Утверждаю:
Директор МКОУ "Джибахнинская СОШ"

Р.Д. Магомедов

"15" декабрь 2022 г.

РД Кайтагский район с.Джибахни
Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Джибахнинская средняя общеобразовательная школа»
368596. с. Джибахни , ул.Школьная № 2
rasul114@mail.ru
2022 – 2023 уч.год.

Меню на две недели для обучающихся начальных классов
с 15.12.2022г. по 28.12.2022г.

четв – 15

15 декабря

2 половина декабря 2022

Наименование блюда	всего грамм	отх	нетто	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл	Витамины, мг на 100 г			Минеральные в-ва				цена	сумма
								B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe		
ДЕНЬ № 1																
1.каша гречневая рассыпчатая																
крупа гречневая	50,00	0,00	50,00	6,30	1,65	31,05	167,50	0,22	0,00	0,00	10,00	149,00	100,00	3,35	130,00	6,50
масло сливочное	8,00	0,00	8,00	0,04	6,60	0,06	59,84	0,00	0,00	0,05	0,96	1,52	0,03	0,02	650,00	5,20
итого	**58,00**	**0,00**	**150,00**	**6,34**	**8,25**	**31,11**	**227,34**	**0,22**	**0,00**	**0,05**	**10,96**	**150,52**	**100,03**	**3,37**		**11,70**
2.гуляш из говядины																
мясо говядины	45,00	11,88	33,12	6,16	5,30	0,00	72,20	0,02	0,00	0,00	2,98	62,27	7,29	0,89	680,00	30,60
морковь	8,00	1,60	6,40	0,08	0,00	0,46	1,92	0,00	0,32	0,00	3,26	3,52	2,43	0,04	60,00	0,48
лук	10,00	1,60	8,40	0,12	0	0,76	3,44	0,00	0,84	0,00	2,60	4,87	1,18	0,07	60,00	0,60
мука	5,00	0,00	5,00	0,40	0,05	2,41	11,95	0,01	0,00	0,00	1,15	4,35	1,65	0,10	45,00	0,23
томат	3,00	0,00	3,00	0,03	0,00	0,11	0,57	0,00	0,30	0,00	0,21	0,96	0,36	0,02	250,00	0,75
масло растительное	5,00	0,00	5,00	0,00	4,995	0,00	0,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	190,00	0,95
итого	**76,00**	**15,08**	**80,00**	**6,79**	**10,34**	**3,74**	**90,54**	**0,04**	**1,46**	**0,00**	**10,21**	**75,97**	**12,90**	**1,13**		**33,61**
3.хлеб пшеничный																
итого	**30,00**	**0,00**	**30,00**	**2,37**	**0,30**	**14,43**	**71,70**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**6,90**	**26,10**	**9,90**	**0,60**	**95,00**	**2,85**
4.компот из сухофруктов																
сухофрукты	15,00	0,00	15,00	0,78	0,00	8,25	35,10	0,02	0,60	0,00	24,00	21,90	15,75	0,48	370,00	5,55
сахар	10,00	0,00	10,00	0,00	0,00	9,98	37,90	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,00	0,03	100,00	1,00
итого	**25,00**	**0,00**	**200,00**	**0,78**	**0,00**	**18,23**	**73,00**	**0,02**	**0,60**	**0,00**	**24,20**	**21,90**	**15,75**	**0,51**		**6,55**
5.яблоки																
итого	**75,00**	**0,00**	**75,00**	**0,30**	**0,30**	**7,35**	**33,75**	**0,02**	**9,75**	**0,00**	**12,00**	**8,25**	**6,75**	**1,65**	**85,00**	**6,38**
6.соль																
итого	**3,000**	**0,00**	**3,000**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**25,00**	**0,075**
итого																**61,16**

Поставщик. Халибрагимов.

ХАЛИБРАГИМОВ БИАРСЛАН ЖАРУЛЛАЕВИЧ

почн — 16

Наименование блюда	всего грамм	отх	нетто	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл	Витамины, мг на 100 г			Минеральные в-ва				цена	сумма
ДЕНЬ № 2								B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe		
1.суп картофельный с мясными фрикадельками																
мясо говядины	55,00	14,52	40,48	7,53	6,48	0,00	88,25	0,02	0,00	0,00	3,64	76,10	8,91	1,09	680,00	37,40
картофель	40,00	10,00	30,00	0,60	0,12	4,89	24,00	0,04	6,00	0,00	3,00	17,40	6,90	0,27	65,00	2,60
морковь	8,00	5,00	3,00	0,04	0,00	0,22	0,90	0,00	0,15	0,00	1,53	1,65	1,14	0,02	60,00	0,48
рис	10,00	0,00	10,00	0,20	0,04	1,63	8,00	0,01	2,00	0,00	1,00	5,80	2,30	0,09	120,00	1,20
лук	10,00	1,60	8,40	0,12	0	0,76	3,44	0,00	0,84	0,00	2,60	4,87	1,18	0,07	60,00	0,60
томат	3,00	0,00	3,00	0,03	0,00	0,11	0,57	0,00	0,30	0,00	0,21	0,96	0,36	0,02	250,00	0,75
масло растительное	5,00	0,00	5,00	0,00	4,995	0,00	0,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	190,00	0,95
итого	**131,00**	**31,12**	**250,00**	**8,52**	**11,63**	**7,61**	**125,61**	**0,08**	**9,29**	**0,00**	**11,99**	**106,78**	**20,78**	**1,56**		**43,98**
2.салат из овощей																
морковь	10,00	2,00	8,00	0,10	0,008	0,58	2,40	0,00	0,40	0,00	4,08	4,40	3,04	0,06	60,00	0,6
зел.горох	8,00	0,00	8,00	0,00	7,992	0,00	71,92	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	180,00	1,44
капуста	19,00	4,75	14,25	0,26	0,014	0,67	3,85	0,00	6,41	0,00	6,84	4,42	2,28	0,09	65,00	1,235
растит. масло	4,00	0,00	4,00	0,00	3,996	0,00	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	190,00	0,76
итого	**41,00**	**6,75**	**35,00**	**0,36**	**12,01**	**1,25**	**78,53**	**0,02**	**6,81**	**0,00**	**10,92**	**8,82**	**5,32**	**0,14**		**4,04**
3.хлеб пшеничный																
итого	**50,00**	**0,00**	**50,00**	**3,95**	**0,50**	**24,05**	**119,50**	**0,08**	**0,00**	**0,00**	**11,50**	**43,50**	**16,50**	**1,00**	**95,00**	**4,75**
5.чай																
чай	1,00	0,00	1,00	0,22	0,08	0,03	0,09	0,05	0,11	0,06	0,50	0,10	1,10	4,56	1200,00	1,20
сахар	15,00	0,00	15,00	0,00	0,00	14,97	56,85	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,05	100,00	1,50
итого	**16,00**	**0,00**	**200,00**	**0,22**	**0,08**	**15,00**	**56,94**	**0,05**	**0,11**	**0,06**	**0,80**	**0,10**	**1,10**	**4,61**		**2,70**
5.яблоки																
итого	**65,00**	**0,00**	**65,00**	**0,26**	**0,26**	**6,37**	**29,25**	**0,02**	**8,45**	**0,00**	**10,40**	**7,15**	**5,85**	**1,43**	**85,00**	**5,53**
6.соль																
итого	**3,000**	**0,00**	**3,000**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**25,00**	**0,075**
итого																**61,07**

суб – 17

Наименование блюда	всего грамм	отх	нетто	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл	Витамины, мг на 100 г			Минеральные в-ва				цена	сумма
ДЕНЬ № 3								B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe		
1.плов рисовый с куриным мясом																
рис	55,00	0,00	55,00	1,10	0,22	8,97	44,00	0,07	11,00	0,00	5,50	31,90	12,65	0,50	120,00	6,60
растит. масло	10,00	0,00	10,00	0,00	9,990	0,00	0,90	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	190,00	1,9
морковь	9,00	1,80	7,20	0,09	0,007	0,52	2,16	0,00	0,36	0,00	3,67	3,96	2,74	0,05	60,00	0,54
лук	10,00	1,60	8,40	0,12	0	0,76	3,44	0,00	0,84	0,00	2,60	4,87	1,18	0,07	60,00	0,60
курица	60,00	6,90	53,10	9,66	9,77	0,37	127,97	0,04	0,00	0,04	8,50	87,62	9,56	0,85	330,00	19,80
итого	**144,00**	**10,30**	**200,00**	**10,98**	**19,99**	**10,62**	**178,47**	**0,12**	**12,20**	**0,04**	**20,27**	**128,35**	**26,12**	**1,46**		**29,44**
2.салат овощной																
морковь	12,00	2,40	9,60	0,12	0,010	0,69	2,88	0,01	0,48	0,00	4,90	5,28	3,65	0,07	60,00	0,72
свекла	12,00	2,40	9,60	0,14	0,01	0,87	4,03	0,00	0,96	0,00	3,55	4,13	2,11	0,13	60,00	0,72
зел.горох	8,00	0,00	8,00	0,00	7,992	0,00	71,92	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	180,00	1,44
капуста	25,00	6,25	18,75	0,34	0,019	0,88	5,06	0,01	8,44	0,00	9,00	5,81	3,00	0,11	65,00	1,625
растит. масло	5,00	0,00	3,00	0,00	2,997	0,00	0,27	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	190,00	0,95
итого	**62,00**	**11,05**	**50,00**	**0,61**	**11,03**	**2,45**	**84,16**	**0,02**	**9,88**	**0,00**	**17,45**	**15,22**	**8,76**	**0,31**		**5,46**
3.хлеб пшеничный																
итого	**30,00**	**0,00**	**30,00**	**2,37**	**0,30**	**14,43**	**71,70**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**6,90**	**26,10**	**9,90**	**0,60**	**95,00**	**2,85**
4.компот из сухофруктов																
сухофрукты	15,00	0,00	15,00	0,78	0,00	8,25	35,10	0,02	0,60	0,00	24,00	21,90	15,75	0,48	370,00	5,55
сахар	10,00	0,00	10,00	0,00	0,00	9,98	37,90	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,00	0,03	100,00	1,00
итого	**25,00**	**0,00**	**200,00**	**0,78**	**0,00**	**18,23**	**73,00**	**0,02**	**0,60**	**0,00**	**24,20**	**21,90**	**15,75**	**0,51**		**6,55**
5.печенье																
итого	**40,00**	**0,00**	**40,00**	3,00	4,72	29,75	174,40	0,03	0,00	0,00	11,60	36,00	8,00	0,84	230,00	**9,20**
6.яблоки																
итого	**88,00**	**0,00**	**88,00**	**0,35**	**0,35**	**8,62**	**39,60**	**0,03**	**11,44**	**0,00**	**14,08**	**9,68**	**7,92**	**1,94**	**85,00**	**7,48**
7.соль																
итого	**3,000**	**0,00**	**3,000**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**25,00**	**0,075**
итого																**61,05**

понед – 19

Наименование блюда	всего грамм	отх	нетто	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл	Витамины, мг на 100 г			Минеральные в-ва				цена	сумма
								B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe		
ДЕНЬ № 4																
1.макароны отварные																
макароны	50,00	0,00	50,00	6,30	1,65	31,05	167,50	0,22	0,00	0,00	10,00	149,00	100,00	3,35	80,00	4,00
масло сливочное	8,00	0,00	8,00	0,04	6,60	0,06	59,84	0,00	0,00	0,05	0,96	1,52	0,03	0,02	650,00	5,20
итого	**58,00**	**0,00**	**160,00**	**6,34**	**8,25**	**31,11**	**227,34**	**0,22**	**0,00**	**0,05**	**10,96**	**150,52**	**100,03**	**3,37**		**9,20**
2.курица отварная																
курица	65,00	7,48	57,53	10,47	10,58	0,40	138,64	0,04	0,00	0,04	9,20	94,92	10,35	0,92	330,00	21,45
итого	**65,00**	**7,48**	**50,00**	**10,47**	**10,58**	**0,40**	**138,64**	**0,04**	**0,00**	**0,04**	**9,20**	**94,92**	**10,35**	**0,92**		**21,45**
3. свекла отварная с растительным маслом																
свекла	60,00	12,00	48,00	0,72	0,05	4,37	20,16	0,01	4,80	0,00	17,76	20,64	10,56	0,67	60,00	3,60
растит. масло	5,00	0,00	5,00	0,00	4,995	0,00	0,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	190,00	0,95
итого	**65,00**	**12,00**	**53,00**	**0,72**	**5,04**	**4,37**	**20,61**	**0,01**	**4,80**	**0,00**	**17,76**	**20,64**	**10,56**	**0,67**		**4,55**
4.хлеб пшеничный																
итого	**40,00**	**0,00**	**40,00**	**3,16**	**0,40**	**19,24**	**95,60**	**0,06**	**0,00**	**0,00**	**9,20**	**34,80**	**13,20**	**0,80**	**95,00**	**3,80**
5.чай																
чай	1,00	0,00	1,00	0,22	0,08	0,03	0,09	0,05	0,11	0,06	0,50	0,10	1,10	4,56	1200,00	1,20
сахар	15,00	0,00	15,00	0,00	0,00	14,97	56,85	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,05	100,00	1,50
итого	**16,00**	**0,00**	**200,00**	**0,22**	**0,08**	**15,00**	**56,94**	**0,05**	**0,11**	**0,06**	**0,80**	**0,10**	**1,10**	**4,61**		**2,70**
6.бананы																
итого	**101,00**	**0,00**	**101,00**	**1,52**	**0,51**	**21,21**	**96,96**	**0,00**	**8,70**	**3,00**	**5,00**	**22,00**	**27,00**	**0,30**	**190,00**	**19,19**
7.соль																
итого	**3,000**	**0,00**	**3,000**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**25,00**	**0,075**
ИТОГО																**60,97**

вторн — 20

Наименование блюда	всего грамм	отх	нетто	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл	Витамины, мг на 100 г			Минеральные в-ва				цена	сумма
								B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe		
ДЕНЬ № 5																
1.суп картофельный с мясными фрикадельками																
мясо говядины	50,00	13,20	36,80	6,84	5,89	0,00	80,22	0,02	0,00	0,00	3,31	69,18	8,10	0,99	680,00	34,00
картофель	50,00	12,50	37,50	0,75	0,15	6,11	30,00	0,05	7,50	0,00	3,75	21,75	8,63	0,34	65,00	3,25
морковь	10,00	5,00	5,00	0,07	0,01	0,36	1,50	0,00	0,25	0,00	2,55	2,75	1,90	0,04	60,00	0,60
рис	10,00	0,00	10,00	0,20	0,04	1,63	8,00	0,01	2,00	0,00	1,00	5,80	2,30	0,09	120,00	1,20
лук	10,00	1,60	8,40	0,12	0	0,76	3,44	0,00	0,84	0,00	2,60	4,87	1,18	0,07	60,00	0,60
томат	3,00	0,00	3,00	0,03	0,00	0,11	0,57	0,00	0,30	0,00	0,21	0,96	0,36	0,02	250,00	0,75
масло растительное	5,00	0,00	5,00	0,00	4,995	0,00	0,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	190,00	0,95
итого	**138,00**	**32,30**	**250,00**	**8,01**	**11,08**	**8,97**	**124,19**	**0,09**	**10,89**	**0,00**	**13,43**	**105,32**	**22,46**	**1,54**		**41,35**
2.салат из овощей																
морковь	15,00	3,00	12,00	0,16	0,012	0,86	3,60	0,01	0,60	0,00	6,12	6,60	4,56	0,08	60,00	0,9
зел.горох	8,00	0,00	8,00	0,00	7,992	0,00	71,92	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	180,00	1,44
капуста	22,00	5,50	16,50	0,30	0,017	0,78	4,46	0,00	7,43	0,00	7,92	5,12	2,64	0,10	65,00	1,43
растит. масло	5,00	0,00	5,00	0,00	4,995	0,00	0,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	190,00	0,95
итого	**50,00**	**8,50**	**35,00**	**0,45**	**13,02**	**1,64**	**80,42**	**0,02**	**8,03**	**0,00**	**14,04**	**11,72**	**7,20**	**0,18**		**4,72**
3.хлеб пшеничный																
итого	**30,00**	**0,00**	**30,00**	**2,37**	**0,30**	**14,43**	**71,70**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**6,90**	**26,10**	**9,90**	**0,60**	**95,00**	**2,85**
5.компот из сухофруктов																
сухофрукты	10,00	0,00	15,00	0,78	0,00	8,25	35,10	0,02	0,60	0,00	24,00	21,90	15,75	0,48	370,00	3,70
сахар	15,00	0,00	15,00	0,00	0,00	14,97	56,85	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,05	100,00	1,50
итого	**25,00**	**0,00**	**200,00**	**0,78**	**0,00**	**23,22**	**91,95**	**0,02**	**0,60**	**0,00**	**24,30**	**21,90**	**15,75**	**0,53**		**5,20**
5.яблоки																
итого	**80,00**	**0,00**	**80,00**	**0,32**	**0,32**	**7,84**	**36,00**	**0,02**	**10,40**	**0,00**	**12,80**	**8,80**	**7,20**	**1,76**	**85,00**	**6,80**
6.соль																
итого	**3,000**	**0,00**	**3,000**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**25,00**	**0,075**
итого																**61,00**

среда – 21

Наименование блюда	всего грамм	отх	нетто	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл	Витамины, мг на 100 г			Минеральные в-ва				цена	сумма
ДЕНЬ № 6								B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe		
1.картофельное пюре																
картофель	100,00	25,00	75,00	1,50	0,30	12,23	60,00	0,09	15,00	0,00	7,50	43,50	17,25	0,68	65,00	6,50
масло сливочное	7,00	0,00	7,00	0,04	5,78	0,06	52,36	0,00	0,00	0,04	0,84	1,33	0,03	0,01	650,00	4,55
итого	**107,00**	**25,00**	**90,00**	**1,54**	**6,08**	**12,28**	**112,36**	**0,09**	**15,00**	**0,04**	**8,34**	**44,83**	**17,28**	**0,69**		**11,05**
2.котлеты мясные запеченные																
хлеб	5,00	0,00	5,00	0,40	0,05	2,41	11,95	0,01	0,00	0,00	1,15	4,35	1,65	0,10	95,00	0,48
лук	10,00	1,60	8,40	0,12	0	0,76	3,44	0,00	0,84	0,00	2,60	4,87	1,18	0,07	60,00	0,60
растит. масло	5,00	0,00	5,00	0,00	5,00	0,00	0,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	190,00	0,95
мука	5,00	0,00	5,00	0,40	0,05	2,41	11,95	0,01	0,00	0,00	1,15	4,35	1,65	0,10	45,00	0,23
мясо говядины	50,00	13,20	36,80	6,84	5,89	0,00	80,22	0,02	0,00	0,00	3,31	69,18	8,10	0,99	680,00	34,00
итого	**75,00**	**13,20**	**60,00**	**7,75**	**10,98**	**5,57**	**108,02**	**0,05**	**0,84**	**0,00**	**8,22**	**82,76**	**12,57**	**1,26**		**36,25**
3.хлеб пшеничный																
итого	**30,00**	**0,00**	**30,00**	**2,37**	**0,30**	**14,43**	**71,70**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**6,90**	**26,10**	**9,90**	**0,60**	**95,00**	**2,85**
4.чай																
чай	1,00	0,00	1,00	0,22	0,08	0,03	0,09	0,05	0,11	0,06	0,50	0,10	1,10	4,56	1200,00	1,20
сахар	15,00	0,00	15,00	0,00	0,00	14,97	56,85	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,05	100,00	1,50
итого	**16,00**	**0,00**	**200,00**	**0,22**	**0,08**	**15,00**	**56,94**	**0,05**	**0,11**	**0,06**	**0,80**	**0,10**	**1,10**	**4,61**		**2,70**
5.яблоки																
итого	**95,00**	**0,00**	**95,00**	**0,38**	**0,38**	**9,31**	**42,75**	**0,03**	**12,35**	**0,00**	**15,20**	**10,45**	**8,55**	**2,09**	**85,00**	**8,08**
6.соль																
итого	**3,00**	**0,00**	**3,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**25,00**	**0,08**
ИТОГО																**61,00**

четверг – 22

Наименование блюда	всего грамм	отх	нетто	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл	Витамины, мг на 100 г			Минеральные в-ва				цена	сумма
ДЕНЬ № 7								B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe		
1.суп картофельный с горохом на бульоне																
картофель	35,00	8,75	26,25	0,53	0,11	4,28	21,00	0,03	5,25	0,00	2,63	15,23	6,04	0,24	65,00	2,28
морковь	10,00	2,00	8,00	0,10	0,008	0,58	2,40	0,00	0,40	0,00	4,08	4,40	3,04	0,06	60,00	0,6
лук	10,00	1,60	8,40	0,12	0	0,76	3,44	0,00	0,84	0,00	2,60	4,87	1,18	0,07	60,00	0,60
масло растительное	8,00	0,00	8,00	0,00	7,992	0,00	0,72	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	190,00	1,52
томат	3,00	0,00	3,00	0,03	0,00	0,11	0,57	0,00	0,30	0,00	0,21	0,96	0,36	0,02	250,00	0,75
горох лущенный	35,00	0,00	35,00	8,05	0,56	17,78	109,90	0,32	0,00	0,00	31,15	79,10	30,80	2,45	80,00	2,80
итого	**98,00**	**12,35**	**250,00**	**8,83**	**8,67**	**23,50**	**138,03**	**0,36**	**6,79**	**0,00**	**40,67**	**104,56**	**41,41**	**2,83**		**8,55**
2.тефтели мясные с рисом паровые																
лук	5,00	0,80	4,20	0,06	0	0,38	1,72	0,00	0,42	0,00	1,30	2,44	0,59	0,03	60,00	0,30
рис	5,00	0,00	5,00	0,10	0,02	0,82	4,00	0,01	1,00	0,00	0,50	2,90	1,15	0,05	120,00	0,60
мясо говядины	45,00	11,88	33,12	6,16	5,30	0,00	72,20	0,02	0,00	0,00	2,98	62,27	7,29	0,89	680,00	30,60
растит. масло	5,00	0,00	3,00	0,00	2,997	0,00	0,27	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	190,00	0,95
итого	**60,00**	**12,68**	**50,00**	**6,32**	**8,32**	**1,20**	**78,19**	**0,03**	**1,42**	**0,00**	**4,78**	**67,60**	**9,02**	**0,97**		**32,45**
3.хлеб пшеничный																
итого	**30,00**	**0,00**	**30,00**	**2,37**	**0,30**	**14,43**	**71,70**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**6,90**	**26,10**	**9,90**	**0,60**	**95,00**	**2,85**
4.чай																
чай	1,00	0,00	1,00	0,22	0,08	0,03	0,09	0,05	0,11	0,06	0,50	0,10	1,10	4,56	1200,00	1,20
сахар	15,00	0,00	15,00	0,00	0,00	14,97	56,85	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,05	100,00	1,50
итого	**16,00**	**0,00**	**200,00**	**0,22**	**0,08**	**15,00**	**56,94**	**0,05**	**0,11**	**0,06**	**0,80**	**0,10**	**1,10**	**4,61**		**2,70**
5.бананы																
итого	**76,00**	**0,00**	**76,00**	**1,14**	**0,38**	**15,96**	**72,96**	**0,00**	**8,70**	**3,00**	**5,00**	**22,00**	**27,00**	**0,30**	**190,00**	**14,44**
6.соль																
итого	**3,000**	**0,00**	**3,000**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**25,00**	**0,075**
ИТОГО																**61,06**

пятн – 23

Наименование блюда	всего грамм	отх	нетто	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл	Витамины, мг на 100 г			Минеральные в-ва				цена	сумма
ДЕНЬ № 8								B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe		
1.каша гречневая рассыпчатая																
крупа гречневая	50,00	0,00	50,00	6,30	1,65	31,05	167,50	0,22	0,00	0,00	10,00	149,00	100,00	3,35	130,00	6,50
масло сливочное	8,00	0,00	8,00	0,04	6,60	0,06	59,84	0,00	0,00	0,05	0,96	1,52	0,03	0,02	650,00	5,20
итого	**58,00**	**0,00**	**150,00**	**6,34**	**8,25**	**31,11**	**227,34**	**0,22**	**0,00**	**0,05**	**10,96**	**150,52**	**100,03**	**3,37**		**11,70**
2.гуляш из говядины																
мясо говядины	45,00	11,88	33,12	6,16	5,30	0,00	72,20	0,02	0,00	0,00	2,98	62,27	7,29	0,89	680,00	30,60
морковь	5,00	1,00	4,00	0,05	0,00	0,29	1,20	0,00	0,20	0,00	2,04	2,20	1,52	0,03	60,00	0,30
лук	10,00	1,60	8,40	0,12	0	0,76	3,44	0,00	0,84	0,00	2,60	4,87	1,18	0,07	60,00	0,60
мука	3,00	0,00	3,00	0,24	0,03	1,44	7,17	0,00	0,00	0,00	0,69	2,61	0,99	0,06	45,00	0,14
томат	3,00	0,00	3,00	0,03	0,00	0,11	0,57	0,00	0,30	0,00	0,21	0,96	0,36	0,02	250,00	0,75
масло растительное	5,00	0,00	5,00	0,00	4,995	0,00	0,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	190,00	0,95
итого	**71,00**	**14,48**	**80,00**	**6,60**	**10,32**	**2,60**	**85,04**	**0,04**	**1,34**	**0,00**	**8,52**	**72,91**	**11,33**	**1,07**		**33,34**
3.хлеб пшеничный																
итого	**30,00**	**0,00**	**30,00**	**2,37**	**0,30**	**14,43**	**71,70**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**6,90**	**26,10**	**9,90**	**0,60**	**95,00**	**2,85**
4.компот из сухофруктов																
сухофрукты	10,00	0,00	10,00	0,52	0,00	5,50	23,40	0,01	0,40	0,00	16,00	14,60	10,50	0,32	370,00	3,70
сахар	15,00	0,00	15,00	0,00	0,00	14,97	56,85	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,05	100,00	1,50
итого	**25,00**	**0,00**	**200,00**	**0,52**	**0,00**	**20,47**	**80,25**	**0,01**	**0,40**	**0,00**	**16,30**	**14,60**	**10,50**	**0,37**		**5,20**
5.яблоки																
итого	**92,00**	**0,00**	**92,00**	**0,37**	**0,37**	**9,02**	**41,40**	**0,03**	**11,96**	**0,00**	**14,72**	**10,12**	**8,28**	**2,02**	**85,00**	**7,82**
6.соль																
итого	**3,000**	**0,00**	**3,000**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**25,00**	**0,075**
итого																**60,98**

суб-ма — 24

Наименование блюда	всего грамм	отх	нетто	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл	Витамины, мг на 100 г			Минеральные в-ва				цена	сумма
ДЕНЬ № 9								B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe		
1.суп куриный с вермишелью																
курица	50,00	13,20	36,80	6,84	5,89	0,00	80,22	0,02	0,00	0,00	3,31	69,18	8,10	0,99	330,00	16,50
картофель	50,00	12,50	37,50	0,75	0,15	6,11	30,00	0,05	7,50	0,00	3,75	21,75	8,63	0,34	65,00	3,25
морковь	10,00	2,00	8,00	0,10	0,008	0,58	2,40	0,00	0,40	0,00	4,08	4,40	3,04	0,06	60,00	0,6
лук	10,00	1,60	8,40	0,12	0	0,76	3,44	0,00	0,84	0,00	2,60	4,87	1,18	0,07	60,00	0,60
масло сливочное	8,00	0,00	8,00	0,04	6,60	0,06	59,84	0,00	0,00	0,05	0,96	1,52	0,03	0,02	650,00	5,20
томат	3,00	0,00	3,00	0,03	0,00	0,11	0,57	0,00	0,30	0,00	0,21	0,96	0,36	0,02	250,00	0,75
вермишель	25,00	0,00	50,00	6,30	1,65	31,05	167,50	0,22	0,00	0,00	10,00	149,00	100,00	3,35	80,00	2,00
итого	**103,00**	**16,10**	**250,00**	**7,34**	**8,41**	**38,67**	**263,75**	**0,27**	**9,04**	**0,05**	**21,60**	**182,50**	**113,23**	**3,85**		**28,90**
2. свекла отварная с растительным маслом																
свекла	50,00	10,00	40,00	0,60	0,04	3,64	16,80	0,01	4,00	0,00	14,80	17,20	8,80	0,56	60,00	3,00
растит. масло	5,00	0,00	5,00	0,00	4,995	0,00	0,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	190,00	0,95
итого	**55,00**	**10,00**	**45,00**	**0,60**	**5,04**	**3,64**	**17,25**	**0,01**	**4,00**	**0,00**	**14,80**	**17,20**	**8,80**	**0,56**		**3,95**
3.хлеб пшеничный																
итого	**50,00**	**0,00**	**50,00**	**3,95**	**0,50**	**24,05**	**119,50**	**0,08**	**0,00**	**0,00**	**11,50**	**43,50**	**16,50**	**1,00**	**95,00**	**4,75**
4.компот из сухофруктов																
сухофрукты	10,00	0,00	10,00	0,52	0,00	5,50	23,40	0,01	0,40	0,00	16,00	14,60	10,50	0,32	370,00	3,70
сахар	15,00	0,00	15,00	0,00	0,00	14,97	56,85	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,05	100,00	1,50
итого	**25,00**	**0,00**	**200,00**	**0,52**	**0,00**	**20,47**	**80,25**	**0,01**	**0,40**	**0,00**	**16,30**	**14,60**	**10,50**	**0,37**		**5,20**
5.бананы																
итого	**95,00**	**0,00**	**95,00**	**1,43**	**0,48**	**19,95**	**91,20**	**0,00**	**8,70**	**3,00**	**5,00**	**22,00**	**27,00**	**0,30**	**190,00**	**18,05**
6.соль																
итого	**3,000**	**0,00**	**3,000**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**25,00**	**0,075**
итого																**60,93**

понед - 26

Наименование блюда	всего грамм	отх	нетто	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл	Витамины, мг на 100 г			Минеральные в-ва				цена	сумма
ДЕНЬ № 10								B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe		
1.плов рисовый с куриным мясом																
рис	55,00	0,00	55,00	1,10	0,22	8,97	44,00	0,07	11,00	0,00	5,50	31,90	12,65	0,50	120,00	6,60
растит. масло	10,00	0,00	10,00	0,00	9,990	0,00	0,90	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	190,00	1,9
морковь	11,00	2,20	8,80	0,11	0,009	0,63	2,64	0,01	0,44	0,00	4,49	4,84	3,34	0,06	60,00	0,66
лук	11,00	1,76	9,24	0,13	0	0,84	3,79	0,00	0,92	0,00	2,86	5,36	1,29	0,07	60,00	0,66
курица	55,00	6,33	48,68	8,85	8,96	0,34	117,31	0,03	0,00	0,03	7,79	80,31	8,76	0,78	330,00	18,15
итого	**142,00**	**10,29**	**200,00**	**10,20**	**19,18**	**10,78**	**168,63**	**0,12**	**12,36**	**0,03**	**20,64**	**122,41**	**26,05**	**1,41**		**27,97**
2.салат овощной																
морковь	15,00	3,00	12,00	0,16	0,012	0,86	3,60	0,01	0,60	0,00	6,12	6,60	4,56	0,08	60,00	0,90
свекла	15,00	3,00	12,00	0,13	0,01	1,09	5,04	0,00	1,20	0,00	4,44	5,16	2,64	0,17	60,00	0,90
зел.горох	8,00	0,00	8,00	0,00	7,992	0,00	71,92	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	180,00	1,44
капуста	30,00	7,50	22,50	0,41	0,023	1,06	6,08	0,01	10,13	0,00	10,80	6,98	3,60	0,14	65,00	1,95
растит. масло	5,00	0,00	3,00	0,00	2,997	0,00	0,27	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	190,00	0,95
итого	**73,00**	**13,50**	**50,00**	**0,74**	**11,04**	**3,01**	**86,90**	**0,02**	**11,93**	**0,00**	**21,36**	**18,74**	**10,80**	**0,39**		**6,14**
3.хлеб пшеничный																
итого	**30,00**	**0,00**	**30,00**	**2,37**	**0,30**	**14,43**	**71,70**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**6,90**	**26,10**	**9,90**	**0,60**	**95,00**	**2,85**
4.компот из сухофруктов																
сухофрукты	15,00	0,00	15,00	0,78	0,00	8,25	35,10	0,02	0,60	0,00	24,00	21,90	15,75	0,48	370,00	5,55
сахар	15,00	0,00	15,00	0,00	0,00	14,97	56,85	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,05	100,00	1,50
итого	**25,00**	**0,00**	**200,00**	**0,78**	**0,00**	**23,22**	**91,95**	**0,02**	**0,60**	**0,00**	**24,30**	**21,90**	**15,75**	**0,53**		**7,05**
5.печенье																
итого	**40,00**	**0,00**	**40,00**	3,00	4,72	29,76	174,40	0,03	0,00	0,00	11,60	36,00	8,00	0,84	230,00	**9,20**
6.яблоки																
итого	**91,00**	**0,00**	**91,00**	**0,36**	**0,36**	**8,92**	**40,95**	**0,03**	**11,83**	**0,00**	**14,56**	**10,01**	**8,19**	**2,00**	**85,00**	**7,74**
7.соль																
итого	**3,000**	**0,00**	**3,000**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**25,00**	**0,075**
итого																**61,02**

вмор – 27

Наименование блюда	всего грамм	отх	нетто	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл	Витамины, мг на 100 г			Минеральные в-ва				цена	сумма
								B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe		
ДЕНЬ № 11																
1.макароны отварные																
макароны	50,00	0,00	50,00	6,30	1,65	31,05	167,50	0,22	0,00	0,00	10,00	149,00	100,00	3,35	80,00	4,00
масло сливочное	8,00	0,00	8,00	0,04	6,60	0,06	59,84	0,00	0,00	0,05	0,96	1,52	0,03	0,02	650,00	5,20
итого	**58,00**	**0,00**	**160,00**	**6,34**	**8,25**	**31,11**	**227,34**	**0,22**	**0,00**	**0,05**	**10,96**	**150,52**	**100,03**	**3,37**		**9,20**
2.гуляш из говядины																
мясо говядины	40,00	10,56	29,44	5,48	4,71	0,00	64,18	0,02	0,00	0,00	2,65	55,35	6,48	0,79	680,00	27,20
морковь	5,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	60,00	0,30
лук	10,00	1,60	8,40	0,12	0	0,76	3,44	0,00	0,84	0,00	2,60	4,87	1,18	0,07	60,00	0,60
мука	5,00	0,00	5,00	0,40	0,05	2,41	11,95	0,01	0,00	0,00	1,15	4,35	1,65	0,10	45,00	0,23
томат	3,00	0,00	3,00	0,03	0,00	0,11	0,57	0,00	0,30	0,00	0,21	0,96	0,36	0,02	250,00	0,75
масло растительное	10,00	0,00	10,00	0,00	9,990	0,00	0,90	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	190,00	1,90
итого	**73,00**	**17,16**	**70,00**	**6,02**	**14,75**	**3,27**	**81,04**	**0,04**	**1,14**	**0,00**	**6,61**	**65,53**	**9,66**	**0,98**		**30,98**
3.Хлеб пшеничный																
итого	**30,00**	**0,00**	**30,00**	**2,37**	**0,30**	**14,43**	**71,70**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**6,90**	**26,10**	**9,90**	**0,60**	**95,00**	**2,85**
4.чай																
чай	1,00	0,00	1,00	0,22	0,08	0,03	0,09	0,05	0,11	0,06	0,50	0,10	1,10	4,56	1200,00	1,20
сахар	15,00	0,00	15,00	0,00	0,00	14,97	56,85	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,05	100,00	1,50
итого	**16,00**	**0,00**	**200,00**	**0,22**	**0,08**	**15,00**	**56,94**	**0,05**	**0,11**	**0,06**	**0,80**	**0,10**	**1,10**	**4,61**		**2,70**
5.бананы																
итого	**80,00**	**0,00**	**80,00**	**1,20**	**0,40**	**16,80**	**76,80**	**0,00**	**8,70**	**3,00**	**5,00**	**22,00**	**27,00**	**0,30**	**190,00**	**15,20**
6.Соль																
итого	**3,00**	**0,00**	**3,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**25,00**	**0,08**
итого																**61,00**

четвер - 28.

Наименование блюда	всего грамм	отх	нетто	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл	Витамины, мг на 100 г			Минеральные в-ва				цена	сумма
ДЕНЬ № 12								B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe		
1.каша гречневая рассыпчатая																
крупа гречневая	45,00	0,00	45,00	5,67	1,49	27,95	150,75	0,19	0,00	0,00	9,00	134,10	90,00	3,02	130,00	5,85
масло сливочное	10,00	0,00	10,00	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	0,06	1,20	1,90	0,04	0,02	650,00	6,50
итого	**55,00**	**0,00**	**120,00**	**5,72**	**9,74**	**28,03**	**225,55**	**0,19**	**0,00**	**0,06**	**10,20**	**136,00**	**90,04**	**3,04**		**12,35**
2.курица отварная																
курица	70,00	8,05	61,95	11,27	11,40	0,43	149,30	0,04	0,00	0,04	9,91	102,22	11,15	0,99	330,00	23,10
итого	**70,00**	**8,05**	**60,00**	**11,27**	**11,40**	**0,43**	**149,30**	**0,04**	**0,00**	**0,04**	**9,91**	**102,22**	**11,15**	**0,99**		**23,10**
3.салат овощной																
картофель	26,00	6,50	19,50	0,39	0,08	3,18	15,60	0,02	3,90	0,00	1,95	11,31	4,49	0,18	65,00	1,69
морковь	25,00	5,00	20,00	0,25	0,020	1,44	6,00	0,01	1,00	0,00	10,20	11,00	7,60	0,14	60,00	1,5
свекла	25,00	5,00	20,00	0,30	0,02	1,82	8,40	0,00	2,00	0,00	7,40	8,60	4,40	0,28	60,00	1,50
зел.горох	8,00	0,00	8,00	0,00	7,992	0,00	71,92	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	180,00	1,44
растит. масло	5,00	0,00	5,00	0,00	4,995	0,00	44,95	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	190,00	0,95
итого	**89,00**	**16,50**	**60,00**	**0,95**	**13,11**	**6,44**	**146,87**	**0,05**	**6,90**	**0,00**	**19,55**	**30,91**	**16,49**	**0,60**		**7,08**
4.хлеб пшеничный																
итого	**30,00**	**0,00**	**30,00**	**2,37**	**0,30**	**14,43**	**71,70**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**6,90**	**26,10**	**9,90**	**0,60**	**95,00**	**2,85**
5.компот из сухофруктов																
сухофрукты	15,00	0,00	15,00	0,78	0,00	8,25	35,10	0,02	0,60	0,00	24,00	21,90	15,75	0,48	370,00	5,55
сахар	15,00	0,00	15,00	0,00	0,00	14,97	56,85	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,05	100,00	1,50
итого	**25,00**	**0,00**	**200,00**	**0,78**	**0,00**	**23,22**	**91,95**	**0,02**	**0,60**	**0,00**	**24,30**	**21,90**	**15,75**	**0,53**		**7,05**
6.яблоки																
итого	**100,00**	**0,00**	**100,00**	**0,40**	**0,40**	**9,80**	**45,00**	**0,03**	**13,00**	**0,00**	**16,00**	**11,00**	**9,00**	**2,20**	**85,00**	**8,50**
7.соль																
итого	**3,000**	**0,00**	**3,000**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**25,00**	**0,075**
итого																**61,01**