

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МАОУ "Путятинская СОШ»* | | |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | О.Н. Допадликова | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **7-11** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 1** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ | | | | 60 | | 0,6 | 1,7 | | 2,3 | 27,5 | | |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | | | | 29,1 | 28,8 |  | | | | | | |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ | | | | 23,47 | 23 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 8,6 | 7,2 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 1,6 | 1,6 |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ | | | | 90 | | 10,5 | 10,7 | | 13,3 | 205,3 | | |
| РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ | | | | 118,8 | 59,4 |  | | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | | | | 16,2 | 16,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 23,4 | 23,4 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | | | | 9 | 9 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 3,2 | 3,2 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | | 0,5 | 0,5 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ | | | | 150 | | 3,6 | 8,6 | | 22,5 | 140,3 | | |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | | | | 213,8 | 171 |  | | | | | | |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | | | | 1,4 | 1,4 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 43,7 | 43,7 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 2,5 | 2,5 |
| ТОМАТНОЕ ПЮРЕ | | | | 9 | 9 |
| МОРКОВЬ | | | | 5 | 3,8 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 7,1 | 6 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | | | | 1,5 | 1,5 |
| САХАР ПЕСОК | | | | 2 | 2 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 200 | | 1,0 | 0,2 | | 19,6 | 89,2 | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 200 | 200 |  | | | | | | |
| МАНДАРИН | | | | 100 | |
| МАНДАРИН | | | | 135 | 99,9 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 20 | | 1,3 | 0,2 | | 8,5 | 40,8 | | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 20 | 20 |  | | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 20 | | 1,5 | 0,1 | | 9,7 | 45,9 | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | | | | 20 | 20 |  | | | | | | |
|  | | | | | | **19,3** | **21,7** | | **83,4** | **587,0** | | |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | | | **19,3** | **21,7** | | **83,4** | **587,0** | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МАОУ "Путятинская СОШ»* | | |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | О.Н. Допадликова | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **7-11** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 2** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ | | | | 60 | | 0,7 | 2,1 | | 6,8 | 49,0 | | |
| СВЕКЛА | | | | 54,8 | 41,1 |  | | | | | | |
| ЯБЛОКИ | | | | 21,4 | 15 |
| САХАР ПЕСОК | | | | 1,8 | 1,8 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 2 | 2 |
| БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ | | | | 90 | | 10,7 | 5,9 | | 13,0 | 175,9 | | |
| ГОВЯДИНА МЯСОКОСТНАЯ | | | | 94,04 | 66,3 |  | | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | | | | 14,8 | 14,8 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ | | | | 19,7 | 19,7 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | | | | 8,2 | 8,2 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 2,6 | 2,6 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 3 | 3 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | | | | 150 | | 0 | 5,4 | | 20,1 | 109,3 | | |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ (ЯДРИЦА) | | | | 69 | 69 |  | | | | | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 102 | 102 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 6,8 | 6,8 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | | 0,5 | 0,5 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 5,1 | 5,0 | | 24,9 | 166,1 | | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | | | | 6 | 6 |  | | | | | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 40 | 40 |
| САХАР ПЕСОК | | | | 15 | 15 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ | | | | 160 | 160 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 20 | | 1,3 | 0,2 | | 8,5 | 40,8 | | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 20 | 20 |  | | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 20 | | 1,5 | 0,1 | | 9,7 | 45,9 | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | | | | 20 | 20 |  | | | | | | |
|  | | | | | | **19,3** | **18,7** | | **83,0** | **587,0** | | |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | | | **19,3** | **18,7** | | **83,0** | **587,0** | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МАОУ "Путятинская СОШ»* | | |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | О.Н. Допадликова | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **7-11** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 3** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО | | | | 60 | | 0,5 | 0,1 | | 1,5 | 8,4 | | |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ | | | | 64,3 | 59,8 |  | | | | | | |
| БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ | | | | 90 | | 12,6 | 12,4 | | 2,4 | 296,0 | | |
| ГОВЯДИНА МЯСОКОСТНАЯ | | | | 152,62 | 107,6 |  | | | | | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ | | | | 8,5 | 8,5 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 8,5 | 8,5 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | | 0,8 | 0,8 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | | | | 150 | | 3,2 | 8,0 | | 41,0 | 153,3 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 171,54 | 111,5 |  | | | | | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ | | | | 35,5 | 35,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 6,8 | 6,8 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 200 | | 0,3 | 0 | | 10,3 | 42,3 | | |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | | | | 1,5 | 1,5 |  | | | | | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 55,2 | 55,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 135 | 135 |
| САХАР ПЕСОК | | | | 10 | 10 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 20 | | 1,3 | 0,2 | | 8,5 | 40,8 | | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 20 | 20 |  | | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 20 | | 1,5 | 0,1 | | 9,7 | 45,9 | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | | | | 20 | 20 |  | | | | | | |
|  | | | | | | **19,4** | **20,8** | | **73,4** | **586,7** | | |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | | | **19,4** | **20,8** | | **73,4** | **586,7** | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МАОУ "Путятинская СОШ»* | | |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | О.Н. Допадликова | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **7-11** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 4** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ПОМИДОРАМИ | | | | 60 | | 0,9 | 3,2 | | 6,6 | 59,5 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 46,3 | 37 |  | | | | | | |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | | | | 20,6 | 20,4 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 3 | 3 |
| КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ | | | | 90 | | 12,6 | 4,2 | | 7,6 | 179,0 | | |
| ГОВЯДИНА МЯСОКОСТНАЯ | | | | 110,2 | 77,7 |  | | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | | | | 8,1 | 8,1 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ | | | | 36,9 | 36,9 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 2,7 | 2,7 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | | 0,5 | 0,5 |
| РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ | | | | 150 | | 2,6 | 9,7 | | 32,6 | 164,3 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 101,17 | 60,7 |  | | | | | | |
| МОРКОВЬ | | | | 18,53 | 13,9 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 13,6 | 11,4 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | | | | 32 | 25,6 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 2,2 | 2,2 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | | | | 10,7 | 10,7 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | | | | 3,3 | 3,3 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 31,2 | 31,2 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | | 0,3 | 0,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 7,1 | 7,1 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | | 0 | 0 | | 9,7 | 38,7 | | |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | | | | 22,5 | 22,5 |  | | | | | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 10 | 10 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 190 | 190 |
| ПЕЧЕНЬЕ | | | | 25 | | 1,9 | 2,5 | | 18,8 | 105,1 | | |
| ПЕЧЕНЬЕ | | | | 25 | 25 |  | | | | | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 20 | | 1,3 | 0,2 | | 8,5 | 40,8 | | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 20 | 20 |  | | | | | | |
|  | | | | | | **19,3** | **19,8** | | **83,8** | **587,4** | | |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | | | **19,3** | **19,8** | | **83,8** | **587,4** | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МАОУ "Путятинская СОШ»* | | |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | О.Н. Допадликова | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **7-11** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 5** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ | | | | 60 | | 1,0 | 2,0 | | 4,9 | 42,3 | | |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | | | | 63 | 50,4 |  | | | | | | |
| МОРКОВЬ | | | | 13,33 | 10 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 2 | 2 |
| САХАР ПЕСОК | | | | 2 | 2 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | | | | 0,1 | 0,1 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 3 | 3 |
| КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ | | | | 90 | | 11,4 | 6,8 | | 18,3 | 210,0 | | |
| ГОВЯДИНА МЯСОКОСТНАЯ | | | | 99,86 | 70,4 |  | | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | | | | 23,1 | 23,1 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | | | | 9,9 | 9,9 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ | | | | 23,7 | 23,7 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 6,3 | 6,3 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ | | | | 150 | | 3,4 | 10,6 | | 0,1 | 110,3 | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ. СОРТ | | | | 44,3 | 44,3 |  | | | | | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 5,9 | 5,9 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 2 | 2 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | | | | 16,5 | 15 |
| СОК ВИШНЕВЫЙ | | | | 200 | | 1,4 | 0,4 | | 22,1 | 98,9 | | |
| СОК ВИШНЕВЫЙ | | | | 200 | 200 |  | | | | | | |
| АПЕЛЬСИН | | | | 100 | | 0,9 | 0,2 | | 7,9 | 41,7 | | |
| АПЕЛЬСИН | | | | 129,87 | 100 |  | | | | | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 20 | | 1,3 | 0,2 | | 8,5 | 40,8 | | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 20 | 20 |  | | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 20 | | 1,5 | 0,1 | | 9,7 | 45,9 | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | | | | 20 | 20 |  | | | | | | |
|  | | | | | | **20,9** | **20,3** | | **71,5** | **589,9** | | |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | | | **20,9** | **20,3** | | **71,5** | **589,9** | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  | *МАОУ "Путятинская СОШ»* |  |  |  |  | Директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | О.Н. Допадликова | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **7-11** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 6** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | | | | 150 | | 6,1 | 7,2 | | 17,6 | 180,0 | | |
| КРУПА РИСОВАЯ | | | | 23,3 | 23,1 |  | | | | | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 20 | 20 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ | | | | 160 | 160 |
| САХАР ПЕСОК | | | | 3,8 | 3,8 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 3,8 | 3,8 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | | 0,5 | 0,5 |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ | | | | 50 | | 2,5 | 0,3 | | 15,7 | 75,6 | | |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА | | | | 23,2 | 23,2 |  | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | | | | 40 | | 4,9 | 5,4 | | 9,8 | 75,2 | | |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | | | | 16,5 | 15 |  | | | | | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 5 | 5 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | | | | 20 | 20 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 5,5 | 5,7 | | 21,6 | 161,5 | | |
| КАКАО-ПОРОШОК | | | | 3 | 3 |  | | | | | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ | | | | 170 | 170 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 30 | 30 |
| САХАР ПЕСОК | | | | 14 | 14 |
| ГРУША СВЕЖАЯ | | | | 100 | | 0,4 | 0,3 | | 10,3 | 47,0 | | |
| ГРУША | | | | 111,11 | 100 |  | | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 20 | | 1,5 | 0,1 | | 9,7 | 45,9 | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | | | | 20 | 20 |  | | | | | | |
|  | | | | | | **20,9** | **19,0** | | **84,7** | **585,2** | | |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | | | **20,9** | **19,0** | | **84,7** | **585,2** | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МАОУ "Путятинская СОШ»* | | |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | О.Н. Допадликова | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **7-11** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 7** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (ОГУРЕЦ, ЯБЛОКО, МОРКОВЬ, ТОМАТЫ) | | | | 60 | | 0,5 | 3,7 | | 3,2 | 49,2 | | |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ | | | | 18,8 | 15 |  | | | | | | |
| ЛИМОН | | | | 1 | 0,6 |
| ЯБЛОКИ | | | | 20,6 | 14,4 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 3,6 | 3,6 |
| МОРКОВЬ | | | | 16 | 12 |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | | | | 17,6 | 15 |
| БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ | | | | 90 | | 10,7 | 5,9 | | 13,0 | 175,9 | | |
| ГОВЯДИНА МЯСОКОСТНАЯ | | | | 94,04 | 66,3 |  | | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | | | | 14,8 | 14,8 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ | | | | 19,7 | 19,7 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | | | | 8,2 | 8,2 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 2,6 | 2,6 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 3 | 3 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | | | | 150 | | 3,2 | 8,0 | | 41,0 | 153,3 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 171,54 | 111,5 |  | | | | | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ | | | | 35,5 | 35,5 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 6,8 | 6,8 |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ | | | | 200 | | 0,6 | 0 | | 33,0 | 136,0 | | |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ | | | | 200 | 200 |  | | | | | | |
| АПЕЛЬСИН | | | | 100 | | 0,9 | 0,2 | | 7,9 | 41,7 | | |
| АПЕЛЬСИН | | | | 129,87 | 100 |  | | | | | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 20 | | 1,3 | 0,2 | | 8,5 | 40,8 | | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 20 | 20 |  | | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 20 | | 1,5 | 0,1 | | 9,7 | 45,9 | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | | | | 20 | 20 |  | | | | | | |
|  | | | | | | **18,7** | **18,1** | | **116,3** | **642,8** | | |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | | | **18,7** | **18,1** | | **116,3** | **642,8** | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МАОУ "Путятинская СОШ»* | | |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | О.Н. Допадликова | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **7-11** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 8** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ | | | | 60 | | 0,6 | 1,7 | | 2,3 | 27,5 | | |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | | | | 29,1 | 28,8 |  | | | | | | |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ | | | | 23,47 | 23 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 8,6 | 7,2 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 1,6 | 1,6 |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ | | | | 90 | | 10,5 | 10,7 | | 13,3 | 205,3 | | |
| РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ | | | | 118,8 | 59,4 |  | | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | | | | 16,2 | 16,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 23,4 | 23,4 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | | | | 9 | 9 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 3,2 | 3,2 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | | 0,5 | 0,5 |
| СЛОЖНЫЙ ГАРНИР (КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С КАПУСТОЙ ТУШЕНОЙ) | | | | 150 | | 3,5 | 5,9 | | 18,1 | 140,1 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 96,92 | 63 |  | | | | | | |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ | | | | 24 | 24 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 3 | 3 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | | | | 78,75 | 63 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 3 | 3 |
| МОРКОВЬ | | | | 4 | 3 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 5,36 | 4,5 |
| ТОМАТНОЕ ПЮРЕ | | | | 6 | 6 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | | | | 0,9 | 0,9 |
| САХАР ПЕСОК | | | | 2,3 | 2,3 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | | 0,5 | 0,5 |
| КИСЕЛЬ | | | | 180 | | 0 | 0 | | 26,4 | 105,4 | | |
| КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР. | | | | 21,6 | 21,6 |  | | | | | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 10 | 10 |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | | | | 0,2 | 0,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 171 | 171 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 20 | | 1,3 | 0,2 | | 8,5 | 40,8 | | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 20 | 20 |  | | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 20 | | 1,5 | 0,1 | | 9,7 | 45,9 | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | | | | 20 | 20 |  | | | | | | |
|  | | | | | | **17,4** | **18,6** | | **78,3** | **565,0** | | |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | | | **17,4** | **18,6** | | **78,3** | **565,0** | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МАОУ "Путятинская СОШ»* | | |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | О.Н. Допадликова | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **7-11** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 9** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК | | | | 60 | | 0,5 | 2,1 | | 4,7 | 41,3 | | |
| МОРКОВЬ | | | | 43,73 | 32,8 |  | | | | | | |
| ЯБЛОКИ | | | | 30,45 | 26,8 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 2 | 2 |
| КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ | | | | 90 | | 12,6 | 4,2 | | 7,6 | 179,0 | | |
| ГОВЯДИНА МЯСОКОСТНАЯ | | | | 110,2 | 77,7 |  | | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | | | | 8,1 | 8,1 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ | | | | 36,9 | 36,9 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 2,7 | 2,7 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | | 0,5 | 0,5 |
| РИС С ОВОЩАМИ | | | | 150 | | 2,1 | 10,4 | | 18,5 | 175,3 | | |
| КРУПА РИСОВАЯ | | | | 33,84 | 33,5 |  | | | | | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 93 | 93 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 6,2 | 6,2 |
| МОРКОВЬ | | | | 40 | 30 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 35,71 | 30 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | | 0,5 | 0,5 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | | 0 | 0 | | 9,7 | 38,7 | | |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | | | | 22,5 | 22,5 |  | | | | | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | 10 | 10 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 190 | 190 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 20 | | 1,3 | 0,2 | | 8,5 | 40,8 | | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 20 | 20 |  | | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 20 | | 1,5 | 0,1 | | 9,7 | 45,9 | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | | | | 20 | 20 |  | | | | | | |
|  | | | | | | **18,0** | **17,0** | | **58,7** | **521,0** | | |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | | | **18,0** | **17,0** | | **58,7** | **521,0** | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МАОУ "Путятинская СОШ»* | | |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | О.Н. Допадликова | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **7-11** | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 10** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ | | | | 60 | | 1,0 | 2,6 | | 7,8 | 58,9 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 57 | 45,6 |  | | | | | | |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ | | | | 11,3 | 9 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 5,71 | 4,8 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 2,4 | 2,4 |
| КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ | | | | 90 | | 11,4 | 6,8 | | 18,3 | 210,0 | | |
| ГОВЯДИНА МЯСОКОСТНАЯ | | | | 99,86 | 70,4 |  | | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | | | | 23,1 | 23,1 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | | | | 9,9 | 9,9 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ | | | | 23,7 | 23,7 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 6,3 | 6,3 |
| РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ | | | | 150 | | 2,6 | 9,7 | | 32,6 | 164,3 | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | 101,17 | 60,7 |  | | | | | | |
| МОРКОВЬ | | | | 18,53 | 13,9 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | 13,6 | 11,4 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | | | | 32 | 25,6 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | 2,2 | 2,2 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | | | | 10,7 | 10,7 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | | | | 3,3 | 3,3 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 31,1 | 31,1 |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | | 0,3 | 0,3 |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | 7,1 | 7,1 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 200 | | 0,3 | 0 | | 10,3 | 42,3 | | |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ | | | | 1,5 | 1,5 |  | | | | | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 55,2 | 55,2 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | 135 | 135 |
| САХАР ПЕСОК | | | | 10 | 10 |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | | | | 100 | | 0,4 | 0,4 | | 9,8 | 47,0 | | |
| ЯБЛОКИ | | | | 113,64 | 100 |  | | | | | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 20 | | 1,3 | 0,2 | | 8,5 | 40,8 | | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | | | 20 | 20 |  | | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 20 | | 1,5 | 0,1 | | 9,7 | 45,9 | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ | | | | 20 | 20 |  | | | | | | |
|  | | | | | | **18,5** | **19,8** | | **97,0** | **609,2** | | |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | | | **18,5** | **19,8** | | **97,0** | **609,2** | | |

.