

<p>УТВЕРЖДАЮ</p> <p>« 01 » <i>сентября</i> 2021г</p> <p><i>[Подпись]</i></p> <p>Генеральный директор ООО «Полар» Борисенко Л.А.</p> 	<p>СОГЛАСОВАНО</p> <p>« 11 » <i>сентября</i> 2021г</p> <p>Руководитель образовательного учреждения</p> <p><i>[Подпись]</i></p> <p><i>Согласовано</i></p> <p><i>[Подпись]</i></p> 
--	---

**Примерное 10-ти дневное меню для обучающихся 1-4 классов и 5-11 классов в  
общеобразовательных учреждениях Московской области**

**Примерное меню для обучающихся с 1 по 4 классы в муниципальных общеобразовательных учреждениях Московской области на 2021 учебный год**

№ п/п	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал	Витамины										№ ТК (Вариант 1)	№ ТК по Скорому	Ссылка
							В1, мг	С, мг	А, мкг	Е мг, ток. экв.	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	B2, мг	Г, мкг			
День 1 (понедельник)																			
Завтрак																			
1	Сардельки, колбасы (сосиски) отварные	49	5,4	11,7	0,2	127,7	0,1	0,0	0,0	0,2	17,2	77,9	9,8	0,9	0,1	3,4	120501	294	Для обуч. образовательных организаций Куяма, 2016
2	Икрашка мажоранное отварные	160	6,2	4,7	39,5	225,1	0,1	0,0	14,4	0,9	23,0	52,0	9,7	1,0	0,0	1,3	130401	340	Для обуч. образовательных организаций Куяма, 2016, ТТК
3	Корейский салаток закусочный на молоке	200	3,8	3,4	19,5	123,7	2,4	0,6	15,0	0,0	141,3	114,8	30,0	1,7	0,1	17,0	160103	418	Для обуч. образовательных организаций Куяма, 2016, ТТК
4	Сыр (покупной)	10	2,3	3,0	0,0	35,8	0,0	0,1	26,0	0,1	22,0	54,0	3,5	0,1	0,0	0,0	100102	16	Для обуч. образовательных организаций Куяма, 2016
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч. образовательных организаций Куяма, 2016
<b>Итого:</b>			<b>19,2</b>	<b>23,3</b>	<b>69,5</b>	<b>564,6</b>	<b>2,6</b>	<b>0,7</b>	<b>55,4</b>	<b>1,5</b>	<b>208,1</b>	<b>315,6</b>	<b>55,6</b>	<b>4,0</b>	<b>0,3</b>	<b>21,7</b>			
<b>Обед</b>																			
1	Салат из свеклы и зеленого горошка	60	0,9	6,1	4,8	77,6	0,0	5,7	0,0	2,7	28,6	25,7	12,4	0,8	0,0	3,8	100402	81	Для обуч. образовательных организаций Куяма, 2016
2	Суп картофельный с фрикадельками	200	6,5	6,1	15,4	142,1	0,1	8,9	0,7	1,1	27,3	103,9	27,0	1,5	0,1	6,3	110311	140	Для обуч. образовательных организаций Куяма, 2016
3	Тортешка рыбная	100	14,1	3,4	17,2	156,0	0,1	1,8	8,6	2,0	270,0	398,7	27,9	0,8	0,1	96,5	120403	257	Для обуч. образовательных организаций Куяма, 2016
4	Пюре картофельное	150	3,3	4,9	22,0	145,6	0,2	13,0	16,9	0,2	52,5	96,8	33,0	1,2	0,1	8,8	130101	354	Для обуч. образовательных организаций Куяма, 2016
5	Напиток витаминный	200	0,0	0,0	22,6	90,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	160231	474	Для обуч. образовательных организаций Куяма, 2016
6	Печенье	20	1,5	2,0	14,9	83,4	0,0	0,0	2,0	0,7	5,8	18,0	4,0	0,4	0,0	0,0		ПП	
7	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч. образовательных организаций Куяма, 2016
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч. образовательных организаций Куяма, 2016
<b>Итого:</b>			<b>30,5</b>	<b>23,8</b>	<b>127,3</b>	<b>845,9</b>	<b>0,5</b>	<b>29,3</b>	<b>28,1</b>	<b>7,5</b>	<b>443,9</b>	<b>726,7</b>	<b>114,5</b>	<b>5,8</b>	<b>0,4</b>	<b>117,5</b>			
<b>Полдник</b>																			
1	Колбасы рубленые (говядина)	80	11,9	11,9	10,3	196,2	0,1	0,0	0,0	1,6	11,2	122,4	15,0	1,8	0,1	3,9	120523	302	Для обуч. образовательных организаций Куяма, 2016
2	Рис отварной	150	3,7	4,2	41,0	216,9	0,0	0,0	13,5	0,3	15,8	81,9	26,9	0,6	0,0	1,1	130301	342	Для обуч. образовательных организаций Куяма, 2016
3	Помидоры свежие	50	0,6	0,1	1,9	10,7	0,0	12,5	0,0	0,4	7,0	13,0	10,0	0,5	0,0	1,0	100520	39	Для обуч. образовательных организаций Куяма, 2016
4	Напиток клубничный	200	0,0	0,0	24,6	98,5	0,0	20,2	0,0	0,1	2,7	2,4	1,7	0,2	0,0	0,0	160232	476	Для обуч. образовательных организаций Куяма, 2016, ТТК
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч. образовательных организаций Куяма, 2016
<b>Итого:</b>			<b>17,7</b>	<b>16,9</b>	<b>88,1</b>	<b>574,7</b>	<b>0,2</b>	<b>32,7</b>	<b>13,5</b>	<b>2,6</b>	<b>41,4</b>	<b>236,5</b>	<b>56,2</b>	<b>3,3</b>	<b>0,2</b>	<b>6,1</b>			
<b>Итого за день:</b>			<b>67,3</b>	<b>64,0</b>	<b>284,9</b>	<b>1988,3</b>	<b>3,3</b>	<b>62,6</b>	<b>97,0</b>	<b>11,6</b>	<b>693,4</b>	<b>1278,7</b>	<b>226,3</b>	<b>13,1</b>	<b>0,8</b>	<b>145,3</b>			

Дет. 2 (Вторник)

		Занятия																	
1	Каша пшеница с курчой	180	5,9	11,0	29,8	242,0	0,1	0,9	40,2	0,7	132,0	150,3	41,4	1,1	0,2	9,8	12001-1	198	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
2	Фрукты свежие по сезону	90	0,7	0,2	6,8	31,5	0,1	34,2	0,0	0,2	31,5	15,3	9,9	0,1	0,0	0,0	210106	399	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
3	Ветчина (порционная)	10	2,3	2,1	0,0	27,9	0,0	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0	3,5	0,3	0,0	0,7	100101	10	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
4	Какао-напиток на молоке	200	3,6	3,4	12,4	94,1	0,0	0,5	12,9	0,0	109,4	104,5	29,0	1,0	0,1	7,7	160101	415	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
	<b>Итого:</b>		<b>15,4</b>	<b>17,8</b>	<b>69,5</b>	<b>500,2</b>	<b>0,2</b>	<b>35,6</b>	<b>53,1</b>	<b>1,5</b>	<b>283,5</b>	<b>303,7</b>	<b>89,1</b>	<b>2,9</b>	<b>0,3</b>	<b>18,2</b>			
			<b>Обед</b>																
1	Салат "Осенний"	60	1,1	3,2	7,8	63,9	0,0	5,9	0,0	1,4	16,5	34,6	16,3	0,7	0,0	3,6	100516	99	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
2	Суп куриный	200	6,1	6,6	10,9	127,1	0,1	5,2	9,8	2,0	18,8	60,7	17,7	0,8	0,1	3,3	110009	152	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016, ТТК
3	Гуляш из мяса птицы	100	12,2	10,1	3,1	152,1	0,0	2,1	38,0	0,1	12,2	89,7	11,7	0,9	0,1	3,3	120601	311	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
4	Каша гречневая	150	6,3	5,4	28,6	187,8	0,2	0,0	13,5	0,4	11,9	150,0	100,0	3,4	0,1	2,9	130009	341	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
5	Напиток витаминный	200	0,5	0,2	23,1	95,6	0,0	52,0	0,0	0,3	11,6	11,7	4,7	0,5	0,0	0,0	160238	473	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
6	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
7	Хлеб ржанко-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
	<b>Итого:</b>		<b>28,9</b>	<b>26,1</b>	<b>93,6</b>	<b>724,9</b>	<b>0,4</b>	<b>65,2</b>	<b>61,3</b>	<b>4,8</b>	<b>125,7</b>	<b>413,4</b>	<b>158,0</b>	<b>7,2</b>	<b>0,3</b>	<b>15,1</b>			
			<b>Подливка</b>																
1	Омлет с овощами	150	14,4	31,2	3,0	350,3	0,1	0,3	57,7	0,7	113,3	238,1	21,7	2,5	0,5	22,8	100534	306	Для школ, Переделкино 2013
2	Курчуга консервированная	50	5,2	2,5	30,0	162,7	0,2	0,0	0,0	0,7	50,0	150,5	52,0	1,9	0,1	2,6	100537	29	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
3	Каша ячменная (выпеченый)	200	0,0	0,0	26,7	106,9	0,0	0,0	0,0	0,0	4,1	3,9	0,0	0,0	0,0	0,0	160221	430	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016 ТТК
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
	<b>Итого:</b>		<b>21,0</b>	<b>34,2</b>	<b>70,0</b>	<b>672,3</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>57,7</b>	<b>1,7</b>	<b>172,0</b>	<b>409,3</b>	<b>76,3</b>	<b>4,6</b>	<b>0,5</b>	<b>25,4</b>			
	<b>Итого за день:</b>		<b>65,3</b>	<b>78,2</b>	<b>233,1</b>	<b>1897,4</b>	<b>1,0</b>	<b>101,1</b>	<b>172,2</b>	<b>8,1</b>	<b>581,2</b>	<b>1126,4</b>	<b>323,4</b>	<b>14,7</b>	<b>1,2</b>	<b>58,8</b>			

День 3 (среды)

		Завтрак																	
1	Запеканка из творога	150	26,9	17,1	29,5	379,9	0,2	0,7	84,0	0,6	297,5	808,9	34,7	0,9	0,4	2,0	120305	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016	
2	Сырчик творожный	15	0,1	0,0	10,1	41,1	0,0	0,1	0,0	0,1	3,9	3,3	2,4	0,1	0,0	0,0	160206	Для обучающихся во всех общр уч Мотильный 2011, ТТК	
3	Чай	200	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,8	5,8	0,0	0,0	0,0	0,0	160105	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016, ТТК	
4	Маггио сливочное	10	0,1	8,3	0,1	74,9	0,0	0,0	30,0	0,1	1,2	1,9	0,0	0,0	0,0	0,9	140113	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016, ТТК	
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016	
	<b>Итого:</b>		<b>30,1</b>	<b>26,6</b>	<b>70,2</b>	<b>640,5</b>	<b>0,3</b>	<b>0,8</b>	<b>114,0</b>	<b>1,5</b>	<b>315,7</b>	<b>833,5</b>	<b>42,2</b>	<b>1,5</b>	<b>0,4</b>	<b>2,9</b>			
		<b>Обед</b>																	
1	Салат картофельный с ветчиной	60	2,1	4,1	7,5	74,8	0,1	5,4	0,0	1,4	19,8	31,8	13,5	0,6	0,0	2,9	100510	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016	
2	Суп из овощей	200	2,3	5,8	12,9	112,8	0,1	16,2	10,0	1,9	137,2	59,8	23,8	0,9	0,1	5,2	110305	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016	
3	Ветчина рубленая куриная	100	17,7	16,1	14,9	275,2	0,1	1,4	51,9	1,3	46,8	157,1	19,2	1,4	0,1	6,4	120611	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016	
4	Рис с овощами	150	3,4	4,2	35,6	193,6	0,0	1,5	13,5	0,3	11,8	79,0	28,6	0,6	0,0	2,0	130312	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016	
5	Колбас жареный (сочорный)	200	0,2	0,1	16,1	65,6	0,0	16,0	0,0	0,1	10,7	9,9	5,0	0,2	0,0	0,2	160203	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016	
6	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016	
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016	
	<b>Итого:</b>		<b>28,2</b>	<b>31,0</b>	<b>107,1</b>	<b>820,4</b>	<b>0,3</b>	<b>40,6</b>	<b>75,4</b>	<b>5,5</b>	<b>281,0</b>	<b>404,3</b>	<b>97,7</b>	<b>4,6</b>	<b>0,3</b>	<b>18,7</b>			
		<b>Полдник</b>																	
1	Запеканка картофельная с мясом	230	22,5	21,7	40,7	447,6	0,3	23,0	20,7	0,7	55,8	312,8	71,6	4,6	0,3	19,2	120534	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016	
2	Чай с лимоном	200	0,0	0,0	12,1	48,6	0,0	1,6	0,0	0,0	5,4	6,6	0,5	0,1	0,0	0,0	160106	Для обучающихся во всех общр уч Мотильный 2011, ТТК	
3	Орешки сливочные	50	0,4	0,1	1,3	7,1	0,0	5,0	0,0	0,1	11,5	21,0	7,0	0,3	0,0	1,5	100519	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016	
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016	
	<b>Итого:</b>		<b>25,9</b>	<b>22,9</b>	<b>74,6</b>	<b>608,0</b>	<b>0,4</b>	<b>29,6</b>	<b>20,7</b>	<b>1,4</b>	<b>82,1</b>	<b>374,1</b>	<b>84,3</b>	<b>5,5</b>	<b>0,3</b>	<b>20,7</b>			
	<b>Итого за день</b>		<b>84,3</b>	<b>80,4</b>	<b>252,0</b>	<b>2068,8</b>	<b>1,0</b>	<b>70,9</b>	<b>210,1</b>	<b>8,4</b>	<b>678,8</b>	<b>1631,9</b>	<b>224,1</b>	<b>11,6</b>	<b>1,1</b>	<b>42,3</b>			

Дети 4 (сетевые)

		Занятия																	
1	Каша "Дружка"	180	7,0	7,1	41,3	256,7	0,1	0,6	25,7	0,2	129,9	173,9	42,7	0,9	0,1	10,5	12011	192	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
2	Кофейный напиток заварной на молоке	200	3,8	3,4	19,5	123,7	2,4	0,6	15,0	0,0	141,3	114,8	30,0	1,7	0,1	17,0	160103	418	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016, ТТК
3	Сыр (горячий)	10	2,3	3,0	0,0	35,8	0,0	0,1	26,0	0,1	22,0	54,0	3,5	0,1	0,0	0,0	100102	16	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
4	Маффины сливочные	10	0,1	8,3	0,1	74,9	0,0	0,0	30,0	0,1	1,2	1,9	0,0	0,0	0,0	0,9	140113	13	Для школ, Перевалова 2013
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
	<b>Итого:</b>		<b>16,2</b>	<b>22,8</b>	<b>81,4</b>	<b>595,8</b>	<b>2,6</b>	<b>1,3</b>	<b>96,7</b>	<b>1,0</b>	<b>303,8</b>	<b>378,2</b>	<b>81,4</b>	<b>3,3</b>	<b>0,3</b>	<b>28,4</b>			
						<b>Обед</b>													
1	Салат из капусты брокколиной и свеклы	60	1,0	4,3	3,4	55,8	0,0	14,2	0,0	1,9	85,5	20,1	10,3	0,5	0,0	2,4	100207-1	100207-1	Для обуч образовательных организациях Маслова, 2015
2	Суп картофельный с фасолью	200	4,0	4,5	14,3	113,2	0,1	5,2	0,0	1,9	89,8	108,5	27,9	1,3	0,1	4,3	110399	135	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
3	Шпинат рубленный (омлетт)	100	15,7	15,8	14,1	260,8	0,1	0,2	3,9	2,0	45,5	176,7	22,4	2,2	0,1	7,2	120535	302	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
4	Рис из свеклы	150	2,6	7,7	17,9	151,6	0,1	11,6	0,0	3,5	27,3	71,0	32,7	1,1	0,1	5,6	130203	184	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
5	Компот из плодов смородины (ягодками)	200	0,3	0,1	24,4	99,3	0,0	18,0	0,0	0,1	10,9	6,9	3,9	0,2	0,0	0,6	160212	448	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
	<b>Итого:</b>		<b>27,6</b>	<b>33,6</b>	<b>104,5</b>	<b>831,3</b>	<b>0,4</b>	<b>49,2</b>	<b>3,9</b>	<b>10,3</b>	<b>318,5</b>	<b>466,8</b>	<b>107,4</b>	<b>6,4</b>	<b>0,3</b>	<b>22,1</b>			
						<b>Полдник</b>													
1	Макаронн. запеченые с сыром	230	12,6	9,6	56,3	361,7	0,1	0,1	55,7	1,3	56,2	158,3	18,7	1,5	0,1	1,6	120213	226	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
2	Маффины сливочные	10	0,1	8,3	0,1	74,9	0,0	0,0	30,0	0,1	1,2	1,9	0,0	0,0	0,0	0,9	140113	13	Для школ, Перевалова 2013
3	Каша овсяная	200	0,0	0,0	24,7	99,0	0,0	0,6	0,0	0,2	6,9	8,2	2,2	0,1	0,0	0,0	160228	425	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
	<b>Итого:</b>		<b>15,6</b>	<b>19,0</b>	<b>101,7</b>	<b>640,2</b>	<b>0,2</b>	<b>0,7</b>	<b>85,7</b>	<b>2,3</b>	<b>73,7</b>	<b>202,0</b>	<b>26,1</b>	<b>2,1</b>	<b>0,1</b>	<b>2,5</b>			
	<b>Итого за день</b>		<b>59,4</b>	<b>75,5</b>	<b>287,6</b>	<b>2067,3</b>	<b>3,2</b>	<b>51,1</b>	<b>186,2</b>	<b>13,6</b>	<b>696,0</b>	<b>1047,0</b>	<b>214,8</b>	<b>11,7</b>	<b>0,8</b>	<b>53,0</b>			

День 5 (пятница)

Завтрак

1	Омлет	150	15,7	16,9	2,9	226,0	0,1	0,3	15,9	0,7	118,1	257,8	19,9	2,9	0,6	26,8	120901	232	Для обуч образовательных организаций Куриа, 2016
2	Гренок зеленый консервированный	60	1,9	0,1	3,9	24,1	0,1	6,0	0,0	0,1	93,6	37,2	12,6	0,4	0,0	3,0	130206	22	Для обуч образовательных организаций Куриа, 2016
3	Кавалышток на молоке	200	3,6	3,4	12,4	94,1	0,0	0,5	12,9	0,0	109,4	104,5	29,0	1,0	0,1	7,7	160101	415	Для обуч образовательных организаций Куриа, 2016
4	Фрукты свежие по сезону	220	3,3	1,1	46,2	207,9	0,1	22,0	0,0	0,9	17,6	61,6	92,4	1,3	0,1	0,0	210103	394	Для обуч образовательных организаций Куриа, 2016
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куриа, 2016
<b>Итого:</b>			<b>25,9</b>	<b>22,0</b>	<b>75,7</b>	<b>604,5</b>	<b>0,3</b>	<b>28,8</b>	<b>28,8</b>	<b>2,1</b>	<b>343,4</b>	<b>477,9</b>	<b>156,5</b>	<b>5,8</b>	<b>0,8</b>	<b>37,6</b>			

Обед

1	Салат картофельный с растительным маслом	60	1,1	4,4	8,1	76,2	0,1	5,5	0,0	1,9	10,7	31,7	12,3	0,5	0,0	2,7	100541	90	Для обуч образовательных организаций Куриа, 2016
2	Суп-пюре овсяной	190	1,9	2,3	8,8	63,8	0,0	7,9	8,6	0,2	61,5	47,5	15,5	0,5	0,1	4,1	110405	130	Для обуч образовательных организаций Куриа, 2016
3	Суп-пюре из хлеба пшеничного	10	1,1	0,4	7,4	37,4	0,0	0,0	0,0	0,2	3,4	12,0	1,9	0,2	0,0	0,0	180601	487	Для обуч образовательных организаций Куриа, 2016
4	Плов крупный	200	19,0	22,6	39,1	435,5	0,1	5,4	49,0	4,4	27,8	202,4	44,7	1,9	0,1	5,7	120605	331	Для обуч образовательных организаций Куриа, 2016
5	Напиток витаминный	200	0,1	0,0	17,3	69,6	0,0	1,8	0,0	0,0	4,9	3,6	3,1	0,1	0,0	0,2	160204	474	Для обуч образовательных организаций Куриа, 2016
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куриа, 2016
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч образовательных организаций Куриа, 2016
<b>Итого:</b>			<b>27,2</b>	<b>31,1</b>	<b>111,1</b>	<b>833,3</b>	<b>0,3</b>	<b>20,6</b>	<b>57,6</b>	<b>7,6</b>	<b>167,7</b>	<b>380,8</b>	<b>87,7</b>	<b>4,3</b>	<b>0,3</b>	<b>14,7</b>			

Подливки

1	Заправка рисовая с творогом и яйцом	230	15,1	11,1	82,3	489,4	0,2	0,3	42,7	0,6	162,1	409,1	49,9	1,8	0,2	4,8	100535	205	Для обуч образовательных организаций Куриа, 2016
2	Сыр (популяризм)	20	4,6	5,9	0,0	71,7	0,0	0,1	52,0	0,1	44,0	108,0	7,0	0,2	0,1	0,0	100102	16	Для обуч образовательных организаций Куриа, 2016
3	Кашлот из пшеничной муки (лимон)	200	0,1	0,0	12,4	50,3	0,0	5,6	0,0	0,0	6,0	3,1	1,7	0,1	0,0	0,0	160213	450	Для обуч образовательных организаций Куриа, 2016
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куриа, 2016
<b>Итого:</b>			<b>21,4</b>	<b>17,6</b>	<b>105,0</b>	<b>663,6</b>	<b>0,2</b>	<b>6,0</b>	<b>94,7</b>	<b>1,0</b>	<b>216,8</b>	<b>537,0</b>	<b>61,2</b>	<b>2,4</b>	<b>0,3</b>	<b>4,8</b>			
<b>Итого за день:</b>			<b>74,4</b>	<b>70,7</b>	<b>291,8</b>	<b>2101,4</b>	<b>0,8</b>	<b>55,4</b>	<b>181,0</b>	<b>10,7</b>	<b>727,8</b>	<b>1395,7</b>	<b>305,4</b>	<b>12,5</b>	<b>1,4</b>	<b>57,1</b>			
<b>Итого за 5 дней:</b>			<b>70,2</b>	<b>73,8</b>	<b>269,9</b>	<b>2074,0</b>	<b>1,8</b>	<b>68,2</b>	<b>169,3</b>	<b>10,5</b>	<b>675,5</b>	<b>1296,0</b>	<b>258,8</b>	<b>12,7</b>	<b>1,0</b>	<b>71,3</b>			

День 6 (понедельник)

Завтрак																			
1	Средиземн. колбаски (сосиски) отварные	49	5,4	11,7	0,2	121,7	0,1	0,0	0,0	0,2	17,2	77,9	9,8	0,9	0,1	3,4	120901	294	Для обуч. образовательных организаций Куьмд. 2016
2	Каша гречневая	200	8,4	7,1	38,1	250,4	0,3	0,0	18,0	0,6	15,9	200,0	133,3	10,7	0,1	3,9	1303091	341	Для обуч. образовательных организаций Куьмд. 2016
3	Сыр (порцики)	20	4,6	5,9	0,0	71,7	0,0	0,1	52,0	0,1	44,0	108,0	7,0	0,2	0,1	0,0	100102	16	Для обуч. образовательных организаций Куьмд. 2016
4	Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	74,9	0,0	0,0	30,0	0,1	1,2	1,9	0,0	0,0	0,0	0,9	140113	13	Для обуч. образовательных организаций Куьмд. 2016
5	Чай с молоком	200	1,2	1,3	17,9	87,8	0,0	0,2	6,0	0,0	52,3	42,2	5,6	0,1	0,1	3,6	160108	378	Для обучающихся во всех общ. уч. Молчильный 2011, ТТК
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч. образовательных организаций Куьмд. 2016
<b>Итого:</b>			<b>22,7</b>	<b>35,4</b>	<b>76,8</b>	<b>717,1</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>106,0</b>	<b>1,7</b>	<b>140,0</b>	<b>463,6</b>	<b>160,9</b>	<b>12,4</b>	<b>0,3</b>	<b>11,9</b>			
Обед																			
1	Салат из свежих с соевыми стручками	60	0,8	4,9	6,0	70,9	0,0	5,4	0,0	2,2	20,3	23,5	12,1	0,8	0,0	3,8	100403-1	100403-1	Для обуч. образовательных организаций Милосла. 2015
2	Щи из свежей капусты	200	1,6	3,0	6,7	60,7	0,0	15,6	6,0	1,0	123,7	37,1	16,8	0,6	0,0	3,2	110105	157	Для обуч. образовательных организаций Куьмд. 2016
3	Гречка	100	13,5	12,9	3,9	185,5	0,1	1,4	9,0	0,4	13,8	133,3	18,5	1,9	0,1	5,3	120507	282	Для обуч. образовательных организаций Куьмд. 2016
4	Навароны с томаты	150	5,6	6,8	60,0	323,6	0,1	5,1	22,5	0,9	25,7	50,9	13,1	1,1	0,0	1,4	130401-1	227	Для обуч. образовательных организаций Куьмд. 2016, ТТК
5	Наварок сливочный	200	0,1	0,0	27,5	110,7	0,0	9,6	0,0	0,1	5,6	3,8	3,4	0,2	0,0	0,0	160229	479	Для обуч. образовательных организаций Куьмд. 2016
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч. образовательных организаций Куьмд. 2016
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч. образовательных организаций Куьмд. 2016
<b>Итого:</b>			<b>25,7</b>	<b>29,0</b>	<b>134,5</b>	<b>902,1</b>	<b>0,3</b>	<b>37,1</b>	<b>37,5</b>	<b>5,4</b>	<b>248,4</b>	<b>332,1</b>	<b>74,0</b>	<b>5,6</b>	<b>0,2</b>	<b>15,6</b>			
Полдник																			
1	Рыбу из мяса глечи (буршти)	230	19,9	17,9	28,8	356,0	0,2	15,8	48,3	2,5	48,7	210,4	51,5	2,6	0,2	11,2	120609	334	Для обуч. образовательных организаций Куьмд. 2016
2	Орурды свежие	50	0,4	0,1	1,3	7,1	0,0	5,0	0,0	0,1	11,5	21,0	7,0	0,3	0,0	1,5	100519	37	Для обуч. образовательных организаций Куьмд. 2016
3	Наварок вишневый	200	0,0	0,0	22,6	90,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	160231	474	Для обуч. образовательных организаций Куьмд. 2016
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч. образовательных организаций Куьмд. 2016
<b>Итого:</b>			<b>23,3</b>	<b>19,1</b>	<b>73,2</b>	<b>558,2</b>	<b>0,3</b>	<b>20,8</b>	<b>48,3</b>	<b>3,2</b>	<b>69,9</b>	<b>265,0</b>	<b>63,7</b>	<b>3,4</b>	<b>0,2</b>	<b>12,7</b>			
<b>Итого за день:</b>			<b>71,7</b>	<b>83,5</b>	<b>284,6</b>	<b>2177,5</b>	<b>1,0</b>	<b>58,3</b>	<b>191,8</b>	<b>10,3</b>	<b>458,2</b>	<b>1060,7</b>	<b>298,7</b>	<b>21,3</b>	<b>0,8</b>	<b>40,2</b>			

День 7 (вторник)

Завтрак

1	Каша овсяная	180	4,9	5,1	24,0	161,8	0,1	0,4	15,8	0,4	97,3	139,7	39,9	0,9	0,1	7,7	120299	196	Для обуч. образовательных организаций Кузчд. 2016, ТТК
2	Творог для детского питания	100	18,0	9,0	3,0	169,0	0,0	0,5	50,0	0,2	164,0	220,0	23,0	0,4	0,3	0,0		III	Для обуч. образовательных организаций Кузчд. 2016, ТТК
3	Корейский салаток заправкой на масле	200	3,8	3,4	19,5	123,7	2,4	0,6	15,0	0,0	141,3	114,8	30,0	1,7	0,1	17,0	160103	418	Для обуч. образовательных организаций Кузчд. 2016, ТТК
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч. образовательных организаций Кузчд. 2016
	<b>Итого:</b>		<b>29,7</b>	<b>18,7</b>	<b>67,0</b>	<b>559,2</b>	<b>2,6</b>	<b>1,5</b>	<b>80,8</b>	<b>1,3</b>	<b>412,0</b>	<b>508,2</b>	<b>98,1</b>	<b>3,6</b>	<b>0,5</b>	<b>24,7</b>			
						<b>Обед</b>													
1	Салат "Мозаика"	60	1,7	4,4	6,1	71,2	0,1	4,2	0,0	1,7	22,3	41,2	15,2	0,6	0,1	3,8	100515-1	94	Для обуч. образовательных организаций Кузчд. 2016
2	Рассольник ленинградский	200	2,2	3,2	15,2	98,6	0,1	7,4	6,0	1,1	57,9	67,8	22,1	0,8	0,1	4,3	110201	122	Для обуч. образовательных организаций Кузчд. 2016
3	Тортен с рисом	100	12,2	9,8	11,7	183,4	0,0	0,0	0,0	0,3	8,4	135,7	20,8	1,8	0,1	4,4	120521	370	Для обуч. образовательных организаций Кузчд. 2016
4	Каша гречневая	150	3,2	6,2	11,1	113,0	0,1	48,3	0,0	2,9	291,8	64,2	33,0	1,2	0,1	5,6	130201	343	Для обуч. образовательных организаций Кузчд. 2016
5	Напиток из плодов сухих (явон)	200	0,4	0,1	24,5	100,2	0,0	0,0	0,1	0,1	13,2	20,6	6,7	0,5	0,0	0,0	160242	475	Для обуч. образовательных организаций Кузчд. 2016
6	Ирис, 10	10	0,3	0,8	8,2	40,8	0,0	0,0	3,6	0,0	14,0	10,5	1,8	0,1	0,0	0,0		III	Для обуч. образовательных организаций Кузчд. 2016
7	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч. образовательных организаций Кузчд. 2016
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч. образовательных организаций Кузчд. 2016
	<b>Итого:</b>		<b>24,2</b>	<b>25,8</b>	<b>107,2</b>	<b>758,0</b>	<b>0,3</b>	<b>59,9</b>	<b>9,7</b>	<b>7,0</b>	<b>467,1</b>	<b>423,5</b>	<b>109,8</b>	<b>6,1</b>	<b>0,3</b>	<b>20,1</b>			
						<b>Подливки</b>													
1	Заправка со свежими плодами	210	9,6	9,4	50,2	324,0	0,2	3,9	29,4	0,3	153,6	207,8	55,1	2,3	0,2	13,0	100532	208	Для обуч. образовательных организаций Кузчд. 2016
2	Сыр (популяри)	20	4,6	5,9	0,0	71,7	0,0	0,1	52,0	0,1	44,0	108,0	7,0	0,2	0,1	0,0	100102	16	Для обуч. образовательных организаций Кузчд. 2016
3	Напиток клюквенный	200	0,1	0,1	15,0	60,9	0,0	4,0	0,0	0,3	4,1	2,9	4,0	0,2	0,0	0,0	100531	479	Для обуч. образовательных организаций Кузчд. 2016, ТТК
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч. образовательных организаций Кузчд. 2016
	<b>Итого:</b>		<b>15,9</b>	<b>16,0</b>	<b>75,5</b>	<b>508,9</b>	<b>0,3</b>	<b>8,0</b>	<b>81,4</b>	<b>1,0</b>	<b>206,4</b>	<b>335,5</b>	<b>68,7</b>	<b>3,0</b>	<b>0,2</b>	<b>13,0</b>			
	<b>Итого за день:</b>		<b>69,8</b>	<b>60,4</b>	<b>249,7</b>	<b>1826,0</b>	<b>3,2</b>	<b>69,4</b>	<b>171,9</b>	<b>9,2</b>	<b>1085,5</b>	<b>1267,2</b>	<b>276,5</b>	<b>12,6</b>	<b>1,1</b>	<b>57,8</b>			

День 8 (среда)

		Занятия																	
1	Каша рисовая	180	5,5	6,2	40,8	241,6	0,0	0,5	24,3	0,2	114,7	142,9	32,7	0,5	0,1	9,0	120208	202	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
2	Молоко	200	6,0	6,4	9,4	119,2	0,0	1,2	30,0	0,0	242,0	182,0	28,0	0,2	0,3	18,0	290105	463	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
3	Сыр (попузыми)	10	2,3	3,0	0,0	35,8	0,0	0,1	26,0	0,1	22,0	54,0	3,5	0,1	0,0	0,0	100102	16	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
<b>Итого:</b>			<b>16,8</b>	<b>16,8</b>	<b>70,8</b>	<b>501,3</b>	<b>0,1</b>	<b>1,8</b>	<b>80,3</b>	<b>0,9</b>	<b>388,1</b>	<b>412,5</b>	<b>69,4</b>	<b>1,3</b>	<b>0,4</b>	<b>27,0</b>			

Обед

1	Салат овощной с фасолью	60	1,5	6,2	9,6	100,2	0,1	4,4	0,0	2,7	26,3	43,3	14,3	0,6	0,0	2,6	100201-1	98	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
2	Борщ с капустой и картофелем	200	1,6	3,0	10,1	74,3	0,0	11,9	6,0	1,0	90,7	42,8	19,3	0,9	0,0	4,6	110101	119	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
3	Рис из мяса птицы (курица)	200	17,3	15,6	25,0	309,5	0,2	13,7	42,0	2,1	42,4	182,9	44,8	2,3	0,2	9,8	120609	334	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
4	Кашель ячменный (из кашицы)	200	0,1	0,0	25,5	102,6	0,0	2,4	0,0	0,2	7,5	6,4	2,4	0,2	0,0	0,0	160202	430	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
5	Греческий овощной суп с фасолью	20	1,2	0,6	15,1	70,8	0,0	0,0	20,0	0,0	2,0	6,6	0,4	0,1	0,0	0,0		ППП	
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
7	Хлеб ржанно-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
<b>Итого:</b>			<b>25,8</b>	<b>26,8</b>	<b>115,8</b>	<b>808,1</b>	<b>0,4</b>	<b>32,4</b>	<b>68,0</b>	<b>6,9</b>	<b>228,3</b>	<b>365,7</b>	<b>91,5</b>	<b>5,1</b>	<b>0,3</b>	<b>19,0</b>			

Подливки

1	Сардельки, колбаса (сосиски) отпарные	49	5,4	11,7	0,2	127,7	0,1	0,0	0,0	0,2	17,2	77,9	9,8	0,9	0,1	3,4	120501	294	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
2	Индия мажорная отпарная	130	5,8	4,4	37,0	211,0	0,1	0,0	13,5	0,8	21,6	48,8	9,1	0,9	0,0	1,2	130401	340	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016, ТТК
3	Греческий салат консервированный	50	1,6	0,1	3,3	20,1	0,1	5,0	0,0	0,1	78,0	31,0	10,5	0,4	0,0	2,5	130206	22	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
4	Кашот из плодов свежих (гречи)	200	0,1	0,1	23,1	93,6	0,0	1,5	0,0	0,1	6,3	4,8	3,6	0,8	0,0	0,3	160208	449	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
<b>Итого:</b>			<b>15,9</b>	<b>17,5</b>	<b>84,1</b>	<b>557,1</b>	<b>0,3</b>	<b>6,5</b>	<b>13,5</b>	<b>1,9</b>	<b>132,4</b>	<b>196,1</b>	<b>38,2</b>	<b>3,4</b>	<b>0,1</b>	<b>7,4</b>			
<b>Итого за день:</b>			<b>58,5</b>	<b>61,1</b>	<b>270,7</b>	<b>1866,6</b>	<b>0,8</b>	<b>40,7</b>	<b>161,8</b>	<b>9,8</b>	<b>748,8</b>	<b>974,3</b>	<b>199,0</b>	<b>9,8</b>	<b>0,9</b>	<b>53,4</b>			

День 9 (четверг)

Завтрак

1	Омлет с колбасными котлетками	150	18,6	19,6	3,2	263,4	0,1	0,2	14,7	0,6	103,7	222,2	24,9	3,1	0,5	24,7	12093	229	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
2	Чай с джемом	200	0,0	0,0	12,1	48,6	0,0	1,6	0,0	0,0	5,4	6,6	0,5	0,1	0,0	0,0	160106	377	Для обучающихся во всех обл уч Моршанский 2011, ТТК
3	Орешки свежие	60	0,5	0,1	1,5	8,5	0,0	6,0	0,0	0,1	13,8	25,2	8,4	0,4	0,0	1,8	100519	37	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
4	Фрукты свежие по сезону	220	3,3	1,1	46,2	207,9	0,1	22,0	0,0	0,9	17,6	61,6	92,4	1,3	0,1	0,0	210103	394	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
<b>Итого:</b>			<b>23,9</b>	<b>21,3</b>	<b>73,2</b>	<b>580,7</b>	<b>0,2</b>	<b>29,8</b>	<b>14,7</b>	<b>1,9</b>	<b>145,2</b>	<b>332,5</b>	<b>128,8</b>	<b>5,1</b>	<b>0,6</b>	<b>26,5</b>			
<b>Обед</b>																			
1	Салат витаминный с растительным маслом	60	0,6	9,1	6,2	109,2	0,0	9,8	0,0	4,0	54,7	14,1	8,1	0,6	0,0	1,4	100504	43	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
2	Суп картофельный с горохом	190	4,1	4,3	14,9	114,3	0,2	4,9	0,0	1,9	29,7	81,1	29,1	1,5	0,1	3,3	110307-1	132	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
3	Сосиски из хлеба пшеничного	10	1,1	0,4	7,4	37,4	0,0	0,0	0,0	0,2	3,4	12,0	1,9	0,2	0,0	0,0	180601	487	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
4	Борщ-постный	100	13,7	14,3	4,9	203,4	0,1	0,5	19,2	0,4	102,4	199,7	21,6	1,9	0,1	8,2	120505	275	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
5	Каша гречневая	150	6,3	5,4	28,6	187,8	0,2	0,0	13,5	0,4	11,9	150,0	100,0	3,4	0,1	2,9	130309	341	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
6	Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0,1	0,1	22,9	93,2	0,0	3,0	0,0	0,1	5,4	3,3	2,7	0,7	0,0	0,6	160209	451	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
7	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
<b>Итого:</b>			<b>28,6</b>	<b>34,4</b>	<b>105,0</b>	<b>843,6</b>	<b>0,5</b>	<b>18,2</b>	<b>32,7</b>	<b>7,6</b>	<b>262,1</b>	<b>487,1</b>	<b>170,9</b>	<b>9,1</b>	<b>0,4</b>	<b>18,4</b>			
<b>Полдник</b>																			
1	Виточная рубленые куриные	80	14,1	12,9	11,9	220,2	0,1	1,1	41,5	1,0	37,4	125,6	15,4	1,1	0,1	5,1	120611	309	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
2	Пюре картофельное	150	3,3	4,9	22,0	145,6	0,2	13,0	16,9	0,2	52,5	96,8	33,0	1,2	0,1	8,8	130101	354	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
3	Курочка консервированная	50	5,2	2,5	30,0	162,7	0,2	0,0	0,0	0,7	50,0	150,5	52,0	1,9	0,1	2,6	100537	29	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
4	Компот из плодов свежих	200	0,5	0,0	16,8	69,6	0,0	0,6	120,0	0,0	14,1	23,0	11,0	0,0	0,0	0,0	160211-1	638	Для предприятий обл питания при обнсеобразовательных школах Хащепроциформ, 2004
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
<b>Итого:</b>			<b>24,5</b>	<b>20,9</b>	<b>91,0</b>	<b>650,3</b>	<b>0,4</b>	<b>14,7</b>	<b>178,4</b>	<b>2,2</b>	<b>158,7</b>	<b>412,8</b>	<b>114,0</b>	<b>36,45</b>	<b>0,4</b>	<b>16,5</b>			
<b>Итого за день:</b>			<b>77,1</b>	<b>76,6</b>	<b>269,2</b>	<b>2074,6</b>	<b>1,2</b>	<b>62,7</b>	<b>225,8</b>	<b>11,7</b>	<b>566,1</b>	<b>1332,4</b>	<b>413,7</b>	<b>378,6</b>	<b>1,3</b>	<b>61,5</b>			

Дети 10 (пятикласс)

		Завтрак																	
1	Закуска из творога	150	26,9	17,1	29,5	379,9	0,2	0,7	84,0	0,6	297,5	808,9	34,7	0,9	0,4	2,0	120305	239	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
2	Сыр (поручими)	20	4,6	5,9	0,0	71,7	0,0	0,1	52,0	0,1	44,0	108,0	7,0	0,2	0,1	0,0	100102	16	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
3	Какао-напиток на молоке	200	3,6	3,4	12,4	94,1	0,0	0,5	12,9	0,0	109,4	104,5	29,0	1,0	0,1	7,7	160101	415	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
	<b>Итого:</b>		<b>38,1</b>	<b>27,6</b>	<b>62,5</b>	<b>650,4</b>	<b>0,3</b>	<b>1,3</b>	<b>148,9</b>	<b>1,4</b>	<b>460,3</b>	<b>1055,0</b>	<b>75,9</b>	<b>2,5</b>	<b>0,6</b>	<b>9,7</b>			
						<b>Обед</b>													
1	Винегрет	60	1,0	6,1	5,5	80,6	0,0	5,0	0,0	2,7	22,9	28,4	12,4	0,5	0,0	2,9	100501	20	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
2	Суп с рисом и говядиной	200	4,3	6,8	12,0	126,3	0,0	3,5	0,0	2,0	12,8	66,8	17,9	0,9	0,1	2,8	110301	139	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
3	Шницель рубленый куриный	100	17,7	16,1	14,9	275,2	0,1	1,4	51,9	1,3	46,8	157,1	19,2	1,4	0,1	6,4	120611/1	309	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
4	Картофель отварной, репаший	150	3,4	6,8	27,0	182,9	0,2	16,5	22,5	0,2	31,2	98,3	38,3	1,5	0,1	8,9	130103	347	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
5	Компот из яблок свежих (варенье)	200	0,3	0,1	24,4	99,3	0,0	18,0	0,0	0,1	10,9	6,9	3,9	0,2	0,0	0,6	160212	448	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
	<b>Итого:</b>		<b>30,7</b>	<b>37,3</b>	<b>114,1</b>	<b>915,0</b>	<b>0,4</b>	<b>44,4</b>	<b>74,4</b>	<b>7,1</b>	<b>183,9</b>	<b>441,0</b>	<b>102,0</b>	<b>5,6</b>	<b>0,4</b>	<b>23,6</b>			
						<b>Полдник</b>													
1	Закуска из творога	150	26,9	17,1	29,5	379,9	0,2	0,7	84,0	0,6	297,5	808,9	34,7	0,9	0,4	2,0	120305	239	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
2	Салат из моркови с сахаром	60	0,7	4,3	5,6	63,4	0,0	2,7	0,0	2,1	14,8	30,1	20,7	0,4	0,0	2,7	100302	59	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
3	Чай с молоком	200	1,2	1,3	17,9	87,8	0,0	0,2	6,0	0,0	52,3	42,2	5,6	0,1	0,1	3,6	160108	378	Для обучающихся во всех обл'уч Могилыный 2011, ТТК
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кузча, 2016
	<b>Итого:</b>		<b>31,8</b>	<b>23,8</b>	<b>73,5</b>	<b>635,7</b>	<b>0,3</b>	<b>3,7</b>	<b>90,0</b>	<b>3,3</b>	<b>374,0</b>	<b>914,8</b>	<b>66,2</b>	<b>1,8</b>	<b>0,5</b>	<b>8,3</b>			
	<b>Итого за день:</b>		<b>100,7</b>	<b>88,7</b>	<b>250,1</b>	<b>2201,0</b>	<b>1,1</b>	<b>49,4</b>	<b>313,3</b>	<b>11,8</b>	<b>1018,1</b>	<b>2410,8</b>	<b>244,1</b>	<b>10,0</b>	<b>1,5</b>	<b>41,6</b>			
	<b>Итого за 5 дней:</b>		<b>75,6</b>	<b>74,1</b>	<b>264,9</b>	<b>2029,1</b>	<b>1,5</b>	<b>56,1</b>	<b>212,9</b>	<b>10,6</b>	<b>775,3</b>	<b>1389,1</b>	<b>286,4</b>	<b>86,5</b>	<b>1,1</b>	<b>50,9</b>			
	<b>Итого за 10 дней:</b>		<b>72,9</b>	<b>73,9</b>	<b>267,4</b>	<b>2026,6</b>	<b>1,7</b>	<b>62,2</b>	<b>191,1</b>	<b>10,5</b>	<b>725,4</b>	<b>1342,5</b>	<b>272,6</b>	<b>49,6</b>	<b>1,1</b>	<b>61,1</b>			

**Примерное меню для обучающихся с 5 по 11 классы в муниципальных общеобразовательных учреждениях Московской области на 2021 учебный год**

№ п/п	Наименование	Выход				Энергетическая ценность ккал	Витамины										№ ТК (Вариант 1)	№ ТК по Спортивку	Сборник
		г	г	г	г		В 1, мг	С, мг	А, мкг	Е мг, ток. экв.	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	B2, мг	I, мкг			
<b>Завтрак</b>																			
1	Сарепский, колбасы (сосиски) отварные	49	5,4	11,7	0,2	127,7	0,1	0,0	0,0	0,2	17,2	77,9	9,8	0,9	0,1	3,4	120501	294	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
2	Налеги макаронные отварные	180	7,0	5,3	44,5	253,2	0,1	0,0	16,2	1,0	25,9	58,5	10,9	1,1	0,0	1,4	130401	340	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
3	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,8	3,4	19,5	123,7	2,4	0,6	15,0	0,0	141,3	114,8	30,0	1,7	0,1	17,0	160103	418	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
4	Сыр (поручики)	10	2,3	3,0	0,0	35,8	0,0	0,1	26,0	0,1	22,0	54,0	3,5	0,1	0,0	0,0	100102	16	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
	<b>Итого:</b>		<b>20,0</b>	<b>23,9</b>	<b>74,4</b>	<b>592,8</b>	<b>2,6</b>	<b>0,7</b>	<b>57,2</b>	<b>1,6</b>	<b>211,0</b>	<b>322,1</b>	<b>56,8</b>	<b>4,1</b>	<b>0,3</b>	<b>21,9</b>			
<b>Обед</b>																			
1	Салат из свежих и зеленого горошка	100	1,6	10,1	8,1	129,4	0,0	9,4	0,0	4,5	47,7	42,8	20,7	1,3	0,0	6,4	100402	81	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
2	Суп картофельный с фрикадельками	250	7,0	6,6	19,0	163,9	0,1	11,4	0,7	1,3	32,1	118,2	32,9	1,7	0,1	7,5	110311	140	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
3	Тертый рисовый	100	14,1	3,4	17,2	156,0	0,1	1,8	8,6	2,0	270,0	398,7	27,9	0,8	0,1	96,5	120403	257	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
4	Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,4	174,7	0,2	15,6	20,3	0,2	63,0	116,2	39,6	1,5	0,2	10,6	130101	354	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
5	Напиток молочный	200	0,0	0,0	22,6	90,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	160231	474	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
6	Печенье	20	1,5	2,0	14,9	83,4	0,0	0,0	2,0	0,7	5,8	18,0	4,0	0,4	0,0	0,0		III	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
7	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
	<b>Итого:</b>		<b>30,7</b>	<b>28,9</b>	<b>128,3</b>	<b>896,3</b>	<b>0,5</b>	<b>38,2</b>	<b>31,5</b>	<b>9,2</b>	<b>473,6</b>	<b>760,7</b>	<b>132,7</b>	<b>6,6</b>	<b>0,4</b>	<b>123,0</b>			
<b>Полдник</b>																			
1	Котлеты рубленные (говядина)	100	14,9	14,9	12,9	245,3	0,1	0,0	0,0	2,0	14,0	153,0	18,8	2,2	0,1	4,9	120523	302	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
2	Рис отварной	180	4,5	5,1	49,2	260,3	0,1	0,0	16,2	0,3	18,9	98,2	32,3	0,7	0,0	1,4	130301	342	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
3	Помидоры свежие	50	0,6	0,1	1,9	10,7	0,0	12,5	0,0	0,4	7,0	13,0	10,0	0,5	0,0	1,0	100520	39	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
4	Напиток крупяной	200	0,0	0,0	24,6	98,5	0,0	20,2	0,0	0,1	2,7	2,4	1,7	0,2	0,0	0,0	160232	476	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
	<b>Итого:</b>		<b>21,4</b>	<b>20,7</b>	<b>98,8</b>	<b>667,1</b>	<b>0,2</b>	<b>32,7</b>	<b>16,2</b>	<b>3,1</b>	<b>47,4</b>	<b>283,5</b>	<b>65,3</b>	<b>3,9</b>	<b>0,2</b>	<b>7,3</b>			
	<b>Итого за день:</b>		<b>72,1</b>	<b>73,5</b>	<b>301,6</b>	<b>2156,2</b>	<b>3,3</b>	<b>71,5</b>	<b>104,9</b>	<b>13,9</b>	<b>731,9</b>	<b>1366,2</b>	<b>254,8</b>	<b>14,5</b>	<b>0,9</b>	<b>152,1</b>			

День 2 (Вторник)

Завтрак																			
1	Каша пшеница с крутой	200	6,5	12,3	33,1	268,9	0,1	1,0	44,7	0,7	146,7	167,0	46,0	1,2	0,2	10,9	120201-1	198	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
2	Ветчина (порцием)	10	2,3	2,1	0,0	27,9	0,0	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0	3,5	0,3	0,0	0,7	100101	10	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
3	Каша-напиток на молоке	200	3,6	3,4	12,4	94,1	0,0	0,5	12,9	0,0	109,4	104,5	29,0	1,0	0,1	7,7	160101	415	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
	<b>Итого:</b>		<b>13,8</b>	<b>18,3</b>	<b>55,8</b>	<b>443,2</b>	<b>0,2</b>	<b>1,5</b>	<b>57,6</b>	<b>1,1</b>	<b>262,0</b>	<b>288,3</b>	<b>81,2</b>	<b>2,7</b>	<b>0,3</b>	<b>19,3</b>			
<b>Обед</b>																			
1	Салат "Осенний"	100	1,8	5,3	13,0	106,6	0,1	9,8	0,0	2,4	27,5	57,7	27,2	1,1	0,1	5,9	100516	99	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
2	Суп крупный	250	7,7	8,2	13,6	158,9	0,1	6,5	12,2	2,5	23,5	75,8	22,1	1,0	0,1	4,2	110303	152	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
3	Гуаш из мяса птицы	100	12,2	10,1	3,1	152,1	0,0	2,1	38,0	0,1	12,2	89,7	11,7	0,9	0,1	3,3	120601	311	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
4	Каша гречневая	180	7,6	6,4	34,3	225,4	0,3	0,0	16,2	0,5	14,3	180,0	120,0	4,0	0,1	3,5	130309	341	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
5	Напиток витаминный	200	0,5	0,2	23,1	95,6	0,0	52,0	0,0	0,3	11,6	11,7	4,7	0,5	0,0	0,0	160238	473	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
	<b>Итого:</b>		<b>33,9</b>	<b>31,5</b>	<b>117,5</b>	<b>889,2</b>	<b>0,6</b>	<b>70,4</b>	<b>66,5</b>	<b>6,7</b>	<b>148,5</b>	<b>498,5</b>	<b>195,9</b>	<b>8,7</b>	<b>0,4</b>	<b>18,9</b>			
<b>Полдник</b>																			
1	Омлет с сосисками	200	19,2	41,6	4,0	467,1	0,2	0,4	77,0	1,0	151,0	317,5	29,0	3,4	0,6	30,5	100534	306	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
2	Курочка консервированная	50	5,2	2,5	30,0	162,7	0,2	0,0	0,0	0,7	50,0	150,5	52,0	1,9	0,1	2,6	100537	29	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
3	Кисель ягодный (вишневый)	200	0,0	0,0	26,7	106,9	0,0	0,0	0,0	0,0	4,1	3,9	0,0	0,0	0,0	0,0	160221	430	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
	<b>Итого:</b>		<b>25,8</b>	<b>44,7</b>	<b>71,0</b>	<b>789,1</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>77,0</b>	<b>2,0</b>	<b>209,8</b>	<b>488,7</b>	<b>83,6</b>	<b>5,5</b>	<b>0,7</b>	<b>33,1</b>			
	<b>Итого за день</b>		<b>73,5</b>	<b>94,5</b>	<b>244,3</b>	<b>2121,5</b>	<b>1,1</b>	<b>72,3</b>	<b>201,0</b>	<b>9,7</b>	<b>620,2</b>	<b>1275,4</b>	<b>360,6</b>	<b>16,9</b>	<b>1,4</b>	<b>71,3</b>			

День 3 (средн)

Завтрак

1	Запеканка из творога	170	30,5	19,4	33,4	430,5	0,3	0,8	95,2	0,7	337,1	916,8	39,3	1,0	0,5	2,3	120305	239	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
2	Сыр абрикосовый	30	0,2	0,0	20,3	82,2	0,0	0,2	0,0	0,2	7,7	6,6	4,7	0,2	0,0	0,0	140206	335	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
3	Чай	200	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,8	5,8	0,0	0,0	0,0	0,0	160105	420	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
4	Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	74,9	0,0	0,0	30,0	0,1	1,2	1,9	0,0	0,0	0,0	0,9	140113	13	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
	<b>Итого:</b>		<b>32,3</b>	<b>28,3</b>	<b>74,0</b>	<b>679,9</b>	<b>0,3</b>	<b>1,0</b>	<b>125,2</b>	<b>1,3</b>	<b>354,5</b>	<b>947,8</b>	<b>46,6</b>	<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>3,2</b>			

Обед

1	Салат картофельный с ветчиной	100	3,4	6,8	12,5	124,7	0,1	9,1	0,0	2,3	33,0	53,0	22,5	1,0	0,1	4,9	100510	88	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
2	Суп из овощей	250	2,9	7,2	16,1	141,1	0,1	20,3	12,5	2,4	171,6	74,7	29,7	1,1	0,1	6,6	110305	131	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
3	Биточки рубленые куриные	100	17,7	16,1	14,9	275,2	0,1	1,4	51,9	1,3	46,8	157,1	19,2	1,4	0,1	6,4	120611	309	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
4	Рис с овощами	180	4,1	5,0	42,7	232,3	0,1	1,8	16,2	0,4	14,1	94,8	34,3	0,7	0,0	2,4	130312	360	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
5	Кисель ягодный (сморозин)	200	0,2	0,1	16,1	65,6	0,0	16,0	0,0	0,1	10,7	9,9	5,0	0,2	0,0	0,2	160203	430	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
6	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
	<b>Итого:</b>		<b>30,8</b>	<b>36,0</b>	<b>122,5</b>	<b>937,2</b>	<b>0,4</b>	<b>48,5</b>	<b>80,6</b>	<b>7,0</b>	<b>330,9</b>	<b>456,3</b>	<b>118,3</b>	<b>5,4</b>	<b>0,4</b>	<b>22,3</b>			

Полдник

1	Запеканка картофельная с мясом	220	21,5	20,7	38,9	428,2	0,3	22,0	19,8	0,7	53,3	299,2	68,5	4,4	0,3	18,4	120534	161	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
2	Чай с лимоном	200	0,0	0,0	12,1	48,6	0,0	1,6	0,0	0,0	5,4	6,6	0,5	0,1	0,0	0,0	160106	377	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
3	Орехи свежие	50	0,4	0,1	1,3	7,1	0,0	5,0	0,0	0,1	11,5	21,0	7,0	0,3	0,0	1,5	100519	37	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
	<b>Итого:</b>		<b>23,4</b>	<b>21,4</b>	<b>62,6</b>	<b>536,2</b>	<b>0,3</b>	<b>28,6</b>	<b>19,8</b>	<b>1,1</b>	<b>75,0</b>	<b>343,7</b>	<b>78,5</b>	<b>5,0</b>	<b>0,3</b>	<b>19,9</b>			
	<b>Итого за день:</b>		<b>86,6</b>	<b>85,6</b>	<b>259,0</b>	<b>2153,2</b>	<b>1,0</b>	<b>78,1</b>	<b>225,6</b>	<b>9,4</b>	<b>760,4</b>	<b>1747,8</b>	<b>243,4</b>	<b>11,8</b>	<b>1,2</b>	<b>45,4</b>			

День 4 (четверг)

Завтрак

1	Каша "Пуржба"	200	7,8	7,9	45,9	285,3	0,1	0,7	28,5	0,2	144,4	193,2	47,5	1,0	0,2	11,7	120211	192	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,8	3,4	19,5	123,7	2,4	0,6	15,0	0,0	141,3	114,8	30,0	1,7	0,1	17,0	160103	418	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
3	Сыр (поручим)	10	2,3	3,0	0,0	35,8	0,0	0,1	26,0	0,1	22,0	54,0	3,5	0,1	0,0	0,0	100102	16	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
	<b>Итого:</b>		<b>15,4</b>	<b>14,8</b>	<b>75,6</b>	<b>497,1</b>	<b>2,6</b>	<b>1,3</b>	<b>69,5</b>	<b>0,6</b>	<b>312,4</b>	<b>378,9</b>	<b>83,6</b>	<b>3,1</b>	<b>0,3</b>	<b>28,7</b>			
						<b>Обед</b>													
1	Салат из капусты белокачанной и свеклы	100	1,7	7,1	5,6	93,0	0,0	23,7	0,0	3,2	142,6	33,5	17,1	0,8	0,0	4,0	100207-1	100207-1	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
2	Суп картофельный с фасолью	250	4,9	5,6	17,9	141,5	0,2	6,5	0,0	2,4	112,3	135,6	34,9	1,7	0,1	5,4	110309	135	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
3	Пшеница рубленые (говядина)	100	15,7	15,8	14,1	260,8	0,1	0,2	3,9	2,0	45,5	176,7	22,4	2,2	0,1	7,2	120525	302	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
4	Рыб из омуля	180	3,1	9,3	21,5	181,9	0,1	13,9	0,0	4,2	32,8	85,2	39,2	1,3	0,1	6,7	130203	184	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
5	Конюг из палов свежих (апельсины)	200	0,3	0,1	24,4	99,3	0,0	18,0	0,0	0,1	10,9	6,9	3,9	0,2	0,0	0,6	160212	448	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,2	0,4	19,8	92,0	0,0	0,0	0,0	0,4	100,0	100,0	10,0	1,2	0,0	4,0	200103	19	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
	<b>Итого:</b>		<b>30,9</b>	<b>39,3</b>	<b>123,8</b>	<b>973,1</b>	<b>0,5</b>	<b>62,2</b>	<b>3,9</b>	<b>12,9</b>	<b>453,4</b>	<b>571,6</b>	<b>132,7</b>	<b>7,9</b>	<b>0,4</b>	<b>27,9</b>			
						<b>Подливки</b>													
1	Магронд, замеченые с сыром	230	12,6	9,6	56,3	361,7	0,1	0,1	55,7	1,3	56,2	158,3	18,7	1,5	0,1	1,6	120213	226	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
2	Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	74,9	0,0	0,0	30,0	0,1	1,2	1,9	0,0	0,0	0,0	0,9	140113	13	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
3	Кисель фруктовый	200	0,0	0,0	24,7	99,0	0,0	0,6	0,0	0,2	6,9	8,2	2,2	0,1	0,0	0,0	160228	425	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
	<b>Итого:</b>		<b>15,6</b>	<b>19,0</b>	<b>101,7</b>	<b>640,2</b>	<b>0,2</b>	<b>0,7</b>	<b>85,7</b>	<b>2,3</b>	<b>73,7</b>	<b>202,0</b>	<b>26,1</b>	<b>2,1</b>	<b>0,1</b>	<b>2,5</b>			
	<b>Итого за день:</b>		<b>61,9</b>	<b>73,1</b>	<b>301,1</b>	<b>2110,4</b>	<b>3,3</b>	<b>64,3</b>	<b>159,1</b>	<b>15,8</b>	<b>839,5</b>	<b>1152,4</b>	<b>242,4</b>	<b>13,1</b>	<b>0,8</b>	<b>59,1</b>			

День 5 (пятница)

		Завтрак										Обед									
1	Омлет	200	20,9	22,5	3,9	301,4	0,1	0,4	21,2	0,9	157,4	343,7	26,5	3,8	0,7	35,8	120301	232	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016		
2	Горошек зеленый консервированный	60	1,9	0,1	3,9	24,1	0,1	6,0	0,0	0,1	93,6	37,2	12,6	0,4	0,0	3,0	130206	22	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016		
3	Каша-напиток на молоке	200	3,6	3,4	12,4	94,1	0,0	0,5	12,9	0,0	109,4	104,5	29,0	1,0	0,1	7,7	160101	415	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016		
4	Фрукты свежие по сезонности	140	0,6	0,6	13,7	62,2	0,0	14,0	0,0	0,3	22,4	15,4	12,6	3,1	0,0	2,8	210110	394	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016		
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016		
	<b>Итого:</b>		<b>29,9</b>	<b>27,7</b>	<b>54,5</b>	<b>586,5</b>	<b>0,3</b>	<b>20,9</b>	<b>34,1</b>	<b>2,0</b>	<b>392,2</b>	<b>534,4</b>	<b>86,0</b>	<b>8,8</b>	<b>0,9</b>	<b>49,3</b>					
<b>Обед</b>																					
1	Салат картофельный с растительным маслом	100	1,8	7,3	13,5	127,0	0,1	9,1	0,0	3,2	17,8	52,9	20,5	0,8	0,1	4,4	100541	90	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016		
2	Суп-пюре овощной	240	2,4	3,0	11,1	80,6	0,1	10,0	10,8	0,2	77,6	60,0	19,6	0,6	0,1	5,2	110405	130	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016		
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,1	0,4	7,4	37,4	0,0	0,0	0,0	0,2	3,4	12,0	1,9	0,2	0,0	0,0	180601	487	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016		
4	Плов куриный	220	20,8	24,8	43,1	479,1	0,1	6,0	53,9	4,8	30,6	222,7	49,2	2,1	0,2	6,2	120605	331	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016		
5	Напиток молочный	200	0,1	0,0	17,3	69,6	0,0	1,8	0,0	0,0	4,9	3,6	3,1	0,1	0,0	0,2	160204	474	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016		
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016		
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016		
	<b>Итого:</b>		<b>30,3</b>	<b>36,9</b>	<b>122,7</b>	<b>944,4</b>	<b>0,4</b>	<b>26,9</b>	<b>64,7</b>	<b>9,3</b>	<b>193,7</b>	<b>434,7</b>	<b>104,5</b>	<b>4,9</b>	<b>0,3</b>	<b>18,1</b>					
<b>Подзаголовок</b>																					
1	Запеканка рисовая с творогом и яблоком	230	15,1	11,1	82,3	489,4	0,2	0,3	42,7	0,6	162,1	409,1	49,9	1,8	0,2	4,8	100535	205	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016		
2	Сыр (поручки)	20	4,6	5,9	0,0	71,7	0,0	0,1	52,0	0,1	44,0	108,0	7,0	0,2	0,1	0,0	100102	16	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016		
3	Компот из плодов свежих (яблоч)	200	0,1	0,0	12,4	50,3	0,0	5,6	0,0	0,0	6,0	3,1	1,7	0,1	0,0	0,0	160213	450	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016		
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016		
	<b>Итого:</b>		<b>21,4</b>	<b>17,6</b>	<b>105,0</b>	<b>663,6</b>	<b>0,2</b>	<b>6,0</b>	<b>94,7</b>	<b>1,0</b>	<b>216,8</b>	<b>537,0</b>	<b>61,2</b>	<b>2,4</b>	<b>0,3</b>	<b>4,8</b>					
	<b>Итого за день</b>		<b>81,5</b>	<b>82,2</b>	<b>282,2</b>	<b>2194,6</b>	<b>0,8</b>	<b>53,8</b>	<b>193,4</b>	<b>12,4</b>	<b>802,8</b>	<b>1506,1</b>	<b>251,6</b>	<b>16,1</b>	<b>1,5</b>	<b>72,3</b>					
	<b>Итого за 5 дней</b>		<b>75,1</b>	<b>81,8</b>	<b>277,6</b>	<b>2147,2</b>	<b>1,9</b>	<b>68,0</b>	<b>176,8</b>	<b>12,3</b>	<b>751,0</b>	<b>1409,6</b>	<b>270,6</b>	<b>14,5</b>	<b>1,2</b>	<b>80,0</b>					

День 6 (понедельник)

Завтрак																			
1	Сырники, колбаски (сосиски) отварные	49	5,4	11,7	0,2	127,7	0,1	0,0	0,0	0,2	17,2	77,9	9,8	0,9	0,1	3,4	120501	294	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
2	Каша гречневая	200	8,4	7,1	38,1	69,8	0,0	0,0	0,0	0,5	6,3	22,4	3,5	10,7	0,0	0,0	130309/1	341	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
3	Сыр (попучки)	20	4,6	5,9	0,0	71,7	0,0	0,1	52,0	0,1	44,0	108,0	7,0	0,2	0,1	0,0	100102	16	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
4	Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	74,9	0,0	0,0	30,0	0,1	1,2	1,9	0,0	0,0	0,0	0,9	140113	13	Для школ. Перегелов 2013
5	Чай с молоком	200	1,2	1,3	17,9	87,8	0,0	0,2	6,0	0,0	52,3	42,2	5,6	0,1	0,1	3,6	160108	378	Для обучающихся во всех общ. уч. Мугиланд 2011.
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
<b>Итого:</b>			<b>22,7</b>	<b>35,4</b>	<b>76,8</b>	<b>536,5</b>	<b>0,2</b>	<b>0,4</b>	<b>88,0</b>	<b>1,5</b>	<b>130,4</b>	<b>286,0</b>	<b>31,1</b>	<b>12,4</b>	<b>0,2</b>	<b>7,9</b>			

Обед

1	Салат из свежих с соевыми стручками	100	1,4	8,1	10,0	118,2	0,0	9,0	0,0	3,6	33,8	39,1	20,1	1,3	0,0	6,3	100403-1	100403-1	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
2	Ци из свежей капусты	250	2,0	3,8	8,4	75,9	0,1	19,6	7,5	1,3	154,6	46,3	21,0	0,7	0,1	4,1	110105	157	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
3	Гречка	100	13,5	12,9	3,9	185,5	0,1	1,4	9,0	0,4	13,8	133,3	18,5	1,9	0,1	5,3	120507	282	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
4	Макарониз с томатом	180	6,7	8,2	72,0	388,3	0,1	6,1	27,0	1,1	30,9	61,1	15,8	1,3	0,0	1,6	130401-1	227	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
5	Напиток смородиновый	200	0,1	0,0	27,5	110,7	0,0	9,6	0,0	0,1	5,6	3,8	3,4	0,2	0,0	0,0	160229	479	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
7	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
<b>Итого:</b>			<b>27,8</b>	<b>34,4</b>	<b>152,2</b>	<b>1029,3</b>	<b>0,3</b>	<b>45,7</b>	<b>43,5</b>	<b>7,3</b>	<b>298,0</b>	<b>367,2</b>	<b>88,9</b>	<b>6,4</b>	<b>0,3</b>	<b>19,2</b>			
<b>Полдник</b>																			
1	Рагу из мяса птицы (курица)	220	19,0	17,1	27,5	340,5	0,2	15,1	46,2	2,3	46,6	201,2	49,3	2,5	0,2	10,8	120609	334	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
2	Орuchy свежие	50	0,4	0,1	1,3	7,1	0,0	5,0	0,0	0,1	11,5	21,0	7,0	0,3	0,0	1,5	100519	37	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
3	Напиток вишневый	200	0,0	0,0	22,6	90,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	160231	474	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч. образовательных организаций Куьма, 2016
<b>Итого:</b>			<b>20,9</b>	<b>17,8</b>	<b>61,7</b>	<b>490,4</b>	<b>0,2</b>	<b>20,1</b>	<b>46,2</b>	<b>2,7</b>	<b>63,0</b>	<b>239,0</b>	<b>58,9</b>	<b>3,1</b>	<b>0,2</b>	<b>12,3</b>			
<b>Итого за день</b>			<b>71,4</b>	<b>87,5</b>	<b>290,7</b>	<b>2056,2</b>	<b>0,7</b>	<b>66,1</b>	<b>177,7</b>	<b>11,6</b>	<b>491,4</b>	<b>892,3</b>	<b>178,9</b>	<b>21,9</b>	<b>0,7</b>	<b>39,4</b>			

День 7 (вторник)

		Завтрак																		
1	Каша овсяная	200	5,5	5,7	26,6	179,8	0,1	0,5	17,5	0,4	108,1	155,3	44,3	1,1	0,1	8,6	120299	196	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016	
2	Творог для детского питания	100	18,0	9,0	3,0	169,0	0,0	0,5	50,0	0,2	164,0	220,0	23,0	0,4	0,3	0,0	110201	122	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016	
3	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,8	3,4	19,5	123,7	2,4	0,6	15,0	0,0	141,3	114,8	30,0	1,7	0,1	17,0	160103	418	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016	
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016	
	<b>Итого:</b>		<b>30,3</b>	<b>19,3</b>	<b>69,7</b>	<b>577,2</b>	<b>2,6</b>	<b>1,6</b>	<b>82,5</b>	<b>1,3</b>	<b>422,8</b>	<b>523,7</b>	<b>102,5</b>	<b>3,7</b>	<b>0,5</b>	<b>25,6</b>				
<b>Обед</b>																				
1	Салат "Мозаика"	100	2,9	7,4	10,2	118,6	0,1	7,0	0,0	2,9	37,2	68,6	25,3	0,9	0,1	6,3	100515-1	94	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016	
2	Рассольник Ленинградский	250	2,8	4,0	18,9	123,3	0,1	9,3	7,5	1,3	72,4	84,7	27,6	1,0	0,1	5,4	110201	122	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016	
3	Терфени с рисом	100	12,2	9,8	11,7	183,4	0,0	0,0	0,0	0,3	8,4	135,7	20,8	1,8	0,1	4,4	120521	370	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016	
4	Каргеста тушеная	180	3,8	7,4	13,4	135,6	0,1	58,0	0,0	3,5	350,2	77,0	39,6	1,4	0,1	6,7	130201	343	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016	
5	Напиток из плодов сырок (ябло)	200	0,4	0,1	24,5	100,2	0,0	0,0	0,1	0,1	13,2	20,6	6,7	0,5	0,0	0,0	160282	475	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016	
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016	
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,2	0,4	19,8	92,0	0,0	0,0	0,0	0,4	100,0	100,0	10,0	1,2	0,0	4,0	200103	19	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016	
	<b>Итого:</b>		<b>27,3</b>	<b>30,3</b>	<b>119,0</b>	<b>857,9</b>	<b>0,4</b>	<b>74,3</b>	<b>7,6</b>	<b>9,1</b>	<b>590,8</b>	<b>520,3</b>	<b>135,2</b>	<b>7,4</b>	<b>0,4</b>	<b>26,8</b>				
<b>Подливки</b>																				
1	Заправка со свежими плодами	210	9,6	9,4	50,2	324,0	0,2	3,9	29,4	0,3	153,6	207,8	55,1	2,3	0,2	13,0	100532	208	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016	
2	Сыр (поручиши)	20	4,6	5,9	0,0	71,7	0,0	0,1	52,0	0,1	44,0	108,0	7,0	0,2	0,1	0,0	100102	16	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016	
3	Напиток клюквенный	200	0,1	0,1	15,0	60,9	0,0	4,0	0,0	0,3	4,1	2,9	4,0	0,2	0,0	0,0	100531	479	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016	
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016	
	<b>Итого:</b>		<b>15,9</b>	<b>16,0</b>	<b>75,5</b>	<b>508,9</b>	<b>0,3</b>	<b>8,0</b>	<b>81,4</b>	<b>1,0</b>	<b>206,4</b>	<b>335,5</b>	<b>68,7</b>	<b>3,0</b>	<b>0,2</b>	<b>13,0</b>				
	<b>Итого за день</b>		<b>73,5</b>	<b>65,5</b>	<b>264,2</b>	<b>1943,9</b>	<b>3,3</b>	<b>83,8</b>	<b>171,5</b>	<b>11,5</b>	<b>1220,0</b>	<b>1379,4</b>	<b>306,4</b>	<b>14,1</b>	<b>1,2</b>	<b>65,3</b>				

День 8 (средн)

Завтрак

1	Каша рисовая	200	6,1	6,9	45,4	268,5	0,1	0,6	27,0	0,2	127,4	158,8	36,3	0,6	0,2	10,0	120203	202	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
2	Молоко	200	6,0	6,4	9,4	119,2	0,0	1,2	30,0	0,0	242,0	182,0	28,0	0,2	0,3	18,0	230105	463	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
3	Сыр (попушкин)	10	2,3	3,0	0,0	35,8	0,0	0,1	26,0	0,1	22,0	54,0	3,5	0,1	0,0	0,0	100102	16	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
	<b>Итого:</b>		<b>16,0</b>	<b>16,9</b>	<b>65,0</b>	<b>475,9</b>	<b>0,1</b>	<b>1,9</b>	<b>83,0</b>	<b>0,6</b>	<b>396,1</b>	<b>411,6</b>	<b>70,4</b>	<b>1,1</b>	<b>0,4</b>	<b>28,0</b>			
						<b>Обед</b>													
1	Салат овощной с фасолью	100	2,5	10,3	16,0	167,0	0,1	7,3	0,0	4,6	43,9	72,2	23,9	1,0	0,1	4,3	100501-1	98	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
2	Борщ с капустой и картофелем	250	2,1	3,8	12,6	92,9	0,1	14,9	7,5	1,3	113,4	53,5	24,1	1,1	0,1	5,7	110101	119	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
3	Рыбу из мяса птицы (грудца)	220	19,0	17,1	27,5	340,5	0,2	15,1	46,2	2,3	46,6	201,2	49,3	2,5	0,2	10,8	120609	334	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
4	Кусель яблочный (из яблок)	200	0,1	0,0	25,5	102,6	0,0	2,4	0,0	0,2	7,5	6,4	2,4	0,2	0,0	0,0	160202	430	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
5	Грибочки обжаренный очищенным геологлобином	20	1,2	0,6	15,1	70,8	0,0	0,0	20,0	0,0	2,0	6,6	0,4	0,1	0,0	0,0		ПШ	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,2	0,4	19,8	92,0	0,0	0,0	0,0	0,4	100,0	100,0	10,0	1,2	0,0	4,0	200103	19	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
	<b>Итого:</b>		<b>30,1</b>	<b>33,5</b>	<b>137,1</b>	<b>970,5</b>	<b>0,5</b>	<b>39,7</b>	<b>73,7</b>	<b>9,4</b>	<b>322,7</b>	<b>473,6</b>	<b>115,3</b>	<b>6,6</b>	<b>0,4</b>	<b>24,8</b>			
						<b>Полдник</b>													
1	Сарепский, колбасы (сосиски) отварные	49	5,4	11,7	0,2	127,7	0,1	0,0	0,0	0,2	17,2	77,9	9,8	0,9	0,1	3,4	120501	294	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
2	Изделия макаронные отварные	180	7,0	5,3	44,5	253,2	0,1	0,0	16,2	1,0	25,9	58,5	10,9	1,1	0,0	1,4	130401	340	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
3	Горошек зеленый консервированный	50	1,6	0,1	3,3	20,1	0,1	5,0	0,0	0,1	78,0	31,0	10,5	0,4	0,0	2,5	130206	22	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
4	Компот из плодов свежих (груши)	200	0,1	0,1	23,1	93,6	0,0	1,5	0,0	0,1	6,3	4,8	3,6	0,8	0,0	0,3	160208	449	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куьма, 2016
	<b>Итого:</b>		<b>15,5</b>	<b>17,8</b>	<b>81,3</b>	<b>546,9</b>	<b>0,3</b>	<b>6,5</b>	<b>16,2</b>	<b>1,8</b>	<b>132,0</b>	<b>189,0</b>	<b>37,4</b>	<b>3,3</b>	<b>0,1</b>	<b>7,7</b>			
	<b>Итого за день:</b>		<b>61,6</b>	<b>68,1</b>	<b>283,4</b>	<b>1993,3</b>	<b>0,9</b>	<b>48,0</b>	<b>172,9</b>	<b>11,8</b>	<b>850,9</b>	<b>1074,2</b>	<b>223,1</b>	<b>11,1</b>	<b>1,0</b>	<b>60,5</b>			

День 9 (четверг)

Завтрак																			
1	Омлет с колбасными изделиями	200	24,8	26,1	4,2	351,2	0,1	0,3	19,6	0,8	138,3	296,3	33,2	4,1	0,6	33,0	120903	229	Для обуч образовательных организаций Куьмд, 2016
2	Чай с лимоном	200	0,0	0,0	12,1	48,6	0,0	1,6	0,0	0,0	5,4	6,6	0,5	0,1	0,0	0,0	160106	377	Для обуч образовательных организаций Куьмд, 2016
3	Овощи свежие	60	0,5	0,1	1,5	8,5	0,0	6,0	0,0	0,1	13,8	25,2	8,4	0,4	0,0	1,8	100519	37	Для обуч образовательных организаций Куьмд, 2016
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куьмд, 2016
<b>Итого:</b>			<b>28,3</b>	<b>27,3</b>	<b>38,4</b>	<b>512,9</b>	<b>0,2</b>	<b>7,9</b>	<b>19,6</b>	<b>1,6</b>	<b>166,9</b>	<b>361,8</b>	<b>47,3</b>	<b>5,0</b>	<b>0,7</b>	<b>34,8</b>			

Обед

1	Салат витаминный с растительным маслом	100	1,1	15,1	10,4	182,0	0,0	16,4	0,0	6,7	91,1	23,5	13,4	0,9	0,0	2,4	100504	43	Для обуч образовательных организаций Куьмд, 2016
2	Суп картофельный с горохом	240	5,2	5,4	18,8	144,3	0,2	6,2	0,0	2,4	37,5	102,5	36,7	1,9	0,1	4,1	110307-1	132	Для обуч образовательных организаций Куьмд, 2016
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,1	0,4	7,4	37,4	0,0	0,0	0,0	0,2	3,4	12,0	1,9	0,2	0,0	0,0	180601	487	Для обуч образовательных организаций Куьмд, 2016
4	Бифстрогапов	100	13,7	14,3	4,9	203,4	0,1	0,5	19,2	0,4	102,4	159,7	21,6	1,9	0,1	8,2	120505	275	Для обуч образовательных организаций Куьмд, 2016
5	Каша гречневая	180	7,6	6,4	34,3	225,4	0,3	0,0	16,2	0,5	14,3	180,0	120,0	9,6	0,1	3,5	130309	341	Для обуч образовательных организаций Куьмд, 2016
6	Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0,1	0,1	22,9	93,2	0,0	3,0	0,0	0,1	5,4	3,3	2,7	0,7	0,0	0,6	160209	451	Для обуч образовательных организаций Куьмд, 2016
7	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куьмд, 2016
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч образовательных организаций Куьмд, 2016
<b>Итого:</b>			<b>31,4</b>	<b>42,6</b>	<b>118,7</b>	<b>984,0</b>	<b>0,6</b>	<b>26,1</b>	<b>35,4</b>	<b>10,8</b>	<b>308,7</b>	<b>547,9</b>	<b>203,9</b>	<b>16,1</b>	<b>0,4</b>	<b>20,8</b>			

Подливки

1	Биточки рубленные крупнее	100	17,7	16,1	14,9	275,2	0,1	1,4	51,9	1,3	46,8	157,1	19,2	1,4	0,1	6,4	120611	309	Для обуч образовательных организаций Куьмд, 2016
2	Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,4	174,7	0,2	15,6	20,3	0,2	63,0	116,2	39,6	1,5	0,2	10,6	130101	354	Для обуч образовательных организаций Куьмд, 2016
3	Кухарда консервированная	50	5,2	2,5	30,0	162,7	0,2	0,0	0,0	0,7	50,0	150,5	52,0	1,9	0,1	2,6	100537	29	Для обуч образовательных организаций Куьмд, 2016
4	Компот из плодов сухих	200	0,5	0,0	16,8	69,6	0,0	0,6	120,0	0,0	14,1	23,0	11,0	360,0	0,0	0,0	160211-1	638	Для обуч образовательных организаций Куьмд, 2016
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Куьмд, 2016
<b>Итого:</b>			<b>28,7</b>	<b>25,1</b>	<b>98,4</b>	<b>734,5</b>	<b>0,5</b>	<b>17,5</b>	<b>192,2</b>	<b>2,5</b>	<b>178,6</b>	<b>463,6</b>	<b>124,5</b>	<b>365,0</b>	<b>0,4</b>	<b>19,6</b>			
<b>Итого за день</b>			<b>88,4</b>	<b>95,1</b>	<b>255,5</b>	<b>2231,4</b>	<b>1,3</b>	<b>51,5</b>	<b>247,2</b>	<b>14,9</b>	<b>654,2</b>	<b>1373,2</b>	<b>375,7</b>	<b>386,1</b>	<b>1,5</b>	<b>75,2</b>			

