

Меню 1-4 классы																				
№п/п	Наименование	Выход,	Белки	Жиры	Углево ды	Энергетич еская ценность	Витамины				Минеральные вещества						№ ТК	№ по сборни ку	Наименование сборника	
							В 1, мг	С, мг	А, мкг	Е мг, ток. экв.	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	B2, мг	I, мкг				
		г	г	г	г	ккал														
День 1 (понедельник)																				
Полдник																				
1	Котлеты рубленые (говядина)	90	13,4	13,0	11,6	216,7	0,1	0,0	0,0	1,6	11,6	137,5	16,8	2,0	0,1	4,4	120523	302	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
2	Каша гречневая	150	6,3	5,4	28,6	187,8	0,2	0,0	13,5	0,4	11,6	149,9	100,0	3,4	0,1	2,9	130309	341	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
3	Салат из моркови с растительным маслом	50	0,6	2,0	3,2	33,8	0,0	2,4	0,0	1,1	12,7	25,9	17,9	0,3	0,0	2,4	100301	58	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
4	Напиток клубничный	200	0,0	0,0	12,8	51,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	160205	476	Для обуч образовательных организаций Кучма, 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 Кучма, 2016	
	Итого:	530	23,4	21,6	76,8	594,8	0,3	2,4	13,5	3,8	45,7	346,9	139,9	6,2	0,3	9,7				
День 2 (Вторник)																				
Полдник																				
1	Рыба, запеченная с картофелем, по-русски	200	20,6	12,1	25,7	294,5	0,2	10,1	55,4	3,2	374,8	583,6	57,1	1,5	0,2	114,0	120409	249	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
2	Огурцы консервированные без уксуса	40	0,3	0,0	0,7	4,4	0,0	2,0	0,0	0,0	9,2	9,6	5,6	0,2	0,0	1,2	100503	36	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
3	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				
4	Кисель ягодный (смородин)	200	0,2	0,1	14,1	57,6	0,0	16,0	0,0	0,1	10,6	9,9	5,0	0,2	0,0	0,2	160203	430	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
5	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,0	0,1	0,0	0,0	1,0	14,1	50,4	7,8	0,7	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
	Итого:	520	27,1	15,9	86,2	596,8	0,3	28,1	57,4	5,1	414,6	671,5	79,4	3,2	0,3	115,4				
День 3 (среда)																				
Полдник																				
1	Говядина тушеная с картофелем	200	13,4	13,4	26,4	279,4	0,2	13,5	0,0	2,7	28,9	173,4	40,6	2,6	0,2	9,4	120511	279	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
2	Компот из ягод быстрозамороженных (клубква)	200	0,1	0,0	8,6	34,9	0,0	2,4	0,0	0,2	2,5	1,8	2,4	0,1	0,0	0,0	160206	479	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
3	Салат из свеклы с маслом растительным	60	0,9	2,5	5,1	45,8	0,0	5,7	0,0	1,1	21,7	24,9	12,7	0,8	0,0	4,0	100407	82	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
4	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,0	0,1	0,0	0,0	1,0	14,1	50,4	7,8	0,7	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
	Итого:	520	18,9	17,6	70,8	517,1	0,3	21,6	0,0	5,0	67,1	250,4	63,5	4,2	0,2	13,4				
День 4 (четверг)																				
Полдник																				
1	Изделия макаронные отварные	150	5,8	4,4	37,0	211,0	0,1	0,0	13,5	0,8	11,6	46,8	8,5	0,9	0,0	1,2	130401	340	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК	
2	Котлеты рубленые из птицы	90	15,4	14,4	12,4	241,1	0,1	1,1	44,1	1,4	15,8	123,1	14,4	1,3	0,1	3,8	120613	318	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
3	Соус томатный	40	0,6	1,1	2,5	22,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	140102	363	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
4	Напиток яблочный	200	0,1	0,1	7,4	30,2	0,0	1,4	0,0	0,0	2,4	1,5	1,3	0,3	0,0	0,3	160217	481	Для обуч образовательных организаций Кучма, 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 Кучма, 2016	
	Итого:	500	23,5	20,5	69,6	557,0	0,2	2,5	57,6	2,6	34,5	188,2	26,8	2,7	0,1	5,3				
День 5 (пятница)																				
Полдник																				
1	Запеканка рисовая с творогом и изюмом	200	13,1	9,7	71,5	425,5	0,1	0,2	37,1	0,5	140,2	355,6	43,3	1,6	0,2	4,2	100535	205	Для обуч образовательных организаций Кучма, 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 школ, Перевалова 2013	
3	Фрукты свежие по сезонности	100	0,8	0,2	7,5	35,0	0,1	38,0	0,0	0,2	35,0	17,0	11,0	0,1	0,0	0,0	210106	399	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	

4	Компот из плодов свежих (лимон)	200	0,1	0,0	8,4	34,3	0,0	5,6	0,0	0,0	5,8	3,1	1,7	0,1	0,0	0,0	160213	450	Для обуч образовательных организаций Кучма, 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 Кучма, 2016
	<b>Итого:</b>	<b>530</b>	<b>15,6</b>	<b>18,7</b>	<b>97,8</b>	<b>622,1</b>	<b>0,2</b>	<b>43,8</b>	<b>67,1</b>	<b>1,2</b>	<b>187,0</b>	<b>394,4</b>	<b>58,6</b>	<b>2,0</b>	<b>0,2</b>	<b>5,1</b>			
<b>День 6 (понедельник)</b>																			
<b>Полдник</b>																			
1	Рагу из мяса птицы (курица)	200	17,3	14,6	25,0	300,6	0,2	13,7	42,0	1,7	36,5	181,7	44,5	2,2	0,2	9,8	120609	334	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Огурцы 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 Кучма, 2016
3	Напиток вишневый	200	0,0	0,0	20,6	82,5	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 Кучма, 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 Кучма, 2016
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>20,8</b>	<b>15,8</b>	<b>67,7</b>	<b>496,2</b>	<b>0,3</b>	<b>19,7</b>	<b>42,0</b>	<b>2,4</b>	<b>59,9</b>	<b>240,5</b>	<b>58,1</b>	<b>3,1</b>	<b>0,2</b>	<b>11,6</b>			
<b>День 7 (вторник)</b>																			
<b>Полдник</b>																			
1	Запеканка со свежими плодами	200	9,2	13,9	47,9	353,5	0,2	3,7	46,0	0,3	146,2	198,9	52,4	2,2	0,2	12,9	100532	208	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Булочка "Любимая"	50	4,4	3,8	24,4	149,0	0,1	0,1	10,1	0,6	26,2	49,6	7,6	0,5	0,1	2,9	190107	544	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Напиток клубничный	200	0,0	0,0	12,8	51,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	160205	476	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,0	0,1	0,0	0,0	1,0	14,1	50,4	7,8	0,7	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>18,1</b>	<b>19,5</b>	<b>115,9</b>	<b>711,3</b>	<b>0,3</b>	<b>3,8</b>	<b>56,1</b>	<b>2,0</b>	<b>186,9</b>	<b>298,9</b>	<b>67,8</b>	<b>3,5</b>	<b>0,2</b>	<b>15,8</b>			
<b>День 8 (среда)</b>																			
<b>Полдник</b>																			
1	Макароны с сыром	200	15,1	13,6	49,0	379,0	0,1	0,2	95,2	1,2	85,5	234,2	22,4	1,5	0,1	1,4	120213	226	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Фрукты свежие по сезонности	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,0	10,0	0,0	0,2	16,0	11,0	9,0	2,2	0,0	2,0	210110	403	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	2,0	0,2	20,2	90,6	0,0	4,0	0,0	0,2	14,0	14,0	8,0	2,8	0,0	0,0	160223	484	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,0	0,1	0,0	0,0	1,0	14,1	50,4	7,8	0,7	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>22,0</b>	<b>16,0</b>	<b>109,8</b>	<b>671,0</b>	<b>0,2</b>	<b>14,2</b>	<b>95,2</b>	<b>2,7</b>	<b>129,6</b>	<b>309,6</b>	<b>47,2</b>	<b>7,2</b>	<b>0,2</b>	<b>3,4</b>			
<b>День 9 (четверг)</b>																			
<b>Полдник</b>																			
1	Биточки рубленые куриные	90	16,1	14,2	13,4	245,9	0,1	1,3	47,3	1,0	41,9	142,8	17,5	1,3	0,1	5,8	120611	309	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Пюре картофельное	150	3,3	4,9	22,0	145,6	0,2	13,0	16,9	0,2	48,1	95,9	32,7	1,2	0,1	8,8	130101	354	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Кукуруза консервированная	40	4,1	2,0	24,0	130,1	0,2	0,0	0,0	0,5	40,0	120,4	41,6	1,5	0,1	2,1	100537	29	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Компот из плодов сушеных	200	0,5	0,0	14,8	61,6	0,0	0,6	120,0	0,0	14,0	23,0	11,0	360,0	0,0	0,0	160211-1	638	Для предприятий общ питания при общеобразовательных школах Хлебпродинформ, 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 Кучма, 2016
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>25,5</b>	<b>21,7</b>	<b>84,5</b>	<b>635,6</b>	<b>0,4</b>	<b>14,8</b>	<b>184,2</b>	<b>2,0</b>	<b>148,8</b>	<b>398,9</b>	<b>105,4</b>	<b>364,2</b>	<b>0,4</b>	<b>16,7</b>			
<b>День 10 (пятница)</b>																			
<b>Полдник</b>																			
1	Суфле творожное запеченное	150	22,9	14,7	23,1	316,6	0,2	0,7	66,0	0,5	258,2	674,9	31,9	1,0	0,4	6,1	120319	242	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Соус вишневый	50	0,2	0,1	17,7	72,0	0,0	3,8	0,0	0,1	9,9	7,7	6,6	0,2	0,0	0,5	140207	334	Для обучающихся во всех обр уч Могильный 2011, ТГК
2	Фрукты свежие по сезонности	100	0,8	0,2	7,5	35,0	0,1	38,0	0,0	0,2	35,0	17,0	11,0	0,1	0,0	0,0	210106	399	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Напиток из плодов сухих (изюм)	200	0,4	0,1	18,5	76,3	0,0	0,0	0,1	0,1	13,0	20,6	6,7	0,5	0,0	0,0	160242	475	Для обуч образовательных организаций Кучма, 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 Кучма, 2016
	<b>Итого:</b>	<b>540</b>	<b>27,2</b>	<b>16,2</b>	<b>87,4</b>	<b>604,6</b>	<b>0,3</b>	<b>42,5</b>	<b>66,1</b>	<b>1,5</b>	<b>325,5</b>	<b>753,8</b>	<b>61,4</b>	<b>2,2</b>	<b>0,5</b>	<b>6,6</b>			