

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ КУШВИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 10  
(МАОУ СОШ № 10)**

**09.01.2025**

**ПРИКАЗ**

**№ 6**

**г. Кушва**

**Об утверждении примерного 2-х недельного всевозможного меню для обучающихся  
1-4, 5-11 классов МАОУ СОШ № 10**

В соответствии с СанПиНом 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» и в связи с обновлением меню с 09.01.2025 года

**ПРИКАЗЫВАЮ:**

1. Утвердить примерное 2-х недельное всевозможное меню завтраков, обедов и полдников (Приложение 1):

- для обучающихся 1-4 классов
- для обучающихся 5-11 классов

2. Приказ вступает в силу с 09.01.2025 года

3. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Директор МАОУ СОШ № 10



Т.В.Богаченкова

Приложение №1  
к приказу от 09. 01. 2025 № 6  
об утверждении примерного 2-х недельного  
всесезонного меню для обучающихся МАОУ СОШ №10

УТВЕРЖДЕНО

Управляющий ООО "ОЛЕС"

Васьков Е.Л.



ПРИМЕРНОЕ 2-Х НЕДЕЛЬНОЕ ВСЕСЕЗОННОЕ МЕНЮ ЗАВТРАКОВ, ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-4, 5-11 КЛАССОВ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

с 09.01.2025 года





**МЕНЮ 1 НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ**

**1-4 классы**

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>ЗАВТРАК 99,67 р.</b>																		
2443	Пудинг творожный со сгущённым молоком 150/25	175	10,11	6,00	10,27	0,11	15,55	215,99	127,93	20,58	170,84	0,61	65,38	75,35	0,38	0,04	0,21	77,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	4,00
21/10	Манник	75	4,10	0,00	4,40	1,20	29,00	121,00	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	14,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витамин	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,67
<b>Итого за прием</b>		<b>500</b>	<b>18,49</b>	<b>6,06</b>	<b>16,46</b>	<b>3,08</b>	<b>83,56</b>	<b>529,28</b>	<b>150,04</b>	<b>49,62</b>	<b>254,07</b>	<b>2,91</b>	<b>66,13</b>	<b>76,65</b>	<b>2,37</b>	<b>0,24</b>	<b>0,21</b>	<b>99,67</b>
<b>ОБЕД 124,18 р.</b>																		
1356	Суп картофельный с рыбой	250	3,18	0,00	7,12	3,00	17,80	158,14	33,79	33,39	93,21	1,74	0	201,9	2,45	0,17	4,6	35,00
31	Котлета куриная из мяса птицы	90	15,20	6,00	11,32	0,00	11,40	191,23	33,62	26,8	195,13	2,85	54,9	102,04	0,79	0,07	1,16	59,00
57/3	Макаронные изделия отварные	150	1,31	0,04	3,77	0,66	30,01	191,21	12,82	7,29	40,56	0,74	12	22,5	0,82	0,06	0	14,00
6/2	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	0,00	0,00	16,58	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0,14	5,04	11,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витамин	25	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	2,18
<b>Итого за прием</b>		<b>745</b>	<b>23,62</b>	<b>6,10</b>	<b>23,92</b>	<b>5,33</b>	<b>101,11</b>	<b>705,44</b>	<b>199,00</b>	<b>88,80</b>	<b>378,13</b>	<b>6,79</b>	<b>67,70</b>	<b>327,74</b>	<b>5,37</b>	<b>0,58</b>	<b>10,80</b>	<b>124,18</b>
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 99,67 р.</b>																		
2/9	Бигус с курицей	200	8,00	4,00	9,00	4,00	0,03	66,00	119,65	13,96	11,62	103,61	1,03	12,72	63,18	0,42	8,73	65,00
пром	Сок	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,37	0	0	0	0,01	0	14,00
	Ватрушка с повидлом	75	7,86	7,37	9,32	6,14	28,22	228,20	69,74	13,88	115,87	0,77	27,69	49,04	3,12	0,06	0,13	16,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витамин	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,67
<b>Итого за прием</b>		<b>525,00</b>	<b>19,99</b>	<b>11,43</b>	<b>20,13</b>	<b>11,81</b>	<b>72,57</b>	<b>496,96</b>	<b>213,02</b>	<b>48,18</b>	<b>176,72</b>	<b>106,21</b>	<b>29,47</b>	<b>63,06</b>	<b>67,61</b>	<b>0,63</b>	<b>8,86</b>	<b>99,67</b>

**5-11 классы**

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>ЗАВТРАК 109,99 р.</b>																		
2443	Пудинг творожный со сгущённым молоком 190/25	215	12,11	6,00	12,33	0,13	24,00	267,90	127,93	20,58	170,84	0,61	65,38	75,35	0,38	0,04	0,21	89,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	4,00
21/10	Манник	75	4,10	0,00	4,40	1,20	29,00	121,00	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	14,00
7/1	Хлеб витаминизированный	20	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	2,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витамин	10	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	0,99
<b>Итого за прием</b>		<b>520,00</b>	<b>20,49</b>	<b>6,06</b>	<b>18,52</b>	<b>3,10</b>	<b>92,01</b>	<b>581,19</b>	<b>150,04</b>	<b>49,62</b>	<b>254,07</b>	<b>2,91</b>	<b>66,13</b>	<b>76,65</b>	<b>2,37</b>	<b>0,24</b>	<b>0,21</b>	<b>109,99</b>
<b>ОБЕД 139,9 р.</b>																		
1356	Суп картофельный с рыбой	250	3,18	0,00	7,12	3,00	17,80	156,14	33,79	33,39	93,21	1,74	0	201,9	2,45	0,17	4,6	35,00
31	Котлета куриная из мяса птицы	100	14,20	6,00	14,50	0,00	19,00	237,00	33,62	26,8	195,13	2,85	54,9	102,04	0,79	0,07	1,16	69,00
57/3	Макаронные изделия отварные	180	6,37	0,05	4,53	0,80	38,89	229,45	15,39	8,75	48,67	0,89	14,4	27	0,98	0,08	0	17,00
6/2	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	0,00	0,00	16,58	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0,14	5,04	11,00
7/1	Хлеб витаминизированный	50	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	5,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витамин	30	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	2,90
<b>Итого за прием</b>		<b>810</b>	<b>27,68</b>	<b>6,11</b>	<b>27,86</b>	<b>5,47</b>	<b>117,59</b>	<b>787,45</b>	<b>194,71</b>	<b>90,26</b>	<b>386,24</b>	<b>6,94</b>	<b>70,10</b>	<b>332,24</b>	<b>5,53</b>	<b>0,60</b>	<b>10,80</b>	<b>139,90</b>
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 109,99 р.</b>																		
2/9	Бигус с курицей	200	101,09	12,16	12,58	13,12	0,04	2,07	124,95	13,96	11,62	103,61	1,03	12,72	63,18	0,42	8,73	79,00
пром	Сок	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,37	0	0	0	0,01	0	14,00
	Масло сливочное порционно	10	1,70	1,00	4,44	2,00	15,68	121,00	69,74	13,88	115,87	0,77	27,69	49,04	3,12	0,06	0,13	12,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витамин	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,99
<b>Итого за прием</b>		<b>460</b>	<b>28,14</b>	<b>20,21</b>	<b>13,08</b>	<b>6,64</b>	<b>78,82</b>	<b>567,54</b>	<b>64,36</b>	<b>98,58</b>	<b>195,74</b>	<b>7,03</b>	<b>29,42</b>	<b>462,29</b>	<b>3,5</b>	<b>0,3</b>	<b>19,69</b>	<b>109,99</b>









**МЕНЮ 2 НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ**

1-4 классы

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>ЗАВТРАК 99,67 р.</b>																		
31	Котлета "Домашняя" свинина/говядина	90	9,89	7,00	10,93	9,00	9,00	121,11	33,62	26,8	195,13	2,85	54,9	102,04	0,79	0,07	1,16	70,00
57/3	Макаронные изделия отварные	150	1,31	0,04	3,77	0,66	30,01	191,21	12,82	7,29	40,56	0,74	12	22,5	0,82	0,06	0	14,00
7	Чай с сахаром и лимоном	200	0,41	0,41	0,08	0,10	13,75	56,43	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	5,00
7/2	Батон витаминизированный	60	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	8,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>530</b>	<b>15,54</b>	<b>8,30</b>	<b>16,49</b>	<b>11,43</b>	<b>78,08</b>	<b>506,53</b>	<b>59,75</b>	<b>49,93</b>	<b>284,92</b>	<b>5,09</b>	<b>67,65</b>	<b>125,84</b>	<b>2,92</b>	<b>0,27</b>	<b>1,16</b>	<b>99,67</b>
<b>ОБЕД 124,18 р.</b>																		
10/2	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250	7,42	3,00	7,08	5,97	22,60	175,24	26,82	31,62	92,92	1,11	9,36	227,76	2,64	0,1	6,98	21,00
16/4	Кнели куриные	90	9,99	9,10	11,12	1,16	11,65	189,19	34,56	17,95	103,4	1,45	15,57	128,52	0,988	0,04	0,425	64,00
пром	Каша гречневая вязкая	150	5,25	5,00	6,70	2,74	19,14	173,98	29,3	125,81	188,51	4,23	22,3	42,8	0,73	0,19	0	16,00
7/1	Сок	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,37	0	0	0	0,01	0	14,00
7/2	Хлеб витаминизированный	60	3,08	3,08	1,20	1,20	22,97	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	6,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>790</b>	<b>26,79</b>	<b>21,03</b>	<b>26,71</b>	<b>11,54</b>	<b>100,64</b>	<b>777,67</b>	<b>114,31</b>	<b>195,72</b>	<b>434,06</b>	<b>8,62</b>	<b>47,98</b>	<b>400,38</b>	<b>5,67</b>	<b>0,48</b>	<b>7,41</b>	<b>124,18</b>
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 99,67 р.</b>																		
62/3	Омлет с сыром 150/5	155	9,60	8,60	17,12	0,00	1,34	197,59	52,91	11,34	131,52	1,48	86,89	221,17	0,55	0,05	0,05	78,00
6/2	Булочка "Домашняя"	50	6,09	3,61	13,23	0,39	53,00	254,00	39,78	8,19	61,93	0,45	43,9	134,39	0,68	0,03	0,08	12,00
7/1	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	0,00	0,00	7,13	27,08	99	5,48	0	0,05	0	0	0,14	5,04	4,00	
7/2	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>500</b>	<b>19,62</b>	<b>12,27</b>	<b>32,06</b>	<b>2,06</b>	<b>86,79</b>	<b>579,94</b>	<b>204,60</b>	<b>40,85</b>	<b>242,68</b>	<b>3,39</b>	<b>131,59</b>	<b>356,86</b>	<b>2,54</b>	<b>0,36</b>	<b>5,17</b>	<b>99,67</b>

5-11 классы

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>ЗАВТРАК 109,99 р.</b>																		
31	Котлета "Домашняя" свинина/говядина	100	11,13	9,00	12,87	5,00	11,98	136,56	33,62	26,8	195,13	2,85	54,9	102,04	0,79	0,07	1,16	78,00
57/3	Макаронные изделия отварные	180	2,37	0,05	4,53	0,80	25,87	229,45	15,39	8,75	48,67	0,89	14,4	27	0,98	0,08	0	17,00
7/1	Напиток из шиповника	200	0,41	0,00	0,08	0,10	13,75	56,43	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	10,00
7/2	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>530</b>	<b>17,84</b>	<b>9,11</b>	<b>19,19</b>	<b>7,57</b>	<b>76,92</b>	<b>560,23</b>	<b>62,32</b>	<b>51,39</b>	<b>293,03</b>	<b>5,24</b>	<b>70,05</b>	<b>130,34</b>	<b>3,08</b>	<b>0,29</b>	<b>1,16</b>	<b>109,99</b>
<b>ОБЕД 139,9 р.</b>																		
10/2	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250	3,42	0,26	7,08	5,97	22,60	175,24	26,82	31,62	92,92	1,11	9,36	227,76	2,64	0,1	6,98	21,00
16/4	Огурец свежий	30	0,00	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	12,00
пром	Кнели куриные	100	10,30	10,30	12,10	1,16	19,30	189,19	38,1	17,95	103,4	1,45	15,57	128,52	0,988	0,04	0,425	67,00
7/1	Каша гречневая вязкая	180	10,30	0,05	8,20	3,00	22,90	273,13	33,2	125,81	188,51	4,23	22,3	42,8	0,73	0,19	0	21,00
7/2	Сок	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,37	0	0	0	0,01	0	14,00
7/2	Хлеб витаминизированный	30	3,40	0,00	1,30	1,30	25,08	107,81	9,1	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>810</b>	<b>28,47</b>	<b>10,73</b>	<b>29,80</b>	<b>12,37</b>	<b>119,44</b>	<b>906,80</b>	<b>126,16</b>	<b>198,36</b>	<b>449,29</b>	<b>9,28</b>	<b>48,73</b>	<b>401,68</b>	<b>6,30</b>	<b>0,56</b>	<b>7,41</b>	<b>139,90</b>
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 109,99 р.</b>																		
62/3	Омлет натуральный	180/5	12,00	11,00	17,22	0,00	22,00	271,30	52,91	11,34	131,52	1,48	86,89	221,17	0,55	0,05	0,05	86,00
6/2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	0,00	0,00	7,13	27,08	99	5,48	0	0,05	0	0	0,14	5,04	7,00	
7/1	Булочка "Домашняя"	50	6,09	3,61	13,23	0,39	53,00	254,00	39,78	8,19	61,93	0,45	43,9	134,39	0,68	0,03	0,08	12,00
7/2	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>524</b>	<b>22,02</b>	<b>14,67</b>	<b>32,16</b>	<b>2,06</b>	<b>107,45</b>	<b>653,65</b>	<b>204,60</b>	<b>40,85</b>	<b>242,68</b>	<b>3,39</b>	<b>131,59</b>	<b>356,86</b>	<b>2,54</b>	<b>0,36</b>	<b>5,17</b>	<b>109,99</b>

## МЕНЮ 2 НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ

УТВЕРЖДЕНО, Управляющий ООО  
"ОЛЕС" Васьков Е.Л.



### 1-4 классы

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>ЗАВТРАК 99,67 р.</b>																		
	Огурец солёный	25	0,54	0,00	0,00	0,10	2,50	10,80	1,00	2,10	2,00	1,20	4,20	3,00	0,60	2,10	12,00	10,00
4/8	Плов из мяса свинины	200	12,43	10,31	11,62	6,98	24,65	356,13	21,56	44,69	246,87	3,12	0	195,65	3,54	0,08	0,46	67,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	4,00
	Масло сливочное порционно	10	2,00	3,00	3,28	0,00	0,41	65,00	150	8,25	90	0,11	31,5	35,7	0,06	0	0,11	12,00
7	Батон	50	3,08	0,00	1,20	1,20	20,49	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	6,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витами	15	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	0,67
	<b>Итого за прием</b>	<b>500</b>	<b>19,25</b>	<b>13,37</b>	<b>16,69</b>	<b>8,85</b>	<b>67,02</b>	<b>587,71</b>	<b>185,87</b>	<b>70,88</b>	<b>388,10</b>	<b>5,93</b>	<b>36,45</b>	<b>235,65</b>	<b>5,51</b>	<b>2,32</b>	<b>12,57</b>	<b>99,67</b>
<b>ОБЕД 124,18 р.</b>																		
<b>Цена</b>																		
	Суп - лапша с курицей	275	7,98	0,03	6,17	0,47	41,12	251,15	17,83	22,14	57,69	0,89	17,7	249,9	0,37	0,09	7,4	35,00
	Котлета куриная	90	9,10	3,00	10,74	3,74	4,62	151,77	47,04	24,64	154,71	0,62	30	30,72	2,83	0,14	0,89	59,00
3/3	Капуста тушеная	150	4,67	0,83	6,11	0,62	24,13	191,11	47,21	34,31	101,15	1,27	17,64	37,56	0,21	0,14	12,45	17,00
6/2	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	0,00	0,00	16,58	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0,14	5,04	11,00
7/1	Хлеб витаминизированный	10	1,48	0,00	0,80	0,40	11,10	56,70	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	1,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витами	15	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,18
	<b>Итого за прием</b>	<b>815</b>	<b>24,08</b>	<b>3,92</b>	<b>24,33</b>	<b>5,70</b>	<b>102,83</b>	<b>707,78</b>	<b>223,99</b>	<b>102,41</b>	<b>362,78</b>	<b>4,24</b>	<b>66,14</b>	<b>319,48</b>	<b>4,72</b>	<b>0,65</b>	<b>25,78</b>	<b>124,18</b>
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 99,67 р.</b>																		
	Пудинг творожный со сгущённым молоком	175	11,28	11,28	10,27	0,11	15,55	215,99	127,93	20,58	170,84	0,61	65,38	75,35	0,38	0,04	0,21	77,00
	Масло сливочное порционно	10	1,70	1,00	4,44	2,00	15,68	121,00	69,74	13,88	115,87	0,77	27,69	49,04	3,12	0,06	0,13	12,00
16/10	Чай с лимоном	200	1,72	1,45	1,49	0,10	15,83	80,91	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	5,00
7/1	Хлеб витаминизированный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	4,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витами	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,67
	<b>Итого за прием</b>	<b>445,00</b>	<b>18,63</b>	<b>13,79</b>	<b>17,91</b>	<b>3,88</b>	<b>72,38</b>	<b>519,17</b>	<b>263,78</b>	<b>56,39</b>	<b>375,09</b>	<b>2,92</b>	<b>99,82</b>	<b>136,69</b>	<b>4,81</b>	<b>0,25</b>	<b>0,60</b>	<b>99,67</b>

### 5-11 классы

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>ЗАВТРАК 109,99 р.</b>																		
	Огурец солёный	25	0,54	0,00	0,00	0,10	2,50	10,80	1,00	2,10	2,00	1,20	4,20	3,00	0,60	2,10	12,00	10,00
	Плов из мяса свинины	220	13,00	10,31	12,76	6,98	27,00	376,00	127,93	20,58	170,84	0,61	65,38	75,35	0,38	0,04	0,21	79,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	4,00
7	Батон	30	1,20	0,00	0,50	1,20	17,00	38,00	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	4,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витами	10	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	0,99
	Масло сливочное порционно	10	6,00	0,00	6,12	0,00	1,00	90,04	80,00	8,25	90	0,11	31,5	35,7	0,06	0	0,11	12,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>495</b>	<b>21,94</b>	<b>10,37</b>	<b>19,97</b>	<b>8,85</b>	<b>66,47</b>	<b>599,32</b>	<b>222,24</b>	<b>46,77</b>	<b>312,07</b>	<b>3,42</b>	<b>101,83</b>	<b>115,35</b>	<b>2,35</b>	<b>2,28</b>	<b>12,32</b>	<b>109,99</b>
<b>ОБЕД 139,9 р.</b>																		
<b>Цена</b>																		
	Суп - лапша с курицей	275	7,98	0,03	6,17	0,47	41,12	251,15	17,83	22,14	57,69	0,89	17,7	249,9	0,37	0,09	7,4	35,00
	Котлета куриная	100	10,00	5,00	12,00	3,74	4,62	187,00	47,04	24,64	154,71	0,62	30	30,72	2,83	0,14	0,89	69,00
3/3	Капуста тушеная	180	5,00	0,83	6,90	0,62	25,00	200,00	47,21	34,31	101,15	1,27	17,64	37,56	0,21	0,14	12,45	20,00
6/2	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	0,00	0,00	16,58	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0,14	5,04	11,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витами	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,90
	<b>Итого за прием</b>	<b>890</b>	<b>26,91</b>	<b>5,92</b>	<b>26,78</b>	<b>6,50</b>	<b>112,64</b>	<b>803,01</b>	<b>223,99</b>	<b>102,41</b>	<b>362,78</b>	<b>4,24</b>	<b>66,14</b>	<b>319,48</b>	<b>4,72</b>	<b>0,65</b>	<b>25,78</b>	<b>139,90</b>
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 109,99 р.</b>																		
	Пудинг творожный со сгущённым молоком	190/25	18,41	17,43	12,33	0,13	16,26	253,58	127,93	20,58	170,84	0,61	65,38	75,35	0,38	0,04	0,21	99,00
16/10	Чай с лимоном	200	1,72	1,45	1,49	0,10	15,83	80,91	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	5,00
7/1	Хлеб витаминизированный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	4,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витами	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,99
	<b>Итого за прием</b>	<b>475</b>	<b>24,06</b>	<b>18,94</b>	<b>15,53</b>	<b>1,90</b>	<b>57,41</b>	<b>472,27</b>	<b>194,04</b>	<b>42,51</b>	<b>259,22</b>	<b>2,15</b>	<b>72,13</b>	<b>87,65</b>	<b>1,69</b>	<b>0,19</b>	<b>0,47</b>	<b>109,99</b>



