

Согласовано:

Директор МБОУ

Кытмановская СОШ №1

Титов В.В.



« 25 » августа 2023 год

Утверждаю

Председатель Совета

Кытмановского Райпо

А.В. Беккер

« 25 » августа 2023 год.

# ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

для столовой

при МБОУ КЫТМАНОВСКОЙ СОШ №1

**для детей ОВЗ**

на сентябрь 2023 –май 2024г

|                               | Выход       | Белки        | Жиры          | Углевод<br>ы  | Ккал          |
|-------------------------------|-------------|--------------|---------------|---------------|---------------|
| <b>1 день 1 завтрак</b>       |             |              |               |               |               |
| Каша пшеничная на молоке      | 200         | 6            | 1,4           | 41,2          | 204           |
| Сок яблочный натуральный      | 200         | 1            | 0,0           | 21,2          | 88            |
| Сыр в нарезке                 | 30          | 7            | 8,8           | 0             | 107,5         |
| Хлеб 1 сорт                   | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
| <b>Итого:</b>                 | <b>464</b>  | <b>16,27</b> | <b>11,73</b>  | <b>78,21</b>  | <b>485,62</b> |
| <b>2 завтрак</b>              |             |              |               |               |               |
| Щи со св капустой и картофеле | 250         | 5,77         | 7,57          | 7,12          | 120,07        |
| Чай с сахаром                 | 200         | 0,2          | 0,0           | 6,5           | 26,8          |
| Хлеб 1 сорт                   | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
| <b>Итого</b>                  | <b>484</b>  | <b>8,24</b>  | <b>9,1</b>    | <b>29,43</b>  | <b>232,99</b> |
| <b>Итого за день</b>          | <b>948</b>  | <b>24,51</b> | <b>20,83</b>  | <b>107,64</b> | <b>718,61</b> |
| <b>2 день 1 Завтрак</b>       |             |              |               |               |               |
| Огурцы свежие в нарезке       | 60          | 0,45         | 0,075         | 1,5           | 8,47          |
| Каша ячневая                  | 150         | 4,65         | 9,15          | 30,9          | 231           |
| Тефтели мясные 2 вар          | 90          | 11,34        | 10,53         | 9,99          | 177,3         |
| Кисель из свежих плодов       | 200         | 0,4          | 0,1           | 14,4          | 59,7          |
| Хлеб 1 сорт                   | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
| <b>Итого:</b>                 | <b>534</b>  | <b>19,11</b> | <b>21,385</b> | <b>72,6</b>   | <b>562,59</b> |
| <b>2 Завтрак</b>              |             |              |               |               |               |
| Борщ со свежей капусты        | 250         | 5,87         | 7,62          | 12,62         | 142,77        |
| Чай с сахаром                 | 200         | 0,2          | 0,0           | 6,5           | 26,8          |
| Хлеб 1 сорт                   | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
| <b>Итого</b>                  | <b>484</b>  | <b>8,34</b>  | <b>9,15</b>   | <b>34,93</b>  | <b>255,69</b> |
| <b>Итого за день</b>          | <b>1018</b> | <b>27,45</b> | <b>30,53</b>  | <b>107,53</b> | <b>818,28</b> |
| <b>3 день</b>                 |             |              |               |               |               |
| <b>1 Завтрак</b>              |             |              |               |               |               |
| Суп молочный                  | 200         | 5,5          | 5,58          | 17,72         | 143,02        |
| Булочка дорожная              | 58          | 4,04         | 8,43          | 31,9          | 221,16        |
| Чай с сахаром                 | 200         | 0,2          | 0,0           | 6,5           | 26,8          |
| Хлеб 1 сорт                   | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
| <b>Итого:</b>                 | <b>492</b>  | <b>12,01</b> | <b>15,54</b>  | <b>71,93</b>  | <b>477,1</b>  |
| <b>2 завтрак</b>              |             |              |               |               |               |
| Суп с макаронными изделиями   | 250         | 6,45         | 3,47          | 23,12         | 149,5         |
| Чай с сахаром                 | 200         | 0,2          | 0,0           | 6,5           | 26,8          |
| Хлеб 1 сорт                   | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
| <b>Итого</b>                  | <b>484</b>  | <b>8,92</b>  | <b>5</b>      | <b>45,43</b>  | <b>262,42</b> |
| <b>Итого за день</b>          | <b>976</b>  | <b>20,93</b> | <b>20,54</b>  | <b>117,36</b> | <b>739,52</b> |
| <b>4 день</b>                 |             |              |               |               |               |
| <b>1 завтрак</b>              |             |              |               |               |               |
| Каша геркулесовая на молоке   | 200         | 5,6          | 10,4          | 26,4          | 230,0         |
| Сок яблочный натуральный      | 200         | 1            | 0,0           | 21,2          | 88            |
| Сыр в нарезке                 | 30          | 7            | 8,8           | 0             | 107,5         |
| Хлеб 1 с                      | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
| <b>Итого:</b>                 | <b>464</b>  | <b>15,87</b> | <b>20,73</b>  | <b>63,41</b>  | <b>511,62</b> |
| <b>2 завтрак</b>              |             |              |               |               |               |
| Суп картофельный с бобовыми   | 250         | 8,35         | 5,75          | 20,35         | 166,42        |
| Чай с сахаром                 | 200         | 0,2          | 0,0           | 6,5           | 26,8          |
| Хлеб 1 сорт                   | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
| <b>Итого</b>                  | <b>484</b>  | <b>10,82</b> | <b>7,28</b>   | <b>42,66</b>  | <b>279,34</b> |
| <b>Итого за день</b>          | <b>948</b>  | <b>26,69</b> | <b>28,01</b>  | <b>106,07</b> | <b>790,96</b> |



| <b>5 день</b>               |             |              |               |               |               |  |
|-----------------------------|-------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--|
| <b>1 завтрак</b>            |             |              |               |               |               |  |
| Огурцы свежие в нарезке     | 60          | 0,45         | 0,075         | 1,5           | 8,47          |  |
| Фрикадельки                 | 90          | 11,8         | 9,09          | 9,81          | 166,5         |  |
| Картофельное пюре           | 150         | 3,1          | 6,0           | 19,7          | 145,8         |  |
| Чай с сахаром и лимоном     | 200         | 0,3          | 0,0           | 6,7           | 27,9          |  |
| Хлеб 1 с                    | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |  |
| <b>Итого:</b>               | <b>534</b>  | <b>17,92</b> | <b>16,695</b> | <b>53,52</b>  | <b>434,79</b> |  |
| <b>2 завтрак</b>            |             |              |               |               |               |  |
| Рассольник Ленинградский    | 250         | 5,92         | 7,8           | 17            | 161,72        |  |
| Чай с сахаром               | 200         | 0,2          | 0,0           | 6,5           | 26,8          |  |
| Хлеб 1 сорт                 | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |  |
| <b>Итого</b>                | <b>484</b>  | <b>8,39</b>  | <b>9,33</b>   | <b>39,31</b>  | <b>274,64</b> |  |
| <b>Итого за день</b>        | <b>1018</b> | <b>26,31</b> | <b>26,02</b>  | <b>92,83</b>  | <b>709,43</b> |  |
| <b>6 день</b>               |             |              |               |               |               |  |
| <b>1 завтрак</b>            |             |              |               |               |               |  |
| Каша молочная с рисом       | 200         | 5,2          | 6,5           | 28,4          | 193,7         |  |
| Сок яблочный натуральный    | 200         | 1            | 0,0           | 21,2          | 88            |  |
| Сыр в нарезке               | 30          | 7            | 8,8           | 0             | 107,5         |  |
| Хлеб 1 сорт                 | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |  |
| <b>Итого:</b>               | <b>464</b>  | <b>15,47</b> | <b>16,83</b>  | <b>65,41</b>  | <b>475,32</b> |  |
| <b>2 завтрак</b>            |             |              |               |               |               |  |
| Борщ «Сибирский»            | 250         | 11,5         | 6,25          | 16,25         | 157,5         |  |
| Чай с сахаром               | 200         | 0,2          | 0,0           | 6,5           | 26,8          |  |
| Хлеб 1 сорт                 | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |  |
| <b>Итого</b>                | <b>484</b>  | <b>13,97</b> | <b>7,78</b>   | <b>38,56</b>  | <b>270,42</b> |  |
| <b>Итого за день</b>        | <b>948</b>  | <b>29,44</b> | <b>24,61</b>  | <b>103,97</b> | <b>745,74</b> |  |
| <b>7 день</b>               |             |              |               |               |               |  |
| <b>1 завтрак</b>            |             |              |               |               |               |  |
| Помидоры свежие в нарезке   | 60          | 0,45         | 0,075         | 1,5           | 8,47          |  |
| Макароньы отварные          | 150         | 5,3          | 5,5           | 32,7          | 202           |  |
| Фрикадельки в соусе         | 90          | 10,35        | 8,91          | 7,2           | 152,1         |  |
| Компот из с/ф               | 200         | 0,5          | 0,0           | 19,8          | 81            |  |
| Хлеб 1 сорт                 | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |  |
| <b>Итого:</b>               | <b>534</b>  | <b>18,87</b> | <b>16,015</b> | <b>77,01</b>  | <b>529,69</b> |  |
| <b>2 завтрак</b>            |             |              |               |               |               |  |
| Суп картофельный с клёцками | 250         | 5,77         | 4,17          | 14,25         | 117,57        |  |
| Чай с сахаром               | 200         | 0,2          | 0,0           | 6,5           | 26,8          |  |
| Хлеб 1 сорт                 | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |  |
| <b>Итого</b>                | <b>484</b>  | <b>8,24</b>  | <b>5,7</b>    | <b>36,56</b>  | <b>230,49</b> |  |
| <b>Итого за день</b>        | <b>1018</b> | <b>27,11</b> | <b>21,71</b>  | <b>113,57</b> | <b>760,18</b> |  |
| <b>8 день</b>               |             |              |               |               |               |  |
| <b>1 завтрак</b>            |             |              |               |               |               |  |
| Салат из свеклы отварной    | 60          | 0,82         | 2,7           | 4,5           | 45,6          |  |
| Омлет натуральный           | 200         | 20           | 33,4          | 3,8           | 398           |  |
| Чай с сахаром и лимоном     | 200         | 0,3          | 0,0           | 6,7           | 27,9          |  |
| Хлеб 1 сорт                 | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |  |
| <b>Итого:</b>               | <b>494</b>  | <b>23,39</b> | <b>37,63</b>  | <b>30,81</b>  | <b>557,62</b> |  |



| 2 завтрак      |                             |      |       |        |        |        |
|----------------|-----------------------------|------|-------|--------|--------|--------|
|                | Суп. с рыбными консервами   | 250  | 9,87  | 5,12   | 15,52  | 147,45 |
|                | Чай с сахаром               | 200  | 0,2   | 0,0    | 6,5    | 26,8   |
|                | Хлеб 1 сорт                 | 34   | 2,27  | 1,53   | 15,81  | 86,12  |
|                | Итого                       | 484  | 12,34 | 6,65   | 37,83  | 260,37 |
|                | Итого за день               | 978  | 35,73 | 44,28  | 68,64  | 817,99 |
| <u>9 день</u>  |                             |      |       |        |        |        |
| 1 завтрак      |                             |      |       |        |        |        |
|                | Огурцы свежие в нарезке     | 60   | 0,45  | 0,075  | 1,5    | 8,47   |
|                | Котлета куриная             | 90   | 17,28 | 3,96   | 12,11  | 152,51 |
|                | Каша гречневая              | 150  | 8,2   | 6,9    | 35,9   | 238,9  |
|                | Чай с сахаром               | 200  | 0,2   | 0,0    | 6,5    | 26,8   |
|                | Хлеб 1 с.                   | 34   | 2,27  | 1,53   | 15,81  | 86,12  |
|                | Итого:                      | 534  | 28,4  | 12,465 | 71,82  | 512,8  |
| 2 завтрак      |                             |      |       |        |        |        |
|                | Суп картофельный с бобовыми | 250  | 8,35  | 5,75   | 20,35  | 166,42 |
|                | Чай с сахаром               | 200  | 0,2   | 0,0    | 6,5    | 26,8   |
|                | Хлеб 1 сорт                 | 34   | 2,27  | 1,53   | 15,81  | 86,12  |
|                | Итого                       | 484  | 10,82 | 7,28   | 42,66  | 279,34 |
|                | Итого за день               | 1018 | 39,22 | 19,74  | 114,48 | 792,14 |
| <u>10 день</u> |                             |      |       |        |        |        |
| 1 завтрак      |                             |      |       |        |        |        |
|                | Помидоры свежие в нарезке   | 60   | 0,45  | 0,075  | 1,5    | 8,47   |
|                | Птица тушеная в соусе       | 150  | 15,3  | 12     | 0,2    | 171    |
|                | Каша перловая               | 150  | 4,5   | 6      | 31,95  | 204    |
|                | Сок яблочный натуральный    | 200  | 1     | 0,0    | 21,2   | 88     |
|                | Хлеб 1 с                    | 34   | 2,27  | 1,53   | 15,81  | 86,12  |
|                | Итого:                      | 594  | 23,52 | 19,605 | 70,66  | 557,59 |
| 2 завтрак      |                             |      |       |        |        |        |
|                | Суп «Крестьянский» с крупой | 250  | 6,4   | 7,77   | 13,42  | 149,3  |
|                | Чай с сахаром               | 200  | 0,2   | 0,0    | 6,5    | 26,8   |
|                | Хлеб 1 сорт                 | 34   | 2,27  | 1,53   | 15,81  | 86,12  |
|                | Итого                       | 484  | 8,87  | 9,3    | 35,73  | 262,22 |
|                | Итого за день               | 1078 | 32,39 | 28,9   | 106,39 | 819,81 |
| <u>11 день</u> |                             |      |       |        |        |        |
| 1 завтрак      |                             |      |       |        |        |        |
|                | Каша манная на молоке       | 200  | 4,8   | 0,2    | 39,6   | 186    |
|                | Сок яблочный натуральный    | 200  | 1     | 0,0    | 21,2   | 88     |
|                | Сыр в нарезке               | 30   | 7     | 8,8    | 0      | 107,5  |
|                | Хлеб 1 с                    | 34   | 2,27  | 1,53   | 15,81  | 86,12  |
|                | Итого:                      | 464  | 15,07 | 10,53  | 76,61  | 467,62 |
| 2 завтрак      |                             |      |       |        |        |        |
|                | Щи из свежей капусты        | 250  | 5,77  | 7,57   | 7,12   | 120,07 |
|                | Чай с сахаром               | 200  | 0,2   | 0,0    | 6,5    | 26,8   |
|                | Хлеб 1 сорт                 | 34   | 2,27  | 1,53   | 15,81  | 86,12  |
|                | Итого                       | 484  | 8,24  | 9,1    | 29,43  | 232,99 |
|                | Итого за день               | 948  | 23,31 | 19,63  | 106,04 | 700,61 |



| <b>12 день</b>   |                              |            |              |               |               |               |
|------------------|------------------------------|------------|--------------|---------------|---------------|---------------|
| <b>1 завтрак</b> |                              |            |              |               |               |               |
|                  | Огурцы свежие в нарезке      | 60         | 0,45         | 0,075         | 1,5           | 8,47          |
|                  | Жаркое по-домашнему (курица) | 200        | 18,4         | 19,2          | 20            | 320           |
|                  | Чай с лимоном                | 200        | 0,3          | 0,0           | 6,7           | 27,9          |
|                  | Хлеб 1 с                     | 34         | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
|                  | <b>Итого:</b>                | <b>494</b> | <b>21,42</b> | <b>20,805</b> | <b>44,01</b>  | <b>442,49</b> |
| <b>2 завтрак</b> |                              |            |              |               |               |               |
|                  | Борщ со свежей капусты       | 250        | 5,87         | 7,62          | 12,62         | 142,77        |
|                  | Чай с сахаром                | 200        | 0,2          | 0,0           | 6,5           | 26,8          |
|                  | Хлеб 1 сорт                  | 34         | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
|                  | <b>Итого</b>                 | <b>484</b> | <b>8,34</b>  | <b>9,15</b>   | <b>34,93</b>  | <b>255,69</b> |
|                  | <b>Итого за день</b>         | <b>978</b> | <b>29,76</b> | <b>29,95</b>  | <b>78,94</b>  | <b>698,18</b> |
| <b>13 день</b>   |                              |            |              |               |               |               |
| <b>1 завтрак</b> |                              |            |              |               |               |               |
|                  | Каша пшеничная на молоке     | 200        | 6            | 1,4           | 41,2          | 204           |
|                  | Булочка «Российская»         | 58         | 4,04         | 8,43          | 31,9          | 221,16        |
|                  | Сок яблочный натуральный     | 200        | 1            | 0,0           | 21,2          | 88            |
|                  | Хлеб 1 с                     | 34         | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
|                  | <b>Итого</b>                 | <b>492</b> | <b>13,31</b> | <b>11,36</b>  | <b>110,11</b> | <b>599,28</b> |
| <b>2 завтрак</b> |                              |            |              |               |               |               |
|                  | Суп с макаронными изделиями  | 250        | 6,45         | 3,47          | 23,12         | 149,5         |
|                  | Чай с сахаром                | 200        | 0,2          | 0,0           | 6,5           | 26,8          |
|                  | Хлеб 1 сорт                  | 34         | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
|                  | <b>Итого</b>                 | <b>484</b> | <b>8,92</b>  | <b>5</b>      | <b>45,43</b>  | <b>262,42</b> |
|                  | <b>Итого за день</b>         | <b>976</b> | <b>22,23</b> | <b>16,36</b>  | <b>155,54</b> | <b>861,7</b>  |
| <b>14 день</b>   |                              |            |              |               |               |               |
| <b>1 завтрак</b> |                              |            |              |               |               |               |
|                  | Творожная запеканка          | 200        | 34,2         | 24,4          | 31            | 488           |
|                  | Чай с сахаром                | 200        | 0,2          | 0,0           | 6,5           | 26,8          |
|                  | Хлеб 1 с                     | 34         | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
|                  | <b>Итого:</b>                | <b>434</b> | <b>36,67</b> | <b>25,93</b>  | <b>53,31</b>  | <b>600,92</b> |
| <b>2 завтрак</b> |                              |            |              |               |               |               |
|                  | Суп картофельный с горохом   | 250        | 8,35         | 5,75          | 20,35         | 166,42        |
|                  | Чай с сахаром                | 200        | 0,2          | 0,0           | 6,5           | 26,8          |
|                  | Хлеб 1 сорт                  | 34         | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
|                  | <b>Итого</b>                 | <b>484</b> | <b>10,82</b> | <b>7,28</b>   | <b>42,66</b>  | <b>279,34</b> |
|                  | <b>Итого за день</b>         | <b>918</b> | <b>47,49</b> | <b>33,21</b>  | <b>95,97</b>  | <b>880,26</b> |
| <b>15 день</b>   |                              |            |              |               |               |               |
| <b>1 завтрак</b> |                              |            |              |               |               |               |
|                  | Суп молочный с макарон издел | 200        | 5,5          | 5,58          | 17,72         | 143,02        |
|                  | Булочка сдобная              | 75         | 4,04         | 8,43          | 31,9          | 221,16        |
|                  | Чай с лимоном                | 200        | 0,3          | 0,0           | 6,7           | 27,9          |
|                  | Хлеб 1 с                     | 34         | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
|                  | <b>Итого:</b>                | <b>509</b> | <b>12,11</b> | <b>15,54</b>  | <b>72,13</b>  | <b>478,2</b>  |
| <b>2 завтрак</b> |                              |            |              |               |               |               |
|                  | Рассольник «Ленинградский»   | 250        | 5,92         | 7,8           | 17            | 161,72        |
|                  | Чай с сахаром                | 200        | 0,2          | 0,0           | 6,5           | 26,8          |
|                  | Хлеб 1 сорт                  | 34         | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
|                  | <b>Итого</b>                 | <b>484</b> | <b>8,39</b>  | <b>9,33</b>   | <b>39,31</b>  | <b>274,64</b> |
|                  | <b>Итого за день</b>         | <b>993</b> | <b>20,5</b>  | <b>24,87</b>  | <b>111,44</b> | <b>752,84</b> |



| 16 день   |                             |             |              |               |               |               |
|-----------|-----------------------------|-------------|--------------|---------------|---------------|---------------|
| 1 завтрак |                             |             |              |               |               |               |
|           | Икра свекольная             | 60          | 0,82         | 2,7           | 4,57          | 45,6          |
|           | Макароны отварные           | 150         | 5,3          | 5,5           | 32,7          | 202           |
|           | Фрикадельки мясные          | 90          | 11,8         | 9,09          | 9,81          | 166,5         |
|           | Кисель из свежих плодов     | 200         | 0,4          | 0,1           | 14,4          | 59,7          |
|           | Хлеб 1 с                    | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
|           | <b>Итого:</b>               | <b>534</b>  | <b>20,59</b> | <b>18,92</b>  | <b>77,29</b>  | <b>559,92</b> |
| 2 завтрак |                             |             |              |               |               |               |
|           | Борщ «Сибирский»            | 250         | 11,5         | 6,25          | 16,25         | 157,5         |
|           | Чай с сахаром               | 200         | 0,2          | 0,0           | 6,5           | 26,8          |
|           | Хлеб 1 сорт                 | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
|           | <b>Итого</b>                | <b>484</b>  | <b>13,97</b> | <b>7,78</b>   | <b>38,56</b>  | <b>270,42</b> |
|           | <b>Итого за день</b>        | <b>1018</b> | <b>34,56</b> | <b>26,7</b>   | <b>115,85</b> | <b>830,34</b> |
| 17 день   |                             |             |              |               |               |               |
| 1 завтрак |                             |             |              |               |               |               |
|           | Каша «Дружба»               | 200         | 5            | 6,9           | 23,9          | 178           |
|           | Компот из кураги            | 200         | 1            | 0,1           | 15,7          | 66,9          |
|           | Пирог печеный с капустой    | 58          | 5,32         | 4,27          | 21,75         | 146,25        |
|           | Хлеб 1 с                    | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
|           | <b>Итого:</b>               | <b>492</b>  | <b>13,59</b> | <b>12,8</b>   | <b>77,16</b>  | <b>477,27</b> |
| 2 завтрак |                             |             |              |               |               |               |
|           | Суп картофельный с клецками | 250         | 5,77         | 4,17          | 14,25         | 117,57        |
|           | Чай с сахаром               | 200         | 0,2          | 0,0           | 6,5           | 26,8          |
|           | Хлеб 1 сорт                 | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
|           | <b>Итого</b>                | <b>484</b>  | <b>8,24</b>  | <b>5,7</b>    | <b>36,56</b>  | <b>230,49</b> |
|           | <b>Итого за день</b>        | <b>976</b>  | <b>21,83</b> | <b>18,5</b>   | <b>113,72</b> | <b>707,76</b> |
| 18 день   |                             |             |              |               |               |               |
|           | Помидоры свежие в нарезке   | 60          | 0,45         | 0,075         | 1,5           | 8,47          |
|           | Тефтели мясные              | 90          | 11,34        | 10,53         | 9,99          | 177,3         |
|           | Пюре гороховое              | 150         | 3,1          | 6,0           | 19,7          | 145,8         |
|           | Чай с сахаром               | 200         | 0,2          | 0,0           | 6,5           | 26,8          |
|           | Хлеб 1 с                    | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
|           | <b>Итого:</b>               | <b>534</b>  | <b>17,36</b> | <b>18,135</b> | <b>53,5</b>   | <b>444,49</b> |
| 2 завтрак |                             |             |              |               |               |               |
|           | Суп с рыбными консервами    | 250         | 9,87         | 5,12          | 15,52         | 147,45        |
|           | Чай с сахаром               | 200         | 0,2          | 0,0           | 6,5           | 26,8          |
|           | Хлеб 1 сорт                 | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
|           | <b>Итого</b>                | <b>484</b>  | <b>12,34</b> | <b>6,65</b>   | <b>37,83</b>  | <b>260,37</b> |
|           | <b>Итого за день</b>        | <b>1018</b> | <b>29,7</b>  | <b>24,78</b>  | <b>91,33</b>  | <b>704,86</b> |
| 19 день   |                             |             |              |               |               |               |
|           | Каша геркулесовая на молоке | 200         | 5,6          | 10,4          | 26,4          | 230           |
|           | Сок яблочный натуральный    | 200         | 1            | 0,0           | 21,2          | 88            |
|           | Сыр в нарезке               | 30          | 7            | 8,8           | 0             | 107,5         |
|           | Хлеб 1 с                    | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
|           | <b>Итого:</b>               | <b>464</b>  | <b>15,87</b> | <b>20,73</b>  | <b>63,41</b>  | <b>511,62</b> |
| 2 завтрак |                             |             |              |               |               |               |
|           | Суп картофельный с фасолью  | 250         | 8,35         | 5,75          | 20,35         | 166,42        |
| 685       | Чай с сахаром               | 200         | 0,2          | 0,0           | 6,5           | 26,8          |
|           | Хлеб 1 сорт                 | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
|           | <b>Итого</b>                | <b>484</b>  | <b>10,82</b> | <b>7,28</b>   | <b>42,66</b>  | <b>279,34</b> |
|           | <b>Итого за день</b>        | <b>948</b>  | <b>26,69</b> | <b>28,01</b>  | <b>106,07</b> | <b>790,96</b> |

| <b>20 день</b>   |                            |             |              |               |               |               |
|------------------|----------------------------|-------------|--------------|---------------|---------------|---------------|
|                  | Огурцы свежие в нарезке    | 60          | 0,45         | 0,075         | 1,5           | 8,47          |
|                  | Макароны отварные          | 150         | 5,3          | 5,5           | 32,7          | 202           |
|                  | Котлета мясная             | 90          | 16,43        | 16,3          | 14,6          | 271,5         |
|                  | Кисель из свежих плодов    | 200         | 0,4          | 0,1           | 14,4          | 59,7          |
| 685              | Хлеб 1 с                   | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
|                  | <b>Итого:</b>              | <b>534</b>  | <b>24,85</b> | <b>23,505</b> | <b>79,01</b>  | <b>627,79</b> |
| <b>2 завтрак</b> |                            |             |              |               |               |               |
|                  | Рассольник «Ленинградский» | 250         | 5,92         | 7,8           | 17            | 161,72        |
|                  | Чай с сахаром              | 200         | 0,2          | 0,0           | 6,5           | 26,8          |
|                  | Хлеб 1 сорт                | 34          | 2,27         | 1,53          | 15,81         | 86,12         |
|                  | <b>Итого</b>               | <b>484</b>  | <b>8,39</b>  | <b>9,33</b>   | <b>39,31</b>  | <b>274,64</b> |
|                  | <b>Итого за день</b>       | <b>1018</b> | <b>33,24</b> | <b>32,83</b>  | <b>118,32</b> | <b>902,43</b> |

Примечание : При составлении меню использован « Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах». Министерство экономического развития и торговли Российской Федерации.2004г

При приготовление блюд используется йодированная соль.

Пищевые , биологически активные добавки и компоненты . полученные с применением генно-инженерно- модифицированных организмов не используется