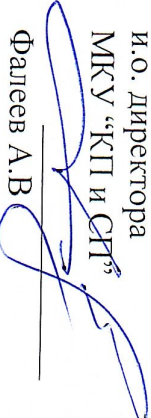


Согласовано:

“ ” 2025г.

Утверждаю:

и.о. директора  
МКУ “КП и СР”  
  
Фалеев А.В.

“ 31 ” 10 2025г.

## Меню

для организованного питания  
учащихся с 7 до 11 лет  
первая смена

## 1. ЦЕЛЕСЬ

Вид біолога	Прізвище, повне найменування біолога	Вік біолога	Піщаніе вестества			Енергетичне своє цінність	мінероелементи							вітаміни				№ рецептур
			Білки	Жири	Углеводи		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2	C	PP	
	<b>попелелітнік</b>																	
	<b>завтрак</b>																	
Вторые биолога	Котлетя рубленая из птицы 90 г /г/	90	20,00	7,00	16,00	207,00	597,00	66,00	38,00	10,00	43,00	1,42	32,68	0,11	0,15	1,42	4,67	174,31
Гарниры	Масло сливочное (1)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,70	1,50	1,20	0,04	1,90	0,02	0,10	0,0	0,01	0,0	0,01	574
Гарниры	Роски отварные	150	4,00	6,00	39,00	229,00	1008,36	55,00	11,00	8,74	47,26	1,00	0,0	0,09	0,03	0,0	0,62	229
Напитки	Напиток диетический	200	0,0	0,0	24,00	96,00	2,00	27,00	7,00	1,92	3,52	0,0	0,0	0,01	0,07	0,0	6,00	312,01
Выпечные изделия	Батон 2*2,5 г (1)	50	3,82	1,43	26,96	137,52	156,20	49,20	8,36	6,29	33,79	0,48	0,01	0,07	0,02	0,0	0,53	35,01
	<b>итого</b>	<b>500</b>	<b>27,87</b>	<b>22,68</b>	<b>106,04</b>	<b>744,32</b>	<b>1764,26</b>	<b>198,70</b>	<b>65,56</b>	<b>26,99</b>	<b>129,47</b>	<b>2,92</b>	<b>32,79</b>	<b>0,28</b>	<b>0,21</b>	<b>7,42</b>	<b>5,85</b>	
	<b>вторник</b>																	
	<b>завтрак</b>																	
Вторые биолога	Зразы рубленые из свинины 90 г	90	10,30	26,39	14,35	336,85	620,21	251,25	42,95	24,26	141,63	1,66	2,85	0,31	0,13	3,31	1,65	175,17
Гарниры	Масло сливочное (1)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,70	1,50	1,20	0,04	1,90	0,02	0,10	0,0	0,01	0,0	0,01	574
Гарниры	Рис отварной	150	14,00	6,00	31,00	223,00	587,60	440,00	65,00	27,36	83,41	4,00	0,07	0,04	0,03	0,0	0,87	231
Напитки	Напиток из фруктов	200	0,80	0,05	27,81	115,53	2,82	265,02	25,24	16,17	22,48	0,55	0,0	0,02	0,03	0,62	0,46	919
Выпечные изделия	Батон 2,5 г (1)	25	1,91	0,71	13,48	68,76	78,10	24,60	4,18	3,14	16,90	0,24	0,01	0,03	0,01	0,0	0,27	35
Выпечные изделия	Хлеб ржаной	25	3,10	0,56	16,07	85,07	286,70	115,15	16,45	22,09	74,26	1,83	0,0	0,08	0,04	0,0	0,31	299
	<b>итого</b>	<b>500</b>	<b>30,16</b>	<b>41,96</b>	<b>102,79</b>	<b>904,01</b>	<b>1576,13</b>	<b>1097,52</b>	<b>155,02</b>	<b>93,06</b>	<b>340,58</b>	<b>8,30</b>	<b>3,03</b>	<b>0,48</b>	<b>0,25</b>	<b>3,93</b>	<b>3,57</b>	
	<b>среда</b>																	
	<b>завтрак</b>																	
Вторые биолога	Мясные ежикі (С)	90	9,70	29,17	12,30	349,92	503,52	224,63	18,46	22,43	115,20	1,29	0,0	0,33	0,09	2,70	1,73	377,11
Гарниры	Масло сливочное (1)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,70	1,50	1,20	0,04	1,90	0,02	0,10	0,0	0,01	0,0	0,01	574
Гарниры	Шпоре картофельное по-домашнему 150 г	150	3,00	5,00	24,00	139,00	1213,85	853,00	27,00	31,36	105,23	1,08	0,09	0,15	0,15	30,00	1,43	226,01
Напитки	Напиток из смеси сухофруктов	200	2,82	0,0	26,31	170,68	0,20	0,60	0,40	0,0	0,0	0,06	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	211,07
Выпечные изделия	Батон Оздоровительный 50 г	50	4,00	2,00	24,00	122,00	234,00	46,00	8,00	6,00	32,00	0,45	0,0	0,07	0,02	0,0	0,53	882,01
	<b>итого</b>	<b>500</b>	<b>19,57</b>	<b>44,42</b>	<b>86,59</b>	<b>876,40</b>	<b>1952,27</b>	<b>1125,73</b>	<b>55,06</b>	<b>59,83</b>	<b>254,33</b>	<b>2,90</b>	<b>0,19</b>	<b>0,55</b>	<b>0,27</b>	<b>32,70</b>	<b>3,70</b>	
	<b>четверг</b>																	
	<b>завтрак</b>																	
Вторые биолога	Котлетя рубленая 90 г /г/	90	17,07	19,32	16,98	311,72	639,16	244,36	52,05	24,20	171,11	1,62	32,70	0,12	0,19	1,42	4,70	526,09
Гарниры	Масло сливочное 5 г (1)	5	0,03	4,13	0,04	32,40	0,35	0,75	0,60	0,02	0,95	0,01	0,05	0,0	0,01	0,0	0,0	613
Гарниры	Каша гречневая рассычатая	150	6,00	10,00	28,00	222,00	583,10	170,00	17,00	138,95	208,64	3,00	0,0	0,08	0,05	0,0	1,39	463
Напитки	Напиток витаминный	200	2,00	0,10	27,00	111,00	6,74	70,22	4,48	2,25	2,75	0,62	0,01	0,01	0,01	4,13	0,08	190
Выпечные изделия	Хлеб ржаной	25	3,10	0,56	16,07	85,07	286,70	115,15	16,45	22,09	74,26	1,83	0,0	0,08	0,04	0,0	0,31	299
Выпечные изделия	Батон 3,5 г	35	2,80	0,97	19,18	96,54	109,40	34,56	5,96	4,40	24,49	0,34	3,08	0,05	0,02	0,0	0,37	880,3
	<b>итого</b>	<b>505</b>	<b>31,00</b>	<b>35,08</b>	<b>107,27</b>	<b>863,73</b>	<b>1625,45</b>	<b>635,04</b>	<b>96,54</b>	<b>191,91</b>	<b>482,20</b>	<b>7,42</b>	<b>35,84</b>	<b>0,34</b>	<b>0,32</b>	<b>5,55</b>	<b>6,85</b>	

[illegible]



## 2. ІСЕЛІТЭ

Вид Блюда	Пример начин, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Макроэлементы							Витамины					№ рецептура
			Белки	Жиры	Углеводы		Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2	C	PP		
	<b>понаселенные</b>																		
	<b>завтрак</b>																		
Второе блюдо	Котлета Домашняя С 90 г	90	11,05	27,85	10,75	338,66	623,00	213,12	14,36	20,20	126,02	1,47	0,01	0,37	0,11	0,20	1,95	379,17	
Заправки	Масло сливочное (1)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,70	1,50	1,20	0,04	1,90	0,02	0,10	0,0	0,01	0,0	0,01	574	
Заправки	Рис отварной	150	14,00	6,00	31,00	223,00	587,60	440,00	65,00	27,36	83,41	4,00	0,07	0,04	0,03	0,0	0,87	231	
Пантты	Копит из мяса	200	0,36	0,0	28,17	109,25	23,55	32,45	16,30	8,40	25,80	0,65	0,0	0,03	0,02	0,0	0,10	506	
Выпечные изделия	Батон 2.2.5 г (1)	50	3,82	1,43	26,96	137,52	156,20	49,20	8,36	6,29	33,79	0,48	0,01	0,07	0,02	0,0	0,53	35,01	
	<b>итого</b>	<b>500</b>	<b>29,28</b>	<b>43,53</b>	<b>96,96</b>	<b>883,23</b>	<b>1391,05</b>	<b>736,27</b>	<b>105,22</b>	<b>62,29</b>	<b>270,92</b>	<b>6,62</b>	<b>0,19</b>	<b>0,51</b>	<b>0,19</b>	<b>0,20</b>	<b>3,46</b>		
	<b>вторые</b>																		
	<b>завтрак</b>																		
Второе блюдо	Зразы Домашние 90 г (С)	90	10,34	24,86	14,47	323,75	620,71	253,94	44,03	24,49	142,78	1,67	2,98	0,31	0,14	3,41	1,65	300,06	
Заправки	Масло сливочное (1)	15	0,08	12,38	0,12	112,20	1,05	2,25	1,80	0,06	2,85	0,03	0,15	0,0	0,02	0,0	0,02	574	
Заправки	Каши гречневые расчитаны	150	6,00	10,00	28,00	222,00	583,10	170,00	17,00	138,95	208,64	3,00	0,0	0,08	0,05	0,0	1,39	463	
Пантты	Панттык алегчысчыной	200	0,20	0,04	25,73	99,76	3,10	44,06	7,96	2,86	5,06	0,14	0,01	0,01	0,01	13,20	0,04	312	
Выпечные изделия	Батон	25	2,00	0,69	13,70	68,96	78,14	24,68	4,26	3,14	17,50	0,24	2,20	0,03	0,01	0,0	0,27	880	
Выпечные изделия	Хлеб ржаной	25	3,10	0,56	16,07	85,07	286,70	115,15	16,45	22,09	74,26	1,83	0,0	0,08	0,04	0,0	0,31	299	
	<b>итого</b>	<b>505</b>	<b>21,72</b>	<b>48,53</b>	<b>98,09</b>	<b>911,74</b>	<b>1572,80</b>	<b>610,08</b>	<b>91,50</b>	<b>191,59</b>	<b>451,09</b>	<b>6,91</b>	<b>5,34</b>	<b>0,51</b>	<b>0,27</b>	<b>16,61</b>	<b>3,68</b>		
	<b>срета</b>																		
	<b>завтрак</b>																		
Второе блюдо	Котлета из говядины 90 г	90	14,79	10,93	15,96	223,64	597,14	66,11	37,45	9,56	43,38	0,50	4,56	0,05	0,05	0,02	0,40	733,16	
Заправки	Пюре картофельное по-домашнему 150 г	150	3,00	5,00	24,00	159,00	1213,85	853,00	27,00	31,36	105,23	1,08	0,09	0,15	0,15	30,00	1,43	226,01	
Пантты	Панттык из смеси сухощрыкты	200	2,82	0,0	26,31	170,68	0,20	0,60	0,40	0,0	0,0	0,06	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	211,07	
Выпечные изделия	Батон Оздоравысчынай 60 г	60	5,00	2,00	29,10	146,00	281,00	55,00	10,13	7,15	38,00	0,54	0,0	0,08	0,03	0,0	0,63	69,15	
	<b>итого</b>	<b>500</b>	<b>25,61</b>	<b>17,93</b>	<b>95,37</b>	<b>699,32</b>	<b>2092,19</b>	<b>974,71</b>	<b>74,98</b>	<b>48,07</b>	<b>186,61</b>	<b>2,18</b>	<b>4,65</b>	<b>0,28</b>	<b>0,23</b>	<b>30,02</b>	<b>2,46</b>		
	<b>четверг</b>																		
	<b>завтрак</b>																		
Второе блюдо	Шницель по-Курскски 90 г /р'	90	14,16	17,27	12,68	263,93	597,55	197,60	31,64	22,58	128,87	1,25	28,34	0,09	0,13	1,31	4,33	474,02	
Заправки	Масло сливочное (1)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,70	1,50	1,20	0,04	1,90	0,02	0,10	0,0	0,01	0,0	0,01	574	
Заправки	Резка открытые	150	4,00	6,00	39,00	229,00	1008,36	53,00	11,00	8,74	47,26	1,00	0,0	0,09	0,03	0,0	0,62	229	
Пантты	Панттык из мяса	200	0,80	0,05	27,81	115,53	2,82	265,02	25,24	16,17	22,48	0,55	0,0	0,02	0,03	0,62	0,46	949	
Выпечные изделия	Батон 2.5 г (1)	25	1,91	0,71	13,48	68,76	78,10	24,60	4,18	3,14	16,90	0,24	0,01	0,03	0,01	0,0	0,27	35	
Выпечные изделия	Хлеб ржаной	25	3,10	0,56	16,07	85,07	286,70	115,15	16,45	22,09	74,26	1,83	0,0	0,08	0,04	0,0	0,31	299	
	<b>итого</b>	<b>500</b>	<b>24,02</b>	<b>32,84</b>	<b>109,12</b>	<b>837,09</b>	<b>1974,23</b>	<b>658,87</b>	<b>89,71</b>	<b>72,76</b>	<b>291,67</b>	<b>4,89</b>	<b>28,45</b>	<b>0,31</b>	<b>0,25</b>	<b>1,93</b>	<b>6,00</b>		

