



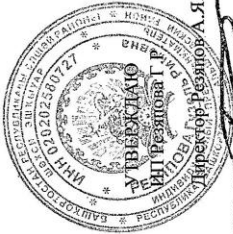
Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево  
Фазрахманова Г.М.



ИП Резяпова Г.Р.  
Директор А.Я. Резяпов

Дата 29/10 - 2024

Примерное 2-х недельное меню  
для организации питания обучающихся  
из ММС  
с 7 до 11 лет и 12 лет и старше  
в муниципальных бюджетных  
образовательных учреждениях  
МР Альшеевский район РБ.  
(осень)



СОГЛАСОВАНО  
МБОУ СОШ №  
Директор



СОГЛАСОВАНО  
МБОУ СОШ №  
Директор

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 1)

| Рацион: дети из ММС, (1-4 классы), РП |                                   |             |                      |    |    |                         |             |           |  | День: понедельник                     |  |  | Сезон: осень                          |       |  |
|---------------------------------------|-----------------------------------|-------------|----------------------|----|----|-------------------------|-------------|-----------|--|---------------------------------------|--|--|---------------------------------------|-------|--|
| Неделя: 1                             |                                   |             |                      |    |    |                         |             |           |  | Неделя: 1                             |  |  | Неделя: 1                             |       |  |
| Возрастная категория: 7-11 лет        |                                   |             |                      |    |    |                         |             |           |  | Возрастная категория: 12 лет и старше |  |  | Возрастная категория: 12 лет и старше |       |  |
| Прием пищи                            | Наименование блюда                | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |    | Энергетическая ценность | № рецептуры | Стоимость |  |                                       |  |  |                                       |       |  |
|                                       |                                   |             | Б                    | Ж  | У  |                         |             |           |  |                                       |  |  |                                       |       |  |
| завтрак                               |                                   |             |                      |    |    |                         |             |           |  |                                       |  |  |                                       |       |  |
|                                       | Каша гречневая рассыпчатая        | 150/4       | 9                    | 6  | 39 | 265                     | 65          |           |  |                                       |  |  |                                       |       |  |
|                                       | Котлеты из мяса птицы             | 60          | 6                    | 10 | 12 | 194                     | 486,01      |           |  |                                       |  |  |                                       |       |  |
|                                       | Соус томатный                     | 30          |                      | 1  | 2  | 22                      | 593,05      |           |  |                                       |  |  |                                       |       |  |
|                                       | Напиток из свежих мороженных ягод | 200/10      | 1                    |    | 21 | 89                      | 102,03      |           |  |                                       |  |  |                                       |       |  |
|                                       | Хлеб пшеничный                    | 50          | 4                    | 1  | 24 | 123                     | 207         |           |  |                                       |  |  |                                       |       |  |
| Итого за завтрак                      |                                   | 504         | 20                   | 18 | 98 | 693                     |             |           |  |                                       |  |  |                                       | 69,57 |  |

| Рацион: дети из ММС, (5-11 классы) |                                   |             |                      |    |     |                         |             |           |  | День: понедельник                     |  |  | Сезон: осень                          |       |  |
|------------------------------------|-----------------------------------|-------------|----------------------|----|-----|-------------------------|-------------|-----------|--|---------------------------------------|--|--|---------------------------------------|-------|--|
| Неделя: 1                          |                                   |             |                      |    |     |                         |             |           |  | Неделя: 1                             |  |  | Неделя: 1                             |       |  |
| Возрастная категория: 7-11 лет     |                                   |             |                      |    |     |                         |             |           |  | Возрастная категория: 12 лет и старше |  |  | Возрастная категория: 12 лет и старше |       |  |
| Прием пищи                         | Наименование блюда                | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энергетическая ценность | № рецептуры | Стоимость |  |                                       |  |  |                                       |       |  |
|                                    |                                   |             | Б                    | Ж  | У   |                         |             |           |  |                                       |  |  |                                       |       |  |
| завтрак                            |                                   |             |                      |    |     |                         |             |           |  |                                       |  |  |                                       |       |  |
|                                    | Каша гречневая рассыпчатая        | 180/5       | 10                   | 7  | 45  | 288                     | 65,02       |           |  |                                       |  |  |                                       |       |  |
|                                    | Котлеты из мяса птицы             | 60          | 6                    | 10 | 12  | 194                     | 486,01      |           |  |                                       |  |  |                                       |       |  |
|                                    | Соус томатный                     | 40          | 1                    | 3  | 3   | 29                      | 593,06      |           |  |                                       |  |  |                                       |       |  |
|                                    | Напиток из свежих мороженных ягод | 200/10      | 1                    |    | 21  | 89                      | 102,03      |           |  |                                       |  |  |                                       |       |  |
|                                    | Хлеб пшеничный                    | 55          | 4                    | 1  | 27  | 135                     | 207,01      |           |  |                                       |  |  |                                       |       |  |
| Итого за завтрак                   |                                   | 550         | 22                   | 21 | 108 | 735                     |             |           |  |                                       |  |  |                                       | 76,36 |  |



СОГЛАСОВАНО  
МБОУ СОШ №  
Директор



Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 10)

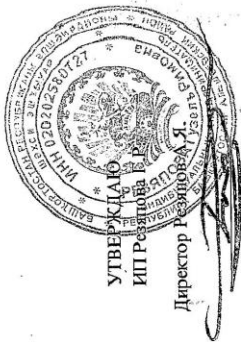
| Рацион: дети из ММС (5-11 классы)     |                              |             |                      | Рацион: дети из ММС                   |       |                                |             | Рацион: дети из ММС                   |  |  |  |
|---------------------------------------|------------------------------|-------------|----------------------|---------------------------------------|-------|--------------------------------|-------------|---------------------------------------|--|--|--|
| Неделя: 2                             |                              |             |                      | Неделя: 2                             |       |                                |             | Неделя: 2                             |  |  |  |
| Возрастная категория: 12 лет и старше |                              |             |                      | Возрастная категория: 12 лет и старше |       |                                |             | Возрастная категория: 12 лет и старше |  |  |  |
| Прием пищи                            | Наименование блюда           | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |                                       |       | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры | Стоимость                             |  |  |  |
|                                       |                              |             | Б                    | Ж                                     | У     |                                |             |                                       |  |  |  |
| завтрак                               |                              |             |                      |                                       |       |                                |             |                                       |  |  |  |
|                                       | Каша пшенная молочная жидкая | 180/4,5     | 7                    | 8                                     | 33    | 230                            | 73,02       |                                       |  |  |  |
|                                       | Напиток из свежих яблок      | 200/20      |                      |                                       | 8     | 32                             | 102,14      |                                       |  |  |  |
|                                       | Йогурт                       | 100         | 5                    | 3                                     | 12,6  | 84,5                           | 104,01      |                                       |  |  |  |
|                                       | Хлеб пшеничный               | 50          | 4                    | 1                                     | 24    | 123                            | 207         |                                       |  |  |  |
|                                       | Итого за завтрак             | 554,5       | 22                   | 20                                    | 89    | 627                            |             | 76,36                                 |  |  |  |
| Итого за период                       |                              | 5587,5      | 196                  | 173                                   | 940,6 | 6075,5                         |             |                                       |  |  |  |
| В среднем за период                   |                              | 558,75      | 19,6                 | 17,3                                  | 94,06 | 607,55                         |             |                                       |  |  |  |

| Рацион: дети из ММС, (1-4 классы), РП |                              |             |                      | Рацион: дети из ММС            |      |                                |             | Рацион: дети из ММС            |  |  |  |
|---------------------------------------|------------------------------|-------------|----------------------|--------------------------------|------|--------------------------------|-------------|--------------------------------|--|--|--|
| Неделя: 2                             |                              |             |                      | Неделя: 2                      |      |                                |             | Неделя: 2                      |  |  |  |
| Возрастная категория: 7-11 лет        |                              |             |                      | Возрастная категория: 7-11 лет |      |                                |             | Возрастная категория: 7-11 лет |  |  |  |
| Прием пищи                            | Наименование блюда           | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |                                |      | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры | Стоимость                      |  |  |  |
|                                       |                              |             | Б                    | Ж                              | У    |                                |             |                                |  |  |  |
| завтрак                               |                              |             |                      |                                |      |                                |             |                                |  |  |  |
|                                       | Каша пшенная молочная жидкая | 180/4,5     | 7                    | 8                              | 33   | 230                            | 73,02       |                                |  |  |  |
|                                       | Напиток из свежих яблок      | 200/20      |                      |                                | 8    | 32                             | 102,14      |                                |  |  |  |
|                                       | Йогурт                       | 100         | 5                    | 3                              | 12,6 | 84,5                           | 104,01      |                                |  |  |  |
|                                       | Хлеб пшеничный               | 50          | 4                    | 1                              | 24   | 123                            | 207         |                                |  |  |  |
|                                       | Итого за завтрак             | 554,5       | 22                   | 20                             | 89   | 627                            |             | 69,57                          |  |  |  |
| Итого за период                       |                              | 5307,5      | 184                  | 160                            | 884  | 5784                           |             |                                |  |  |  |
| В среднем за период                   |                              | 530,75      | 18,4                 | 16                             | 88,4 | 578,4                          |             |                                |  |  |  |



СОГЛАСОВАНО  
МБОУ СОШ №  
Директор

СОГЛАСОВАНО  
МБОУ СОШ №  
Директор



Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 2)

| Рацион: дети из ММС, (1-4 классы), РП |                         | День: вторник |                      | Сезон: осень |       |                                |           |           |
|---------------------------------------|-------------------------|---------------|----------------------|--------------|-------|--------------------------------|-----------|-----------|
| Неделя: 1                             |                         | Неделя: 1     |                      | Неделя: 1    |       |                                |           |           |
| Прием пищи                            | Наименование блюда      | Выход блюда   | Пищевые вещества (г) |              |       | Энергетическая ценность (ккал) | № рецепту | Стоимость |
|                                       |                         |               | Б                    | Ж            | У     |                                |           |           |
| завтрак                               |                         |               |                      |              |       |                                |           |           |
|                                       | Каша "Артек" молочная   | 180/4,5       | 7                    | 7            | 67    | 355                            | 69,02     |           |
|                                       | Йогурт                  | 100           | 5                    | 3            | 12,6  | 84,5                           | 104,01    |           |
|                                       | Напиток из свежих яблок | 200/20        |                      |              | 8     | 32                             | 102,14    |           |
|                                       | Хлеб пшеничный          | 50            | 4                    | 1            | 24    | 123                            | 207       |           |
| Итого за завтрак                      |                         | 554,5         | 16                   | 11           | 111,6 | 594,5                          |           | 76,36     |

| Рацион: дети из ММС (5-11 классы) |                         | День: вторник |                      | Сезон: осень |       |                                |           |           |
|-----------------------------------|-------------------------|---------------|----------------------|--------------|-------|--------------------------------|-----------|-----------|
| Неделя: 1                         |                         | Неделя: 1     |                      | Неделя: 1    |       |                                |           |           |
| Прием пищи                        | Наименование блюда      | Выход блюда   | Пищевые вещества (г) |              |       | Энергетическая ценность (ккал) | № рецепту | Стоимость |
|                                   |                         |               | Б                    | Ж            | У     |                                |           |           |
| завтрак                           |                         |               |                      |              |       |                                |           |           |
|                                   | Каша "Артек" молочная   | 180/4,5       | 7                    | 7            | 67    | 355                            | 69,02     |           |
|                                   | Йогурт                  | 100           | 5                    | 3            | 12,6  | 84,5                           | 104,01    |           |
|                                   | Напиток из свежих яблок | 200/20        |                      |              | 8     | 32                             | 102,14    |           |
|                                   | Хлеб пшеничный          | 50            | 4                    | 1            | 24    | 123                            | 207       |           |
| Итого за завтрак                  |                         | 554,5         | 16                   | 11           | 111,6 | 594,5                          |           | 76,36     |



СОГЛАСОВАНО  
МБОУ СОШ №  
Директор

СОГЛАСОВАНО  
МБОУ СОШ №  
Директор



Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 3)

| Район: дети из ММС, (1-4 классы), РП |                          |                                |                      | День: среда |    | Сезон: осень                   |           |           |
|--------------------------------------|--------------------------|--------------------------------|----------------------|-------------|----|--------------------------------|-----------|-----------|
| Неделя: 1                            |                          | Возрастная категория: 7-11 лет |                      |             |    |                                |           |           |
| Прием пищи                           | Наименование блюда       | Выход блюда                    | Пищевые вещества (г) |             |    | Энергетическая ценность (ккал) | № рецепту | Стоимость |
|                                      |                          |                                | Б                    | Ж           | У  |                                |           |           |
| завтрак                              |                          |                                |                      |             |    |                                |           |           |
|                                      | Огурцы свежие порционные | 60                             |                      |             |    | 7                              | 469,01    |           |
|                                      | Плов из мяса кур         | 150                            | 11                   | 19          | 30 | 320                            | 64,18     |           |
|                                      | Пастила Пастилушка       | 25                             | 1                    |             | 14 | 63                             | 220       |           |
|                                      | Чай витаминный           | 200/5                          |                      |             | 11 | 39                             | 102,04    |           |
|                                      | Хлеб пшеничный           | 60                             | 5                    | 1           | 29 | 148                            | 99        |           |
| Итого за завтрак                     |                          | 500                            | 17                   | 20          | 84 | 577                            |           | 69,57     |

| Район: дети из ММС (5-11 классы) |                          |                                       |                      | День: среда |     | Сезон: осень                   |           |           |
|----------------------------------|--------------------------|---------------------------------------|----------------------|-------------|-----|--------------------------------|-----------|-----------|
| Неделя: 1                        |                          | Возрастная категория: 12 лет и старше |                      |             |     |                                |           |           |
| Прием пищи                       | Наименование блюда       | Выход блюда                           | Пищевые вещества (г) |             |     | Энергетическая ценность (ккал) | № рецепту | Стоимость |
|                                  |                          |                                       | Б                    | Ж           | У   |                                |           |           |
| завтрак                          |                          |                                       |                      |             |     |                                |           |           |
|                                  | Огурцы свежие порционные | 60                                    |                      |             |     | 7                              | 469,01    |           |
|                                  | Плов из мяса кур         | 200                                   | 13                   | 21          | 48  | 389                            | 64,2      |           |
|                                  | Пастила Пастилушка       | 25                                    | 1                    |             | 14  | 63                             | 220       |           |
|                                  | Чай витаминный           | 200/5                                 |                      |             | 11  | 39                             | 102,04    |           |
|                                  | Хлеб пшеничный           | 60                                    | 5                    | 1           | 29  | 148                            | 99        |           |
| Итого за завтрак                 |                          | 550                                   | 19                   | 22          | 102 | 646                            |           | 76,36     |



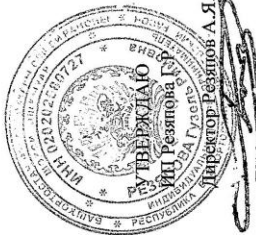
СОГЛАСОВАНО  
МБОУ СОШ №  
Директор



СОГЛАСОВАНО  
МБОУ СОШ №  
Директор

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4)

| Рацион: дети из ММС, (1-4 классы), РП |                    |             |                      |   |   |                         |             |           |  | Рацион: дети из ММС (5-11 классы)     |                    |             |                      |   |   |                         |             |           |  | Рацион: дети из ММС                   |                    |             |                      |   |   |                         |             |           |  | Дети: четверг                         |                    |             |                      |   |   |                         |             |           |  | Сезон: осень                          |   |   |   |   |   |   |   |   |   |                                       |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---------------------------------------|--------------------|-------------|----------------------|---|---|-------------------------|-------------|-----------|--|---------------------------------------|--------------------|-------------|----------------------|---|---|-------------------------|-------------|-----------|--|---------------------------------------|--------------------|-------------|----------------------|---|---|-------------------------|-------------|-----------|--|---------------------------------------|--------------------|-------------|----------------------|---|---|-------------------------|-------------|-----------|--|---------------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---------------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Неделя: 1                             |                    |             |                      |   |   |                         |             |           |  | Неделя: 1                             |                    |             |                      |   |   |                         |             |           |  | Неделя: 1                             |                    |             |                      |   |   |                         |             |           |  | Неделя: 1                             |                    |             |                      |   |   |                         |             |           |  | Неделя: 1                             |   |   |   |   |   |   |   |   |   | Неделя: 1                             |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Возрастная категория: 7-11 лет        |                    |             |                      |   |   |                         |             |           |  | Возрастная категория: 12 лет и старше |                    |             |                      |   |   |                         |             |           |  | Возрастная категория: 12 лет и старше |                    |             |                      |   |   |                         |             |           |  | Возрастная категория: 12 лет и старше |                    |             |                      |   |   |                         |             |           |  | Возрастная категория: 12 лет и старше |   |   |   |   |   |   |   |   |   | Возрастная категория: 12 лет и старше |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Прием пищи                            | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |   |   | Энергетическая ценность | № рецептуры | Стоимость |  | Прием пищи                            | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |   |   | Энергетическая ценность | № рецептуры | Стоимость |  | Прием пищи                            | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |   |   | Энергетическая ценность | № рецептуры | Стоимость |  | Прием пищи                            | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |   |   | Энергетическая ценность | № рецептуры | Стоимость |  |                                       |   |   |   |   |   |   |   |   |   |                                       |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|                                       |                    |             | Б                    | Ж | У |                         |             |           |  |                                       |                    |             | Б                    | Ж | У |                         |             |           |  |                                       |                    |             | Б                    | Ж | У |                         |             |           |  |                                       |                    |             | Б                    | Ж | У |                         |             |           |  | Б                                     | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж                                     | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У | Б | Ж | У |



СОГЛАСОВАНО  
МБОУ СОШ №  
Директор



СОГЛАСОВАНО  
МБОУ СОШ №  
Директор

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 5)

| Рацион: дети из ММС, РП (1-4 классы), РП |                         |             |                      | Сезон: осень                          |     |                                |            |           |
|------------------------------------------|-------------------------|-------------|----------------------|---------------------------------------|-----|--------------------------------|------------|-----------|
| Дни: пятница                             |                         |             |                      | Дни: пятница                          |     |                                |            |           |
| Неделя: 1                                |                         |             |                      | Неделя: 1                             |     |                                |            |           |
| Возрастная категория: 7-11 лет           |                         |             |                      | Возрастная категория: 12 лет и старше |     |                                |            |           |
| Прием пищи                               | Наименование блюда      | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |                                       |     | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептур | Стоимость |
|                                          |                         |             | Б                    | Ж                                     | У   |                                |            |           |
| завтрак                                  |                         |             |                      |                                       |     |                                |            |           |
|                                          | Каша молочная "Дружба"  | 180/4,5     | 6                    | 8                                     | 33  | 217                            | 74,02      |           |
|                                          | Чай с лимоном и сахаром | 200/7       |                      |                                       | 10  | 42                             | 94,02      |           |
|                                          | Бутерброд с повидлом    | 50/15       | 4                    |                                       | 50  | 155                            | 3,04       |           |
|                                          | Фрукты                  | 140         | 1                    | 1                                     | 14  | 66                             | 101,02     |           |
| Итого за завтрак                         |                         | 596,5       | 11                   | 9                                     | 107 | 480                            |            | 76,36     |

| Рацион: дети из ММС            |                         |             |                      | Сезон: осень                          |     |                                |            |           |
|--------------------------------|-------------------------|-------------|----------------------|---------------------------------------|-----|--------------------------------|------------|-----------|
| Дни: пятница                   |                         |             |                      | Дни: пятница                          |     |                                |            |           |
| Неделя: 1                      |                         |             |                      | Неделя: 1                             |     |                                |            |           |
| Возрастная категория: 7-11 лет |                         |             |                      | Возрастная категория: 12 лет и старше |     |                                |            |           |
| Прием пищи                     | Наименование блюда      | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |                                       |     | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептур | Стоимость |
|                                |                         |             | Б                    | Ж                                     | У   |                                |            |           |
| завтрак                        |                         |             |                      |                                       |     |                                |            |           |
|                                | Каша молочная "Дружба"  | 180/4,5     | 6                    | 8                                     | 33  | 217                            | 74,02      |           |
|                                | Чай с лимоном и сахаром | 200/7       |                      |                                       | 10  | 42                             | 94,02      |           |
|                                | Бутерброд с повидлом    | 50/15       | 4                    |                                       | 50  | 155                            | 3,04       |           |
|                                | Фрукты                  | 140         | 1                    | 1                                     | 14  | 66                             | 101,02     |           |
| Итого за завтрак               |                         | 596,5       | 11                   | 9                                     | 107 | 480                            |            | 76,36     |



СОГЛАСОВАНО  
МБОУ СОШ №  
Директор

СОГЛАСОВАНО  
МБОУ СОШ №  
Директор



Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)

Район: дети из ММС,  
(1-4 классы), РП

День: понедельник Сезон: осень  
Неделя: 2 Возрастная категория: 7-11 лет

День: понедельник Сезон: осень  
Неделя: 2 Возрастная категория: 12 лет и старше

| Прием пищи       | Наименование блюда          | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |    | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры | Стоимость |
|------------------|-----------------------------|-------------|----------------------|----|----|--------------------------------|-------------|-----------|
|                  |                             |             | Б                    | Ж  | У  |                                |             |           |
| завтрак          | Макаронные изделия отварные | 150/4       | 6                    | 4  | 37 | 204                            | 77,01       |           |
|                  | Сосиска Детская             | 55          | 6                    | 15 |    | 163                            | 192         |           |
|                  | Соус томатный               | 30          |                      | 1  | 2  | 22                             | 593,05      |           |
|                  | Чай с лимоном и сахаром     | 200/7       |                      |    | 10 | 42                             | 94,02       |           |
|                  | Бутерброд с повидлом        | 50/15       | 4                    |    | 50 | 155                            | 3,04        |           |
| Итого за завтрак |                             | 511         | 16                   | 20 | 99 | 586                            |             | 69,57     |

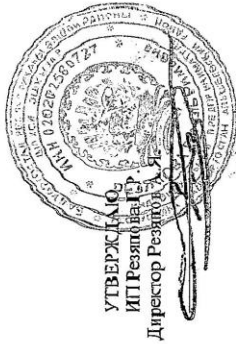
| Прием пищи       | Наименование блюда          | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры | Стоимость |
|------------------|-----------------------------|-------------|----------------------|----|-----|--------------------------------|-------------|-----------|
|                  |                             |             | Б                    | Ж  | У   |                                |             |           |
| завтрак          | Макаронные изделия отварные | 180/5       | 7                    | 4  | 44  | 246                            | 77,02       |           |
|                  | Сосиска Детская             | 55          | 6                    | 15 |     | 163                            | 192         |           |
|                  | Соус томатный               | 40          | 1                    | 3  | 3   | 29                             | 593,06      |           |
|                  | Чай с лимоном и сахаром     | 200/7       |                      |    | 10  | 42                             | 94,02       |           |
|                  | Бутерброд с повидлом        | 50/15       | 4                    |    | 50  | 155                            | 3,04        |           |
| Итого за завтрак |                             | 552         | 18                   | 22 | 107 | 635                            |             | 76,36     |





СОГЛАСОВАНО  
МБОУ СОШ №  
Директор

СОГЛАСОВАНО  
МБОУ СОШ №  
Директор



УТВЕРЖДАЮ  
ИП Резникова Г.Р.  
Директор Резникова Г.Р.

### Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)

День: вторник Сезон: осень  
Неделя: 2 Возрастная категория: 12 лет и старше

Рацион: дети из ММС, РП  
(1-4 классы), РП

| Прием<br>пищи    | Наименование блюда                   | Выход<br>блюда | Пищевые<br>вещества (г) |    |    | Энерге-<br>тичес-<br>кий<br>рецепту<br>ценнос | №<br>рецепту<br>ры | Стоим<br>ость |
|------------------|--------------------------------------|----------------|-------------------------|----|----|-----------------------------------------------|--------------------|---------------|
|                  |                                      |                | Б                       | Ж  | У  |                                               |                    |               |
| завтрак          |                                      |                |                         |    |    |                                               |                    |               |
|                  | Каша гречневая рассыпчатая           | 150/4          | 9                       | 6  | 39 | 265                                           | 65                 |               |
|                  | Куры отварные (бедра)                | 70             | 18                      | 15 |    | 229                                           | 521                |               |
|                  | Соус томатный                        | 30             |                         | 1  | 2  | 22                                            | 593,05             |               |
|                  | Напиток из свежих<br>мороженных ягод | 200/10         | 1                       |    | 21 | 89                                            | 102,03             |               |
|                  | Хлеб пшеничный                       | 50             | 4                       | 1  | 24 | 123                                           | 207                |               |
| Итого за завтрак |                                      | 514            | 32                      | 23 | 86 | 728                                           |                    | 69,57         |

Рацион: дети из ММС  
(5-11 классы)

| Прием пищи       | Наименование блюда               | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |    | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептура | Стоимость |
|------------------|----------------------------------|-------------|----------------------|----|----|--------------------------------|-------------|-----------|
|                  |                                  |             | Б                    | Ж  | У  |                                |             |           |
| завтрак          |                                  |             |                      |    |    |                                |             |           |
|                  | Каша гречневая рассыпчатая       | 180/5       | 10                   | 7  | 45 | 288                            | 65,02       |           |
|                  | Куры отварные (бедра)            | 70          | 18                   | 15 |    | 229                            | 521         |           |
|                  | Соус томатный                    | 40          | 1                    | 3  | 3  | 29                             | 593,06      |           |
|                  | Напиток из свежих мороженых ягод | 200/10      | 1                    |    | 21 | 89                             | 102,03      |           |
|                  | Хлеб пшеничный                   | 50          | 4                    | 1  | 24 | 123                            | 207         |           |
| Итого за завтрак |                                  | 555         | 34                   | 26 | 93 | 758                            |             | 76,36     |



СОГЛАСОВАНО  
МБОУ СОШ №  
Директор



СОГЛАСОВАНО  
МБОУ СОШ №  
Директор

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 8)

| Рацион: дети из ММС, (1-4 классы), РП |                          |             |                      | Рацион: дети из ММС (5-11 классы) |                          |             |                      | Сезон: осень                   |           |           |       |
|---------------------------------------|--------------------------|-------------|----------------------|-----------------------------------|--------------------------|-------------|----------------------|--------------------------------|-----------|-----------|-------|
| День: среда                           |                          |             |                      | День: среда                       |                          |             |                      | Сезон: осень                   |           |           |       |
| Неделя: 2                             |                          |             |                      | Неделя: 2                         |                          |             |                      | Неделя: 2                      |           |           |       |
| Прием пищи                            | Наименование блюда       | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | Прием пищи                        | Наименование блюда       | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | Энергетическая ценность (ккал) | № рецепту | Стоимость |       |
|                                       |                          |             |                      |                                   |                          |             |                      |                                |           |           |       |
| завтрак                               | Огурцы свежие порционные | 30          | Б Ж У                | завтрак                           | Огурцы свежие порционные | 40          | Б Ж У                | 4                              | 469       |           |       |
|                                       | Плов из говядины         | 150         | 11 13 31             |                                   | Плов из говядины         | 180         | 13 16 37             | 341                            | 461,11    |           |       |
|                                       | Чай с сахаром            | 200         |                      |                                   | Чай с сахаром            | 200         |                      | 9                              | 92,04     |           |       |
|                                       | Сок фруктовый            | 100         | 1 13 46              |                                   | Сок фруктовый            | 100         | 1 13 46              | 50                             | 50        |           |       |
|                                       | Хлеб пшеничный           | 50          | 4 1 24               |                                   | Хлеб пшеничный           | 50          | 4 1 24               | 123                            | 207       |           |       |
| Итого за завтрак                      |                          |             |                      | Итого за завтрак                  |                          |             |                      | 570                            | 18 17 83  | 550       | 76,36 |



СОГЛАСОВАНО  
МБОУ СОШ №  
Директор

СОГЛАСОВАНО  
МБОУ СОШ №  
Директор



### Примерное меню: пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 9)

| Рацион: дети из ММС, (1-4 классы), РП |                                         | День: четверг                  | Сезон: осень         | Рацион: дети из ММС (5-11 классы) |             | День: четверг                         | Сезон: осень |
|---------------------------------------|-----------------------------------------|--------------------------------|----------------------|-----------------------------------|-------------|---------------------------------------|--------------|
| Неделя: 2                             |                                         | Возрастная категория: 7-11 лет |                      | Неделя: 2                         |             | Возрастная категория: 12 лет и старше |              |
| Прием пищи                            | Наименование блюда                      | Выход блюда                    | Пищевые вещества (г) | Энергетическая ценность (ккал)    | № рецептуры | Стоимость                             |              |
|                                       |                                         |                                | Б                    | Ж                                 | У           |                                       |              |
| завтрак                               | Помидоры порционные                     | 40                             |                      |                                   | 1           | 5                                     | 115          |
|                                       | Картофельное пюре                       | 150/4                          | 3                    | 5                                 | 22          | 140                                   | 107,08       |
|                                       | Рыба, (филе) тушеная в томате с овощами | 30/40                          | 12                   | 4                                 | 2           | 215                                   | 187          |
|                                       | Чай витаминный                          | 200/5                          |                      |                                   | 11          | 39                                    | 102,04       |
|                                       | Хлеб пшеничный                          | 50                             | 4                    | 1                                 | 24          | 123                                   | 207          |
| Итого за завтрак                      |                                         | 519                            | 19                   | 10                                | 60          | 522                                   | 69,57        |
| Прием пищи                            | Наименование блюда                      | Выход блюда                    | Пищевые вещества (г) | Энергетическая ценность (ккал)    | № рецептуры | Стоимость                             |              |
|                                       |                                         |                                | Б                    | Ж                                 | У           |                                       |              |
| завтрак                               | Помидоры порционные                     | 40                             |                      |                                   | 1           | 5                                     | 115          |
|                                       | Картофельное пюре                       | 180/5                          | 4                    | 5                                 | 26          | 164                                   | 107,1        |
|                                       | Рыба, (филе) тушеная в томате с овощами | 30/40                          | 12                   | 4                                 | 2           | 215                                   | 187          |
|                                       | Чай витаминный                          | 200/5                          |                      |                                   | 11          | 39                                    | 102,04       |
|                                       | Хлеб пшеничный                          | 50                             | 4                    | 1                                 | 24          | 123                                   | 207          |
| Итого за завтрак                      |                                         | 550                            | 20                   | 10                                | 64          | 546                                   | 76,36        |