

Согласовано:

И.О. начальника территориального отдела
Управления Федеральной службы по надзору
в сфере защиты прав потребителей
и благополучия человека по Краснодарскому краю
в городе Новороссийск



Д.О.Певзнер

Утверждаю:

директор ООО «Торговый дом Кубань»



Н.В.Букреева

**Примерное десятидневное меню питания для обучающихся 1-4 классов
образовательных организаций МО г. Новороссийск, Краснодарского края**

период зима-весна

(обед)

Примерное меню обедов для обучающихся 1-4-х классов (Зима- Весна)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества					
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Е	Кальций (мг)	Фосфор (мг)	Магний (мг)	Железо (мг)	Цинк	Йод
Понедельник																	
	Икра кабачковая	60	1,01	0,05	12,27	53,57	0,02	0,02	2,10	0,00	0,40	23,20	30,40	16,10	0,50	0,10	0,00
ЛП150	Суп с крупой и томатом	200	1,10	4,79	4,88	67,03	0,01	0,01	1,47	0,00	0,33	21,30	12,27	5,17	0,27	1,57	0,01
212	Омлет с колбасой или сосисками	180	17,30	20,70	2,90	267,10	0,08	0,52	4,72	0,32	2,90	125,60	234,20	21,37	2,85	1,37	0,02
	Кисломолочный продукт (йогурт 2,5 % жирности)	115	3,45	3,68	4,72	65,78	0,04	0,20	0,60	0,03	0,00	122,00	96,50	14,00	0,10	0,80	9,00
360	Сок плодовый или ягодный натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,80	0,02	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,10	0,04	0,01	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44	0,00	0,00
	Хлеб ржаной	40	2,66	0,48	16,74	81,92	0,22	0,14	0,28	0,00	0,22	51,10	87,50	28,00	1,96	0,00	0,00
	Итого	835	29,22	30,04	81,77	714,30	0,43	0,92	13,17	0,35	4,49	365,20	500,87	98,24	8,92	3,84	9,03
Вторник																	
70	Овощи натуральные соленые (помидоры)	60	0,56	0,05	1,75	9,69	0,01	0,01	5,25	0,00	0,35	5,00	17,50	7,50	0,40	0,07	0,00
87	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,14	3,91	9,27	76,83	0,05	0,03	11,07	0,00	0,05	47,30	44,27	20,40	0,78	0,05	0,00
Л442	Говядина в кисло-сладком соусе	80	14,00	16,70	3,90	221,90	0,09	0,20	6,30	0,00	1,00	34,50	288,30	38,40	3,90	4,48	0,01
	Каша гречневая	150	3,99	4,20	36,37	199,24	0,05	0,02	0,00	0,00	1,80	10,40	67,30	14,40	1,13	0,00	0,00
338	Плоды или ягоды свежие	180	1,60	0,20	17,10	76,60	0,07	0,14	18,00	0,14	1,98	36,00	61,20	28,80	1,08	0,18	0,00
360	Сок плодовый или ягодный натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,80	0,02	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,10	0,04	0,01	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44	0,00	0,00
	Хлеб ржаной	20	1,33	0,24	8,37	40,96	0,11	0,07	0,14	0,00	0,11	25,55	43,75	14,00	0,98	0,00	0,00
	Итого	930	26,32	25,64	117,02	804,12	0,44	0,51	44,76	0,14	5,93	180,75	562,32	137,10	11,51	4,78	0,01

	Пирог овощной отварной	60	3,40	0,40	7,70	48,00	0,07	0,02	0,00	0,00	0,12	21,30	56,20	18,40	1,14	0,54	0,00
Д114	Водя с картофелем (со сметаной)	200	2,00	6,50	13,44	120,26	0,07	0,05	9,10	0,00	0,25	41,90	65,80	29,80	1,30	0,76	0,01
Л191	Шницель рыбный натуральный	80	8,06	5,63	6,02	106,99	0,04	0,05	2,39	0,18	0,35	42,24	120,36	18,42	1,59	0,63	0,03
Л25	Картофель отварной (с маслом сливочным)	150	2,93	5,06	17,39	126,80	0,11	0,07	14,42	2,00	0,01	13,66	55,79	20,32	0,82	0,28	0,00
Л414	Пирог с повидлом	80	5,20	1,92	54,91	257,72	0,09	0,04	0,00	0,00	1,20	13,50	46,10	19,40	0,88	0,30	0,00
	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	0,30	2,60	0,40	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,10	0,04	0,01	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44	0,00	0,00
	Хлеб ржаной	20	1,33	0,24	8,37	40,96	0,11	0,07	0,14	0,00	0,11	25,55	43,75	14,00	0,98	0,00	0,00
	Итого	830	31,42	25,09	137,49	901,83	0,61	0,61	28,65	2,58	2,48	406,15	594,00	153,94	7,35	2,51	0,04
Четверг																	
47	квашенная капуста	60	0,85	2,50	4,20	42,70	0,01	0,01	9,90	0,00	0,65	26,10	16,90	8,00	0,33	0,00	0,00
Л130	Рассольник	200	2,02	5,09	11,98	101,81	0,09	0,06	8,38	0,00	0,15	29,15	56,73	24,18	0,93	0,47	5,25
Л443	Плов из говядины	180	19,90	20,52	31,60	390,68	0,10	0,14	1,70	0,00	0,30	18,90	266,80	52,30	3,53	3,50	0,01
338	Фрукты или ягоды свежие	150	1,35	0,15	13,50	60,75	0,05	0,09	15,00	0,00	1,65	42,00	39,00	12,00	1,05	0,10	0,00
	Кисломолочный продукт (кефир 2,5 % жирности)	200	4,86	5,00	9,78	103,52	0,04	0,25	0,52	0,35	0,00	217,00	57,96	24,50	0,18	0,70	15,75
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,10	0,04	0,01	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44	0,00	0,00
	Хлеб ржаной	20	1,33	0,24	8,37	40,96	0,11	0,07	0,14	0,00	0,11	25,55	43,75	14,00	0,98	0,00	0,00
	Итого	850	33,01	33,84	99,49	834,52	0,43	0,63	35,64	0,35	3,30	366,70	507,14	140,58	7,44	4,77	21,01
Пятница																	
55	Икра из свёклы с огурцами солёными	60	0,70	1,00	2,60	22,20	0,01	0,01	2,08	0,00	0,13	9,40	15,70	9,34	0,35	0,09	0,00
Л 139	Суп картофельный с бобовыми	200	4,80	6,00	22,00	161,20	0,20	0,10	8,75	0,13	1,00	49,25	173,30	48,25	3,50	1,13	0,01
289	Рагу из птицы, кролика или субпродуктов	175	12,56	11,72	15,20	216,52	0,07	0,15	11,33	0,15	0,20	36,80	108,20	38,70	1,92	1,02	0,01
338	Фрукты или ягоды свежие	180	1,60	0,20	17,10	76,60	0,07	0,14	18,00	0,14	1,98	36,00	61,20	28,80	1,08	0,18	0,00

2

161	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	0,30	2,60	0,40	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	0,00	0,00	
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,10	0,04	0,01	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44	0,00	0,00	
	Хлеб ржаной	40	2,66	0,48	16,74	81,92	0,22	0,14	0,28	0,00	0,22	51,10	87,50	28,00	1,96	0,00	0,00	
	Итого	895	30,82	24,74	103,30	759,54	0,69	0,85	43,04	0,81	3,97	430,55	651,90	186,69	9,45	2,42	0,02	
Понедельник																		
15	Сыр голландский (порциями)	20	5,20	5,32	0,00	68,68	0,01	0,09	0,21	0,78	0,15	264,00	150,00	10,50	0,30	1,05	0,00	
120	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,30	6,80	19,30	163,60	0,05	-0,22	0,75	0,05	-0,50	201,70	168,20	25,20	0,50	0,78	0,02	
223	Запеканка из творога	190	20,50	16,40	20,40	311,20	0,16	0,40	0,80	0,40	6,80	280,20	386,60	59,80	2,40	1,19	0,01	
*359	Соус сладкий фруктовый	80	0,31	0,00	29,40	118,84	0,01	0,02	2,40	0,00	3,00	22,46	18,50	7,26	0,19	0,00	0,00	
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	131,49	0,02	0,02	0,73	0,00	0,00	32,48	23,44	17,46	0,69	0,00	0,00	
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,10	0,04	0,01	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44	0,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,33	0,24	8,37	40,96	0,11	0,07	0,14	0,00	0,11	25,55	43,75	14,00	0,98	0,00	0,00	
	Итого	750	37,00	29,19	129,54	928,87	0,40	0,83	5,03	1,23	11,00	834,39	816,49	139,82	5,50	3,02	0,02	
Вторник																		
70	Овощи натуральные соленые (огурцы)	60	0,40	0,05	0,85	5,45	0,01	0,05	1,75	0,00	0,05	11,50	12,00	7,00	0,30	0,00	0,00	
81	Борщ с капустой и картофелем	200	2,00	5,00	13,44	106,76	0,07	0,05	9,10	0,00	0,25	41,90	65,80	29,80	1,30	0,76	0,01	
Л386	Рыба, запечённая под молочным соусом	80	7,40	7,10	9,60	131,90	0,07	0,07	3,15	0,07	0,91	63,20	106,80	18,20	0,49	0,56	0,03	
311	Картофель в молоке	150	3,90	6,10	17,30	139,70	0,13	0,13	15,80	0,08	0,26	54,30	101,40	29,60	1,04	0,50	0,50	
	Кисломолочный продукт (ряженка 3,2 % жирности)	100	3,20	3,20	4,72	60,46	0,04	0,20	0,60	0,03	0,00	122,00	96,50	14,00	0,10	0,80	8,00	
*359	Компот из ягод	200	0,52	0,18	28,86	119,14	0,01	0,02	27,60	0,00	0,00	23,70	18,40	13,40	0,71	0,01	0,88	
	Хлеб пшеничный	60	4,05	0,51	30,09	141,15	0,07	0,02	0,00	0,00	0,66	12,00	39,00	8,40	0,66	0,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,33	0,24	8,37	40,96	0,11	0,07	0,14	0,00	0,11	25,55	43,75	14,00	0,98	0,00	0,00	
	Итого	870	22,80	22,38	113,23	745,52	0,51	0,61	58,14	0,18	2,24	354,15	483,65	134,40	5,58	2,63	9,42	

Среда																	
45	Овощи натуральные соленые (помидоры)	60	0,85	2,50	5,20	46,70	0,01	0,01	9,90	0,00	0,65	26,10	16,90	8,00	0,33	0,00	0,00
99	Суп из овощей (со сметаной)	200	1,59	5,99	9,15	96,87	0,07	0,05	10,38	0,00	2,50	34,85	49,28	20,75	0,78	0,58	0,18
258	Мясо духовое (с картофелем и овощами)	173	16,30	18,17	15,33	290,05	0,10	0,14	5,35	0,00	0,50	32,11	213,44	42,09	3,60	0,00	0,00
	Кондитерское изделие (печенье сахарное)	20	1,50	1,90	15,20	83,90	0,01	0,01	0,00	0,01	0,60	6,20	18,00	4,00	0,40	0,00	0,00
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,30	0,00	15,20	62,00	0,02	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	60	4,05	0,51	30,09	141,15	0,07	0,02	0,00	0,00	0,66	12,00	39,00	8,40	0,66	0,00	0,00
	Хлеб ржаной	20	1,33	0,24	8,37	40,96	0,11	0,07	0,14	0,00	0,11	25,55	43,75	14,00	0,98	0,00	0,00
	Итого	733	25,92	29,31	98,54	761,63	0,39	0,32	29,77	0,01	5,22	150,81	394,37	105,24	9,55	0,58	0,18
Четверг																	
50	Икра из свёклы с сыром и чесноком	60	2,30	4,50	4,13	66,22	0,01	0,02	3,30	0,00	0,06	17,70	20,30	10,30	0,66	0,33	0,00
*	Суп гороховый	200	6,60	9,20	18,50	183,20	0,20	0,10	8,75	0,13	1,00	49,25	173,30	48,25	3,50	1,13	0,01
294	Котлеты рубленые из птицы (с маслом сливочным)	80	16,70	4,10	5,20	124,50	0,06	0,13	0,00	0,04	0,40	17,50	160,40	18,79	1,03	0,76	0,00
205	Макароны отварные с овощами	140	0,57	5,51	24,36	149,31	0,01	0,01	0,01	0,10	0,40	8,27	6,89	1,60	0,06	0,08	1,89
	Кисломолочный продукт (йогурт 2,5 % жирности)	115	3,45	3,68	4,72	65,78	0,04	0,20	0,60	0,03	0,00	122,00	96,50	14,00	0,10	0,80	9,00
360	Сок плодовый или ягодный натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,80	0,02	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,10	0,04	0,01	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44	0,00	0,00
	Хлеб ржаной	40	2,66	0,48	16,74	81,92	0,22	0,14	0,28	0,00	0,22	51,10	87,50	28,00	1,96	0,00	0,00
	Итого	875	35,98	27,81	113,91	849,83	0,60	0,63	16,94	0,30	2,72	287,82	584,89	134,54	10,55	3,10	10,90
Пятница																	
133	Кукуруза отварная	60	1,70	2,50	9,30	66,50	0,04	0,02	2,75	0,01	0,04	1,50	38,50	13,00	0,22	0,31	0,00
Л	Солянка домашняя	200	11,30	6,30	7,80	133,10	0,17	0,09	6,08	0,15	1,26	40,30	110,50	41,60	1,24	0,95	0,00
239 / 33	Тефтели рыбные тушеные в соусе	100	7,93	6,58	9,41	128,58	0,06	0,07	1,25	0,15	2,48	43,78	94,71	17,81	0,56	0,78	0,01

	Каша пшеничная с овощами	130	2,90	5,40	37,20	209,00	0,08	0,08	0,59	0,03	0,20	64,10	108,90	30,30	0,49	0,55	0,00
374	Шарлотка с яблоками	100	1,71	4,70	19,60	215,54	0,07	0,09	2,16	0,43	0,20	38,20	58,90	17,35	1,67	0,34	0,01
361	Молоко кипяченое	200	5,80	2,50	9,60	107,00	0,08	0,30	2,60	0,40	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,10	0,04	0,01	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44	0,00	0,00
	Хлеб ржаной	40	2,66	0,48	16,74	81,92	0,22	0,14	0,28	0,00	0,22	51,10	87,50	28,00	1,96	0,00	0,00
	Итого	890	38,70	31,30	149,71	1035,74	0,76	0,80	15,71	1,16	4,84	486,98	705,01	181,66	6,78	2,93	0,02

	Энергетическая ценность			Витамины		Минеральные вещества					Кальций	Фосфор	Магний	Желез	Цинк	Йод
	Б	Ж	У	кКал	В1	В2	С	А	Е							
Итого за день по СанПиН	77,00	79,00	335,00	2350,00	1,20	1,40	60,00	0,70	10,00	1100,00	1650,00	250,00	12,00	10,00	0,10	
завтрак 25 %	19,25	19,75	83,75	587,50	0,30	0,35	15,00	0,18	2,50	275,00	412,50	62,50	3,00	2,50	0,03	
обед 35 %	26,95	27,65	117,25	822,50	0,42	0,49	21,00	0,25	3,50	385,00	577,50	87,50	4,20	3,50	0,04	
Среднее за 10 дней (фактич.)	845,8	31,12	27,93	114,40	833,59	0,53	0,67	29,08	0,71	4,62	386,35	580,06	141,22	8,26	3,06	5,06

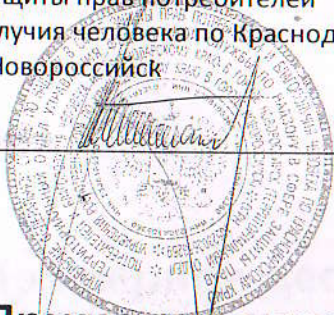
ООО «ТД «Кубань»

В настоящем шифре документов прошито,
пронумеровано, засвидетельствована верность копий
документов и скреплено печатью

арский с 1 по 5 листов.
Директор / Н.В. Букреева
«Торговый Дом»
Кубань
для докумен
ИНН 2312205830
ОГРН 1132312012040

Согласовано:

И.О. начальника территориального отдела
Управления Федеральной службы по надзору
в сфере защиты прав потребителей
и благополучия человека по Краснодарскому краю
в городе Новороссийск



Д.О.Певзнер

Утверждаю:

директор ООО «Торговый дом Кубань»

Н.В.Букреева



Примерное десятидневное меню питания для обучающихся 1-4 классов образовательных организаций МО г. Новороссийск, Краснодарского края

период зима-весна период зима-весна

(завтрак)

(завтрак)

Утверждаю:

директор ООО «Торговый дом Кубань»

Н.В.Букреева



Примерное десятидневное меню питания для обучающихся 1-4 классов образовательных организаций МО г. Новороссийск, Краснодарского края

период зима-весна

(завтрак)

(завтрак)

Пищевая ценность ЗАВТРАК 1-4 кл. (Зима-весна)		Пищевые вещества				Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества					
		Б	Ж	У	В1		В2	С	А	Е	Кальций (мг)	Фосфор (мг)	Магний (мг)	Железо (мг)	Цинк (мг)	Йод (мг)	
Комплекс 1																	
131	Горох овощной отварной	60	3,40	2,50	7,70	66,90	0,07	0,02	0,00	0,00	0,12	21,30	56,20	18,40	1,14	0,54	0,00
212	Омлет с колбасой или сосисками	150	15,77	30,41	2,72	347,64	0,15	0,47	0,21	288,04	0,30	95,44	245,24	20,05	2,78	0,45	0,00
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	20	1,35	0,17	10,03	47,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
338	Фрукты или ягоды свежие	120	1,80	0,60	25,20	113,40	0,05	0,06	12,00	0,00	0,24	9,60	33,60	50,40	0,72	0,18	0,00
	Итого	575,00	23,79	33,98	73,00	692,97	0,32	0,55	12,24	288,04	1,15	147,79	381,74	103,10	5,92	1,67	0,01
Комплекс 2																	
52	Икра из свеклы отварной	60	0,85	3,62	4,98	55,89	0,01	0,02	4,01	0,00	0,00	21,36	24,48	12,47	0,80	0,00	0,00
Л*500	Биточки рубленые из птицы под соусом	80	8,04	9,07	9,50	151,79	0,06	0,08	0,03	56,00	1,68	19,20	80,45	27,48	1,44	1,06	0,00
	Каша пшеничная	150	6,84	9,19	49,20	306,87	0,23	0,17	0,00	0,00	0,28	41,25	555,75	180,00	3,71	0,99	0,00
	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,83	0,04	0,16	1,33	10,00	0,00	126,60	92,80	15,40	0,41	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	25	1,69	0,21	12,54	58,81	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,48	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	Кисломолочный продукт (йогурт 2,5 % жирности)	115	3,45	3,68	4,72	65,78	0,04	0,20	0,60	0,03	0,00	122,00	96,50	14,00	0,10	0,80	9,00
	Итого	655	23,79	27,40	109,18	778,45	0,42	0,63	5,97	66,03	2,45	340,76	893,88	262,20	7,45	3,35	9,01
Комплекс 3																	
47	квашенная капуста	60	1,03	3,01	5,10	51,62	0,01	0,02	11,93	0,00	0,00	31,47	20,45	9,65	0,40	0,00	0,00
258	Мясо духовое (с картошкой и овощами)	173	16,30	18,17	15,33	290,05	0,10	0,14	5,35	0,00	0,00	32,11	213,44	42,09	3,60	0,00	0,00
358	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	200	0,31	0,00	39,40	158,84	0,01	0,02	2,40	0,00	0,00	22,46	18,50	7,26	0,19	0,01	0,00
	Хлеб пшеничный	25	1,69	0,21	12,54	58,81	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,48	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	Кисломолочный продукт (кефир 2,5 % жирности)	150	4,35	3,75	6,00	75,15	0,08	0,34	1,40	40,00	0,20	240,00	180,00	28,00	0,20	0,08	0,01
	Итого	633	25,08	25,42	90,71	691,95	0,25	0,52	21,08	40,00	0,69	336,39	476,29	99,85	5,39	0,58	0,02

Комплекс 4																	
	Икра кабачковая	60	1,01	0,05	12,27	53,57	0,02	0,02	2,10	0,00	0,40	23,20	30,40	16,10	0,50	0,10	0,00
234	Котлеты рыбные	80	6,92	5,54	9,61	115,98	0,05	0,07	0,51	11,80	0,24	39,47	89,34	14,57	0,71	0,31	0,00
312	Картофельное пюре	150	3,10	4,85	20,65	138,61	0,14	0,11	18,34	0,00	0,00	37,35	87,47	28,03	1,02	0,44	0,00
397	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	0,06	0,19	1,59	24,40	0,00	152,22	124,56	21,34	0,48	1,00	0,00
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	Хлеб пшеничный	25	1,69	0,21	12,54	58,81	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Кондитерское изделие	15	1,68	1,89	18,02	95,75	0,04	0,02	0,00	10,00	0,00	4,94	18,74	6,95	0,36	0,00	0,00
	Итого	555,00	19,86	16,37	103,01	638,76	0,35	0,41	22,54	46,20	1,13	267,53	394,41	99,84	4,07	2,34	0,01
Комплекс 5																	
70	Овощи натуральные соленые (помидоры)	60	0,56	0,05	1,75	9,69	0,01	0,01	5,25	0,00	0,35	5,00	17,50	7,50	0,40	0,07	0,00
268	Шницель мясной рубленый	60	8,25	12,10	7,16	170,54	0,02	0,04	3,11	39,20	0,14	20,27	49,10	21,21	0,58	0,35	0,01
202 / 136	Макаронные изделия отварные с овощами припущенными	110 / 60	4,83	5,19	26,62	172,50	0,07	0,03	2,53	0,00	0,00	18,12	47,49	16,18	0,96	0,72	0,00
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,30	0,00	15,20	62,00	0,02	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	20	1,35	0,17	10,03	47,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	Сок натуральный	200	1,50	0,00	22,80	97,20	0,00	0,00	14,80	0,00	0,50	34,70	36,00	12,00	0,70	0,00	0,00
	Итого	730	18,19	17,79	95,91	616,50	0,17	0,11	29,69	39,20	1,68	102,44	207,99	77,74	6,44	1,64	0,02
Комплекс 6																	
15	Сыр голландский (порциями)	20	5,20	5,32	0,00	68,68	0,01	0,09	0,21	0,78	0,15	264,00	150,00	10,50	0,30	1,05	0,00
181	Каша жидкая молочная из манной крупы (с маслом сливочным)	200 / 10	5,10	10,72	33,42	250,56	0,06	0,17	1,17	58,00	0,00	130,09	138,14	30,12	0,47	0,82	0,00
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,10	0,04	0,01	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44	0,00	0,00
338	Плоды или ягоды свежие	150	0,60	0,60	14,70	66,60	0,04	0,00	15,00	0,00	0,30	24,00	16,50	13,50	3,30	0,15	0,00
	Итого	620	13,67	17,00	83,18	540,40	0,15	0,27	16,41	58,78	0,89	437,19	333,44	61,12	4,79	2,02	0,00
Комплекс 7																	
45	Овощи натуральные соленые (помидоры)	60	0,85	2,50	5,20	46,70	0,01	0,01	9,90	0,00	0,65	26,10	16,90	8,00	0,33	0,00	0,00
294	Котлеты рубленые из птицы	80	11,06	10,64	11,40	185,61	0,13	0,11	0,57	34,16	0,00	37,96	50,80	14,10	2,30	0,70	0,00
142 / 330	Картофель и овощи, тушенные в соусе	150	3,26	12,59	22,66	216,97	0,16	0,11	19,97	25,20	0,00	32,56	89,06	31,46	1,20	0,80	0,00
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	61,50	0,00	0,00	2,83	0,00	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36	0,00	0,00
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	Хлеб пшеничный	20	1,35	0,17	10,03	47,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Кисломолочный продукт (йогурт 2,5 % жирно	115	3,45	3,68	4,72	65,78	0,04	0,20	0,60	0,03	0,00	122,00	96,50	14,00	0,10	0,80	9,00
	Итого	650	21,50	29,88	81,55	681,13	0,38	0,43	33,87	59,39	1,14	243,17	301,56	82,81	5,29	2,80	9,01

Комплекс 8																	
70	Овощи натуральные соленые (огурцы)	60	0,40	0,05	0,85	5,45	0,01	0,05	1,75	0,00	0,05	11,50	12,00	7,00	0,30	0,00	0,00
Л 442	Говядина в кисло-сладком соусе	80	7,90	8,69	3,20	122,61	0,09	0,20	6,30	0,00	1,00	34,50	230,50	38,40	3,90	4,40	0,10
	Каша гречневая	150	8,85	5,15	49,80	280,95	0,07	0,04	0,00	6,70	0,22	9,80	50,30	50,80	4,67	0,33	0,01
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	0,06	0,19	1,59	24,40	0,40	137,33	134,36	31,34	0,48	1,01	0,00
	Хлеб пшеничный	25	1,69	0,21	12,54	58,81	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,33	0,31	0,01
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	Сок натуральный	200	1,50	0,00	22,80	97,20	0,00	0,00	14,80	0,00	0,50	34,70	36,00	13,00	0,70	0,00	0,00
	Итого	740	25,82	17,93	119,12	741,06	0,28	0,48	24,44	31,10	2,66	251,07	497,36	143,39	11,03	6,33	0,11
Комплекс 9																	
133	Кукуруза отварная	60	1,70	2,50	9,30	66,50	0,04	0,02	2,75	0,01	0,04	1,50	38,50	13,00	0,33	0,31	0,00
Л 386	Рыба, запечённая под молочным соусом	100	13,14	9,12	0,67	137,30	0,10	0,09	0,83	35,53	0,00	40,80	122,96	9,69	0,78	0,39	0,00
125	Картофель отварной	150	2,87	5,62	19,87	141,55	0,16	0,10	20,48	28,40	0,00	19,40	79,22	28,85	1,16	0,41	0,00
	Фруктовый чай	200	9,40	0,80	78,80	360,00	0,18	0,40	1,14	20,80	0,40	232,80	29,60	15,10	5,40	0,06	0,01
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
*414	Пирог с повидлом	60	4,70	5,60	33,30	202,40	0,06	0,04	0,00	11,40	2,40	18,60	53,40	7,80	0,78	0,00	0,00
	Итого	595	33,21	23,92	154,28	965,27	0,57	0,65	25,19	96,13	3,07	318,85	350,18	80,69	9,13	1,35	0,01
Комплекс 10																	
61	Икра из моркови с яблоками и курагой	60	1,70	1,30	16,50	84,50	0,01	0,08	1,90	0,00	0,00	41,40	63,40	44,30	0,99	0,28	0,00
222	Пудинг из творога (запечённый)	160	18,20	16,92	29,20	341,88	0,10	0,26	0,42	83,80	0,00	170,72	224,08	29,82	1,18	0,96	0,00
	Сгущенное молоко	30	0,12	0,00	15,76	63,54	0,00	0,07	0,96	0,00	0,00	8,98	7,40	2,90	0,08	0,01	0,00
*	Напиток из сухофруктов	200	0,10	0,00	26,40	106,00	0,02	0,03	0,62	40,00	0,52	29,44	23,80	18,40	0,62	0,07	0,00
	Хлеб пшеничный	20	1,35	0,17	10,03	47,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
338	Плоды или ягоды свежие	120	0,50	0,50	12,25	55,50	0,03	0,00	12,50	0,00	0,25	20,00	13,75	-11,25	2,75	0,13	0,00
	Итого	590	21,97	18,89	110,14	698,47	0,19	0,44	16,40	123,80	1,03	275,14	349,83	113,27	5,83	1,65	0,01
	Норма по СанПиН																
			Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества					
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Е	Кальций (мг)	Фосфор (мг)	Магний (мг)	Железо (мг)	Цинк (мг)	Йод (мг)
	Итого за день по СанПиН		77,00	79,00	335,00	2350,00	1,20	1,40	60,00	0,70	10,00	1100,00	1650,00	250,00	12,00	10,00	0,10
	завтрак 25 %		19,25	19,75	83,75	587,50	0,30	0,35	15,00	0,18	2,50	275,00	412,50	62,50	3,00	2,50	0,03
	Фактически завтрак (СРЕДНЕЕ)		22,69	22,86	102,01	704,50	0,31	0,45	20,78	84,87	1,59	272,23	418,66	112,30	6,54	2,38	1,82

ООО «ТД «Кубань»
в настоящем сшиве документов прошито,
пронумеровано, засвидетельствована верность копий
документов и скреплено печатью
с _____ листов.

Директор

Н.В. Букреева

