



Сезон: лето-осень  
1 неделя 1 день

| Г | И | Неделя | Г | День                               | Возраст 7-10 лет |       |       |       |       |          | Возраст 11-15 лет |       |       |       |          |      | Возраст 16-18 лет |       |       |          |      |      |
|---|---|--------|---|------------------------------------|------------------|-------|-------|-------|-------|----------|-------------------|-------|-------|-------|----------|------|-------------------|-------|-------|----------|------|------|
|   |   |        |   |                                    | Выход, г         | Б, г  | Ж, г  | У, г  | ккал  | Выход, г | Б, г              | Ж, г  | У, г  | ккал  | Выход, г | Б, г | Ж, г              | У, г  | ккал  | Выход, г | Б, г | Ж, г |
|   |   |        |   | 2                                  | 3                | 4     | 5     | 6     | 7     |          | 8                 | 9     | 10    | 11    | 12       | 13   | 14                | 15    | 16    | 17       |      |      |
|   |   |        |   | Наименование блюда                 | 200              | 6     | 8,7   | 35,6  | 241,1 |          | 220               | 6,7   | 9,7   | 39,1  | 266,4    | 250  | 7,6               | 10,8  | 44,2  | 300,5    |      |      |
|   |   |        |   | каша кукурузная                    | 200              | 0,0   | 0,0   | 3,0   | 12,0  |          | 200               | 0,0   | 0,0   | 3,0   | 12,0     | 200  | 0,0               | 0,0   | 3,0   | 12,0     |      |      |
|   |   |        |   | Чай каркаде                        | 120              | 0,3   | 0,1   | 13,2  | 56,0  |          | 120               | 0,3   | 0,1   | 13,2  | 56,0     | 120  | 0,3               | 0,1   | 13,2  | 56,0     |      |      |
|   |   |        |   | яблоко/ фрукт по сезону            |                  |       |       |       |       |          |                   |       |       |       |          |      |                   |       |       |          |      |      |
|   |   |        |   | Хлеб ржано-пшеничный/<br>пшеничный | 30               | 2,2   | 0,3   | 13,8  | 67,5  |          | 50                | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0     | 50   | 3,0               | 0,4   | 18,3  | 90,0     |      |      |
|   |   |        |   | Всего                              |                  | 8,5   | 9,1   | 65,6  | 376,6 |          |                   | 10    | 10,2  | 73,6  | 424,4    |      | 10,9              | 11,3  | 78,7  | 458,5    |      |      |
|   |   |        |   | Всего, %                           |                  | 15,0% | 25,5% | 69,7% | 17,9% |          |                   | 15,0% | 24,2% | 59,8% | 17,7%    |      | 15,0%             | 24,2% | 68,7% | 16,4%    |      |      |

1 неделя 2 день

|                                 |     |       |       |       |        |     |       |       |       |        |     |       |       |       |        |     |       |       |       |        |
|---------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-----|-------|-------|-------|--------|-----|-------|-------|-------|--------|-----|-------|-------|-------|--------|
| 2                               | 3   | 4     | 5     | 6     | 7      | 8   | 9     | 10    | 11    | 12     | 13  | 14    | 15    | 16    | 17     | 18  | 19    | 20    | 21    | 22     |
| Салат витаминный                | 60  | 0,5   | 3,1   | 2,4   | 39,3   | 80  | 0,7   | 3,1   | 3,2   | 43,6   | 100 | 0,9   | 5,1   | 4,2   | 66,3   | 100 | 0,9   | 5,1   | 4,2   | 66,3   |
| Котлеты из говядины             | 70  | 18,8  | 3,0   | 3,8   | 118,6  | 90  | 21,5  | 4,2   | 6,4   | 150,2  | 100 | 24,0  | 4,3   | 8,0   | 167,7  | 100 | 24,0  | 4,3   | 8,0   | 167,7  |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный  | 30  | 2,2   | 0,3   | 13,8  | 67,5   | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0   | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0   | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0   |
| Соус сметанный                  | 20  | 0,5   | 3,7   | 1,8   | 42,1   | 20  | 0,5   | 3,7   | 1,8   | 42,1   | 20  | 0,5   | 3,7   | 1,8   | 42,1   | 20  | 0,5   | 3,7   | 1,8   | 42,1   |
| Компот из сухофруктов с сахаром | 200 | 0,3   | 0,4   | 15,6  | 68,5   | 200 | 0,3   | 0,4   | 15,6  | 68,5   | 200 | 0,3   | 0,4   | 15,6  | 68,5   | 200 | 0,3   | 0,4   | 15,6  | 68,5   |
| макаронны отварные              | 130 | 5,7   | 5,7   | 28,7  | 205,4  | 150 | 6,6   | 6,0   | 33,1  | 231,0  | 180 | 7,8   | 6,3   | 39,3  | 267,6  | 180 | 7,8   | 6,3   | 39,3  | 267,6  |
| Всего                           |     | 28,01 | 16,27 | 66,07 | 541,44 |     | 32,54 | 17,74 | 78,36 | 625,42 |     | 36,43 | 20,19 | 87,19 | 702,18 |     | 36,43 | 20,19 | 87,19 | 702,18 |
| Всего, %                        |     | 12,0% | 31,0% | 57,0% | 25,8%  |     | 13,0% | 30,0% | 57,0% | 26,1%  |     | 12,0% | 30,0% | 58,0% | 25,1%  |     | 12,0% | 30,0% | 58,0% | 25,1%  |

1 неделя 3 день

| 2                                  | 3   | 4     | 5     | 6     | 7      | 8   | 9     | 10    | 11    | 12    | 13  | 14    | 15    | 16    | 17    |
|------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-----|-------|-------|-------|-------|-----|-------|-------|-------|-------|
| Куриная грудка с овощами           | 70  | 17,1  | 2,3   | 1,2   | 102,3  | 90  | 18,1  | 2,6   | 1,3   | 106,3 | 100 | 18,2  | 2,8   | 2,3   | 108,8 |
| Гречка рассычатая                  | 130 | 3,0   | 2,8   | 24,0  | 140,1  | 150 | 3,7   | 4,4   | 30,0  | 182,5 | 180 | 4,4   | 5,9   | 35,2  | 221,4 |
| Какао с молоком                    | 200 | 7,7   | 4,3   | 12,9  | 240,3  | 200 | 7,7   | 4,3   | 12,9  | 240,3 | 200 | 7,7   | 4,3   | 12,9  | 240,3 |
| Хлеб ржано-пшеничный/<br>пшеничный | 30  | 2,2   | 0,3   | 13,8  | 67,5   | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  |
| Всего                              | 430 | 30    | 9,7   | 51,92 | 550,22 | 490 | 32,5  | 11,7  | 62,5  | 619,1 | 530 | 33,3  | 13,4  | 68,7  | 660,5 |
| Всего, %                           |     | 21,8% | 15,9% | 37,7% | 26,2%  |     | 14,0% | 28,0% | 58,0% | 25,8% |     | 14,0% | 29,0% | 57,0% | 23,6% |

1 неделя 4 день

| 2                                                     | 3   | 4     | 5     | 6     | 7     | 8   | 9     | 10    | 11    | 12    | 13  | 14    | 15    | 16    | 17    |
|-------------------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|-----|-------|-------|-------|-------|-----|-------|-------|-------|-------|
| Биточки рыбные                                        | 70  | 11,4  | 1,3   | 9,8   | 210,9 | 90  | 15,5  | 1,3   | 11,5  | 240,2 | 100 | 17,1  | 2,0   | 15,1  | 299,4 |
| Соус молочно-томатный                                 | 20  | 0,8   | 1,9   | 2,4   | 50,7  | 20  | 0,8   | 1,9   | 2,4   | 50,7  | 20  | 0,8   | 1,9   | 2,4   | 50,7  |
| Картофельно-морковное пюре<br>чай с сахаром и лимоном | 130 | 2,4   | 4,7   | 12,6  | 161,8 | 150 | 2,7   | 7,3   | 14,5  | 200,8 | 180 | 3,1   | 6,5   | 16,7  | 261,8 |
| Хлеб ржано-пшеничный/<br>пшеничный                    | 200 | 0,1   | 0,1   | 8,2   | 35,2  | 200 | 0,1   | 0,1   | 8,2   | 35,2  | 200 | 0,1   | 0,1   | 8,2   | 35,2  |
| Всего                                                 | 30  | 2,2   | 0,3   | 13,8  | 67,5  | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  |
| Всего, %                                              |     | 15,6% | 14,2% | 58,4% | 25,1% |     | 16,4% | 16,0% | 55,3% | 25,7% |     | 16,7% | 13,3% | 56,2% | 26,3% |

1 неделя 5 день

| 2                                  | 3   | 4     | 5     | 6     | 7     | 8   | 9     | 10    | 11    | 12    | 13  | 14    | 15    | 16    | 17    |
|------------------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|-----|-------|-------|-------|-------|-----|-------|-------|-------|-------|
| Борщ с мясом                       | 200 | 6,0   | 8,5   | 2,1   | 109,0 | 250 | 6,0   | 9,5   | 3,1   | 121,0 | 300 | 6,0   | 10,5  | 4,1   | 178,0 |
| Булочка бутербродная с<br>сыром    | 50  | 7,3   | 12,2  | 27,9  | 364,7 | 50  | 7,3   | 12,2  | 27,9  | 364,7 | 50  | 7,3   | 12,2  | 27,9  | 364,7 |
| Компот из свежих яблок             | 200 | 0,3   | 0,1   | 15,6  | 68,5  | 200 | 0,3   | 0,1   | 15,6  | 68,5  | 200 | 0,3   | 0,1   | 15,6  | 68,5  |
| Хлеб ржано-пшеничный/<br>пшеничный | 30  | 2,2   | 0,3   | 13,8  | 67,5  | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  |
| Всего                              | 480 | 15,8  | 21,1  | 59,4  | 609,7 | 550 | 16,6  | 22,2  | 64,9  | 644,2 | 600 | 16,6  | 23,2  | 65,9  | 701,2 |
| Всего, %                           |     | 14,0% | 29,0% | 57,0% | 29,0% |     | 13,0% | 29,0% | 58,0% | 26,8% |     | 13,0% | 30,0% | 57,0% | 25,0% |

Примечание: Всего, % - энергоценность указана в процентах от суточной калорийности, содержание белков, жиров,

углеводов - в процентах от калорийности приема пищи

Сезон: лето-осень

2 неделя 1 день

| Наименование блюда      | Возраст 7-10 лет |        |       |        |        |  | Возраст 11-14 лет |        |       |        |        |  | Возраст 15-18 лет |        |       |        |        |  |
|-------------------------|------------------|--------|-------|--------|--------|--|-------------------|--------|-------|--------|--------|--|-------------------|--------|-------|--------|--------|--|
|                         | Выход, г         | Б, г   | Ж, г  | У, г   | ккал   |  | Выход, г          | Б, г   | Ж, г  | У, г   | ккал   |  | Выход, г          | Б, г   | Ж, г  | У, г   | ккал   |  |
| 2                       | 3                | 4      | 5     | 6      | 7      |  | 8                 | 9      | 10    | 11     | 12     |  | 13                | 14     | 15    | 16     | 17     |  |
| каша овсяная            | 200              | 8,3    | 6,6   | 59     | 328,6  |  | 220               | 7,7    | 8,1   | 61,2   | 354,1  |  | 250               | 10,5   | 9,9   | 63,5   | 385,1  |  |
| Какао с молоком         | 200              | 7,7    | 4,3   | 12,9   | 122,3  |  | 200               | 7,7    | 4,3   | 12,9   | 122,3  |  | 200               | 7,7    | 4,3   | 12,9   | 122,3  |  |
| яблоко/ фрукт по сезону | 120              | 0,4    | 0,05  | 15,8   | 67,2   |  | 120               | 0,4    | 0,05  | 15,8   | 67,2   |  | 120               | 0,4    | 0,05  | 15,8   | 67,2   |  |
| Хлеб ржано-пшеничный    | 30               | 2,2    | 0,3   | 13,8   | 67,5   |  | 50                | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |  | 50                | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |  |
| Всего                   | 550              | 18,58  | 11,25 | 101,54 | 585,6  |  | 590               | 19,48  | 12,95 | 112,84 | 656,1  |  | 620               | 22,28  | 14,75 | 115,14 | 687,1  |  |
| Всего, %                |                  | 14,62% | 24,0% | 69,36% | 27,89% |  |                   | 14,13% | 24,1% | 68,79% | 27,34% |  |                   | 14,43% | 24,7% | 67,03% | 24,54% |  |

2 неделя 2 день

|                                 |     |        |       |        |        |  |     |        |       |        |        |  |     |        |       |        |        |  |
|---------------------------------|-----|--------|-------|--------|--------|--|-----|--------|-------|--------|--------|--|-----|--------|-------|--------|--------|--|
| 2                               | 3   | 4      | 5     | 6      | 7      |  | 8   | 9      | 10    | 11     | 12     |  | 13  | 14     | 15    | 16     | 17     |  |
| Биточки из говядины             | 70  | 18,8   | 3,0   | 3,8    | 118,6  |  | 90  | 21,5   | 4,2   | 6,4    | 150,2  |  | 100 | 24,0   | 4,3   | 8,0    | 167,7  |  |
| Рис рассыпчатый с овощами       | 130 | 3,0    | 2,8   | 24,0   | 140,1  |  | 150 | 3,7    | 4,4   | 30,0   | 182,5  |  | 180 | 4,4    | 5,9   | 35,2   | 221,4  |  |
| Соус сметанный                  | 20  | 0,5    | 3,7   | 1,8    | 42,1   |  | 20  | 0,5    | 3,7   | 1,8    | 42,1   |  | 20  | 0,5    | 3,7   | 1,8    | 42,1   |  |
| Компот из сухофруктов с сахаром | 200 | 0,3    | 0,4   | 15,6   | 68,5   |  | 200 | 0,3    | 0,4   | 15,6   | 68,5   |  | 200 | 0,3    | 0,4   | 15,6   | 68,5   |  |
| Хлеб ржано-пшеничный            | 30  | 2,2    | 0,3   | 13,8   | 67,5   |  | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |  | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |  |
| Всего                           | 450 | 24,83  | 10,24 | 58,98  | 436,85 |  | 510 | 29,69  | 13,17 | 76,68  | 555,79 |  | 550 | 32,86  | 14,78 | 83,47  | 612,15 |  |
| Всего, %                        |     | 13,83% | 27,2% | 58,97% | 20,80% |  |     | 14,00% | 28,0% | 55,19% | 23,16% |  |     | 14,30% | 28,9% | 54,54% | 21,86% |  |

2 неделя 3 день

|                              |     |        |       |        |        |  |     |        |       |        |        |  |     |        |       |        |        |  |
|------------------------------|-----|--------|-------|--------|--------|--|-----|--------|-------|--------|--------|--|-----|--------|-------|--------|--------|--|
| 2                            | 3   | 4      | 5     | 6      | 7      |  | 8   | 9      | 10    | 11     | 12     |  | 13  | 14     | 15    | 16     | 17     |  |
| Салат с морковью с сыром     | 60  | 1,6    | 7,0   | 3,0    | 80,0   |  | 80  | 2,5    | 9,3   | 3,8    | 107,8  |  | 100 | 2,8    | 11,7  | 4,7    | 145,3  |  |
| Жаркое по домашнему из птицы | 200 | 15,9   | 6,2   | 12,2   | 399,4  |  | 220 | 17,1   | 7,4   | 13,8   | 420,9  |  | 250 | 21,0   | 8,0   | 15,2   | 421,9  |  |
| Чай каркаде                  | 200 | 0,0    | 0,0   | 3,0    | 12,0   |  | 200 | 0,0    | 0,0   | 3,0    | 12,0   |  | 200 | 0,0    | 0,0   | 3,0    | 12,0   |  |
| Хлеб ржано-пшеничный         | 30  | 2,2    | 0,3   | 13,8   | 67,5   |  | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |  | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |  |
| Всего                        | 430 | 18,1   | 6,5   | 29     | 478,9  |  | 470 | 20,8   | 7,9   | 39,7   | 545,4  |  | 500 | 24,7   | 8,5   | 41,1   | 546,4  |  |
| Всего, %                     |     | 16,50% | 29,9% | 53,60% | 22,80% |  |     | 16,90% | 30,2% | 52,90% | 22,73% |  |     | 16,90% | 30,2% | 52,90% | 22,77% |  |

|                        |     |        |       |        |        |     |        |       |        |        |     |        |       |        |        |
|------------------------|-----|--------|-------|--------|--------|-----|--------|-------|--------|--------|-----|--------|-------|--------|--------|
| 2 неделя 4 день        | 3   | 4      | 5     | 6      | 7      | 8   | 9      | 10    | 11     | 12     | 13  | 14     | 15    | 16     | 17     |
| 2                      | 70  | 11,4   | 1,3   | 9,8    | 185,3  | 90  | 15,5   | 1,3   | 11,5   | 199,2  | 100 | 17,1   | 2,0   | 15,1   | 238,4  |
| Котлеты рыбные         | 20  | 0,7    | 0,0   | 3,1    | 25,0   | 25  | 0,8    | 0,0   | 4,1    | 28,0   | 30  | 0,9    | 0,0   | 5,1    | 30,0   |
| Соус молочно-томатный  | 20  | 0,8    | 1,9   | 2,4    | 50,7   | 20  | 0,8    | 1,9   | 2,4    | 50,7   | 20  | 0,8    | 1,9   | 2,4    | 50,7   |
| Макароны отварные      | 130 | 5,7    | 5,7   | 28,7   | 205,4  | 150 | 6,6    | 6,0   | 33,1   | 231,0  | 180 | 7,8    | 6,3   | 39,3   | 267,6  |
| Компот из свежих яблок | 200 | 0,3    | -     | 16,9   | 71,3   | 200 | 0,3    | -     | 16,9   | 71,3   | 200 | 0,3    | -     | 16,9   | 71,3   |
| Хлеб ржано-пшеничный   | 30  | 2,2    | 0,3   | 13,8   | 67,5   | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |
| Всего                  | 470 | 21,04  | 9,23  | 74,68  | 605,2  | 535 | 27,61  | 9,67  | 90,85  | 692,75 | 580 | 30,53  | 10,71 | 101,69 | 770,55 |
| Всего, %               |     | 13,48% | 29,1% | 57,42% | 28,82% |     | 14,50% | 30,2% | 55,30% | 28,86% |     | 14,30% | 30,6% | 55,10% | 27,52% |

|                                       |     |        |       |        |        |     |        |       |        |        |     |        |       |        |        |
|---------------------------------------|-----|--------|-------|--------|--------|-----|--------|-------|--------|--------|-----|--------|-------|--------|--------|
| 2 неделя 5 день                       | 3   | 4      | 5     | 6      | 7      | 8   | 9      | 10    | 11     | 12     | 13  | 14     | 15    | 16     | 17     |
| Салат из белокачанной капусты и яблок | 60  | 0,5    | 3,1   | 2,4    | 39,3   | 80  | 0,7    | 3,1   | 3,2    | 43,6   | 100 | 0,9    | 5,1   | 4,2    | 66,3   |
| Суп гороховый с мясом                 | 200 | 7,0    | 7,2   | 13,3   | 280,5  | 220 | 7,5    | 8,2   | 16,9   | 299,2  | 250 | 9,2    | 10,2  | 19,2   | 361,9  |
| чай с сахаром и лимоном               | 200 | 0,1    | 0,1   | 8,2    | 35,2   | 200 | 0,1    | 0,1   | 8,2    | 35,2   | 200 | 0,1    | 0,1   | 8,2    | 35,2   |
| Хлеб ржано-пшеничный                  | 30  | 2,2    | 0,3   | 13,8   | 67,5   | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |
| Булочка с творогом                    | 50  | 6,0    | 10,60 | 28,1   | 224,7  | 50  | 6,0    | 10,60 | 28,1   | 224,7  | 50  | 6,0    | 10,60 | 28,1   | 224,7  |
| Всего                                 | 540 | 15,8   | 21,3  | 65,8   | 647,2  | 600 | 18     | 22,5  | 79,3   | 715,2  | 650 | 19,9   | 26,5  | 82,6   | 800,6  |
| Всего, %                              |     | 14,00% | 30,4% | 40,67% | 30,82% |     | 14,20% | 30,8% | 55,00% | 29,80% |     | 14,20% | 30,1% | 55,70% | 28,59% |

Примечание: Всего, % - энергоценность указана в процентах от суточной калорийности, содержание белков, жиров, углеводов - в процентах от калорийности приема пищи

Сезон: лето-осень

3 недели 1 день

| Наименование блюда             | Возраст 7-10 лет |       |       |       |       | Возраст 11-15 лет |       |       |       |       | Возраст 16-18 лет |       |       |       |       |
|--------------------------------|------------------|-------|-------|-------|-------|-------------------|-------|-------|-------|-------|-------------------|-------|-------|-------|-------|
|                                | Выход, г         | Б, г  | Ж, г  | У, г  | ккал  | Выход, г          | Б, г  | Ж, г  | У, г  | ккал  | Выход, г          | Б, г  | Ж, г  | У, г  | ккал  |
| 2                              | 3                | 4     | 5     | 6     | 7     | 8                 | 9     | 10    | 11    | 12    | 13                | 14    | 15    | 16    | 17    |
| каша дружба                    | 200              | 16,3  | 6,9   | 25,8  | 230,5 | 220               | 18,5  | 7,1   | 28,4  | 372,3 | 250               | 20,2  | 7,9   | 30,9  | 275,5 |
| Напиток Денсаулык              | 200              | 0,3   | 0,1   | 15,6  | 68,5  | 200               | 0,3   | 0,1   | 15,6  | 68,5  | 200               | 0,3   | 0,1   | 15,6  | 68,5  |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный | 30               | 2,2   | 0,3   | 13,8  | 67,5  | 50                | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  | 50                | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  |
| Всего                          | 430              | 18,8  | 7,3   | 55,2  | 366,5 | 470               | 21,8  | 7,6   | 62,3  | 530,8 | 500               | 23,5  | 8,4   | 64,8  | 434   |
| Всего, %                       |                  | 16,0% | 29,0% | 55,0% | 17,5% |                   | 15,8% | 30,9% | 53,3% | 22,1% |                   | 14,7% | 30,1% | 55,2% | 15,5% |

3 недели 2 день

|                                 |      |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |
|---------------------------------|------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 2                               | 3    | 4     | 5     | 6     | 7     | 8     | 9     | 10    | 11    | 12    | 13    | 14    | 15    | 16    | 17    |
| Соус сметанный                  | 20   | 0,5   | 3,7   | 1,8   | 42,1  | 20    | 0,5   | 3,7   | 1,8   | 42,1  | 20    | 0,5   | 3,7   | 1,8   | 42,1  |
| Гречка рассыпчатый с овощами    | 130  | 3,0   | 2,8   | 24,0  | 220,1 | 150   | 3,7   | 4,4   | 30,0  | 250,5 | 180   | 4,4   | 5,9   | 35,2  | 291,4 |
| Котлеты из говядины             | 70   | 18,8  | 3,0   | 3,8   | 118,6 | 90    | 21,5  | 4,2   | 6,4   | 150,2 | 100   | 24,0  | 4,3   | 8,0   | 167,7 |
| Компот из сухофруктов с сахаром | 200  | 0,3   | 0,4   | 15,6  | 68,5  | 200   | 0,3   | 0,4   | 15,6  | 68,5  | 200   | 0,3   | 0,4   | 15,6  | 68,5  |
| яблоко/ фрукт по сезону         | 120  | 0,4   | 0,05  | 15,8  | 67,2  | 120   | 0,4   | 0,05  | 15,8  | 67,2  | 120   | 0,4   | 0,05  | 15,8  | 67,2  |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный  | 30   | 2,2   | 0,3   | 13,8  | 67,5  | 50    | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  | 50    | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  |
| Всего                           | 1433 | 25,2  | 10,3  | 74,8  | 584,1 | 630,0 | 29,4  | 13,1  | 87,9  | 668,5 | 670,0 | 32,5  | 14,7  | 94,7  | 726,9 |
| Всего, %                        |      | 12,0% | 31,0% | 57,0% | 27,8% |       | 12,6% | 30,6% | 56,8% | 27,9% |       | 12,4% | 29,5% | 58,1% | 26,0% |

3 недели 3 день

|                                |     |       |       |       |       |     |       |       |       |       |     |       |       |       |       |
|--------------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|-----|-------|-------|-------|-------|-----|-------|-------|-------|-------|
| 2                              | 3   | 4     | 5     | 6     | 7     | 8   | 9     | 10    | 11    | 12    | 13  | 14    | 15    | 16    | 17    |
| Салат из варенных овощей       | 60  | 0,7   | 4     | 5,3   | 61    | 80  | 1     | 5     | 7,3   | 79,5  | 100 | 1,2   | 5,1   | 9     | 87,6  |
| Суп рисовый с мясом            | 200 | 7,0   | 7,2   | 13,3  | 144,5 | 220 | 7,5   | 8,2   | 16,9  | 168,2 | 250 | 9,2   | 10,2  | 19,2  | 221,9 |
| чай с сахаром и лимоном        | 200 | 0,1   | 0,1   | 8,2   | 35,2  | 200 | 0,1   | 0,1   | 8,2   | 35,2  | 200 | 0,1   | 0,1   | 8,2   | 35,2  |
| Булочка бутербродная с сыром   | 50  | 7,3   | 12,2  | 27,9  | 364,7 | 50  | 7,3   | 12,2  | 27,9  | 364,7 | 50  | 7,3   | 12,2  | 27,9  | 364,7 |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный | 30  | 2,2   | 0,3   | 13,8  | 67,5  | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  |
| Всего                          | 540 | 17,3  | 23,8  | 68,5  | 672,9 | 600 | 18,9  | 25,9  | 78,6  | 737,6 | 650 | 20,8  | 28    | 82,6  | 799,4 |
| Всего, %                       |     | 13,0% | 29,9% | 57,1% | 32,0% |     | 11,5% | 30,1% | 58,4% | 30,7% |     | 12,5% | 29,0% | 58,5% | 28,6% |

3 неделя 4 день

| 2                              | 3   | 4     | 5     | 6     | 7      | 8   | 9     | 10    | 11    | 12     | 13  | 14    | 15    | 16    | 17     |
|--------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-----|-------|-------|-------|--------|-----|-------|-------|-------|--------|
| Картофельно-морковное пюре     | 130 | 2,4   | 4,7   | 12,6  | 161,8  | 150 | 2,7   | 7,3   | 14,5  | 200,8  | 180 | 3,1   | 6,5   | 16,7  | 261,8  |
| Биточки рыбные                 | 70  | 11,4  | 1,3   | 9,8   | 200,9  | 90  | 15,5  | 1,3   | 11,5  | 210,2  | 100 | 17,1  | 2,0   | 15,1  | 220,4  |
| Соус молочно-томатный          | 20  | 0,8   | 1,9   | 2,4   | 50,7   | 20  | 0,8   | 1,9   | 2,4   | 50,7   | 20  | 0,8   | 1,9   | 2,4   | 50,7   |
| Компот из свежих яблок         | 200 | 0,3   | -     | 16,9  | 71,3   | 200 | 0,3   | -     | 16,9  | 71,3   | 200 | 0,3   | -     | 16,9  | 71,3   |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный | 30  | 2,2   | 0,3   | 13,8  | 67,5   | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0   | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0   |
| Всего                          | 450 | 17,06 | 8,2   | 55,47 | 552,22 | 510 | 22,26 | 10,9  | 63,57 | 623,02 | 550 | 24,26 | 10,8  | 69,37 | 694,22 |
| Всего, %                       |     | 12,7% | 30,0% | 57,3% | 26,3%  |     | 11,9% | 29,9% | 58,2% | 26,0%  |     | 11,5% | 29,6% | 58,9% | 24,8%  |

3 неделя 5 день

| 2                              | 3   | 4     | 5     | 6     | 7     | 8   | 9     | 10    | 11    | 12    | 13  | 14    | 15    | 16    | 17    |
|--------------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|-----|-------|-------|-------|-------|-----|-------|-------|-------|-------|
| Рагу из птицы                  | 200 | 15,9  | 6,2   | 12,2  | 183,8 | 220 | 17,1  | 7,4   | 13,8  | 206,4 | 250 | 21,0  | 8,0   | 15,2  | 310,9 |
| Какао с молоком                | 200 | 7,7   | 4,3   | 12,9  | 240,3 | 200 | 7,7   | 4,3   | 12,9  | 240,3 | 200 | 7,7   | 4,3   | 12,9  | 240,3 |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный | 30  | 2,2   | 0,3   | 13,8  | 67,5  | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  |
| Всего                          | 430 | 25,8  | 10,8  | 38,9  | 491,6 | 470 | 27,8  | 12,1  | 45    | 536,7 | 500 | 31,7  | 12,7  | 46,4  | 641,2 |
| Всего, %                       |     | 14,2% | 30,0% | 55,8% | 23,4% |     | 13,1% | 31,0% | 55,9% | 22,4% |     | 13,1% | 31,0% | 55,9% | 22,9% |

Примечание: Всего, % - энергетичность указана в процентах от суточной калорийности, содержание белков, жиров, углеводов - в процентах от калорийности приема пищи

Сезон: лето-осень  
4 неделя 1 день

| Наименование блюда             | Возраст 7-10 лет |        |       |        |        |  | Возраст 11-14 лет |        |       |        |        |  | Возраст 15-18 лет |        |       |        |        |  |
|--------------------------------|------------------|--------|-------|--------|--------|--|-------------------|--------|-------|--------|--------|--|-------------------|--------|-------|--------|--------|--|
|                                | Выход, г         | Б, г   | Ж, г  | У, г   | ккал   |  | Выход, г          | Б, г   | Ж, г  | У, г   | ккал   |  | Выход, г          | Б, г   | Ж, г  | У, г   | ккал   |  |
| 2                              | 3                | 4      | 5     | 6      | 7      |  | 8                 | 9      | 10    | 11     | 12     |  | 13                | 14     | 15    | 16     | 17     |  |
| каша пшеница                   | 200              | 9,3    | 3,9   | 14,8   | 131,5  |  | 220               | 10,1   | 4,8   | 15,9   | 354,1  |  | 250               | 11,3   | 5,9   | 16,8   | 165,5  |  |
| Какао с молоком                | 200              | 7,7    | 4,3   | 12,9   | 240,3  |  | 200               | 7,7    | 4,3   | 12,9   | 240,3  |  | 200               | 7,7    | 4,3   | 12,9   | 240,3  |  |
| яблоко/ фрукт по сезону        | 120              | 0,4    | 0,05  | 15,8   | 67,2   |  | 120               | 0,4    | 0,05  | 15,8   | 67,2   |  | 120               | 0,4    | 0,05  | 15,8   | 67,2   |  |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный | 30               | 2,2    | 0,3   | 13,8   | 67,5   |  | 50                | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |  | 50                | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |  |
| Всего                          |                  | 19,58  | 8,55  | 57,34  | 506,5  |  |                   | 21,88  | 9,65  | 67,54  | 774,1  |  |                   | 23,08  | 10,75 | 68,44  | 585,5  |  |
| Всего, %                       |                  | 13,95% | 20,4% | 65,20% | 24,12% |  |                   | 13,70% | 23,2% | 63,10% | 32,25% |  |                   | 13,60% | 22,9% | 46,76% | 20,91% |  |

4 неделя 2 день

|                                |     |        |       |        |        |  |     |        |       |        |        |  |     |        |       |        |        |  |
|--------------------------------|-----|--------|-------|--------|--------|--|-----|--------|-------|--------|--------|--|-----|--------|-------|--------|--------|--|
| 2                              | 3   | 4      | 5     | 6      | 7      |  | 8   | 9      | 10    | 11     | 12     |  | 13  | 14     | 15    | 16     | 17     |  |
| Биточки из говядины            | 70  | 18,8   | 3,0   | 3,8    | 118,6  |  | 90  | 21,5   | 4,2   | 6,4    | 150,2  |  | 100 | 24,0   | 4,3   | 8,0    | 167,7  |  |
| Рис рассыпчатый с овощами      | 130 | 3,0    | 2,8   | 24,0   | 140,1  |  | 150 | 3,7    | 4,4   | 30,0   | 182,5  |  | 180 | 4,4    | 5,9   | 35,2   | 221,4  |  |
| Компот из свежих яблок         | 200 | 0,3    | -     | 16,9   | 71,3   |  | 200 | 0,3    | -     | 16,9   | 71,3   |  | 200 | 0,3    | -     | 16,9   | 71,3   |  |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный | 30  | 2,2    | 0,3   | 13,8   | 67,5   |  | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |  | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |  |
| Соус сметанный                 | 20  | 0,5    | 3,7   | 1,8    | 42,1   |  | 20  | 0,5    | 3,7   | 1,8    | 42,1   |  | 20  | 0,5    | 3,7   | 1,8    | 42,1   |  |
| Всего                          |     | 24,83  | 9,84  | 60,28  | 439,65 |  |     | 29,69  | 12,77 | 77,98  | 558,59 |  |     | 32,86  | 14,38 | 84,77  | 614,95 |  |
| Всего, %                       |     | 14,20% | 20,1% | 54,84% | 20,94% |  |     | 14,10% | 20,6% | 55,84% | 23,27% |  |     | 15,00% | 21,0% | 55,14% | 21,96% |  |

4 неделя 3 день

|                                |     |        |       |        |        |  |     |        |       |        |        |  |     |        |       |        |        |  |
|--------------------------------|-----|--------|-------|--------|--------|--|-----|--------|-------|--------|--------|--|-----|--------|-------|--------|--------|--|
| 2                              | 3   | 4      | 5     | 6      | 7      |  | 8   | 9      | 10    | 11     | 12     |  | 13  | 14     | 15    | 16     | 17     |  |
| Шницель из птицы               | 70  | 12,7   | 4,4   | 8,0    | 141,1  |  | 90  | 18,5   | 5,6   | 10,4   | 167,1  |  | 100 | 19,7   | 5,7   | 12,1   | 199,1  |  |
| Гречка рассыпчатая             | 130 | 3,0    | 2,8   | 24,0   | 140,1  |  | 150 | 3,7    | 4,4   | 30,0   | 182,5  |  | 180 | 4,4    | 5,9   | 35,2   | 221,4  |  |
| Соус сметанный                 | 20  | 0,5    | 3,7   | 1,8    | 42,1   |  | 20  | 0,5    | 3,7   | 1,8    | 42,1   |  | 20  | 0,5    | 3,7   | 1,8    | 42,1   |  |
| Напиток из шиповника           | 200 | 1,2    | 0,2   | 8,2    | 42,8   |  | 200 | 1,2    | 0,2   | 8,2    | 42,8   |  | 200 | 1,2    | 0,2   | 8,2    | 42,8   |  |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный | 30  | 2,2    | 0,3   | 13,8   | 67,5   |  | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |  | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |  |
| Всего                          | 450 | 19,6   | 11,4  | 55,82  | 433,62 |  | 510 | 27,6   | 14,4  | 73,3   | 547    |  | 550 | 29,5   | 16    | 80,2   | 617,9  |  |
| Всего, %                       |     | 12,50% | 28,2% | 59,30% | 20,65% |  |     | 12,00% | 28,0% | 60,00% | 22,79% |  |     | 12,10% | 29,8% | 58,10% | 22,07% |  |

4 неделя 4 день

|                                          |     |        |       |        |        |     |        |       |        |        |     |        |       |        |        |
|------------------------------------------|-----|--------|-------|--------|--------|-----|--------|-------|--------|--------|-----|--------|-------|--------|--------|
| 2                                        | 3   | 4      | 5     | 6      | 7      | 8   | 9      | 10    | 11     | 12     | 13  | 14     | 15    | 16     | 17     |
| Рыба тушеная с овощами в сметанном соусе | 70  | 8,9    | 3,9   | 11,1   | 290,1  | 90  | 12     | 4,1   | 13,7   | 299,4  | 100 | 14     | 4,8   | 15,7   | 379,4  |
| Картофельно-морковное пюре               | 130 | 2,4    | 4,7   | 12,6   | 104,3  | 150 | 2,7    | 7,3   | 14,5   | 136,4  | 180 | 3,1    | 6,5   | 16,7   | 141,8  |
| Напиток Денсаулык                        | 200 | 0,3    | 0,1   | 15,6   | 68,5   | 200 | 0,3    | 0,1   | 15,6   | 68,5   | 200 | 0,3    | 0,1   | 15,6   | 68,5   |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный           | 30  | 2,2    | 0,3   | 13,8   | 67,5   | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |
| Всего                                    | 430 | 13,8   | 9     | 53,1   | 530,4  | 490 | 18,7   | 12    | 66,7   | 616,8  | 530 | 21,1   | 11,9  | 70,9   | 702,2  |
| Всего, %                                 |     | 10,41% | 27,0% | 57,83% | 25,26% |     | 12,13% | 28,6% | 56,85% | 25,70% |     | 12,02% | 28,7% | 56,51% | 25,08% |

4 неделя 5 день

|                                     |     |        |       |        |        |     |        |       |        |        |     |        |       |        |        |
|-------------------------------------|-----|--------|-------|--------|--------|-----|--------|-------|--------|--------|-----|--------|-------|--------|--------|
| 2                                   | 3   | 4      | 5     | 6      | 7      | 8   | 9      | 10    | 11     | 12     | 13  | 14     | 15    | 16     | 17     |
| Салат из варенных овощей            | 60  | 0,7    | 4     | 5,3    | 61     | 80  | 1      | 5     | 7,3    | 79,5   | 100 | 1,2    | 5,1   | 9      | 107,6  |
| Суп с макаронными изделиями и мясом | 200 | 7,0    | 7,2   | 13,3   | 144,5  | 220 | 7,5    | 8,2   | 16,9   | 168,2  | 250 | 9,2    | 10,2  | 19,2   | 221,9  |
| чай с сахаром и лимоном             | 200 | 0,1    | 0,1   | 8,2    | 35,2   | 200 | 0,1    | 0,1   | 8,2    | 35,2   | 200 | 0,1    | 0,1   | 8,2    | 35,2   |
| Булочка с творогом                  | 50  | 6,0    | 10,60 | 28,1   | 224,7  | 50  | 6,0    | 10,60 | 28,1   | 224,7  | 50  | 6,0    | 10,60 | 28,1   | 224,7  |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный      | 30  | 2,2    | 0,3   | 13,8   | 67,5   | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |
| Всего                               | 540 | 16     | 22,2  | 68,7   | 532,9  | 600 | 18,3   | 24,4  | 83,4   | 620,1  | 650 | 20,2   | 26,5  | 87,4   | 701,9  |
| Всего, %                            |     | 14,00% | 30,0% | 56,00% | 25,38% |     | 14,00% | 29,0% | 57,00% | 25,84% |     | 13,90% | 28,1% | 58,00% | 25,07% |

Примечание: Всего, % - энергоценность указана в процентах от суточной калорийности, содержание белков, жиров, углеводов - в процентах от калорийности приема пищи

Сезон: зима-весна

1 неделя 1 день

| Наименование блюда             | Возраст 7-10 лет |       |       |       |       | Возраст 11-15 лет |       |       |       |       | Возраст 16-18 лет |       |       |       |       |
|--------------------------------|------------------|-------|-------|-------|-------|-------------------|-------|-------|-------|-------|-------------------|-------|-------|-------|-------|
|                                | Выход, г         | Б, г  | Ж, г  | У, г  | ккал  | Выход, г          | Б, г  | Ж, г  | У, г  | ккал  | Выход, г          | Б, г  | Ж, г  | У, г  | ккал  |
| 2                              | 3                | 4     | 5     | 6     | 7     | 8                 | 9     | 10    | 11    | 12    | 13                | 14    | 15    | 16    | 17    |
| каша кукурузная                | 200              | 6     | 8,7   | 35,6  | 241,1 | 220               | 6,7   | 9,7   | 39,1  | 266,4 | 250               | 7,6   | 10,8  | 44,2  | 300,5 |
| яблоко/ фрукт по сезону        | 120              | 0,4   | 0,05  | 15,8  | 67,2  | 120               | 0,4   | 0,05  | 15,8  | 67,2  | 120               | 0,4   | 0,05  | 15,8  | 67,2  |
| Напиток Денсаулык              | 200              | 0,3   | 0,1   | 15,6  | 68,5  | 200               | 0,3   | 0,1   | 15,6  | 68,5  | 200               | 0,3   | 0,1   | 15,6  | 68,5  |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный | 30               | 2,2   | 0,3   | 13,8  | 67,5  | 50                | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  | 50                | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  |
| Всего                          |                  | 9     | 9     | 81    | 444   |                   | 10    | 10    | 89    | 492   |                   | 11    | 11    | 94    | 526   |
| Всего, %                       |                  | 16,0% | 29,0% | 55,0% | 21,2% |                   | 15,8% | 30,9% | 53,3% | 20,5% |                   | 14,7% | 30,1% | 55,2% | 19%   |

3 неделя 2 день

|                                 |     |       |       |       |        |     |       |       |       |        |     |       |       |       |        |
|---------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-----|-------|-------|-------|--------|-----|-------|-------|-------|--------|
| 2                               | 3   | 4     | 5     | 6     | 7      | 8   | 9     | 10    | 11    | 12     | 13  | 14    | 15    | 16    | 17     |
| Соус сметанный                  | 20  | 0,5   | 3,7   | 1,8   | 42,1   | 20  | 0,5   | 3,7   | 1,8   | 42,1   | 20  | 0,5   | 3,7   | 1,8   | 42,1   |
| Гречка рассыпчатый с овощами    | 130 | 3,0   | 2,8   | 24,0  | 220,1  | 150 | 3,7   | 4,4   | 30,0  | 250,5  | 180 | 4,4   | 5,9   | 35,2  | 291,4  |
| Котлеты из говядины             | 70  | 18,8  | 3,0   | 3,8   | 118,6  | 90  | 21,5  | 4,2   | 6,4   | 150,2  | 100 | 24,0  | 4,3   | 8,0   | 167,7  |
| Компот из сухофруктов с сахаром | 200 | 0,3   | 0,4   | 15,6  | 68,5   | 200 | 0,3   | 0,4   | 15,6  | 68,5   | 200 | 0,3   | 0,4   | 15,6  | 68,5   |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный  | 30  | 2,2   | 0,3   | 13,8  | 67,5   | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0   | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0   |
| Всего                           |     | 24,83 | 10,24 | 58,98 | 516,85 |     | 28,99 | 13,07 | 72,08 | 601,29 |     | 32,16 | 14,68 | 78,87 | 659,65 |
| Всего, %                        |     | 12,0% | 31,0% | 57,0% | 24,6%  |     | 12,6% | 30,6% | 56,8% | 25,1%  |     | 12,4% | 29,5% | 58,1% | 23,6%  |

3 неделя 3 день

|                                |     |       |       |       |       |     |       |       |       |       |     |       |       |       |       |
|--------------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|-----|-------|-------|-------|-------|-----|-------|-------|-------|-------|
| 2                              | 3   | 4     | 5     | 6     | 7     | 8   | 9     | 10    | 11    | 12    | 13  | 14    | 15    | 16    | 17    |
| Салат из варенных овощей       | 60  | 0,7   | 4     | 5,3   | 61    | 80  | 1     | 5     | 7,3   | 79,5  | 100 | 1,2   | 5,1   | 9     | 107,6 |
| Суп рисовый с мясом            | 200 | 7,0   | 7,2   | 13,3  | 144,5 | 220 | 7,5   | 8,2   | 16,9  | 168,2 | 250 | 9,2   | 10,2  | 19,2  | 221,9 |
| чай с сахаром и лимоном        | 200 | 0,1   | 0,1   | 8,2   | 35,2  | 200 | 0,1   | 0,1   | 8,2   | 35,2  | 200 | 0,1   | 0,1   | 8,2   | 35,2  |
| Булочка бутербродная с сыром   | 50  | 7,3   | 12,2  | 27,9  | 364,7 | 50  | 7,3   | 12,2  | 27,9  | 364,7 | 50  | 7,3   | 12,2  | 27,9  | 364,7 |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный | 30  | 2,2   | 0,3   | 13,8  | 67,5  | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  |
| Всего                          |     | 17,3  | 23,8  | 68,5  | 672,9 |     | 18,9  | 25,9  | 78,6  | 737,6 |     | 20,8  | 28    | 82,6  | 819,4 |
| Всего, %                       |     | 13,0% | 29,9% | 57,1% | 32,0% |     | 11,5% | 30,1% | 58,4% | 30,7% |     | 12,5% | 29,0% | 58,5% | 29,3% |

1 неделя 4 день

| 2                              | 3   | 4     | 5     | 6     | 7      | 8   | 9     | 10    | 11    | 12     | 13  | 14    | 15    | 16    | 17     |
|--------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-----|-------|-------|-------|--------|-----|-------|-------|-------|--------|
| Картофельно-морковное пюре     | 130 | 2,4   | 4,7   | 12,6  | 161,8  | 150 | 2,7   | 7,3   | 14,5  | 200,8  | 180 | 3,1   | 6,5   | 16,7  | 261,8  |
| Биточки рыбные                 | 70  | 11,4  | 1,3   | 9,8   | 210,9  | 90  | 15,5  | 1,3   | 11,5  | 240,2  | 100 | 17,1  | 2,0   | 15,1  | 299,4  |
| Соус молочно-томатный          | 20  | 0,8   | 1,9   | 2,4   | 50,7   | 20  | 0,8   | 1,9   | 2,4   | 50,7   | 20  | 0,8   | 1,9   | 2,4   | 50,7   |
| чай с сахаром и лимоном        | 200 | 0,1   | 0,1   | 8,2   | 35,2   | 200 | 0,1   | 0,1   | 8,2   | 35,2   | 200 | 0,1   | 0,1   | 8,2   | 35,2   |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный | 30  | 2,2   | 0,3   | 13,8  | 67,5   | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0   | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0   |
| Всего                          |     | 16,86 | 8,3   | 46,77 | 526,12 |     | 22,06 | 11    | 54,87 | 616,92 |     | 24,06 | 10,9  | 60,67 | 737,12 |
| Всего, %                       |     | 15,6% | 14,2% | 58,4% | 25,1%  |     | 16,4% | 16,0% | 55,3% | 25,7%  |     | 16,7% | 13,3% | 56,2% | 26,3%  |

1 неделя 5 день

| 2                              | 3   | 4     | 5     | 6     | 7     | 8   | 9     | 10    | 11    | 12    | 13  | 14    | 15    | 16    | 17    |
|--------------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|-----|-------|-------|-------|-------|-----|-------|-------|-------|-------|
| Борщ с мясом                   | 200 | 6,0   | 8,5   | 2,1   | 109,0 | 250 | 6,0   | 9,5   | 3,1   | 121,0 | 300 | 6,0   | 10,5  | 4,1   | 178,0 |
| Булочка бутербродная с сыром   | 50  | 7,3   | 12,2  | 27,9  | 364,7 | 50  | 7,3   | 12,2  | 27,9  | 364,7 | 50  | 7,3   | 12,2  | 27,9  | 364,7 |
| Напиток Денсаулык              | 200 | 0,3   | 0,1   | 15,6  | 68,5  | 200 | 0,3   | 0,1   | 15,6  | 68,5  | 200 | 0,3   | 0,1   | 15,6  | 68,5  |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный | 30  | 2,2   | 0,3   | 13,8  | 67,5  | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  |
| Всего                          |     | 15,8  | 21,1  | 59,4  | 609,7 |     | 16,6  | 22,2  | 64,9  | 644,2 |     | 16,6  | 23,2  | 65,9  | 701,2 |
| Всего, %                       |     | 14,0% | 29,0% | 57,0% | 29,0% |     | 13,0% | 29,0% | 58,0% | 26,8% |     | 13,0% | 30,0% | 57,0% | 25,0% |

Примечание: Всего, % - энергоценность, указана в процентах от суточной калорийности. содержание белков, жиров, углеводов - в процентах от калорийности приема пищи

Сезон: зима-весна  
2 неделя 1 день.

| Наименование<br>блода  | Возраст 7-10 лет |        |       |        |        | Возраст 11-14 лет |        |       |        |        | Возраст 15-18 лет |        |       |        |        |
|------------------------|------------------|--------|-------|--------|--------|-------------------|--------|-------|--------|--------|-------------------|--------|-------|--------|--------|
|                        | Выход, г         | Б, г   | Ж, г  | У, г   | ккал   | Выход, г          | Б, г   | Ж, г  | У, г   | ккал   | Выход, г          | Б, г   | Ж, г  | У, г   | ккал   |
| 2                      | 3                | 4      | 5     | 6      | 7      | 8                 | 9      | 10    | 11     | 12     | 13                | 14     | 15    | 16     | 17     |
| квашеная               | 200              | 8,3    | 6,6   | 59     | 328,6  | 220               | 7,7    | 8,1   | 61,2   | 354,1  | 250               | 10,5   | 9,9   | 63,5   | 385,1  |
| Какао с молоком        | 200              | 7,7    | 4,3   | 12,9   | 240,3  | 200               | 7,7    | 4,3   | 12,9   | 240,3  | 200               | 7,7    | 4,3   | 12,9   | 240,3  |
| яблоко/фрукт по сезону | 120              | 0,4    | 0,05  | 15,8   | 67,2   | 120               | 0,4    | 0,05  | 15,8   | 67,2   | 120               | 0,4    | 0,05  | 15,8   | 67,2   |
| Хлеб ржано-пшеничный   | 30               | 2,2    | 0,3   | 13,8   | 67,5   | 50                | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  | 50                | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |
| Всего                  | 550              | 18,58  | 11,25 | 101,54 | 703,6  | 590               | 19,48  | 12,95 | 112,84 | 774,1  | 620               | 22,28  | 14,75 | 115,14 | 805,1  |
| Всего, %               |                  | 14,62% | 24,0% | 57,73% | 33,50% |                   | 14,13% | 24,1% | 58,31% | 32,25% |                   | 14,43% | 24,7% | 57,21% | 28,75% |

2 неделя 2 день.

|                                 |     |        |       |        |        |     |        |       |        |        |     |        |       |        |        |
|---------------------------------|-----|--------|-------|--------|--------|-----|--------|-------|--------|--------|-----|--------|-------|--------|--------|
| 2                               | 3   | 4      | 5     | 6      | 7      | 8   | 9      | 10    | 11     | 12     | 13  | 14     | 15    | 16     | 17     |
| Биточки из говядины             | 70  | 18,8   | 3,0   | 3,8    | 118,6  | 90  | 21,5   | 4,2   | 6,4    | 150,2  | 100 | 24,0   | 4,3   | 8,0    | 167,7  |
| Рис рассыпчатый с овощами       | 130 | 3,0    | 2,8   | 24,0   | 140,1  | 150 | 3,7    | 4,4   | 30,0   | 182,5  | 180 | 4,4    | 5,9   | 35,2   | 221,4  |
| Соус сметанный                  | 20  | 0,5    | 3,7   | 1,8    | 42,1   | 20  | 0,5    | 3,7   | 1,8    | 42,1   | 20  | 0,5    | 3,7   | 1,8    | 42,1   |
| Компот из сухофруктов с сахаром | 200 | 0,3    | 0,4   | 15,6   | 68,5   | 200 | 0,3    | 0,4   | 15,6   | 68,5   | 200 | 0,3    | 0,4   | 15,6   | 68,5   |
| Хлеб ржано-пшеничный            | 30  | 2,2    | 0,3   | 13,8   | 67,5   | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |
| Всего                           | 450 | 24,83  | 10,24 | 58,98  | 436,85 | 510 | 29,69  | 13,17 | 76,68  | 555,79 | 550 | 32,86  | 14,78 | 83,47  | 612,15 |
| Всего, %                        |     | 13,83% | 27,2% | 58,97% | 20,80% |     | 14,00% | 28,0% | 55,19% | 23,16% |     | 14,30% | 28,9% | 54,54% | 21,86% |

2 неделя 3 день

|                              |     |        |       |        |        |     |        |       |        |        |     |        |       |        |        |
|------------------------------|-----|--------|-------|--------|--------|-----|--------|-------|--------|--------|-----|--------|-------|--------|--------|
| 2                            | 3   | 4      | 5     | 6      | 7      | 8   | 9      | 10    | 11     | 12     | 13  | 14     | 15    | 16     | 17     |
| Салат с морковью с сыром     | 60  | 1,6    | 7,0   | 3,0    | 80,0   | 80  | 2,5    | 9,3   | 3,8    | 107,8  | 100 | 2,8    | 11,7  | 4,7    | 134,3  |
| Жаркое по домашнему из птицы | 200 | 15,9   | 6,2   | 12,2   | 399,4  | 220 | 17,1   | 7,4   | 13,8   | 420,9  | 250 | 21,0   | 8,0   | 15,2   | 421,9  |
| Чай каркаде                  | 200 | 0,0    | 0,0   | 3,0    | 12,0   | 200 | 0,0    | 0,0   | 3,0    | 12,0   | 200 | 0,0    | 0,0   | 3,0    | 12,0   |
| Хлеб ржано-пшеничный         | 30  | 2,2    | 0,3   | 13,8   | 67,5   | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |
| Всего                        | 490 | 19,65  | 13,5  | 32     | 558,9  | 550 | 23,3   | 17,22 | 43,47  | 653,15 | 600 | 27,51  | 20,24 | 45,8   | 680,73 |
| Всего, %                     |     | 16,50% | 29,9% | 53,60% | 26,61% |     | 16,90% | 30,2% | 52,90% | 27,21% |     | 16,90% | 30,2% | 52,90% | 28,36% |

## 2 неделя 4 день

| 2                         | 3   | 4      | 5     | 6      | 7      | 8   | 9      | 10    | 11     | 12     | 13  | 14     | 15    | 16     | 17     |
|---------------------------|-----|--------|-------|--------|--------|-----|--------|-------|--------|--------|-----|--------|-------|--------|--------|
| Котлеты рыбные            | 70  | 11,4   | 1,3   | 9,8    | 185,3  | 90  | 15,5   | 1,3   | 11,5   | 199,2  | 100 | 17,1   | 2,0   | 15,1   | 238,4  |
| Соус молочно-томатный     | 20  | 0,8    | 1,9   | 2,4    | 50,7   | 20  | 0,8    | 1,9   | 2,4    | 50,7   | 20  | 0,8    | 1,9   | 2,4    | 50,7   |
| Рис рассыпчатый с овощами | 130 | 3,0    | 2,8   | 24,0   | 140,1  | 150 | 3,7    | 4,4   | 30,0   | 182,5  | 180 | 4,4    | 5,9   | 35,2   | 221,4  |
| Компот из свежих яблок    | 200 | 0,3    | -     | 16,9   | 71,3   | 200 | 0,3    | -     | 16,9   | 71,3   | 200 | 0,3    | -     | 16,9   | 71,3   |
| Хлеб ржано-пшеничный      | 30  | 2,2    | 0,3   | 13,8   | 67,5   | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |
| Всего                     | 450 | 17,66  | 6,3   | 66,89  | 514,94 | 510 | 23,96  | 8,1   | 83,67  | 616,22 | 550 | 26,26  | 10,3  | 92,47  | 694,32 |
| Всего, %                  |     | 13,48% | 29,1% | 57,42% | 24,52% |     | 14,50% | 30,2% | 55,30% | 25,68% |     | 14,30% | 30,6% | 55,10% | 24,80% |

## 2 неделя 5 день

| 2                                     | 3   | 4      | 5     | 6      | 7      | 8   | 9      | 10    | 11     | 12     | 13  | 14     | 15    | 16     | 17     |
|---------------------------------------|-----|--------|-------|--------|--------|-----|--------|-------|--------|--------|-----|--------|-------|--------|--------|
| Салат из белокочанной капусты и яблок | 60  | 0,5    | 3,1   | 2,4    | 39,3   | 80  | 0,7    | 3,1   | 3,2    | 43,6   | 100 | 0,9    | 5,1   | 4,2    | 66,3   |
| Суп гороховый с мясом                 | 200 | 7,0    | 7,2   | 13,3   | 280,5  | 220 | 7,5    | 8,2   | 16,9   | 299,2  | 250 | 9,2    | 10,2  | 19,2   | 361,9  |
| Чай с сахаром и лимоном               | 200 | 0,1    | 0,1   | 8,2    | 35,2   | 200 | 0,1    | 0,1   | 8,2    | 35,2   | 200 | 0,1    | 0,1   | 8,2    | 35,2   |
| Хлеб ржано-пшеничный                  | 30  | 2,2    | 0,3   | 13,8   | 67,5   | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |
| Булочка с творогом                    | 50  | 6,0    | 10,60 | 28,1   | 224,7  | 50  | 6,0    | 10,60 | 28,1   | 224,7  | 50  | 6,0    | 10,60 | 28,1   | 224,7  |
| Всего                                 | 540 | 15,8   | 21,3  | 65,8   | 647,2  | 600 | 18     | 22,5  | 79,3   | 715,2  | 650 | 19,9   | 26,5  | 82,6   | 800,6  |
| Всего, %                              |     | 14,00% | 30,4% | 40,67% | 30,82% |     | 14,20% | 30,8% | 55,00% | 29,80% |     | 14,20% | 30,1% | 55,70% | 28,59% |

Примечание: Всего, % - энергетическая ценность указана в процентах от суточной калорийности, содержание белков, жиров, углеводов - в процентах от калорийности приема пищи

Сезон: зима-весна

3 неделя 1 день

| Наименование блюда             | Возраст 7-10 лет |       |       |       |       | Возраст 11-15 лет |       |       |       |       | Возраст 16-18 лет |       |       |       |       |
|--------------------------------|------------------|-------|-------|-------|-------|-------------------|-------|-------|-------|-------|-------------------|-------|-------|-------|-------|
|                                | Выход, г         | Б, г  | Ж, г  | У, г  | ккал  | Выход, г          | Б, г  | Ж, г  | У, г  | ккал  | Выход, г          | Б, г  | Ж, г  | У, г  | ккал  |
| 2                              | 3                | 4     | 5     | 6     | 7     | 8                 | 9     | 10    | 11    | 12    | 13                | 14    | 15    | 16    | 17    |
| каша дружба                    | 200              | 16,3  | 6,9   | 25,8  | 230,5 | 220               | 18,5  | 7,1   | 28,4  | 372,3 | 250               | 20,2  | 7,9   | 30,9  | 275,5 |
| Чай каркаде                    | 200              | 0,0   | 0,0   | 3,0   | 12,0  | 200               | 0,0   | 0,0   | 3,0   | 12,0  | 200               | 0,0   | 0,0   | 3,0   | 12,0  |
| яблоко/ фрукт по сезону        | 120              | 0,3   | 0,1   | 13,2  | 56,0  | 120               | 0,3   | 0,1   | 13,2  | 56,0  | 120               | 0,3   | 0,1   | 13,2  | 56,0  |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный | 30               | 2,2   | 0,3   | 13,8  | 67,5  | 50                | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  | 50                | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  |
| Всего                          |                  | 18,8  | 7,3   | 55,8  | 366   |                   | 21,8  | 7,6   | 62,9  | 530,3 |                   | 23,5  | 8,4   | 65,4  | 433,5 |
| Всего, %                       |                  | 15,0% | 25,5% | 61,0% | 17,4% |                   | 15,0% | 24,2% | 59,8% | 22,1% |                   | 15,0% | 24,2% | 60,3% | 15,5% |

1 неделя 2 день

|                                 |     |       |       |       |        |     |       |       |       |        |     |       |       |       |        |
|---------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-----|-------|-------|-------|--------|-----|-------|-------|-------|--------|
| 2                               | 3   | 4     | 5     | 6     | 7      | 8   | 9     | 10    | 11    | 12     | 13  | 14    | 15    | 16    | 17     |
| Салат витаминный                | 60  | 0,5   | 3,1   | 2,4   | 39,3   | 80  | 0,7   | 3,1   | 3,2   | 43,6   | 100 | 0,9   | 5,1   | 4,2   | 66,3   |
| Котлеты из говядины             | 70  | 18,8  | 3,0   | 3,8   | 118,6  | 90  | 21,5  | 4,2   | 6,4   | 150,2  | 100 | 24,0  | 4,3   | 8,0   | 167,7  |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный  | 30  | 2,2   | 0,3   | 13,8  | 67,5   | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0   | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0   |
| Соус сметанный                  | 20  | 0,5   | 3,7   | 1,8   | 42,1   | 20  | 0,5   | 3,7   | 1,8   | 42,1   | 20  | 0,5   | 3,7   | 1,8   | 42,1   |
| Компот из сухофруктов с сахаром | 200 | 0,3   | 0,4   | 15,6  | 68,5   | 200 | 0,3   | 0,4   | 15,6  | 68,5   | 200 | 0,3   | 0,4   | 15,6  | 68,5   |
| макаронны отварные              | 130 | 5,7   | 5,7   | 28,7  | 205,4  | 150 | 6,6   | 6,0   | 33,1  | 231,0  | 180 | 7,8   | 6,3   | 39,3  | 267,6  |
| Всего                           |     | 28,01 | 16,27 | 66,07 | 541,44 |     | 32,54 | 17,74 | 78,36 | 625,42 |     | 36,43 | 20,19 | 87,19 | 702,18 |
| Всего, %                        |     | 12,0% | 31,0% | 57,0% | 25,8%  |     | 13,0% | 30,0% | 57,0% | 26,1%  |     | 12,0% | 30,0% | 58,0% | 25,1%  |

1 неделя 3 день

|                                |     |       |       |       |        |     |       |       |       |       |     |       |       |       |       |
|--------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-----|-------|-------|-------|-------|-----|-------|-------|-------|-------|
| 2                              | 3   | 4     | 5     | 6     | 7      | 8   | 9     | 10    | 11    | 12    | 13  | 14    | 15    | 16    | 17    |
| Куриная грудка с овощами       | 70  | 17,1  | 2,3   | 1,2   | 102,3  | 90  | 18,1  | 2,6   | 1,3   | 106,3 | 100 | 18,2  | 2,8   | 2,3   | 108,8 |
| Гречка рассыпчатая             | 130 | 3,0   | 2,8   | 24,0  | 140,1  | 150 | 3,7   | 4,4   | 30,0  | 182,5 | 180 | 4,4   | 5,9   | 35,2  | 221,4 |
| Какао с молоком                | 200 | 7,7   | 4,3   | 12,9  | 240,3  | 200 | 7,7   | 4,3   | 12,9  | 240,3 | 200 | 7,7   | 4,3   | 12,9  | 240,3 |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный | 30  | 2,2   | 0,3   | 13,8  | 67,5   | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  |
| Всего                          |     | 30    | 9,7   | 51,92 | 550,22 |     | 32,5  | 11,7  | 62,5  | 619,1 |     | 33,3  | 13,4  | 68,7  | 660,5 |
| Всего, %                       |     | 21,8% | 15,9% | 37,7% | 26,2%  |     | 14,0% | 28,0% | 58,0% | 25,8% |     | 14,0% | 29,0% | 57,0% | 23,6% |

3 неделя 4 день

| 2                              | 3   | 4     | 5     | 6     | 7      | 8   | 9     | 10    | 11    | 12     | 13  | 14    | 15    | 16    | 17     |
|--------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-----|-------|-------|-------|--------|-----|-------|-------|-------|--------|
| Картофельно-морковное пюре     | 130 | 2,4   | 4,7   | 12,6  | 161,8  | 150 | 2,7   | 7,3   | 14,5  | 200,8  | 180 | 3,1   | 6,5   | 16,7  | 261,8  |
| Биточки рыбные                 | 70  | 11,4  | 1,3   | 9,8   | 210,9  | 90  | 15,5  | 1,3   | 11,5  | 240,2  | 100 | 17,1  | 2,0   | 15,1  | 299,4  |
| Соус молочно-томатный          | 20  | 0,8   | 1,9   | 2,4   | 50,7   | 20  | 0,8   | 1,9   | 2,4   | 50,7   | 20  | 0,8   | 1,9   | 2,4   | 50,7   |
| Компот из свежих яблок         | 200 | 0,3   | -     | 16,9  | 71,3   | 200 | 0,3   | -     | 16,9  | 71,3   | 200 | 0,3   | -     | 16,9  | 71,3   |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный | 30  | 2,2   | 0,3   | 13,8  | 67,5   | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0   | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0   |
| Всего                          | 450 | 17,06 | 8,2   | 55,47 | 562,22 | 510 | 22,26 | 10,9  | 63,57 | 653,02 | 550 | 24,26 | 10,8  | 69,37 | 773,22 |
| Всего, %                       |     | 12,7% | 30,0% | 57,3% | 26,8%  |     | 11,9% | 29,9% | 58,2% | 27,2%  |     | 11,5% | 29,6% | 58,9% | 27,6%  |

3 неделя 5 день

| 2                              | 3   | 4     | 5     | 6     | 7     | 8   | 9     | 10    | 11    | 12    | 13  | 14    | 15    | 16    | 17    |
|--------------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|-----|-------|-------|-------|-------|-----|-------|-------|-------|-------|
| Рагу из птицы                  | 200 | 15,9  | 6,2   | 12,2  | 183,8 | 220 | 17,1  | 7,4   | 13,8  | 206,4 | 250 | 21,0  | 8,0   | 15,2  | 310,9 |
| Какао с молоком                | 200 | 7,7   | 4,3   | 12,9  | 240,3 | 200 | 7,7   | 4,3   | 12,9  | 240,3 | 200 | 7,7   | 4,3   | 12,9  | 240,3 |
| яблоко/ фрукт по сезону        | 120 | 0,4   | 0,05  | 15,8  | 67,2  | 120 | 0,4   | 0,05  | 15,8  | 67,2  | 120 | 0,4   | 0,05  | 15,8  | 67,2  |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный | 30  | 2,2   | 0,3   | 13,8  | 67,5  | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  | 50  | 3,0   | 0,4   | 18,3  | 90,0  |
| Всего                          | 550 | 26,18 | 10,85 | 54,74 | 558,8 | 590 | 28,18 | 12,15 | 60,84 | 603,9 | 620 | 32,08 | 12,75 | 62,24 | 708,4 |
| Всего, %                       |     | 14,2% | 30,0% | 55,8% | 26,6% |     | 13,1% | 31,0% | 55,9% | 25,2% |     | 13,1% | 31,0% | 55,9% | 25,3% |

Примечание: Всего, % - энергоценность указана в процентах от суточной калорийности, содержание белков, жиров, углеводов - в процентах от калорийности приема пищи

Сезон: зима-весна  
4 неделя 1 день

| Наименование блюда             | Возраст 7-10 лет |        |       |        |        |  | Возраст 11-14 лет |        |       |        |        |  | Возраст 15-18 лет |        |       |        |        |  |
|--------------------------------|------------------|--------|-------|--------|--------|--|-------------------|--------|-------|--------|--------|--|-------------------|--------|-------|--------|--------|--|
|                                | Выход, г         | Б, г   | Ж, г  | У, г   | ккал   |  | Выход, г          | Б, г   | Ж, г  | У, г   | ккал   |  | Выход, г          | Б, г   | Ж, г  | У, г   | ккал   |  |
| 2                              | 3                | 4      | 5     | 6      | 7      |  | 8                 | 9      | 10    | 11     | 12     |  | 13                | 14     | 15    | 16     | 17     |  |
| каша пшеница                   | 200              | 9,3    | 3,9   | 14,8   | 131,5  |  | 220               | 10,1   | 4,8   | 15,9   | 354,1  |  | 250               | 11,3   | 5,9   | 16,8   | 165,5  |  |
| Какао с молоком                | 200              | 7,7    | 4,3   | 12,9   | 122,3  |  | 200               | 7,7    | 4,3   | 12,9   | 122,3  |  | 200               | 7,7    | 4,3   | 12,9   | 122,3  |  |
| яблоко/ фрукт по сезону        | 120              | 0,4    | 0,05  | 15,8   | 67,2   |  | 120               | 0,4    | 0,05  | 15,8   | 67,2   |  | 120               | 0,4    | 0,05  | 15,8   | 67,2   |  |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный | 30               | 2,2    | 0,3   | 13,8   | 67,5   |  | 50                | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |  | 50                | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |  |
| Всего                          | 550              | 19,6   | 8,6   | 57,3   | 388,5  |  | 590               | 21,9   | 9,7   | 67,5   | 656,1  |  | 620               | 23,1   | 10,8  | 68,4   | 467,5  |  |
| Всего, %                       |                  | 13,95% | 20,4% | 65,20% | 18,50% |  |                   | 13,70% | 23,2% | 63,10% | 27,34% |  |                   | 13,60% | 22,9% | 58,56% | 16,70% |  |

4 неделя 2 день

|                                |     |        |       |        |        |  |     |        |       |        |        |  |     |        |       |        |        |  |
|--------------------------------|-----|--------|-------|--------|--------|--|-----|--------|-------|--------|--------|--|-----|--------|-------|--------|--------|--|
| 2                              | 3   | 4      | 5     | 6      | 7      |  | 8   | 9      | 10    | 11     | 12     |  | 13  | 14     | 15    | 16     | 17     |  |
| Биточки из говядины            | 70  | 18,8   | 3,0   | 3,8    | 118,6  |  | 90  | 21,5   | 4,2   | 6,4    | 150,2  |  | 100 | 24,0   | 4,3   | 8,0    | 167,7  |  |
| Рис рассыпчатый с овощами      | 130 | 3,0    | 2,8   | 24,0   | 140,1  |  | 150 | 3,7    | 4,4   | 30,0   | 182,5  |  | 180 | 4,4    | 5,9   | 35,2   | 221,4  |  |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный | 30  | 2,2    | 0,3   | 13,8   | 67,5   |  | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |  | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |  |
| Соус сметанный                 | 20  | 0,5    | 3,7   | 1,8    | 42,1   |  | 20  | 0,5    | 3,7   | 1,8    | 42,1   |  | 20  | 0,5    | 3,7   | 1,8    | 42,1   |  |
| Всего                          | 250 | 24,53  | 9,84  | 43,38  | 368,4  |  | 310 | 29,39  | 12,77 | 61,08  | 487,29 |  | 350 | 32,56  | 14,38 | 67,87  | 543,65 |  |
| Всего, %                       |     | 14,20% | 24,0% | 47,11% | 17,54% |  |     | 14,10% | 23,6% | 50,14% | 20,30% |  |     | 15,00% | 23,8% | 49,94% | 19,42% |  |

4 неделя 3 день

|                                |     |        |       |        |        |  |     |        |       |        |        |  |     |        |       |        |        |  |
|--------------------------------|-----|--------|-------|--------|--------|--|-----|--------|-------|--------|--------|--|-----|--------|-------|--------|--------|--|
| 2                              | 3   | 4      | 5     | 6      | 7      |  | 8   | 9      | 10    | 11     | 12     |  | 13  | 14     | 15    | 16     | 17     |  |
| Шницель из птицы               | 70  | 12,7   | 4,4   | 8,0    | 141,1  |  | 90  | 18,5   | 5,6   | 10,4   | 167,1  |  | 100 | 19,7   | 5,7   | 12,1   | 199,1  |  |
| Гречка рассыпчатая             | 130 | 3,0    | 2,8   | 24,0   | 140,1  |  | 150 | 3,7    | 4,4   | 30,0   | 182,5  |  | 180 | 4,4    | 5,9   | 35,2   | 221,4  |  |
| Поджаривка горошек зеленый     | 20  | 0,7    | 0,0   | 3,1    | 25,0   |  | 25  | 0,8    | 0,0   | 4,1    | 28,0   |  | 30  | 0,9    | 0,0   | 5,1    | 30,0   |  |
| Соус сметанный                 | 20  | 0,5    | 3,7   | 1,8    | 42,1   |  | 20  | 0,5    | 3,7   | 1,8    | 42,1   |  | 20  | 0,5    | 3,7   | 1,8    | 42,1   |  |
| Напиток из шиповника           | 200 | 1,2    | 0,2   | 8,2    | 42,8   |  | 200 | 1,2    | 0,2   | 8,2    | 42,8   |  | 200 | 1,2    | 0,2   | 8,2    | 42,8   |  |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный | 30  | 2,2    | 0,3   | 13,8   | 67,5   |  | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |  | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |  |
| Всего                          | 470 | 20,3   | 11,4  | 58,92  | 458,62 |  | 535 | 28,4   | 14,4  | 77,4   | 575    |  | 580 | 30,4   | 16    | 85,3   | 647,9  |  |
| Всего, %                       |     | 12,50% | 28,2% | 59,30% | 21,84% |  |     | 12,00% | 28,0% | 60,00% | 23,96% |  |     | 12,10% | 29,8% | 58,10% | 23,14% |  |

4 неделя 4 день

| 2                                        | 3   | 4     | 5     | 6      | 7      | 8   | 9      | 10    | 11     | 12     | 13  | 14     | 15    | 16     | 17     |
|------------------------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|-----|--------|-------|--------|--------|-----|--------|-------|--------|--------|
| Рыба тушеная с овощами в сметанном соусе | 70  | 8,9   | 3,9   | 11,1   | 290,1  | 90  | 12     | 4,1   | 13,7   | 299,4  | 100 | 14     | 4,8   | 15,7   | 379,4  |
| Картофельно-морковное пюре               | 130 | 2,4   | 4,7   | 12,6   | 161,8  | 150 | 2,7    | 7,3   | 14,5   | 200,8  | 180 | 3,1    | 6,5   | 16,7   | 261,8  |
| Нашиток Денеулык                         | 200 | 0,3   | 0,1   | 15,6   | 68,5   | 200 | 0,3    | 0,1   | 15,6   | 68,5   | 200 | 0,3    | 0,1   | 15,6   | 68,5   |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный           | 30  | 2,2   | 0,3   | 13,8   | 67,5   | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |
| Всего                                    | 430 | 13,8  | 9     | 53,1   | 587,9  | 490 | 18,7   | 12    | 66,7   | 681,2  | 530 | 21,1   | 11,9  | 70,9   | 822,2  |
| Всего, %                                 |     | 9,39% | 27,0% | 57,83% | 28,00% |     | 10,98% | 28,6% | 56,85% | 28,38% |     | 10,27% | 28,7% | 56,51% | 29,36% |

4 неделя 5 день

| 2                                   | 3   | 4      | 5     | 6      | 7      | 8   | 9      | 10    | 11     | 12     | 13  | 14     | 15    | 16     | 17     |
|-------------------------------------|-----|--------|-------|--------|--------|-----|--------|-------|--------|--------|-----|--------|-------|--------|--------|
| Салат из варенных овощей            | 60  | 0,7    | 4     | 5,3    | 61     | 80  | 1      | 5     | 7,3    | 79,5   | 100 | 1,2    | 5,1   | 9      | 107,6  |
| Суп с макаронными изделиями и мясом | 200 | 7,0    | 7,2   | 13,3   | 144,5  | 220 | 7,5    | 8,2   | 16,9   | 168,2  | 250 | 9,2    | 10,2  | 19,2   | 221,9  |
| чай с сахаром и лимоном             | 200 | 0,1    | 0,1   | 8,2    | 35,2   | 200 | 0,1    | 0,1   | 8,2    | 35,2   | 200 | 0,1    | 0,1   | 8,2    | 35,2   |
| Булочка с творогом                  | 50  | 6,0    | 10,60 | 28,1   | 224,7  | 50  | 6,0    | 10,60 | 28,1   | 224,7  | 50  | 6,0    | 10,60 | 28,1   | 224,7  |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный      | 30  | 2,2    | 0,3   | 13,8   | 67,5   | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  | 50  | 3,7    | 0,5   | 22,9   | 112,5  |
| Всего                               |     | 16     | 22,2  | 68,7   | 532,9  |     | 18,3   | 24,4  | 83,4   | 620,1  |     | 20,2   | 26,5  | 87,4   | 701,9  |
| Всего, %                            |     | 14,00% | 30,0% | 56,00% | 25,38% |     | 14,00% | 29,0% | 57,00% | 25,84% |     | 13,90% | 28,1% | 58,00% | 25,07% |

Примечание: Всего, % - энергоценность указана в процентах от суточной калорийности, содержание белков, жиров, углеводов - в процентах от калорийности приема пищи

| лето-осень 1                    |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
|---------------------------------|----------------|-----------|-----------|--------------------------------|---------|-----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|------------------------|-----------|-----------|--------------------------|-----------|-----------|
| Наименование блюд               | Выход блюда, г |           |           | Ингредиенты блюда              | Цена    | Брутто, г |           |           | Нетто,г  |           |           | Сумма    |           |           | Стоимость набора сырья |           |           | Стоимость готового блюда |           |           |
|                                 | 7-10 лет       | 11-15 лет | 16-18 лет |                                |         | 7-10 лет  | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет               | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет                 | 11-15 лет | 16-18 лет |
| 1 неделя                        |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
| 1-й день                        |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
| каша кукурузная                 | 200            | 220       | 250       | кукуруза                       | 215.00  | 40        | 44        | 50        | 40       | 44        | 50        | 8.60     | 9.46      | 10.75     | 116.15                 | 127.77    | 145.19    | 174.23                   | 191.65    | 217.78    |
|                                 |                |           |           | молоко                         | 644.00  | 95        | 105       | 119       | 95       | 105       | 119       | 61.31    | 67.44     | 76.64     |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | вода                           | 0.00    | 52        | 57        | 65        | 52       | 57        | 65        | 0.00     | 0.00      | 0.00      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | сахар                          | 450.00  | 1         | 1         | 1         | 1        | 1         | 1         | 0.36     | 0.40      | 0.45      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | масло сливочное                | 5734.00 | 8         | 9         | 10        | 8        | 9         | 10        | 45.87    | 50.46     | 57.34     |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | соль йодированная              | 97.00   | 0.1       | 0.1       | 0.1       | 0.1      | 0.1       | 0.1       | 0.01     | 0.01      | 0.01      |                        |           |           |                          |           |           |
| Чай каркаде                     | 200            | 200       | 200       | каркаде                        | 3623.00 | 0.1       | 0.1       | 0.1       | 50       | 50        | 50        | 0.36     | 0.36      | 0.36      | 1.71                   | 1.71      | 1.71      | 2.57                     | 2.57      | 2.57      |
|                                 |                |           |           | сахар                          | 450.00  | 3         | 3         | 3         | 3        | 3         | 3         | 1.35     | 1.35      | 1.35      |                        |           |           |                          |           |           |
| яблоко/ фрукт по сезону         | 120            | 120       | 120       | яблоко                         | 894.00  | 150       | 150       | 150       | 120      | 120       | 120       | 134.10   | 134.10    | 134.10    | 134.10                 | 134.10    | 134.10    | 201.15                   | 201.15    | 201.15    |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный  | 30             | 50        | 50        | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30        | 50        | 50        | 30       | 50        | 50        | 15.18    | 25.30     | 25.30     | 15.18                  | 25.30     | 25.30     | 22.77                    | 37.95     | 37.95     |
|                                 |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           | 267.14                 | 288.88    | 306.30    | 400.71                   | 433.32    | 459.45    |
| 2-й день                        |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
| Салат витаминный                | 60             | 97        | 100       | капуста белокочанная           | 191.00  | 49        | 63        | 70        | 35       | 45        | 50        | 9.36     | 12.03     | 13.37     | 38.29                  | 48.63     | 54.03     | 57.43                    | 72.94     | 81.04     |
|                                 |                |           |           | морковь                        | 307.00  | 21        | 27        | 30.0      | 16       | 21        | 23.0      | 6.45     | 8.29      | 9.21      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | яблоки свежие                  | 894.00  | 21        | 27        | 30.0      | 15       | 19        | 21.0      | 18.77    | 24.14     | 26.82     |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | масло растительное             | 924.00  | 4.0       | 4.5       | 5.0       | 4.0      | 4.5       | 5.0       | 3.70     | 4.16      | 4.62      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | йодированная соль              | 97.00   | 0.1       | 0.1       | 0.1       | 0.1      | 0.1       | 0.1       | 0.01     | 0.01      | 0.01      |                        |           |           |                          |           |           |
| Котлеты из говядины             | 70             | 90        | 100       | говядина мякоть                | 5547.00 | 87        | 90        | 100       | 75       | 85        | 90        | 482.59   | 499.23    | 554.70    | 489.94                 | 509.57    | 566.28    | 734.91                   | 764.35    | 849.41    |
|                                 |                |           |           | пшеничный хлеб                 | 201.00  | 7         | 12        | 15.0      | 7        | 12        | 15.0      | 1.41     | 2.41      | 3.02      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | яйцо куриное                   | 518.00  | 5         | 5         | 5.0       | 5        | 5         | 5.0       | 2.59     | 2.59      | 2.59      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | лук репчатый                   | 212.00  | 7         | 12        | 15        | 5        | 10        | 12.0      | 1.48     | 2.54      | 3.18      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | масло растительное             | 924.00  | 2.0       | 3.0       | 3.0       | 2.0      | 3.0       | 3.0       | 1.85     | 2.77      | 2.77      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | йодированная соль              | 97.00   | 0.2       | 0.2       | 0.2       | 0.2      | 0.2       | 0.2       | 0.02     | 0.02      | 0.02      |                        |           |           |                          |           |           |
| Соус сметанный                  | 20             | 20        | 20        | сметана                        | 2090.00 | 10.0      | 10.0      | 10.0      | 10.0     | 10.0      | 10.0      | 20.90    | 20.90     | 20.90     | 32.78                  | 32.78     | 32.78     | 49.2                     | 49.2      | 49.2      |
|                                 |                |           |           | мука 1 сорт                    | 206.00  | 2.0       | 2.0       | 2.0       | 2.0      | 2.0       | 2.0       | 0.41     | 0.41      | 0.41      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | масло сливочное                | 5734.00 | 2.0       | 2.0       | 2.0       | 2.0      | 2.0       | 2.0       | 11.47    | 11.47     | 11.47     |                        |           |           |                          |           |           |
| Макароны отварные               | 130            | 150       | 180       | макароны                       | 494.00  | 46        | 53        | 63        | 46       | 53        | 63        | 22.48    | 25.94     | 31.12     | 51.16                  | 54.62     | 59.82     | 76.7                     | 81.9      | 89.7      |
|                                 |                |           |           | йодированная соль              | 97.00   | 0.1       | 0.2       | 0.3       | 0.1      | 0.2       | 0.3       | 0.01     | 0.02      | 0.03      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | масло сливочное                | 5734.00 | 5         | 5         | 5         | 5        | 5         | 5         | 28.67    | 28.67     | 28.67     |                        |           |           |                          |           |           |
| Компот из сухофруктов с сахаром | 200            | 200       | 200       | сухофрукты                     | 800.00  | 20        | 20        | 20        | 20       | 20        | 20        | 16.00    | 16.00     | 16.00     | 17.35                  | 17.35     | 17.35     | 26.03                    | 26.03     | 26.03     |
|                                 |                |           |           | сахар                          | 450.00  | 3         | 3         | 3         | 3        | 3         | 3         | 1.35     | 1.35      | 1.35      |                        |           |           |                          |           |           |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный  | 30             | 50        | 50        | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30        | 50        | 50        | 30       | 50        | 50        | 15.18    | 25.30     | 25.30     | 15.18                  | 25.30     | 25.30     | 22.77                    | 37.95     | 37.95     |
|                                 |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           | 644.7                  | 688.25    | 755.56    | 967.03                   | 1032.37   | 1133.34   |

| 3-й день                       |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
|--------------------------------|-----|-----|-----|--------------------------------|---------|------|------|------|------|------|------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Куриная грудка с овощами       | 70  | 90  | 100 | филе курицы                    | 2400.00 | 76   | 87   | 97   | 70   | 75   | 85   | 182.40 | 208.80 | 232.80 | 239.21 | 271.22 | 281.76 | 358.82 | 406.83 | 422.65 |
|                                |     |     |     | морковь                        | 307.00  | 20   | 23   | 25   | 16   | 19   | 20   | 6.14   | 7.06   | 7.68   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | лук репчатый                   | 212.00  | 15   | 18   | 20   | 12   | 15   | 17   | 3.18   | 3.82   | 4.24   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | томатная паста                 | 1090.00 | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3.27   | 3.27   | 3.27   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | сладкий перец                  | 1350.00 | 20   | 23   | 25   | 17   | 19   | 20   | 27.00  | 31.05  | 33.75  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 3    | 3    | 0    | 3    | 3    | 3    | 17.20  | 17.20  | 0.00   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.3  | 0.2  | 0.2  | 0.3  | 0.02   | 0.02   | 0.03   |        |        |        |        |        |        |
| Гречка рассыпчатая             | 130 | 150 | 180 | гречневая крупа                | 458.00  | 54.0 | 63.0 | 75.0 | 54.0 | 63.0 | 75.0 | 24.73  | 28.85  | 34.35  | 41.95  | 57.54  | 74.51  | 62.93  | 86.32  | 111.76 |
|                                |     |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 3    | 5    | 7    | 3    | 5    | 7    | 17.20  | 28.67  | 40.14  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |        |        |        |
| Какао с молоком                | 200 | 200 | 200 | какао-порошок                  | 6823.00 | 7    | 7    | 7    | 7    | 7    | 7    | 47.76  | 47.76  | 47.76  | 113.51 | 113.51 | 113.51 | 170.27 | 170.27 | 170.27 |
|                                |     |     |     | молоко                         | 644.00  | 100  | 100  | 100  | 100  | 100  | 100  | 64.40  | 64.40  | 64.40  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | сахар                          | 450.00  | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 1.35   | 1.35   | 1.35   |        |        |        |        |        |        |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30  | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506     | 30   | 50   | 50   | 30   | 50   | 50   | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.8   | 38.0   | 38.0   |
|                                |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        | 409.86 | 467.57 | 495.08 | 614.78 | 701.36 | 742.62 |
| 4-й день                       |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
| Биточки рыбные                 | 70  | 90  | 100 | филе минтая                    | 1695.00 | 97   | 98   | 105  | 74   | 75   | 98   | 164.42 | 166.11 | 177.98 | 179.61 | 185.60 | 200.65 | 269.42 | 278.40 | 300.98 |
|                                |     |     |     | лук репчатый                   | 212.00  | 6    | 10   | 10   | 5    | 8    | 10   | 1.27   | 2.12   | 2.12   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | сухари панировочные            | 800.00  | 13   | 15   | 20   | 13   | 15   | 20   | 10.40  | 12.00  | 16.00  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | яйцо куриное                   | 518.00  | 5    | 5    | 7    | 5    | 5    | 7    | 2.59   | 2.59   | 3.63   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 0.01   | 0.01   | 0.01   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло растительное             | 924.00  | 1    | 3    | 1    | 1    | 3    | 1    | 0.92   | 2.77   | 0.92   |        |        |        |        |        |        |
| Соус молочно-томатный          | 20  | 20  | 20  | молоко                         | 644.00  | 10   | 10   | 10   | 10   | 10   | 10   | 6.44   | 6.44   | 6.44   | 30.26  | 30.26  | 30.26  | 45.39  | 45.39  | 45.39  |
|                                |     |     |     | мука 1 сорт                    | 206.00  | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 0.62   | 0.62   | 0.62   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 17.20  | 17.20  | 17.20  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | томатная паста                 | 2000.00 | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 6.00   | 6.00   | 6.00   |        |        |        |        |        |        |
| Картофельно-морковное пюре     | 130 | 150 | 180 | картофель                      | 303.00  | 140  | 144  | 150  | 93   | 108  | 111  | 42.42  | 43.63  | 45.45  | 111.64 | 122.21 | 135.08 | 167.45 | 183.31 | 202.62 |
|                                |     |     |     | морковь                        | 307.00  | 55   | 75   | 90   | 48   | 57   | 63   | 16.89  | 23.03  | 27.63  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | молоко                         | 644.00  | 10   | 15   | 25   | 40   | 15   | 25   | 6.44   | 9.66   | 16.10  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 8    | 8    | 8    | 8    | 8    | 8    | 45.87  | 45.87  | 45.87  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.3  | 0.2  | 0.3  | 0.3  | 0.02   | 0.02   | 0.03   |        |        |        |        |        |        |
| яблоко/ фрукт по сезону        | 120 | 120 | 120 | яблоко                         | 894.00  | 150  | 150  | 150  | 120  | 120  | 120  | 134.10 | 134.10 | 134.10 | 134.10 | 134.10 | 134.10 | 201.15 | 201.15 | 201.15 |
| чай с сахаром и лимоном        | 200 | 200 | 200 | лимон                          | 1200.00 | 5    | 5    | 5    | 3    | 3    | 3    | 6.00   | 6.00   | 6.00   | 10.01  | 10.01  | 10.01  | 15.02  | 15.02  | 15.02  |
|                                |     |     |     | чай                            | 4123.00 | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 20   | 20   | 20   | 0.41   | 0.41   | 0.41   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | сахар                          | 450.00  | 8    | 8    | 8    | 8    | 8    | 8    | 3.60   | 3.60   | 3.60   |        |        |        |        |        |        |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30  | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30   | 50   | 50   | 30   | 50   | 50   | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77  | 37.95  | 37.95  |
|                                |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        | 480.80 | 507.48 | 535.41 | 721.20 | 761.22 | 803.11 |

| 5-й день                       |        |     |     |                                    |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        |        |        |        |        |         |        |
|--------------------------------|--------|-----|-----|------------------------------------|---------|------|------|------|------|------|------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|--------|
| Борщ с мясом                   | 200    | 250 | 300 | говядина мякоть                    | 5547.00 | 50   | 65   | 79   | 47   | 58   | 69   | 277.35 | 360.56 | 438.21 | 309.44 | 400.28 | 485.98 | 464.16 | 600.42  | 728.97 |
|                                |        |     |     | свекла                             | 190.00  | 40   | 50   | 60   | 32   | 40   | 48   | 7.60   | 9.50   | 11.40  |        |        |        |        |         |        |
|                                |        |     |     | капуста белокочанная               | 191.00  | 20   | 25   | 30   | 16   | 20   | 24   | 3.82   | 4.78   | 5.73   |        |        |        |        |         |        |
|                                |        |     |     | картофель                          | 303.00  | 21   | 26   | 32   | 16   | 20   | 24   | 6.36   | 7.88   | 9.70   |        |        |        |        |         |        |
|                                |        |     |     | морковь                            | 307.00  | 10   | 12   | 15   | 8    | 10   | 12   | 3.07   | 3.68   | 4.61   |        |        |        |        |         |        |
|                                |        |     |     | лук репчатый                       | 212.00  | 9    | 12   | 14   | 8    | 10   | 12   | 1.91   | 2.54   | 2.97   |        |        |        |        |         |        |
|                                |        |     |     | томатная паста                     | 1090.00 | 6    | 7    | 8    | 6    | 7    | 8    | 6.54   | 7.63   | 8.72   |        |        |        |        |         |        |
|                                |        |     |     | масло растительное                 | 924.00  | 3    | 4    | 5    | 5    | 5    | 7    | 2.77   | 3.70   | 4.62   |        |        |        |        |         |        |
|                                |        |     |     | йодированная соль                  | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.3  | 0.2  | 0.2  | 0.3  | 0.02   | 0.02   | 0.03   |        |        |        |        |         |        |
| булочка бутербродная с сыром   | 50     | 50  | 50  | фортифицированная мука             | 286.00  | 30   | 30   | 30   | 30   | 30   | 30   | 8.58   | 8.58   | 8.58   | 109.36 | 109.36 | 109.36 | 164.04 | 164.04  | 164.04 |
|                                |        |     |     | фортифицированная мука (на подпыл) | 286.00  | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 0.57   | 0.57   | 0.57   |        |        |        |        |         |        |
|                                |        |     |     | сахар                              | 450.00  | 4    | 4    | 4    | 4    | 4    | 4    | 1.80   | 1.80   | 1.80   |        |        |        |        |         |        |
|                                |        |     |     | масло сливочное                    | 5734.00 | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 5.73   | 5.73   | 5.73   |        |        |        |        |         |        |
|                                |        |     |     | яйцо                               | 518.00  | 5    | 5    | 5    | 5    | 5    | 5    | 2.59   | 2.59   | 2.59   |        |        |        |        |         |        |
|                                |        |     |     | молоко 2,5%                        | 644.00  | 9    | 9    | 9    | 9    | 9    | 9    | 5.80   | 5.80   | 5.80   |        |        |        |        |         |        |
|                                |        |     |     | сыр твердый                        | 5976.00 | 13   | 13   | 13   | 13   | 13   | 13   | 77.69  | 77.69  | 77.69  |        |        |        |        |         |        |
|                                |        |     |     | дрожжи прессованные                | 5895.00 | 1    | 1    | 1    | 0    | 1    | 1    | 5.90   | 5.90   | 5.90   |        |        |        |        |         |        |
|                                |        |     |     | соль йодированная                  | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |        |         |        |
|                                |        |     |     | ванилин                            | 5547.00 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.17   | 0.17   | 0.17   |        |        |        |        |         |        |
| яйцо                           | 518.00 | 1   | 1   | 1                                  | 1       | 1    | 1    | 0.52 | 0.52 | 0.52 |      |        |        |        |        |        |        |        |         |        |
| Компот из свежих яблок         | 200    | 200 | 200 | яблоки свежие                      | 894.00  | 60   | 60   | 60   | 40   | 40   | 40   | 53.64  | 53.64  | 53.64  | 54.99  | 54.99  | 54.99  | 82.49  | 82.49   | 82.49  |
|                                |        |     |     | сахар                              | 450.00  | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 1.35   | 1.35   | 1.35   |        |        |        |        |         |        |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30     | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный     | 506.00  | 30   | 50   | 50   | 30   | 50   | 50   | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77  | 37.95   | 37.95  |
|                                |        |     |     |                                    |         |      |      |      |      |      |      |        |        | 488.97 | 589.93 | 675.63 | 733.46 | 884.90 | 1013.44 |        |

лето-осень 2

| Наименование блюд               | Выход блюда, г |           |           | Ингредиенты блюда              | Цена    | Брутто, г |           |           | Нетто,г  |           |           | Сумма    |           |           | Стоимость набора сырья |           |           | Стоимость готового блюда |           |           |
|---------------------------------|----------------|-----------|-----------|--------------------------------|---------|-----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|------------------------|-----------|-----------|--------------------------|-----------|-----------|
|                                 | 7-10 лет       | 11-15 лет | 16-18 лет |                                |         | 7-10 лет  | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет               | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет                 | 11-15 лет | 16-18 лет |
| 2 неделя                        |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
| 1-й день                        |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
| каша овсяная                    | 200            | 220       | 250       | крупа овсяная                  | 210.00  | 44        | 48        | 55        | 44       | 48        | 55        | 9.24     | 10.16     | 11.55     | 119.97                 | 131.97    | 145.99    | 179.96                   | 197.95    | 218.98    |
|                                 |                |           |           | молоко                         | 644.00  | 100       | 110       | 119       | 100      | 110       | 119       | 64.40    | 70.84     | 76.64     |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | вода                           | 0.00    | 55        | 61        | 65        | 55       | 61        | 65        | 0.00     | 0.00      | 0.00      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | сахар                          | 450.00  | 1         | 1         | 1         | 1        | 1         | 1         | 0.45     | 0.50      | 0.45      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | масло сливочное                | 5734.00 | 8         | 9         | 10        | 8        | 9         | 10        | 45.87    | 50.46     | 57.34     |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | соль йодированная              | 97.00   | 0.1       | 0         | 0.1       | 0.1      | 0         | 0.1       | 0.01     | 0.01      | 0.01      |                        |           |           |                          |           |           |
| Какао с молоком                 | 200            | 200       | 200       | какао-порошок                  | 6823.00 | 7         | 7         | 7         | 7        | 7         | 7         | 47.76    | 47.76     | 47.76     | 113.51                 | 113.51    | 113.51    | 170.27                   | 170.27    | 170.27    |
|                                 |                |           |           | молоко                         | 644.00  | 100       | 100       | 100       | 100      | 100       | 130       | 64.40    | 64.40     | 64.40     |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | сахар                          | 450.00  | 3         | 3         | 3         | 3        | 3         | 3         | 1.35     | 1.35      | 1.35      |                        |           |           |                          |           |           |
| яблоко/ фрукт по сезону         | 120            | 120       | 120       | яблоко                         | 894.00  | 150       | 150       | 150       | 120      | 120       | 120       | 134.10   | 134.10    | 134.10    | 134.10                 | 134.10    | 134.10    | 201.15                   | 201.15    | 201.15    |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничны   | 30             | 50        | 50        | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30        | 50        | 50        | 30       | 50        | 50        | 15.18    | 25.30     | 25.30     | 15.18                  | 25.30     | 25.30     | 22.77                    | 37.95     | 37.95     |
|                                 |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           | 382.76                 | 404.88    | 418.90    | 574.14                   | 607.32    | 628.35    |
| 2-й день                        |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
| Биточки из говядины             | 70             | 90        | 100       | говядина мякоть                | 5547.00 | 97        | 90        | 100       | 75       | 85        | 90        | 538.06   | 499.23    | 554.70    | 545.41                 | 509.57    | 566.28    | 818.11                   | 764.35    | 849.41    |
|                                 |                |           |           | пшеничный хлеб                 | 201.00  | 7         | 12        | 15.0      | 7        | 12        | 15.0      | 1.41     | 2.41      | 3.02      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | яйцо куриное                   | 518.00  | 5         | 5         | 5.0       | 5        | 5         | 5.0       | 2.59     | 2.59      | 2.59      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | лук репчатый                   | 212.00  | 7         | 12        | 15        | 5        | 10        | 12.0      | 1.48     | 2.54      | 3.18      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | масло растительное             | 924.00  | 2.0       | 3.0       | 3.0       | 2.0      | 3.0       | 3.0       | 1.85     | 2.77      | 2.77      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | йодированная соль              | 97.00   | 0.2       | 0.2       | 0.2       | 0.2      | 0.2       | 0.2       | 0.02     | 0.02      | 0.02      |                        |           |           |                          |           |           |
| Рис рассыпчатый с овощами       | 130            | 150       | 180       | крупа рисовая                  | 458.00  | 30.0      | 38.0      | 45.0      | 30.0     | 38.0      | 45.0      | 13.74    | 17.40     | 20.61     | 49.38                  | 66.05     | 82.26     | 74.07                    | 99.07     | 123.39    |
|                                 |                |           |           | морковь                        | 307.00  | 60.0      | 65.0      | 70.0      | 54.0     | 59.0      | 66.0      | 18.42    | 19.96     | 21.49     |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | масло сливочное                | 5734    | 3         | 5         | 7         | 3        | 5         | 7         | 17.20    | 28.67     | 40.14     |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | йодированная соль              | 97.00   | 0.2       | 0.2       | 0.2       | 0.2      | 0.2       | 0.2       | 0.02     | 0.02      | 0.02      |                        |           |           |                          |           |           |
| Соус сметанный                  | 20             | 20        | 20        | сметана                        | 2090.00 | 10.0      | 10.0      | 10.0      | 10.0     | 10.0      | 10.0      | 20.90    | 20.90     | 20.90     | 32.78                  | 32.78     | 32.78     | 49.17                    | 49.17     | 49.17     |
|                                 |                |           |           | мука 1 сорт                    | 206.00  | 2.0       | 2.0       | 2.0       | 2.0      | 2.0       | 2.0       | 0.41     | 0.41      | 0.41      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | масло сливочное                | 5734.00 | 2.0       | 2.0       | 2.0       | 2.0      | 2.0       | 2.0       | 11.47    | 11.47     | 11.47     |                        |           |           |                          |           |           |
| Компот из сухофруктов с сахаром | 200            | 200       | 200       | сухофрукты                     | 800.00  | 20        | 20        | 20        | 20       | 20        | 20        | 16.00    | 16.00     | 16.00     | 17.35                  | 17.35     | 17.35     | 26.03                    | 26.03     | 26.03     |
|                                 |                |           |           | сахар                          | 450.00  | 3         | 3         | 3         | 3        | 3         | 3         | 1.35     | 1.35      | 1.35      |                        |           |           |                          |           |           |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничны й | 30             | 50        | 50        | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30        | 50        | 50        | 30       | 50        | 50        | 15.18    | 25.30     | 25.30     | 15.18                  | 25.30     | 25.30     | 22.77                    | 37.95     | 37.95     |
|                                 |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           | 660.10                 | 651.05    | 723.96    | 990.15                   | 976.57    | 1085.95   |
| 3-й день                        |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
| Салат с морковь с сыром         | 60             | 97        | 100       | морковь                        | 307.00  | 70        | 90        | 115       | 55       | 66        | 92        | 21.49    | 27.63     | 35.31     | 66.10                  | 92.02     | 129.57    | 99.16                    | 138.03    | 194.36    |
|                                 |                |           |           | сыр полутвердый                | 5976.00 | 7         | 10        | 15        | 7        | 10        | 15        | 41.83    | 59.76     | 89.64     |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | масло растительное             | 924.00  | 3         | 5         | 5         | 3        | 5         | 5         | 2.77     | 4.62      | 4.62      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                 |                |           |           | йодированная соль              | 97.00   | 0.1       | 0.1       | 0.1       | 0.1      | 0.1       | 0.1       | 0.01     | 0.01      | 0.01      |                        |           |           |                          |           |           |

|                                       |        |     |     |                                |         |      |      |                 |         |      |      |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
|---------------------------------------|--------|-----|-----|--------------------------------|---------|------|------|-----------------|---------|------|------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Жаркое по домашнему из птицы          | 200    | 220 | 250 | филе курицы                    | 2400.00 | 76   | 87   | 97              | 70      | 75   | 85   | 182.40 | 208.80 | 232.80 | 250.96 | 276.80 | 300.80 | 376.44 | 415.19 | 451.19 |
|                                       |        |     |     | лук репчатый                   | 212     | 20   | 23   | 23              | 17      | 20   | 20   | 4.24   | 4.88   | 4.88   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |        |     |     | морковь                        | 307     | 25   | 25   | 25              | 20      | 21   | 21   | 7.68   | 7.68   | 7.68   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |        |     |     | картофель                      | 303     | 97   | 90   | 90              | 60      | 67   | 67   | 29.39  | 27.27  | 27.27  |        |        |        |        |        |        |
|                                       |        |     |     | зелень                         | 1900    | 10   | 10   | 10              | 7       | 7    | 7.0  | 19.00  | 19.00  | 19.00  |        |        |        |        |        |        |
|                                       |        |     |     | масло растительное             | 924     | 4    | 5    | 5               | 4       | 5    | 5    | 3.70   | 4.62   | 4.62   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |        |     |     | йодированная соль              | 97      | 0.2  | 0.2  | 0.2             | 0.2     | 0.2  | 0.2  | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |        |     |     | лавровый лист                  | 3623    | 0.01 | 0.01 | 0.01            | 0.01    | 0.01 | 0.01 | 0.04   | 0.04   | 0.04   |        |        |        |        |        |        |
| Чай каркаде                           | 200    | 200 | 200 | каркаде                        | 3623.00 | 0.1  | 0.1  | 0.1             | 50      | 50   | 50   | 0.36   | 0.36   | 0.36   | 1.71   | 1.71   | 1.71   | 2.57   | 2.57   | 2.57   |
|                                       |        |     |     | сахар                          | 450.00  | 3    | 3    | 3               | 3       | 3    | 3    | 1.35   | 1.35   | 1.35   |        |        |        |        |        |        |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный        | 30     | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30   | 50   | 50              | 30      | 50   | 50   | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77  | 37.95  | 37.95  |
|                                       |        |     |     |                                |         |      |      |                 |         |      |      |        |        |        | 333.95 | 395.83 | 457.38 | 500.93 | 593.74 | 686.08 |
| 4-й день                              |        |     |     |                                |         |      |      |                 |         |      |      |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
| Котлеты рыбные                        | 70     | 90  | 100 | филе минтая                    | 1695.00 | 97   | 98   | 105             | 74      | 75   | 98   | 164.42 | 166.11 | 177.98 | 179.61 | 185.60 | 200.65 | 269.42 | 278.40 | 300.98 |
|                                       |        |     |     | лук репчатый                   | 212.00  | 6    | 10   | 10              | 5       | 8    | 10   | 1.27   | 2.12   | 2.12   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |        |     |     | сухари панировочные            | 800.00  | 13   | 15   | 20              | 13      | 15   | 20   | 10.40  | 12.00  | 16.00  |        |        |        |        |        |        |
|                                       |        |     |     | яйцо куриное                   | 518.00  | 5    | 5    | 7               | 5       | 5    | 7    | 2.59   | 2.59   | 3.63   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |        |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.1  | 0.1  | 0.1             | 0.1     | 0.1  | 0.1  | 0.01   | 0.01   | 0.01   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |        |     |     | масло растительное             | 924.00  | 1    | 3    | 1               | 1       | 3    | 1    | 0.92   | 2.77   | 0.92   |        |        |        |        |        |        |
| Соус молочно-томатный                 | 20     | 20  | 20  | молоко                         | 644.00  | 10   | 10   | 10              | 10      | 10   | 10   | 6.44   | 6.44   | 6.44   | 27.53  | 27.53  | 27.53  | 41.30  | 41.30  | 41.30  |
|                                       |        |     |     | мука 1 сорт                    | 206.00  | 3    | 3    | 3               | 3       | 3    | 3    | 0.62   | 0.62   | 0.62   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |        |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 3    | 3    | 3               | 3       | 3    | 3    | 17.20  | 17.20  | 17.20  |        |        |        |        |        |        |
|                                       |        |     |     | томатная паста                 | 1090.00 | 3    | 3    | 3               | 3       | 3    | 3    | 3.27   | 3.27   | 3.27   |        |        |        |        |        |        |
| Макароны отварные                     | 130    | 150 | 180 | макароны                       | 494.00  | 46   | 53   | 63              | 46      | 53   | 63   | 22.48  | 25.94  | 31.12  | 51.16  | 54.62  | 59.82  | 76.7   | 81.9   | 89.7   |
|                                       |        |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.1  | 0.2  | 0.3             | 0.1     | 0.2  | 0.3  | 0.01   | 0.02   | 0.03   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |        |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 5    | 5    | 5               | 5       | 5    | 5    | 28.67  | 28.67  | 28.67  |        |        |        |        |        |        |
| Компот из свежих яблок                | 200    | 200 | 200 | яблоки свежие                  | 894.00  | 60   | 60   | 60              | 40      | 40   | 40   | 53.64  | 53.64  | 53.64  | 54.99  | 54.99  | 54.99  | 82.49  | 82.49  | 82.49  |
|                                       |        |     |     | сахар                          | 450.00  | 3    | 3    | 3               | 3       | 3    | 3    | 1.35   | 1.35   | 1.35   |        |        |        |        |        |        |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный        | 30     | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30   | 50   | 50              | 30      | 50   | 50   | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77  | 37.95  | 37.95  |
|                                       |        |     |     |                                |         |      |      |                 |         |      |      |        |        |        | 328.47 | 348.05 | 368.30 | 492.70 | 522.07 | 552.44 |
| 5-й день                              |        |     |     |                                |         |      |      |                 |         |      |      |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
| Салат из белокочанной капусты и яблок | 60     | 90  | 100 | капуста белокочанная           | 191.00  | 49   | 63   | 70              | 35      | 45   | 50   | 9.36   | 12.03  | 13.37  | 38.29  | 48.63  | 54.03  | 57.43  | 72.94  | 81.04  |
|                                       |        |     |     | морковь                        | 307.00  | 21   | 27   | 30.0            | 16      | 21   | 23.0 | 6.45   | 8.29   | 9.21   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |        |     |     | яблоки свежие                  | 894.00  | 21   | 27   | 30.0            | 15      | 19   | 21.0 | 18.77  | 24.14  | 26.82  |        |        |        |        |        |        |
|                                       |        |     |     | масло растительное             | 924.00  | 4.0  | 4.5  | 5.0             | 4.0     | 4.5  | 5.0  | 3.70   | 4.16   | 4.62   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |        |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.1  | 0.1  | 0.1             | 0.1     | 0.1  | 0.1  | 0.01   | 0.01   | 0.01   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |        |     |     | Суп гороховый с мясом          | 200     | 250  | 300  | говядина мякоть | 5547.00 | 50   | 65   | 79     | 47     | 58     |        |        |        |        |        |        |
| картофель                             | 303.00 | 53  | 66  |                                |         |      |      | 97              | 40      | 50   | 60   | 16.06  | 20.00  | 29.39  |        |        |        |        |        |        |
| горох лущеный                         | 435.00 | 16  | 20  |                                |         |      |      | 24              | 16      | 20   | 24   | 6.96   | 8.70   | 10.44  |        |        |        |        |        |        |
| морковь                               | 307.00 | 10  | 13  |                                |         |      |      | 15              | 8       | 10   | 12   | 3.07   | 3.99   | 4.61   |        |        |        |        |        |        |
| лук репчатый                          | 212.00 | 10  | 12  |                                |         |      |      | 14              | 8       | 10   | 12   | 2.12   | 2.54   | 2.97   |        |        |        |        |        |        |
| масло растительное                    | 924.00 | 3   | 4   |                                |         |      |      | 5               | 5       | 5    | 7    | 2.77   | 3.70   | 4.62   |        |        |        |        |        |        |

|                                |     |     |     |                                    |         |      |      |      |      |      |      |       |       |       |        |        |        |        |        |        |
|--------------------------------|-----|-----|-----|------------------------------------|---------|------|------|------|------|------|------|-------|-------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|                                |     |     |     | йодированная соль                  | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.3  | 0.2  | 0.2  | 0.3  | 0.02  | 0.02  | 0.03  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | сахари хлебные                     | 800.00  | 10   | 10   | 10   | 10   | 10   | 10   | 8.00  | 8.00  | 8.00  |        |        |        |        |        |        |
| булочка с творогом             | 50  | 50  | 50  | фортифицированная мука             | 286.00  | 30   | 30   | 30   | 30   | 30   | 30   | 8.58  | 8.58  | 8.58  | 64.27  | 64.27  | 64.27  | 96.41  | 96.41  | 96.41  |
|                                |     |     |     | фортифицированная мука (на подпыл) | 286.00  | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 0.57  | 0.57  | 0.57  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | сахар                              | 450.00  | 4    | 4    | 4    | 4    | 4    | 4    | 1.80  | 1.80  | 1.80  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло сливочное                    | 5734.00 | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 5.73  | 5.73  | 5.73  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | яйцо                               | 518.00  | 5    | 5    | 5    | 5    | 5    | 5    | 2.59  | 2.59  | 2.59  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | молоко 2,5%                        | 644.00  | 9    | 9    | 9    | 9    | 9    | 9    | 5.80  | 5.80  | 5.80  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | творог                             | 2508.00 | 13   | 13   | 13   | 13   | 13   | 13   | 32.60 | 32.60 | 32.60 |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | дрожжи прессованные                | 5895.00 | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 5.90  | 5.90  | 5.90  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | соль йодированная                  | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.02  | 0.02  | 0.02  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | ванилин                            | 5547.00 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.17  | 0.17  | 0.17  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | яйцо                               | 518.00  | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 0.52  | 0.52  | 0.52  |        |        |        |        |        |        |
| чай с сахаром и лимоном        | 200 | 200 | 200 | лимон                              | 1200.00 | 5    | 5    | 5    | 3    | 3    | 3    | 6.00  | 6.00  | 6.00  | 10.01  | 10.01  | 10.01  | 15.02  | 15.02  | 15.02  |
|                                |     |     |     | чай                                | 4123.00 | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 20   | 20   | 20   | 0.41  | 0.41  | 0.41  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | сахар                              | 450.00  | 8    | 8    | 8    | 8    | 8    | 8    | 3.60  | 3.60  | 3.60  |        |        |        |        |        |        |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30  | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный     | 506.00  | 30   | 50   | 50   | 30   | 50   | 50   | 15.18 | 25.30 | 25.30 | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77  | 37.95  | 37.95  |
|                                |     |     |     |                                    |         |      |      |      |      |      |      |       |       |       | 444.10 | 555.72 | 651.88 | 666.15 | 833.58 | 977.82 |

| лето-осень 3                   |     |                |           |                                |                   |      |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
|--------------------------------|-----|----------------|-----------|--------------------------------|-------------------|------|-----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|------------------------|-----------|-----------|--------------------------|-----------|-----------|
| Наименование блюд              |     | Выход блюда, г |           |                                | Ингредиенты блюда | Цена | Брутто, г |           |           | Нетто,г  |           |           | Сумма    |           |           | Стоимость набора сырья |           |           | Стоимость готового блюда |           |           |
|                                |     | 7-10 лет       | 11-15 лет | 16-18 лет                      |                   |      | 7-10 лет  | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет               | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет                 | 11-15 лет | 16-18 лет |
| 3 неделя                       |     |                |           |                                |                   |      |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
| 1-й день                       |     |                |           |                                |                   |      |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
| каша дружба                    | 200 | 220            | 250       | рис                            | 494.00            | 16   | 18        | 20        | 16        | 18       | 20        | 7.90      | 8.69     | 9.88      | 121.47    | 133.62                 | 151.37    | 182.20    | 200.42                   | 227.05    |           |
|                                |     |                |           | крупа пшено                    | 235.00            | 25.6 | 28        | 30        | 25.6      | 28       | 30        | 6.02      | 6.62     | 7.05      |           |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |     |                |           | молоко                         | 644.00            | 95.2 | 105       | 119       | 95.2      | 105      | 119       | 61.31     | 67.44    | 76.64     |           |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |     |                |           | вода                           | 0.00              | 52   | 57        | 65        | 52        | 57       | 65        | 0.00      | 0.00     | 0.00      |           |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |     |                |           | сахар                          | 450.00            | 1    | 1         | 1         | 1         | 1        | 1         | 0.36      | 0.40     | 0.45      |           |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |     |                |           | соль йодированная              | 97.00             | 0    | 0         | 0         | 0         | 0        | 0         | 0.01      | 0.01     | 0.01      |           |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |     |                |           | масло сливочное                | 5734.00           | 8    | 9         | 10        | 8         | 9        | 10        | 45.87     | 50.46    | 57.34     |           |                        |           |           |                          |           |           |
| Напиток Денсаулык              | 200 | 200            | 200       | лимонная кислота               | 1100.00           | 0.1  | 0.1       | 0.1       | 0.1       | 0.1      | 0.1       | 0.11      | 0.11     | 0.11      | 81.03     | 81.03                  | 81.03     | 121.54    | 121.54                   | 121.54    |           |
|                                |     |                |           | яблоко                         | 894.00            | 89.0 | 89.0      | 89.0      | 60.0      | 60.0     | 60.0      | 79.57     | 79.57    | 79.57     |           |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |     |                |           | сахар                          | 450.00            | 3.0  | 3.0       | 3.0       | 3.0       | 3.0      | 3.0       | 1.35      | 1.35     | 1.35      |           |                        |           |           |                          |           |           |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30  | 50             | 50        | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00            | 30   | 50        | 50        | 30        | 50       | 50        | 15.18     | 25.30    | 25.30     | 15.18     | 25.30                  | 25.30     | 22.77     | 37.95                    | 37.95     |           |
|                                |     |                |           |                                |                   |      |           |           |           |          |           |           |          |           | 217.67    | 239.94                 | 257.69    | 326.51    | 359.91                   | 386.54    |           |
| 2-й день                       |     |                |           |                                |                   |      |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
| Котлеты говяжьи                | 70  | 90             | 100       | говядина мякоть                | 5547.00           | 97   | 90        | 100       | 75        | 85       | 90        | 538.06    | 499.23   | 554.70    | 545.41    | 509.57                 | 566.28    | 818.11    | 764.35                   | 849.41    |           |
|                                |     |                |           | пшеничный хлеб                 | 201.00            | 7    | 12        | 15.0      | 7         | 12       | 15.0      | 1.41      | 2.41     | 3.02      |           |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |     |                |           | яйцо куриное                   | 518.00            | 5    | 5         | 5.0       | 5         | 5        | 5.0       | 2.59      | 2.59     | 2.59      |           |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |     |                |           | лук репчатый                   | 212.00            | 7    | 12        | 15        | 5         | 10       | 12.0      | 1.48      | 2.54     | 3.18      |           |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |     |                |           | масло растительное             | 924.00            | 2.0  | 3.0       | 3.0       | 2.0       | 3.0      | 3.0       | 1.85      | 2.77     | 2.77      |           |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |     |                |           | йодированная соль              | 97.00             | 0.2  | 0.2       | 0.2       | 0.2       | 0.2      | 0.2       | 0.02      | 0.02     | 0.02      |           |                        |           |           |                          |           |           |
| Соус сметанный                 | 20  | 20             | 20        | сметана                        | 2090.00           | 10.0 | 10.0      | 10.0      | 10.0      | 10.0     | 10.0      | 20.90     | 20.90    | 20.90     | 32.78     | 32.78                  | 32.78     | 49.17     | 49.17                    | 49.17     |           |
|                                |     |                |           | мука 1 сорт                    | 206.00            | 2.0  | 2.0       | 2.0       | 2.0       | 2.0      | 2.0       | 0.41      | 0.41     | 0.41      |           |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |     |                |           | масло сливочное                | 5734.00           | 2.0  | 2.0       | 2.0       | 2.0       | 2.0      | 2.0       | 11.47     | 11.47    | 11.47     |           |                        |           |           |                          |           |           |
| Гречка рассыпчатый с овощами   | 130 | 150            | 180       | крупа гречневая                | 458.00            | 30.0 | 38.0      | 45.0      | 30.0      | 38.0     | 45.0      | 13.74     | 17.40    | 20.61     | 89.38     | 110.05                 | 264.36    | 134.07    | 165.07                   | 396.54    |           |
|                                |     |                |           | морковь                        | 307.00            | 60.0 | 65.0      | 70.0      | 54.0      | 59.0     | 66.0      | 18.42     | 19.96    | 21.49     |           |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |     |                |           | зеленый горошек                | 2000.00           | 20   | 22        | 24        | 18        | 20       | 22        | 40.00     | 44.00    | 48.00     |           |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |     |                |           | масло сливочное                | 5734              | 3    | 5         | 7         | 3         | 5        | 7         | 17.20     | 28.67    | 40.14     |           |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |     |                |           | йодированная соль              | 97.00             | 0.2  | 0.2       | 0.2       | 0.2       | 0.2      | 0.2       | 0.02      | 0.02     | 0.02      |           |                        |           |           |                          |           |           |
| яблоко/ фрукт по сезону        | 120 | 120            | 120       | яблоко                         | 894.00            | 150  | 150       | 150       | 120       | 120      | 120       | 134.10    | 134.10   | 134.10    | 134.10    | 134.10                 | 134.10    | 201.15    | 201.15                   | 201.15    |           |
| Компот из сухофруктов с        | 200 | 200            | 200       | сухофрукты                     | 800.00            | 20   | 20        | 20        | 20        | 20       | 20        | 16.00     | 16.00    | 16.00     | 17.35     | 17.35                  | 17.35     | 26.03     | 26.03                    | 26.03     |           |
|                                |     |                |           | сахар                          | 450.00            | 3    | 3         | 3         | 3         | 3        | 3         | 1.35      | 1.35     | 1.35      |           |                        |           |           |                          |           |           |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30  | 50             | 50        | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00            | 30   | 50        | 50        | 30        | 50       | 50        | 15.18     | 25.30    | 25.30     | 15.18     | 25.30                  | 25.30     | 22.77     | 37.95                    | 37.95     |           |

|  |        |        |         |         |         |         |
|--|--------|--------|---------|---------|---------|---------|
|  | 834.20 | 829.15 | 1040.16 | 1251.30 | 1243.72 | 1560.25 |
|--|--------|--------|---------|---------|---------|---------|

| 3-й день                       |     |     |     |                                    |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
|--------------------------------|-----|-----|-----|------------------------------------|---------|------|------|------|------|------|------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Салат из варенных овощей       | 60  | 97  | 100 | свекла                             | 190.00  | 30   | 40   | 48   | 26   | 29   | 31   | 5.70   | 7.60   | 9.12   | 24.30  | 33.20  | 40.52  | 36.44  | 49.80  | 60.77  |
|                                |     |     |     | морковь                            | 307.00  | 17   | 19   | 28   | 13   | 14   | 22   | 5.22   | 5.83   | 8.60   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | картофель                          | 303.00  | 35   | 50   | 60   | 28   | 33   | 42   | 10.61  | 15.15  | 18.18  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло растительное                 | 924.00  | 3    | 5    | 5    | 3    | 5    | 5    | 2.77   | 4.62   | 4.62   |        |        |        |        |        |        |
| Суп рисовый с мясом            | 200 | 250 | 300 | филе курицы                        | 2400.00 | 50   | 65   | 79   | 47   | 58   | 69   | 120.00 | 156.00 | 189.60 | 136.59 | 176.75 | 214.60 | 204.88 | 265.12 | 321.90 |
|                                |     |     |     | рис                                | 494.00  | 16   | 20   | 24   | 16   | 20   | 24   | 7.90   | 9.88   | 11.86  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло растительное                 | 924.00  | 4    | 5    | 6    | 4    | 5    | 6    | 3.70   | 4.62   | 5.54   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | морковь                            | 307.00  | 10   | 12   | 15   | 8    | 10   | 12   | 3.07   | 3.68   | 4.61   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | лук репчатый                       | 212.00  | 9    | 12   | 14   | 8    | 10   | 12   | 1.91   | 2.54   | 2.97   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | йодированная соль                  | 97.00   | 0.1  | 0.2  | 0.3  | 0.1  | 0.2  | 0.3  | 0.01   | 0.02   | 0.03   |        |        |        |        |        |        |
| булочка бутербродная с сыром   | 50  | 50  | 50  | фортифицированная мука             | 286.00  | 30   | 30   | 30   | 30   | 30   | 30   | 8.58   | 8.58   | 8.58   | 109.36 | 109.36 | 109.36 | 164.04 | 164.04 | 164.04 |
|                                |     |     |     | фортифицированная мука (на подпыл) | 286.00  | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 0.57   | 0.57   | 0.57   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | сахар                              | 450.00  | 4    | 4    | 4    | 4    | 4    | 4    | 1.80   | 1.80   | 1.80   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло сливочное                    | 5734.00 | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 5.73   | 5.73   | 5.73   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | яйцо                               | 518.00  | 5    | 5    | 5    | 5    | 5    | 5    | 2.59   | 2.59   | 2.59   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | молоко 2,5%                        | 644.00  | 9    | 9    | 9    | 9    | 9    | 9    | 5.80   | 5.80   | 5.80   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | сыр твердый                        | 5976.00 | 13   | 13   | 13   | 13   | 13   | 13   | 77.69  | 77.69  | 77.69  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | дрожжи прессованные                | 5895.00 | 1    | 1    | 1    | 0    | 1    | 1    | 5.90   | 5.90   | 5.90   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | соль йодированная                  | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | ванилин                            | 5547.00 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.17   | 0.17   | 0.17   |        |        |        |        |        |        |
| чай с сахаром и лимоном        | 200 | 200 | 200 | яйцо                               | 518.00  | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 0.52   | 0.52   | 0.52   | 10.01  | 10.01  | 10.01  | 15.02  | 15.02  | 15.02  |
|                                |     |     |     | лимон                              | 1200.00 | 5    | 5    | 5    | 3    | 3    | 3    | 6.00   | 6.00   | 6.00   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | чай                                | 4123.00 | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 20   | 20   | 20   | 0.41   | 0.41   | 0.41   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | сахар                              | 450.00  | 8    | 8    | 8    | 8    | 8    | 8    | 3.60   | 3.60   | 3.60   |        |        |        |        |        |        |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30  | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный     | 506.00  | 30   | 50   | 50   | 30   | 50   | 50   | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77  | 37.95  | 37.95  |
|                                |     |     |     |                                    |         |      |      |      |      |      |      |        |        | 295.43 | 354.62 | 399.79 | 443.15 | 531.93 | 599.68 |        |

| 4-й день                       |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
|--------------------------------|-----|-----|-----|--------------------------------|---------|------|------|------|------|------|------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Биточки рыбные                 | 70  | 90  | 100 | филе минтая                    | 1695.00 | 97   | 98   | 105  | 74   | 75   | 98   | 164.42 | 166.11 | 177.98 | 179.61 | 185.60 | 200.65 | 269.42 | 278.40 | 300.98 |
|                                |     |     |     | лук репчатый                   | 212.00  | 6    | 10   | 10   | 5    | 8    | 10   | 1.27   | 2.12   | 2.12   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | сухари панировочные            | 800.00  | 13   | 15   | 20   | 13   | 15   | 20   | 10.40  | 12.00  | 16.00  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | яйцо куриное                   | 518.00  | 5    | 5    | 7    | 5    | 5    | 7    | 2.59   | 2.59   | 3.63   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 0.01   | 0.01   | 0.01   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло растительное             | 924.00  | 1    | 3    | 1    | 1    | 3    | 1    | 0.92   | 2.77   | 0.92   |        |        |        |        |        |        |
| Соус молочно-томатный          | 20  | 20  | 20  | молоко                         | 644.00  | 10   | 10   | 10   | 10   | 10   | 10   | 6.44   | 6.44   | 6.44   | 30.26  | 30.26  | 30.26  | 45.39  | 45.39  | 45.39  |
|                                |     |     |     | мука 1сорт                     | 206.00  | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 0.62   | 0.62   | 0.62   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 17.20  | 17.20  | 17.20  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | томатная паста                 | 2000.00 | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 6.00   | 6.00   | 6.00   |        |        |        |        |        |        |
| Картофельно-морковное пюре     | 130 | 150 | 180 | картофель                      | 303.00  | 140  | 144  | 150  | 93   | 108  | 111  | 42.42  | 43.63  | 45.45  | 111.64 | 122.21 | 135.08 | 167.45 | 183.31 | 202.62 |
|                                |     |     |     | морковь                        | 307.00  | 55   | 75   | 90   | 48   | 57   | 63   | 16.89  | 23.03  | 27.63  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | молоко                         | 644.00  | 10   | 15   | 25   | 40   | 15   | 25   | 6.44   | 9.66   | 16.10  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 8    | 8    | 8    | 8    | 8    | 8    | 45.87  | 45.87  | 45.87  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.3  | 0.2  | 0.3  | 0.3  | 0.02   | 0.02   | 0.03   |        |        |        |        |        |        |
| Компот из свежих яблок         | 200 | 200 | 200 | яблоки свежие                  | 894.00  | 60   | 60   | 60   | 40   | 40   | 40   | 53.64  | 53.64  | 53.64  | 54.99  | 54.99  | 54.99  | 82.49  | 82.49  | 82.49  |
|                                |     |     |     | сахар                          | 450.00  | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 1.35   | 1.35   | 1.35   |        |        |        |        |        |        |
| пшеничный\пшеничный            | 30  | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30   | 50   | 50   | 30   | 50   | 50   | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77  | 37.95  | 37.95  |
|                                |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        | 391.68 | 418.36 | 446.29 | 587.52 | 627.54 | 669.43 |        |
| 5-й день                       |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
| Рагу из птицы                  | 200 | 220 | 250 | филе курицы                    | 2400.00 | 76   | 87   | 97   | 70   | 75   | 85   | 182.40 | 208.80 | 232.80 | 250.96 | 276.80 | 300.80 | 376.44 | 415.19 | 451.19 |
|                                |     |     |     | лук репчатый                   | 212.00  | 20   | 23   | 23   | 17   | 20   | 20   | 4.24   | 4.88   | 4.88   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | морковь                        | 307.00  | 25   | 25   | 25   | 20   | 21   | 21   | 7.68   | 7.68   | 7.68   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | картофель                      | 303.00  | 97   | 90   | 90   | 60   | 67   | 67   | 29.39  | 27.27  | 27.27  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | зелень                         | 1900.00 | 10   | 10   | 10   | 7    | 7    | 7.0  | 19.00  | 19.00  | 19.00  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло растительное             | 924.00  | 4    | 5    | 5    | 4    | 5    | 5    | 3.70   | 4.62   | 4.62   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | лавровый лист                  | 3623.00 | 0.01 | 0.01 | 0.01 | 0.01 | 0.01 | 0.01 | 0.04   | 0.04   | 0.04   |        |        |        |        |        |        |
| Какао с молоком                | 200 | 200 | 200 | чеснок                         | 900.00  | 5    | 5    | 5    | 3    | 3    | 3    | 4.50   | 4.50   | 4.50   | 113.51 | 113.51 | 113.51 | 170.27 | 170.27 | 170.27 |
|                                |     |     |     | какао-порошок                  | 6823.00 | 7    | 7    | 7    | 7    | 7    | 7    | 47.76  | 47.76  | 47.76  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | молоко                         | 644.00  | 100  | 100  | 100  | 100  | 100  | 130  | 64.40  | 64.40  | 64.40  |        |        |        |        |        |        |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30  | 50  | 50  | сахар                          | 450.00  | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 1.35   | 1.35   | 1.35   | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77  | 37.95  | 37.95  |
|                                |     |     |     | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30   | 50   | 50   | 30   | 50   | 50   | 15.18  | 25.30  | 25.30  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        | 379.65 | 415.61 | 439.61 | 569.47 | 623.41 | 659.41 |        |

лето-осень4

| Наименование блюд              | Выход блюда, г |           |           | Ингредиенты блюда              | Цена    | Брутто, г |           |           | Нетто,г  |           |           | Сумма    |           |           | Стоимость набора сырья |           |           | Стоимость готового блюда |           |           |
|--------------------------------|----------------|-----------|-----------|--------------------------------|---------|-----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|------------------------|-----------|-----------|--------------------------|-----------|-----------|
|                                | 7-10 лет       | 11-15 лет | 16-18 лет |                                |         | 7-10 лет  | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет               | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет                 | 11-15 лет | 16-18 лет |
| 4 неделя                       |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
| 1-й день                       |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
| каша пшенная                   | 200            | 220       | 250       | крупа пшено                    | 235.00  | 44        | 48        | 52        | 44       | 48        | 52        | 10.34    | 11.37     | 12.22     | 87.37                  | 96.11     | 106.55    | 131.06                   | 144.16    | 159.83    |
|                                |                |           |           | молоко                         | 307.00  | 100       | 110       | 119       | 100      | 110       | 119       | 30.70    | 33.77     | 36.53     |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | вода                           | 0.00    | 55        | 61        | 65        | 55       | 61        | 65        | 0.00     | 0.00      | 0.00      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | сахар                          | 450.00  | 1         | 1         | 1         | 1        | 1         | 1         | 0.45     | 0.50      | 0.45      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | масло сливочное                | 5734.00 | 8         | 9         | 10        | 8        | 9         | 10        | 45.87    | 50.46     | 57.34     |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | соль йодированная              | 97.00   | 0.1       | 0.1       | 0.1       | 0.1      | 0.1       | 0.1       | 0.01     | 0.01      | 0.01      |                        |           |           |                          |           |           |
| Какао с молоком                | 200            | 200       | 200       | какао-порошок                  | 6823.00 | 7         | 7         | 7         | 7        | 7         | 7         | 47.76    | 47.76     | 47.76     | 113.51                 | 113.51    | 113.51    | 170.27                   | 170.27    | 170.27    |
|                                |                |           |           | молоко                         | 644.00  | 100       | 100       | 100       | 100      | 100       | 130       | 64.40    | 64.40     | 64.40     |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | сахар                          | 450.00  | 3         | 3         | 3         | 3        | 3         | 3         | 1.35     | 1.35      | 1.35      |                        |           |           |                          |           |           |
| яблоко/ фрукт по сезону        | 120            | 120       | 120       | яблоко                         | 894.00  | 150       | 150       | 150       | 120      | 120       | 120       | 134.10   | 134.10    | 134.10    | 134.10                 | 134.10    | 134.10    | 201.15                   | 201.15    | 201.15    |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30             | 50        | 50        | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30        | 50        | 50        | 30       | 50        | 50        | 15.18    | 25.30     | 25.30     | 15.18                  | 25.30     | 25.30     | 22.77                    | 37.95     | 37.95     |
|                                |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           | 350.16                 | 369.02    | 379.46    | 525.24                   | 553.53    | 569.20    |
| 2-й день                       |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
| Биточки из говядины            | 70             | 90        | 100       | говядина мякоть                | 5547.00 | 87        | 90        | 100       | 75       | 85        | 90        | 482.59   | 499.23    | 554.70    | 489.94                 | 509.57    | 566.28    | 734.91                   | 764.35    | 849.41    |
|                                |                |           |           | пшеничный хлеб                 | 201.00  | 7         | 12        | 15.0      | 7        | 12        | 15.0      | 1.41     | 2.41      | 3.02      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | яйцо куриное                   | 518.00  | 5         | 5         | 5.0       | 5        | 5         | 5.0       | 2.59     | 2.59      | 2.59      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | лук репчатый                   | 212.00  | 7         | 12        | 15        | 5        | 10        | 12.0      | 1.48     | 2.54      | 3.18      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | масло растительное             | 924.00  | 2.0       | 3.0       | 3.0       | 2.0      | 3.0       | 3.0       | 1.85     | 2.77      | 2.77      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | йодированная соль              | 97.00   | 0.2       | 0.2       | 0.2       | 0.2      | 0.2       | 0.2       | 0.02     | 0.02      | 0.02      |                        |           |           |                          |           |           |
| Рис рассыпчатый с овощами      | 130            | 150       | 180       | крупа рисовая                  | 458.00  | 30.0      | 38.0      | 45.0      | 30.0     | 38.0      | 45.0      | 13.74    | 17.40     | 20.61     | 49.38                  | 66.05     | 82.26     | 74.07                    | 99.07     | 123.39    |
|                                |                |           |           | морковь                        | 307.00  | 60.0      | 65.0      | 70.0      | 54.0     | 59.0      | 66.0      | 18.42    | 19.96     | 21.49     |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | масло сливочное                | 5734    | 3         | 5         | 7         | 3        | 5         | 7         | 17.20    | 28.67     | 40.14     |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | йодированная соль              | 97.00   | 0.2       | 0.2       | 0.2       | 0.2      | 0.2       | 0.2       | 0.02     | 0.02      | 0.02      |                        |           |           |                          |           |           |
| Соус сметанный                 | 20             | 20        | 20        | сметана                        | 2090.00 | 10.0      | 10.0      | 10.0      | 10.0     | 10.0      | 10.0      | 20.90    | 20.90     | 20.90     | 32.78                  | 32.78     | 32.78     | 49.17                    | 49.17     | 49.17     |
|                                |                |           |           | мука 1 сорт                    | 206.00  | 2.0       | 2.0       | 2.0       | 2.0      | 2.0       | 2.0       | 0.41     | 0.41      | 0.41      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | масло сливочное                | 5734.00 | 2.0       | 2.0       | 2.0       | 2.0      | 2.0       | 2.0       | 11.47    | 11.47     | 11.47     |                        |           |           |                          |           |           |
| Компот из свежих яблок         | 200            | 200       | 200       | яблоки свежие                  | 894.00  | 60        | 60        | 60        | 40       | 40        | 40        | 53.64    | 53.64     | 53.64     | 54.99                  | 54.99     | 54.99     | 82.49                    | 82.49     | 82.49     |
|                                |                |           |           | сахар                          | 450.00  | 3         | 3         | 3         | 3        | 3         | 3         | 1.35     | 1.35      | 1.35      |                        |           |           |                          |           |           |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30             | 50        | 50        | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506     | 30        | 50        | 50        | 30       | 50        | 50        | 15.18    | 25.30     | 25.30     | 15.18                  | 25.30     | 25.30     | 22.77                    | 37.95     | 37.95     |
|                                |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           | 642.27                 | 688.69    | 761.60    | 963.40                   | 1033.03   | 1142.41   |

| 3-й день                                  |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
|-------------------------------------------|-----|-----|-----|--------------------------------|---------|------|------|------|------|------|------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Шницель из птицы                          | 70  | 90  | 100 | филе курицы                    | 2400.00 | 80   | 90   | 100  | 75   | 85   | 90   | 192.00 | 216.00 | 240.00 | 199.35 | 226.34 | 251.58 | 299.02 | 339.51 | 377.36 |
|                                           |     |     |     | пшеничный хлеб                 | 201.00  | 7    | 12   | 15.0 | 7    | 12   | 15.0 | 1.41   | 2.41   | 3.02   |        |        |        |        |        |        |
|                                           |     |     |     | яйцо куриное                   | 518.00  | 5    | 5    | 5.0  | 5    | 5    | 5.0  | 2.59   | 2.59   | 2.59   |        |        |        |        |        |        |
|                                           |     |     |     | лук репчатый                   | 212.00  | 7    | 12   | 15   | 5    | 10   | 12.0 | 1.48   | 2.54   | 3.18   |        |        |        |        |        |        |
|                                           |     |     |     | масло растительное             | 924.00  | 2.0  | 3.0  | 3.0  | 2.0  | 3.0  | 3.0  | 1.85   | 2.77   | 2.77   |        |        |        |        |        |        |
|                                           |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |        |        |        |
| Соус сметанный                            | 20  | 20  | 20  | сметана                        | 2090.00 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 20.90  | 20.90  | 20.90  | 32.78  | 32.78  | 32.78  | 49.17  | 49.17  | 49.17  |
|                                           |     |     |     | мука 1 сорт                    | 206.00  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 0.41   | 0.41   | 0.41   |        |        |        |        |        |        |
|                                           |     |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 11.47  | 11.47  | 11.47  |        |        |        |        |        |        |
| Гречка рассыпчатая                        | 130 | 150 | 180 | гречневая крупа                | 458.00  | 54.0 | 63.0 | 75.0 | 54.0 | 63.0 | 75.0 | 24.73  | 28.85  | 34.35  | 41.95  | 57.54  | 74.51  | 62.93  | 86.32  | 111.76 |
|                                           |     |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 3    | 5    | 7    | 3    | 5    | 7    | 17.20  | 28.67  | 40.14  |        |        |        |        |        |        |
|                                           |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |        |        |        |
| Напиток из шиповника                      | 200 | 200 | 200 | шиповник                       | 2563.00 | 30   | 30   | 30   | 30   | 30   | 30   | 76.89  | 76.89  | 76.89  | 78.24  | 78.24  | 78.24  | 117.36 | 117.36 | 117.36 |
|                                           |     |     |     | сахар                          | 450.00  | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 1.35   | 1.35   | 1.35   |        |        |        |        |        |        |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный            | 30  | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506     | 30   | 50   | 50   | 30   | 50   | 50   | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77  | 37.95  | 37.95  |
|                                           |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        | 367.50 | 420.20 | 462.40 | 551.25 | 630.30 | 693.61 |
| 4-й день                                  |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
| Рыба тушенная с овощами в сметанном соусе | 70  | 90  | 100 | филе минтая                    | 1695.00 | 70   | 74   | 80   | 63   | 69   | 70   | 118.65 | 125.43 | 135.60 | 135.52 | 150.44 | 166.44 | 203.28 | 225.65 | 249.66 |
|                                           |     |     |     | морковь                        | 307.00  | 10   | 14   | 18   | 8    | 12   | 15   | 3.07   | 4.30   | 5.53   |        |        |        |        |        |        |
|                                           |     |     |     | сметана                        | 2090.00 | 5    | 8    | 10   | 5    | 8    | 10   | 10.45  | 16.72  | 20.90  |        |        |        |        |        |        |
|                                           |     |     |     | лук репчатый                   | 212.00  | 7    | 10   | 12   | 5    | 8    | 10   | 1.48   | 2.12   | 2.54   |        |        |        |        |        |        |
|                                           |     |     |     | масло растительное             | 924.00  | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 1.85   | 1.85   | 1.85   |        |        |        |        |        |        |
|                                           |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |        |        |        |
| Картофельно-морковное пюре                | 130 | 150 | 180 | картофель                      | 303.00  | 140  | 144  | 150  | 93   | 108  | 111  | 42.42  | 43.63  | 45.45  | 111.64 | 122.21 | 135.08 | 167.45 | 183.31 | 202.62 |
|                                           |     |     |     | морковь                        | 307.00  | 55   | 75   | 90   | 48   | 57   | 63   | 16.89  | 23.03  | 27.63  |        |        |        |        |        |        |
|                                           |     |     |     | молоко                         | 644.00  | 10   | 15   | 25   | 40   | 15   | 25   | 6.44   | 9.66   | 16.10  |        |        |        |        |        |        |
|                                           |     |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 8    | 8    | 8    | 8    | 8    | 8    | 45.87  | 45.87  | 45.87  |        |        |        |        |        |        |
|                                           |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.3  | 0.2  | 0.3  | 0.3  | 0.02   | 0.02   | 0.03   |        |        |        |        |        |        |
| Напиток Денсаулык                         | 200 | 200 | 200 | лимонная кислота               | 1200.00 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 5.0  | 5.0  | 5.0  | 12.00  | 12.00  | 12.00  | 92.92  | 92.92  | 92.92  | 139.37 | 139.37 | 139.37 |
|                                           |     |     |     | яблоко                         | 894.00  | 89.0 | 89.0 | 89.0 | 60.0 | 60.0 | 60.0 | 79.57  | 79.57  | 79.57  |        |        |        |        |        |        |
|                                           |     |     |     | сахар                          | 450.00  | 3.0  | 3.0  | 3.0  | 3.0  | 3.0  | 3.0  | 1.35   | 1.35   | 1.35   |        |        |        |        |        |        |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный            | 30  | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.0   | 30   | 50   | 50   | 30   | 50   | 50   | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77  | 37.95  | 37.95  |
|                                           |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        | 355.25 | 390.86 | 419.73 | 532.88 | 586.29 | 629.60 |

| 5-й день                            |        |     |     |                                    |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
|-------------------------------------|--------|-----|-----|------------------------------------|---------|------|------|------|------|------|------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Салат из варенных овощей            | 60     | 97  | 100 | свекла                             | 190.00  | 30   | 40   | 48   | 26   | 29   | 31   | 5.70   | 7.60   | 9.12   | 24.30  | 33.20  | 40.52  | 36.44  | 49.80  | 60.77  |
|                                     |        |     |     | морковь                            | 307.00  | 17   | 19   | 28   | 13   | 14   | 22   | 5.22   | 5.83   | 8.60   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |        |     |     | картофель                          | 303.00  | 35   | 50   | 60   | 28   | 33   | 42   | 10.61  | 15.15  | 18.18  |        |        |        |        |        |        |
|                                     |        |     |     | масло растительное                 | 924.00  | 3    | 5    | 5    | 3    | 5    | 5    | 2.77   | 4.62   | 4.62   |        |        |        |        |        |        |
| Суп с макаронными изделиями и мясом | 200    | 250 | 300 | говядина мякоть                    | 5547.00 | 50   | 65   | 79   | 47   | 58   | 69   | 277.35 | 360.56 | 438.21 | 293.02 | 380.38 | 462.29 | 439.54 | 570.57 | 693.44 |
|                                     |        |     |     | макаронные изделия                 | 494.00  | 16   | 20   | 24   | 16   | 20   | 24   | 7.90   | 9.88   | 11.86  |        |        |        |        |        |        |
|                                     |        |     |     | морковь                            | 307.00  | 10   | 12   | 15   | 8    | 10   | 12   | 3.07   | 3.68   | 4.61   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |        |     |     | лук репчатый                       | 212.00  | 9    | 12   | 14   | 8    | 10   | 12   | 1.91   | 2.54   | 2.97   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |        |     |     | масло растительное                 | 924.00  | 3    | 4    | 5    | 5    | 5    | 7    | 2.77   | 3.70   | 4.62   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |        |     |     | йодированная соль                  | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.3  | 0.2  | 0.2  | 0.3  | 0.02   | 0.02   | 0.03   |        |        |        |        |        |        |
| булочка с творогом                  | 50     | 50  | 50  | фортифицированная мука             | 286.00  | 30   | 30   | 30   | 30   | 30   | 30   | 8.58   | 8.58   | 8.58   | 64.27  | 64.27  | 64.27  | 96.41  | 96.41  | 96.41  |
|                                     |        |     |     | фортифицированная мука (на подпыл) | 286.00  | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 0.57   | 0.57   | 0.57   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |        |     |     | сахар                              | 450.00  | 4    | 4    | 4    | 4    | 4    | 4    | 1.80   | 1.80   | 1.80   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |        |     |     | масло сливочное                    | 5734.00 | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 5.73   | 5.73   | 5.73   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |        |     |     | яйцо                               | 518.00  | 5    | 5    | 5    | 5    | 5    | 5    | 2.59   | 2.59   | 2.59   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |        |     |     | молоко 2,5%                        | 644.00  | 9    | 9    | 9    | 9    | 9    | 9    | 5.80   | 5.80   | 5.80   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |        |     |     | творог                             | 2508.00 | 13   | 13   | 13   | 13   | 13   | 13   | 32.60  | 32.60  | 32.60  |        |        |        |        |        |        |
|                                     |        |     |     | дрожжи прессованные                | 5895.00 | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 5.90   | 5.90   | 5.90   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |        |     |     | соль йодированная                  | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |        |     |     | ванилин                            | 5547.00 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.17   | 0.17   | 0.17   |        |        |        |        |        |        |
| яйцо                                | 518.00 | 1   | 1   | 1                                  | 1       | 1    | 1    | 0.52 | 0.52 | 0.52 |      |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
| чай с сахаром и лимоном             | 200    | 200 | 200 | лимон                              | 1200.00 | 5    | 5    | 5    | 3    | 3    | 3    | 6.00   | 6.00   | 6.00   | 10.01  | 10.01  | 10.01  | 15.02  | 15.02  | 15.02  |
|                                     |        |     |     | чай                                | 4123.00 | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 20   | 20   | 20   | 0.41   | 0.41   | 0.41   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |        |     |     | сахар                              | 450.00  | 8    | 8    | 8    | 8    | 8    | 8    | 3.60   | 3.60   | 3.60   |        |        |        |        |        |        |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный      | 30     | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный     | 506.00  | 30   | 50   | 50   | 30   | 50   | 50   | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77  | 37.95  | 37.95  |
|                                     |        |     |     |                                    |         |      |      |      |      |      |      |        |        | 406.79 | 513.17 | 602.39 | 610.18 | 769.75 | 903.59 |        |

| зима-весна 1                   |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
|--------------------------------|----------------|-----------|-----------|--------------------------------|---------|-----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|------------------------|-----------|-----------|--------------------------|-----------|-----------|
| Наименование блюд              | Выход блюда, г |           |           | Ингредиенты блюда              | Цена    | Брутто, г |           |           | Нетто,г  |           |           | Сумма    |           |           | Стоимость набора сырья |           |           | Стоимость готового блюда |           |           |
|                                | 7-10 лет       | 11-15 лет | 16-18 лет |                                |         | 7-10 лет  | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет               | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет                 | 11-15 лет | 16-18 лет |
| 1 неделя                       |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
| 1-й день                       |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
| каша кукурузная                | 200            | 220       | 250       | кукуруза                       | 215.00  | 40        | 44        | 50        | 40       | 44        | 50        | 8.60     | 9.46      | 10.75     | 116.15                 | 127.77    | 145.19    | 174.23                   | 191.65    | 217.78    |
|                                |                |           |           | молоко                         | 644.00  | 95        | 105       | 119       | 95       | 105       | 119       | 61.31    | 67.44     | 76.64     |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | вода                           | 0.00    | 52        | 57        | 65        | 52       | 57        | 65        | 0.00     | 0.00      | 0.00      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | сахар                          | 450.00  | 1         | 1         | 1         | 1        | 1         | 1         | 0.36     | 0.40      | 0.45      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | масло сливочное                | 5734.00 | 8         | 9         | 10        | 8        | 9         | 10        | 45.87    | 50.46     | 57.34     |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | соль йодированная              | 97.00   | 0.1       | 0.1       | 0.1       | 0.1      | 0.1       | 0.1       | 0.01     | 0.01      | 0.01      |                        |           |           |                          |           |           |
| яблоко/ фрукт по сезону        | 120            | 120       | 120       | яблоко                         | 894.00  | 150       | 150       | 150       | 120      | 120       | 120       | 134.10   | 134.10    | 134.10    | 134.10                 | 134.10    | 134.10    | 201.15                   | 201.15    | 201.15    |
| Чай каркаде                    | 200            | 200       | 200       | каркаде                        | 3623.00 | 0.1       | 0.1       | 0.1       | 50       | 50        | 50        | 0.36     | 0.36      | 0.36      | 1.71                   | 1.71      | 1.71      | 2.57                     | 2.57      | 2.57      |
|                                |                |           |           | сахар                          | 450.00  | 3         | 3         | 3         | 3        | 3         | 3         | 1.35     | 1.35      | 1.35      |                        |           |           |                          |           |           |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30             | 50        | 50        | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30        | 50        | 50        | 30       | 50        | 50        | 15.18    | 25.30     | 25.30     | 15.18                  | 25.30     | 25.30     | 22.77                    | 37.95     | 37.95     |
|                                |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           | 267.14                 | 288.88    | 306.30    | 400.71                   | 433.32    | 459.45    |

| 2-й день                        |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        |        |        |        |         |         |         |
|---------------------------------|-----|-----|-----|--------------------------------|---------|------|------|------|------|------|------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|---------|---------|
| Котлеты говяжьи                 | 70  | 90  | 100 | говядина мякоть                | 5547.00 | 97   | 90   | 100  | 75   | 85   | 90   | 538.06 | 499.23 | 554.70 | 545.41 | 509.57 | 566.28 | 818.11  | 764.35  | 849.41  |
|                                 |     |     |     | пшеничный хлеб                 | 201.00  | 7    | 12   | 15.0 | 7    | 12   | 15.0 | 1.41   | 2.41   | 3.02   |        |        |        |         |         |         |
|                                 |     |     |     | яйцо куриное                   | 518.00  | 5    | 5    | 5.0  | 5    | 5    | 5.0  | 2.59   | 2.59   | 2.59   |        |        |        |         |         |         |
|                                 |     |     |     | лук репчатый                   | 212.00  | 7    | 12   | 15   | 5    | 10   | 12.0 | 1.48   | 2.54   | 3.18   |        |        |        |         |         |         |
|                                 |     |     |     | масло растительное             | 924.00  | 2.0  | 3.0  | 3.0  | 2.0  | 3.0  | 3.0  | 1.85   | 2.77   | 2.77   |        |        |        |         |         |         |
|                                 |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |         |         |         |
| Соус сметанный                  | 20  | 20  | 20  | сметана                        | 2090.00 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 20.90  | 20.90  | 20.90  | 32.78  | 32.78  | 32.78  | 49.17   | 49.17   | 49.17   |
|                                 |     |     |     | мука 1 сорт                    | 206.00  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 0.41   | 0.41   | 0.41   |        |        |        |         |         |         |
|                                 |     |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 11.47  | 11.47  | 11.47  |        |        |        |         |         |         |
| Гречка рассыпчатый с овощами    | 130 | 150 | 180 | крупа гречневая                | 458.00  | 30.0 | 38.0 | 45.0 | 30.0 | 38.0 | 45.0 | 13.74  | 17.40  | 20.61  | 89.38  | 110.05 | 130.26 | 134.07  | 165.07  | 195.39  |
|                                 |     |     |     | морковь                        | 307.00  | 60.0 | 65.0 | 70.0 | 54.0 | 59.0 | 66.0 | 18.42  | 19.96  | 21.49  |        |        |        |         |         |         |
|                                 |     |     |     | зеленый горошек                | 2000.00 | 20   | 22   | 24   | 18   | 20   | 22   | 40.00  | 44.00  | 48.00  |        |        |        |         |         |         |
|                                 |     |     |     | масло сливочное                | 5734    | 3    | 5    | 7    | 3    | 5    | 7    | 17.20  | 28.67  | 40.14  |        |        |        |         |         |         |
|                                 |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |         |         |         |
| Компот из сухофруктов с сахаром | 200 | 200 | 200 | сухофрукты                     | 800.00  | 20   | 20   | 20   | 20   | 20   | 20   | 16.00  | 16.00  | 16.00  | 17.35  | 17.35  | 17.35  | 26.03   | 26.03   | 26.03   |
|                                 |     |     |     | сахар                          | 450.00  | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 1.35   | 1.35   | 1.35   |        |        |        |         |         |         |
| Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный  | 30  | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный | 506.00  | 30   | 50   | 50   | 30   | 50   | 50   | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77   | 37.95   | 37.95   |
|                                 |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        | 700.10 | 695.05 | 771.96 | 1050.15 | 1042.57 | 1157.95 |

| 3-й день                       |     |     |     |                                    |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
|--------------------------------|-----|-----|-----|------------------------------------|---------|------|------|------|------|------|------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Салат из варенных овощей       | 60  | 97  | 100 | свекла                             | 190.00  | 30   | 40   | 48   | 26   | 29   | 31   | 5.70   | 7.60   | 9.12   | 24.30  | 33.20  | 40.52  | 36.44  | 49.80  | 60.77  |
|                                |     |     |     | морковь                            | 307.00  | 17   | 19   | 28   | 13   | 14   | 22   | 5.22   | 5.83   | 8.60   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | картофель                          | 303.00  | 35   | 50   | 60   | 28   | 33   | 42   | 10.61  | 15.15  | 18.18  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло растительное                 | 924.00  | 3    | 5    | 5    | 3    | 5    | 5    | 2.77   | 4.62   | 4.62   |        |        |        |        |        |        |
| Суп рисовый с мясом            | 200 | 250 | 300 | говядина мякоть                    | 5547.00 | 50   | 65   | 79   | 47   | 58   | 69   | 277.35 | 360.56 | 438.21 | 293.94 | 381.30 | 463.22 | 440.91 | 571.95 | 694.82 |
|                                |     |     |     | рис                                | 494.00  | 16   | 20   | 24   | 16   | 20   | 24   | 7.90   | 9.88   | 11.86  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло растительное                 | 924.00  | 4    | 5    | 6    | 4    | 5    | 6    | 3.70   | 4.62   | 5.54   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | морковь                            | 307.00  | 10   | 12   | 15   | 8    | 10   | 12   | 3.07   | 3.68   | 4.61   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | лук репчатый                       | 212.00  | 9    | 12   | 14   | 8    | 10   | 12   | 1.91   | 2.54   | 2.97   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | йодированная соль                  | 97.00   | 0.1  | 0.2  | 0.3  | 0.1  | 0.2  | 0.3  | 0.01   | 0.02   | 0.03   |        |        |        |        |        |        |
| булочка бутербродная с сыром   | 50  | 50  | 50  | фортифицированная мука             | 286.00  | 30   | 30   | 30   | 30   | 30   | 30   | 8.58   | 8.58   | 8.58   | 109.36 | 109.36 | 109.36 | 164.04 | 164.04 | 164.04 |
|                                |     |     |     | фортифицированная мука (на подпыл) | 286.00  | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 0.57   | 0.57   | 0.57   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | сахар                              | 450.00  | 4    | 4    | 4    | 4    | 4    | 4    | 1.80   | 1.80   | 1.80   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло сливочное                    | 5734.00 | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 5.73   | 5.73   | 5.73   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | яйцо                               | 518.00  | 5    | 5    | 5    | 5    | 5    | 5    | 2.59   | 2.59   | 2.59   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | молоко 2,5%                        | 644.00  | 9    | 9    | 9    | 9    | 9    | 9    | 5.80   | 5.80   | 5.80   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | сыр твердый                        | 5976.00 | 13   | 13   | 13   | 13   | 13   | 13   | 77.69  | 77.69  | 77.69  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | дрожжи прессованные                | 5895.00 | 1    | 1    | 1    | 0    | 1    | 1    | 5.90   | 5.90   | 5.90   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | соль йодированная                  | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | ванилин                            | 5547.00 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.17   | 0.17   | 0.17   |        |        |        |        |        |        |
| чай с сахаром и лимоном        | 200 | 200 | 200 | яйцо                               | 518.00  | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 0.52   | 0.52   | 0.52   | 10.01  | 10.01  | 10.01  | 15.02  | 15.02  | 15.02  |
|                                |     |     |     | лимон                              | 1200.00 | 5    | 5    | 5    | 3    | 3    | 3    | 6.00   | 6.00   | 6.00   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | чай                                | 4123.00 | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 20   | 20   | 20   | 0.41   | 0.41   | 0.41   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | сахар                              | 450.00  | 8    | 8    | 8    | 8    | 8    | 8    | 3.60   | 3.60   | 3.60   |        |        |        |        |        |        |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30  | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный     | 506.00  | 30   | 50   | 50   | 30   | 50   | 50   | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77  | 37.95  | 37.95  |
|                                |     |     |     |                                    |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        | 452.78 | 559.18 | 648.40 | 679.18 | 838.76 | 972.60 |

| 4-й день                       |     |     |     |                                |         |     |     |     |     |     |     |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
|--------------------------------|-----|-----|-----|--------------------------------|---------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Биточки рыбные                 | 70  | 90  | 100 | филе минтая                    | 1695.00 | 97  | 98  | 105 | 74  | 75  | 98  | 164.42 | 166.11 | 177.98 | 179.61 | 185.60 | 200.65 | 269.42 | 278.40 | 300.98 |
|                                |     |     |     | лук репчатый                   | 212.00  | 6   | 10  | 10  | 5   | 8   | 10  | 1.27   | 2.12   | 2.12   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | сухари панировочные            | 800.00  | 13  | 15  | 20  | 13  | 15  | 20  | 10.40  | 12.00  | 16.00  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | яйцо куриное                   | 518.00  | 5   | 5   | 7   | 5   | 5   | 7   | 2.59   | 2.59   | 3.63   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.01   | 0.01   | 0.01   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло растительное             | 924.00  | 1   | 3   | 1   | 1   | 3   | 1   | 0.92   | 2.77   | 0.92   |        |        |        |        |        |        |
| Соус молочно-томатный          | 20  | 20  | 20  | молоко                         | 644.00  | 10  | 10  | 10  | 10  | 10  | 10  | 6.44   | 6.44   | 6.44   | 30.26  | 30.26  | 30.26  | 45.39  | 45.39  | 45.39  |
|                                |     |     |     | мука 1сорт                     | 206.00  | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 0.62   | 0.62   | 0.62   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 17.20  | 17.20  | 17.20  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | томатная паста                 | 2000.00 | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 6.00   | 6.00   | 6.00   |        |        |        |        |        |        |
| Картофельно-морковное пюре     | 130 | 150 | 180 | картофель                      | 303.00  | 140 | 144 | 150 | 93  | 108 | 111 | 42.42  | 43.63  | 45.45  | 111.64 | 122.21 | 135.08 | 167.45 | 183.31 | 202.62 |
|                                |     |     |     | морковь                        | 307.00  | 55  | 75  | 90  | 48  | 57  | 63  | 16.89  | 23.03  | 27.63  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | молоко                         | 644.00  | 10  | 15  | 25  | 40  | 15  | 25  | 6.44   | 9.66   | 16.10  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 8   | 8   | 8   | 8   | 8   | 8   | 45.87  | 45.87  | 45.87  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.02   | 0.02   | 0.03   |        |        |        |        |        |        |
| Компот из свежих яблок         | 200 | 200 | 200 | яблоки свежие                  | 894.00  | 60  | 60  | 60  | 40  | 40  | 40  | 53.64  | 53.64  | 53.64  | 54.99  | 54.99  | 54.99  | 82.49  | 82.49  | 82.49  |
|                                |     |     |     | сахар                          | 450.00  | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 1.35   | 1.35   | 1.35   |        |        |        |        |        |        |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30  | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30  | 50  | 50  | 30  | 50  | 50  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77  | 37.95  | 37.95  |
|                                |     |     |     |                                |         |     |     |     |     |     |     |        |        | 391.68 | 418.36 | 446.29 | 587.52 | 627.54 | 669.43 |        |

| 5-й день                       |     |     |     |                                |         |     |     |     |     |     |     |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
|--------------------------------|-----|-----|-----|--------------------------------|---------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Рагу из птицы                  | 200 | 220 | 250 | филе курицы                    | 2400.00 | 76  | 87  | 97  | 70  | 75  | 85  | 182.40 | 208.80 | 232.80 | 250.96 | 276.80 | 300.80 | 376.44 | 415.19 | 451.19 |
|                                |     |     |     | лук репчатый                   | 212.00  | 20  | 23  | 23  | 17  | 20  | 20  | 4.24   | 4.88   | 4.88   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | морковь                        | 307.00  | 25  | 25  | 25  | 20  | 21  | 21  | 7.68   | 7.68   | 7.68   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | картофель                      | 303.00  | 97  | 90  | 90  | 60  | 67  | 67  | 29.39  | 27.27  | 27.27  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | зелень                         | 1900.00 | 10  | 10  | 10  | 7   | 7   | 7.0 | 19.00  | 19.00  | 19.00  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло растительное             | 924.00  | 4   | 5   | 5   | 4   | 5   | 5   | 3.70   | 4.62   | 4.62   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | лавровый лист                  | 3623.00 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.04   | 0.04   | 0.04   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | чеснок                         | 900.00  | 5   | 5   | 5   | 3   | 3   | 3   | 4.50   | 4.50   | 4.50   |        |        |        |        |        |        |
| Какао с молоком                | 200 | 200 | 200 | какао-порошок                  | 6823.00 | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   | 47.76  | 47.76  | 47.76  | 113.51 | 113.51 | 113.51 | 170.27 | 170.27 | 170.27 |
|                                |     |     |     | молоко                         | 644.00  | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 130 | 64.40  | 64.40  | 64.40  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | сахар                          | 450.00  | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 1.35   | 1.35   | 1.35   |        |        |        |        |        |        |
| яблоко/ фрукт по сезону        | 120 | 120 | 120 | яблоко                         | 894.00  | 150 | 150 | 150 | 120 | 120 | 120 | 134.10 | 134.10 | 134.10 | 134.10 | 134.10 | 134.10 | 201.15 | 201.15 | 201.15 |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30  | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30  | 50  | 50  | 30  | 50  | 50  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77  | 37.95  | 37.95  |
|                                |     |     |     |                                |         |     |     |     |     |     |     |        |        | 513.75 | 549.71 | 573.71 | 770.62 | 824.56 | 860.56 |        |

| лето-осень 2                   |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
|--------------------------------|----------------|-----------|-----------|--------------------------------|---------|-----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|------------------------|-----------|-----------|--------------------------|-----------|-----------|
| Наименование блюд              | Выход блюда, г |           |           | Ингредиенты блюда              | Цена    | Брутто, г |           |           | Нетто,г  |           |           | Сумма    |           |           | Стоимость набора сырья |           |           | Стоимость готового блюда |           |           |
|                                | 7-10 лет       | 11-15 лет | 16-18 лет |                                |         | 7-10 лет  | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет               | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет                 | 11-15 лет | 16-18 лет |
| 2 неделя                       |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
| 1-й день                       |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
| каша овсяная                   | 200            | 220       | 250       | крупа овсяная                  | 210.00  | 44        | 48        | 55        | 44       | 48        | 55        | 9.24     | 10.16     | 11.55     | 119.97                 | 131.97    | 145.99    | 179.96                   | 197.95    | 218.98    |
|                                |                |           |           | молоко                         | 644.00  | 100       | 110       | 119       | 100      | 110       | 119       | 64.40    | 70.84     | 76.64     |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | вода                           | 0.00    | 55        | 61        | 65        | 55       | 61        | 65        | 0.00     | 0.00      | 0.00      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | сахар                          | 450.00  | 1         | 1         | 1         | 1        | 1         | 1         | 0.45     | 0.50      | 0.45      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | масло сливочное                | 5734.00 | 8         | 9         | 10        | 8        | 9         | 10        | 45.87    | 50.46     | 57.34     |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | соль йодированная              | 97.00   | 0.1       | 0         | 0.1       | 0.1      | 0         | 0.1       | 0.01     | 0.01      | 0.01      |                        |           |           |                          |           |           |
| Какао с молоком                | 200            | 200       | 200       | какао-порошок                  | 6823.00 | 7         | 7         | 7         | 7        | 7         | 7         | 47.76    | 47.76     | 47.76     | 113.51                 | 113.51    | 113.51    | 170.27                   | 170.27    | 170.27    |
|                                |                |           |           | молоко                         | 644.00  | 100       | 100       | 100       | 100      | 100       | 100       | 64.40    | 64.40     | 64.40     |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | сахар                          | 450.00  | 3         | 3         | 3         | 3        | 3         | 3         | 1.35     | 1.35      | 1.35      |                        |           |           |                          |           |           |
| яблоко/ фрукт по сезону        | 120            | 120       | 120       | яблоко                         | 894.00  | 150       | 150       | 150       | 120      | 120       | 120       | 134.10   | 134.10    | 134.10    | 134.10                 | 134.10    | 134.10    | 201.15                   | 201.15    | 201.15    |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30             | 50        | 50        | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30        | 50        | 50        | 30       | 50        | 50        | 15.18    | 25.30     | 25.30     | 15.18                  | 25.30     | 25.30     | 22.77                    | 37.95     | 37.95     |
|                                |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           | 382.76                 | 404.88    | 418.90    | 574.14                   | 607.32    | 628.35    |

| 2-й день                        |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        |        |        |        |        |        |         |
|---------------------------------|-----|-----|-----|--------------------------------|---------|------|------|------|------|------|------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|
| Биточки из говядины             | 70  | 90  | 100 | говядина мякоть                | 5547.00 | 87   | 90   | 100  | 75   | 85   | 90   | 482.59 | 499.23 | 554.70 | 489.94 | 509.57 | 566.28 | 734.91 | 764.35 | 849.41  |
|                                 |     |     |     | пшеничный хлеб                 | 201.00  | 7    | 12   | 15.0 | 7    | 12   | 15.0 | 1.41   | 2.41   | 3.02   |        |        |        |        |        |         |
|                                 |     |     |     | яйцо куриное                   | 518.00  | 5    | 5    | 5.0  | 5    | 5    | 5.0  | 2.59   | 2.59   | 2.59   |        |        |        |        |        |         |
|                                 |     |     |     | лук репчатый                   | 212.00  | 7    | 12   | 15   | 5    | 10   | 12.0 | 1.48   | 2.54   | 3.18   |        |        |        |        |        |         |
|                                 |     |     |     | масло растительное             | 924.00  | 2.0  | 3.0  | 3.0  | 2.0  | 3.0  | 3.0  | 1.85   | 2.77   | 2.77   |        |        |        |        |        |         |
|                                 |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |        |        |         |
| Рис рассыпчатый с овощами       | 130 | 150 | 180 | крупа рисовая                  | 458.00  | 30.0 | 38.0 | 45.0 | 30.0 | 38.0 | 45.0 | 13.74  | 17.40  | 20.61  | 49.38  | 66.05  | 82.26  | 74.07  | 99.07  | 123.39  |
|                                 |     |     |     | морковь                        | 307.00  | 60.0 | 65.0 | 70.0 | 54.0 | 59.0 | 66.0 | 18.42  | 19.96  | 21.49  |        |        |        |        |        |         |
|                                 |     |     |     | масло сливочное                | 5734    | 3    | 5    | 7    | 3    | 5    | 7    | 17.20  | 28.67  | 40.14  |        |        |        |        |        |         |
|                                 |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |        |        |         |
| Соус сметанный                  | 20  | 20  | 20  | сметана                        | 2090.00 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 20.90  | 20.90  | 20.90  | 32.78  | 32.78  | 32.78  | 49.17  | 49.17  | 49.17   |
|                                 |     |     |     | мука 1 сорт                    | 206.00  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 0.41   | 0.41   | 0.41   |        |        |        |        |        |         |
|                                 |     |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 11.47  | 11.47  | 11.47  |        |        |        |        |        |         |
| Компот из сухофруктов с сахаром | 200 | 200 | 200 | сухофрукты                     | 800.00  | 20   | 20   | 20   | 20   | 20   | 20   | 16.00  | 16.00  | 16.00  | 17.35  | 17.35  | 17.35  | 26.03  | 26.03  | 26.03   |
|                                 |     |     |     | сахар                          | 450.00  | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 1.35   | 1.35   | 1.35   |        |        |        |        |        |         |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный  | 30  | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30   | 50   | 50   | 30   | 50   | 50   | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77  | 37.95  | 37.95   |
|                                 |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        | 604.63 | 651.05 | 723.96 | 906.94 | 976.57 | 1085.95 |

| 3-й день                       |     |     |     |                                |         |     |     |     |     |     |     |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
|--------------------------------|-----|-----|-----|--------------------------------|---------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Салат с морковь с сыром        | 60  | 97  | 100 | морковь                        | 307.00  | 70  | 90  | 115 | 55  | 66  | 92  | 21.49  | 27.63  | 35.31  | 66.10  | 92.02  | 129.57 | 99.16  | 138.03 | 194.36 |
|                                |     |     |     | сыр полутвердый                | 5976.00 | 7   | 10  | 15  | 7   | 10  | 15  | 41.83  | 59.76  | 89.64  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло растительное             | 924.00  | 3   | 5   | 5   | 3   | 5   | 5   | 2.77   | 4.62   | 4.62   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.01   | 0.01   | 0.01   |        |        |        |        |        |        |
| Жаркое по домашнему из птицы   | 200 | 220 | 250 | филе курицы                    | 2400.00 | 76  | 87  | 97  | 70  | 75  | 85  | 182.40 | 208.80 | 232.80 | 250.96 | 276.80 | 300.80 | 376.44 | 415.19 | 451.19 |
|                                |     |     |     | лук репчатый                   | 212.00  | 20  | 23  | 23  | 17  | 20  | 20  | 4.24   | 4.88   | 4.88   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | морковь                        | 307.00  | 25  | 25  | 25  | 20  | 21  | 21  | 7.68   | 7.68   | 7.68   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | картофель                      | 303.00  | 97  | 90  | 90  | 60  | 67  | 67  | 29.39  | 27.27  | 27.27  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | зелень                         | 1900.00 | 10  | 10  | 10  | 7   | 7   | 7.0 | 19.00  | 19.00  | 19.00  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло растительное             | 924.00  | 4   | 5   | 5   | 4   | 5   | 5   | 3.70   | 4.62   | 4.62   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | лавровый лист                  | 3623.00 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.04   | 0.04   | 0.04   |        |        |        |        |        |        |
| Чай каркаде                    | 200 | 200 | 200 | каркаде                        | 3623.00 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 50  | 50  | 50  | 0.36   | 0.36   | 0.36   | 1.71   | 1.71   | 1.71   | 2.57   | 2.57   | 2.57   |
|                                |     |     |     | сахар                          | 450.00  | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 1.35   | 1.35   | 1.35   |        |        |        |        |        |        |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30  | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30  | 50  | 50  | 30  | 50  | 50  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77  | 37.95  | 37.95  |
|                                |     |     |     |                                |         |     |     |     |     |     |     |        |        |        | 333.95 | 395.83 | 457.38 | 500.93 | 593.74 | 686.08 |

| 4-й день                       |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
|--------------------------------|-----|-----|-----|--------------------------------|---------|------|------|------|------|------|------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Котлеты рыбные                 | 70  | 90  | 100 | филе минтая                    | 1695.00 | 97   | 98   | 105  | 74   | 75   | 98   | 164.42 | 166.11 | 177.98 | 179.61 | 185.60 | 200.65 | 269.42 | 278.40 | 300.98 |
|                                |     |     |     | лук репчатый                   | 212.00  | 6    | 10   | 10   | 5    | 8    | 10   | 1.27   | 2.12   | 2.12   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | сухари панировочные            | 800.00  | 13   | 15   | 20   | 13   | 15   | 20   | 10.40  | 12.00  | 16.00  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | яйцо куриное                   | 518.00  | 5    | 5    | 7    | 5    | 5    | 7    | 2.59   | 2.59   | 3.63   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 0.01   | 0.01   | 0.01   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло растительное             | 924.00  | 1    | 3    | 1    | 1    | 3    | 1    | 0.92   | 2.77   | 0.92   |        |        |        |        |        |        |
| Соус молочно-томатный          | 20  | 20  | 20  | молоко                         | 644.00  | 10   | 10   | 10   | 10   | 10   | 10   | 6.44   | 6.44   | 6.44   | 27.53  | 27.53  | 27.53  | 41.30  | 41.30  | 41.30  |
|                                |     |     |     | мука 1 сорт                    | 206.00  | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 0.62   | 0.62   | 0.62   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 17.20  | 17.20  | 17.20  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | томатная паста                 | 1090.00 | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3.27   | 3.27   | 3.27   |        |        |        |        |        |        |
| Рис рассыпчатый с овощами      | 130 | 150 | 180 | крупa рисовая                  | 458.00  | 30.0 | 38.0 | 45.0 | 30.0 | 38.0 | 45.0 | 13.74  | 17.40  | 20.61  | 47.76  | 47.76  | 47.76  | 71.64  | 71.64  | 71.64  |
|                                |     |     |     | морковь                        | 307.00  | 60.0 | 65.0 | 70.0 | 54.0 | 59.0 | 66.0 | 18.42  | 19.96  | 21.49  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло сливочное                | 5734    | 3    | 5    | 7    | 3    | 5    | 7    | 17.20  | 28.67  | 40.14  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |        |        |        |
| Компот из свежих яблок         | 200 | 200 | 200 | яблоки свежие                  | 894.00  | 60   | 60   | 60   | 40   | 40   | 40   | 53.64  | 53.64  | 53.64  | 54.99  | 54.99  | 54.99  | 82.49  | 82.49  | 82.49  |
|                                |     |     |     | сахар                          | 450.00  | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 1.35   | 1.35   | 1.35   |        |        |        |        |        |        |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30  | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30   | 50   | 50   | 30   | 50   | 50   | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77  | 37.95  | 37.95  |
|                                |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        | 325.07 | 341.18 | 356.24 | 487.61 | 511.77 | 534.35 |        |

| 5-й день                              |     |     |     |                                    |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
|---------------------------------------|-----|-----|-----|------------------------------------|---------|------|------|------|------|------|------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Салат из белокачанной капусты и яблок | 70  | 90  | 100 | капуста белокачанная               | 191.00  | 49   | 63   | 70   | 35   | 45   | 50   | 9.36   | 12.03  | 13.37  | 38.29  | 48.63  | 54.03  | 57.43  | 72.94  | 81.04  |
|                                       |     |     |     | морковь                            | 307.00  | 21   | 27   | 30.0 | 16   | 21   | 23.0 | 6.45   | 8.29   | 9.21   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |     |     |     | яблоки свежие                      | 894.00  | 21   | 27   | 30.0 | 15   | 19   | 21.0 | 18.77  | 24.14  | 26.82  |        |        |        |        |        |        |
|                                       |     |     |     | масло растительное                 | 924.00  | 4.0  | 4.5  | 5.0  | 4.0  | 4.5  | 5.0  | 3.70   | 4.16   | 4.62   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |     |     |     | йодированная соль                  | 97.00   | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 0.01   | 0.01   | 0.01   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |     |     |     |                                    |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
| Суп гороховый с мясом                 | 200 | 250 | 300 | говядина мякоть                    | 5547.00 | 50   | 65   | 79   | 47   | 58   | 69   | 277.35 | 360.56 | 438.21 | 313.41 | 404.56 | 495.33 | 470.12 | 606.85 | 742.99 |
|                                       |     |     |     | картофель                          | 303.00  | 53   | 66   | 97   | 40   | 50   | 60   | 16.06  | 20.00  | 29.39  |        |        |        |        |        |        |
|                                       |     |     |     | горох лущеный                      | 435.00  | 16   | 20   | 24   | 16   | 20   | 24   | 6.96   | 8.70   | 10.44  |        |        |        |        |        |        |
|                                       |     |     |     | морковь                            | 307.00  | 10   | 13   | 15   | 8    | 10   | 12   | 3.07   | 3.99   | 4.61   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |     |     |     | лук репчатый                       | 212.00  | 10   | 12   | 14   | 8    | 10   | 12   | 2.12   | 2.54   | 2.97   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |     |     |     | масло растительное                 | 924.00  | 3    | 4    | 5    | 5    | 5    | 7    | 2.77   | 3.70   | 4.62   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |     |     |     | йодированная соль                  | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.3  | 0.2  | 0.2  | 0.3  | 0.02   | 0.02   | 0.03   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |     |     |     | сухари хлебные                     | 506.00  | 10   | 10   | 10   | 10   | 10   | 10   | 5.06   | 5.06   | 5.06   |        |        |        |        |        |        |
| булочка с творогом                    | 50  | 50  | 50  | фортифицированная мука             | 286.00  | 30   | 30   | 30   | 30   | 30   | 30   | 8.58   | 8.58   | 8.58   | 64.27  | 64.27  | 64.27  | 96.41  | 96.41  | 96.41  |
|                                       |     |     |     | фортифицированная мука (на подпыл) | 286.00  | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 0.57   | 0.57   | 0.57   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |     |     |     | сахар                              | 450.00  | 4    | 4    | 4    | 4    | 4    | 4    | 1.80   | 1.80   | 1.80   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |     |     |     | масло сливочное                    | 5734.00 | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 5.73   | 5.73   | 5.73   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |     |     |     | яйцо                               | 518.00  | 5    | 5    | 5    | 5    | 5    | 5    | 2.59   | 2.59   | 2.59   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |     |     |     | молоко 2,5%                        | 644.00  | 9    | 9    | 9    | 9    | 9    | 9    | 5.80   | 5.80   | 5.80   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |     |     |     | творог                             | 2508.00 | 13   | 13   | 13   | 13   | 13   | 13   | 32.60  | 32.60  | 32.60  |        |        |        |        |        |        |
|                                       |     |     |     | дрожжи прессованные                | 5895.00 | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 5.90   | 5.90   | 5.90   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |     |     |     | соль йодированная                  | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |     |     |     | ванилин                            | 5547.00 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.17   | 0.17   | 0.17   |        |        |        |        |        |        |
| чай с сахаром и лимоном               | 200 | 200 | 200 | яйцо                               | 518.00  | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 0.52   | 0.52   | 0.52   | 10.01  | 10.01  | 10.01  | 15.02  | 15.02  | 15.02  |
|                                       |     |     |     | лимон                              | 1200.00 | 5    | 5    | 5    | 3    | 3    | 3    | 6.00   | 6.00   | 6.00   |        |        |        |        |        |        |
|                                       |     |     |     | чай                                | 4123.00 | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 20   | 20   | 20   | 0.41   | 0.41   | 0.41   |        |        |        |        |        |        |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный        | 30  | 50  | 50  | сахар                              | 450.00  | 8    | 8    | 8    | 8    | 8    | 8    | 3.60   | 3.60   | 3.60   | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77  | 37.95  | 37.95  |
|                                       |     |     |     | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный     | 506.00  | 30   | 50   | 50   | 30   | 50   | 50   | 15.18  | 25.30  | 25.30  |        |        |        |        |        |        |
|                                       |     |     |     |                                    |         |      |      |      |      |      |      |        |        | 441.16 | 552.78 | 648.94 | 661.74 | 829.17 | 973.41 |        |

зима-весна 3

| Наименование блюд              | Выход блюда, г |           |           | Ингредиенты блюда              | Цена    | Брутто, г |           |           | Нетто,г  |           |           | Сумма    |           |           | Стоимость набора сырья |           |           | Стоимость готового блюда |           |           |
|--------------------------------|----------------|-----------|-----------|--------------------------------|---------|-----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|------------------------|-----------|-----------|--------------------------|-----------|-----------|
|                                | 7-10 лет       | 11-15 лет | 16-18 лет |                                |         | 7-10 лет  | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет               | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет                 | 11-15 лет | 16-18 лет |
| 3 неделя                       |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
| 1-й день                       |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
| каша дружба                    | 200            | 220       | 250       | рис                            | 494.00  | 16        | 18        | 20        | 16       | 18        | 20        | 7.90     | 8.69      | 9.88      | 121.47                 | 133.62    | 151.37    | 182.20                   | 200.42    | 227.05    |
|                                |                |           |           | крупя пшено                    | 235.00  | 25.6      | 28        | 30        | 25.6     | 28        | 30        | 6.02     | 6.62      | 7.05      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | молоко                         | 644.00  | 95.2      | 105       | 119       | 95.2     | 105       | 119       | 61.31    | 67.44     | 76.64     |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | вода                           | 0.00    | 52        | 57        | 65        | 52       | 57        | 65        | 0.00     | 0.00      | 0.00      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | сахар                          | 450.00  | 1         | 1         | 1         | 1        | 1         | 1         | 0.36     | 0.40      | 0.45      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | соль йодированная              | 97.00   | 0         | 0         | 0         | 0        | 0         | 0         | 0.01     | 0.01      | 0.01      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | масло сливочное                | 5734.00 | 8         | 9         | 10        | 8        | 9         | 10        | 45.87    | 50.46     | 57.34     |                        |           |           |                          |           |           |
| Напиток Денсаулык              | 200            | 200       | 200       | лимонная кислота               | 1100.00 | 0.1       | 0.1       | 0.1       | 0.1      | 0.1       | 0.1       | 0.11     | 0.11      | 0.11      | 81.03                  | 81.03     | 81.03     | 121.54                   | 121.54    | 121.54    |
|                                |                |           |           | яблоко                         | 894.00  | 89.0      | 89.0      | 89.0      | 60.0     | 60.0      | 60.0      | 79.57    | 79.57     | 79.57     |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | сахар                          | 450.00  | 3.0       | 3.0       | 3.0       | 3.0      | 3.0       | 3.0       | 1.35     | 1.35      | 1.35      |                        |           |           |                          |           |           |
| яблоко/ фрукт по сезону        | 120            | 120       | 120       | яблоко                         | 894.00  | 150       | 150       | 150       | 120      | 120       | 120       | 134.10   | 134.10    | 134.10    | 134.10                 | 134.10    | 134.10    | 201.15                   | 201.15    | 201.15    |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30             | 50        | 50        | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30        | 50        | 50        | 30       | 50        | 50        | 15.18    | 25.30     | 25.30     | 15.18                  | 25.30     | 25.30     | 22.77                    | 37.95     | 37.95     |
|                                |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           | 351.77                 | 374.04    | 391.79    | 527.66                   | 561.06    | 587.69    |

| 2-й день                        |       |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        |        |        |        |         |         |         |
|---------------------------------|-------|-----|-----|--------------------------------|---------|------|------|------|------|------|------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|---------|---------|
| Салат витаминный                | 60    | 97  | 100 | капуста белокочанная           | 191.00  | 49   | 63   | 70   | 35   | 45   | 50   | 9.36   | 12.03  | 13.37  | 38.29  | 48.63  | 54.03  | 57.43   | 72.94   | 81.04   |
|                                 |       |     |     | морковь                        | 307.00  | 21   | 27   | 30.0 | 16   | 21   | 23.0 | 6.45   | 8.29   | 9.21   |        |        |        |         |         |         |
|                                 |       |     |     | яблоки свежие                  | 894.00  | 21   | 27   | 30.0 | 15   | 19   | 21.0 | 18.77  | 24.14  | 26.82  |        |        |        |         |         |         |
|                                 |       |     |     | масло растительное             | 924.00  | 4.0  | 4.5  | 5.0  | 4.0  | 4.5  | 5.0  | 3.70   | 4.16   | 4.62   |        |        |        |         |         |         |
|                                 |       |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 0.01   | 0.01   | 0.01   |        |        |        |         |         |         |
| Котлеты из говядины             | 70    | 90  | 100 | говядина мякоть                | 5547.00 | 97   | 90   | 100  | 75   | 85   | 90   | 538.06 | 499.23 | 554.70 | 545.41 | 509.57 | 566.28 | 818.11  | 764.35  | 849.41  |
|                                 |       |     |     | пшеничный хлеб                 | 201.00  | 7    | 12   | 15.0 | 7    | 12   | 15.0 | 1.41   | 2.41   | 3.02   |        |        |        |         |         |         |
|                                 |       |     |     | яйцо куриное                   | 518.00  | 5    | 5    | 5.0  | 5    | 5    | 5.0  | 2.59   | 2.59   | 2.59   |        |        |        |         |         |         |
|                                 |       |     |     | лук репчатый                   | 212.00  | 7    | 12   | 15   | 5    | 10   | 12.0 | 1.48   | 2.54   | 3.18   |        |        |        |         |         |         |
|                                 |       |     |     | масло растительное             | 924.00  | 2.0  | 3.0  | 3.0  | 2.0  | 3.0  | 3.0  | 1.85   | 2.77   | 2.77   |        |        |        |         |         |         |
| йодированная соль               | 97.00 | 0.2 | 0.2 | 0.2                            | 0.2     | 0.2  | 0.2  | 0.02 | 0.02 | 0.02 |      |        |        |        |        |        |        |         |         |         |
| Соус сметанный                  | 20    | 20  | 20  | сметана                        | 2090.00 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 20.90  | 20.90  | 20.90  | 32.78  | 32.78  | 32.78  | 49.2    | 49.2    | 49.2    |
|                                 |       |     |     | мука 1 сорт                    | 206.00  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 0.41   | 0.41   | 0.41   |        |        |        |         |         |         |
|                                 |       |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 11.47  | 11.47  | 11.47  |        |        |        |         |         |         |
| Макароны отварные               | 130   | 150 | 180 | макароны                       | 494.00  | 46   | 53   | 63   | 46   | 53   | 63   | 22.48  | 25.94  | 31.12  | 51.16  | 54.62  | 59.82  | 76.7    | 81.9    | 89.7    |
|                                 |       |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.1  | 0.2  | 0.3  | 0.1  | 0.2  | 0.3  | 0.01   | 0.02   | 0.03   |        |        |        |         |         |         |
|                                 |       |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 5    | 5    | 5    | 5    | 5    | 5    | 28.67  | 28.67  | 28.67  |        |        |        |         |         |         |
| Компот из сухофруктов с сахаром | 200   | 200 | 200 | сухофрукты                     | 800.00  | 20   | 20   | 20   | 20   | 20   | 20   | 16.00  | 16.00  | 16.00  | 17.35  | 17.35  | 17.35  | 26.03   | 26.03   | 26.03   |
|                                 |       |     |     | сахар                          | 450.00  | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 1.35   | 1.35   | 1.35   |        |        |        |         |         |         |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный  | 30    | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30   | 50   | 50   | 30   | 50   | 50   | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77   | 37.95   | 37.95   |
|                                 |       |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        | 700.16 | 688.2  | 755.56 | 1050.24 | 1032.37 | 1133.34 |

| 3-й день                       |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
|--------------------------------|-----|-----|-----|--------------------------------|---------|------|------|------|------|------|------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Куриная грудка с овощами       | 70  | 90  | 100 | филе курицы                    | 2400.00 | 76   | 87   | 97   | 70   | 75   | 85   | 182.40 | 208.80 | 232.80 | 239.21 | 271.22 | 281.76 | 358.82 | 406.83 | 422.65 |
|                                |     |     |     | морковь                        | 307.00  | 20   | 23   | 25   | 16   | 19   | 20   | 6.14   | 7.06   | 7.68   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | лук репчатый                   | 212.00  | 15   | 18   | 20   | 12   | 15   | 17   | 3.18   | 3.82   | 4.24   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | томатная паста                 | 1090.00 | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3.27   | 3.27   | 3.27   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | сладкий перец                  | 1350.00 | 20   | 23   | 25   | 17   | 19   | 20   | 27.00  | 31.05  | 33.75  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 3    | 3    | 0    | 3    | 3    | 3    | 17.20  | 17.20  | 0.00   |        |        |        |        |        |        |
| Гречка рассыпчатая             | 130 | 150 | 180 | йодированная соль              | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.3  | 0.2  | 0.2  | 0.3  | 0.02   | 0.02   | 0.03   | 13.80  | 9.83   | 7.98   | 20.71  | 14.75  | 11.97  |
|                                |     |     |     | гречневая крупа                | 458.00  | 54.0 | 63.0 | 75.0 | 54.0 | 63.0 | 75.0 | 0.92   | 2.77   | 0.92   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 3    | 5    | 7    | 3    | 5    | 7    | 6.44   | 0.62   | 0.62   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 6.44   | 6.44   | 6.44   |        |        |        |        |        |        |
| Какао с молоком                | 200 | 200 | 200 | какао-порошок                  | 6823.00 | 7    | 7    | 7    | 7    | 7    | 7    | 47.76  | 47.76  | 47.76  | 113.51 | 113.51 | 113.51 | 170.27 | 170.27 | 170.27 |
|                                |     |     |     | молоко                         | 644.00  | 100  | 100  | 100  | 100  | 100  | 130  | 64.40  | 64.40  | 64.40  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | сахар                          | 450.00  | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 1.35   | 1.35   | 1.35   |        |        |        |        |        |        |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30  | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30   | 50   | 50   | 30   | 50   | 50   | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.8   | 38.0   | 38.0   |
|                                |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        | 381.71 | 419.86 | 428.56 | 572.56 | 629.79 | 642.84 |

| 4-й день                       |     |     |     |                                |         |     |     |     |     |     |      |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
|--------------------------------|-----|-----|-----|--------------------------------|---------|-----|-----|-----|-----|-----|------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Биточки рыбные                 | 70  | 90  | 100 | филе минтая                    | 1695.00 | 97  | 98  | 105 | 74  | 75  | 98   | 164.42 | 166.11 | 177.98 | 179.61 | 185.60 | 200.65 | 269.42 | 278.40 | 300.98 |
|                                |     |     |     | лук репчатый                   | 212.00  | 6   | 10  | 10  | 5   | 8   | 10   | 1.27   | 2.12   | 2.12   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | сухари панировочные            | 800.00  | 13  | 15  | 20  | 13  | 15  | 20   | 10.40  | 12.00  | 16.00  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | яйцо куриное                   | 518.00  | 5   | 5   | 7   | 5   | 5   | 7    | 2.59   | 2.59   | 3.63   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1  | 0.01   | 0.01   | 0.01   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло растительное             | 924.00  | 1   | 3   | 1   | 1   | 3   | 1    | 0.92   | 2.77   | 0.92   |        |        |        |        |        |        |
| Соус молочно-томатный          | 20  | 20  | 20  | молоко                         | 644.00  | 10  | 10  | 10  | 10  | 10  | 6.44 | 6.44   | 6.44   | 30.26  | 30.26  | 30.26  | 45.39  | 45.39  | 45.39  |        |
|                                |     |     |     | мука 1 сорт                    | 206.00  | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 3    | 0.62   | 0.62   |        |        |        |        |        |        | 0.62   |
|                                |     |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 3    | 17.20  | 17.20  |        |        |        |        |        |        | 17.20  |
|                                |     |     |     | томатная паста                 | 2000.00 | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   | 3    | 6.00   | 6.00   |        |        |        |        |        |        | 6.00   |
| Картофельно-морковное пюре     | 130 | 150 | 180 | картофель                      | 303.00  | 140 | 144 | 150 | 93  | 108 | 111  | 42.42  | 43.63  | 45.45  | 111.64 | 122.21 | 135.08 | 167.45 | 183.31 | 202.62 |
|                                |     |     |     | морковь                        | 307.00  | 55  | 75  | 90  | 48  | 57  | 63   | 16.89  | 23.03  | 27.63  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | молоко                         | 644.00  | 10  | 15  | 25  | 40  | 15  | 25   | 6.44   | 9.66   | 16.10  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 8   | 8   | 8   | 8   | 8   | 8    | 45.87  | 45.87  | 45.87  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.3 | 0.3  | 0.02   | 0.02   | 0.03   |        |        |        |        |        |        |
| чай с сахаром и лимоном        | 200 | 200 | 200 | лимон                          | 1200.00 | 5   | 5   | 5   | 3   | 3   | 3    | 6.00   | 6.00   | 6.00   | 10.01  | 10.01  | 10.01  | 15.02  | 15.02  | 15.02  |
|                                |     |     |     | чай                            | 4123.00 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 20  | 20  | 20   | 0.41   | 0.41   | 0.41   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | сахар                          | 450.00  | 8   | 8   | 8   | 8   | 8   | 8    | 3.60   | 3.60   | 3.60   |        |        |        |        |        |        |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30  | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30  | 50  | 50  | 30  | 50  | 50   | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77  | 37.95  | 37.95  |
|                                |     |     |     |                                |         |     |     |     |     |     |      |        |        |        | 346.70 | 373.38 | 401.31 | 520.05 | 560.07 | 601.96 |

| 5-й день                       |     |     |     |                                    |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        |        |        |        |        |         |        |
|--------------------------------|-----|-----|-----|------------------------------------|---------|------|------|------|------|------|------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|--------|
| Борщ с мясом                   | 200 | 250 | 300 | говядина мякоть                    | 5547.00 | 50   | 65   | 79   | 47   | 58   | 69   | 277.35 | 360.56 | 438.21 | 309.44 | 400.28 | 485.98 | 464.16 | 600.42  | 728.97 |
|                                |     |     |     | свекла                             | 190.00  | 40   | 50   | 60   | 32   | 40   | 48   | 7.60   | 9.50   | 11.40  |        |        |        |        |         |        |
|                                |     |     |     | капуста белокочанная               | 191.00  | 20   | 25   | 30   | 16   | 20   | 24   | 3.82   | 4.78   | 5.73   |        |        |        |        |         |        |
|                                |     |     |     | картофель                          | 303.00  | 21   | 26   | 32   | 16   | 20   | 24   | 6.36   | 7.88   | 9.70   |        |        |        |        |         |        |
|                                |     |     |     | морковь                            | 307.00  | 10   | 12   | 15   | 8    | 10   | 12   | 3.07   | 3.68   | 4.61   |        |        |        |        |         |        |
|                                |     |     |     | лук репчатый                       | 212.00  | 9    | 12   | 14   | 8    | 10   | 12   | 1.91   | 2.54   | 2.97   |        |        |        |        |         |        |
|                                |     |     |     | томатная паста                     | 1090.00 | 6    | 7    | 8    | 6    | 7    | 8    | 6.54   | 7.63   | 8.72   |        |        |        |        |         |        |
|                                |     |     |     | масло растительное                 | 924.00  | 3    | 4    | 5    | 5    | 5    | 7    | 2.77   | 3.70   | 4.62   |        |        |        |        |         |        |
| булочка бутербродная с сыром   | 50  | 50  | 50  | йодированная соль                  | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.3  | 0.2  | 0.2  | 0.3  | 0.02   | 0.02   | 0.03   | 109.36 | 109.36 | 109.36 | 164.04 | 164.04  | 164.04 |
|                                |     |     |     | фортифицированная мука             | 286.00  | 30   | 30   | 30   | 30   | 30   | 30   | 8.58   | 8.58   | 8.58   |        |        |        |        |         |        |
|                                |     |     |     | фортифицированная мука (на подпыл) | 286.00  | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 0.57   | 0.57   | 0.57   |        |        |        |        |         |        |
|                                |     |     |     | сахар                              | 450.00  | 4    | 4    | 4    | 4    | 4    | 4    | 1.80   | 1.80   | 1.80   |        |        |        |        |         |        |
|                                |     |     |     | масло сливочное                    | 5734.00 | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 5.73   | 5.73   | 5.73   |        |        |        |        |         |        |
|                                |     |     |     | яйцо                               | 518.00  | 5    | 5    | 5    | 5    | 5    | 5    | 2.59   | 2.59   | 2.59   |        |        |        |        |         |        |
|                                |     |     |     | молоко 2,5%                        | 644.00  | 9    | 9    | 9    | 9    | 9    | 9    | 5.80   | 5.80   | 5.80   |        |        |        |        |         |        |
|                                |     |     |     | сыр твердый                        | 5976.00 | 13   | 13   | 13   | 13   | 13   | 13   | 77.69  | 77.69  | 77.69  |        |        |        |        |         |        |
|                                |     |     |     | дрожжи прессованные                | 5895.00 | 1    | 1    | 1    | 0    | 1    | 1    | 5.90   | 5.90   | 5.90   |        |        |        |        |         |        |
|                                |     |     |     | соль йодированная                  | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |        |         |        |
| Компот из свежих яблок         | 200 | 200 | 200 | ванилин                            | 5547.00 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.17   | 0.17   | 0.17   | 54.99  | 54.99  | 54.99  | 82.49  | 82.49   | 82.49  |
|                                |     |     |     | яйцо                               | 518.00  | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 0.52   | 0.52   | 0.52   |        |        |        |        |         |        |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30  | 50  | 50  | яблоки свежие                      | 894.00  | 60   | 60   | 60   | 40   | 40   | 40   | 53.64  | 53.64  | 53.64  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77  | 37.95   | 37.95  |
|                                |     |     |     | сахар                              | 450.00  | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 1.35   | 1.35   | 1.35   |        |        |        |        |         |        |
|                                |     |     |     |                                    |         |      |      |      |      |      |      |        |        | 488.97 | 589.93 | 675.63 | 733.46 | 884.90 | 1013.44 |        |

зима-весна 4

| Наименование блюд              | Выход блюда, г |           |           | Ингредиенты блюда              | Цена    | Брутто, г |           |           | Нетто,г  |           |           | Сумма    |           |           | Стоимость набора сырья |           |           | Стоимость готового блюда |           |           |
|--------------------------------|----------------|-----------|-----------|--------------------------------|---------|-----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|------------------------|-----------|-----------|--------------------------|-----------|-----------|
|                                | 7-10 лет       | 11-15 лет | 16-18 лет |                                |         | 7-10 лет  | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет               | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет                 | 11-15 лет | 16-18 лет |
| 4 неделя                       |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
| 1-й день                       |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           |                        |           |           |                          |           |           |
| каша пшенная                   | 200            | 220       | 250       | крупа пшено                    | 235.00  | 44        | 48        | 52        | 44       | 48        | 52        | 10.34    | 11.37     | 12.22     | 87.37                  | 96.11     | 106.55    | 131.06                   | 144.16    | 159.83    |
|                                |                |           |           | молоко                         | 307.00  | 100       | 110       | 119       | 100      | 110       | 119       | 30.70    | 33.77     | 36.53     |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | вода                           | 0.00    | 55        | 61        | 65        | 55       | 61        | 65        | 0.00     | 0.00      | 0.00      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | сахар                          | 450.00  | 1         | 1         | 1         | 1        | 1         | 1         | 0.45     | 0.50      | 0.45      |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | масло сливочное                | 5734.00 | 8         | 9         | 10        | 8        | 9         | 10        | 45.87    | 50.46     | 57.34     |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | соль йодированная              | 97.00   | 0.1       | 0.1       | 0.1       | 0.1      | 0.1       | 0.1       | 0.01     | 0.01      | 0.01      |                        |           |           |                          |           |           |
| Какао с молоком                | 200            | 200       | 200       | какао-порошок                  | 6823.00 | 7         | 7         | 7         | 7        | 7         | 7         | 47.76    | 47.76     | 47.76     | 113.51                 | 113.51    | 113.51    | 170.27                   | 170.27    | 170.27    |
|                                |                |           |           | молоко                         | 644.00  | 100       | 100       | 100       | 100      | 100       | 130       | 64.40    | 64.40     | 64.40     |                        |           |           |                          |           |           |
|                                |                |           |           | сахар                          | 450.00  | 3         | 3         | 3         | 3        | 3         | 3         | 1.35     | 1.35      | 1.35      |                        |           |           |                          |           |           |
| яблоко/ фрукт по сезону        | 120            | 120       | 120       | яблоко                         | 894.00  | 150       | 150       | 150       | 120      | 120       | 120       | 134.10   | 134.10    | 134.10    | 134.10                 | 134.10    | 134.10    | 201.15                   | 201.15    | 201.15    |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30             | 50        | 50        | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30        | 50        | 50        | 30       | 50        | 50        | 15.18    | 25.30     | 25.30     | 15.18                  | 25.30     | 25.30     | 22.77                    | 37.95     | 37.95     |
|                                |                |           |           |                                |         |           |           |           |          |           |           |          |           |           | 350.16                 | 369.02    | 379.46    | 525.24                   | 553.53    | 569.20    |

| 2-й день                       |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        |        |        |        |        |         |         |
|--------------------------------|-----|-----|-----|--------------------------------|---------|------|------|------|------|------|------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|---------|
| Биточки из говядины            | 70  | 90  | 100 | говядина мякоть                | 5547.00 | 87   | 90   | 100  | 75   | 85   | 90   | 482.59 | 499.23 | 554.70 | 489.94 | 509.57 | 566.28 | 734.91 | 764.35  | 849.41  |
|                                |     |     |     | пшеничный хлеб                 | 201.00  | 7    | 12   | 15.0 | 7    | 12   | 15.0 | 1.41   | 2.41   | 3.02   |        |        |        |        |         |         |
|                                |     |     |     | яйцо куриное                   | 518.00  | 5    | 5    | 5.0  | 5    | 5    | 5.0  | 2.59   | 2.59   | 2.59   |        |        |        |        |         |         |
|                                |     |     |     | лук репчатый                   | 212.00  | 7    | 12   | 15   | 5    | 10   | 12.0 | 1.48   | 2.54   | 3.18   |        |        |        |        |         |         |
|                                |     |     |     | масло растительное             | 924.00  | 2.0  | 3.0  | 3.0  | 2.0  | 3.0  | 3.0  | 1.85   | 2.77   | 2.77   |        |        |        |        |         |         |
|                                |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |        |         |         |
| Рис рассыпчатый с овощами      | 130 | 150 | 180 | крупa рисовая                  | 458.00  | 30.0 | 38.0 | 45.0 | 30.0 | 38.0 | 45.0 | 13.74  | 17.40  | 20.61  | 49.38  | 66.05  | 82.26  | 74.07  | 99.07   | 123.39  |
|                                |     |     |     | морковь                        | 307.00  | 60.0 | 65.0 | 70.0 | 54.0 | 59.0 | 66.0 | 18.42  | 19.96  | 21.49  |        |        |        |        |         |         |
|                                |     |     |     | масло сливочное                | 5734    | 3    | 5    | 7    | 3    | 5    | 7    | 17.20  | 28.67  | 40.14  |        |        |        |        |         |         |
|                                |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |        |         |         |
| Соус сметанный                 | 20  | 20  | 20  | сметана                        | 2090.00 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 20.90  | 20.90  | 20.90  | 32.78  | 32.78  | 32.78  | 49.17  | 49.17   | 49.17   |
|                                |     |     |     | мука 1 сорт                    | 206.00  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 0.41   | 0.41   | 0.41   |        |        |        |        |         |         |
|                                |     |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 11.47  | 11.47  | 11.47  |        |        |        |        |         |         |
| Компот из свежих яблок         | 200 | 200 | 200 | яблоки свежие                  | 894.00  | 60   | 60   | 60   | 40   | 40   | 40   | 53.64  | 53.64  | 53.64  | 54.99  | 54.99  | 54.99  | 82.49  | 82.49   | 82.49   |
|                                |     |     |     | сахар                          | 450.00  | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 1.35   | 1.35   | 1.35   |        |        |        |        |         |         |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30  | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30   | 50   | 50   | 30   | 50   | 50   | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77  | 37.95   | 37.95   |
|                                |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        | 642.27 | 688.69 | 761.60 | 963.40 | 1033.03 | 1142.41 |

| 3-й день                       |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
|--------------------------------|-----|-----|-----|--------------------------------|---------|------|------|------|------|------|------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Шницель из птицы               | 70  | 90  | 100 | филе курицы                    | 2400.00 | 80   | 90   | 100  | 75   | 85   | 90   | 192.00 | 216.00 | 240.00 | 199.35 | 226.34 | 251.58 | 299.02 | 339.51 | 377.36 |
|                                |     |     |     | пшеничный хлеб                 | 201.00  | 7    | 12   | 15.0 | 7    | 12   | 15.0 | 1.41   | 2.41   | 3.02   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | яйцо куриное                   | 518.00  | 5    | 5    | 5.0  | 5    | 5    | 5.0  | 2.59   | 2.59   | 2.59   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | лук репчатый                   | 212.00  | 7    | 12   | 15   | 5    | 10   | 12.0 | 1.48   | 2.54   | 3.18   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло растительное             | 924.00  | 2.0  | 3.0  | 3.0  | 2.0  | 3.0  | 3.0  | 1.85   | 2.77   | 2.77   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |        |        |        |
| Соус сметанный                 | 20  | 20  | 20  | сметана                        | 2090.00 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 20.90  | 20.90  | 20.90  | 32.78  | 32.78  | 32.78  | 49.17  | 49.17  | 49.17  |
|                                |     |     |     | мука 1 сорт                    | 206.00  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 0.41   | 0.41   | 0.41   |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 2.0  | 11.47  | 11.47  | 11.47  |        |        |        |        |        |        |
| Гречка рассыпчатая             | 130 | 150 | 180 | гречневая крупа                | 458.00  | 54.0 | 63.0 | 75.0 | 54.0 | 63.0 | 75.0 | 24.73  | 28.85  | 34.35  | 41.95  | 57.54  | 74.51  | 62.93  | 86.32  | 111.76 |
|                                |     |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 3    | 5    | 7    | 3    | 5    | 7    | 17.20  | 28.67  | 40.14  |        |        |        |        |        |        |
|                                |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |        |        |        |
| Напиток из шиповника           | 200 | 200 | 200 | шиповник                       | 2563.00 | 30   | 30   | 30   | 30   | 30   | 30   | 76.89  | 76.89  | 76.89  | 78.24  | 78.24  | 78.24  | 117.36 | 117.36 | 117.36 |
|                                |     |     |     | сахар                          | 450.00  | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 3    | 1.35   | 1.35   | 1.35   |        |        |        |        |        |        |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 30  | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30   | 50   | 50   | 30   | 50   | 50   | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77  | 37.95  | 37.95  |
|                                |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        | 367.50 | 420.20 | 462.40 | 551.25 | 630.30 | 693.61 |

| 4-й день                                  |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
|-------------------------------------------|-----|-----|-----|--------------------------------|---------|------|------|------|------|------|------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Рыба тушенная с овощами в сметанном соусе | 70  | 90  | 100 | филе минтая                    | 1695.00 | 70   | 74   | 80   | 63   | 69   | 70   | 118.65 | 125.43 | 135.60 | 135.52 | 150.44 | 166.44 | 203.28 | 225.65 | 249.66 |
|                                           |     |     |     | морковь                        | 307.00  | 10   | 14   | 18   | 8    | 12   | 15   | 3.07   | 4.30   | 5.53   |        |        |        |        |        |        |
|                                           |     |     |     | сметана                        | 2090.00 | 5    | 8    | 10   | 5    | 8    | 10   | 10.45  | 16.72  | 20.90  |        |        |        |        |        |        |
|                                           |     |     |     | лук репчатый                   | 212.00  | 7    | 10   | 12   | 5    | 8    | 10   | 1.48   | 2.12   | 2.54   |        |        |        |        |        |        |
|                                           |     |     |     | масло растительное             | 924.00  | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 1.85   | 1.85   | 1.85   |        |        |        |        |        |        |
|                                           |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |        |        |        |
| Картофельно-морковное пюре                | 130 | 150 | 180 | картофель                      | 303.00  | 140  | 144  | 150  | 93   | 108  | 111  | 42.42  | 43.63  | 45.45  | 111.64 | 122.21 | 135.08 | 167.45 | 183.31 | 202.62 |
|                                           |     |     |     | морковь                        | 307.00  | 55   | 75   | 90   | 48   | 57   | 63   | 16.89  | 23.03  | 27.63  |        |        |        |        |        |        |
|                                           |     |     |     | молоко                         | 644.00  | 10   | 15   | 25   | 40   | 15   | 25   | 6.44   | 9.66   | 16.10  |        |        |        |        |        |        |
|                                           |     |     |     | масло сливочное                | 5734.00 | 8    | 8    | 8    | 8    | 8    | 8    | 45.87  | 45.87  | 45.87  |        |        |        |        |        |        |
|                                           |     |     |     | йодированная соль              | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.3  | 0.2  | 0.3  | 0.3  | 0.02   | 0.02   | 0.03   |        |        |        |        |        |        |
| Напиток Денсаулык                         | 200 | 200 | 200 | лимонная кислота               | 1100.00 | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 0.11   | 0.11   | 0.11   | 81.03  | 81.03  | 81.03  | 121.54 | 121.54 | 121.54 |
|                                           |     |     |     | яблоко                         | 894.00  | 89.0 | 89.0 | 89.0 | 60.0 | 60.0 | 60.0 | 79.57  | 79.57  | 79.57  |        |        |        |        |        |        |
|                                           |     |     |     | сахар                          | 450.00  | 3.0  | 3.0  | 3.0  | 3.0  | 3.0  | 3.0  | 1.35   | 1.35   | 1.35   |        |        |        |        |        |        |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный            | 30  | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный | 506.00  | 30   | 50   | 50   | 30   | 50   | 50   | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77  | 37.95  | 37.95  |
|                                           |     |     |     |                                |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        | 343.36 | 378.97 | 407.84 | 515.05 | 568.45 | 611.77 |

| 5-й день                            |     |     |     |                                    |         |      |      |      |      |      |      |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
|-------------------------------------|-----|-----|-----|------------------------------------|---------|------|------|------|------|------|------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Винегрет овощной                    | 60  | 97  | 100 | свекла                             | 190.00  | 30   | 40   | 48   | 26   | 29   | 31   | 5.90   | 5.90   | 5.90   | 24.49  | 31.50  | 37.29  | 36.74  | 47.25  | 55.94  |
|                                     |     |     |     | морковь                            | 307.00  | 17   | 19   | 28   | 13   | 14   | 22   | 5.22   | 5.83   | 8.60   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |     |     |     | картофель                          | 303.00  | 35   | 50   | 60   | 28   | 33   | 42   | 10.61  | 15.15  | 18.18  |        |        |        |        |        |        |
|                                     |     |     |     | масло растительное                 | 924.00  | 3    | 5    | 5    | 3    | 5    | 5    | 2.77   | 4.62   | 4.62   |        |        |        |        |        |        |
| Суп с макаронными изделиями и мясом | 200 | 250 | 300 | говядина мякоть                    | 5547.00 | 50   | 65   | 79   | 47   | 58   | 69   | 277.35 | 360.56 | 438.21 | 293.02 | 380.38 | 462.29 | 439.54 | 570.57 | 693.44 |
|                                     |     |     |     | макаронные изделия                 | 494.00  | 16   | 20   | 24   | 16   | 20   | 24   | 7.90   | 9.88   | 11.86  |        |        |        |        |        |        |
|                                     |     |     |     | морковь                            | 307.00  | 10   | 12   | 15   | 8    | 10   | 12   | 3.07   | 3.68   | 4.61   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |     |     |     | лук репчатый                       | 212.00  | 9    | 12   | 14   | 8    | 10   | 12   | 1.91   | 2.54   | 2.97   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |     |     |     | масло растительное                 | 924.00  | 3    | 4    | 5    | 5    | 5    | 7    | 2.77   | 3.70   | 4.62   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |     |     |     | йодированная соль                  | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.3  | 0.2  | 0.2  | 0.3  | 0.02   | 0.02   | 0.03   |        |        |        |        |        |        |
| булочка с творогом                  | 50  | 50  | 50  | фортифицированная мука             | 286.00  | 30   | 30   | 30   | 30   | 30   | 30   | 8.58   | 8.58   | 8.58   | 64.27  | 64.27  | 64.27  | 96.41  | 96.41  | 96.41  |
|                                     |     |     |     | фортифицированная мука (на подпыл) | 286.00  | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 0.57   | 0.57   | 0.57   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |     |     |     | сахар                              | 450.00  | 4    | 4    | 4    | 4    | 4    | 4    | 1.80   | 1.80   | 1.80   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |     |     |     | масло сливочное                    | 5734.00 | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 5.73   | 5.73   | 5.73   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |     |     |     | яйцо                               | 518.00  | 5    | 5    | 5    | 5    | 5    | 5    | 2.59   | 2.59   | 2.59   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |     |     |     | молоко 2,5%                        | 644.00  | 9    | 9    | 9    | 9    | 9    | 9    | 5.80   | 5.80   | 5.80   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |     |     |     | творог                             | 2508.00 | 13   | 13   | 13   | 13   | 13   | 13   | 32.60  | 32.60  | 32.60  |        |        |        |        |        |        |
|                                     |     |     |     | дрожжи прессованные                | 5895.00 | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 5.90   | 5.90   | 5.90   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |     |     |     | соль йодированная                  | 97.00   | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.2  | 0.02   | 0.02   | 0.02   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |     |     |     | ванилин                            | 5547.00 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.03 | 0.17   | 0.17   | 0.17   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |     |     |     | яйцо                               | 518.00  | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 0.52   | 0.52   | 0.52   |        |        |        |        |        |        |
| чай с сахаром и лимоном             | 200 | 200 | 200 | лимон                              | 1200.00 | 5    | 5    | 5    | 3    | 3    | 3    | 6.00   | 6.00   | 6.00   | 10.01  | 10.01  | 10.01  | 15.02  | 15.02  | 15.02  |
|                                     |     |     |     | чай                                | 4123.00 | 0.1  | 0.1  | 0.1  | 20   | 20   | 20   | 0.41   | 0.41   | 0.41   |        |        |        |        |        |        |
|                                     |     |     |     | сахар                              | 450.00  | 8    | 8    | 8    | 8    | 8    | 8    | 3.60   | 3.60   | 3.60   |        |        |        |        |        |        |
| Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный      | 30  | 50  | 50  | Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный     | 506.00  | 30   | 50   | 50   | 30   | 50   | 50   | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 15.18  | 25.30  | 25.30  | 22.77  | 37.95  | 37.95  |
|                                     |     |     |     |                                    |         |      |      |      |      |      |      |        |        | 406.98 | 511.46 | 599.17 | 610.47 | 767.20 | 898.75 |        |

### Расчет стоимости рациона питания

|            |          | день недели | Стоимость набора сырья |           |           | Стоимость готового блюда |           |           |
|------------|----------|-------------|------------------------|-----------|-----------|--------------------------|-----------|-----------|
|            |          |             | 7-10 лет               | 11-15 лет | 16-18 лет | 7-10 лет                 | 11-15 лет | 16-18 лет |
| лето-осень | 1 неделя | Понедельник | 267.14                 | 288.88    | 306.30    | 400.71                   | 433.32    | 459.45    |
|            |          | Вторник     | 644.69                 | 688.25    | 755.56    | 967.03                   | 1032.37   | 1133.34   |
|            |          | Среда       | 409.86                 | 467.57    | 495.08    | 614.78                   | 701.36    | 742.62    |
|            |          | Четверг     | 480.80                 | 507.48    | 535.41    | 721.20                   | 761.22    | 803.11    |
|            |          | Пятница     | 488.97                 | 589.93    | 675.63    | 733.46                   | 884.90    | 1013.44   |
|            | 2 неделя | Понедельник | 382.76                 | 404.88    | 418.90    | 574.14                   | 607.32    | 628.35    |
|            |          | Вторник     | 660.10                 | 651.05    | 723.96    | 990.15                   | 976.57    | 1085.95   |
|            |          | Среда       | 333.95                 | 395.83    | 457.38    | 500.93                   | 593.74    | 686.08    |
|            |          | Четверг     | 328.47                 | 348.05    | 368.30    | 492.70                   | 522.07    | 552.44    |
|            |          | Пятница     | 444.10                 | 555.72    | 651.88    | 666.15                   | 833.58    | 977.82    |
|            | 3 неделя | Понедельник | 217.67                 | 239.94    | 257.69    | 326.51                   | 359.91    | 386.54    |
|            |          | Вторник     | 834.20                 | 829.15    | 1040.16   | 1251.30                  | 1243.72   | 1560.25   |
|            |          | Среда       | 295.43                 | 354.62    | 399.79    | 443.15                   | 531.93    | 599.68    |
|            |          | Четверг     | 391.68                 | 418.36    | 446.29    | 587.52                   | 627.54    | 669.43    |
|            |          | Пятница     | 379.65                 | 415.61    | 439.61    | 569.47                   | 623.41    | 659.41    |
|            | 4 неделя | Понедельник | 350.16                 | 369.02    | 379.46    | 525.24                   | 553.53    | 569.20    |
|            |          | Вторник     | 642.27                 | 688.69    | 761.60    | 963.40                   | 1033.03   | 1142.41   |
|            |          | Среда       | 367.50                 | 420.20    | 462.40    | 551.25                   | 630.30    | 693.61    |
|            |          | Четверг     | 355.25                 | 390.86    | 419.73    | 532.88                   | 586.29    | 629.60    |
|            |          | Пятница     | 406.79                 | 513.17    | 602.39    | 610.18                   | 769.75    | 903.59    |
| зима-весна | 1 неделя | Понедельник | 267.14                 | 288.88    | 306.30    | 400.71                   | 433.32    | 459.45    |
|            |          | Вторник     | 700.10                 | 695.05    | 771.96    | 1050.15                  | 1042.57   | 1157.95   |
|            |          | Среда       | 452.78                 | 559.18    | 648.40    | 679.18                   | 838.76    | 972.60    |
|            |          | Четверг     | 391.68                 | 418.36    | 446.29    | 587.52                   | 627.54    | 669.43    |
|            |          | Пятница     | 513.75                 | 549.71    | 573.71    | 770.62                   | 824.56    | 860.56    |
|            | 2 неделя | Понедельник | 382.76                 | 404.88    | 418.90    | 574.14                   | 607.32    | 628.35    |
|            |          | Вторник     | 604.63                 | 651.05    | 723.96    | 906.94                   | 976.57    | 1085.95   |
|            |          | Среда       | 333.95                 | 395.83    | 457.38    | 500.93                   | 593.74    | 686.08    |
|            |          | Четверг     | 325.07                 | 341.18    | 356.24    | 487.61                   | 511.77    | 534.35    |
|            |          | Пятница     | 441.16                 | 552.78    | 648.94    | 661.74                   | 829.17    | 973.41    |
|            | 3 неделя | Понедельник | 351.77                 | 374.04    | 391.79    | 527.66                   | 561.06    | 587.69    |
|            |          | Вторник     | 700.16                 | 688.25    | 755.56    | 1050.2                   | 1032.37   | 1133.34   |
|            |          | Среда       | 381.71                 | 419.86    | 428.56    | 572.56                   | 629.79    | 642.84    |
|            |          | Четверг     | 346.70                 | 373.38    | 401.31    | 520.05                   | 560.07    | 601.96    |
|            |          | Пятница     | 488.97                 | 589.93    | 675.63    | 733.46                   | 884.90    | 1013.44   |
|            | 4 неделя | Понедельник | 350.16                 | 369.02    | 379.46    | 525.24                   | 553.53    | 569.20    |
|            |          | Вторник     | 642.27                 | 688.69    | 761.60    | 963.40                   | 1033.03   | 1142.41   |
|            |          | Среда       | 367.50                 | 420.20    | 462.40    | 551.25                   | 630.30    | 693.61    |
|            |          | Четверг     | 343.36                 | 378.97    | 407.84    | 515.05                   | 568.45    | 611.77    |
|            |          | Пятница     | 406.98                 | 511.46    | 599.17    | 610.47                   | 767.20    | 898.75    |
|            | без НДС  |             | 436.85                 | 480.20    | 530.32    | 655.28                   | 720.30    | 795.49    |