

2. При составлении примерного 10-ти дневного перспективного меню использовать «Сборник рецептур на продукцию для питания детей в образовательных организациях Вижен-Софт».

3. Ларионовой В.А., ответственной за организацию питания, организовать договорную работу с поставщиками продуктов питания.

4. Контроль над исполнением приказа оставляю за собой.

Директор **Модина Е.А.**

Приложение 1

МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское

Утверждаю
директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

Ясли

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ		150	4,1	4,2	27,7	166,6
КРУПА РИСОВАЯ	31,9	31,9	2,1	0,3	22,9	103,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	47,4	47,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	71,6	71,6	2	1,7	3,3	37,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,8	2,8	0	2,2	0	20,3
КАКАО С МОЛОКОМ		170	3,5	2,8	13,9	96,2
КАКАО-ПОРОШОК	2,3	2,3	0,6	0,3	0,2	6,4
САХАР ПЕСОК	9,1	9,1	0	0	8,8	35,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	104,3	104,3	2,9	2,5	4,9	54,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,7	73,7	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		2,1		18,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,5	2,5	0	2,1	0	18,7
Батон нарезной		25	2,0	0,3	12,3	59,5
БАТОН ПРОСТОЙ	25	25	2	0,3	12,3	59,5
			9,6	**9,4**	**53,9**	**341,0**
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		100			7,3	29,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	5	5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0	0	7,3	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
					7,3	**29,0**
Обед						
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ		30	0,4	3,0	2,2	37,7
КАРТОФЕЛЬ	10	7,5	0,2	0	1,2	5,6
МОРКОВЬ	8,4	6,6	0,1	0	0,5	2,3
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	6,3	5,1	0	0	0,1	0,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,1	0,1	0	0,4	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	3	0	27,0
Суп картофельный на курином бульоне		150	4,6	4,9	11,6	107,9
КАРТОФЕЛЬ	96,4	67,5	1,4	0,3	10,7	50,4
МОРКОВЬ	7,7	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	24	17,3	3	3,1	0	40,0
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		120	19,0	20,7	128,5	777,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	98,4	78	1,4	0,1	3,6	21,1

СВИНИНА МЯСНАЯ	48	40,8	5,6	13,2	0	141,3
КРУПА РИСОВАЯ	6,6	171,6	11,6	1,6	123,2	554,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,4	12	0,2	0	1	4,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	7,8	5,8	0,1	0	0,4	1,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,4	1,4	0,1	0	0,3	1,4
Компот из сухофруктов		150			11,2	44,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8	8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11,5	11,5	0	0	11,2	44,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,3	152,3	0	0	0	0,0
Хлеб ржаной		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			25,7	**28,8**	**164,1**	**1 018,2**
Полдник						
ЧАЙ С САХАРОМ		170/10			9,2	36,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,7	0,7	0,1	0	0,3	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	38,2	38,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,6	132,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9,5	9,5	0	0	9,2	36,8
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
			2,3	**2,9**	**31,5**	**161,9**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**37,6**	**41,1**	**256,8**	**1 550,1**

МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское

Утверждаю
директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

Ясли

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"		150	4,6	5,0	20,1	144,5
КРУПА РИСОВАЯ	7,5	7,5	0,5	0,1	5,4	24,3
ПШЕНО	7,5	7,5	0,9	0,2	5,1	25,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	112,5	112,5	3,2	2,7	5,2	59,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
Чай с сахаром		170/10			9,2	36,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,4	2,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,6	51,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	127,9	127,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9,5	9,5	0	0	9,2	36,8
Батон нарезной		25	2,0	0,3	12,3	59,5
БАТОН ПРОСТОЙ	25	25	2	0,3	12,3	59,5
Сыр порционный		10	2,2	2,9		35,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,3	10	2,2	2,9	0	35,3
			8,8	**8,2**	**41,6**	**276,1**
II Завтрак						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		100	1,2	0,1	12,5	56,9
МОРКОВЬ	123,8	96	1,2	0,1	6,4	32,6
САХАР ПЕСОК	6,3	6,3	0	0	6,1	24,3
			1,2	**0,1**	**12,5**	**56,9**
Обед						
Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне		150	4,2	6,0	7,9	103,4
СВЕКЛА	31	24	0,4	0	2	9,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3,3
КАРТОФЕЛЬ	17,1	12	0,2	0	1,9	8,9
МОРКОВЬ	9,7	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,2	0	0,9	4,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	24	17,3	3	3,1	0	40,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		110	4,0	2,1	25,6	137,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	37,4	37,4	4	0,5	25,6	122,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ		50	13,0	6,2	6,5	133,0

МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,9	20,9	0,6	0,5	1	11,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,6	4,6	0	3,7	0	33,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,6	4,6	0,5	0,1	3,1	14,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,9	20,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕНАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	44	31,6	4,9	0,2	0	21,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,1	4,1	0,5	0	2,4	11,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4	0,5	0,5	0	6,1
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	44	39	6	0,4	0	27,3
Хлеб ржаной		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
ЧАЙ С САХАРОМ		150/10	0,2	0,1	12,4	49,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,2	0	0,3	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	44,3	44,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	111,4	111,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12,4	12,4	0	0	12	48,0
			23,1	**14,6**	**63,0**	**474,2**
Полдник						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		30	0,4		2,4	11,6
СВЕКЛА	36,8	28,5	0,4	0	2,4	11,6
БАТОН		20	1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,3	3,7	7,0	78,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	3,7	7	78,6
			6,2	**4,3**	**19,7**	**142,6**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**39,3**	**27,2**	**136,8**	**949,8**

МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское

Утверждаю
директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

Ясли

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с МОЛОКОМ СГУЩЕНЫМ		150	22,9	15,9	38,3	394,8
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	106,2	106,2	18,5	9,3	3,1	174,1
КРУПА МАННАЯ	7	7	0,7	0,1	4,8	22,3
САХАР ПЕСОК	9,2	9,2	0	0	8,9	35,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	4,6	0,6	0,5	0	7,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,6	4,6	0,6	0	2,7	13,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,6	4,6	0,1	0,7	0,2	9,2
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	34,6	34,6	2,4	2,8	18,6	110,1
Чай с сахаром		170/10			9,2	36,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,4	2,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54,3	54,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	127,9	127,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9,5	9,5	0	0	9,2	36,8
Батон нарезной		25	2,0	0,3	12,3	59,5
БАТОН ПРОСТОЙ	25	25	2	0,3	12,3	59,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			24,9	**20,3**	**59,8**	**528,5**
II Завтрак						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		60	0,9	3,6	4,9	54,6
СВЕКЛА	73,6	57	0,9	0,1	4,9	23,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			3,5	**4,0**	**21,9**	**136,2**
Обед						
Суп картофельный на курином бульоне		150	4,6	4,9	11,6	107,9
КАРТОФЕЛЬ	96,4	67,5	1,4	0,3	10,7	50,4
МОРКОВЬ	7,7	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	24	17,3	3	3,1	0	40,0
Пюре картофельное		110	2,3	3,3	15,6	102,1
КАРТОФЕЛЬ	134,3	94,1	1,8	0,4	14,8	70,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,5	16,5	0,5	0,4	0,8	8,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2

ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		50	5,9	14,3	1,8	158,7
СВИНИНА МЯСНАЯ	47,6	40,4	5,6	13,1	0	139,9
МОРКОВЬ	10,8	8,3	0,1	0	0,6	2,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,9	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,4	1,4	0	1,2	0	10,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,3	1,3	0,1	0	0,9	4,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,7	16,7	0	0	0	0,0
Компот из сухофруктов		150			11,2	44,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8	8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11,5	11,5	0	0	11,2	44,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,2	152,2	0	0	0	0,0
Хлеб ржаной		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			14,5	**22,7**	**50,8**	**464,2**
Полдник						
ОЛАДЬИ СО СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ		80/10	4,4	8,2	28,9	206,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32,7	32,7	3,4	0,4	22,2	105,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,6	0,2	0,2	0	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,7	32,7	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	0	0	1,2	4,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4,1	4,1	0	4	0	35,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,4	3,4	0	2,7	0	24,6
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	10,2	10,2	0,7	0,9	5,5	32,5
Чай с сахаром		140/8			7,7	30,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,2	0	0,3	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	42,2	42,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	106,6	106,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,9	7,9	0	0	7,7	30,6
			4,4	**8,2**	**36,6**	**237,3**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**47,3**	**55,2**	**169,1**	**1 366,2**

МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское

Утверждаю
директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

Ясли

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ		150	6,4	5,2	25,0	173,5
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	36,8	36,8	4,5	1,2	20,4	109,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,4	46,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	69,7	69,7	1,9	1,6	3,2	36,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,4	1,4	0	0	1,4	5,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЧАЙ С САХАРОМ		180/10			14,2	56,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,2	0	0,3	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	42,5	42,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131,6	131,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	14,6	14,6	0	0	14,2	56,6
Батон нарезной		25	2,0	0,3	12,3	59,5
БАТОН ПРОСТОЙ	25	25	2	0,3	12,3	59,5
			8,4	**5,5**	**51,5**	**289,6**
II Завтрак						
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	**0,4**	**9,8**	**47,0**
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ		150	3,5	1,9	11,3	76,2
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,6	0,1	4,8	22,4
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12	12	2,7	0,2	5,6	34,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,4
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
РИС ОТВАРНОЙ		110	2,7	2,9	28,4	151,1
КРУПА РИСОВАЯ	39,6	39,6	2,7	0,4	28,4	127,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ		50	6,5	12,2	7,4	164,6
СВИНИНА МЯСНАЯ	43,4	36,9	5,1	11,9	0	127,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8,8	8,8	0,7	0,3	4,4	22,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11,9	11,9	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
Компот из сухофруктов		150			11,2	44,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8	8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11,5	11,5	0	0	11,2	44,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,3	152,3	0	0	0	0,0

Хлеб ржаной		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			14,4	**17,2**	**68,9**	**487,4**
Полдник						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ		40	0,6	4,0	3,0	50,8
КАРТОФЕЛЬ	11,2	8,4	0,2	0	1,4	6,3
СВЕКЛА	8	6	0,1	0	0,5	2,4
МОРКОВЬ	5,2	4	0,1	0	0,3	1,4
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	7,6	6	0	0	0,1	0,8
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	8,4	6	0,1	0	0,2	1,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6	0,1	0	0,5	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4	4	0	4	0	36,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		120	0,6	0,1	11,9	51,6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	120	120	0,6	0,1	12,1	51,6
БАТОН		40	3,2	0,4	19,6	95,2
БАТОН ПРОСТОЙ	40	40	3,2	0,4	19,6	95,2
			4,4	**4,5**	**34,5**	**197,6**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**27,6**	**27,6**	**164,7**	**1 021,6**

МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское

Утверждаю
директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

Ясли

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		130	12,7	14,7	2,3	192,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,37 шт.	95,2	11,7	10,6	0,7	145,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	35,4	35,4	1	0,9	1,6	18,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,3	3,3	0	3,2	0	28,8
МОРКОВЬ ТЕРТАЯ		30	0,3	0,6	2,3	16,2
МОРКОВЬ	30	24	0,3	0	1,7	8,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,4
САХАР ПЕСОК	0,6	0,6	0	0	0,6	2,4
КАКАО С МОЛОКОМ		180	5,3	4,4	17,8	132,3
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,5	0,3	0,2	5,6
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	168	168	4,8	4,1	7,9	88,0
Батон нарезной		25	2,0	0,3	12,3	59,5
БАТОН ПРОСТОЙ	25	25	2	0,3	12,3	59,5
			20,3	**20,0**	**34,7**	**400,3**
II Завтрак						
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	**0,4**	**9,8**	**47,0**
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ и СМЕТАНОЙ		150	4,4	7,0	5,7	106,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,5	0	1,4	8,1
КАРТОФЕЛЬ	25,7	18	0,4	0,1	2,8	13,5
МОРКОВЬ	9,7	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,1	0	0,3	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	24	17,3	3	3,1	0	40,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		110	2,3	3,5	15,6	103,5
КАРТОФЕЛЬ	125,1	93,9	1,8	0,4	14,8	70,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	17,6	16,9	0,5	0,4	0,8	8,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,4	3,4	0	2,7	0	24,6
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ		50/30	13,4	6,6	2,3	139,1
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	89	74,1	12,9	2,6	0	91,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,3	0	1,6	7,8

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,4	23,4	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,9	7,9	0,2	1,2	0,3	15,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,1	2,1	0,1	0	0,4	2,0
Хлеб ржаной		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,1	0,1	20,3	83,3
ЯБЛОКИ	33,8	30	0,1	0,1	2,8	13,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	18	18	0	0	17,5	69,6
			21,9	**17,4**	**54,5**	**483,1**
Полдник						
КОТЛЕТЫ МАННЫЕ		80	2,6	3,5	20,9	125,5
КРУПА МАННАЯ	23,4	23,4	2,3	0,2	16	74,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,4	3,4	0	0	3,3	13,2
БАТОН ПРОСТОЙ	3,4	3,4	0,3	0	1,6	7,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,4	3,4	0	3,3	0	29,7
КИСЕЛЬ		120	0,1	0,1	16,7	67,8
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	14,4	14,4	0	0	11,2	44,4
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0	0	0	0,0
			2,7	**3,6**	**37,6**	**193,3**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**45,3**	**41,4**	**136,6**	**1 123,7**

МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское

Утверждаю
директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

Ясли

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		40	0,5		4,4	20,8
МОРКОВЬ	49,5	38,4	0,5	0	2,5	13,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		130	12,7	17,2	2,3	214,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,36 шт.	95	11,7	10,6	0,7	144,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	35,6	35,6	1	0,9	1,6	18,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5,9	5,9	0	5,7	0	51,4
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		160/8/6	0,1		8,7	36,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,7	0,7	0,1	0	0,3	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,8	37,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,9	122,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8,8	8,8	0	0	8,5	34,0
ЛИМОН	7	6,2	0,1	0	0,2	2,0
Батон нарезной		25	2,0	0,3	12,3	59,5
БАТОН ПРОСТОЙ	25	25	2	0,3	12,3	59,5
			15,3	**17,5**	**27,7**	**331,0**
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		100			11,2	44,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8	8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11,5	11,5	0	0	11,2	44,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
					11,2	**44,5**
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ		150	7,5	7,2	11,4	140,3
КАРТОФЕЛЬ	42,9	30	0,6	0,1	4,8	22,4
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12,1	12	2,7	0,2	5,6	34,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
МОРКОВЬ	9,7	7,5	0,1	0	0,5	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	31,3	22,5	4	4	0	52,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		110	2,3	2,8	15,6	97,0
КАРТОФЕЛЬ	134,3	94,1	1,8	0,4	14,8	70,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,5	16,5	0,5	0,4	0,8	8,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		50	9,4	5,1	1,8	92,2
Курица грудка(филе)	44,9	44,9	9,1	4,1	0	74,9
МОРКОВЬ	10,8	8,3	0,1	0	0,6	2,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,2	1,2	0	1	0	8,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,3	1,3	0,1	0	0,9	4,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,7	16,7	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150	0,1	0,1	17,4	71,8
ЯБЛОКИ	34,1	30	0,1	0,1	2,8	13,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,5	124,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			21,0	**15,4**	**56,8**	**452,3**
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0	0	0	0,0
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		170	4,8	4,2	8,0	89,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	170	170	4,8	4,2	8	89,0
			7,1	**7,1**	**30,3**	**214,1**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**43,4**	**40,0**	**126,0**	**1 041,9**

МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское

Утверждаю
директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

Ясли

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ		150	3,7	3,2	22,4	134,4
КРУПА РИСОВАЯ	22,3	22,3	1,6	0,2	16	72,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,3	51,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76,5	76,5	2,1	1,8	3,6	40,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9	0	0	2,8	11,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		170	2,7	2,0	14,6	87,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,8	2,8	0,3	0	1,5	7,0
САХАР ПЕСОК	9,4	9,4	0	0	9,1	36,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	85	85	2,4	2	4	44,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0	0	0	0,0
БАТОН		25	2,0	0,3	12,3	59,5
БАТОН ПРОСТОЙ	25	25	2	0,3	12,3	59,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			8,4	**9,6**	**49,3**	**319,2**
II Завтрак						
БАТОН		25	1,9	0,7	12,9	65,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		100	0,2	0,1	9,0	36,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	31,4	31,4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	79,6	79,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8,8	8,8	0	0	8,5	34,0
ЛИМОН	4,7	4,1	0	0	0,1	1,4
			2,1	**0,8**	**21,9**	**102,1**
Обед						
БУЛЬОН С КЛЕЦКАМИ		130	9,4	9,2	8,5	153,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	12	12	1,3	0,2	8,1	38,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,3	0,4	0,4	0	5,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,9	18,9	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	60,5	43,6	7,7	7,8	0	100,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,6	2,3	0	0	0,2	0,9
МОРКОВЬ	2,9	2,3	0	0	0,2	0,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		110	6,2	3,8	28,1	172,1
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	50,8	50,8	6,2	1,6	28,1	151,8

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76,1	76,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,8	2,8	0	2,2	0	20,3
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)		50	5,4	11,9	6,3	153,9
СВИНИНА МЯСНАЯ	37,3	31,7	4,4	10,3	0	109,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	6,7	6,7	0,5	0,2	3,3	17,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,3	3,3	0,4	0	2,2	10,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,7	1,7	0	1,4	0	12,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			11,2	44,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8	8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11,5	11,5	0	0	11,2	44,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			22,7	**25,1**	**64,7**	**575,1**
Полдник						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		80	1,0	0,1	9,0	41,6
МОРКОВЬ	99,1	76,8	1	0,1	5,1	26,1
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		120	0,2	0,1	10,8	43,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,7	0,7	0,1	0	0,3	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,9	36,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	95,5	95,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10,6	10,6	0	0	10,3	41,0
ЛИМОН	5,6	4,9	0	0	0,1	1,6
			1,2	**0,2**	**19,8**	**85,5**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**34,4**	**35,7**	**155,7**	**1 081,9**

МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское

Утверждаю
директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

Ясли

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		145/5	5,9	5,1	29,1	186,8
ПШЕНО	35,9	35,9	4	1	24,5	122,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,3	45,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	68	68	1,9	1,6	3,2	35,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,4	1,4	0	0	1,4	5,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
Батон нарезной		25	2,0	0,3	12,3	59,5
БАТОН ПРОСТОЙ	25	25	2	0,3	12,3	59,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ		170	2,5	2,6	18,8	109,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,8	2,8	0,3	0	1,5	7,0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	32,1	32,1	2,2	2,6	17,3	102,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170	170	0	0	0	0,0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		10	2,2	2,9		35,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,3	10	2,2	2,9	0	35,3
			12,6	**10,9**	**60,2**	**390,7**
II Завтрак						
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,64	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	**0,4**	**9,8**	**47,0**
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		150	5,5	5,6	10,7	115,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	29,7	21,4	3,8	3,8	0	49,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,9	1,9	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,2	0,2	0,1	0	1,8
КАРТОФЕЛЬ	85,7	60	1,2	0,2	9,5	44,8
МОРКОВЬ	7,7	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,1	0	0,3	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		110	2,3	3,3	15,6	102,1
КАРТОФЕЛЬ	134,4	94,1	1,8	0,4	14,8	70,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,5	16,5	0,5	0,4	0,8	8,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ		50/30	13,3	5,8	2,3	131,6
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	89	74	12,8	2,6	0	91,2

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,3	0	1,6	7,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,8	22,8	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,8	7,8	0,2	1,2	0,3	15,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		150			15,7	63,2
ЯБЛОКИ	11,3	11,3	0	0	1,1	5,1
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,7	174,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			22,8	**14,9**	**54,9**	**462,9**
Полдник						
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		170/10/7	0,2		9,5	39,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	31,4	31,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9,5	9,5	0	0	9,2	36,8
ЛИМОН	11,1	6,7	0,1	0	0,2	2,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,4	142,4	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
			2,5	**2,9**	**31,8**	**164,8**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**38,3**	**29,1**	**156,7**	**1 065,4**

МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское

Утверждаю
директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

Ясли

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		140	20,7	14,0	30,0	336,2
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	99,1	99,1	17,3	8,6	2,9	162,5
КРУПА МАННАЯ	6,5	6,5	0,7	0,1	4,5	20,8
САХАР ПЕСОК	8,7	8,7	0	0	8,4	33,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	4,3	0,5	0,5	0	6,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,3	4,3	0,6	0	2,5	12,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,3	4,3	0,1	0,6	0,2	8,6
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	21,5	21,5	1,5	1,7	11,5	68,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,8	2,2	15,5	93,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,3	0	1,6	7,5
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
Батон нарезной		25	2,0	0,3	12,3	59,5
БАТОН ПРОСТОЙ	25	25	2	0,3	12,3	59,5
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		10	2,2	2,9		35,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,3	10	2,2	2,9	0	35,3
			27,7	**19,4**	**57,8**	**524,3**
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		100	0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	**0,1**	**9,9**	**43,0**
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ		150	4,2	6,1	5,5	94,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,5	0	1,4	8,1
КАРТОФЕЛЬ	25,7	18	0,4	0,1	2,8	13,5
МОРКОВЬ	9,7	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,1	0	0,3	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	24	17,3	3	3,1	0	40,0
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		110	2,6	2,5	11,0	78,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	157,7	126,1	2,2	0,1	5,7	34,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МОРКОВЬ	2,8	2,2	0	0	0,2	0,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,3	4,4	0,1	0	0,4	1,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,6	2,6	0,1	0	0,5	2,6

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3	0	0	3,2	12,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ		50	8,6	3,7	5,0	88,9
Курица грудка(филе)	36,9	36,9	7,5	3,3	0	61,6
БАТОН ПРОСТОЙ	9,4	9,4	0,8	0,1	4,5	21,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10,7	10,7	0,3	0,3	0,5	5,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
КИСЕЛЬ		150	0,1	0,1	20,9	84,8
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	18	18	0	0	13,9	55,6
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0	0	7,3	29,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	0	0	0	0,0
			17,2	**12,6**	**53,0**	**397,6**
Полдник						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		40	0,4	2,0	3,1	32,6
МОРКОВЬ	27,3	21,2	0,3	0	1,5	7,2
ЯБЛОКИ	19,5	17,2	0,1	0,1	1,6	7,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
БАТОН		20	1,6	0,2	9,8	47,6
БАТОН ПРОСТОЙ	20	20	1,6	0,2	9,8	47,6
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150/7/3			6,9	28,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,1	0,1	0	0	0	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,1	21,1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЛИМОН	5,9	3,5	0	0	0,1	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131,2	131,2	0	0	0	0,0
			2,0	**2,2**	**19,8**	**108,7**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**47,4**	**34,3**	**140,5**	**1 073,6**

МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское

Утверждаю
директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

Ясли

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ЯЙЦОМ		140	8,2	8,3	22,6	197,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	32,6	32,6	3,5	0,4	22,3	106,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,8	2,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	56	56	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,6	4,6	0	3,7	0	33,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,93 шт.	37,5	4,7	4,2	0,3	57,1
ЧАЙ С САХАРОМ		180/10	0,2	0,1	14,7	58,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53,2	53,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131,7	131,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	14,7	14,7	0	0	14,3	56,9
Батон нарезной		25	2,0	0,3	12,3	59,5
БАТОН ПРОСТОЙ	25	25	2	0,3	12,3	59,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			10,4	**12,8**	**49,6**	**353,1**
II Завтрак						
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	**0,4**	**9,8**	**47,0**
Обед						
РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)		150	4,2	9,5	7,9	135,7
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3	3	0,3	0	1,9	9,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,2	7,2	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	7,7	6	0,1	0	0,4	2,0
КАРТОФЕЛЬ	42,9	30	0,6	0,1	4,8	22,4
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	9	9	0,1	0	0,2	1,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,8	1,5	0	0	0,1	0,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3	3	0,1	0,5	0,1	6,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2,6	0	0	0,2	1,1
МОРКОВЬ	3,3	2,6	0	0	0,2	0,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	24	17,3	3	3,1	0	40,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ		110	2,5	7,9	18,1	153,6
КАРТОФЕЛЬ	134,1	100,6	1,9	0,4	15,9	75,2
МОРКОВЬ	6	4,8	0,1	0	0,3	1,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,3	0,1	0	0,4	1,7

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6,8	6,8	0	6,6	0	59,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,9	1,9	0,2	0	1,3	6,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ		50	9,7	0,6	0,3	45,5
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	71,1	63	9,7	0,6	0	44,0
МОРКОВЬ	3	2	0	0	0,1	0,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2	0	0	0,2	0,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			11,2	44,5
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8	8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11,5	11,5	0	0	11,2	44,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	157,5	157,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
			18,1	**18,2**	**48,1**	**430,3**
Полдник						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		80	1,0	0,1	9,0	41,6
МОРКОВЬ	99,1	76,8	1	0,1	5,1	26,1
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ		100	0,5	0,1	9,8	41,7
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	9,8	41,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ		20	1,6	0,2	9,8	47,6
БАТОН ПРОСТОЙ	20	20	1,6	0,2	9,8	47,6
			3,1	**0,4**	**28,6**	**130,9**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**32,0**	**31,8**	**136,1**	**961,3**

Приложение 2

МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское

Утверждаю
директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ		160	4,4	4,6	29,5	179,3
КРУПА РИСОВАЯ	34,1	34,1	2,3	0,3	24,4	110,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50,6	50,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76,4	76,4	2,1	1,8	3,6	40,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2
Какао с молоком		200	3,9	3,3	16,7	113,2
КАКАО-ПОРОШОК	2,2	2,2	0,5	0,3	0,2	6,2
САХАР ПЕСОК	11,1	11,1	0	0	10,8	43,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	122,2	122,2	3,4	3	5,7	64,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	88,9	88,9	0	0	0	0,0
Масло порционное		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
Батон нарезной		35	2,8	0,4	17,2	83,3
БАТОН ПРОСТОЙ	35	35	2,8	0,4	17,2	83,3
			11,1	**12,4**	**63,4**	**413,2**
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		100			7,3	29,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	5	5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0	0	7,3	29,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
					7,3	**29,0**
Обед						
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ		60	0,7	6,1	4,2	75,3
КАРТОФЕЛЬ	20	15	0,3	0,1	2,3	11,3
МОРКОВЬ	16,8	13,2	0,2	0	0,9	4,6
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	12,6	10,2	0,1	0	0,2	1,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,2	0,1	0	0,8	4,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6	6	0	6	0	53,9
Суп картофельный на курином бульоне		200	6,0	6,4	15,6	143,7
КАРТОФЕЛЬ	128,57	90	1,7	0,4	14,3	67,2
МОРКОВЬ	10,32	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	31,94	23	4,1	4,1	0	53,1
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		150	25,1	29,0	160,4	1 005,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	123	97,5	1,7	0,1	4,5	26,5

СВИНИНА МЯСНАЯ	71,5	60,8	8,4	19,6	0	210,6
КРУПА РИСОВАЯ	8,3	214,5	14,6	2	153,9	692,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18	15	0,2	0	1,2	6,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	7,5	7,5	0	7,3	0	65,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	9,7	7,2	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,8	1,8	0,1	0	0,3	1,7
Компот из сухофруктов		180			13,1	52,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	13,5	13,5	0	0	13,1	52,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
Хлеб ржаной		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
			34,1	**41,8**	**208,1**	**1 348,2**
Полдник						
ЧАЙ С САХАРОМ		200/10			10,8	43,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,4	2,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	47,4	47,4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,7	154,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11,1	11,1	0	0	10,8	43,0
ПЕЧЕНЬЕ		50	3,8	4,9	37,2	208,5
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,8	4,9	37,2	208,5
			3,8	**4,9**	**48,0**	**251,5**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**49,0**	**59,1**	**326,8**	**2 041,9**

МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское

Утверждаю
директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"		180	5,4	6,0	24,1	173,1
КРУПА РИСОВАЯ	9	9	0,6	0,1	6,5	29,1
ПШЕНО	9	9	1	0,2	6,1	30,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	135	135	3,8	3,3	6,3	70,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	5,4	5,4	0	0	5,2	20,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
Чай с сахаром		180/10			9,7	38,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
Батон нарезной		35	2,8	0,4	17,2	83,3
БАТОН ПРОСТОЙ	35	35	2,8	0,4	17,2	83,3
Сыр порционный		10	2,2	2,9		35,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,3	10	2,2	2,9	0	35,3
			10,4	**9,3**	**51,0**	**330,4**
II Завтрак						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		100	1,2	0,1	12,5	56,9
МОРКОВЬ	123,9	96	1,2	0,1	6,4	32,6
САХАР ПЕСОК	6,3	6,3	0	0	6,1	24,3
			1,2	**0,1**	**12,5**	**56,9**
Обед						
Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне		180	5,2	7,3	9,2	123,9
СВЕКЛА	37,2	28,8	0,4	0	2,4	11,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	18	14,4	0,3	0	0,7	3,9
КАРТОФЕЛЬ	20,6	14,4	0,3	0,1	2,2	10,8
МОРКОВЬ	11,6	9	0,1	0	0,6	3,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2	0,1	0	0,6	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5,4	5,4	0,3	0	1	5,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0	0	1,7	7,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	28,7	20,7	3,7	3,7	0	47,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		150	5,4	3,1	34,9	188,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	51	51	5,4	0,7	34,9	167,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ		70	11,4	8,6	9,4	160,6

МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	29,2	29,2	0,8	0,7	1,4	15,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6,4	6,4	0	5,1	0,1	46,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6,4	6,4	0,7	0,1	4,4	20,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,2	29,2	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	61,6	54,6	8,4	0,5	0	38,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,8	5,8	0,8	0	3,5	16,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,14 шт.	5,6	0,7	0,6	0	8,5
Хлеб ржаной		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
ЧАЙ С САХАРОМ		180/10	0,2	0,1	14,8	59,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,1	52,1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131,6	131,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	14,6	14,6	0	0	14,2	56,6
			24,5	**19,4**	**83,1**	**603,8**
Полдник						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		50	0,7		4,1	19,4
СВЕКЛА	61,3	47,5	0,7	0	4,1	19,4
БАТОН		20	1,5	0,6	10,3	52,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,0	4,4	8,3	94,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5	4,4	8,3	94,3
			7,2	**5,0**	**22,7**	**166,1**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**43,3**	**33,8**	**169,3**	**1 157,2**

МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское

Утверждаю
директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с МОЛОКОМ СГУЩЕНЫМ		180	25,9	17,6	33,4	402,2
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	127,4	127,4	22,2	11,2	3,7	208,8
КРУПА МАННАЯ	8,4	8,4	0,9	0,1	5,7	26,8
САХАР ПЕСОК	11,1	11,1	0	0	10,8	43,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,14 шт.	5,6	0,7	0,6	0	8,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,2	4,2	0	3,4	0	30,5
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,6	5,6	0,7	0	3,3	16,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,6	5,6	0,1	0,8	0,2	11,2
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	18	18	1,3	1,5	9,7	57,2
Чай с сахаром		180/10			9,7	38,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54,8	54,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
Батон нарезной		35	2,8	0,4	17,2	83,3
БАТОН ПРОСТОЙ	35	35	2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			28,7	**22,1**	**60,3**	**561,6**
II Завтрак						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		60	0,9	3,6	4,9	54,6
СВЕКЛА	73,6	57	0,9	0,1	4,9	23,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			3,5	**4,0**	**21,9**	**136,2**
Обед						
Суп картофельный на курином бульоне		200	6,0	6,4	15,6	143,7
КАРТОФЕЛЬ	128,57	90	1,7	0,4	14,3	67,2
МОРКОВЬ	10,32	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	31,94	23	4,1	4,1	0	53,1
Пюре картофельное		130	2,7	3,9	18,5	120,7
КАРТОФЕЛЬ	158,8	111,2	2,1	0,4	17,6	83,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,5	19,5	0,6	0,5	0,9	10,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,8	3,8	0	3	0	27,5

ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		70	8,4	19,8	2,6	223,3
СВИНИНА МЯСНАЯ	66,6	56,6	7,9	18,2	0	196,0
МОРКОВЬ	15,1	11,6	0,2	0	0,8	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,9	5,9	0,1	0	0,5	2,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,1	2,1	0	1,6	0	15,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,4	23,4	0	0	0	0,0
Компот из сухофруктов		180			13,1	52,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	13,5	13,5	0	0	13,1	52,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	0	0	0	0,0
Хлеб ржаной		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
			19,4	**30,4**	**64,6**	**611,4**
Полдник						
ОЛАДЬИ СО СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ		100/10	5,4	9,7	33,6	241,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	39,5	39,5	4,2	0,5	26,8	127,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2	0,3	0,2	0	3,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	39,5	39,5	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,2	1,2	0,2	0	0	0,9
САХАР ПЕСОК	1,4	1,4	0	0	1,4	5,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4,9	4,9	0	4,8	0	42,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,1	4,1	0	3,3	0	29,8
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,7	0,9	5,4	31,8
Чай с сахаром		150/10			8,1	32,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,2	0	0,3	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,8	45,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	113,7	113,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4	0	0	8,1	32,5
			5,4	**9,7**	**41,7**	**274,1**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**57,0**	**66,2**	**188,5**	**1 583,3**

МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское

Утверждаю
директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ		200	8,6	7,0	33,4	231,5
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	49	49	6	1,6	27,2	146,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,9	61,9	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92,9	92,9	2,6	2,2	4,4	48,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,9	1,9	0	0	1,8	7,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180/10			14,2	56,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,2	0	0,3	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	42,9	42,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131,6	131,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	14,6	14,6	0	0	14,2	56,6
Батон нарезной		35	2,8	0,4	17,2	83,3
БАТОН ПРОСТОЙ	35	35	2,8	0,4	17,2	83,3
			11,4	**7,4**	**64,8**	**371,4**
II Завтрак						
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	**0,4**	**9,8**	**47,0**
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ		200	4,6	2,9	15,1	103,9
КАРТОФЕЛЬ	53,3	40	0,8	0,2	6,3	29,9
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16	16	3,6	0,3	7,5	46,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
РИС ОТВАРНОЙ		130	3,2	3,7	33,6	180,1
КРУПА РИСОВАЯ	46,8	46,8	3,2	0,5	33,6	151,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ		70	9,0	17,1	10,3	230,2
СВИНИНА МЯСНАЯ	60,7	51,6	7,2	16,7	0	178,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,3	12,3	0,9	0,4	6,1	31,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,6	16,6	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
Компот из сухофруктов		180			13,1	52,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	13,5	13,5	0	0	13,1	52,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,6	182,6	0	0	0	0,0

Хлеб ржаной		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
			19,1	**24,0**	**86,9**	**637,9**
Полдник						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ		60	0,9	6,1	4,4	76,0
КАРТОФЕЛЬ	16,8	12,6	0,3	0,1	2	9,4
СВЕКЛА	12	9	0,1	0	0,8	3,7
МОРКОВЬ	7,8	6	0,1	0	0,4	2,0
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	11,4	9	0,1	0	0,2	1,2
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	12,6	9	0,2	0	0,3	2,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,7	9	0,1	0	0,7	3,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6	6	0	6	0	53,9
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,8	0,2	14,9	64,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			4,3	**6,7**	**36,3**	**222,4**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**35,2**	**38,5**	**197,8**	**1 278,7**

МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское

Утверждаю
директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	14,7	19,8	2,7	247,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,73 шт.	109,7	13,5	12,2	0,8	167,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	41	41	1,2	1	1,9	21,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6,8	6,8	0	6,6	0	59,3
МОРКОВЬ ТЕРТАЯ		50	0,5	1,0	3,8	27,0
МОРКОВЬ	50	40	0,5	0	2,8	14,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1	1	0	1	0	9,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	4,0
КАКАО С МОЛОКОМ		180	5,3	4,4	17,8	132,3
КАКАО-ПОРОШОК	2	2	0,5	0,3	0,2	5,6
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	168	168	4,8	4,1	7,9	88,0
Батон нарезной		35	2,8	0,4	17,2	83,3
БАТОН ПРОСТОЙ	35	35	2,8	0,4	17,2	83,3
			23,3	**25,6**	**41,5**	**490,3**
II Завтрак						
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	**0,4**	**9,8**	**47,0**
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ и СМЕТАНОЙ		200	5,8	9,3	7,7	141,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8	10,9
КАРТОФЕЛЬ	34,29	24	0,5	0,1	3,8	17,9
МОРКОВЬ	12,9	10	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,1	0	0,7	3,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	31,94	23	4,1	4,1	0	53,1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		130	2,7	3,9	18,6	120,7
КАРТОФЕЛЬ	147,9	110,9	2,1	0,4	17,6	82,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,8	19,9	0,6	0,5	1	10,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,8	3,8	0	3	0	27,5
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ		70/30	16,7	8,0	2,8	169,8
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	111,2	92,6	16,1	3,3	0	114,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27,3	27,3	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9,2	9,2	0,2	1,4	0,3	18,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,6	2,6	0,1	0	0,5	2,6
Хлеб ржаной		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		180	0,1	0,1	10,5	43,8
ЯБЛОКИ	22,5	19,8	0,1	0,1	1,8	9,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
			27,6	**21,6**	**54,4**	**547,0**
Полдник						
КОТЛЕТЫ МАННЫЕ		100	3,2	4,4	26,1	155,9
КРУПА МАННАЯ	29,2	29,2	2,9	0,3	20	93,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	87,5	87,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2	0	0	4,1	16,3
БАТОН ПРОСТОЙ	4,2	4,2	0,3	0	2	9,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4,2	4,2	0	4,1	0	36,7
КИСЕЛЬ		150	0,1	0,1	20,9	84,8
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	18	18	0	0	13,9	55,6
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0	0	7,3	29,0
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5	142,5	0	0	0	0,0
			3,3	**4,5**	**47,0**	**240,7**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**54,6**	**52,1**	**152,7**	**1 325,0**

МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское

Утверждаю
директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		50	0,6		5,6	26,0
МОРКОВЬ	61,9	48	0,6	0	3,2	16,3
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0	0	2,4	9,7
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	14,7	19,8	2,7	247,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,73 шт.	109,7	13,5	12,2	0,8	167,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	41	41	1,2	1	1,9	21,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6,8	6,8	0	6,6	0	59,3
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		180/10/7	0,1		9,6	39,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8	0,2	0	0,3	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	42,1	42,1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	136,5	136,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9,7	9,7	0	0	9,4	37,5
ЛИМОН	7,8	6,8	0,1	0	0,2	2,2
Батон нарезной		35	2,8	0,4	17,2	83,3
БАТОН ПРОСТОЙ	35	35	2,8	0,4	17,2	83,3
			18,2	**20,2**	**35,1**	**396,7**
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		100			13,1	52,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	13,5	13,5	0	0	13,1	52,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
					13,1	**52,3**
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ		200	9,9	9,7	15,2	187,1
КАРТОФЕЛЬ	57,14	40	0,8	0,2	6,3	29,9
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16,08	16	3,6	0,3	7,5	46,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ	12,9	10	0,1	0	0,7	3,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	41,67	30	5,3	5,3	0	69,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		130	2,7	3,3	18,5	114,9
КАРТОФЕЛЬ	158,8	111,2	2,1	0,4	17,6	83,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,5	19,5	0,6	0,5	0,9	10,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		70	13,1	7,1	2,6	129,3
Курица грудка(филе)	62,4	62,4	12,6	5,6	0	104,1
МОРКОВЬ	15,1	11,7	0,2	0	0,8	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,8	0,1	0	0,5	2,3

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,3	23,3	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		180	0,1	0,1	20,9	86,0
ЯБЛОКИ	40,91	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,4	149,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	18	18	0	0	17,5	69,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
			28,1	**20,5**	**72,0**	**588,7**
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ		40	3,0	3,9	29,8	166,8
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	3,9	29,8	166,8
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	5,0	4,4	8,3	94,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180	5	4,4	8,3	94,3
			8,0	**8,3**	**38,1**	**261,1**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**54,3**	**49,0**	**158,3**	**1 298,8**

МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское

Утверждаю
директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ		180	4,4	4,1	26,9	162,8
КРУПА РИСОВАЯ	26,8	26,8	1,8	0,3	19,2	86,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,6	61,6	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	91,8	91,8	2,6	2,2	4,3	48,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,4	13,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,8	2,2	15,5	93,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,3	0	1,6	7,5
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
БАТОН		35	2,8	0,4	17,2	83,3
БАТОН ПРОСТОЙ	35	35	2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			10,0	**10,8**	**59,6**	**376,8**
II Завтрак						
БАТОН		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		100			8,5	34,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	31,4	31,4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	79,6	79,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8,8	8,8	0	0	8,5	34,0
			2,6	**1,0**	**26,5**	**125,7**
Обед						
БУЛЬОН С КЛЕЦКАМИ		180	13,0	12,7	11,8	213,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	16,7	16,7	1,7	0,2	11,3	54,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	4,5	0,6	0,5	0	6,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	26,1	26,1	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	83,8	60,3	10,7	10,8	0	139,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	3,1	0	0	0,3	1,3
МОРКОВЬ	4	3,1	0	0	0,2	1,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130	7,4	4,4	33,3	201,8
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	60	60	7,4	1,9	33,3	179,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,1	3,1	0	2,5	0	22,5
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)		80	8,7	20,9	10,2	264,1
СВИНИНА МЯСНАЯ	59,6	50,7	7,1	16,4	0	175,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10,7	10,7	0,8	0,3	5,3	27,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16	16	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19,1	16	0,2	0	1,3	6,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,7	2,7	0	2,1	0	19,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,3	5,3	0,6	0,1	3,6	17,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16	16	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			13,1	52,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	13,5	13,5	0	0	13,1	52,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
			31,4	**38,3**	**83,2**	**803,1**
Полдник						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		100	1,2	0,1	11,3	52,0
МОРКОВЬ	123,9	96	1,2	0,1	6,4	32,6
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		150	0,3	0,1	13,5	54,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,9	0,9	0,2	0	0,4	2,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,9	45,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	119,4	119,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	13,2	13,2	0	0	12,8	51,1
ЛИМОН	7,1	6,2	0,1	0	0,2	2,0
			1,5	**0,2**	**24,8**	**106,9**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**45,5**	**50,3**	**194,1**	**1 412,5**

МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское

Утверждаю
директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		180/5	7,2	6,2	35,7	228,3
ПШЕНО	44,2	44,2	4,9	1,2	30,2	150,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55,9	55,9	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	83,8	83,8	2,3	2	3,9	43,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,7	1,7	0	0	1,6	6,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,7	3,7	0	3	0	26,9
Батон нарезной		35	2,8	0,4	17,2	83,3
БАТОН ПРОСТОЙ	35	35	2,8	0,4	17,2	83,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ		180	2,6	2,8	19,9	115,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,3	0	1,6	7,5
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	34	34	2,3	2,8	18,3	108,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		10	2,2	2,9		35,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,3	10	2,2	2,9	0	35,3
			14,8	**12,3**	**72,8**	**462,6**
II Завтрак						
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,64	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	**0,4**	**9,8**	**47,0**
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		200	7,1	7,4	14,3	153,3
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	39,58	28,5	5	5	0	65,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,2	0,2	0	2,4
КАРТОФЕЛЬ	114,29	80	1,6	0,3	12,6	59,8
МОРКОВЬ	10,32	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,1	0	0,7	3,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		140	2,9	4,0	19,9	127,3
КАРТОФЕЛЬ	171	119,7	2,3	0,5	18,9	89,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	21	21	0,6	0,5	1	11,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,7	3,7	0	3	0	26,9
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ		70/30	16,7	5,6	2,7	147,6
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	111,3	92,5	16,1	3,3	0	114,0

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,1	1,1	0	0,9	0	8,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8,8	8,8	0,2	1,3	0,3	17,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,5	2,5	0,1	0	0,5	2,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		180	0,1	0,1	15,9	64,2
ЯБЛОКИ	13,5	13,5	0,1	0,1	1,3	6,1
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	209,7	209,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
			29,1	**17,4**	**67,6**	**563,8**
Полдник						
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/10/7	0,2		10,0	41,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3	0,1	0	0,1	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЛИМОН	11,67	7	0,1	0	0,2	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬЕ		50	3,8	4,9	37,2	208,5
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,8	4,9	37,2	208,5
			4,0	**4,9**	**47,2**	**250,2**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**48,3**	**35,0**	**197,4**	**1 323,6**

МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское

Утверждаю
директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		160	23,6	16,2	34,2	383,2
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	113,3	113,3	19,8	9,9	3,3	185,8
КРУПА МАННАЯ	7,4	7,4	0,8	0,1	5	23,6
САХАР ПЕСОК	9,8	9,8	0	0	9,5	37,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	4,9	0,6	0,6	0	7,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,9	4,9	0,6	0	2,9	14,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,9	4,9	0,1	0,7	0,2	9,8
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	24,6	24,6	1,7	2	13,3	78,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	3,1	2,4	17,2	103,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,3	3,3	0,3	0	1,7	8,1
САХАР ПЕСОК	11,1	11,1	0	0	10,8	43,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
Батон нарезной		35	2,8	0,4	17,2	83,3
БАТОН ПРОСТОЙ	35	35	2,8	0,4	17,2	83,3
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		10	2,2	2,9		35,3
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,3	10	2,2	2,9	0	35,3
			31,7	**21,9**	**68,6**	**605,3**
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		100	0,5	0,1	9,9	43,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	**0,1**	**9,9**	**43,0**
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ		200	5,6	8,1	7,4	125,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8	10,9
КАРТОФЕЛЬ	34,29	24	0,5	0,1	3,8	17,9
МОРКОВЬ	12,9	10	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,1	0	0,7	3,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	31,94	23	4,1	4,1	0	53,1
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		130	3,0	2,9	13,0	92,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	186,3	149,1	2,6	0,1	6,8	40,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,5	3,5	0	2,8	0	25,4
МОРКОВЬ	3,3	2,6	0	0	0,2	0,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,2	5,2	0,1	0	0,4	2,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,1	3,1	0,1	0	0,6	3,1

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,7	1,7	0,2	0	1,2	5,5
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ		70	11,9	5,2	6,9	124,2
Курица грудка(филе)	51,6	51,6	10,5	4,7	0	86,1
БАТОН ПРОСТОЙ	13,1	13,1	1	0,1	6,2	30,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	14,9	14,9	0,4	0,4	0,7	7,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
КИСЕЛЬ		180	0,1	0,1	25,1	101,7
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	21,6	21,6	0	0	16,7	66,7
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
			22,9	**16,6**	**67,2**	**515,0**
Полдник						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		80	0,7	4,0	6,1	65,0
МОРКОВЬ	54,7	42,4	0,6	0	2,8	14,4
ЯБЛОКИ	39,1	34,4	0,1	0,1	3,3	15,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
БАТОН		20	1,6	0,2	9,8	47,6
БАТОН ПРОСТОЙ	20	20	1,6	0,2	9,8	47,6
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150/7/3			7,0	28,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЛИМОН	5,83	3,5	0	0	0,1	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0	0	0	0,0
			2,3	**4,2**	**22,9**	**141,4**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**57,4**	**42,8**	**168,6**	**1 304,7**

МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское

Утверждаю
директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ЯЙЦОМ		160	9,3	9,6	25,8	226,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	37,3	37,3	4	0,5	25,5	122,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3,2	3,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64	64	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5,3	5,3	0	4,3	0	38,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,07 шт.	43	5,3	4,8	0,3	65,5
Батон нарезной		35	2,8	0,4	17,2	83,3
БАТОН ПРОСТОЙ	35	35	2,8	0,4	17,2	83,3
ЧАЙ С САХАРОМ		200/10	0,2	0,1	16,2	64,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,1	1,1	0,2	0	0,5	2,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,1	58,1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	145,7	145,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16,2	16,2	0	0	15,7	62,7
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
			12,3	**14,2**	**59,2**	**411,7**
II Завтрак						
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			0,4	**0,4**	**9,8**	**47,0**
Обед						
РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)		200	5,6	10,7	10,5	163,2
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	4,04	4	0,4	0	2,6	12,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,6	9,6	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	10,32	8	0,1	0	0,6	2,7
КАРТОФЕЛЬ	57,14	40	0,8	0,2	6,3	29,9
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	12	12	0,1	0	0,2	1,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,38	2	0	0	0,2	0,8
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	8,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,05	3,4	0	0	0,3	1,4
МОРКОВЬ	4,39	3,4	0	0	0,2	1,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	31,94	23	4,1	4,1	0	53,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ		130	2,9	9,4	21,4	181,5
КАРТОФЕЛЬ	158,4	118,8	2,3	0,5	18,8	88,8
МОРКОВЬ	7	5,6	0,1	0	0,4	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,1	0,1	0	0,4	2,0

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	8	8	0	7,8	0	69,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,3	0	1,6	7,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,5	21,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,2	7,2	0,2	1,1	0,3	14,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ		70	13,6	0,8	0,4	63,7
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	99,6	88,2	13,6	0,8	0	61,6
МОРКОВЬ	4,2	2,8	0	0	0,2	1,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,2	2,8	0	0	0,2	1,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			13,1	52,3
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	10	10	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	13,5	13,5	0	0	13,1	52,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
			24,4	**21,2**	**60,2**	**532,1**
Полдник						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		120	1,5	0,1	13,5	62,3
МОРКОВЬ	148,7	115,2	1,5	0,1	7,7	39,1
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ		100	0,5	0,1	9,8	41,7
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	0,5	0,1	9,8	41,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ		30	2,4	0,3	14,7	71,4
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,4	0,3	14,7	71,4
			4,4	**0,5**	**38,0**	**175,4**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**41,5**	**36,3**	**167,2**	**1 166,2**

Приложение 3

МКОУСОШ с.Мугреево-Никольское

Утверждаю
Директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ		150/0/5	4,3	6,0	28,8	187,2
КРУПА РИСОВАЯ	31,94	31,94	2,1	0,3	22,9	103,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	47,42	47,42	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	71,61	71,61	2	1,7	3,3	37,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,77	0,77	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,45	1,45	0	0	1,4	5,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ		40	4,9	4,5	0,3	61,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
ЙОГУРТ		100	2,0	1,5	3,0	48,0
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	103,3	100	2	1,5	3	48,0
БАТОН		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0,6	0,1	31,7	131,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0	0	0	0,0
			15,7	**13,3**	**90,3**	**560,0**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**15,7**	**13,3**	**90,3**	**560,0**

МКОУСОШ с.Мугреево-Никольское

Утверждаю
Директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ		100	1,5	0,1	8,2	39,5
СВЕКЛА	129,33	97	1,5	0,1	8,2	39,5
ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		150/0/20	9,3	15,3	60,0	416,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	65,3	65,3	6,9	0,8	44,2	211,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,4	0,4	0,4	0	5,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65,3	65,3	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	2	2	0,3	0	0	1,5
САХАР ПЕСОК	2,4	2,4	0	0	2,3	9,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	25	25	1,7	2	13,5	79,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	12,5	12,5	0	12,1	0	109,0
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
БАТОН		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ЙОГУРТ		100	2,0	1,5	3,0	48,0
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	103,3	100	2	1,5	3	48,0
			16,9	**18,2**	**112,7**	**696,0**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**16,9**	**18,2**	**112,7**	**696,0**

МКОУСОШ с.Мугреево-Никольское

Утверждаю
Директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		100	0,9	5,4	7,7	83,5
МОРКОВЬ	70,7	53,1	0,7	0,1	3,6	18,0
ЯБЛОКИ	48,8	43,1	0,2	0,2	4,1	19,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5,1	5,1	0	5,1	0	45,8
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		150/0/20	22,2	17,8	24,1	350,6
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	107,14	107,14	18,7	9,3	3,1	175,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,6	0,2	10,2	48,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	4,31	0,5	0,5	0	6,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,07	1,07	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6,43	6,43	0	6,2	0	56,1
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1,4	1,6	10,8	63,6
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		20	4,6	6,0		73,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	21,3	20	4,6	5,9	0	72,8
БАТОН		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ		180	3,0	3,0	21,7	125,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	4,5	4,5	0,5	0	2,3	11,2
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	36	36	2,5	3	19,4	114,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			35,0	**33,8**	**89,8**	**812,4**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**35,0**	**33,8**	**89,8**	**812,4**

МКОУСОШ с.Мугреево-Никольское

Утверждаю
Директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ		100	0,7	5,1	2,3	57,7
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	114	91	0,7	0,1	2,3	12,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5	5	0	5	0	45,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,1	5,4	20,3	140,7
КАРТОФЕЛЬ	170,7	128	2,5	0,5	20,3	95,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24	23	0,7	0,6	1,1	12,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 1 ВАРИАНТ		90	6,0	14,1	9,2	192,7
СВИНИНА МЯСНАЯ	36,6	31,1	4,3	10,1	0	107,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	6,5	6,5	0,4	0,1	2,7	12,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,8	9,8	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19,5	16,4	0,2	0	1,3	6,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,3	3,3	0,4	0	2,2	10,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,4	16,4	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,2	10,2	0,3	1,5	0,4	20,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,3	0	2,1	10,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30,1	30,1	0	0	0	0,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4,1	4,1	0,1	0	0,5	2,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
БАТОН		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		200	1,0	0,2	19,8	86,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
			14,7	**26,0**	**78,1**	**609,6**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**14,7**	**26,0**	**78,1**	**609,6**

МКОУСОШ с.Мугреево-Никольское

Утверждаю
Директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ		100	0,9	5,1	3,4	65,0
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	54	46	0,5	0,1	1,7	11,0
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	44	35	0,3	0	0,9	4,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5	5	0	5	0	45,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		150	5,5	4,8	31,3	191,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	51	51	5,4	0,7	34,9	167,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ		90	11,7	7,9	8,5	151,1
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	64,8	57,4	8,8	0,5	0	40,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18,9	18,9	0,5	0,5	0,9	9,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,9	18,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,4	3,4	0	2,7	0	24,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,9	7,9	1	0	4,8	22,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,19 шт.	7,65	1	0,9	0,1	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,3	2,3	0	0	0	0,0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		20	4,6	6,0		73,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	21,3	20	4,6	5,9	0	72,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0,5	0,1	36,1	147,4
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	20	20	0,5	0,1	12,8	54,5
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0	0	0	0,0
БАТОН		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			27,1	**25,1**	**105,8**	**760,0**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**27,1**	**25,1**	**105,8**	**760,0**

МКОУСОШ с.Мугреево-Никольское

Утверждаю
Директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ		100	1,1	5,1	7,2	80,6
КАРТОФЕЛЬ	33,3	25	0,5	0,1	4	18,7
МОРКОВЬ	29,3	22	0,3	0	1,5	7,7
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	21	17	0,1	0	0,3	2,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	17	0,2	0	1,4	7,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5	5	0	5	0	45,0
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ СО СЛИВОЧ.МАСЛОМ		150/0/5	6,3	7,3	24,7	190,9
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	28,9	28,6	3,5	0,9	15,8	85,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,5	21,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
САХАР ПЕСОК	4,3	4,3	0	0	4,2	16,7
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5	0,1	4,2	0,1	37,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ		200	3,3	3,3	24,1	139,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	5	5	0,5	0	2,6	12,4
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	40	40	2,8	3,3	21,5	127,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
			17,0	**24,0**	**104,9**	**706,3**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**17,0**	**24,0**	**104,9**	**706,3**

МКОУСОШ с.Мугреево-Никольское

Утверждаю
Директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ		100	1,5	5,1	8,2	84,5
СВЕКЛА	129,3	97	1,5	0,1	8,2	39,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5	5	0	5	0	45,0
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		150	3,0	5,0	20,9	141,5
КАРТОФЕЛЬ	157,1	125,7	2,4	0,5	19,9	93,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	21,4	21,4	0,6	0,5	1	11,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ		90	12,2	9,9	3,2	170,4
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	71,6	66,6	11,5	2,4	0	82,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5,4	5,4	0	5,2	0	47,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,4	10,4	0,3	1,6	0,4	20,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,2	3,2	0,3	0	2,1	10,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	31,1	31,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,7	9	0,1	0	0,7	3,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	0,9	0,9	0	0,7	0	6,5
БАТОН		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		200	1,0	0,2	19,8	86,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
			21,6	**21,4**	**78,6**	**614,9**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**21,6**	**21,4**	**78,6**	**614,9**

МКОУСОШ с.Мугреево-Никольское

Утверждаю
Директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		180	17,6	20,8	3,2	270,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	3,27 шт.	131,8	16,2	14,7	0,9	200,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	49,1	49,1	1,4	1,2	2,3	25,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,7	1,7	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ		200	3,3	3,3	24,1	139,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	5	5	0,5	0	2,6	12,4
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	40	40	2,8	3,3	21,5	127,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
ВАФЛИ		30	0,8	1,0	23,2	106,2
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30	30	0,8	1	23,2	106,2
БАТОН		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			26,0	**26,7**	**86,8**	**695,5**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**26,0**	**26,7**	**86,8**	**695,5**

МКОУСОШ с.Мугреево-Никольское

Утверждаю
Директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		70	0,6	0,1	1,7	9,8
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	75	69,75	0,6	0,1	1,7	9,8
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ СО СЛИВ.МАСЛОМ		150/0/5	8,5	14,3	38,3	315,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,6
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	69	69	8,4	2,2	38,2	206,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115	115	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ		90	11,8	7,7	8,5	149,1
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕНАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	79,7	57,4	8,9	0,3	0	38,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18,6	18,6	0,5	0,5	0,9	9,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,6	18,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,4	3,4	0	2,7	0	24,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,9	7,9	1	0	4,8	22,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,19 шт.	7,6	1	0,9	0,1	11,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,3	2,3	0	0	0	0,0
БАТОН		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		200	1,0	0,2	19,8	86,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
			25,8	**23,5**	**94,8**	**692,4**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**25,8**	**23,5**	**94,8**	**692,4**

МКОУСОШ с.Мугреево-Никольское

Утверждаю
Директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		100	0,9	0,3	13,8	61,9
САХАР ПЕСОК	6,3	6,3	0	0	6,1	24,3
МОРКОВЬ	70,7	53	0,7	0,1	3,6	18,0
ЯБЛОКИ	48,8	43	0,2	0,2	4,1	19,6
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		150	3,5	4,2	15,1	114,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	215	172	3	0,2	7,9	46,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МОРКОВЬ	4	3	0	0	0,2	1,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,6	3,6	0,2	0	0,7	3,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)		90	12,4	19,3	14,8	280,3
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	57	57	10,1	10,2	0	131,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9	9	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	7,5	7,5	0,5	0,1	5,4	24,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	31,5	27	0,4	0,1	2,1	10,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4,5	4,5	0	4,4	0	39,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,6	0,1	4,1	19,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40,5	40,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,8	1,8	0	1,7	0	15,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,8
МОРКОВЬ	3,6	2,7	0	0	0,2	0,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,1	0,9	0	0	0,1	0,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,2	0	0,9	4,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,9	0,9	0	0,9	0	7,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0,9	3,5
БАТОН		35	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,6	1	18	91,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
КИСЕЛЬ		200	0,1	0,1	27,9	113,0
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	24	24	0	0	18,5	74,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
			20,8	**25,1**	**98,1**	**701,9**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**20,8**	**25,1**	**98,1**	**701,9**

Приложение 4

МКОУСОШ с.Мугреево-Никольское

Утверждаю
Директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВ.	200/0/10		5,7	10,8	37,0	267,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,6
КРУПА РИСОВАЯ	42,6	42,6	2,9	0,4	30,6	137,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63,2	63,2	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95,5	95,5	2,7	2,3	4,5	50,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,9	1,9	0	0	1,8	7,4
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40		4,9	4,5	0,3	61,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
ЙОГУРТ	100		2,0	1,5	3,0	48,0
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	103,3	100	2	1,5	3	48,0
БАТОН	50		3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	35		2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,6	0,1	31,7	131,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0	0	0	0,0
			19,3	**18,7**	**112,5**	**710,4**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**19,3**	**18,7**	**112,5**	**710,4**

МКОУСОШ с.Мугреево-Никольское

Утверждаю
Директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ		100	1,5	0,1	8,2	39,5
СВЕКЛА	129,33	97	1,5	0,1	8,2	39,5
ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		200/0/30	14,3	14,3	91,8	550,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	105,9	105,9	11,1	1,4	71,8	343,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,4	0,7	0,6	0	8,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105,9	105,9	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	3,1	3,1	0,4	0,1	0,1	2,3
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0	0	3,7	14,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	30	30	2,1	2,5	16,2	95,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	10	10	0	9,7	0	87,2
БАТОН		50	3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
ЙОГУРТ		100	2,0	1,5	3,0	48,0
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	103,3	100	2	1,5	3	48,0
			24,1	**17,8**	**158,5**	**900,8**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**24,1**	**17,8**	**158,5**	**900,8**

МКОУСОШ с.Мугреево-Никольское

Утверждаю
Директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		100	0,9	5,3	7,7	82,6
МОРКОВЬ	70,7	53	0,7	0,1	3,6	18,0
ЯБЛОКИ	48,8	43	0,2	0,2	4,1	19,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5	5	0	5	0	45,0
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		200	26,0	21,1	28,2	412,4
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	126	126	22	11	3,7	206,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	17,6	17,6	1,8	0,2	11,9	57,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,1	0,6	0,6	0	7,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	7,6	7,6	0	7,4	0	66,3
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	23,5	23,5	1,6	1,9	12,6	74,8
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		30	6,9	8,9		109,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	32	30	7	8,9	0	109,2
БАТОН		40	3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ		180	3,0	3,0	21,7	125,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	4,5	4,5	0,5	0	2,3	11,2
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	36	36	2,5	3	19,4	114,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
			42,5	**40,2**	**102,8**	**953,0**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**42,5**	**40,2**	**102,8**	**953,0**

МКОУСОШ с.Мугреево-Никольское

Утверждаю
Директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ		100	0,7	5,1	2,3	57,7
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	114	91	0,7	0,1	2,3	12,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5	5	0	5	0	45,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		180	3,7	6,5	24,3	168,6
КАРТОФЕЛЬ	204,8	153,6	3	0,6	24,3	114,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	28,8	27,6	0,8	0,7	1,3	14,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 1 ВАРИАНТ		100	6,9	15,5	10,1	213,1
СВИНИНА МЯСНАЯ	40,6	34,5	4,8	11,2	0	119,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	7,3	7,3	0,5	0,1	3	14,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,9	10,9	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,6	18,2	0,3	0	1,5	7,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,7	2,7	0	2,6	0	23,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,6	3,6	0,4	0	2,4	11,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,2	18,2	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,2	11,2	0,3	1,6	0,4	22,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5	3,5	0,4	0	2,3	11,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,3	33,3	0	0	0	0,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4,5	4,5	0,2	0	0,5	2,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
БАТОН		50	3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		200	1,0	0,2	19,8	86,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
			18,4	**29,1**	**97,0**	**727,8**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**18,4**	**29,1**	**97,0**	**727,8**

МКОУСОШ с.Мугреево-Никольское

Утверждаю
Директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ		100	0,9	5,1	3,4	65,0
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	54	46	0,5	0,1	1,7	11,0
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	44	35	0,3	0	0,9	4,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5	5	0	5	0	45,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		180	6,6	5,7	37,5	228,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	61,2	61,2	6,5	0,8	41,8	200,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ		100	13,2	8,8	9,3	168,6
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	72	63,8	9,8	0,6	0	44,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,9	20,9	0,6	0,5	1	11,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,5	4,5	0,5	0,1	3	14,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,9	20,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,8	3,8	0	3	0	27,5
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8,8	8,8	1,2	0	5,2	25,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,21 шт.	8,4	1,1	1	0,1	12,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		30	6,9	8,9		109,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	32	30	7	8,9	0	109,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0,6	0,1	31,7	131,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	24	24	0	0	23,3	92,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0	0	0	0,0
БАТОН		50	3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
			34,3	**30,4**	**122,4**	**904,6**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**34,3**	**30,4**	**122,4**	**904,6**

МКОУСОШ с.Мугреево-Никольское

Утверждаю
Директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ		100	1,1	5,1	7,2	80,6
КАРТОФЕЛЬ	33,33	25	0,5	0,1	4	18,7
МОРКОВЬ	29,33	22	0,3	0	1,5	7,7
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	21	17	0,1	0	0,3	2,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20	17	0,2	0	1,4	7,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5	5	0	5	0	45,0
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ СО СЛИВОЧ.МАСЛОМ		200	8,0	12,3	30,9	266,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	36,1	35,8	4,4	1,2	19,8	107,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	26,9	26,9	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3	5,8	65,5
САХАР ПЕСОК	5,4	5,4	0	0	5,2	20,9
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5	0,1	4,2	0,1	37,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
БАТОН		50	3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ		200	3,3	3,3	24,1	139,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	5	5	0,5	0	2,6	12,4
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	40	40	2,8	3,3	21,5	127,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
			20,9	**29,6**	**125,1**	**851,3**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**20,9**	**29,6**	**125,1**	**851,3**

МКОУСОШ с.Мугреево-Никольское

Утверждаю
Директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ		100	1,5	5,1	8,2	84,5
СВЕКЛА	129,33	97	1,5	0,1	8,2	39,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5	5	0	5	0	45,0
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		200	4,2	9,5	28,0	212,7
КАРТОФЕЛЬ	209,6	167,7	3,3	0,7	26,5	125,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	28,6	28,6	0,8	0,7	1,4	14,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	133,3	133,3	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ		100	13,6	9,9	3,5	180,5
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	79,57	74	12,8	2,6	0	91,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,5	11,5	0,3	1,6	0,4	23,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5	3,5	0,4	0	2,3	11,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	34,5	34,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
БАТОН		50	3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		200	1,0	0,2	19,8	86,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
			26,4	**26,5**	**100,0**	**766,1**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**26,4**	**26,5**	**100,0**	**766,1**

МКОУСОШ с.Мугреево-Никольское

Утверждаю
Директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		200	19,6	27,4	3,5	338,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	3,64 шт.	146,4	18	16,3	1	222,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	54,5	54,5	1,6	1,4	2,5	28,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	10	10	0	9,7	0	87,2
БАТОН		50	3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ		200	3,3	3,3	24,1	139,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	5	5	0,5	0	2,6	12,4
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	40	40	2,8	3,3	21,5	127,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ЯБЛОКО		100	0,4	0,4	9,8	47,0
ЯБЛОКИ	113,6	100	0,4	0,4	9,8	47,0
ВАФЛИ		50	1,4	1,7	38,7	177,0
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	50	50	1,4	1,7	38,7	177,0
			30,8	**34,6**	**116,6**	**904,7**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**30,8**	**34,6**	**116,6**	**904,7**

МКОУСОШ с.Мугреево-Никольское

Утверждаю
Директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		100	0,8	0,1	2,5	13,9
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	107,1	99,6	0,8	0,1	2,5	13,9
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ СО СЛИВОЧ.МАСЛОМ		180	9,9	7,5	44,7	285,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	80,8	80,8	9,9	2,6	44,7	241,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	134,6	134,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
БАТОН		50	3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ		100	13,3	8,6	9,3	166,8
РЫБА ТРЕСКА ПОТРОШЕНАЯ ОБЕЗГЛАВЛЕННАЯ	88,5	63,8	9,9	0,4	0	42,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,9	20,9	0,6	0,5	1	11,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,5	4,5	0,5	0,1	3	14,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,9	20,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,8	3,8	0	3	0	27,5
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8,8	8,8	1,2	0	5,2	25,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,21 шт.	8,4	1,1	1	0,1	12,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		200	1,0	0,2	19,8	86,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
			31,1	**18,2**	**116,8**	**754,1**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**31,1**	**18,2**	**116,8**	**754,1**

МКОУСОШ с.Мугреево-Никольское

Утверждаю
Директор
Модина Е.А.

МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		100	0,9	0,3	13,8	61,9
САХАР ПЕСОК	6,3	6,3	0	0	6,1	24,3
МОРКОВЬ	70,6	53	0,7	0,1	3,6	18,0
ЯБЛОКИ	48,9	43	0,2	0,2	4,1	19,6
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		180	4,2	5,1	17,8	136,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	258	206,4	3,6	0,2	9,4	56,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
МОРКОВЬ	4,8	3,6	0	0	0,2	1,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,5	7,2	0,1	0	0,6	2,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,3	4,3	0,2	0	0,8	4,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,3	0	1,6	7,8
САХАР ПЕСОК	5,4	5,4	0	0	5,2	20,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)		100	13,8	21,4	16,5	311,4
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	63,3	63,3	11,2	11,3	0	146,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	8,3	8,3	0,6	0,1	5,9	26,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	35	30	0,4	0,1	2,4	11,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6,7	6,7	0,7	0,1	4,6	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
МОРКОВЬ	4	3	0	0	0,2	1,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,2	1	0	0	0,1	0,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1	1	0	1	0	8,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
БАТОН		50	3,8	1,5	25,7	131,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
КИСЕЛЬ		200	0,1	0,1	27,9	113,0
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	24	24	0	0	18,5	74,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
			25,1	**28,7**	**116,5**	**825,6**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**25,1**	**28,7**	**116,5**	**825,6**