

Меню-раскладка (1 Неделя Понедельник)

Дети от 7 до 11 лет

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав							
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая ценность	Ca,мг	Fe,мг	B2,мг	C,мг
Завтрак											
Без диет											
K000338 Фрукты или ягоды свежие (яблоки)			100	0,4	0,4	9,8	32	16	2,2	0,02	10
Яблоки	100,0	100,0		0,4	0,4	9,8		16,0	2,2	0,02	165,0
K000376 Чай с сахаром			200/20	0,19	0,04	18,2	74	4,71	0,77	0	0,04
Чай высшего или 1-го сорта	1,0	1,0		0,2	0,05	0,04		4,95	0,82		0,1
Сахар	20,0	20,0				19,96		0,4	0,06		
K000477 каша пшеничная с маслом			150	3,28	3,78	17,19	116	4,03	1,18	0,03	0
Крупа пшеничная	30,0	30,0		3,45	0,39	18,84			1,32	0,03	
Масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,9	0,05		0,9	0,01	0,01	
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
K000478 хлеб пшеничный			40	3,4	0,64	14,8	79	17,2	2	0,04	0
Хлеб пшеничный	40,0	40,0		3,4	0,64	14,8		17,2	2,0	0,04	
K000049 Салат витаминный (2 вариант)			50	0,87	2,68	4,47	46	16,44	0,27	0,02	4,78
Капуста белокочанная свежая	25,0	20,0		0,36	0,02	0,94		9,6	0,12	0,01	9,0
Морковь	10,0	8,0		0,1	0,01	0,58		4,08	0,06	0,01	0,4
Горошек зеленый консервированный	15,0	12,0		0,37	0,02	0,78		2,4	0,08	0,01	1,2
Сахар	2,0	2,0				2,0		0,04	0,01		
Масло растительное	3,0	3,0			3,0						
Лук репчатый	7,1	6,0		0,08		0,55		1,86	0,05		0,6
Лимон свежий	2,0	2,0		0,02		0,06		0,7			0,76
K000484 суп с мясными тефтелями			200	7,91	9,28	7,38	145	13,12	1,27	0,06	2,2
Говядина 1к	40,0	40,0		7,44	6,4			3,6	1,08	0,06	
Крупа рисовая	5,0	5,0		0,35	0,05	3,57		0,4	0,05		
Картофель	25,0	20,0		0,4	0,08	3,26		2,0	0,18	0,01	4,0
Морковь	7,0	5,0		0,07	0,01	0,36		2,55	0,04		0,25
Лук репчатый	9,0	8,0		0,11		0,73		2,48	0,06		0,8
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Масло растительное	4,0	4,0			4,0						
Томат-паста	1,0	1,0		0,05		0,19		0,2	0,03		0,45

Составил:

Дата: 08.11.2022

Стр: 1

K000486 курица запеченная			50	10,26	14,12	0,38	170	14,92	0,89	0,07	0
Курица 1к полупотрошенная	65,0	60,0		10,92	11,04	0,42		9,6	0,96	0,09	
Масло растительное	5,0	5,0			5,0						

Соль	2,0	2,0					7,36	0,06			
всего в Завтрак			790	26,31	30,94	72,22	662	86,42	8,58	0,24	17,02
всего в день			790	26,31	30,94	72,22	662	86,42	8,58	0,24	17,02

Составил:

Дата: 08.11.2022

Стр: 2

УО Школа Дагестан

**Меню-раскладка (1 Неделя Вторник)
Дети от 7 до 11 лет**

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав
-------------------------------	----------	---------	---------	-------------------

			белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая ценность	Са,мг	Fe,мг	B2,мг	С,мг	
Завтрак											
Без диет											
К000003 Бутерброд с сыром 1			55	5,68	6,33	13,51	134	108,33	1,74	0,06	0,11
Сыр	10,0	10,0		2,6	2,65			105,0		0,03	0,28
Масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,9	0,05		0,9	0,01	0,01	
Хлеб пшеничный	40,0	40,0		3,4	0,64	14,8		17,2	2,0	0,04	
К000209 Яйца вареные			1 шт.	5,08	4,6	0,28	63	22	1	0,18	0
Яйцо	40,0	40,0		5,08	4,6	0,28		22,0	1,0	0,18	
К000479 запеканка из творога со сметаной и сгущенным молоком			50/20/15	9,32	11,18	25,05	238	128,39	0,5	0,14	0,18
Творог	35,0	35,0		5,85	3,15	0,7		57,4	0,14	0,09	0,18
Крупа манная	5,0	5,0		0,52	0,05	3,38		1,0	0,05		
Сахар	10,0	10,0				9,98		0,2	0,03		
Меланж	10,0	10,0		1,27	1,15	0,07		5,5	0,25	0,04	
Масло сливочное	3,0	3,0		0,02	2,34	0,03		0,54			
Сухари	3,0	3,0		0,26	0,32	1,53		0,66	0,06		
Сметана	20,0	20,0		0,56	4,0	0,64		17,2	0,04	0,02	0,06
Молоко сгущенное	20,0	20,0		1,44	1,7	11,2		63,4		0,03	0,2
К000383 Какао с молоком сгущенным			200	1,8	1,8	19,97	103	56,94	0,29	0,03	0,08
Какао-порошок	2,0	2,0		0,48	0,35	0,76		1,1	0,3	0,01	
Молоко сгущенное	20,0	20,0		1,44	1,7	11,2		63,4		0,03	0,2
Сахар	10,0	10,0				9,98		0,2	0,03		
К000120 Суп молочный с макаронными изделиями(лапша)			200	2,53	2,65	13,07	86	48,34	0,26	0,06	0,21
Молоко	40,0	40,0		1,12	1,28	1,88		48,0	0,02	0,06	0,52
Масло сливочное	2,0	2,0		0,01	1,56	0,02		0,36			
Сахар	2,0	2,0				2,0		0,04	0,01		
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Макаронные изделия	15,0	15,0		1,56	0,17	10,46		2,85	0,24	0,01	
всего в Завтрак			580	24,41	26,56	71,88	624	363,99	3,79	0,47	0,58
всего в день			580	24,41	26,56	71,88	624	363,99	3,79	0,47	0,58

Составил:

Дата: 08.11.2022

Стр: 3

УО Школа Дагестан

Меню-раскладка (1 Неделя Среда)
Дети от 7 до 11 лет

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав						
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая ценность	Са,мг	Fe,мг	B2,мг
Завтрак										
Без диет										

K000478 хлеб пшеничный			40	3,4	0,64	14,8	79	17,2	2	0,04	0
Хлеб пшеничный	40,0	40,0		3,4	0,64	14,8		17,2	2,0	0,04	
K000303 Каша вязкая гречневая			150	3,59	4,3	17	121	9,31	1,78	0,06	0
Крупа гречневая	30,0	30,0		3,78	0,99	18,63		6,0	2,01	0,06	
Масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,9	0,05		0,9	0,01	0,01	
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
K000480 котлета из говядины			70	11,87	11,71	6,77	180	15,93	2,05	0,08	0,44
Говядина 1к	60,0	60,0		11,16	9,6			5,4	1,62	0,09	
Лук репчатый	14,0	11,0		0,15		1,0		3,41	0,09		1,1
Хлеб пшеничный	10,5	10,5		0,89	0,17	3,89		4,52	0,53	0,01	
Сухари	5,0	5,0		0,43	0,54	2,55		1,1	0,1		
Масло растительное	3,0	3,0			3,0						
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
K000377 Чай с лимоном			200/20/5	0,24	0,05	18,34	75	6,25	0,77	0	0,8
Сахар	20,0	20,0				19,96		0,4	0,06		
Лимон свежий	5,0	5,0		0,05	0,01	0,15		1,75	0,01		1,9
Чай высшего или 1-го сорта	1,0	1,0		0,2	0,05	0,04		4,95	0,82		0,1
K000495 суп фасолевый на м/к бульоне с мясом			200	8,38	6,81	19,03	171	32,23	1,68	0,06	1,68
Фасоль	15,0	15,0		3,15	0,3	6,99		22,5	0,89	0,03	
Лапша (вермишель)	15,0	15,0		1,56	0,17	10,46		2,85	0,24	0,01	
Картофель	18,0	15,0		0,3	0,06	2,45		1,5	0,14	0,01	3,0
Лук репчатый	6,0	5,0		0,07		0,46		1,55	0,04		0,5
Морковь	6,0	5,0		0,07	0,01	0,36		2,55	0,04		0,25
Томат-паста	1,0	1,0		0,05		0,19		0,2	0,03		0,45
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Говядина 1к	30,0	20,0		3,72	3,2			1,8	0,54	0,03	
Масло растительное	4,0	4,0			4,0						

Составил:

Дата: 08.11.2022

Стр: 4

всего в Завтрак	660	27,48	23,51	75,94	626	80,93	8,28	0,24	2,92
всего в день	660	27,48	23,51	75,94	626	80,93	8,28	0,24	2,92

Составил:

Дата: 08.11.2022

Стр: 5

УО Школа Дагестан

**Меню-раскладка (1 Неделя Четверг)
Дети от 7 до 11 лет**

Диета:

Все

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав							
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая ценность	Ca,мг	Fe,мг	B2,мг	C,мг
Завтрак											
Без диет											
K000376 Чай с сахаром			200/20	0,19	0,04	18,2	74	4,71	0,77	0	0,04
Чай высшего или 1-го сорта	1,0	1,0		0,2	0,05	0,04		4,95	0,82		0,1
Сахар	20,0	20,0				19,96		0,4	0,06		
K000478 хлеб пшеничный			40	3,4	0,64	14,8	79	17,2	2	0,04	0
Хлеб пшеничный	40,0	40,0		3,4	0,64	14,8		17,2	2,0	0,04	
K000482 рыба(хек) запеченная			50/10	9,19	5,96	2,49	100	19,17	0,47	0,05	0,9
Хек тихоокеанский (потрошенный обезглавленный)	56,0	56,0		9,3	1,23			16,8	0,39	0,06	1,79
Масло растительное	5,0	5,0				5,0					
Томат-паста	1,0	1,0		0,05		0,19		0,2	0,03		0,45
Сухари	5,0	5,0		0,43	0,54	2,55		1,1	0,1		
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
K000475 Пюре картофельное			140/10	1,67	2,83	9,78	71	33,35	0,53	0,06	4,9
Картофель	70,0	60,0		1,2	0,24	9,78		6,0	0,54	0,04	12,0
Молоко	20,0	20,0		0,56	0,64	0,94		24,0	0,01	0,03	0,26
Масло сливочное	3,0	3,0		0,02	2,34	0,03		0,54			
Соль	2,0	2,0						7,36	0,06		
п006 Суп-хинкал с мясом на м/к бульоне с чесночной заправкой			200	11,05	8,54	32,04	249	30,93	1,39	0,1	0,1
Говядина 1к	40,0	25,0		4,65	4,0			2,25	0,68	0,04	
Мука пшеничная	50,0	50,0		5,15	0,55	34,4		9,0	0,6	0,02	
Чеснок	2,0	2,0		0,13		0,1		1,2	0,03		0,2
Сметана	20,0	20,0		0,56	4,0	0,64		17,2	0,04	0,02	0,06
Яйцо	10,0	10,0		1,27	1,15	0,07		5,5	0,25	0,04	
всего в Завтрак			650	25,5	18,01	77,31	573	105,36	5,16	0,25	5,94
всего в день			650	25,5	18,01	77,31	573	105,36	5,16	0,25	5,94

Составил:

Дата: 08.11.2022

Стр: 6

УО Школа Дагестан

Меню-раскладка (1 Неделя Пятница)**Дети от 7 до 11 лет**Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав						
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая ценность	Ca,мг	Fe,мг	B2,мг
Завтрак										

			Без диет								
К000478 хлеб пшеничный			40	3,4	0,64	14,8	79	17,2	2	0,04	0
Хлеб пшеничный	40,0	40,0		3,4	0,64	14,8		17,2	2,0	0,04	
К000342 Компот из свежих плодов (яблоки)			200	0,16	0,12	25,52	104	6,35	0,67	0,01	20,56
Яблоки	39,0	30,0		0,12	0,12	2,94		4,8	0,66	0,01	49,5
Сахар	25,0	25,0				24,95		0,5	0,08		
Лимон свежий	5,0	5,0		0,05	0,01	0,15		1,75	0,01		1,9
К000479 Борщ с мясом, на м/к бульоне			200	6,48	9,59	5,42	134	30,57	1,22	0,07	5,32
Говядина 1к	30,0	30,0		5,58	4,8			2,7	0,81	0,05	
Капуста белокочанная свежая	20,0	17,0		0,31	0,02	0,8		8,16	0,1	0,01	7,65
Свекла	18,0	14,0		0,21	0,01	1,27		5,18	0,2	0,01	1,4
Картофель	20,0	15,0		0,3	0,06	2,45		1,5	0,14	0,01	3,0
Морковь	7,0	5,0		0,07	0,01	0,36		2,55	0,04		0,25
Лук репчатый	8,3	7,0		0,1		0,64		2,17	0,06		0,7
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Сметана	10,0	10,0		0,28	2,0	0,32		8,6	0,02	0,01	0,03
Масло растительное	4,0	4,0			4,0						
Томатное пюре	1,0	1,0		0,04		0,12		0,2	0,02		0,26
К000496 кукуруза консервированная			30	0,62	0,11	3,06	16	1,32	0,1	0,02	0,58
Кукуруза сахарная консервированная	40,0	30,0		0,66	0,12	3,36		1,5	0,12	0,02	1,44
п001 печенье шоколадное			100	0	0	0	0	0	0	0	0
Печенье шоколадное	100,0	100,0									
К000406 Пирожки печеные из дрожжевого теста (картофель)			75	8,07	15,22	45,23	350	34,55	1,2	0,08	2,45
Мука пшеничная	60,0	60,0		6,18	0,66	41,28		10,8	0,72	0,02	
Масло растительное	15,0	15,0			14,99						
Меланж	10,0	10,0		1,27	1,15	0,07		5,5	0,25	0,04	
Картофель	40,0	30,0		0,6	0,12	4,89		3,0	0,27	0,02	6,0
Дрожжи	2,0	2,0		0,25	0,05			0,54	0,06		
Молоко	10,0	10,0		0,28	0,32	0,47		12,0	0,01	0,02	0,13

Составил:

Дата: 08.11.2022

Стр: 7

Сахар	3,0	3,0				2,99		0,06	0,01		
Соль	2,0	2,0						7,36	0,06		
всего в Завтрак			645	18,73	25,68	94,03	683	89,99	5,19	0,22	28,91
всего в день			645	18,73	25,68	94,03	683	89,99	5,19	0,22	28,91

Составил:

Дата: 08.11.2022

Стр: 8

УО Школа Дагестан

Меню-раскладка (1 Неделя Суббота)
Дети от 7 до 11 лет

Диета:

Все

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав
-------------------------------	----------	---------	---------	-------------------

				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая ценность	Ca,мг	Fe,мг	B2,мг	C,мг
--	--	--	--	---------	--------	------------	----------------------------	-------	-------	-------	------

Завтрак

Без диет											
K000246 Гуляш из отварной говядины			70	10,22	10,52	3,37	149	14,56	1,49	0,07	0,8
Говядина 1к	55,0	55,0		10,23	8,8			4,95	1,49	0,08	
Морковь	10,0	8,0		0,1	0,01	0,58		4,08	0,06	0,01	0,4
Лук репчатый	9,0	7,0		0,1		0,64		2,17	0,06		0,7
Мука пшеничная	3,0	3,0		0,31	0,03	2,06		0,54	0,04		
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Масло сливочное	4,0	4,0		0,03	3,12	0,04		0,72			
Томат-паста	2,0	2,0		0,1		0,38		0,4	0,05		0,9
K000478 хлеб пшеничный			40	3,4	0,64	14,8	79	17,2	2	0,04	0
Хлеб пшеничный	40,0	40,0		3,4	0,64	14,8		17,2	2,0	0,04	
K000377 Чай с лимоном			200/20/ 5	0,24	0,05	18,34	75	6,25	0,77	0	0,8
Сахар	20,0	20,0				19,96		0,4	0,06		
Лимон свежий	5,0	5,0		0,05	0,01	0,15		1,75	0,01		1,9
Чай высшего или 1-го сорта	1,0	1,0		0,2	0,05	0,04		4,95	0,82		0,1
K000039 Салат картофельный с кукурузой и морковью			50	0,74	2,75	4,3	45	12,79	0,3	0,02	1,94
Картофель	17,0	13,0		0,26	0,05	2,12		1,3	0,12	0,01	2,6
Кукуруза сахарная консервированная	20,0	12,5		0,28	0,05	1,4		0,63	0,05	0,01	0,6
Морковь	16,0	13,0		0,17	0,01	0,94		6,63	0,09	0,01	0,65
Огурцы свежие	13,0	10,0		0,08	0,01	0,26		2,3	0,06		1,0
Масло растительное	3,0	3,0			3,0						
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
K000309 Макароны изделия отварные 1			120	2,97	3,72	19,07	122	9,05	0,45	0,02	0
Масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,9	0,05		0,9	0,01	0,01	
Макароны изделия	30,0	30,0		3,12	0,33	20,91		5,7	0,48	0,01	
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
K000494 Суп чечевичный			200	4,62	5,01	11,34	109	22,95	0,27	0,04	1,98
Чечевица	18,0	18,0		4,32	0,27	8,33		14,94		0,04	

Составил:

Дата: 08.11.2022

Стр: 9

Картофель	24,0	18,0		0,36	0,07	2,93		1,8	0,16	0,01	3,6
Морковь	8,0	6,0		0,08	0,01	0,43		3,06	0,04		0,3
Лук репчатый	8,0	6,0		0,08		0,55		1,86	0,05		0,6
Масло растительное	3,0	3,0			3,0						
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Томат-паста	1,0	1,0		0,05		0,19		0,2	0,03		0,45
Масло сливочное	3,0	3,0		0,02	2,34	0,03		0,54			
всего в Завтрак			680	22,19	22,69	71,22	579	82,79	5,28	0,19	5,52
всего в день			680	22,19	22,69	71,22	579	82,79	5,28	0,19	5,52

Составил:

Дата: 08.11.2022

Стр: 10

УО Школа Дагестан

Меню-раскладка (2 Неделя Понедельник)
Дети от 7 до 11 лет

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав							
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая ценность	Ca,мг	Fe,мг	B2,мг	C,мг
Завтрак											
Без диет											
K000125 Картофель отварной			100/5	2	3,12	15,62	99	13,11	0,85	0,06	8,4
Картофель	120,0	105,0		2,1	0,42	17,12		10,5	0,95	0,07	21,0

Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Масло сливочное	4,0	4,0		0,03	3,12	0,04		0,72			
K000268 биточки(из говядины, со сметаной)			50/5	10,79	14,74	6,24	201	36,73	1,8	0,12	0,08
Говядина 1к	45,0	45,0		8,37	7,2			4,05	1,22	0,07	
Хлеб пшеничный	9,0	9,0		0,77	0,14	3,33		3,87	0,45	0,01	
Молоко	12,0	12,0		0,34	0,38	0,56		14,4	0,01	0,02	0,16
Сухари	5,0	5,0		0,43	0,54	2,55		1,1	0,1		
Масло растительное	3,0	3,0			3,0						
Масло сливочное	3,0	3,0		0,02	2,34	0,03		0,54			
Яйцо	10,0	10,0		1,27	1,15	0,07		5,5	0,25	0,04	
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Сметана	10,0	10,0		0,28	2,0	0,32		8,6	0,02	0,01	0,03
K000478 хлеб пшеничный			40	3,4	0,64	14,8	79	17,2	2	0,04	0
Хлеб пшеничный	40,0	40,0		3,4	0,64	14,8		17,2	2,0	0,04	
K000377 Чай с лимоном			200/20/5	0,24	0,05	18,34	75	6,25	0,77	0	0,8
Сахар	20,0	20,0				19,96		0,4	0,06		
Лимон свежий	5,0	5,0		0,05	0,01	0,15		1,75	0,01		1,9
Чай высшего или 1-го сорта	1,0	1,0		0,2	0,05	0,04		4,95	0,82		0,1
K000489 Суп-лапша домашняя с курицей			200	10,52	6,3	27,73	210	21,42	1,22	0,1	1,28
Курица 1к полупотрошенная	35,0	30,0		5,46	5,52	0,21		4,8	0,48	0,05	
Лук репчатый	8,0	6,0		0,08		0,55		1,86	0,05		0,6
Мука пшеничная	40,0	40,0		4,12	0,44	27,52		7,2	0,48	0,02	
Меланж	10,0	10,0		1,27	1,15	0,07		5,5	0,25	0,04	
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Картофель	17,0	13,0		0,26	0,05	2,12		1,3	0,12	0,01	2,6

Составил:

Дата: 08.11.2022

Стр: 11

K000496 кукуруза консервированная			30	0,62	0,11	3,06	16	1,32	0,1	0,02	0,58
Кукуруза сахарная консервированная	40,0	30,0		0,66	0,12	3,36		1,5	0,12	0,02	1,44
всего в Завтрак			630	27,57	24,96	85,79	680	96,03	6,75	0,34	11,14
всего в день			630	27,57	24,96	85,79	680	96,03	6,75	0,34	11,14

Составил:

Дата: 08.11.2022

Стр: 12

УО Школа Дагестан

Меню-раскладка (2 Неделя Вторник)
Дети от 7 до 11 лет

Диета:

Все

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав
-------------------------------	----------	---------	---------	-------------------

			белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая ценность	Ca,мг	Fe,мг	B2,мг	C,мг	
Завтрак											
Без диет											
К000003 Бутерброд с сыром 1			55	5,68	6,33	13,51	134	108,33	1,74	0,06	0,11
Сыр	10,0	10,0		2,6	2,65			105,0		0,03	0,28
Масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,9	0,05		0,9	0,01	0,01	
Хлеб пшеничный	40,0	40,0		3,4	0,64	14,8		17,2	2,0	0,04	
К000209 Яйца вареные			1 шт.	5,08	4,6	0,28	63	22	1	0,18	0
Яйцо	40,0	40,0		5,08	4,6	0,28		22,0	1,0	0,18	
К000479 запеканка из творога со сметаной и сгущенным молоком			50/20/15	9,32	11,18	25,05	238	128,39	0,5	0,14	0,18
Творог	35,0	35,0		5,85	3,15	0,7		57,4	0,14	0,09	0,18
Крупа манная	5,0	5,0		0,52	0,05	3,38		1,0	0,05		
Сахар	10,0	10,0				9,98		0,2	0,03		
Меланж	10,0	10,0		1,27	1,15	0,07		5,5	0,25	0,04	
Масло сливочное	3,0	3,0		0,02	2,34	0,03		0,54			
Сухари	3,0	3,0		0,26	0,32	1,53		0,66	0,06		
Сметана	20,0	20,0		0,56	4,0	0,64		17,2	0,04	0,02	0,06
Молоко сгущенное	20,0	20,0		1,44	1,7	11,2		63,4		0,03	0,2
К000383 Какао с молоком сгущенным			200	1,8	1,8	19,97	103	56,94	0,29	0,03	0,08
Какао-порошок	2,0	2,0		0,48	0,35	0,76		1,1	0,3	0,01	
Молоко сгущенное	20,0	20,0		1,44	1,7	11,2		63,4		0,03	0,2
Сахар	10,0	10,0				9,98		0,2	0,03		
К000182 Каша жидкая молочная (овсяная, с маслом)			150	3,66	4,53	4,4	73	60,07	0,9	0,07	0,21
Крупа овсяная	25,0	25,0		2,75	1,53	0,93		16,0	0,98	0,03	
Молоко	40,0	40,0		1,12	1,28	1,88		48,0	0,02	0,06	0,52
Сахар	2,0	2,0				2,0		0,04	0,01		
Масло сливочное	3,0	3,0		0,02	2,34	0,03		0,54			
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
всего в Завтрак			530	25,54	28,44	63,21	611	375,72	4,43	0,48	0,58
всего в день			530	25,54	28,44	63,21	611	375,72	4,43	0,48	0,58

Составил:

Дата: 08.11.2022

Стр: 13

УО Школа Дагестан

Меню-раскладка (2 Неделя Среда)
Дети от 7 до 11 лет

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав						
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая ценность	Ca,мг	Fe,мг	B2,мг
Завтрак										
Без диет										

К000478 хлеб пшеничный			40	3,4	0,64	14,8	79	17,2	2	0,04	0
Хлеб пшеничный	40,0	40,0		3,4	0,64	14,8		17,2	2,0	0,04	
К000342 Компот из свежих плодов (яблоки)			200	0,16	0,12	25,52	104	6,35	0,67	0,01	20,56
Яблоки	39,0	30,0		0,12	0,12	2,94		4,8	0,66	0,01	49,5
Сахар	25,0	25,0				24,95		0,5	0,08		
Лимон свежий	5,0	5,0		0,05	0,01	0,15		1,75	0,01		1,9
К000304 Рис отварной			150	2	3,01	19,53	113	5,98	0,29	0,01	0
Крупа рисовая	30,0	30,0		2,1	0,3	21,42		2,4	0,3	0,01	
Масло сливочное	4,0	4,0		0,03	3,12	0,04		0,72			
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
К000119 Суп гороховый 1			200	9,85	6,86	12,76	152	31,95	2,18	0,07	2,08
Горох	20,0	20,0		4,1	0,4	9,72		23,0	1,36	0,03	
Морковь	7,0	5,0		0,07	0,01	0,36		2,55	0,04		0,25
Лук репчатый	7,0	5,0		0,07		0,46		1,55	0,04		0,5
Масло сливочное	3,0	3,0		0,02	2,34	0,03		0,54			
Говядина 1к	31,0	31,0		5,77	4,96			2,79	0,84	0,05	
Картофель	26,7	20,0		0,4	0,08	3,26		2,0	0,18	0,01	4,0
Томат-паста	1,0	1,0		0,05		0,19		0,2	0,03		0,45
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
К000067 Винегрет овощной			60	0,75	1,83	3,65	34	12,74	0,35	0,02	1,9
Картофель	13,3	10,0		0,2	0,04	1,63		1,0	0,09	0,01	2,0
Свекла	12,5	10,0		0,15	0,01	0,91		3,7	0,14		1,0
Морковь	6,3	5,0		0,07	0,01	0,36		2,55	0,04		0,25
Лук репчатый	6,0	5,0		0,07		0,46		1,55	0,04		0,5
Масло растительное	2,0	2,0			2,0						
Горошек зеленый консервированный	10,0	10,0		0,31	0,02	0,65		2,0	0,07	0,01	1,0
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
К000105 Фрикадельки мясные с овощным соусом			50/10	9,16	12,05	0,59	147	10,52	1,32	0,09	0,24

Составил:

Дата: 08.11.2022

Стр: 14

Говядина 1к	45,0	45,0		8,37	7,2			4,05	1,22	0,07	
Лук репчатый	8,0	6,0		0,08		0,55		1,86	0,05		0,6
Яйцо	10,0	10,0		1,27	1,15	0,07		5,5	0,25	0,04	
Масло сливочное	3,0	3,0		0,02	2,34	0,03		0,54			
Масло растительное	3,0	3,0			3,0						
всего в Завтрак			710	25,32	24,51	76,85	629	84,74	6,81	0,24	24,78
всего в день			710	25,32	24,51	76,85	629	84,74	6,81	0,24	24,78

Составил:

Дата: 08.11.2022

Стр: 15

УО Школа Дагестан

**Меню-раскладка (2 Неделя Четверг)
Дети от 7 до 11 лет**

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав							
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая ценность	Ca,мг	Fe,мг	B2,мг	C,мг
Завтрак											
Без диет											

K000478 хлеб пшеничный			40	3,4	0,64	14,8	79	17,2	2	0,04	0
Хлеб пшеничный	40,0	40,0		3,4	0,64	14,8		17,2	2,0	0,04	
K000482 рыба(хек) запеченная			50/10	9,19	5,96	2,49	100	19,17	0,47	0,05	0,9
Хек тихоокеанский (потрошенный обезглавленный)	56,0	56,0		9,3	1,23			16,8	0,39	0,06	1,79
Масло растительное	5,0	5,0			5,0						
Томат-паста	1,0	1,0		0,05		0,19		0,2	0,03		0,45
Сухари	5,0	5,0		0,43	0,54	2,55		1,1	0,1		
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
K000049 Салат витаминный (2 вариант)			50	0,87	2,68	4,47	46	16,44	0,27	0,02	4,78
Капуста белокочанная свежая	25,0	20,0		0,36	0,02	0,94		9,6	0,12	0,01	9,0
Морковь	10,0	8,0		0,1	0,01	0,58		4,08	0,06	0,01	0,4
Горошек зеленый консервированный	15,0	12,0		0,37	0,02	0,78		2,4	0,08	0,01	1,2
Сахар	2,0	2,0				2,0		0,04	0,01		
Масло растительное	3,0	3,0			3,0						
Лук репчатый	7,1	6,0		0,08		0,55		1,86	0,05		0,6
Лимон свежий	2,0	2,0		0,02		0,06		0,7			0,76
K000377 Чай с лимоном			200/20/5	0,24	0,05	18,34	75	6,25	0,77	0	0,8
Сахар	20,0	20,0				19,96		0,4	0,06		
Лимон свежий	5,0	5,0		0,05	0,01	0,15		1,75	0,01		1,9
Чай высшего или 1-го сорта	1,0	1,0		0,2	0,05	0,04		4,95	0,82		0,1
K000309 Макароны изделия отварные 1			120	2,97	3,72	19,07	122	9,05	0,45	0,02	0
Масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,9	0,05		0,9	0,01	0,01	
Макаронные изделия	30,0	30,0		3,12	0,33	20,91		5,7	0,48	0,01	
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
K000479 Борщ с мясом,на м/к бульоне			200	6,48	9,59	5,42	134	30,57	1,22	0,07	5,32
Говядина 1к	30,0	30,0		5,58	4,8			2,7	0,81	0,05	
Капуста белокочанная свежая	20,0	17,0		0,31	0,02	0,8		8,16	0,1	0,01	7,65

Составил:

Дата: 08.11.2022

Стр: 16

Свекла	18,0	14,0		0,21	0,01	1,27		5,18	0,2	0,01	1,4
Картофель	20,0	15,0		0,3	0,06	2,45		1,5	0,14	0,01	3,0
Морковь	7,0	5,0		0,07	0,01	0,36		2,55	0,04		0,25
Лук репчатый	8,3	7,0		0,1		0,64		2,17	0,06		0,7
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Сметана	10,0	10,0		0,28	2,0	0,32		8,6	0,02	0,01	0,03
Масло растительное	4,0	4,0			4,0						
Томатное пюре	1,0	1,0		0,04		0,12		0,2	0,02		0,26
всего в Завтрак			670	23,15	22,64	64,59	556	98,67	5,18	0,2	11,8
всего в день			670	23,15	22,64	64,59	556	98,67	5,18	0,2	11,8

Составил:

Дата: 08.11.2022

Стр: 17

УО Школа Дагестан

Меню-раскладка (2 Неделя Пятница)
Дети от 7 до 11 лет

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав							
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая ценность	Ca,мг	Fe,мг	B2,мг	C,мг
Завтрак											
Без диет											
K000132 Фасоль отварная			40	1,21	1,87	1,17	26	24,62	0,41	0,07	3,44
Фасоль овощная (лопатка) свежая	48,0	43,0		1,29	0,13	1,29		27,98	0,47	0,09	8,61
Масло растительное	2,0	2,0			2,0						

К000338 Фрукты или ягоды свежие (яблоки)			100	0,4	0,4	9,8	32	16	2,2	0,02	10
Яблоки	100,0	100,0		0,4	0,4	9,8		16,0	2,2	0,02	165,0
К000478 хлеб пшеничный			40	3,4	0,64	14,8	79	17,2	2	0,04	0
Хлеб пшеничный	40,0	40,0		3,4	0,64	14,8		17,2	2,0	0,04	
К000265 Плов из говядины 1			150	7,38	8,9	20,44	191	12,68	1,07	0,06	0,36
Говядина 1к	30,0	30,0		5,58	4,8			2,7	0,81	0,05	
Крупа рисовая	30,0	30,0		2,1	0,3	21,42		2,4	0,3	0,01	
Масло растительное	5,0	5,0			5,0						
Лук репчатый	6,0	5,0		0,07		0,46		1,55	0,04		0,5
Морковь	10,0	8,0		0,1	0,01	0,58		4,08	0,06	0,01	0,4
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
К000484 суп с мясными тефтелями			200	7,91	9,28	7,38	145	13,12	1,27	0,06	2,2
Говядина 1к	40,0	40,0		7,44	6,4			3,6	1,08	0,06	
Крупа рисовая	5,0	5,0		0,35	0,05	3,57		0,4	0,05		
Картофель	25,0	20,0		0,4	0,08	3,26		2,0	0,18	0,01	4,0
Морковь	7,0	5,0		0,07	0,01	0,36		2,55	0,04		0,25
Лук репчатый	9,0	8,0		0,11		0,73		2,48	0,06		0,8
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Масло растительное	4,0	4,0			4,0						
Томат-паста	1,0	1,0		0,05		0,19		0,2	0,03		0,45
К000377 Чай с лимоном			200/20/5	0,24	0,05	18,34	75	6,25	0,77	0	0,8
Сахар	20,0	20,0				19,96		0,4	0,06		
Лимон свежий	5,0	5,0		0,05	0,01	0,15		1,75	0,01		1,9
Чай высшего или 1-го сорта	1,0	1,0		0,2	0,05	0,04		4,95	0,82		0,1

Составил:

Дата: 08.11.2022

Стр: 18

всего в Завтрак	730	20,54	21,14	71,93	548	89,87	7,73	0,25	16,8
всего в день	730	20,54	21,14	71,93	548	89,87	7,73	0,25	16,8

Составил:

Дата: 08.11.2022

Стр: 19

УО Школа Дагестан

**Меню-раскладка (2 Неделя Суббота)
Дети от 7 до 11 лет**

Диета:

Все

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав							
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая ценность	Ca,мг	Fe,мг	B2,мг	C,мг
Завтрак											
Без диет											
K000376 Чай с сахаром			200/20	0,19	0,04	18,2	74	4,71	0,77	0	0,04
Чай высшего или 1-го сорта	1,0	1,0		0,2	0,05	0,04		4,95	0,82		0,1
Сахар	20,0	20,0				19,96		0,4	0,06		
K000478 хлеб пшеничный			40	3,4	0,64	14,8	79	17,2	2	0,04	0
Хлеб пшеничный	40,0	40,0		3,4	0,64	14,8		17,2	2,0	0,04	
K000493 Мини пицца			120	15,12	17	38,28	367	117,53	1,77	0,11	1,37
Мука пшеничная	60,0	60,0		6,18	0,66	41,28		10,8	0,72	0,02	
Дрожжи	2,0	2,0		0,25	0,05			0,54	0,06		
Говядина 1к	30,0	30,0		5,58	4,8			2,7	0,81	0,05	
Помидоры свежие	10,0	9,0		0,1	0,02	0,34		1,26	0,08		2,25
Сыр	10,0	10,0		2,6	2,65			105,0		0,03	0,28
Томат-паста	2,0	2,0		0,1		0,38		0,4	0,05		0,9
Соль	2,0	2,0						7,36	0,06		
Яйцо	10,0	10,0		1,27	1,15	0,07		5,5	0,25	0,04	
Масло растительное	10,0	10,0			9,99						
K000052 Салат из свеклы отварной			50	0,69	2,68	4,01	43	15,79	0,59	0,02	1,94
Свекла	60,6	48,5		0,73	0,05	4,41		17,95	0,68	0,02	4,85
Масло растительное	3,0	3,0			3,0						
K000495 суп фасолевый на м/к бульоне с мясом 1			200	8,38	6,81	19,03	171	32,23	1,68	0,06	1,68
Фасоль	15,0	15,0		3,15	0,3	6,99		22,5	0,89	0,03	
Лапша (вермишель)	15,0	15,0		1,56	0,17	10,46		2,85	0,24	0,01	
Картофель	18,0	15,0		0,3	0,06	2,45		1,5	0,14	0,01	3,0
Лук репчатый	6,0	5,0		0,07		0,46		1,55	0,04		0,5
Морковь	6,0	5,0		0,07	0,01	0,36		2,55	0,04		0,25
Томат-паста	1,0	1,0		0,05		0,19		0,2	0,03		0,45
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Говядина 1к	30,0	20,0		3,72	3,2			1,8	0,54	0,03	
Масло сливочное	4,0	4,0		0,03	3,12	0,04		0,72			

Составил:

Дата: 08.11.2022

Стр: 20

всего в Завтрак			610	27,78	27,17	94,32	734	187,47	6,81	0,23	5,03
всего в день			610	27,78	27,17	94,32	734	187,47	6,81	0,23	5,03

