# Меню 1-4 классов (завтрак, обед)

**Десятидневное меню 1-4 классов**

приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

| № п/п | Наименование | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | Витамины | | | | Минеральные вещества | | | | | | № ТК сборника | Сборник |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | В 1, мг | С, мг | А, мкг | Е мг, ток. экв. | Са, мг | Р, мг | Mg, мг | Fe, мг | В2, мг | I, мкг | | |
| | | г | г | г | г | ккал | | | | | | | | | | | | |
| | **День 1 (понедельник)** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Сардельки, колбаски (сосиски) отварные | 49 | 5.4 | 11.7 | 0.2 | 127.7 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 17.2 | 77.9 | 9.8 | 0.9 | 0.1 | 3.4 | #REF! | #REF! |
| 2 | Изделия макаронные отварные | 160 | 6.2 | 4.7 | 39.5 | 225.1 | 0.1 | 0.0 | 14.4 | 0.9 | 23.0 | 52.0 | 9.7 | 1.0 | 0.0 | 1.3 | #REF! | #REF! |
| 3 | Кофейный напиток злаковый на молоке | 200 | 3.8 | 3.4 | 19.5 | 123.7 | 2.4 | 0.6 | 15.0 | 0.0 | 141.3 | 114.8 | 30.0 | 1.7 | 0.1 | 17.0 | #REF! | #REF! |
| 4 | Сыр (порциями) | 10 | 2.3 | 3.0 | 0.0 | 35.8 | 0.0 | 0.1 | 26.0 | 0.1 | 22.0 | 54.0 | 3.5 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | #REF! | #REF! |
| 5 | Хлеб из муки пшеничной | 20 | 1.5 | 0.6 | 10.3 | 52.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 4.7 | 16.8 | 2.6 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 18 | #REF! |
| | **Итого:** | | **19.2** | **23.3** | **69.5** | **564.6** | **2.6** | **0.7** | **55.4** | **1.5** | **208.1** | **315.6** | **55.6** | **4.0** | **0.3** | **21.7** | | |
| | | | | | | **24.0** | | | | | | | | | | | | |
| | **День 1 (понедельник)** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Икра кабачковая | 60 | 0.846 | 0.047 | 2.209 | 13.16 | 0.0 | 21.2 | 0.0 | 0.0 | 22.6 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 2 | Суп картофельный с бобовыми (горох) на | 200 | 4.618 | 4.5596 | 18.1342 | 132.358 | 0.2 | 12.2 | 201.9 | 0.2 | 29.5 | 94.9 | 34.6 | 1.7 | 0.1 | 4.3 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 3 | Котлета рубленная из кур | 80 | 21.32 | 25.926 | 16.705 | 387.6 | 0.2 | 2.1 | 40.0 | 0.8 | 49.9 | 238.2 | 33.7 | 2.2 | 0.5 | 5.4 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 4 | Рагу овощное | 150 | 5.468 | 2.646 | 27.819 | 159.07 | 0.2 | 84.1 | 419.8 | 0.4 | 88.9 | 133.3 | 58.9 | 2.2 | 0.2 | 10.9 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 5 | Компот из свежих плодов | 200 | 0.18 | 0.18 | 14.39 | 61.05 | 0.0 | 4.5 | 2.3 | 0.1 | 7.5 | 5.0 | 4.1 | 1.0 | 0.0 | 0.9 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 6 | Хлеб из муки пшеничной | 20 | 1.5 | 0.58 | 10.28 | 52.4 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 3.8 | 13.0 | 2.6 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 7 | Хлеб ржаной | 40 | 3.08 | 0.56 | 15.08 | 80.4 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.9 | 13.2 | 77.6 | 22.8 | 1.8 | 0.0 | 1.3 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| | **Итого:** | | **37.0** | **34.5** | **104.6** | **886.0** | **0.7** | **124.0** | **664.1** | **2.9** | **215.4** | **561.9** | **156.7** | **9.5** | **0.7** | **22.7** | | |
| | | | | | | **37.7** | | | | | | | | | | | | |
| | **Итого за первый день** | | **56.2** | **57.8** | **174.1** | **1450.7** | **3.3** | **124.7** | **719.5** | **4.3** | **423.5** | **877.5** | **212.3** | **13.4** | **1.0** | **44.4** | | |
| | | | | | | **61.7** | | | | | | | | | | | | |
| | **День 2 (Вторник)** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Каша пшенная молочная с курагой | 180 | 5.9 | 11.0 | 29.8 | 242.0 | 0.1 | 0.9 | 40.2 | 0.7 | 132.0 | 150.3 | 41.4 | 1.1 | 0.2 | 9.8 | #REF! | #REF! |
| 2 | Фруктры свежие по сезонности | 90 | 0.36 | 0.36 | 8.82 | 42.3 | 0.027 | 9 | 4.5 | 0.18 | 14.4 | 9.9 | 8.1 | 1.98 | 0.027 | 1.8 | 399 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 3 | Ветчина (порциями) | 10 | 2.3 | 2.1 | 0.0 | 27.9 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 1.2 | 0.0 | 3.5 | 0.3 | 0.0 | 0.7 | #REF! | #REF! |
| 4 | Какао-напиток на молоке | 200 | 3.6 | 3.4 | 12.4 | 94.1 | 0.0 | 0.5 | 12.9 | 0.0 | 109.4 | 104.5 | 29.0 | 1.0 | 0.1 | 7.7 | #REF! | #REF! |
| 5 | Хлеб из муки пшеничной | 40 | 3.0 | 1.2 | 20.6 | 104.7 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.7 | 9.4 | 33.6 | 5.2 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | #REF! | #REF! |
| | **Итого:** | | **15.4** | **17.8** | **69.5** | **511.0** | **0.2** | **35.6** | **53.1** | **1.5** | **283.5** | **303.7** | **89.1** | **2.9** | **0.3** | **18.2** | | |
| | | | | | | **21.7** | | | | | | | | | | | | |
| | **День 2 (Вторник)** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Соленый огурец | 60 | 1.0 | 0.1 | 2.0 | 15.6 | 0.0 | 10.2 | 60.0 | 0.1 | 25.6 | 35.8 | 12.5 | 0.8 | 0.0 | 2.5 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 2 | Щи с курицей | 200 | 6.0 | 8.9 | 11.6 | 151.8 | 0.1 | 39.2 | 256.1 | 0.3 | 43.7 | 100.0 | 31.7 | 1.3 | 0.1 | 5.7 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 3 | Биточек рыбный | 80 | 22.5 | 8.0 | 17.2 | 233.6 | 0.3 | 0.8 | 0.0 | 0.8 | 101.2 | 316.2 | 76.3 | 1.7 | 0.2 | 182.3 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 4 | Картофельное пюре | 150 | 4.7 | 5.7 | 33.8 | 205.8 | 0.2 | 40.1 | 6.0 | 0.3 | 49.6 | 117.0 | 49.4 | 1.8 | 0.2 | 12.2 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 5 | Компот из замор. плодов | 200 | 0.2 | 0.0 | 18.4 | 75.4 | 0.0 | 0.3 | 8.8 | 0.0 | 3.1 | 0.0 | 1.8 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 6 | Хлеб из муки пшеничной | 20 | 1.5 | 0.6 | 10.3 | 52.4 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 3.8 | 13.0 | 2.6 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 7 | Хлеб ржаной | 40 | 3.1 | 0.6 | 15.1 | 80.4 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.9 | 13.2 | 77.6 | 22.8 | 1.8 | 0.0 | 1.3 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| | **Итого:** | | **39.0** | **23.9** | **108.4** | **815.0** | **0.7** | **90.6** | **331.1** | **2.8** | **240.2** | **659.6** | **197.0** | **7.8** | **0.6** | **204.0** | | |
| | | | | | | **34.7** | | | | | | | | | | | | |
| | **Итого за второй день** | | **54.4** | **41.7** | **177.9** | **1326.0** | **1.0** | **126.2** | **384.3** | **4.4** | **523.7** | **963.2** | **286.0** | **10.7** | **0.9** | **222.2** | | |
| | | | | | | **56.4** | | | | | | | | | | | | |

# Меню 1-4 классов (завтрак, обед)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **День 3 (среда)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Запеканка из творога | 150 | 26.9 | 17.1 | 29.5 | 379.9 | 0.2 | 0.7 | 84.0 | 0.6 | 297.5 | 808.9 | 34.7 | 0.9 | 0.4 | 2.0 | #REF! | #REF! |
| 2 | Соус абрикосовый | 15 | 0.1 | 0.0 | 10.1 | 41.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 3.9 | 3.3 | 2.4 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | #REF! | #REF! |
| 3 | Чай | 200 | 0.0 | 0.0 | 10.0 | 40.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 3.8 | 5.8 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | #REF! | #REF! |
| 4 | Масло сливочное | 10 | 0.1 | 8.3 | 0.1 | 74.9 | 0.0 | 0.0 | 30.0 | 0.1 | 1.2 | 1.9 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.9 | #REF! | #REF! |
| 5 | Хлеб из муки пшеничной | 40 | 3.0 | 1.2 | 20.6 | 104.7 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.7 | 9.4 | 33.6 | 5.2 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | #REF! | #REF! |
| | **Итого:** | | **30.1** | **26.6** | **70.2** | **640.5** | **0.3** | **0.8** | **114.0** | **1.5** | **315.7** | **853.5** | **42.2** | **1.5** | **0.4** | **2.9** | | |
| | | | | | | **27.3** | | | | | | | | | | | | |
| **День 3 (среда)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Салат из кваш. капусты | 60 | 1.2 | 2.1 | 3.0 | 37.4 | 0.0 | 25.5 | 402.0 | 0.1 | 33.5 | 20.0 | 10.9 | 0.5 | 0.0 | 1.9 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 2 | Рассольник ленинградский | 200 | 2.4 | 4.4 | 17.6 | 120.4 | 0.1 | 19.2 | 212.4 | 0.3 | 19.6 | 76.6 | 27.3 | 1.1 | 0.1 | 5.2 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 3 | Котлета мясная | 80 | 15.9 | 17.5 | 16.0 | 287.6 | 0.2 | 1.1 | 0.0 | 6.0 | 42.7 | 158.8 | 26.4 | 2.2 | 0.2 | 3.3 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 4 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 5.7 | 5.6 | 25.7 | 176.0 | 0.2 | 0.0 | 0.9 | 0.4 | 9.6 | 135.1 | 90.0 | 3.0 | 0.1 | 1.5 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 5 | Напиток лимонный | 200 | 0.1 | 0.0 | 24.4 | 101.2 | 0.0 | 6.4 | 0.0 | 26.1 | 7.1 | 0.0 | 1.9 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 6 | Хлеб из муки пшеничной | 20 | 1.5 | 0.6 | 10.3 | 52.4 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 3.8 | 13.0 | 2.6 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 7 | Хлеб ржаной | 40 | 3.1 | 0.6 | 15.1 | 80.4 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.9 | 13.2 | 77.6 | 22.8 | 1.8 | 0.0 | 1.3 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| | **Итого:** | | **30.0** | **30.8** | **112.1** | **855.4** | **0.6** | **52.2** | **615.5** | **34.3** | **129.5** | **481.0** | **181.9** | **9.1** | **0.4** | **13.2** | | |
| | | | | | | **36.4** | | | | | | | | | | | | |
| | **Итого за третий день** | | **60.1** | **57.3** | **182.4** | **1495.8** | **0.9** | **53.0** | **729.5** | **35.8** | **445.2** | **1334.5** | **224.1** | **10.6** | **0.8** | **16.1** | | |
| | | | | | | **63.7** | | | | | | | | | | | | |
| **День 4 (четверг)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Каша "Дружба" молочная | 180 | 7.0 | 7.1 | 41.3 | 256.7 | 0.1 | 0.6 | 25.7 | 0.2 | 129.9 | 173.9 | 42.7 | 0.9 | 0.1 | 10.5 | #REF! | #REF! |
| 2 | Кофейный напиток злаковый на молоке | 200 | 3.8 | 3.4 | 19.5 | 123.7 | 2.4 | 0.6 | 15.0 | 0.0 | 141.3 | 114.8 | 30.0 | 1.7 | 0.1 | 17.0 | #REF! | #REF! |
| 3 | Сыр (порциями) | 10 | 2.3 | 3.0 | 0.0 | 35.8 | 0.0 | 0.1 | 26.0 | 0.1 | 22.0 | 54.0 | 3.5 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | #REF! | #REF! |
| 4 | Масло сливочное | 10 | 0.1 | 8.3 | 0.1 | 74.9 | 0.0 | 0.0 | 30.0 | 0.1 | 1.2 | 1.9 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.9 | #REF! | #REF! |
| 4 | Хлеб из муки пшеничной | 40 | 3.0 | 1.2 | 20.6 | 104.7 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.7 | 9.4 | 33.6 | 5.2 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | #REF! | #REF! |
| | **Итого:** | | **16.2** | **22.8** | **81.4** | **595.8** | **2.6** | **1.3** | **96.7** | **1.0** | **303.8** | **378.2** | **81.4** | **3.3** | **0.3** | **28.4** | | |
| | | | | | | **25.4** | | | | | | | | | | | | |
| **День 4 (четверг)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Винегрет овощной | 60 | 1.3 | 2.2 | 7.5 | 55.6 | 0.1 | 9.7 | 314.3 | 0.1 | 25.6 | 40.1 | 18.3 | 0.8 | 0.0 | 3.5 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| | Суп куриный с макароными изделиями с | 200 | 7.5 | 9.8 | 12.8 | 169.0 | 0.1 | 2.1 | 212.0 | 0.4 | 11.7 | 88.1 | 15.3 | 0.8 | 0.1 | 2.2 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| | Плов из говядины | 225 | 20.4 | 20.5 | 40.6 | 428.2 | 0.3 | 3.8 | 314.0 | 7.3 | 38.3 | 346.6 | 91.5 | 3.3 | 0.2 | 4.6 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| | Компот из сухофруктов | 200 | 0.3 | 0.0 | 18.1 | 73.8 | 0.0 | 0.0 | 12.0 | 0.0 | 1.9 | 2.4 | 1.2 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| | Хлеб из муки пшеничной | 20 | 1.5 | 0.6 | 10.3 | 52.4 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 3.8 | 13.0 | 2.6 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3.1 | 0.6 | 15.1 | 80.4 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.9 | 13.2 | 77.6 | 22.8 | 1.8 | 0.0 | 1.3 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| | **Итого:** | | **34.1** | **33.5** | **104.4** | **859.5** | **0.5** | **15.6** | **852.5** | **9.3** | **94.4** | **567.7** | **151.6** | **7.0** | **0.4** | **11.7** | | |
| | | | | | | **36.6** | | | | | | | | | | | | |
| | **Итого за четвертый день** | | **50.3** | **56.3** | **185.8** | **1455.3** | **3.1** | **16.9** | **949.2** | **10.3** | **398.2** | **946.0** | **233.1** | **10.3** | **0.8** | **40.1** | | |
| | | | | | | **61.9** | | | | | | | | | | | | |

# Меню 1-4 классов (завтрак, обед)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **День 5 (пятница)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Омлет | 150 | 15.7 | 16.9 | 2.9 | 226.0 | 0.1 | 0.3 | 15.9 | 0.7 | 118.1 | 257.8 | 19.9 | 2.9 | 0.6 | 26.8 | #REF! | #REF! |
| 2 | Фруктры свежие по сезонности | 220 | 3.3 | 1.1 | 46.2 | 207.9 | 0.1 | 22.0 | 0.0 | 0.9 | 17.6 | 61.6 | 92.4 | 1.3 | 0.1 | 0.0 | #REF! | #REF! |
| 3 | Горошек зеленый консервированный | 60 | 1.9 | 0.1 | 3.9 | 24.1 | 0.1 | 6.0 | 0.0 | 0.1 | 93.6 | 37.2 | 12.6 | 0.4 | 0.0 | 3.0 | #REF! | #REF! |
| 4 | Какао-напиток на молоке | 200 | 3.6 | 3.4 | 12.4 | 94.1 | 0.0 | 0.5 | 12.9 | 0.0 | 109.4 | 104.5 | 29.0 | 1.0 | 0.1 | 7.7 | #REF! | #REF! |
| 5 | Хлеб из муки пшеничной | 20 | 1.5 | 0.6 | 10.3 | 52.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 4.7 | 16.8 | 2.6 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | #REF! | #REF! |
| | **Итого:** | | **25.9** | **22.0** | **75.7** | **604.5** | **0.3** | **28.8** | **28.8** | **2.1** | **343.4** | **477.9** | **156.5** | **5.8** | **0.8** | **37.6** | | |
| | | | | | | **25.7** | | | | | | | | | | | | |
| **День 5 (пятница)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Икра кабачковая | 60 | 0.8 | 0.0 | 2.2 | 13.2 | 0.0 | 21.2 | 0.0 | 0.0 | 22.6 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 2 | Борщ на м/б | 200 | 2.0 | 4.2 | 12.9 | 97.9 | 0.1 | 23.1 | 212.3 | 0.2 | 51.0 | 54.3 | 26.1 | 1.2 | 0.1 | 5.6 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 3 | Печень по-строгановски | 100 | 16.4 | 8.4 | 6.9 | 169.3 | 0.3 | 29.7 | 7530.3 | 0.9 | 8.6 | 285.2 | 16.7 | 6.2 | 2.0 | 5.7 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 4 | Соус сметанный | 50 | 0.8 | 3.5 | 3.4 | 49.4 | 0.0 | 0.1 | 28.0 | 0.1 | 15.8 | 13.9 | 2.0 | 0.1 | 0.0 | 1.3 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 5 | Картофельное пюре | 150 | 4.7 | 5.7 | 33.8 | 205.8 | 0.2 | 40.1 | 6.0 | 0.3 | 49.6 | 117.0 | 49.4 | 1.8 | 0.2 | 12.2 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 6 | Компот из свежих плодов | 200 | 0.2 | 0.2 | 14.4 | 61.1 | 0.0 | 4.5 | 2.3 | 0.1 | 7.5 | 5.0 | 4.1 | 1.0 | 0.0 | 0.9 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 7 | Хлеб из муки пшеничной | 20 | 1.5 | 0.6 | 10.3 | 52.4 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 3.8 | 13.0 | 2.6 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 8 | Хлеб ржаной | 40 | 3.1 | 0.6 | 15.1 | 80.4 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.9 | 13.2 | 77.6 | 22.8 | 1.8 | 0.0 | 1.3 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| | **Итого:** | | **29.6** | **23.2** | **98.9** | **729.4** | **0.7** | **118.6** | **7779.1** | **2.9** | **172.1** | **565.9** | **123.6** | **12.7** | **2.3** | **26.9** | | |
| | | | | | | **31.0** | | | | | | | | | | | | |
| | **Итого за пятый день** | | **55.5** | **45.2** | **174.6** | **1333.9** | **1.0** | **147.4** | **7807.8** | **5.0** | **515.5** | **1043.7** | **280.1** | **18.5** | **3.1** | **64.5** | | |
| | | | | | | **56.8** | | | | | | | | | | | | |
| **День 6 (понедельник)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Мюсли с молоком или Изделия фигурные и хлопья из круп с молоком | 180 | 7.2 | 5.0 | 36.6 | 220.1 | 0.2 | 1.1 | 57.6 | 0.7 | 253.4 | 473.0 | 20.2 | 1.0 | 0.3 | 85.0 | #REF! | #REF! |
| 2 | Сыр (порциями) | 20 | 4.6 | 5.9 | 0.0 | 71.7 | 0.0 | 0.1 | 52.0 | 0.1 | 44.0 | 108.0 | 7.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | #REF! | #REF! |
| 3 | Масло сливочное | 10 | 0.1 | 8.3 | 0.1 | 74.9 | 0.0 | 0.0 | 30.0 | 0.1 | 1.2 | 1.9 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.9 | #REF! | #REF! |
| 3 | Чай с молоком | 200 | 1.2 | 1.3 | 17.9 | 87.8 | 0.0 | 0.2 | 6.0 | 0.0 | 52.3 | 42.2 | 5.6 | 0.1 | 0.1 | 3.6 | #REF! | #REF! |
| 4 | Хлеб из муки пшеничной | 40 | 3.0 | 1.2 | 20.6 | 104.7 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.7 | 9.4 | 33.6 | 5.2 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | #REF! | #REF! |
| | **Итого:** | | **16.1** | **21.6** | **75.2** | **559.1** | **0.3** | **1.4** | **145.6** | **1.6** | **360.4** | **658.7** | **38.0** | **1.7** | **0.4** | **89.5** | | |
| | | | | | | **23.8** | | | | | | | | | | | | |
| **День 6 (понедельник)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Салат из свеклы с соленым огурцом | 60 | 1.2 | 1.3 | 7.0 | 44.1 | 0.0 | 7.9 | 1.6 | 0.1 | 58.6 | 34.1 | 17.4 | 1.1 | 0.0 | 5.5 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 2 | Суп картофельный с консервами рыбными | 200 | 8.0 | 3.1 | 22.0 | 148.2 | 0.2 | 23.2 | 207.2 | 0.2 | 18.4 | 87.3 | 35.1 | 1.2 | 0.1 | 6.2 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 3 | Птица тушеная в молочном соусе | 130 | 21.8 | 26.1 | | 321.6 | 0.1 | 2.4 | 48.0 | 0.4 | 12.0 | 252.0 | 30.0 | 1.8 | 0.5 | 4.8 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 4 | Рис отварной | 150 | 3.5 | 2.2 | 37.0 | 181.5 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 20.2 | 164.4 | 58.0 | 1.1 | 0.0 | 1.2 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 5 | Компот из замор. плодов | 200 | 0.2 | 0.0 | 18.4 | 75.4 | 0.0 | 0.3 | 8.8 | 0.0 | 3.1 | 0.0 | 1.8 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 6 | Хлеб из муки пшеничной | 20 | 1.5 | 0.6 | 10.3 | 52.4 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 3.8 | 13.0 | 2.6 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 7 | Хлеб ржаной | 40 | 3.1 | 0.6 | 15.1 | 80.4 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.9 | 13.2 | 77.6 | 22.8 | 1.8 | 0.0 | 1.3 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| | **Итого:** | | **39.3** | **33.8** | **109.8** | **903.5** | **0.5** | **33.9** | **265.8** | **2.5** | **129.4** | **628.3** | **167.8** | **7.4** | **0.7** | **19.0** | | |
| | | | | | | **38.4** | | | | | | | | | | | | |
| | **Итого за шестой день** | | **55.4** | **55.3** | **184.9** | **1462.7** | **0.8** | **35.3** | **411.4** | **4.1** | **489.7** | **1287.0** | **205.7** | **9.1** | **1.1** | **108.4** | | |
| | | | | | | **62.2** | | | | | | | | | | | | |
| **День 7 (вторник)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Каша овсяная молочная | 180 | 4.9 | 5.1 | 24.0 | 161.8 | 0.1 | 0.4 | 15.8 | 0.4 | 97.3 | 139.7 | 39.9 | 0.9 | 0.1 | 7.7 | #REF! | #REF! |
| 2 | Творог для детского питания | 100 | 18.0 | 9.0 | 3.0 | 169.0 | 0.0 | 0.5 | 50.0 | 0.2 | 164.0 | 220.0 | 23.0 | 0.4 | 0.3 | 0.0 | #REF! | #REF! |
| 3 | Кофейный напиток злаковый на молоке | 200 | 3.8 | 3.4 | 19.5 | 123.7 | 2.4 | 0.6 | 15.0 | 0.0 | 141.3 | 114.8 | 30.0 | 1.7 | 0.1 | 17.0 | #REF! | #REF! |

# Меню 1-4 классов (завтрак, обед)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 5 | Хлеб из муки пшеничной | 40 | 3.0 | 1.2 | 20.6 | 104.7 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.7 | 9.4 | 33.6 | 5.2 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | #REF! | #REF! |
| | **Итого:** | | **29.7** | **18.7** | **67.0** | **559.2** | **2.6** | **1.5** | **80.8** | **1.3** | **412.0** | **508.2** | **98.1** | **3.6** | **0.5** | **24.7** | | |
| | | | | | | **23.8** | | | | | | | | | | | | |
| **День 7 (вторник)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Икра кабачковая | 60 | 0.8 | 0.0 | 2.2 | 13.2 | 0.0 | 21.2 | 0.0 | 0.0 | 22.6 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 2 | Суп картофельный фрикадельками мясными | 230 | 2.5 | 3.0 | 19.4 | 114.9 | 0.1 | 23.7 | 248.2 | 0.2 | 18.1 | 76.8 | 31.8 | 1.2 | 0.1 | 6.3 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 3 | Фрикадельки мясные | 30 | 7.9 | 6.8 | 0.5 | 94.1 | 0.1 | 0.5 | 26.0 | 2.9 | 10.6 | 86.2 | 10.7 | 1.1 | 0.1 | 3.1 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 4 | Рыба тушеная с овощами | 125 | 25.4 | 7.4 | 11.2 | 215.4 | 0.2 | 10.3 | 960.0 | 0.8 | 82.7 | 410.9 | 112.0 | 2.1 | 0.2 | 227.9 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 5 | Картофельное пюре | 150 | 4.7 | 5.7 | 33.8 | 205.8 | 0.2 | 40.1 | 6.0 | 0.3 | 49.6 | 117.0 | 49.4 | 1.8 | 0.2 | 12.2 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 6 | Компот из изюма | 200 | 0.2 | 0.2 | 14.4 | 61.1 | 0.0 | 4.5 | 2.3 | 0.1 | 7.5 | 5.0 | 4.1 | 1.0 | 0.0 | 0.9 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 7 | Хлеб из муки пшеничной | 20 | 1.5 | 0.6 | 10.3 | 52.4 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 3.8 | 13.0 | 2.6 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 8 | Хлеб ржаной | 40 | 3.1 | 0.6 | 15.1 | 80.4 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.9 | 13.2 | 77.6 | 22.8 | 1.8 | 0.0 | 1.3 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| | **Итого:** | | **46.2** | **24.2** | **106.8** | **837.1** | **0.8** | **100.2** | **1242.7** | **5.7** | **208.1** | **786.3** | **233.2** | **9.5** | **0.6** | **251.6** | | |
| | | | | | | **35.6** | | | | | | | | | | | | |
| | **Итого за седьмой день** | | **75.9** | **42.9** | **173.8** | **1396.3** | **3.4** | **101.7** | **1323.5** | **7.0** | **620.1** | **1294.5** | **331.3** | **13.1** | **1.2** | **276.3** | | |
| | | | | | | **59.4** | | | | | | | | | | | | |
| **День 8 (среда)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Каша рисовая молочная | 180 | 5.5 | 6.2 | 40.8 | 241.6 | 0.0 | 0.5 | 24.3 | 0.2 | 114.7 | 142.9 | 32.7 | 0.5 | 0.1 | 9.0 | #REF! | #REF! |
| 2 | Молоко | 200 | 6.0 | 6.4 | 9.4 | 119.2 | 0.0 | 1.2 | 30.0 | 0.0 | 242.0 | 182.0 | 28.0 | 0.2 | 0.3 | 18.0 | #REF! | #REF! |
| 3 | Сыр (порциями) | 10 | 2.3 | 3.0 | 0.0 | 35.8 | 0.0 | 0.1 | 26.0 | 0.1 | 22.0 | 54.0 | 3.5 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | #REF! | #REF! |
| 4 | Хлеб из муки пшеничной | 40 | 3.0 | 1.2 | 20.6 | 104.7 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.7 | 9.4 | 33.6 | 5.2 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | #REF! | #REF! |
| | **Итого:** | | **16.8** | **16.8** | **70.8** | **501.3** | **0.1** | **1.8** | **80.3** | **0.9** | **388.1** | **412.5** | **69.4** | **1.3** | **0.4** | **27.0** | | |
| | | | | | | **21.3** | | | | | | | | | | | | |
| **День 8 (среда)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Салат из свеклы отварной с растительным | 60 | 1.2 | 1.3 | 7.0 | 44.1 | 0.0 | 7.9 | 1.6 | 0.1 | 58.6 | 34.1 | 17.4 | 1.1 | 0.0 | 5.5 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 2 | Суп картофельный с крупой | 200 | 2.7 | 3.0 | 22.3 | 127.3 | 0.1 | 20.6 | 242.8 | 0.2 | 19.2 | 91.0 | 36.0 | 1.2 | 0.1 | 5.8 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 3 | Тефтели мясные | 80 | 16.1 | 15.2 | 9.7 | 239.9 | 0.1 | 1.0 | 13.0 | 6.3 | 18.5 | 197.5 | 35.4 | 2.2 | 0.2 | 3.7 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 4 | Капуста тушеная | 150 | 4.3 | 1.9 | 12.1 | 85.5 | 0.1 | 101.0 | 210.6 | 0.3 | 112.0 | 81.3 | 41.3 | 1.5 | 0.1 | 7.4 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 5 | Компот из сухофруктов | 200 | 0.3 | 0.0 | 18.1 | 73.8 | 0.0 | 0.0 | 12.0 | 0.0 | 1.9 | 2.4 | 1.2 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 6 | Хлеб из муки пшеничной | 20 | 1.5 | 0.6 | 10.3 | 52.4 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 3.8 | 13.0 | 2.6 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 7 | Хлеб ржаной | 40 | 3.1 | 0.6 | 15.1 | 80.4 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.9 | 13.2 | 77.6 | 22.8 | 1.8 | 0.0 | 1.3 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| | **Итого:** | | **29.2** | **22.5** | **94.6** | **703.4** | **0.5** | **130.6** | **480.2** | **8.4** | **227.1** | **496.9** | **156.7** | **8.1** | **0.4** | **23.7** | | |
| | | | | | | **29.9** | | | | | | | | | | | | |
| | **Итого за восьмой день** | | **46.1** | **39.3** | **165.4** | **1204.7** | **0.6** | **132.4** | **560.5** | **9.3** | **615.2** | **909.4** | **226.1** | **9.4** | **0.9** | **50.7** | | |
| | | | | | | **51.3** | | | | | | | | | | | | |

# Меню 1-4 классов (завтрак, обед)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **День 9 (четверг)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Омлет с колбасными изделиями | 150 | 18.6 | 19.6 | 3.2 | 263.4 | 0.1 | 0.2 | 14.7 | 0.6 | 103.7 | 222.2 | 24.9 | 3.1 | 0.5 | 24.7 | #REF! | #REF! |
| 2 | Чай | 200 | 0.0 | 0.0 | 12.1 | 48.6 | 0.0 | 1.6 | 0.0 | 0.0 | 5.4 | 6.6 | 0.5 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | #REF! | #REF! |
| 3 | Огурцы свежие | 60 | 0.5 | 0.1 | 1.5 | 8.5 | 0.0 | 6.0 | 0.0 | 0.1 | 13.8 | 25.2 | 8.4 | 0.4 | 0.0 | 1.8 | #REF! | #REF! |
| 4 | Фруктры свежие по сезонности | 220 | 3.3 | 1.1 | 46.2 | 207.9 | 0.1 | 22.0 | 0.0 | 0.9 | 17.6 | 61.6 | 92.4 | 1.3 | 0.1 | 0.0 | #REF! | #REF! |
| 5 | Хлеб из муки пшеничной | 20 | 1.5 | 0.6 | 10.3 | 52.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 4.7 | 16.8 | 2.6 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | #REF! | #REF! |
| | **Итого:** | | **23.9** | **21.3** | **73.2** | **580.7** | **0.2** | **29.8** | **14.7** | **1.9** | **145.2** | **332.5** | **128.8** | **5.1** | **0.6** | **26.5** | | |
| | | | | | | **24.7** | | | | | | | | | | | | |
| **День 9 (четверг)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Соленый огурец | 60 | 1.0 | 0.1 | 2.0 | 15.6 | 0.0 | 10.2 | 60.0 | 0.1 | 25.6 | 35.8 | 12.5 | 0.8 | 0.0 | 2.5 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 2 | Борщ на м/б | 200 | 2.0 | 4.2 | 12.9 | 97.9 | 0.1 | 23.1 | 212.3 | 0.2 | 51.0 | 54.3 | 26.1 | 1.2 | 0.1 | 5.6 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 3 | Жаркое по -домашнему(говядина) | 225 | 22.1 | 21.0 | 33.8 | 413.4 | 0.4 | 42.0 | 323.6 | 7.8 | 38.7 | 305.6 | 78.7 | 4.2 | 0.3 | 13.1 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 4 | Напиток лимонный | 200 | 0.1 | 0.0 | 24.4 | 101.2 | 0.0 | 6.4 | 0.0 | 26.1 | 7.1 | 0.0 | 1.9 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 5 | Хлеб из муки пшеничной | 20 | 1.5 | 0.6 | 10.3 | 52.4 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 3.8 | 13.0 | 2.6 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 6 | Хлеб ржаной | 40 | 3.1 | 0.6 | 15.1 | 80.4 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.9 | 13.2 | 77.6 | 22.8 | 1.8 | 0.0 | 1.3 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| | **Итого:** | | **29.8** | **26.5** | **98.5** | **760.9** | **0.6** | **81.6** | **596.1** | **35.5** | **139.3** | **486.2** | **144.6** | **8.4** | **0.4** | **22.5** | | |
| | | | | | | **32.4** | | | | | | | | | | | | |
| | **Итого за девятый день** | | **53.8** | **47.8** | **171.7** | **1341.6** | **0.8** | **111.5** | **610.8** | **37.4** | **284.6** | **818.7** | **273.4** | **13.5** | **1.1** | **49.0** | | |
| | | | | | | **57.1** | | | | | | | | | | | | |
| **День 10 (пятница)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Каша манная молочная с изюмом | 180 | 7.0 | 12.0 | 40.0 | 296.0 | 0.1 | 0.8 | 46.8 | 0.6 | 183.7 | 171.1 | 32.3 | 1.1 | 0.2 | 12.6 | #REF! | #REF! |
| 2 | Сыр (порциями) | 20 | 4.6 | 5.9 | 0.0 | 71.7 | 0.0 | 0.1 | 52.0 | 0.1 | 44.0 | 108.0 | 7.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | #REF! | #REF! |
| 4 | Какао-напиток на молоке | 200 | 3.6 | 3.4 | 12.4 | 94.1 | 0.0 | 0.5 | 12.9 | 0.0 | 109.4 | 104.5 | 29.0 | 1.0 | 0.1 | 7.7 | #REF! | #REF! |
| 5 | Хлеб из муки пшеничной | 40 | 3.0 | 1.2 | 20.6 | 104.7 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.7 | 9.4 | 33.6 | 5.2 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | #REF! | #REF! |
| | **Итого:** | | **18.2** | **22.4** | **73.0** | **566.5** | **0.2** | **1.4** | **111.7** | **1.4** | **346.5** | **417.2** | **73.5** | **2.7** | **0.4** | **20.4** | | |
| | | | | | | **24.1** | | | | | | | | | | | | |
| **День 10 (пятница)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Салат из кваш. капусты | 60 | 1.2 | 2.1 | 3.0 | 37.4 | 0.0 | 25.5 | 402.0 | 0.1 | 33.5 | 20.0 | 10.9 | 0.5 | 0.0 | 1.9 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 2 | Суп картофеельный с вермишелью | 200 | 2.8 | 2.5 | 20.2 | 114.2 | 0.1 | 17.5 | 202.4 | 0.3 | 15.2 | 64.6 | 24.9 | 1.0 | 0.1 | 4.9 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 3 | Сардельки, колбаски (сосиски) отварные | 100 | 11.0 | 23.9 | 0.4 | 261.0 | 0.2 | | | 0.4 | 35.0 | 159.0 | 20.0 | 1.8 | 0.2 | 7.0 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 4 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 6.3 | 5.8 | 28.6 | 191.4 | 0.2 | | 1.0 | 0.5 | 10.6 | 150.0 | 100.0 | 3.4 | 0.1 | 1.7 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 5 | Компот из свежих плодов | 200 | 0.2 | 0.2 | 14.4 | 61.1 | 0.0 | 4.5 | 2.3 | 0.1 | 7.5 | 5.0 | 4.1 | 1.0 | 0.0 | 0.9 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 6 | Хлеб пшеничный | 20 | 1.5 | 0.6 | 10.3 | 52.4 | 0.0 | | | 0.5 | 3.8 | 13.0 | 2.6 | 0.2 | 0.0 | | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| 7 | Хлеб ржаной | 40 | 3.1 | 0.6 | 15.1 | 80.4 | 0.1 | | 0.2 | 0.9 | 13.2 | 77.6 | 22.8 | 1.8 | 0.0 | 1.3 | | Утверждены Управлением Роспотребнадзора по М.о. второй вариант, Разработано Люберецким муниципальном р-ном |
| | **Итого:** | | **26.0** | **35.5** | **91.9** | **797.9** | **0.7** | **47.5** | **607.9** | **2.8** | **118.9** | **489.0** | **185.3** | **9.7** | **0.4** | **17.7** | | |
| | | | | | | **34.0** | | | | | | | | | | | | |
| | **Итого за десятый день** | | **44.3** | **57.9** | **164.9** | **1364.4** | **0.8** | **49.0** | **719.6** | **4.1** | **465.3** | **906.2** | **258.8** | **12.5** | **0.8** | **38.1** | | |
| | | | | | | **58.1** | | | | | | | | | | | | |
| | **Итого за 10 дней среднее значение** | | **55.2** | **50.2** | **175.6** | **1383.1** | **1.6** | **89.8** | **1421.6** | **12.2** | **478.1** | **1038.1** | **253.1** | **12.1** | **1.2** | **91.0** | | |
| | | | | | | **58.9** | | | | | | | | | | | | |

Замена салатов (закусок из свежих овощей) на завтрак, обед, полдник по сезону

Аскорбиновая кислота (Витамин С) используется в напиток обед

В рецептуре блюд используется соль поваренная иодированная