

Меню 1-4 классы																				
№ п/п	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины				Минеральные вещества						№ ТК	№ по сборнику	Наименование сборника	
		г	г	г	г		ккал	В 1, мг	С, мг	А, мкг	Е мг, ток. экв.	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	B2, мг				I, мкг
День 1 (понедельник)																				
Завтрак																				
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	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	4,4	4,0	16,4	119,6	2,4	0,7	18,0	0,0	165,4	133,0	32,8	1,7	0,2	18,8	160103	418	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК	
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	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:	520	21,8	18,5	83,2	585,9	2,6	38,9	113,2	1,8	290,6	401,1	68,8	3,5	0,3	20,2				
День 2 (Вторник)																				
Завтрак																				
1	Каша пшениная	200	5,7	5,1	27,5	178,8	0,1	0,5	17,4	0,1	101,9	139,7	35,6	0,9	0,1	8,4	120201	199	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
2	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	
3	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	
4	Сыр (порциями)	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 Кучма, 2016	
5	Чай с молоком	200	2,4	2,6	9,8	71,7	0,0	0,5	12,0	0,0	100,4	78,6	11,2	0,1	0,1	7,2	160108	378	Для обучающихся во всех обр уч Могильный 2011, ТТК	
6	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:	500	16,5	22,5	83,1	601,6	0,2	1,0	87,4	2,0	245,4	342,6	62,1	2,3	0,3	16,5				
День 3 (среда)																				
Завтрак																				
1	Пудинг из творога запеченный	150	25,2	15,4	23,7	334,4	0,2	0,6	75,0	0,5	281,5	751,7	32,1	0,8	0,4	2,6	120318	241	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, ТТК	
3	Чай	200	0,0	0,0	6,0	24,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	5,8	0,0	0,0	0,0	0,0	160105	420	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК	
4	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	
5	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	
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 Кучма, 2016	
	Итого:	530	27,4	24,7	67,5	602,0	0,3	14,5	105,0	1,2	317,0	794,8	50,3	3,5	0,4	6,0				
День 4 (четверг)																				
Завтрак																				
1	Каша рисовая	200	5,0	10,5	28,0	226,9	0,0	0,0	30,0	0,1	1,2	1,9	0,0	0,0	0,0	0,9	120204	202	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	4,4	4,0	16,4	119,6	2,4	0,7	18,0	0,0	165,4	133,0	32,8	1,7	0,2	18,8	160103	418	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК	
3	Сыр (порциями)	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 Кучма, 2016	
4	Булочка с изюмом или Выпечка п/п	50	4,4	3,8	26,5	157,7	0,1	0,1	10,1	0,6	27,9	52,4	8,5	0,6	0,1	2,9	190104	551	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:	500	19,2	22,4	91,5	644,7	2,5	0,9	84,1	1,4	225,9	274,9	50,0	2,9	0,3	22,6				
День 5 (пятница)																				
Завтрак																				
1	Омлет с сыром запеченный	200	23,6	30,2	3,3	379,9	0,1	0,5	94,0	1,0	187,2	426,5	31,1	3,6	0,7	31,2	120302	231	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
2	Чай	200	0,0	0,0	6,0	24,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	5,8	0,0	0,0	0,0	0,0	160105	420	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК	
3	Печенье	40	3,0	3,9	29,8	166,8	0,0	0,0	4,0	1,4	11,6	36,0	8,0	0,8	0,0	0,0			ПП	
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:	500	31,1	35,9	69,9	727,7	0,2	0,5	98,0	3,4	216,6	518,7	46,9	5,1	0,8	31,2				
	Итого за 5 дней		23,2	24,8	79,0	632,4	1,2	11,1	97,5	2,0	259,1	466,4	55,6	3,5	0,4	19,3				

День 6 (понедельник)																			
Завтрак																			
1	Каша пшеничная	200	5,7	5,1	27,5	178,8	0,1	0,5	17,4	0,1	101,9	139,7	35,6	0,9	0,1	8,4	120201	199	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Ватрушка с творогом или Выпечка п/п	50	6,2	3,7	21,5	144,1	0,1	0,1	9,0	1,0	50,2	126,1	9,4	0,5	0,1	2,1	190304	559	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Сыр (порциями)	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 Кучма, 2016
4	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	3,9	3,8	13,7	104,9	0,0	0,7	18,0	0,0	145,4	109,2	16,8	0,1	0,2	10,8	160104	419	Для обуч образовательных организаций Кучма, 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	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>21,2</b>	<b>16,7</b>	<b>83,3</b>	<b>568,3</b>	<b>0,3</b>	<b>1,4</b>	<b>70,4</b>	<b>1,8</b>	<b>328,9</b>	<b>462,6</b>	<b>70,6</b>	<b>2,1</b>	<b>0,4</b>	<b>21,2</b>			
День 7 (вторник)																			
Завтрак																			
1	Каша овсяная	200	4,2	9,6	20,8	186,5	0,1	0,3	32,6	0,4	81,7	117,7	33,2	0,8	0,1	7,0	120209	196	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	4,4	4,0	16,4	119,6	2,4	0,7	18,0	0,0	165,4	133,0	32,8	1,7	0,2	18,8	160103	418	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК
3	Творог для детского питания	50	9,0	4,5	1,5	84,5	0,0	0,3	25,0	0,1	82,0	110,0	11,5	0,2	0,1	0,0			ПП
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>22,1</b>	<b>19,9</b>	<b>69,5</b>	<b>547,7</b>	<b>2,6</b>	<b>1,3</b>	<b>75,6</b>	<b>1,5</b>	<b>343,2</b>	<b>411,1</b>	<b>85,3</b>	<b>3,5</b>	<b>0,4</b>	<b>25,8</b>			
День 8 (среда)																			
Завтрак																			
1	Каша рисовая	200	6,1	6,9	43,4	260,5	0,1	0,6	27,0	0,2	126,6	158,7	36,3	0,6	0,2	10,0	120203	202	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	3,9	3,8	13,7	104,9	0,0	0,7	18,0	0,0	145,4	109,2	16,8	0,1	0,2	10,8	160104	419	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК
3	Сыр (порциями)	30	7,0	8,9	0,0	107,5	0,0	0,2	78,0	0,2	66,0	162,0	10,5	0,3	0,1	0,0	100102	16	Для обуч образовательных организаций Кучма, 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, Перевалова 2013
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
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>21,6</b>	<b>29,6</b>	<b>87,9</b>	<b>704,8</b>	<b>0,2</b>	<b>1,5</b>	<b>153,0</b>	<b>1,5</b>	<b>353,3</b>	<b>482,2</b>	<b>71,4</b>	<b>1,8</b>	<b>0,4</b>	<b>21,7</b>			
День 9 (четверг)																			
Завтрак																			
1	Омлет	200	20,9	22,5	3,9	301,4	0,1	0,4	21,2	0,9	157,1	343,7	26,5	3,8	0,7	35,8	120301	232	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Чай	200	0,0	0,0	6,0	24,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	5,8	0,0	0,0	0,0	0,0	160105	420	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК
3	Булочка с изюмом или Выпечка п/п	50	4,4	3,8	26,5	157,7	0,1	0,1	10,1	0,6	27,9	52,4	8,5	0,6	0,1	2,9	190104	551	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>29,8</b>	<b>28,0</b>	<b>67,3</b>	<b>640,1</b>	<b>0,2</b>	<b>0,4</b>	<b>31,2</b>	<b>2,6</b>	<b>202,7</b>	<b>452,2</b>	<b>42,8</b>	<b>5,2</b>	<b>0,8</b>	<b>38,6</b>			
День 10 (пятница)																			
Завтрак																			
1	Каша гречневая молочная	200	7,1	9,5	25,4	215,1	0,1	0,9	36,6	0,2	180,9	197,9	64,2	1,7	0,2	14,5	120207	191	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Сыр (порциями)	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 Кучма, 2016
3	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
4	Какао-напиток на молоке	200	4,0	3,8	9,1	86,5	0,0	0,6	15,0	0,0	126,2	117,2	31,0	1,0	0,1	9,0	160101	415	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
	<b>Итого:</b>	<b>570</b>	<b>18,3</b>	<b>18,3</b>	<b>75,1</b>	<b>538,9</b>	<b>0,2</b>	<b>11,5</b>	<b>77,6</b>	<b>1,5</b>	<b>359,2</b>	<b>430,5</b>	<b>115,5</b>	<b>5,7</b>	<b>0,4</b>	<b>25,5</b>			
	<b>Итого за 5 дней</b>		<b>22,6</b>	<b>22,5</b>	<b>76,6</b>	<b>599,9</b>	<b>0,7</b>	<b>3,2</b>	<b>81,6</b>	<b>1,8</b>	<b>317,5</b>	<b>447,7</b>	<b>77,1</b>	<b>3,6</b>	<b>0,5</b>	<b>26,6</b>			
	<b>Итого за 10 дней</b>		<b>22,9</b>	<b>23,7</b>	<b>77,8</b>	<b>616,2</b>	<b>0,9</b>	<b>7,2</b>	<b>89,6</b>	<b>1,9</b>	<b>288,3</b>	<b>457,1</b>	<b>66,4</b>	<b>3,6</b>	<b>0,5</b>	<b>22,9</b>			