



"Согласовано"

Начальник отдела по образованию администрации  
Городищенского муниципального района



С.А. Рассадникова

12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ОВЗ возрастной группы  
7-11 лет муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждений Городищенского района  
Волгоградской области (завтрак1 и завтрак2) с 1.01.2021г.

«Согласовано»  
«Директор МБОУ  
«Паньшинская СШ»  
Устинова Т.А.



[illegible]

|   |                                                        |       |              |              |               |               |               |              |               |             |               |               |               |             |           |
|---|--------------------------------------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|---------------|-------------|---------------|---------------|---------------|-------------|-----------|
| 1 | Овощи свежие, солёные, отварные                        | 60    | 1,4          | 0,2          | 6,6           | 30            | 28            | 0,08         | 0,02          | 0,2         | 46            | 84            | 28            | 1,2         |           |
| 2 | Птица, тушенная в соусе с овощами                      | 180   | 15,18        | 20,42        | 12,91         | 296,06        | 0,15          | 5,71         | 0,39          | 3,28        | 28,95         | 32,08         | 153           | 1,48        | №488      |
| 3 | Чай Каркаде                                            | 200   | 2,5          | 5            | 8,6           | 91,3          | 3,38          | 17,5         | 0,01          | 0           | 11            | 54,88         | 25            | 0,93        | №685      |
| 4 | Печенье                                                | 30    | 2,01         | 2,26         | 15,61         | 115           | 0,048         | 0            | 12            | 0           | 5,9           | 22,49         | 8,34          | 0,23        |           |
| 5 | Хлеб пшеничный                                         | 40    | 3            | 0,2          | 19,5          | 91,9          | 0,1           | 0            | 0             | 0,8         | 8,3           | 11,9          | 30,2          | 0,7         |           |
|   | <b>Итого</b>                                           |       | <b>21,79</b> | <b>23,28</b> | <b>82,12</b>  | <b>645,66</b> | <b>28,298</b> | <b>7,39</b>  | <b>12,41</b>  | <b>4,28</b> | <b>102,45</b> | <b>155,17</b> | <b>223,5</b>  | <b>4,51</b> |           |
|   | <b>Завтрак 2</b>                                       |       |              |              |               |               |               |              |               |             |               |               |               |             |           |
| 1 | Каша вязкая молочная из риса и пшена "Дружба" с маслом | 150/5 | 4,1          | 4,9          | 26            | 165,5         | 0,1           | 0,2          | 0             | 0           | 78,6          | 22,5          | 91,4          | 0,5         | №175/2011 |
| 2 | Хлеб пшеничный                                         | 40    | 3            | 0,2          | 19,5          | 91,9          | 0,1           | 0            | 0             | 0,8         | 8,3           | 11,9          | 30,2          | 0,7         |           |
| 3 | Чай с сахаром                                          | 200   | 0,2          | 0            | 15            | 58            | 0             | 2,2          | 0             | 0           | 16            | 8             | 6             | 0,8         | №685      |
|   | <b>Итого</b>                                           |       | <b>7,3</b>   | <b>5,1</b>   | <b>60,50</b>  | <b>315,4</b>  | <b>0,2</b>    | <b>2,4</b>   | <b>0</b>      | <b>0,8</b>  | <b>102,9</b>  | <b>42,4</b>   | <b>127,6</b>  | <b>2</b>    |           |
|   | <b>Всего</b>                                           |       | <b>29,09</b> | <b>28,38</b> | <b>142,6</b>  | <b>961,06</b> | <b>28,498</b> | <b>9,79</b>  | <b>12,41</b>  | <b>5,08</b> | <b>205,35</b> | <b>197,57</b> | <b>351,1</b>  | <b>6,51</b> |           |
|   | <b>Вариант 4</b>                                       |       |              |              |               |               |               |              |               |             |               |               |               |             |           |
|   | <b>Завтрак 1</b>                                       |       |              |              |               |               |               |              |               |             |               |               |               |             |           |
| 1 | Овощи свежие, солёные, отварные                        | 60    | 1,4          | 0,2          | 6,6           | 30            | 28            | 0,08         | 0,02          | 0,2         | 46            | 84            | 28            | 1,2         |           |
| 2 | Тефтели (2вариант) с соусом                            | 80/30 | 7,05         | 7,84         | 8,92          | 134,25        | 0,048         | 0,4          | 31,2          | 0,42        | 22,36         | 78,6          | 15,6          | 0,64        | №462      |
| 3 | Картофельное пюре                                      | 150   | 3,16         | 7,58         | 21,49         | 166,08        | 0,16          | 10,33        | 0             | 0,33        | 39,16         | 29,15         | 85,5          | 1,08        | №128/2011 |
| 4 | Чай с сахаром                                          | 200   | 0,2          | 0            | 15            | 58            | 0             | 2,2          | 0             | 0           | 16            | 8             | 6             | 0,8         | №685      |
| 5 | Хлеб пшеничный                                         | 40    | 3            | 0,2          | 19,5          | 91,9          | 0,1           | 0            | 0             | 0,8         | 8,3           | 11,9          | 30,2          | 0,7         |           |
|   | <b>Итого</b>                                           |       | <b>14,81</b> | <b>15,82</b> | <b>71,51</b>  | <b>480,23</b> | <b>28,308</b> | <b>13,01</b> | <b>31,22</b>  | <b>1,75</b> | <b>131,82</b> | <b>211,65</b> | <b>165,30</b> | <b>4,42</b> |           |
|   | <b>Завтрак 2</b>                                       |       |              |              |               |               |               |              |               |             |               |               |               |             |           |
| 1 | Макароны с сыром                                       | 150   | 9,8          | 9,3          | 35            | 278           | 0,06          | 0,17         | 86,4          | 0,8         | 221,4         | 151,8         | 15,30         | 0,03        | №333      |
| 2 | Хлеб пшеничный                                         | 40    | 3            | 0,2          | 19,5          | 91,9          | 0,1           | 0            | 0             | 0,8         | 8,3           | 11,9          | 30,20         | 0,7         |           |
| 3 | Компот из сухофруктов                                  | 200   | 0            | 0            | 19,4          | 71,4          | 0             | 0            | 0             | 0           | 8,6           | 1,8           | 0,00          | 0,1         | №349/2011 |
|   | <b>Итого</b>                                           |       | <b>12,8</b>  | <b>9,5</b>   | <b>73,90</b>  | <b>441,3</b>  | <b>0,16</b>   | <b>0,17</b>  | <b>86,4</b>   | <b>1,6</b>  | <b>238,3</b>  | <b>165,5</b>  | <b>45,50</b>  | <b>0,83</b> |           |
|   | <b>Всего</b>                                           |       | <b>27,61</b> | <b>25,32</b> | <b>145,41</b> | <b>921,53</b> | <b>28,468</b> | <b>13,18</b> | <b>117,62</b> | <b>3,35</b> | <b>370,12</b> | <b>377,15</b> | <b>210,80</b> | <b>5,25</b> |           |
|   | <b>Вариант 5</b>                                       |       |              |              |               |               |               |              |               |             |               |               |               |             |           |
|   | <b>Завтрак 1</b>                                       |       |              |              |               |               |               |              |               |             |               |               |               |             |           |
| 1 | Овощи свежие, солёные, отварные                        | 60    | 1,4          | 0,2          | 6,6           | 30            | 23            | 0,08         | 0,02          | 0,2         | 46            | 84            | 28            | 1,2         |           |
| 2 | Котлета рубленая из птицы                              | 80    | 12,96        | 16,64        | 12,08         | 250,32        | 0,08          | 0,48         | 0,08          | 2,64        | 17,04         | 22,24         | 123,76        | 1,6         | №294/2011 |
| 3 | Пюре из бобовых (горох)                                | 150   | 14,16        | 7,08         | 29,24         | 255           | 0             | 2,33         | 0             | 0,19        | 15            | 8,25          | 3,08          | 0,6         | №199/2011 |
| 4 | Чай с сахаром и лимоном                                | 200   | 0,2          | 0            | 15            | 61,6          | 0             | 1,1          | 0,2           | 0           | 13,6          | 4,6           | 1,4           | 0,4         | №377/2011 |
| 5 | Хлеб пшеничный                                         | 40    | 3            | 0,2          | 19,5          | 91,9          | 0,1           | 0            | 0             | 0,8         | 8,3           | 11,9          | 30,2          | 0,7         |           |

|                                              |       |              |              |               |               |               |              |              |             |               |               |               |              |           |
|----------------------------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|-----------|
| Итого                                        |       | 31,72        | 24,12        | 82,42         | 688,82        | 23,18         | 3,99         | 0,3          | 3,83        | 99,94         | 130,99        | 186,4         | 4,5          |           |
| <b>Завтрак 2</b>                             |       |              |              |               |               |               |              |              |             |               |               |               |              |           |
| 1 Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом | 150/5 | 6,72         | 6,14         | 37,5          | 219           | 0,15          | 0,72         | 11,1         | 0,47        | 117,41        | 196,38        | 54,03         | 1,57         | №302      |
| 2 Хлеб пшеничный                             | 40    | 3            | 0,2          | 19,5          | 91,9          | 0,1           | 0            | 0            | 0,8         | 8,3           | 11,9          | 30,2          | 0,7          |           |
| 3 Кофейный напиток с молоком                 | 200   | 3,16         | 2,67         | 15,94         | 101           | 0,044         | 1,3          | 20           | 0           | 125,8         | 90            | 14            | 0,13         | №379/2011 |
| <b>Итого</b>                                 |       | <b>12,88</b> | <b>9,01</b>  | <b>72,94</b>  | <b>411,9</b>  | <b>0,294</b>  | <b>2,02</b>  | <b>31,1</b>  | <b>1,27</b> | <b>251,51</b> | <b>298,28</b> | <b>98,23</b>  | <b>2,4</b>   |           |
| <b>Всего</b>                                 |       | <b>44,6</b>  | <b>33,13</b> | <b>155,36</b> | <b>1100,7</b> | <b>23,474</b> | <b>6,01</b>  | <b>31,4</b>  | <b>5,1</b>  | <b>351,45</b> | <b>429,27</b> | <b>284,67</b> | <b>6,9</b>   |           |
| <b>Вариант 6</b>                             |       |              |              |               |               |               |              |              |             |               |               |               |              |           |
| <b>Завтрак 1</b>                             |       |              |              |               |               |               |              |              |             |               |               |               |              |           |
| 1 Овощи свежие, солёные, отварные            | 60    | 1,4          | 0,2          | 6,6           | 30            | 28            | 0,08         | 0,02         | 0,2         | 46            | 84            | 28            | 1,2          |           |
| 2 Рагу из птицы                              | 180   | 15,1         | 17,3         | 16,6          | 285,1         | 0,15          | 8,92         | 0,39         | 3,28        | 27            | 38,1          | 162,6         | 1,87         | №289/2011 |
| 3 Чай с молоком                              | 200   | 1,3          | 1            | 11,8          | 61,3          | 0             | 0,1          | 0,3          | 0           | 50,8          | 8,7           | 28,8          | 0,5          | №378/2011 |
| 4 Хлеб пшеничный                             | 40    | 3            | 0,2          | 19,5          | 91,9          | 0,1           | 0            | 0            | 0,8         | 8,3           | 11,9          | 30,2          | 0,7          |           |
| <b>Итого</b>                                 |       | <b>20,2</b>  | <b>18</b>    | <b>62,9</b>   | <b>505,1</b>  | <b>28,25</b>  | <b>89</b>    | <b>0,41</b>  | <b>5,08</b> | <b>100,5</b>  | <b>139,9</b>  | <b>223,9</b>  | <b>4,27</b>  |           |
| <b>Завтрак 2</b>                             |       |              |              |               |               |               |              |              |             |               |               |               |              |           |
| 1 Каша молочная гречневая вязкая с маслом    | 150/5 | 4,65         | 7,3          | 31,03         | 186           | 0,2           | 0            | 38,75        | 0,48        | 25,75         | 203,78        | 136,13        | 4,58         | №302      |
| 2 Хлеб пшеничный                             | 40    | 3            | 0,2          | 19,5          | 91,9          | 0,1           | 0            | 0            | 0,8         | 8,3           | 11,9          | 30,2          | 0,7          |           |
| 3 Компот и зсвежих плодов                    | 200   | 0,2          | 0,2          | 27,5          | 112,7         | 0             | 1,6          | 0            | 0,1         | 13,3          | 4,7           | 4             | 0,9          | №342/2011 |
| <b>Итого</b>                                 |       | <b>7,85</b>  | <b>7,7</b>   | <b>78,03</b>  | <b>390,6</b>  | <b>0,3</b>    | <b>1,6</b>   | <b>38,75</b> | <b>1,38</b> | <b>47,35</b>  | <b>220,38</b> | <b>170,3</b>  | <b>6,18</b>  |           |
| <b>Всего</b>                                 |       | <b>28,05</b> | <b>25,7</b>  | <b>140,93</b> | <b>895,7</b>  | <b>28,55</b>  | <b>90,6</b>  | <b>39,16</b> | <b>6,46</b> | <b>147,85</b> | <b>360,28</b> | <b>394,23</b> | <b>10,45</b> |           |
| <b>Вариант 7</b>                             |       |              |              |               |               |               |              |              |             |               |               |               |              |           |
| <b>Завтрак 1</b>                             |       |              |              |               |               |               |              |              |             |               |               |               |              |           |
| 1 Птица, тушенная в соусе с овощами          | 180   | 15,18        | 20,42        | 12,91         | 296,06        | 0,15          | 5,71         | 0,339        | 3,28        | 28,95         | 32,08         | 153           | 1,48         | №488      |
| 2 Чай Каркаде                                | 200   | 0,2          | 0            | 15            | 58            | 0             | 2,2          | 0            | 0           | 16            | 8             | 6             | 0,8          | №685      |
| 3 Фрукты свежие (яблоко или апельсин)        | 150   | 0,6          | 0,6          | 14,3          | 68,4          | 0             | 9,6          | 0            | 0,3         | 21,6          | 12,2          | 14,9          | 3            | №388/2011 |
| 4 Хлеб пшеничный                             | 40    | 3            | 0,2          | 19,5          | 91,9          | 0,1           | 0            | 0            | 0,8         | 8,3           | 11,9          | 30,2          | 0,7          |           |
| <b>Итого</b>                                 |       | <b>18,98</b> | <b>21,22</b> | <b>61,71</b>  | <b>514,36</b> | <b>0,25</b>   | <b>17,51</b> | <b>0,339</b> | <b>4,38</b> | <b>74,85</b>  | <b>64,18</b>  | <b>204,1</b>  | <b>5,98</b>  |           |
| <b>Завтрак 2</b>                             |       |              |              |               |               |               |              |              |             |               |               |               |              |           |
| 1 Макароны с сыром                           | 150   | 9,8          | 9,3          | 35            | 278           | 0,06          | 0,17         | 86,4         | 0,8         | 221,4         | 151,8         | 15,3          | 0,03         | №333      |
| 2 Хлеб пшеничный                             | 40    | 3            | 0,2          | 19,5          | 91,9          | 0,1           | 0            | 0            | 0,8         | 8,3           | 11,9          | 30,2          | 0,7          |           |
| 3 Чай с сахаром и лимоном                    | 200   | 0,2          | 0            | 15            | 61,6          | 0             | 1,1          | 0,2          | 0           | 13,6          | 4,6           | 1,4           | 0,4          | №377/2011 |
| <b>Итого</b>                                 |       | <b>13</b>    | <b>9,5</b>   | <b>69,5</b>   | <b>431,5</b>  | <b>0,16</b>   | <b>1,27</b>  | <b>86,6</b>  | <b>1,6</b>  | <b>243,3</b>  | <b>168,3</b>  | <b>46,90</b>  | <b>1,13</b>  |           |

|   |                                       |       |              |              |               |               |               |              |               |             |               |               |               |              |           |
|---|---------------------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|---------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|-----------|
|   | <b>Всего</b>                          |       | <b>31,98</b> | <b>30,72</b> | <b>131,2</b>  | <b>945,86</b> | <b>0,41</b>   | <b>18,78</b> | <b>86,939</b> | <b>5,98</b> | <b>318,15</b> | <b>232,48</b> | <b>251,00</b> | <b>7,11</b>  |           |
|   | <b>Вариант 8</b>                      |       |              |              |               |               |               |              |               |             |               |               |               |              |           |
|   | <b>Завтрак 1</b>                      |       |              |              |               |               |               |              |               |             |               |               |               |              |           |
| 1 | Овощи свежие, солёные, отварные       | 60    | 1,4          | 0,2          | 6,6           | 30            | 28            | 0,08         | 0,02          | 0,2         | 46            | 84            | 28            | 1,2          |           |
| 2 | Фрикадельки мясные с соусом           | 80/30 | 12,4         | 16,8         | 13,12         | 253,5         | 0             | 0,24         | 0             | 3,68        | 31,44         | 17,76         | 116,24        | 1,6          | №280/2011 |
| 3 | Каша гречневая рассыпчатая            | 150   | 6,16         | 4,74         | 27,83         | 178,2         | 0,16          | 0            | 0             | 0,49        | 15,4          | 90,9          | 135,49        | 3            | №341      |
| 4 | Чай с сахаром                         | 200   | 0,2          | 0            | 15            | 58            | 0             | 2,2          | 0             | 0           | 16            | 8             | 6             | 0,8          | №685      |
| 4 | Хлеб пшеничный                        | 40    | 3            | 0,2          | 19,5          | 91,9          | 0,1           | 0            | 0             | 0,8         | 8,3           | 11,9          | 30,2          | 0,7          |           |
|   | <b>Итого</b>                          |       | <b>23,16</b> | <b>21,94</b> | <b>82,05</b>  | <b>611,6</b>  | <b>28,26</b>  | <b>2,52</b>  | <b>0,02</b>   | <b>5,17</b> | <b>117,14</b> | <b>212,56</b> | <b>315,9</b>  | <b>7,3</b>   |           |
|   | <b>Завтрак 2</b>                      |       |              |              |               |               |               |              |               |             |               |               |               |              |           |
| 1 | Каша молочная рисовая вязкая с маслом | 150/5 | 4,5          | 8,13         | 32,2          | 220           | 0,045         | 0,72         | 41,1          | 0,17        | 98,15         | 118,08        | 27,36         | 0,45         | №302      |
| 2 | Хлеб пшеничный                        | 40    | 3            | 0,2          | 19,5          | 91,9          | 0,1           | 0            | 0             | 0,8         | 8,3           | 11,9          | 30,2          | 0,7          |           |
| 3 | Кисель из концентрата                 | 200   | 1            | 0            | 20,2          | 84,8          | 0,022         | 4            | 0             | 0           | 14            | 14            | 8             | 2,8          | №648      |
|   | <b>Итого</b>                          |       | <b>8,5</b>   | <b>8,33</b>  | <b>71,9</b>   | <b>396,7</b>  | <b>0,167</b>  | <b>4,72</b>  | <b>41,1</b>   | <b>0,97</b> | <b>120,45</b> | <b>143,98</b> | <b>65,56</b>  | <b>3,95</b>  |           |
|   | <b>Всего</b>                          |       | <b>31,66</b> | <b>30,27</b> | <b>153,95</b> | <b>1008,3</b> | <b>28,427</b> | <b>7,24</b>  | <b>41,12</b>  | <b>6,14</b> | <b>237,59</b> | <b>356,54</b> | <b>381,49</b> | <b>11,25</b> |           |
|   | <b>Вариант 9</b>                      |       |              |              |               |               |               |              |               |             |               |               |               |              |           |
|   | <b>Завтрак 1</b>                      |       |              |              |               |               |               |              |               |             |               |               |               |              |           |
| 1 | Овощи свежие, солёные, отварные       | 60    | 1,4          | 0,2          | 6,6           | 30            | 28            | 0,08         | 0,02          | 0,2         | 46            | 84            | 28            | 1,2          |           |
| 2 | Плов из птицы                         | 180   | 18,36        | 22,76        | 32,84         | 409,4         | 0,08          | 2,24         | 0,26          | 4,76        | 23,4          | 40,85         | 190,5         | 1,8          | №492      |
| 3 | Чай с молоком                         | 200   | 1,3          | 1            | 11,8          | 61,3          | 0             | 0,1          | 0,3           | 0           | 50,8          | 8,7           | 28,8          | 0,5          | №378/2011 |
| 4 | Печенье                               | 30    | 2,01         | 2,26         | 15,61         | 115           | 0,048         | 0            | 12            | 0           | 5,9           | 22,49         | 8,34          | 0,23         |           |
| 5 | Хлеб пшеничный                        | 40    | 3            | 0,2          | 19,5          | 91,9          | 0,1           | 0            | 0             | 0,8         | 8,3           | 11,9          | 30,2          | 0,7          |           |
|   | <b>Итого</b>                          |       | <b>26,07</b> | <b>26,42</b> | <b>86,35</b>  | <b>707,6</b>  | <b>28,228</b> | <b>2,42</b>  | <b>12,58</b>  | <b>5,76</b> | <b>134,4</b>  | <b>167,94</b> | <b>285,8</b>  | <b>4,43</b>  |           |
|   | <b>Завтрак 2</b>                      |       |              |              |               |               |               |              |               |             |               |               |               |              |           |
| 1 | Каша молочная жидкая манная с маслом  | 150/5 | 4,58         | 8,04         | 24,28         | 188,25        | 0,06          | 0,88         | 43,5          | 0,39        | 100,32        | 88,64         | 15,22         | 0,59         | №311      |
| 2 | Хлеб пшеничный                        | 40    | 3            | 0,2          | 19,5          | 91,9          | 0,1           | 0            | 0             | 0,8         | 8,3           | 11,9          | 30,2          | 0,7          |           |
| 3 | Компот из сухофруктов                 | 200   | 0            | 0            | 19,4          | 77,4          | 0             | 0            | 0             | 0           | 8,6           | 1,8           | 0             | 0,1          | №349/2011 |
|   | <b>Итого</b>                          |       | <b>7,58</b>  | <b>8,24</b>  | <b>63,18</b>  | <b>357,55</b> | <b>0,16</b>   | <b>0,88</b>  | <b>43,5</b>   | <b>1,19</b> | <b>117,22</b> | <b>102,34</b> | <b>45,42</b>  | <b>1,39</b>  |           |
|   | <b>Всего</b>                          |       | <b>33,65</b> | <b>34,66</b> | <b>149,53</b> | <b>1065,2</b> | <b>28,388</b> | <b>3,3</b>   | <b>56,08</b>  | <b>6,95</b> | <b>251,62</b> | <b>270,28</b> | <b>331,26</b> | <b>5,82</b>  |           |
|   | <b>Вариант 10</b>                     |       |              |              |               |               |               |              |               |             |               |               |               |              |           |
|   | <b>Завтрак 1</b>                      |       |              |              |               |               |               |              |               |             |               |               |               |              |           |
| 1 | Овощи свежие, солёные, отварные       | 60    | 1,4          | 0,2          | 6,6           | 30            | 28            | 0,08         | 0,02          | 0,2         | 46            | 84            | 28            | 1,2          |           |
| 2 | Котлета рубленая из птицы             | 80    | 12,96        | 16,64        | 12,08         | 250,32        | 0,08          | 0,48         | 0,08          | 2,64        | 17,04         | 22,24         | 123,8         | 1,6          | №294/2011 |
| 3 | Макаронные изделия отварные с маслом  | 150   | 5,5          | 5,7          | 33,3          | 206,4         | 0,1           | 0            | 0,1           | 1           | 15            | 20,5          | 54,6          | 1,2          | №203/2011 |

|   |                                                        |        |              |              |               |               |               |             |              |             |               |               |               |             |           |
|---|--------------------------------------------------------|--------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|-------------|--------------|-------------|---------------|---------------|---------------|-------------|-----------|
| 4 | Чай с сахаром                                          | 200    | 0,2          | 0            | 15            | 58            | 0             | 2,2         | 0            | 0           | 16            | 8             | 6             | 0,8         | №685      |
| 5 | Хлеб пшеничный                                         | 40     | 3            | 0,2          | 19,5          | 91,9          | 0,1           | 0           | 0            | 0,8         | 8,3           | 11,9          | 30,2          | 0,7         |           |
|   | <b>Итого</b>                                           |        | <b>23,06</b> | <b>22,74</b> | <b>86,48</b>  | <b>636,62</b> | <b>28,28</b>  | <b>2,76</b> | <b>0,2</b>   | <b>4,64</b> | <b>102,34</b> | <b>146,64</b> | <b>242,6</b>  | <b>5,5</b>  |           |
|   | <b>Завтрак 2</b>                                       |        |              |              |               |               |               |             |              |             |               |               |               |             |           |
| 1 | Оладьи с маслом и сахаром                              | 150/5/ | 11,54        | 11,48        | 76,54         | 456           | 0,23          | 0,55        | 27,5         | 0           | 126,57        | 185,2         | 49,16         | 2,1         | №733      |
| 2 | Кофейный напиток с молоком                             | 200    | 3,16         | 2,67         | 15,94         | 101           | 0,044         | 1,3         | 20           | 0           | 125,8         | 90            | 14            | 0,13        | №379/2011 |
|   | <b>Итого</b>                                           |        | <b>14,7</b>  | <b>14,15</b> | <b>92,48</b>  | <b>557</b>    | <b>0,274</b>  | <b>1,85</b> | <b>47,5</b>  | <b>0</b>    | <b>252,37</b> | <b>275,2</b>  | <b>63,16</b>  | <b>2,23</b> |           |
|   | <b>Всего</b>                                           |        | <b>37,76</b> | <b>36,89</b> | <b>178,98</b> | <b>1193,6</b> | <b>28,554</b> | <b>4,61</b> | <b>47,7</b>  | <b>4,64</b> | <b>354,71</b> | <b>421,84</b> | <b>305,76</b> | <b>7,73</b> |           |
|   | <b>Вариант 11</b>                                      |        |              |              |               |               |               |             |              |             |               |               |               |             |           |
|   | <b>Завтрак 1</b>                                       |        |              |              |               |               |               |             |              |             |               |               |               |             |           |
| 1 | Овощи свежие, солёные, отварные                        | 60     | 1,4          | 0,2          | 6,6           | 30            | 28            | 0,08        | 0,02         | 0,2         | 46            | 84            | 28            | 1,2         |           |
| 2 | Сосиска отварная                                       | 80     | 5,1          | 7,25         | 0,13          | 62            | 0             | 0           | 40           | 0,1         | 6             | 35            | 4             | 0,45        | №413      |
| 3 | Рагу овощное                                           | 150    | 3,75         | 3,75         | 0,2           | 96            | 0,12          | 0           | 0            | 1,8         | 97,5          | 168           | 24            | 1,2         | №541      |
| 4 | Чай с сахаром и лимоном                                | 200    | 0,2          | 0            | 15            | 58            | 0             | 2,2         | 0            | 0           | 16            | 8             | 6             | 0,8         | №377/2011 |
| 5 | Хлеб пшеничный                                         | 40     | 3            | 0,2          | 19,5          | 91,9          | 0,1           | 0           | 0            | 0,8         | 8,3           | 11,9          | 30,2          | 0,7         |           |
|   | <b>Итого</b>                                           |        | <b>13,45</b> | <b>11,4</b>  | <b>41,43</b>  | <b>337,9</b>  | <b>28,22</b>  | <b>2,28</b> | <b>40,02</b> | <b>2,9</b>  | <b>173,8</b>  | <b>306,9</b>  | <b>92,20</b>  | <b>4,35</b> |           |
|   | <b>Завтрак 2</b>                                       |        |              |              |               |               |               |             |              |             |               |               |               |             |           |
| 1 | Каша молочная вязкая из риса и пшена "Дружба" с маслом | 150/5  | 4,1          | 4,9          | 26            | 165,5         | 0,1           | 0,2         | 0            | 0           | 78,6          | 22,5          | 91,40         | 0,5         | №175/2011 |
| 2 | Компот из свежих плодов                                | 200    | 0,2          | 0,2          | 27,5          | 112,7         | 0             | 1,6         | 0            | 0,1         | 13,3          | 4,7           | 4,00          | 0,9         | №342/2011 |
| 3 | Хлеб пшеничный                                         | 40     | 3            | 0,2          | 19,5          | 91,9          | 0,1           | 0           | 0            | 0,8         | 8,3           | 11,9          | 30,20         | 0,7         |           |
|   | <b>Итого</b>                                           |        | <b>7,3</b>   | <b>5,3</b>   | <b>73</b>     | <b>370,1</b>  | <b>0,2</b>    | <b>1,8</b>  | <b>0</b>     | <b>0,9</b>  | <b>100,2</b>  | <b>39,1</b>   | <b>125,60</b> | <b>2,1</b>  |           |
|   | <b>Всего</b>                                           |        | <b>20,75</b> | <b>16,7</b>  | <b>114,43</b> | <b>708</b>    | <b>28,42</b>  | <b>4,08</b> | <b>40,02</b> | <b>3,8</b>  | <b>274</b>    | <b>346</b>    | <b>217,80</b> | <b>6,45</b> |           |
|   | <b>Вариант 12</b>                                      |        |              |              |               |               |               |             |              |             |               |               |               |             |           |
|   | <b>Завтрак 1</b>                                       |        |              |              |               |               |               |             |              |             |               |               |               |             |           |
| 1 | Овощи свежие, солёные, отварные                        | 60     | 1,4          | 0,2          | 6,6           | 30            | 28            | 0,08        | 0,02         | 0,2         | 46            | 84            | 28            | 1,2         |           |
| 2 | Рагу из птицы                                          | 180    | 15,1         | 1,7          | 16,6          | 285,1         | 0,15          | 8,92        | 0,39         | 3,28        | 27            | 39,1          | 162,6         | 1,87        | №289/2011 |
| 3 | Чай Каркаде                                            | 200    | 2,5          | 5            | 8,6           | 91,3          | 3,38          | 17,5        | 0,01         | 0           | 11            | 54,88         | 25            | 0,93        | №685      |
| 4 | Хлеб пшеничный                                         | 40     | 3            | 0,2          | 19,5          | 91,9          | 0,1           | 0           | 0            | 0,8         | 8,3           | 11,9          | 30,2          | 0,7         |           |
|   | <b>Итого</b>                                           |        | <b>22</b>    | <b>7,1</b>   | <b>51,3</b>   | <b>498,3</b>  | <b>31,63</b>  | <b>26,5</b> | <b>0,42</b>  | <b>4,28</b> | <b>92,3</b>   | <b>189,88</b> | <b>245,8</b>  | <b>4,7</b>  |           |
|   | <b>Завтрак 2</b>                                       |        |              |              |               |               |               |             |              |             |               |               |               |             |           |
| 1 | Каша вязкая молочная пшеничная с маслом                | 150/5  | 6,4          | 8,25         | 33,24         | 234           | 0,1           | 0,72        | 41,1         | 0,57        | 110,07        | 165,97        | 33,24         | 1,75        | №302      |
| 2 | Хлеб пшеничный                                         | 40     | 3            | 0,2          | 19,5          | 91,9          | 0,1           | 0           | 0            | 0,8         | 8,3           | 11,9          | 30,2          | 0,7         |           |
| 3 | Компот из сухофруктов                                  | 200    | 0            | 0            | 19,4          | 77,4          | 0             | 0           | 0            | 0           | 8,6           | 1,8           | 0             | 0,1         | №349/2011 |
|   | <b>Итого</b>                                           |        | <b>9,4</b>   | <b>8,45</b>  | <b>72,14</b>  | <b>403,3</b>  | <b>0,2</b>    | <b>0,72</b> | <b>41,1</b>  | <b>1,37</b> | <b>126,97</b> | <b>179,67</b> | <b>63,44</b>  | <b>2,55</b> |           |

|                   |  |       |       |       |        |        |        |        |        |        |        |        |       |  |
|-------------------|--|-------|-------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|-------|--|
| Всего             |  | 31,4  | 15,55 | 123,4 | 901,6  | 31,83  | 27,22  | 41,52  | 5,65   | 219,27 | 369,55 | 309,24 | 7,25  |  |
| Всего за 12 дней  |  | 380,4 | 346,4 | 1776  | 11934  | 311,84 | 202,98 | 583,17 | 62,78  | 3202,2 | 3973,5 | 3542   | 90,82 |  |
| Среднее за 1 день |  | 31,7  | 28,86 | 148   | 994,51 | 25,987 | 16,915 | 48,597 | 5,2317 | 266,85 | 331,12 | 295,1  | 7,568 |  |