Напиток

Утверждаю: Директор ООО "Школяр" Степанова А.Г.

дентор МАОУ СОШ № 86 Сентора Н.А. Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюдов во Период действия с 01.09.2025 по 31.12.2025

Завтрак + обед (дотация) 1-4 классы 271-59 рублей

День: понедельник

	не,	деля: і		
1:		Пищевые	Энерге-	
100	Macca	вещества (г)	тическая	•

Nº	Пъмом пиним неименероние блюда	Macca		ищевь цества	W 80 1	Энерге- тическая	Витамины (мг)	Мине	ральнь (м	10.0	ества
рец.	Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	С	Ca	. Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Завтр	ак и обед 1-4 классы										
Завтр	ак										
257,96	Каша ячневая молочная с маслом	200/10	7,4	12	43,2	299,7	1		243,4	16	1,1
	Фрукт	100	0,4	9	11,3	46	13	16	11	9	2,2
	Напиток	200	0,1		26,8	101,3	3,3	4,5	2,8	2,3	0,6
52,06	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	0,9	0,3	4,8	22,8		1,8	5,4	1,2	
Итого з	а Завтрак		8,8	12,3	86,1	469,7	17,2	152,9	262,5	28,4	3,9
Обед											
	Суп с макаронными изделиями и мясом	250/10	4,3	6	24	161,1	12,8	30,4	79,9	28,6	1,4
54.1	Купаты с соусом	100	6	7,1	45,4	269,7	0,5	23,5	78,6	23	1,5
	Рис припущенный	150	3,7	4,7	40,6	209,2		21	51,9	12,6	1,1
	Напиток	200	0,1		26,8	101,3	3,3	4,5	2,8	2,3	0,6
	Хлеб пшеничный витаминизированный	45	1,4	0,5	7,2	34,2		2,7	8,1	1,8	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,7	0,2	4	19		1,5	4,5	1	
Итого з	а Обед		16,2	18,5	148	794,4	16,5	83,6	225,8		4,7
Итого з	а Завтрак и обед 1-4 классы		25,1	30,7	234,1	1264,2	33,7		488,3		8,5
Итого з			25,1	30,7	234,1	1264,2	33,7	236,5	488,3	97,6	8,5

День: вторник

		He	еделя:	1							
Nº	Присти пиним поимонородию блюда	Macca	1000	Іищевь щества	Warner	Энерге- тическая	Витамины (мг)	Мине	ральнь (м		ества
рец.	Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	С	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Завтр	ак и обед 1-4 классы										
Завтр	рак										
270,02	Каша Царская с курицей	250	20,2	20,5	49,9	452,8	6,8		346,5		7,1
	Подгарнировка овощная	30	0,4	3	2,8	39,4	11,6	15,3	7,4	4,2	0,3
	Напиток	200	0,1		26,8	101,3	3,3	4,5	2,8	2,3	0,6
899,03	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,4	0,3	14,5	70,5		6,9	26,1	9,9	0,6
Итого з	а Завтрак		23,1	23,8	94	664	21,6	131,7	382,7	114,8	8,6
Обед											
138,19	Суп картофельный с бобовыми и мясом	250/10	7,4	8,7	23	194,2	9	43,9	101,9	. 18384.3	2,5
5,48	Тефтели рыбные с соусом	100	12,4	9,8	9,6	171,3	1,8	57	30,2	30	1,9
	Пюре картофельное	150	3,3	5,2	26,4	159,5	19,5	49,9	97	34,4	1,3
	Напиток	200	0,1		26,8	101,3	3,3	4,5	2,8	2,3	0,6
52,06	Хлеб пшеничный витаминизированный	45	1,4	0,5	7,2	34,2		2,7	8,1	1,8	5
52.12	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,7	0,2	4	19		1,5	4,5	1	
	а Обед		25,2	24,4	97,1	679,4	33,5	159,5	244,4	108,3	6,3
	а Завтрак и обед 1-4 классы		48,3	48,2	191	1343,4	55,1	291,2		223,1	14,9
Итого з			48,3	48,2	191	1343,4	55,1	291,2	627,1	223,1	14,9

День: среда

Nº	Памана пини наминаналима блюда	Macca	500	ищевы цества	0.800	Энерге- тическая	Витамины (мг)	Мине	ральнь (м		ества
рец.	Прием пищи, наименование блюда	порции	Б.	ж	У	ценность (ккал)	C	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Завтр	ак и обед 1-4 классы										
Завтр	рак										
257.96	Каша рисовая молочная с маслом	200/10	5,9	11,7	45,7	300,1	1		134,2		1,1
297,16	Запеканка из творога со сгущенным	100/10	17,9	13,2	20,5	273	0,6	195,8	245,4	30	0,8
	молоком			-			2.2	1.5	0.0	2.2	0.0

101,3

	30	0,9	0,3	4,8	22,8		1,8	5.4	1,2	
аминизированный втрак							1 .,•	,,,	1,2	
втрак		24,8	25,2	97,8	697,2	4.8	343.4	387.7	58.7	2,6
							1040,4	507,7	30,7	2,0
ц со сметаной и мясом	250/10/10	3,6	10,3	14.4	162.6	10.0	FOF	70.0	00.4	
е куриное тушеное в белом е	100	12	9,5	3,2	180,4	19,9	25,8			1,7
аронные изделия отварные	150	5,3	4,8	38.4	208.4		17.6	45.3	0.8	0,8
ток	200	0,1			The state of the s	3.3				0,6
5 пшеничный минизированный	45	1,4	0,5	7,2	34,2	0,0	2,7	8,1	1,8	0,0
ржано-пшеничный	25	0.7	0.2	4	19		1.5	1.5	1	
ед		23.2		94		23.2			110.0	4.2
зтрак и обед 1-4 классы		48		191.7					-	
Нь		48		191,7	1403					
1 0 0	ц со сметаной и мясом в куриное тушеное в белом е вронные изделия отварные вток б пшеничный минизированный в ржано-пшеничный ед	щ со сметаной и мясом 250/10/10 е куриное тушеное в белом 100 е пронные изделия отварные 150 вток 200 б пшеничный 45 минизированный 25 ед зтрак и обед 1-4 классы	д со сметаной и мясом 250/10/10 3,6 е куриное тушеное в белом е куриное тушеное в белом 200 12 е куриное изделия отварные 150 5,3 кток 200 0,1 б пшеничный 45 1,4 минизированный 25 0,7 ед 23,2 ктрак и обед 1-4 классы 48 кток 48	д со сметаной и мясом 250/10/10 3,6 10,3 е куриное тушеное в белом е вронные изделия отварные 150 5,3 4,8 ток 200 0,1 5 гок 200 0,1 6 минизированный 45 1,4 0,5 минизированный 25 0,7 0,2 ед 23,2 25,3 втрак и обед 1-4 классы 48 50,5 вы	щ со сметаной и мясом	щ со сметаной и мясом 250/10/10 3,6 10,3 14,4 162,6 е куриное тушеное в белом е куриное тушеное в белом 200 12 9,5 3,2 180,4 100 12 9,5 3,2 180,4 100 12 9,5 3,2 180,4 100 12 9,5 3,2 180,4 100 100 100 100 100 100 100 100 100 10	щ со сметаной и мясом 250/10/10 3,6 10,3 14,4 162,6 19,9 е куриное тушеное в белом е куриное тушеное в белом 200 0,1 26,8 101,3 3,3 пшеничный 45 1,4 0,5 7,2 34,2 минизированный 25 0,7 0,2 4 19 ед 23,2 25,3 94 705,8 23,2 ктрак и обед 1-4 классы 48 50,5 191,7 1403 28 вы	щ со сметаной и мясом 250/10/10 3,6 10,3 14,4 162,6 19,9 58,5 куриное тушеное в белом вронные изделия отварные 150 5,3 4,8 38,4 208,4 17,6 кток 200 0,1 26,8 101,3 3,3 4,5 пшеничный 45 1,4 0,5 7,2 34,2 2,7 минизированный 25 0,7 0,2 4 19 1,5 ктрак и обед 1-4 классы 48 50,5 191,7 1403 28 453,9 ктрак и обед 1-4 классы 48 50,5 191,7 1403 28 453,9 ктрак и обед 1-4 классы 48 50,5 191,7 1403 28 453,9 ктрак и обед 1-4 классы 48 50,5 191,7 1403 28 453,9 ктрак и обед 1-4 классы 48 50,5 191,7 1403 28 453,9 ктрак и обед 1-4 классы 48 50,5 191,7 1403 28 453,9 ктрак и обед 1-4 классы 48 50,5 191,7 1403 28 453,9 ктрак и обед 1-4 классы 48 50,5 191,7 1403 28 453,9 ктрак и обед 1-4 классы 48 50,5 191,7 1403 28 453,9 ктрак и обед 1-4 классы 48 50,5 191,7 1403 28 453,9 ктрак и обед 1-4 классы 48 50,5 191,7 1403 28 453,9 ктрак и обед 1-4 классы 48 50,5 191,7 1403 28 453,9 ктрак и обед 1-4 классы 48 50,5 191,7 1403 28 453,9 ктрак и обед 1-4 классы 48 50,5 191,7 1403 28 453,9 ктрак и обед 1-4 классы 48 50,5 191,7 1403 28 453,9 ктрак и обед 1-4 классы 48 50,5 191,7 1403 28 453,9 ктрак и обед 1-4 классы 48 50,5 191,7 1403 28 453,9 ктрак и обед 1-4 классы 48 50,5 191,7 1403 28 453,9 ктрак и обед 1-4 классы 48 50,5 191,7 1403 28 453,9 ктрак и обед 1-4 классы 48 50,5 191,7 1403	д со сметаной и мясом 250/10/10 3,6 10,3 14,4 162,6 19,9 58,5 70,8 2 куриное тушеное в белом е куриное тушеное в белом 25,8 139,9 вронные изделия отварные 150 5,3 4,8 38,4 208,4 17,6 45,3 170к 200 0,1 26,8 101,3 3,3 4,5 2,8 170к 200 0,1 26,8 101,3 3,3 4,5 2,8 170к 10,5 7,2 34,2 2,7 8,1 10,5 2,7 1,3 1,5 4,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1	д со сметаной и мясом 250/10/10 3,6 10,3 14,4 162,6 19,9 58,5 70,8 36,4 25,8 139,9 67,7 25,8 130,9 67,9 130,9 67,9 130,9 13

День: четверг Неделя: 1

		110	деля:								
Nº	Прием пищи, наименование блюда	Macca		Іищеві ществ		Энерге- тическая	Витамины (мг)	Мин	еральні і)	ые веш иг)	ества
рец.		порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	С	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	ак и обед 1-4 классы										
Завтр	рак									100	
54,1	Купаты с соусом	100	6	7,1	45,4	269,7	0,5	23,5	78,6	23	1,5
472,96	Пюре картофельное	150	3,3	5,2	26,4	159,5	19,5	49,9	97	34,4	1,3
	Подгарнировка овощная	20	0,3	2	1.9	26,3	7.7	10,2	4,9	2,8	0,2
	Напиток	200	0.1		26.8	101,3	3,3	4,5	2.8	2.3	0,6
899,03	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,5	70,5	0,0	6,9	26,1	9,9	0,6
	витаминизированный	3233 A		333,800	30300			0,5	20,1	3,5	0,0
Итого з	а Завтрак		12,1	14,7	115	627,2	30,9	95	209,3	72,4	4,3
Обед							55,5	00	200,0	12,7	4,5
	Рассольник "Ленинградский" со сметаной и мясом	250/10/10	4,3	10,4	20,2	187,4	12,3	41,3	93,5	31,8	1,6
23,02	Курица запеченная	100	22,6	26,2		326,3		29,4	225,6	28,7	2
463,96	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,7	5,9	41,3	238,9		50,9	181,8	61,1	5
	Напиток	200	0,1		26,8	101,3	3,3	4,5	2,8	2,3	0,6
52,06	Хлеб пшеничный	45	1,4	0,5	7,2	34,2	9,0	2,7	8.1	1.8	0,0
	витаминизированный								",	1,0	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,7	0,2	4	19		1.5	4,5	1	
Итого за			36,8	43,3	99,4	907	15,5		516,2	126,6	9,3
	а Завтрак и обед 1-4 классы		48,8	57,9	214,4	1534,3	46,4		725.5	199	13,5
Итого за	а день		48,8		214,4	1534,3	46,4		725,5		13,5

День: пятница

		н	еделя:	1							
Nº	Прием пищи, наименование блюда	Macca		Тищев: ществ:		Энерге- тическая	Витамины (мг)	Мине		ые вещ иг)	ества
рец.		порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	С	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	рак и обед 1-4 классы				-				1 .0		
Завтр	рак										
284,96	Омлет натуральный с маслом	200/5	21	33	3,8	395,8	0,6	164,1	335,6	92,6	4,4
	Подгарнировка овощная	50	0,7	5	4,6	65,7	19,3	25,6	12,3	7.1	0,5
	Напиток	200	0,1		26,8	101,3	3,3	4,5	2,8	2,3	0,6
899,03	Хлеб пшеничный	50	4	0,6	24,2	117,5		11,5	43,5	16.5	1
	витаминизированный							a 1863	0.004470	1,000.00	
	а Завтрак		25,8	38,6	59,4	680,3	23,1	205.7	394.1	118,4	6,5
Обед											-,-
	Суп картофельный с рыбой	250/10	4,6	3,5	17,8	115,8	14	35,2	58.4	31,8	1,6
28,11	Паста Болоньез	250	16,2	27,3	52,3	507,6	2,2	33,1	179,5		2
	Напиток	200	0,1		26,8	101,3	3,3	4,5	2,8	2,3	0,6
52,06	Хлеб пшеничный	45	1,4	0,5	7,2	34,2		2,7	8,1	1.8	0,0
	витаминизированный							200.4004			
52,12	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,7	0,2	4	19		1,5	4,5	1	
	а Обед		23	31,5	108,1	777,9	19,4	77	253,3	63,1	4,2
	а Завтрак и обед 1-4 классы		48,7	70,1	167,5	1458,2	42,5	282.7		181,5	10,7
Итого з	а день		48,7	70,1	167,5	1458,2	42,5	282.7		181,5	10,7

День: понедельник

		He	еделя:	2							
Nº	Прием пищи, наименование блюда	Macca]ищевь щества		Энерге- тическая	Витамины (мг)	Мине	0. com	иг) ые вещ	ества
рец.		порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	С	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Завт	рак и обед 1-4 классы										
Завт	рак		14								
262,03	Каша пшенная молочная с маслом	200/10	7.8	12.6	39.2	293.5	1.3	142.9	195 1	EG G	2.4

	Фрукт	100	0,4		11,3	40					
	Напиток	200	0.1	+		46	13	16	11	9	2,
52,06	Хлеб пшеничный	30			26,8	101,3	3,3	4,5	2,8		
	витаминизированный	30	0,9	0,3	4,8	22,8		1,8			0,
1того з	за Завтрак		-	-				1,0	5,4	1,2	
Обед			9,2	12,9	82,1	463,5	17,6		-		
	Суп с макаронными изделиями и			-		1	17,0	165,1	204,3	69,1	6
,	мясом	250/10	4,3	6	24	161,1	10.0				
01.06						101,1	12,8	30,4	79,9	28,6	1,
66.00	Гуляш из мяса	100	11,5	29,4	3,7	2047				1 ,-	1
00,96	Рис припущенный	150	3,7	4.7	-11	324,7	3,2	17,3	132,6	19.8	1
	Напиток	200	_	4,/	40,6	209,2		21	51,9		1,
2,06	Хлеб пшеничный	45	0,1		26,8	101,3	3,3	4,5		12,6	1,
	ВИТАМИНИЗИВОВАННЫЙ	45	1,4	0,5	7,2	34,2	0,0	-	2,8	2,3	0,6
2,12	Хлеб ржано-пшеничный							2,7	8,1	1,8	
ого за	Обед	25	0,7	0,2	4	19		-			
гого за	Завтрак и обед 1-4 классы		21,7	40,8	106,3	849,5		1,5	4,5	1	200
1010 33	день		30,8	53.7	188,4	1313	19,2	77,4	279,8	66	4,6
0.0 36	день	Vendoras 18	30.8	53.7	188,4		36,7	242,6		135,1	10,6
			День:		100,4	1313	36,7	242,6		135,1	10,6
		11-	деля:	PIOPHI	1K		The state of the s	, = .=,0	104	100,1	10,6

		I	Недел	я: 2							
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда		E	Пище вещест		Энерге- тическая	Витамины (мг)	Ми	нераль	ные ве (мг)	щест
1	2		Б	ж	У	ценность (ккал)	С	Ca	Р	Mg	TF
Завт	рак и обед 1-4 классы	3	4	5	6	7	8				
Завт	рак						0	9	10	11	1
416.27	Биточки из мяса										
463 96	Каша гречневая рассыпчатая	100	13,7	32,2	16,6	406,7	0.0			See See See See See	
.00,00	Полгания	150	7,7	5,9		238,9	0,2	44,5	161,	3 23,7	1,
	Подгарнировка овощная	20	0,3	2	1,9	26.3		50,9	181,	8 61,1	5
52 OC	Напиток	200	0,1	-	26.8		7,7	10,2			0,
	Хлеб пшеничный	30	0,9	0,3		101,3	3,3	4,5	2,8	2.3	0,
1	витаминизированный	5075	,,,	0,0	1 4,0	22,8		1,8	5,4	1,2	,
11010 3	а Завтрак		22,7	10.4	04.0				-,.	',2	
Обед			22,1	40,4	91,3	795,9	11,2	111 0	356,2	91	7
10,39	Борщ со сметаной и мясом	250/10/10	2.0	1400	T			1	000,2	9	7,4
29	Паста Карбонара	250/5		10,3		162,6	19,9	58,5	70,8	T 00 4	
	Напиток	200	20,2	15,1	50	440,2	2,3	67,1			1,7
52,06	Хлеб пшеничный		0,1	-	26,8	101,3	3,3		245,9		2,2
	Витаминизированный	45	1,4	0,5	7,2	34,2	0,0	4,5	2,8	2,3	0,6
52,12	Хлеб ржано-пшеничный							2,7	8,1	1,8	
того за	Обед	25	0,7	0,2	4	19		+			
гого за	Завтрак и обед 1-4 классы		26	26,2	102,3	757,2	25.4	1,5	4,5	_ 1	
гого за	день		48,7	66,6	193,7	1553,1	25,4	134,3		124,5	4,5
			48,7	66,6	193,7	1553,1	36,6	246,3	688,2	215,5	11,9
		1	День:	среда		.000,1	36,6	246,3	688,2	215,5	11,9
		He	деля:	2			9				

		ŀ	Неделя	a: 2	ų a		9		- 1000	2 2 1 3	,5 1
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда		В	Пище: ещесті	за (г)	Энерге-	Витамины (мг)	Мин		ные ве (мг)	щест
1	2	-	Б	Ж	У	ценность (ккал)	С	Ca	Р	Mg	F
Завтр	рак и обед 1-4 классы	3	4	5	6	7	8	9	+ 40		
Завтр	рак							9	10	11	1
257,96	Каша молочная геркулесовая с маслом Фрукт	200/10	8,6	14,1	40,6	314,3	1	153,7	252,3	3 79	3,
	Напиток	100	0,4		11,3	46	13	10	+		_
52,06	Хлеб пшеничный	200	0,1		26,8	101,3	3,3	16	11	9	2,
	витаминизированный	30	0,9	0,3	4,8	22,8	0,5	1,8	2,8	2,3	0,
1того за	а Завтрак							1,0	5,4	1,2	1
Обед			10	14,4	83,5	484,4	17,2	176	274 4	04.5	+-
	сметанои и мясом	250/10/10	4,3	10,4	20,2	187,4	12,3	41,3	271,4 93,5	91,5	1,6
54,1 H	Купаты с соусом	100	6	7,1	15.4				,.	01,0	1,0
72,96	Пюре картофельное	150	3,3	5,2	45,4	269,7	0,5	23,5	78,6	23	1.0
	Напиток	200	0.1	5,2	26,4	159,5	19,5	49,9	97	34,4	1,5
	Клеб пшеничный	45	1,4	0.5	26,8	101,3	3,3	4,5	2.8	2,3	1,3
2 12 V	витаминизированный	۱۰ ا	1,4	0,5	7,2	34,2		2,7	8,1	1.8	0,6
гого за	Слеб ржано-пшеничный	25	0,7	0,2	4	19				.,0	
TOTO 38	Зот		15,8	23,5	130			1,5	4,5	1	
OFO 05	Завтрак и обед 1-4 классы		25,9		213,4	771	35,5	123,4	284,3	94,2	5,1
гого за	день		25,9		213,4	1255,4	52,7	_		185.7	11.7
			день: «	57,9	213,4	1255,4	52,7		555,7		11.7

				четве : 2		1255,4	52,7	299,4	555,7	185,7	11,
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Тищевь щества Т	3/50	Энерге- тическая	Витамины (мг)	Мине		иг)	ества
1	2	порции	Б	Ж	У	ценность (ккал)	С	Ca	Р	Mg	Fe
			4	5	6	7	8	9	10	11	12

Завтр	рак и обед 1-4 классы										
Завтр											++
358,14	Котлеты из филе куриного	100	13,6	10,7	12,6	232,7	0,3	46,7	165,5	71,9	1.4
	Рис припущенный	150	3,7	4,7	40,6	209,2		21	51,9	12,6	1,1
	Подгарнировка овощная	20	0,3	2	1,9	26,3	7,7	10,2	4,9	2,8	0,2
	Напиток	200	0,1		26,8	101,3	3,3	4,5	2,8	2,3	0,6
52,06	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	0,9	0,3	4,8	22,8	é	1,8	5,4	1,2	
Итого за Завтрак			18,6	17,7	86,6	592,3	11,2	84,2	230,5	90,8	3,3
Обед											
120,27	Щи со сметаной и мясом	250/10/10	3,6	7,4	10,6	126,3	31	56,8	67,3	31,9	1,4
1,21	Азу из мяса	100	11,6	31,4	3,3	341,7	2,4	27,4	137,3	23,5	1,8
	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,7	5,9	41,3	238,9		50,9	181,8	61,1	5
	Напиток	200	0,1		26,8	101,3	3,3	4,5	2,8	2,3	0,6
	Хлеб пшеничный витаминизированный	45	1,4	0,5	7,2	34,2		2,7	8,1	1,8	
52,12	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,7	0,2	4	19		1,5	4,5	1	
Итого за Обед			25,1	45,5	93,1	861,3	36,7	143,8	401,8	121,6	8,8
Итого за Завтрак и обед 1-4 классы			43,7	63,2	179,8	1453,6	47,9	228	632,2	212,4	12,1
Итого за день			43,7	63,2	179,8	1453,6	47,9	228	632,2	212,4	12,1

День: пятница

Н	ед	ел	я:	2
---	----	----	----	---

		Н	еделя:								
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Витамины (мг)	Минеральные вещества (мг)			
			Б	ж	У	ценность (ккал)	С	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Завтр	рак и обед 1-4 классы										
Завтр	рак										
54,1	Купаты с соусом	100	6	7,1	45,4	269,7	0,5	23,5	78,6	23	1,5
	Макаронные изделия с сыром	150	8,8	8,3	34,3	239,2	0,4	16,6	122,1	8,9	0,7
	Напиток	200	0,1		26,8	101,3	3,3	4,5	2,8	2,3	0,6
52,06	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	1,5	0,5	8	38		3	9	2	
Итого за Завтрак			16,4	15,9	114,4	648,2	4,2	47,6	212,4	36,1	2,9
Обед				E	U						
138,19	Суп картофельный с бобовыми и мясом	250/10	7,4	8,7	23	194,2	9	43,9	101,9	38,8	2,5
359,13	Жаркое "Курочка Ряба" из филе куриного	250	14,8	9,6	36,7	316,7	29,4	66,4	248,9	119,2	3,4
	Напиток	200	0,1		26,8	101,3	3,3	4,5	2,8	2,3	0,6
52,06	Хлеб пшеничный витаминизированный	45	1,4	0,5	7,2	34,2		2,7	8,1	1,8	
52,12	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,7	0,2	4	19		1,5	4,5	1	
Итого за Обед			24,4	19	97,7	665,3	41,7	119	366,1	163,1	6,5
Итого за Завтрак и обед 1-4 классы			40,8	34,9	212,2	1313,5	45,8	166,6	578,5	199,2	9,4
Итого за день			40,8	34,9	212,2	1313,5	45,8	166,6	578,5	199,2	9,4
Итого всего средняя			40,9	51,4	198,6	1389,2	42,5	267.2	608,6	182,7	11