

12 день завтрак									
№	Наименование	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	наименование	2	сумма
181	каша ячневая с маслом	150/10	5	8,9	36,1	245	ячка	50	2051,05
	Чай с сахаром						Молоко	0,16	1,296
							Сахар	0,01	26,99
376	Булочка	200/10	0,07	0,02	15		Масло с	0,01	197,61
							Чай	0,004	0,156
							мука пшеничная	37,04	43,04
2							Сахар	0,37	0,826
							Масло с	2,59	3,838
338	итого:	50	4,0	2,6	27,1	148	соль	0,56	0,56
							дрожжи	0,56	0,56
									0

граммы	рубль
на 1 ребенка	детей 17
ячка	50
Молоко	0,016
Сахар	0,38
Масло с	2,6
Чай	0,002
мука пшеничная	30
соль	0,006
дрожжи	0,0056
900	36
288	144
667	84
468	57
36	44
540	24
11	0,44
11	20

обед									
№	Наименование	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	наименование	2	сумма
42	суп гороховый	1/150	5,6	4,4	18,5	136	горох	141	141
	тефтели из говядины с соусом томатом						морковь	40	40
							лук репчатый	71	71
171	рис отварной	1/150	8,4	12,2	12,5	193,4	масло растительное	20	20
							говядина	52	52
							хлеб	8	8
251	салат из капусты с луком	1/150	0,7	2,3	4,9	43,1	лук	24	24
389	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8	масло растительное	3	3
5	яблочный сок	1/200	0	0	122	508	мука пшеничная	79	79
							томатное пюре	100,00	100
							капуста б. сечная	50	50
	итого:	21,3	23,6	206,5	950,2	лук	масло Р.	4	4
								9,6	9,6

граммы	рубль
на 1 ребенка	детей 17
горох	141
морковь	40
масло р	27
говядина	52
хлеб	58
мука	79
пюре томат	100
капуста	50
лук	104,6
2538	269
720	50,4
486	73
936	505,44
1044	
1422	7,11
1800	39,6
900	63
1883	18,83

13 день завтрак									
№	Наименование	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	наименование	2	сумма
173	каша гречневая с маслом	150/10	6,3	1,3	37,5	293	Гречка	40	40
							Молоко	140	140
							Сахар	6	6
348	бутерброд с джемом	1/75	2,6	4,6	29,3	169	Масло с	10	10
							повидло	20	20
							хлеб	30	30
							какао-порошок	20	20
							Молоко	500	500
	какао с молоком	1/200	3,8	3,2	26,7	151	Сахар	100	100
								0	0
								0	0

граммы	рубль
на 1 ребенка	детей 17
Гречка	40
Молоко	640
Сахар	106
Масло с	10
повидло	20
хлеб	30
какао	20
720	
1152	
1908	
180	
360	
540	
360	

5	Хлеб пшеничный	50	4,10	0,60	21,00	105,80	лук	6	6
							морковь	10	10
415	сок	1/200	0	0	0	182		0	0
338								0	0
								0	0
	ИТОГО:		26,3	12,55	72,45	739,8		0	0

11 день завтрак									
№	Наименование	выход	белки	жиры	углеводы	кал	наименование	2	сумма
210	суп молочный	1/200	4,3	5	21	143	макарон	80	80
							масло С	8	8
							сахар	6	6
306	булбурод с повидло	1/75	2,6	9,3	14,20	165	повидло	20,2	20,2
							хлеб	30	30
							какао	20	20
348	какао с молоком	1/200	3,8	3,2	26,7	151	молоко	500	500
							сахар	100	100
5								0	0
								0	0
	ИТОГО:		10,7	17,5	61,9	459		0	0

на 1 граммы на рубли

молоко	1000	180
макарон	80	144
масло С	8	144
сахар	106	1908
повидло	20	360
какао	20	360

№	Наименование	выход	белки	жиры	углеводы	обед	ценность	вание	2	5	31	40	21	сумма
45	борщ с картофелем	1/150	6,5	19,3	48,2			свекла	11				11	
								картофель	36				36	
312	фрикодельки из говядины в соусе сметанном	1/55	8,1	4,6	7,9		164	морковь	50				50	
								лук	13				13	
								томат.пюре	30				30	
232/331	макарон	1/150	0,2	3,6	190,5			масло Р	20				20	
								говядина	52				52	
								мука	5				5	
								лук	5				5	
377	салат из моркови	1/50	1,3	0,1	14,60		65	масло Р	5				5	
								сметана	13				13	
								мука	75				75	
								макарон	70				70	
5	сок	1/200	0	0	34		136	морковь	50				50	
	ИТОГО:												0	

ребенка граммы рубли

свекла	11	198
картофель	36	648
морковь	100	1800
лук	18	324
томат.пюре	30	540
масло Р	25	450
говядина	52	936
мука	80	1440
сметана	13	234
макарон	70	1260

№	Наименование	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	наименование	2	5	31	40	21 сумма
45	Суп с мясными фрикадельками и говядины						картофель	50				50
		1\150	9,5	6,6	23,3	134	морковь	48				48
							лук	40				40
302	картофельное пюре с маслом						томат.пюре	5				5
		1\100	3,2	6,9	26,3	180	масло Р	10				10
							говядина	50				50
288\330	гуляш из говядины						картофель	3				3
		1\110	15,4	6,4	3,7	134	маслоС	110				110
							говядина	3				3
376	Чай с сахаром						морковь	3				3
		1\200	0,1	0	15	60	лук	3				3
							масло Р	5				5
5	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8	мука пшенич	2		3	3	8
	итого:		32,3	20,5	89,3	613,8						

граммы на 1 ребенка 17 детей

рубли

картофель	100	1800
морковь	51	918
лук	43	774
томат.пюре	5	90
масло Р	10	180
говядина	120	2160
маслоС	3	54
мука пшенич	2	36

№	Наименование	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	наименование	2	5	31	40	21 сумма
174	Каша ячневая с маслом						Ячневая	40				40
		150,00	7,30	11,40	43,30	305,00	Молоко	100				100
							Масло с	10				10
377	Чай с сахаром						Сахар	15				15
		1\200	0,13	0,02	15,2	62	Чай	50				50
							Хлеб	0				0
5	Хлеб пшеничный						Хлеб	0				0
		50	4,1	0,6	21	105,8						0
												0
14	Масло сливочное											0
		10	0,06	7,26	0,08	65,89						0
												0
	итого:		11,59	19,28	79,58	538,69						

граммы на 1 ребенка 17 детей

рубли

Ячневая	40	720
Молоко	100	1800
Сахар	15	270
Масло с	10	180
Чай	50	900

№	Наименование	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	наименование	2	5	31	40	21 сумма
102	Суп картофельный с горохом						картофель	50				50
		1\150	5,00	5,35	23,85	213,00	горох	81				81
							лук	40				40
388	плов из говядины						морковь	50				50
		1\100	17,20	6,60	27,60	239,00	маслоР	20				20
							говядина	107				107
	итого:						рис	34				34
							масло Р	5				5

граммы на 1 ребенка 17 детей

рубли

картофель	50	900
горох	81	1458
лук	46	828
морковь	60	1080
масло Р	25	450
говядина	107	1926
рис	34	612

[illegible]

граммы	граммы на	рубли
на 1	ребенка	17 детей

капуста	30	540
картофель	50	900
морковь	108	1944
лук	46	828
томат. пюре	10	180
масло Р	30	540
говядина	110	1980
	34	612

Итого:		14.3	12.7	00.2	00.1	обед											
№	Наименование	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	наименование		2	5	31	40	21	сумма			
	Шп из свежей капусты с картофелем	1/150	1,60	4,92	11,50	96,75	морковь		48					48			
88							лук		40					40			
							томат. Пюре		10					10			
							масло Р		20					20			
456	плов из говядины	1/100	4,48	8,06	50,25	297,75	говядина		110					110			
							рис		34					34			
							масло Р		5					5			
383	салат из моркови	яич. 50	3,70	3,97	26,24	155,20	лук		6					6			
							морковь		10					10			
							морковь		50					50			
5	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8	морковь		50					50			
							масло Р		5					5			
														0			
338	сок	1/200												0			
														0			
	Итого:		13,88	17,55	108,99	655,5											

граммы на 1 ребенка	граммы на 17 детей	рубли
100	1700	17
200	3400	34
300	5100	51
400	6800	68
500	8500	85
600	10200	102
700	11900	119
800	13600	136
900	15300	153
1000	17000	170

манка	31	558
Молоко	150	2700
сахар	106	1908
Масло с	20	360
какао	20	360

9 день завтрак												
№	Наименование	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	наименование	2	5	31	40	21 сумма
174	каша манная с маслом						манка	31				31
							молоко	50				50
		1/100	6,1	11,2	33,5	260	сахар	6				6
2	Бутерброд с маслом						масло С	10				10
							масло С	10				30
		1/75	2,60	8,40	14,30	147	хлеб	30				20
382	Какао на молоке						какао порошок	20				57
							молоко	57				100
		1/200	3,80	3,20	26,74	151	сахар	100				0
												0
												0
												0
												0
	Итого:		12,5	22,8	74,54	558						

		граммы	граммы на		рубли	
		на 1	ребенка		17 детей	

граммы на 1 ребенка 17 детей

граммы на 1 ребенка 17 детей

рубли

рис	44	792
молоко	50	900
сахар	21	378
масло С	10	180
повидло	20,2	364
чай	50	900

обед													
№	Наименование	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	наименование	2	5	31	40	21	сумма
							картофель	50					50
							морковь	48					48
55	Суп с мясными фрикадельками и говядиной	1/150	9,5	6,6	23,3	134	лук	40					40
							томат.пюре	5					5
							масло Р	5					5
309	жаркое из говядины	1/125	17,10	7,8	21	223	говядина	10					10
							говядина	107					107
							картофель	50					50
268/331	салат из свеклы	1/50	1,6	6	11,00	104	лук	12					12
							масло Р	6					6
							свекла	50					50
389	сок	1/200	0,08	0	26,3	105	маслаР	10					10
								0					0
5	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8							0
													0
	итого: *		32,38	21	102,6	*	671,8			*			

граммы	граммы на	рубли
на 1	ребенка	17 детей
картофель	100	1800
морковь	48	864
лук	52	936
томат.пюре	5	90
масло Р	21	378
говядина	117	2106
свекла	50	900

граммы на 1 ребенка 17 детей

граммы на 1 ребенка 17 детей

рубли

картофель	100	1800
морковь	48	864
лук	52	936
томат пюре	5	90
масло Р	21	378
говядина	117	2106
свекла	50	900

№	8 день завтрак											граммы на 1 ребенка	рублей
	Наименование	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	наименование	2	5	31	40		
120	каша молочная из ячневой крупы с маслом						ячневая	40					40
							молоко	100					100
		1/200	6,7	3,2	50	256	сахар	6					6
							масло С	10					10
349	бутерброд с сыром	1/75	7,5	9,5	1,2	116	сыр	16					16
							хлеб	30					30
							чай	50					50
							сахар	15					15

ячневая	40	720
молоко	100	1800
сахар	21	378
масло С	10	180
сыр	16	288
чай	50	900

граммы на 1 ребенка 17 детей

граммы на 1 ребенка 17 детей

рубли

ячневая	40	720
молоко	100	1800
сахар	21	378
масло С	10	180
сыр	16	288
чай	50	900

720
270

сухофрукты	40
сахар	15

349	Напиток из с/фруктов	1/200	0,08	0	21,82	87,6	Сухофрукты	40	40
5	Хлеб пшеничный	50	4,10	0,60	21,00	105,80	лук	15	15
338							морковь	6	6
								10	10
	итого:		30,68	18,6	150,82	893,4			

граммы
на 1
ребенка 17 детей
рубли792
2052
227
1807
667
11
11
360

кукурузная	44
молоко	114
масло с	12,59
сахар	100,37
мука	37,04
соль	0,56
дрожжи	0,56
какао	20

6 день завтрак									
№	Наименование	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	наименование	2	21 сумма
175	Каша кукурузная с маслом	1/200	2,9	0,7	2,4	351	молоко	44	44
							масло С	57	57
							сахар *	10	10
377	булочка	1/90	3,8	3,1	25,20	143	мука	37,04	37,04
							сахар	0,37	0,37
							масло С	2,59	2,59
2	какао с молоком	1/200	3,80	3,20	26,70	151,00	соль	0,56	0,56
							дрожжи	0,56	0,56
							какао порошок	20	20
							сахар	100	100
338							молоко	57	57
	итого:		10,5	7	54,3	645			0

граммы
на 1
ребенка 17 детей
рубли1080
360
900
864
360
720
900
162
90

картофель	60
пшено	20
морковь	50
лук	48
масло Р	20
гречка	40
говядина	50
хлеб	9
маслоС	5

6 день обед									
№	Наименование	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	наименование	2	21 сумма
46	суп крестьянский с пшеном	1/150	7,1	20	19	413	картофель	60	60
							пшено	20	20
							морковь	50	50
							лук	48	48
259	гречка	1/150	0,2	13,1	16,3	166,4	масло Р	20	20
							гречка	40	40
							говядина	50	50
379	котлеты рубленные из говядины	1/70	8,90	12,00	11,5	190	хлеб	9	9
							маслоС	5	5
5	сок	1/200	4,1	0,6	21	105,8		0	0
								0	0
338								0	0
	итого:		20,3	45,7	67,8	875,2		0	0

№ 7 день завтрак

[illegible]

5 день завтрак													
№	Наименование	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	наименование	2	5	31	40	21	сумма
174	каша перловая с маслом	1200	2,90	0,50	2,40	345,00	перловка	40					40
							молоко	100					
							сахар	6					6
380	Бутерброд с маслом						масло С	10					10
							масло С	10					10
		1175	2,6	8,8	14,3	147	хлеб	30					30
3	чай с сахаром						чай	50					50
							сахар	15					15
		1200	0,1	0,00	15	60,4							0
													0
													0
													0
Итого: 0													

перловка	40	720
молоко	100	1800
сахар	21	378
масло с	20	360
чай	50	900

№	Наименование	обед										граммы на 1 ребенка	граммы на 17 детей	рубли					
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	наименование	2	5	31	21 сумма								
73	суп картофельный с пшеном						картофель	50				50	900	360	720	972	270	1980	612
		11150	8,8	11,3	82,3	466	пшено	20				20							
							морковь	30				30							
291	Плов из отварной говядины						лук	48				48	500	360	720	972	270	1980	612
		11100	17,7	6,7	25,7	234	масло Р	10				10							
							говядина	110				110							
							рис	34				34							
							масло Р	5				5							

[illegible]

№	обед															
	Наименование растольник	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	наименование									
67								картофель	2	5	31	40	21	сумма		
								лук	36					36		
									48					48		
		1/150	1,7	4,1	15,4	105,3	отурица солен							67		
302				*				масло Р	*	20				20		
								картофель	68					68		
		1/150	3,3	9,8	24,4	199	капуста	35						35		
							морковь	24						24		
268/331								лук	12					12		
		1/200	0	0	122,00	508	масло Р	5						5		
5	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,6	21	105,8			0	*	*	*	0			
									0					0		
									0					0		
									0					0		
									0					0		
									0,2					0,2		
Итого:			12,56	18	208,7	1067,3			0					0		

граммы на 1 ребенка	граммы на 17 детей	рубли
104	1872	
60	108	
67	1206	
25	45	
35	63	
24	432	

4 день завтрак													
№			белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	наименование	2	5	31	40	21	сумма
	Наименование	выход					молоко	500					500
							макароны	80					80
210	суп молочный	1/200	4,3	5	21	143	масла С	8					8
	*				*		сахар	6		*			6
							повидло	20,2					20,2
306	бублик с повидлом	1/75	2,6	9,3	14,20	165	хлеб	30					30
							какао	20					20
							молоко	500					500
348	какао с молоком	1/200	3,8	3,2	26,7	151	сахар	100					100
													0
													0
													0
5													0
													0
	итого:		10,7	17,5	61,9	459							

	граммы	граммы на	рубль
	на 1	17 детей	
	ребенка		
	1000	180	
	80	144	
	8	144	
	106	1908	
	20	360	
	20	360	

[illegible]

№	Наименование	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	наименование	2	5	31	40	21	сумма
173	каша гречневая с маслом	150/10	6,3	1,3	37,5	293	Гречка	40					40
							Молоко	140					140
							Сахар	6					6
							Масло с повидло	10					10
348	бутерброд с джемом	1/75	2,6	4,6	29,3	169	хлеб	30					30
							какао-порошок	20					20
							Молоко	500					500
	какао с молоком	1/200	3,8	3,2	26,7	151	Сахар	100					100
													0
													0
													0
	итого:		12,7	9,1	93,5	613							

граммы на 1 ребенка	на 17 детей	рубли
Гречка	40	720
Молоко	640	1152
Сахар	106	1908
Масло с	10	180
повидло	20	360
хлеб	30	540
какао	20	360

№	Наименование	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	наименование	2	5	31	40	21	сумма
96	щи со свежей капустой	1/150	1,7	4,9	8,4	84,5	капуста	350					350
							морковь	50					50
							лук	48					48
							томат. пюре	6					6
							масло Р	20					20
	картофельное пюре с маслом	1/150	3,2	6,9	26,3	180	картофель	117					117
							молоко	16					16
							масло сливоч	3					3
450	гуляш из говядины	1/110	15,4	6,4	3,7	134	говядина	110					110
							морковь	3					3
							лук	2,5					2,5
357	салат из свеклы	янь. 50	1	5	23	144,2	масло Р	5					5
							мука пшеничная	2					2
338	сок брусничный	1/200	0	0	34	136	свекла	50					50
	хлеб	янь. 50	4	0,6	21	106	масло Р	60					60
													0
	итого:		25,3	25,8	116,4	784,7							0

граммы на 1 ребенка	на 17 детей	рубли
капуста	350	630
Морковь	53	954
Лук	50,5	909
томат. Пю	6	108
Масло Р	85	153
картофель	117	2106
молоко	16	288
масло С	3	54
говядина	110	1980
мука пше	2	36
свекла	50	900

№	Наименование	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	наименование	2	5	31	40	21	сумма
120	каша пшеничная с маслом	150/10	6,8	10,2	51,2	324	пшено	60					60
							масло С	10					10
							молоко	160					160
	бутерброд с маслом	1/75	2,60	8,80	14,30	147	масло С	10					10
							хлеб	30					30
							чай	50					50

граммов на 1 ребенка	на 17 детей	рубли
пшено	60	1080
Масло с	20	360
молоко	160	288
Хлеб	30	540
чай	50	900

ДПОУ "Киевская ООШ"

1 день завтрак

милли

ребенка детей 17

ВЫШЕ

обед

рубл.

граммы

2 день завтрак