

УТВЕРЖДАЮ:

Директор  Е.Ю. Кокарева



**ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО**  
**УЧРЕЖДЕНИЯ «УСПЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №6 ИМЕНИ ГЕРОЯ**  
**СОВЕТСКОГО СОЮЗА В.Н.ПРОХОРОВА»**

**Юридический адрес: Красноярский край, Рыбинский район, с.Успенка, пер.Школьный 4**

**ИНН: 2448003086**

**ОРГН: 10224001296730**

День №1

№ ТК	Наименование блюд	Выход гр.	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн. (ккал)	№ ТК	Наименование блюд	Выход гр.	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн. (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
<b>Дети 7-11 лет</b>						<b>Дети 12 лет и старше</b>							
<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>							
<b>203</b>	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,4	0,6	36,6	174,0	<b>203</b>	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	7,2	0,8	48,8	232,0
<b>П/Ф</b>	Тефтели	100	12,58	13,58	9,58	228,0	<b>П/Ф</b>	Тефтели	100	12,58	13,58	9,58	228,0
<b>382</b>	Какао с молоком	200	3,76	3,2	26,74	150,8	<b>382</b>	Какао с молоком	200	3,76	3,2	26,74	150,8
<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	30	0,98	0,2	8,95	40,0	<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	60,0
<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,03	8,02	41,6	<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,05	12,03	62,4
	<b>Итого:</b>		<b>27,02</b>	<b>20,61</b>	<b>89,89</b>	<b>672,2</b>		<b>Итого:</b>		<b>30,11</b>	<b>20,93</b>	<b>110,59</b>	<b>771,0</b>
<b>ОБЕД</b>						<b>Обед</b>							
<b>200</b>	Суп картофельный с рыбными консервами	200	1,0	1,1	6,5	37,0	<b>200</b>	Суп картофельный с рыбными консервами	200	2,5	2,8	16,3	92,0
<b>П/Ф</b>	Вареники с творогом	150	12,0	6,4	16,2	172,0	<b>П/Ф</b>	Вареники с творогом	150	12,0	6,4	16,2	172,0
<b>ГП</b>	Кондитерское изделие (печенье)	80	2,15	2,8	23,35	127,2	<b>ГП</b>	Кондитерское изделие (печенье)	80	2,15	2,8	23,35	127,2
<b>376</b>	Чай с сахаром	200	0,1	-	15,04	60,0	<b>376</b>	Чай с сахаром	200	0,1	-	15,0	62,0
<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	40	1,47	0,3	13,44	60,0	<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	17,92	80,0
<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	40	4,8	0,9	22,74	124,8	<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	40	6,4	0,12	32,08	166,4
	<b>Итого:</b>		<b>29,96</b>	<b>14,98</b>	<b>108,5</b>	<b>690,0</b>		<b>Итого:</b>		<b>35,06</b>	<b>17,26</b>	<b>140,27</b>	<b>856,52</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>56,98</b>	<b>35,29</b>	<b>198,39</b>	<b>1362,2</b>		<b>Всего:</b>		<b>65,17</b>	<b>38,19</b>	<b>250,86</b>	<b>1627,52</b>

День №2

№ ТК	Наименование блюд	Выход гр.	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн. (ккал)	№ ТК	Наименование блюд	Выход гр.	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн. (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
Дети 7-11 лет						Дети 12 лет и старше							
<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>							
<b>291</b>	Плов из птицы	180	14,9	19,0	24,1	327,0	<b>291</b>	Плов из птицы	180	17,88	22,8	28,92	392,4
<b>ГП</b>	Снежок	200	5,0	2,5	3,5	54,0	<b>ГП</b>	Снежок	200	5,0	2,5	3,5	54,0
<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	30	0,98	0,2	8,95	40,0	<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	60,0
<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,03	8,02	41,6	<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,05	12,03	62,4
	<b>Итого:</b>		<b>24,63</b>	<b>24,53</b>	<b>67,92</b>	<b>589,8</b>		<b>Итого:</b>		<b>35,08</b>	<b>38,98</b>	<b>87,08</b>	<b>727,8</b>
<b>ОБЕД</b>						<b>Обед</b>							
<b>87</b>	Щи из свежей капусты с курицей	200	1,38	3,94	6,68	167,8	<b>87</b>	Щи из свежей капусты с курицей	200	1,38	3,94	6,68	67,8
<b>128</b>	Картофельное пюре	150	3,15	6,9	26,25	180,0	<b>128</b>	Картофельное пюре	150	3,78	8,28	31,5	216,0
<b>227</b>	Рыба припущенная	100	16,8	9,0	-	148,0	<b>227</b>	Рыба припущенная	100	16,8	9,0	-	148,0
<b>349</b>	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	-	21,8	87,6	<b>349</b>	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	-	21,8	87,6
<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	40	1,47	0,3	13,44	60,0	<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	17,92	80,0
<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	40	4,8	0,9	22,74	124,8	<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	40	6,4	0,12	32,08	166,4
	<b>Итого:</b>		<b>27,7</b>	<b>21,04</b>	<b>84,15</b>	<b>740,6</b>		<b>Итого:</b>		<b>30,42</b>	<b>21,74</b>	<b>103,18</b>	<b>740,2</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>52,33</b>	<b>45,57</b>	<b>152,07</b>	<b>1230,4</b>		<b>Всего:</b>		<b>65,5</b>	<b>60,72</b>	<b>190,26</b>	<b>1468,0</b>

День №3

№ ТК	Наименование блюд	Выход гр.	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн. (ккал)	№ ТК	Наименование блюд	Выход гр.	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн. (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
<b>Дети 7-11 лет</b>						<b>Дети 12 лет и старше</b>							
<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>							
<b>302</b>	Каша рассыпчатая гречневая	150	7,51	6,28	40,72	249,6	<b>302</b>	Каша рассыпчатая гречневая	180	9,02	7,54	48,87	299,52
<b>255</b>	Печень по-строгановски	100	13,6	0,5	3,8	164,0	<b>255</b>	Печень по-строгановски	100	13,6	10,5	3,8	164,0
<b>376</b>	Чай с сахаром	200	0,1	-	15,04	60,0	<b>376</b>	Чай с сахаром	200	0,1	-	15,0	62,0
<b>Ф</b>	Яблоки	150	0,01	-	18,9	78,0	<b>Ф</b>	Яблоки	150	0,01	-	18,9	87,0
<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	30	0,98	0,2	8,95	40,0	<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	60,0
<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,03	8,02	41,6	<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,05	12,03	62,4
	<b>Итого:</b>		<b>23,8</b>	<b>7,01</b>	<b>95,43</b>	<b>603,2</b>		<b>Итого:</b>		<b>26,6</b>	<b>18,39</b>	<b>112,04</b>	<b>734,92</b>
<b>ОБЕД</b>						<b>Обед</b>							
<b>104</b>	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	7,6	5,28	20,2	152,8	<b>104</b>	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	9,5	6,6	23,3	191,0
<b>321</b>	Овощное рагу	150	3,1	4,0	16,06	128,8	<b>321</b>	Овощное рагу	180	3,72	4,8	24,12	154,62
<b>П/Ф</b>	Тефтели	100	15,58	13,58	9,58	228,0	<b>П/Ф</b>	Тефтели	100	13,58	13,58	9,58	228,0
<b>377</b>	Чай с лимоном	200	0,2	-	16,0	65,0	<b>377</b>	Чай с лимоном	200	0,2	-	16,0	65,0
<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	40	1,47	0,3	13,44	60,0	<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	17,92	80,0
<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	40	4,8	0,9	22,74	124,8	<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	40	6,4	0,12	32,08	166,4
	<b>Итого:</b>		<b>32,75</b>	<b>24,06</b>	<b>171,28</b>	<b>759,4</b>		<b>Итого:</b>		<b>35,36</b>	<b>25,5</b>	<b>123,0</b>	<b>885,02</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>56,55</b>	<b>31,07</b>	<b>266,71</b>	<b>1362,6</b>		<b>Всего:</b>		<b>61,96</b>	<b>43,89</b>	<b>235,04</b>	<b>1619,94</b>

День №4

№ ТК	Наименование блюд	Выход гр.	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн. (ккал)	№ ТК	Наименование блюд	Выход гр.	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн. (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
<b>Дети 7-11 лет</b>						<b>Дети 12 лет и старше</b>							
<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>							
<b>175</b>	Каша вязкая молочная из риса и пшена	150	4,35	8,64	25,0	195,0	<b>175</b>	Каша вязкая молочная из риса и пшена	180	5,23	10,37	30,0	234,0
<b>ГП</b>	Булочка домашняя	100	8,08	3,85	20,92	60,0	<b>ГП</b>	Булочка домашняя	100	8,08	3,85	20,92	160,0
<b>377</b>	Чай с лимоном	200	0,02	-	16,0	95,0	<b>377</b>	Чай с лимоном	200	0,2	-	16,0	65,0
<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	30	0,98	0,2	8,95	40,0	<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	60,0
<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,03	8,02	41,6	<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,05	12,03	62,4
	<b>Итого:</b>		<b>20,13</b>	<b>17,32</b>	<b>79,19</b>	<b>534,6</b>		<b>Итого:</b>		<b>18,31</b>	<b>19,17</b>	<b>92,69</b>	<b>680,0</b>
<b>ОБЕД</b>						<b>Обед</b>							
<b>94</b>	Рассольник с курицей	200	1,3	4,04	13,2	94,4	<b>94</b>	Рассольник	250	1,62	5,05	16,5	118,0
<b>203</b>	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,4	0,6	36,6	174,0	<b>202</b>	Макаронные изделия отварные с маслом	200	7,2	0,8	48,8	232,0
<b>260</b>	Гуляш из говядины	100	15,1	6,4	3,3	131,0	<b>264</b>	Гуляш из говядины	100	15,1	6,4	3,3	131,0
<b>376</b>	Чай с сахаром	200	0,1	-	15,04	60,0	<b>376</b>	Чай с сахаром	200	0,1	-	15,0	62,0
<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	40	1,47	0,3	13,44	60,0	<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	17,92	80,0
<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	40	4,8	0,9	22,74	124,8	<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	40	6,4	0,12	32,08	166,4
	<b>Итого:</b>		<b>28,17</b>	<b>12,24</b>	<b>104,32</b>	<b>748,0</b>		<b>Итого:</b>		<b>32,38</b>	<b>12,77</b>	<b>133,6</b>	<b>789,4</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>48,3</b>	<b>29,56</b>	<b>1183,51</b>	<b>1282,6</b>		<b>Всего:</b>		<b>50,69</b>	<b>31,94</b>	<b>359,89</b>	<b>1469,4</b>

День №5

№ ТК	Наименование блюд	Выход гр.	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн. (ккал)	№ ТК	Наименование блюд	Выход гр.	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн. (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
<b>Дети 7-11 лет</b>						<b>Дети 12 лет и старше</b>							
<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>							
<b>128</b>	Картофельное пюре	150	3,15	6,9	26,25	180,0	<b>128</b>	Картофельное пюре	180	3,78	8,28	31,5	216,0
<b>290</b>	Курица тушеная в соусе	100	21,2	13,6	-	211,0	<b>290</b>	Курица тушеная в соусе	100	21,2	13,6	-	24,0
<b>350</b>	Кисель	200	0,2	-	29,74	119,8	<b>350</b>	Кисель	200	0,2	-	29,74	119,8
<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	30	0,98	0,2	8,95	40,0	<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	60,0
<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,03	8,02	41,6	<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,05	12,03	62,4
	<b>Итого:</b>		<b>27,13</b>	<b>20,73</b>	<b>72,96</b>	<b>592,4</b>		<b>Итого:</b>		<b>29,05</b>	<b>22,23</b>	<b>86,71</b>	<b>482,2</b>
<b>ОБЕД</b>						<b>Обед</b>							
<b>119</b>	Суп с бобовыми (горох)	200	5,66	4,34	18,54	135,8	<b>119</b>	Суп с бобовыми (горох)	250	7,07	5,42	23,17	169,0
<b>291</b>	Плов из птицы	150	14,9	19,0	24,1	327,0	<b>291</b>	Плов из курицы	180	17,88	22,8	28,92	392,4
<b>ГП</b>	Сок	200	1,04	-	34,0	140,2	<b>ГП</b>	Сок	200	1,04	-	34,0	140,2
<b>Ф</b>	Бананы	150	2,25	-	35,4	150,0	<b>Ф</b>	Бананы	150	2,25	-	35,4	150,0
<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	40	1,47	0,3	13,44	60,0	<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	17,92	80,0
<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	40	4,8	0,9	22,74	124,8	<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	40	6,4	0,12	32,08	166,4
	<b>Итого:</b>		<b>30,12</b>	<b>24,54</b>	<b>148,22</b>	<b>937,8</b>		<b>Итого:</b>		<b>36,6</b>	<b>28,74</b>	<b>171,49</b>	<b>1098,0</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>57,25</b>	<b>45,27</b>	<b>221,18</b>	<b>1530,2</b>		<b>Всего:</b>		<b>65,65</b>	<b>50,97</b>	<b>258,2</b>	<b>1580,2</b>

№ ТК	Наименование блюд	Выход гр.	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн. (ккал)	№ ТК	Наименование блюд	Выход гр.	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн. (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
<b>Дети 7-11 лет</b>						<b>Дети 12 лет и старше</b>							
<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>							
<b>203</b>	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,4	0,6	36,6	174,0	<b>202</b>	Макаронные изделия отварные	200	7,2	0,8	48,8	232,0
<b>П/Ф</b>	Котлета домашняя	100	12,58	13,58	9,58	228,0	<b>П/Ф</b>	Котлета домашняя	100	12,58	13,58	9,58	228,0
<b>377</b>	Чай с лимоном	200	0,02	-	16,0	65,0	<b>377</b>	Чай с лимоном	200	0,2	-	16,0	65,0
<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	30	0,98	0,2	8,95	40,0	<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	60,0
<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,03	8,02	41,6	<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,05	12,03	62,4
	<b>Итого:</b>		<b>18,86</b>	<b>18,56</b>	<b>80,85</b>	<b>618,6</b>		<b>Итого:</b>		<b>20,87</b>	<b>19,63</b>	<b>97,21</b>	<b>667,62</b>
<b>ОБЕД</b>						<b>Обед</b>							
<b>82</b>	Борщ с капустой и картофелем и курицей	200	1,5	3,9	12,2	189,9	<b>82</b>	Борщ с капустой и картофелем и курицей	250	1,87	4,87	15,2	112,37
<b>259</b>	Жаркое по домашнему	150	14,66	6,68	18,0	191,14	<b>259</b>	Жаркое по домашнему	180	17,58	8,02	21,6	229,37
<b>377</b>	Чай с лимоном	200	0,2	-	16,0	65,0	<b>377</b>	Чай с лимоном	200	0,2	-	16,0	65,0
<b>ГП</b>	Икра овощная	70	1,9	8,9	7,7	119,0	<b>ГП</b>	Икра овощная	70	1,9	8,9	7,7	119,0
<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	40	1,47	0,3	13,44	60,0	<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	17,92	80,0
<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	40	4,8	0,9	22,74	124,8	<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	40	6,4	0,12	32,08	166,4
	<b>Итого:</b>		<b>24,35</b>	<b>20,68</b>	<b>90,08</b>	<b>749,84</b>		<b>Итого:</b>		<b>29,91</b>	<b>22,31</b>	<b>110,5</b>	<b>772,14</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>43,21</b>	<b>39,24</b>	<b>170,93</b>	<b>1368,44</b>		<b>Всего:</b>		<b>50,78</b>	<b>41,94</b>	<b>207,71</b>	<b>1439,76</b>

№ ТК	Наименование блюд	Выход гр.	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн. (ккал)	№ ТК	Наименование блюд	Выход гр.	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн. (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
<b>Дети 7-11 лет</b>						<b>Дети 12 лет и старше</b>							
<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>							
<b>174</b>	Каша вязкая молочная из риса с маслом	150/10	3,8	8,8	41,0	249,0	<b>174</b>	Каша вязкая молочная из риса с маслом	180/10	4,56	10,56	49,2	309,6
<b>379</b>	Кофейный напиток	200	3,58	2,68	28,34	151,8	<b>379</b>	Кофейный напиток	200	3,58	2,68	28,34	151,8
<b>209</b>	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	103,0	<b>209</b>	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	103,0
<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	30	0,98	0,2	8,95	40,0	<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	30	0,1	0,3	13,44	60,0
<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,03	8,02	41,6	<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,05	12,03	62,4
	<b>Итого:</b>		<b>15,76</b>	<b>16,71</b>	<b>94,31</b>	<b>588,4</b>		<b>Итого:</b>		<b>16,44</b>	<b>18,59</b>	<b>111,01</b>	<b>689,8</b>
<b>ОБЕД</b>						<b>Обед</b>							
<b>111</b>	Суп с макаронными изделиями	200	9,38	7,29	20,92	210,0	<b>111</b>	Суп с макаронными изделиями	250	9,38	7,29	20,92	210,0
<b>302</b>	Каша рассыпчатая гречневая	150	7,51	6,28	40,72	249,6	<b>302</b>	Каша рассыпчатая гречневая	180	9,02	7,54	48,87	299,52
<b>255</b>	Печень по-строгановски	100	13,6	0,5	3,8	164,0	<b>255</b>	Печень по-строгановски	100	13,6	10,5	3,8	164,0
<b>349</b>	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	-	21,8	87,6	<b>349</b>	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	-	21,8	87,6
<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	40	1,47	0,3	13,44	60,0	<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	17,92	80,0
<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	40	4,8	0,9	22,74	124,8	<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	40	6,4	0,12	32,08	166,4
	<b>Итого:</b>		<b>29,88</b>	<b>17,69</b>	<b>118,45</b>	<b>781,6</b>		<b>Итого:</b>		<b>31,97</b>	<b>17,01</b>	<b>132,27</b>	<b>843,2</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>45,64</b>	<b>34,4</b>	<b>212,76</b>	<b>1370,0</b>		<b>Всего:</b>		<b>48,41</b>	<b>35,6</b>	<b>243,28</b>	<b>1533,0</b>



**День №8**

№ ТК	Наименование блюд	Выход гр.	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн. (ккал)	№ ТК	Наименование блюд	Выход гр.	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн. (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
<b>Дети 7-11 лет</b>						<b>Дети 12 лет и старше</b>							
<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>							
П/Ф	Пельмени (п/ф)с бульоном	150	113,9	50,0	4,0	215,5	391	Пельмени (п/ф)с бульоном	150	113,9	50,0	4,0	215,5
376	Чай с сахаром	200	0,1	-	15,04	62,0	376	Чай с сахаром	200	0,1	-	15,0	60,0
ГП	Хлеб ржаной	30	0,98	0,2	8,95	40,0	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	60,0
ГП	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,03	8,02	41,6	ГП	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,05	12,03	62,4
	<b>Итого:</b>		<b>23,71</b>	<b>20,09</b>	<b>101,27</b>	<b>699,4</b>		<b>Итого:</b>		<b>26,51</b>	<b>21,47</b>	<b>117,92</b>	<b>790,12</b>
<b>ОБЕД</b>						<b>Обед</b>							
119	Суп с бобовыми (горох)	200	5,66	4,34	18,54	235,8	119	Суп с бобовыми (горох)	250	7,07	5,42	23,17	169,0
305	Рис припущенный с кукурузой	150	3,6	4,75	39,3	214,35	305	Рис припущенный с кукурузой	180	4,32	5,7	47,16	257,22
290	Курица тушенная в соусе	100	21,2	13,6	-	171,0	290	Курица тушенная в соусе	100	21,2	13,6	-	24,0
377	Чай с лимоном	200	0,02	-	16,0	65,0	377	Чай с лимоном	200	0,2	-	16,0	65,0
ГП	Хлеб ржаной	40	1,47	0,3	13,44	60,0	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	17,92	80,0
ГП	Хлеб пшеничный	40	4,8	0,9	22,74	124,8	ГП	Хлеб пшеничный	40	6,4	0,12	32,08	166,4
	<b>Итого:</b>		<b>19,15</b>	<b>14,24</b>	<b>79,5</b>	<b>870,95</b>		<b>Итого:</b>		<b>26,94</b>	<b>18,11</b>	<b>104,08</b>	<b>764,22</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>42,86</b>	<b>34,33</b>	<b>180,77</b>	<b>1570,44</b>		<b>Всего:</b>		<b>53,45</b>	<b>39,58</b>	<b>222,0</b>	<b>1555,12</b>

**День №9**

№ ТК	Наименование блюд	Выход гр.	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн. (ккал)	№ ТК	Наименование блюд	Выход гр.	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн. (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
<b>Дети 7-11 лет</b>						<b>Дети 12 лет и старше</b>							
<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>							
<b>302</b>	Каша рассыпчатая гречневая	150	7,51	6,28	40,72	249,6	<b>302</b>	Каша рассыпчатая гречневая	180	9,02	7,54	48,87	299,52
<b>П/Ф</b>	Тефтели	100	12,58	13,58	9,58	228,0	<b>П/Ф</b>	Тефтели	100	12,58	13,58	9,58	228,0
<b>ГП</b>	Сок	200	1,04	-	34,0	140,2	<b>ГП</b>	Сок	200	1,04	-	34,0	140,2
<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,03	8,02	41,6	<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,05	12,03	62,4
<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	60,0	<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	17,92	80,0
	<b>Итого:</b>		<b>27,11</b>	<b>9,83</b>	<b>110,77</b>	<b>641,2</b>		<b>Итого:</b>		<b>30,2</b>	<b>10,15</b>	<b>131,47</b>	<b>740,0</b>
<b>ОБЕД</b>						<b>Обед</b>							
<b>87</b>	Щи из свежей капусты с курицей	200	1,38	3,94	6,68	67,8	<b>87</b>	Щи из свежей капусты с курицей	250	1,38	3,94	6,68	67,8
<b>303</b>	Каша вязкая перловая	150	3,6	4,75	39,3	214,35	<b>303</b>	Каша вязкая перловая	180	4,32	5,7	47,16	257,22
<b>260</b>	Гуляш из говядины	100	15,1	6,4	3,3	131,0	<b>264</b>	Гуляш из говядины	100	15,1	6,4	3,3	131,0
<b>376</b>	Чай с сахаром	200	0,1	-	15,04	62,0	<b>376</b>	Чай с сахаром	200	0,1	-	15,0	60,0
<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	40	1,47	0,3	13,44	60,0	<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	17,92	80,0
<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	40	4,8	0,9	22,74	124,8	<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	40	6,4	0,12	32,08	166,4
	<b>Итого:</b>		<b>36,83</b>	<b>23,89</b>	<b>109,06</b>	<b>807,95</b>		<b>Итого:</b>		<b>41,05</b>	<b>25,24</b>	<b>135,33</b>	<b>756,62</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>63,94</b>	<b>33,72</b>	<b>219,83</b>	<b>1449,15</b>		<b>Всего:</b>		<b>71,25</b>	<b>35,39</b>	<b>266,8</b>	<b>1496,62</b>

**День №10**

№ ТК	Наименование блюд	Выход гр.	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн. (ккал)	№ ТК	Наименование блюд	Выход гр.	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн. (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
<b>Дети 7-11 лет</b>						<b>Дети 12 лет и старше</b>							
<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>							
<b>259</b>	Жаркое по домашнему	180	14,66	6,68	18,0	191,14	<b>259</b>	Жаркое по домашнему	200	17,58	8,02	21,6	229,37
<b>76</b>	Сельдь с луком	60	6,12	7,92	2,76	106,8	<b>76</b>	Сельдь с зеленым горошком	60	6,12	7,92	2,76	106,8
<b>382</b>	Какао с молоком	200	3,76	3,2	26,74	150,8	<b>382</b>	Какао с молоком	200	3,76	3,2	26,74	150,8
<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	30	0,98	0,2	8,95	40,0	<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	60,0
<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,03	8,02	41,6	<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,05	12,03	62,4
	<b>Итого:</b>		<b>27,12</b>	<b>18,03</b>	<b>64,47</b>	<b>530,34</b>		<b>Итого:</b>		<b>31,33</b>	<b>19,49</b>	<b>76,57</b>	<b>609,37</b>
<b>ОБЕД</b>						<b>Обед</b>							
<b>94</b>	Рассольник с курицей	200	1,3	4,04	13,2	94,4	<b>94</b>	Рассольник	250	1,62	5,05	16,5	118,0
<b>291</b>	Плов из птицы	180	14,9	19,0	24,1	327,0	<b>291</b>	Плов из птицы	180	17,88	22,8	28,92	392,4
<b>350</b>	Кисель	200	0,2	-	29,74	119,8	<b>350</b>	Кисель	200	0,2	-	29,74	119,8
<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	40	1,47	0,3	13,44	60,0	<b>ГП</b>	Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	17,92	80,0
<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	40	4,8	0,9	22,74	124,8	<b>ГП</b>	Хлеб пшеничный	40	6,4	0,12	32,08	166,4
	<b>Итого:</b>		<b>28,88</b>	<b>12,02</b>	<b>123,64</b>	<b>812,6</b>		<b>Итого:</b>		<b>32,8</b>	<b>23,61</b>	<b>148,91</b>	<b>947,72</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>56,0</b>	<b>30,05</b>	<b>188,11</b>	<b>1342,94</b>		<b>Всего:</b>		<b>64,13</b>	<b>43,1</b>	<b>225,48</b>	<b>1557,09</b>