

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

01.09.2026г

Духовник О.Г.

01.09.2026г

СОГЛАСОВАНО

Директор

Основное (организованное) меню
для обучающихся 1-4 классов , отнесенных к льготной категории
МБОУ «Ильинская средняя школа имени Маслова И.В.»
(обед)

2026г

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Возрастная категория: 7-11 лет

1 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюдо	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность	№ рецептуры	Сборник ркцептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
НЕДЕЛЯ 1	ДЕНЬ 1							
ОБЕД	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	0.48	0.06	1.02	6	70\71	2017
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2.3	2.2	16.2	94.1	103	2011
	ГУЛЯШ/МЯСО ТУШЕНОЕ ИЗ МЯСНОЙ КОНСЕРВЫ	90	12.68	16.71	2.61	211.17	256-чс	2011
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ	150	4.6	5.0	20.5	145.5	303	2017
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0	20.4	84.8	389	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.24	0.48	19.76	92.8	к/к	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4.575	0.39	30.195	141.99	к/к	2011
Итого за прием пищи :		800	27.86	24.84	110.69	776.36		

2 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюдо	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность	№ рецептуры	Сборник ркцептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
НЕДЕЛЯ 1	ДЕНЬ 2							
ОБЕД	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	0.48	0.06	1.02	6.00	70\71	2011
	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И КАПУСТОЙ	200	1.40	4.00	9.90	81.60	82	2011
	ПЛОВ /ПЛОВ ИЗ МЯСНОЙ КОНСЕРВЫ	200	20.90	24.73	33.99	441.31	244-ЧС	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.40	0.00	18.20	76.20	349	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.27	0.40	19.73	92.80	к/к	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.10	0.20	20.10	94.70	к/к	2011
Итого за прием пищи :		740	28.55	29.39	102.95	792.61		

3 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюдо	Пищевые вещества			Энергетиче- ская ценность	№ рецептуры	Сборник ркцептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
НЕДЕЛЯ 1	ДЕНЬ 3							
ОБЕД	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	0.48	0.06	1.02	6.00	70\71	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ИЗ КРУПЫ	200	1.70	2.10	13.70	81.10	101	2011
	ОВОЩНОЕ РАГУ С КУРИЦОЙ /МЯСО ТУШЕНОЕ (КОНСЕРВИРОВАННОЕ) С ОВОЩАМИ	200	22.14	20.56	14.59	331.64	274-ЧС	2012
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.20	0.10	9.30	38.00	457	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.27	0.40	19.73	0.00	к/к	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4.60	0.40	30.20	142.00	к/к	2011
Итого за прием пищи :		760	31.39	23.62	88.55	598.74		

4 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюдо	Пищевые вещества			Энергетиче- ская ценность	№ рецептуры	Сборник ркцептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
НЕДЕЛЯ 1	ДЕНЬ 4							
ОБЕД	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	0.48	0.06	1.02	6.00	71\70	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОРОХОВЫЙ	200	4.60	4.40	15.20	117.80	102	2011
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ /МЯСО ТУШЕНОЕ ИЗ МЯСНОЙ КОНСЕРВЫ	90	12.68	16.71	2.61	211.17	256-чс	2011
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ	150	4.58	5.00	20.50	145.50	303	2017
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1.00	0.20	20.20	92.00	389	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.20	0.40	19.80	92.80	к/к	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5.3	0.4	35.1	165.8	к/к	2011
Итого за прием пищи :		810	30.84	27.17	114.43	831.07		

5 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюдо	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность	№ рецептуры	Сборник ркцептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
НЕДЕЛЯ 1	ДЕНЬ 5							
ОБЕД	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	0.48	0.06	1.02	6.00	71\70	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1.40	4.00	9.90	81.60	82	2011
	МЯСО ТУШЕНОЕ /МЯСО ТУШЕНОЕ ИЗ МЯСНОЙ КОНСЕРВЫ	90	12.68	16.71	2.61	211.17	256-чс	2011
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕНИЧНОЙ	150	4.00	4.10	24.30	150.20	303	2011
	ЧАЙ	200	1.51	1.25	14.79	75.35	387	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.27	0.40	19.73	92.80	к/к	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4.60	0.40	30.20	142.00	к/к	2011
Итого за прием пищи :		700	25.54	22.92	92.65	677.52		

6 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюдо	Пищевые вещества			Энергетиче- ская ценность	№ рецептуры	Сборник ркцептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
НЕДЕЛЯ 2	ДЕНЬ 6							
ОБЕД	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	0.72	3.06	3.30	43.80	70/71	2017
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2.30	2.20	16.20	94.10	103	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ/ПЛОВ С КУРИНОЙ ТУШЁНКИ	200	16.94	10.46	35.73	305.36	291	2011
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1.00	0.20	20.20	92.00	389	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2.80	0.60	24.70	116.00	к/к	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4.65	0.30	30.15	142.05	к/к	2011
Итого за прием пищи :		770	28.41	16.82	130.28	793.31		

7 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюдо	Пищевые вещества			Энергетиче- ская ценность	№ рецептуры	Сборник ркцептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
НЕДЕЛЯ 2	ДЕНЬ 7							
ОБЕД	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	0.48	0.06	1.02	6.00	71\70	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1.40	4.00	9.90	81.60	82	2011
	МЯСО, ТУШЕНОЕ В СОУСЕ /МЯСО ТУШЕНОЕ ИЗ МЯСНОЙ КОНСЕРВЫ	90	12.68	16.71	2.61	211.17	256-чс	2011
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЁННОЙ	150	4.22	5.06	24.18	159.10	303	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.40	0.00	18.20	76.20	349	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.27	0.40	19.73	92.80	к/к	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4.60	0.40	30.20	142.00	к/к	2011
Итого за прием пищи :		800	26.05	26.63	105.84	768.87		

8 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюдо	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность	№ рецептуры	Сборник ркцептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
НЕДЕЛЯ 2	ДЕНЬ 8							
ОБЕД	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	0.48	0.06	1.02	6.00	70\71	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ИЗ КРУПЫ	200	1.70	2.10	13.70	81.10	101	2011
	МЯСО ТУШЕНОЕ В СОУСЕ/МЯСО ТУШЕНОЕ ИЗ МЯСНОЙ КОНСЕРВЫ	90	12.68	16.71	2.61	211.17	256-чс	2011
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ	180	5.50	6.00	24.60	174.60	303	2017
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.20	0.10	9.30	38.00	457	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.27	0.40	19.73	0.00	к/к	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4.60	0.40	30.20	142.00	к/к	2011
Итого за прием пищи :		830	27.43	25.77	101.16	652.87		

9 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюдо	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность	№ рецептуры	Сборник ркцептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
НЕДЕЛЯ 2	ДЕНЬ 9							
ОБЕД	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	0.79	1.96	3.38	36.24	45	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОРОХОВЫЙ	200	4.60	4.40	15.20	117.80	102	2011
	МЯСО ТУШЕНОЕ В СОУСЕ/ МЯСО ТУШЕНОЕ ИЗ МЯСНОЙ КОНСЕРВЫ	90	12.68	16.71	2.61	211.17	256-чс	2011
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЁННОЙ	150	4.22	5.06	24.18	159.10	303	2011
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1.00	0.20	20.20	92.00	389	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3.83	0.33	25.17	118.33	к/к	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.70	0.30	14.80	69.60	к/к	2011
Итого за прием пищи :		780	28.82	28.96	105.54	804.24		

10 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюдо	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность	№ рецептуры	Сборник ркцептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
НЕДЕЛЯ 2	ДЕНЬ 10							
ОБЕД	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	0.48	0.06	1.02	6.00	71\70	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ИЗ КРУПЫ	200	1.70	2.10	13.70	81.10	101	2011
	ПЛОВ /ПЛОВ ИЗ МЯСНОЙ КОНСЕРВЫ	200	20.90	24.73	33.99	441.31	244-ЧС	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.20	0.10	9.30	38.00	457	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2.83	0.50	24.67	116.00	к/к	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.30	0.20	15.10	71.00	к/к	2011
Итого за прием пищи :		740	28.41	27.69	97.78	753.41		

Возраст детей	Обед
7-11 лет	7730
Среднее значение за период	773

САКИ					
ДЕНЬ 1					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ	210	250	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	100
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	55	55	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	250
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200	ГУЛЯШ/МЯСО ТУШЕНОЕ ИЗ МЯСНОЙ КОНСЕРВЫ	90	90
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ	150	180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	45	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	200
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	40	40	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	60
	575	615		800	920
ДЕНЬ 2					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧ.ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	210	250	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	100
ОЛАДЫ/БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ (55)	70	70	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И КАПУСТОЙ	200	250
МОЛОКО СГУЩЕНОЕ	30	30	ПЛОВ /ПЛОВ ИЗ МЯСНОЙ КОНСЕРВЫ	200	240
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	50	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40
	585	625		740	870
ДЕНЬ 3					
БЛИНЧИКИ С ДЖЕМОМ	150	180	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	100
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ИЗ КРУПЫ	200	250
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	50	ОВОЩНОЕ РАГУ С КУРИЦЕЙ /МЯСО ТУШЕНОЕ (КОНСЕРВИРОВАННОЕ) С ОВОЩАМИ	200	240
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	30	ЧАЙ С САХАРОМ	200	200
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	100	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	60
	520	560			
ДЕНЬ 4					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	100	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	100
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150/15/5	180/15/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОРОХОВЫЙ	200	250
ЧАЙ С САХАРОМ	210	200	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ /МЯСО ТУШЕНОЕ ИЗ МЯСНОЙ КОНСЕРВЫ	90	90
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	100	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ	150	180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	30	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	200
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	50	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	70
	610	680		810	930
ДЕНЬ 5					
БЛИНЧИКИ	120	150	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	100
МОЛОКО СГУЩЕНОЕ	30	30	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	250
КАКАО С МОЛОКОМ	200	200	МЯСО ТУШЕНОЕ /МЯСО ТУШЕНОЕ ИЗ МЯСНОЙ КОНСЕРВЫ	90	90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	45	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕНИЧНОЙ	150	180
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	50	ЧАЙ	200	200
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40
		100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	60

	520	605		800	920
ДЕНЬ 6					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КРУПЫ РИСОВОЙ	210	250	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	100
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	55	55	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	250
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ/ПЛОВ С КУРИНОЙ ТУШЁНКИ	200	250
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	50	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	200
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	60
	635	685			
ДЕНЬ 7				770	910
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧ.ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	210	250	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	100
ОЛАДЫ /БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ (55)	70	70	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	250
МОЛОКО СГУЩЕНОЕ	30	30	МЯСО, ТУШЕНОЕ В СОУСЕ /МЯСО ТУШЕНОЕ ИЗ МЯСНОЙ КОНСЕРВЫ	90	90
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЁННОЙ	150	180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	50	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	200
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40
	585	630	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	60
ДЕНЬ 8				800	920
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	60	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	100
РИС С ОВОЩАМИ	250	280	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ИЗ КРУПЫ	200	250
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	40	40	МЯСО ТУШЕНОЕ В СОУСЕ/МЯСО ТУШЕНОЕ ИЗ МЯСНОЙ КОНСЕРВЫ	90	90
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ	180	180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	50	ЧАЙ С САХАРОМ	200	200
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	60
ДЕНЬ 9	720	760		830	920
БЛИНЧИКИ	120	150	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	100
МОЛОКО СГУЩЕНОЕ	30	30	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОРОХОВЫЙ	200	250
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200	МЯСО ТУШЕНОЕ В СОУСЕ/ МЯСО ТУШЕНОЕ ИЗ МЯСНОЙ КОНСЕРВЫ	90	90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	50	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЁННОЙ	150	180
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	30	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	200
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	50
			ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30
	420	460			
ДЕНЬ 10				780	900
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	100	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	100
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150/15/5	180/15/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ИЗ КРУПЫ	200	250
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ НА МОЛОКЕ	200	200	ПЛОВ /ПЛОВ ИЗ МЯСНОЙ КОНСЕРВЫ	200	240
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	50	ЧАЙ С САХАРОМ	200	200
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30

	495	580		740	870
--	-----	-----	--	-----	-----

ДЕНЬ 1				
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ Геркулес -0.037 Молоко -0.08 Сахар -0.01	210	250	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ Джем-0.010	55	55	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200
ЧАЙ С САХАРОМ Сахар -0.010	200	200	ГУЛЯШ/МЯСО ТУШЕНОЕ ИЗ МЯСНОЙ КОНСЕРВЫ Кур.-0.07 Тушенка-0.05	90
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ гречка -0.037	150
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	45	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	40	40	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60
	575	615		800
ДЕНЬ 2				
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧ.ИЗ МАННОЙ КРУПЫ Молоко -0.08 сахар -0.010 манка-0.025	210	250	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60
ОЛАДЬИ/БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ (55)	70	70	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И КАПУСТОЙ	200
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	30	ПЛОВ /ПЛОВ ИЗ МЯСНОЙ КОНСЕРВЫ Свинина -0.07 /Тушенка-0.05 рис -0.045	200
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сахар -0.010	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	50	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40
	585	625		740
ДЕНЬ 3				
БЛИНЧИКИ С ДЖЕМОМ	150	180	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ИЗ КРУПЫ	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	50	ОВОЩНОЕ РАГУ С КУРИЦОЙ /МЯСО ТУШЕНОЕ (КОНСЕРВИРОВАННОЕ) С ОВОЩАМИ Кур- 0.07/тушенка-0.05	200
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	30	ЧАЙ С САХАРОМ сахар -0.010	200
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	100	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60
	520	560		
ДЕНЬ 4				
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	100	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ макароны -0.050 сыр 0.010	150/15/5	180/15/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОРОХОВЫЙ	200
ЧАЙ С САХАРОМ	210	200	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ /МЯСО ТУШЕНОЕ ИЗ МЯСНОЙ КОНСЕРВЫ Кур- 0.07/тушенка-0.05	90
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	100	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ гречка -0.037	150
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	30	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	50	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70
	610	680		810

[illegible]

ДЕНЬ 9	720	760		830
БЛИНЧИКИ	120	150	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	30	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОРОХОВЫЙ	200
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200	МЯСО ТУШЕНОЕ В СОУСЕ/ МЯСО ТУШЕНОЕ ИЗ МЯСНОЙ КОНСЕРВЫ свинина -0.07/ тушенка 0.050	90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	50	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕННОЙ пшено -0.037	150
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	30	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50
			ХЛЕБ РЖАНОЙ	30
	420	460		
ДЕНЬ 10				780
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	100	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ макароны -0.050 сыр -0.010	150/15/5	180/15/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ИЗ КРУПЫ	200
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ НА МОЛОКЕ молоко -0.080 сахар -0.010	200	200	ПЛОВ /ПЛОВ ИЗ МЯСНОЙ КОНСЕРВЫ свинина -0.07/ тушенка 0.050 рис -0.045	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	50	ЧАЙ С САХАРОМ	200
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30
	495	580		740

100
250
90
180
200
40
60
920
100
250
240
200
40
40
870
100
250
240
200
40
60
100
250
90
180
200
40
70
930

100
250
90
180
200
40
60
920
100
250
250
200
50
60
910
100
250
90
180
200
40
60
920
100
250
90
180
200
40
60

920
100
250
90
180
200
50
30
900
100
250
240
200
50
30
870