Утверждаю:

Директор МОУ Удимская №2 СОШ:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ П.Н.Селяков

«\_\_1\_\_» января\_ 2017 г.

**10 – ти дневное меню горячего питания**

**для учащихся группы продленного дня**

Муниципальное общеобразовательное учреждение

«Удимская №2 средняя общеобразовательная школа»

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| День | № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энерге- тическая ценность (ккал) |
| Б | Ж | У |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **День 1** | **Завтрак** | | | | | | |
| 304 | Каша рисовая | 200/10 | 5,0 | 7,6 | 30,9 | 207,3 |
| 1 | Хлеб с маслом | 40/10 | 0,3 | 8,4 | 1,4 | 81,6 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/20 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| **Обед** | | | | | | |
| 46 | Суп гороховый | 200/14,5 | 10,2 | 8,4 | 14,2 | 167,0 |
| 268 | Котлета мясная | 50/5 | 7,6 | 9,2 | 0,7 | 11,4 |
| 312 | Картофельное пюре | 100 | 3,2 | 5,1 | 20 | 134,8 |
| 12 | Компот из изюма | 200 | 0,5 | 0,1 | 30,2 | 122,4 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Полдник** | | | | | | |
| 410 | Ватрушка со сметаной | 75 | 6,1 | 2,7 | 36,8 | 191,9 |
| **День 2** | **Завтрак** | | | | | | |
| 174 | Каша ячневая | 200/10 | 5,3 | 8,5 | 27,3 | 201,0 |
| 3 | Хлеб с сыром | 40/15 | 4,0 | 4,4 | 4,7 | 72,9 |
| 73 | Какао с молоком | 200/10 | 4,0 | 4,2 | 19,5 | 128,8 |
| **Обед** | | | | | | |
| 48 | Борщ из свежей капусты со сметаной | 200/12,5/5 | 6,6 | 10,1 | 13,5 | 166,5 |
| 260 | Гуляш из говядины | 50/50 | 14,6 | 15,6 | 3,1 | 203,1 |
| 304 | Рис отварной | 100 | 2,4 | 4,1 | 24,2 | 139,6 |
| 13 | Компот из сухофруктов | 200 | 0 | 0 | 21,8 | 86,2 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Полдник** | | | | | | |
|  | Печенье | 1 шт. |  |  |  |  |
| **День 3** |  | **Завтрак** | | | | | |
| 32 | Каша геркулесовая | 200/10 | 10,2 | 13,0 | 35,8 | 292,5 |
| 1 | Хлеб с маслом | 40/10 | 0,3 | 8,4 | 1,4 | 81,6 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/20 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| **Обед** | | | | | | |
| 26 | Суп из овощей | 200/12,5/5 | 9,0 | 10,1 | 10,2 | 162,8 |
| 5 | Биточки рыбные | 50/5 | 11,36 | 6,58 | 11,01 | 145,89 |
| 325 | Рожки отварные | 100 | 5,5 | 0,7 | 33,7 | 159,8 |
| 15 | Напиток из кураги | 200 | 0,1 | 0 | 15,1 | 60,1 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Полдник** | | | | | | |
|  | Пряник | 1 шт. |  |  |  |  |
| **День 4** | **Завтрак** | | | | | | |
| 43 | Каша пшенная | 200/10 | 5,8 | 10,8 | 14,7 | 173,7 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/20 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| 3 | Хлеб с сыром | 40/15 | 4,0 | 4,4 | 4,7 | 72,9 |
| **Обед** | | | | | | |
| 47 | Рассольник «Ленинградский» | 200/12,5/5 | 9,2 | 10,3 | 15,4 | 185,3 |
| 223 | Запеканка творожная со сгущенным молоком | 200/15 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| 16 | Компот из апельсинов | 200 | 0,5 | 01, | 25,5 | 105,6 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Полдник** | | | | | | |
| 324 | Сдоба обыкновенная | 60 | 4,9 | 4,0 | 32,4 | 179,8 |
| **День 5** | **Завтрак** | | | | | | |
| 214 | Омлет | 130 | 10,8 | 20,0 | 2,3 | 222,3 |
| 1 | Хлеб с маслом | 40/10 | 0,3 | 8,4 | 1,4 | 81,6 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/20 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| **Обед** | | | | | | |
| 56 | Суп молочный с крупой | 200 | 4,4 | 5,6 | 18,2 | 136,8 |
| 243 | Колбаса отварная | 50/50 | 6,1 | 6,5 | 0 | 82,4 |
| 312 | Картофельное пюре | 100 | 3,2 | 5,1 | 20 | 134,8 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/20 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Полдник** | | | | | | |
| 8 | Апельсин | 100 | 0,9 | 0,2 | 7,7 | 40,7 |
| **День 6** | **Завтрак** | | | | | | |
| 38 | Каша манная | 200/10 | 5,3 | 8,5 | 27,3 | 201,0 |
| 73 | Какао с молоком | 200/10 | 4,0 | 4,2 | 19,5 | 128,8 |
| 3 | Хлеб с сыром | 40/15 | 4,0 | 4,4 | 4,7 | 72,9 |
| **Обед** | | | | | | |
| 46 | Суп гороховый | 200/14,5 | 10,2 | 8,4 | 14,2 | 167,0 |
| 265 | Плов из говядины | 100 | 15,9 | 16,5 | 21,5 | 287,40 |
| 13 | Компот из сухофруктов | 200 | 0 | 0 | 21,8 | 86,2 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Полдник** | | | | | | |
| 1 | Яблоко | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| **День 7** |  | Завтрак |  |  |  |  |  |
| 183 | Каша гречневая | 200/10 | 6,6 | 7,3 | 24,2 | 183,3 |
| 1 | Хлеб с маслом | 40/10 | 0,3 | 8,4 | 1,4 | 81,6 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/20 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| **Обед** | | | | | | |
| 50 | Щи из свежей капусты со сметаной | 200/12,5/5 | 6,1 | 8,2 | 9,1 | 130,8 |
| 226 | Рыба припущенная | 50/75 | 10,3 | 0,3 | 0,4 | 43,2 |
| 32 | Картофель отварной | 100 | 2,9 | 5,1 | 22,1 | 142,2 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/20 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Полдник** | | | | | | |
| 9 | Груша | 100 | 0,4 | 0,3 | 9,6 | 43,3 |
| **День 8** | **Завтрак** | | | | | | |
| 223 | Запеканка творожная со сгущенным молоком | 200/15 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/20 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| 3 | Хлеб с сыром | 40/15 | 4,0 | 4,4 | 4,7 | 72,9 |
| **Обед** | | | | | | |
| 81 | Щи по «Уральски» с крупой | 200/12,5/5 | 8,9 | 10,3 | 6,3 | 149,7 |
| 268 | Котлета мясная | 50/5 | 7,6 | 9,2 | 0,7 | 11,4 |
| 325 | Рожки отварные | 100 | 5,5 | 0,7 | 33,7 | 159,8 |
| 412 | Компот из яблок | 200 | 0,5 | 0,1 | 25,5 | 105,6 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Полдник** | | | | | | |
|  | Печенье | 1 шт. |  |  |  |  |
| **День 9** | **Завтрак** | | | | | | |
| 174 | Каша ячневая | 200/10 | 5,3 | 8,5 | 27,3 | 201,0 |
| 1 | Хлеб с маслом | 40/10 | 0,3 | 8,4 | 1,4 | 81,6 |
| 73 | Какао с молоком | 200/10 | 4,0 | 4,2 | 19,5 | 128,8 |
| **Обед** | | | | | | |
| 48 | Борщ из свежей капусты со сметаной | 200/12,5/5 | 6,6 | 10,1 | 13,5 | 166,5 |
| 255 | Печень по «Строгановски» | 50/50 | 15,1 | 9,8 | 0 | 159,3 |
| 14 | Греча отварная | 100 | 4,9 | 4,4 | 29,8 | 174,9 |
| 12 | Компот из изюма | 200 | 0,5 | 0,1 | 30,2 | 122,4 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Полдник** | | | | | | |
| 1 | Яблоко | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| **День 10** | **Завтрак** | | | | | | |
| 174 | Каша «Дружба» | 200\10 | 4,5 | 7,2 | 18,8 | 153,6 |
| 3 | Хлеб с сыром | 40/15 | 4,0 | 4,4 | 4,7 | 72,9 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/20 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| **Обед** | | | | | | |
| 28 | Суп геркулесовый со сметаной | 200/12,5/5 | 5,5 | 5,7 | 200 | 149,0 |
| 81 | Голубцы ленивые с соусом сметанным | 50/50 | 9,5 | 10,3 | 10,3 | 170,6 |
| 312 | Картофельное пюре | 100 | 3,2 | 5,1 | 20 | 134,8 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/20 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Полдник** | | | | | | |
| 8 | Апельсин | 100 | 0,9 | 0,2 | 7,7 | 40,7 |

Зав.столовой: О.И.Гопенко

Утверждаю:

Директор МОУ Удимская №2 СОШ:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ П.Н.Селяков

«\_\_1\_\_» января\_ 2017 г.

**10 – ти дневное меню горячего питания**

**для 7-11 и 12-18 лет**

Муниципальное общеобразовательное учреждение

«Удимская №2 средняя общеобразовательная школа»

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| День  День 1  День 2  День 3  День 4  День 5  День 6  День 7  День 8  День 9  День 10 | № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции  **7-11/12-18** | Пищевые вещества (г) | | | Энерге- тическая ценность (ккал) |
| Б | Ж | У |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **Обед** | | | | | | |
| 46 | Суп гороховый | 250/14,5 | 10,2 | 8,4 | 14,2 | 167,0 |
| 268 | Котлета мясная | 75 | 7,6 | 9,2 | 0,7 | 11,4 |
| 312 | Картофельное пюре | 150 | 3,2 | 5,1 | 20 | 134,8 |
| 12 | Компот из изюма | 200 | 0,5 | 0,1 | 30,2 | 122,4 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Обед** | | | | | | |
| 48 | Борщ из свежей капусты со сметаной | 250/12,5/5 | 6,6 | 10,1 | 13,5 | 166,5 |
| 260 | Гуляш из говядины | 75/50 | 14,6 | 15,6 | 3,1 | 203,1 |
| 304 | Рис отварной | 150 | 2,4 | 4,1 | 24,2 | 139,6 |
| 13 | Компот из сухофруктов | 200 | 0 | 0 | 21,8 | 86,2 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Обед** | | | | | | |
| 26 | Суп из овощей | 250/12,5/5 | 9,0 | 10,1 | 10,2 | 162,8 |
| 5 | Биточки рыбные | 75/5 | 11,36 | 6,58 | 11,01 | 145,89 |
| 325 | Рожки отварные | 150 | 5,5 | 0,7 | 33,7 | 159,8 |
| 15 | Напиток из кураги | 200 | 0,1 | 0 | 15,1 | 60,1 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| 324 | Сдоба обыкновенная | 60 | 4,9 | 4,0 | 32,4 | 179,8 |
| **Обед** | | | | | | |
| 47 | Рассольник «Ленинградский» | 250/12,5/5 | 9,2 | 10,3 | 15,4 | 185,3 |
| 223 | Запеканка творожная со сгущенным молоком | 250/15 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| 16 | Компот из апельсинов | 200 | 0,5 | 01, | 25,5 | 105,6 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Обед** | | | | | | |
| 56 | Суп молочный с крупой | 250 | 4,4 | 5,6 | 18,2 | 136,8 |
| 243 | Колбаса отварная | 50/50 | 6,1 | 6,5 | 0 | 82,4 |
| 312 | Картофельное пюре | 150 | 3,2 | 5,1 | 20 | 134,8 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/20 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Обед** | | | | | | |
| 46 | Суп гороховый | 250/14,5 | 10,2 | 8,4 | 14,2 | 167,0 |
| 265 | Плов из говядины | 150 | 15,9 | 16,5 | 21,5 | 287,40 |
| 13 | Компот из сухофруктов | 200 | 0 | 0 | 21,8 | 86,2 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Обед** | | | | | | |
| 50 | Щи из свежей капусты со сметаной | 250/12,5/5 | 6,1 | 8,2 | 9,1 | 130,8 |
| 226 | Рыба припущенная | 50/75 | 10,3 | 0,3 | 0,4 | 43,2 |
| 32 | Картофель отварной | 150 | 2,9 | 5,1 | 22,1 | 142,2 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/20 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| 410 | Ватрушка сметанная | 75 | 6,1 | 2,7 | 36,8 | 191,9 |
| **Обед** | | | | | | |
| 81 | Щи по «Уральски» с крупой | 250/12,5/5 | 8,9 | 10,3 | 6,3 | 149,7 |
| 268 | Котлета мясная | 75/5 | 7,6 | 9,2 | 0,7 | 11,4 |
| 325 | Рожки отварные | 150 | 5,5 | 0,7 | 33,7 | 159,8 |
| 412 | Компот из яблок | 200 | 0,5 | 0,1 | 25,5 | 105,6 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Обед** | | | | | | |
| 48 | Борщ из свежей капусты со сметаной | 250/12,5/5 | 6,6 | 10,1 | 13,5 | 166,5 |
| 255 | Печень по «Строгановски» | 60/50 | 15,1 | 9,8 | 0 | 159,3 |
| 14 | Греча отварная | 150 | 4,9 | 4,4 | 29,8 | 174,9 |
| 12 | Компот из изюма | 200 | 0,5 | 0,1 | 30,2 | 122,4 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Обед** | | | | | | |
| 28 | Суп геркулесовый со сметаной | 250/12,5/5 | 5,5 | 5,7 | 200 | 149,0 |
| 81 | Голубцы ленивые с соусом сметанным | 75/80 | 9,5 | 10,3 | 10,3 | 170,6 |
| 312 | Картофельное пюре | 150 | 3,2 | 5,1 | 20 | 134,8 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/20 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |

Зав.столовой: О.И.Гопенко

Утверждаю:

Директор МОУ Удимская №2 СОШ:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ П.Н.Селяков

«\_\_1\_\_» января\_ 2017 г.

**10 – ти дневное меню горячего питания**

**для учащихся с ОВЗ**

Муниципальное общеобразовательное учреждение

«Удимская №2 средняя общеобразовательная школа»

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| День | № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энерге- тическая ценность (ккал) |
| Б | Ж | У |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **День 1** | **Завтрак** | | | | | | |
| 304 | Каша рисовая | 200/10 | 5,0 | 7,6 | 30,9 | 207,3 |
| 1 | Хлеб с маслом | 40/10 | 0,3 | 8,4 | 1,4 | 81,6 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/20 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| **Обед** | | | | | | |
| 46 | Суп гороховый | 250/14,5 | 10,2 | 8,4 | 14,2 | 167,0 |
| 268 | Котлета мясная | 75/5 | 7,6 | 9,2 | 0,7 | 11,4 |
| 312 | Картофельное пюре | 150 | 3,2 | 5,1 | 20 | 134,8 |
| 12 | Компот из изюма | 200 | 0,5 | 0,1 | 30,2 | 122,4 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Полдник** | | | | | | |
| 410 | Ватрушка со сметаной | 75 | 6,1 | 2,7 | 36,8 | 191,9 |
| 8 | Апельсин | 100 | 0,9 | 0,2 | 7,7 | 40,7 |
| **День 2** | **Завтрак** | | | | | | |
| 174 | Каша ячневая | 200/10 | 5,3 | 8,5 | 27,3 | 201,0 |
| 3 | Хлеб с сыром | 40/15 | 4,0 | 4,4 | 4,7 | 72,9 |
| 73 | Какао с молоком | 200/10 | 4,0 | 4,2 | 19,5 | 128,8 |
| **Обед** | | | | | | |
| 48 | Борщ из свежей капусты со сметаной | 250/12,5/5 | 6,6 | 10,1 | 13,5 | 166,5 |
| 260 | Гуляш из говядины | 75/50 | 14,6 | 15,6 | 3,1 | 203,1 |
| 304 | Рис отварной | 150 | 2,4 | 4,1 | 24,2 | 139,6 |
| 13 | Компот из сухофруктов | 200 | 0 | 0 | 21,8 | 86,2 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| 410 | Ватрушка сметанная | 75 | 6,1 | 2,7 | 36,8 | 191,9 |
| **Полдник** | | | | | | |
|  | Печенье | 1 шт. |  |  |  |  |
| **День 3** |  | **Завтрак** | | | | | |
| 32 | Каша геркулесовая | 200/10 | 10,2 | 13,0 | 35,8 | 292,5 |
| 1 | Хлеб с маслом | 40/10 | 0,3 | 8,4 | 1,4 | 81,6 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/20 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| **Обед** | | | | | | |
| 26 | Суп из овощей | 250/12,5/5 | 9,0 | 10,1 | 10,2 | 162,8 |
| 5 | Биточки рыбные | 75/5 | 11,36 | 6,58 | 11,01 | 145,89 |
| 325 | Рожки отварные | 150 | 5,5 | 0,7 | 33,7 | 159,8 |
| 15 | Напиток из кураги | 200 | 0,1 | 0 | 15,1 | 60,1 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Полдник** | | | | | | |
| 60 | Сдоба обыкновенная | 60 | 4,9 | 4,0 | 32,4 | 179,8 |
| 1 | Яблоко | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 4,7 |
| **День 4** | **Завтрак** | | | | | | |
| 43 | Каша пшенная | 200/10 | 5,8 | 10,8 | 14,7 | 173,7 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/20 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| 3 | Хлеб с сыром | 40/15 | 4,0 | 4,4 | 4,7 | 72,9 |
| **Обед** | | | | | | |
| 47 | Рассольник «Ленинградский» | 250/12,5/5 | 9,2 | 10,3 | 15,4 | 185,3 |
| 223 | Запеканка творожная со сгущенным молоком | 180/15 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| 16 | Компот из апельсинов | 200 | 0,5 | 01, | 25,5 | 105,6 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Полдник** | | | | | | |
| 4 | Мандарин | 100 | 0,6 | 0,1 | 4,9 | 24,8 |
| **День 5** | **Завтрак** | | | | | | |
| 214 | Омлет | 130 | 10,8 | 20,0 | 2,3 | 222,3 |
| 1 | Хлеб с маслом | 40/10 | 0,3 | 8,4 | 1,4 | 81,6 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/20 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| **Обед** | | | | | | |
| 56 | Суп молочный с крупой | 250 | 4,4 | 5,6 | 18,2 | 136,8 |
| 243 | Колбаса отварная | 50/50 | 6,1 | 6,5 | 0 | 82,4 |
| 312 | Картофельное пюре | 150 | 3,2 | 5,1 | 20 | 134,8 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/20 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Полдник** | | | | | | |
|  | Пряник | 1 шт. |  |  |  |  |
| **День 6** | **Завтрак** | | | | | | |
| 38 | Каша манная | 200/10 | 5,3 | 8,5 | 27,3 | 201,0 |
| 73 | Какао с молоком | 200/10 | 4,0 | 4,2 | 19,5 | 128,8 |
| 3 | Хлеб с сыром | 40/15 | 4,0 | 4,4 | 4,7 | 72,9 |
| **Обед** | | | | | | |
| 46 | Суп гороховый | 250/14,5 | 10,2 | 8,4 | 14,2 | 167,0 |
| 265 | Плов из говядины | 150 | 15,9 | 16,5 | 21,5 | 287,40 |
| 13 | Компот из сухофруктов | 200 | 0 | 0 | 21,8 | 86,2 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Полдник** | | | | | | |
| 9 | Груша | 100 | 0,4 | 0,3 | 9,6 | 43,3 |
| **День 7** |  | Завтрак |  |  |  |  |  |
| 183 | Каша гречневая | 200/10 | 6,6 | 7,3 | 24,2 | 183,3 |
| 1 | Хлеб с маслом | 40/10 | 0,3 | 8,4 | 1,4 | 81,6 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/20 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| **Обед** | | | | | | |
| 50 | Щи из свежей капусты со сметаной | 250/12,5/5 | 6,1 | 8,2 | 9,1 | 130,8 |
| 226 | Рыба припущенная | 50/75 | 10,3 | 0,3 | 0,4 | 43,2 |
| 32 | Картофель отварной | 150 | 2,9 | 5,1 | 22,1 | 142,2 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/20 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Полдник** | | | | | | |
| 410 | Ватрушка сметанная | 75 | 6,1 | 2,7 | 36,8 | 191,9 |
| **День 8** | **Завтрак** | | | | | | |
| 223 | Запеканка творожная со сгущенным молоком | 200/15 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/20 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| 3 | Хлеб с сыром | 40/15 | 4,0 | 4,4 | 4,7 | 72,9 |
| **Обед** | | | | | | |
| 81 | Щи по «Уральски» с крупой | 250/12,5/5 | 8,9 | 10,3 | 6,3 | 149,7 |
| 268 | Котлета мясная | 75/5 | 7,6 | 9,2 | 0,7 | 11,4 |
| 325 | Рожки отварные | 150 | 5,5 | 0,7 | 33,7 | 159,8 |
| 412 | Компот из яблок | 200 | 0,5 | 0,1 | 25,5 | 105,6 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Полдник** | | | | | | |
| 1 | Яблоко | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| **День 9** | **Завтрак** | | | | | | |
| 174 | Каша ячневая | 200/10 | 5,3 | 8,5 | 27,3 | 201,0 |
| 1 | Хлеб с маслом | 40/10 | 0,3 | 8,4 | 1,4 | 81,6 |
| 73 | Какао с молоком | 200/10 | 4,0 | 4,2 | 19,5 | 128,8 |
| **Обед** | | | | | | |
| 48 | Борщ из свежей капусты со сметаной | 250/12,5/5 | 6,6 | 10,1 | 13,5 | 166,5 |
| 255 | Печень по «Строгановски» | 60/50 | 15,1 | 9,8 | 0 | 159,3 |
| 14 | Греча отварная | 150 | 4,9 | 4,4 | 29,8 | 174,9 |
| 12 | Компот из изюма | 200 | 0,5 | 0,1 | 30,2 | 122,4 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Полдник** | | | | | | |
| 324 | Сдоба обыкновенная | 60 | 4,9 | 4,0 | 32,4 | 179,8 |
| **День 10** | **Завтрак** | | | | | | |
| 174 | Каша «Дружба» | 200\10 | 4,5 | 7,2 | 18,8 | 153,6 |
| 3 | Хлеб с сыром | 40/15 | 4,0 | 4,4 | 4,7 | 72,9 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/20 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| **Обед** | | | | | | |
| 28 | Суп геркулесовый со сметаной | 250/12,5/5 | 5,5 | 5,7 | 200 | 149,0 |
| 81 | Голубцы ленивые с соусом сметанным | 75/80 | 9,5 | 10,3 | 10,3 | 170,6 |
| 312 | Картофельное пюре | 150 | 3,2 | 5,1 | 20 | 134,8 |
| 376 | Чай с сахаром | 200/20 | 0,1 | 0 | 14,0 | 55,3 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 0,5 | 0,2 | 3,1 | 16,2 |
| 2 | Хлеб дарницкий | 40 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,8 |
| **Полдник** | | | | | | |
| 8 | Апельсин | 100 | 0,9 | 0,2 | 7,7 | 40,7 |

Зав.столовой: О.И.Гопенко