

Утверждаю:
Заместитель руководителя
Исполнительного комитета
Кукморского муниципального
района Республики Татарстан
-начальник Управления образования

И.И.Ахмадуллин



Примерное двенадцатидневное меню (сезон - весенний)

Для организации горячего питания для обучающихся 5-11 классов сельских общеобразовательных организаций
Кукморского муниципального района на 2026 учебный год

	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калорийно сть, ккал	Витами н В1, мг	Витамин С, мг	Витами н А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
	1-ая неделя													
	1 день (ПОНЕДЕЛЬНИК) 1 питание													
182/2015, Дели	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,2	7,9	41,6	259,8	0	0,4	0,1	0,4	93	119,6	30,1	0,5
№ 376 Сбор.реш. На прод.ино для обуч. Во всех образ.учреж.	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,800	0,400	24,500	118,3	0,055	0	0	0,550	10,000	32,500	7,000	0,550
	Итого:		9,200	8,300	76,200	419,2	0,055	0,4	0,1	0,950	107,700	159,500	41,100	1,750
	2 питание													
№ 52 Сбор.реш. На прод.ино для обуч. Во всех образ.учреж. Дели 2015	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,425	6,088	19,3	93,3	0,018	0,0	0	1,068	201,81	141,0	20,9	0,3
№ 376 Сбор.реш. На прод.ино для обуч. Во всех образ.учреж. Дели 2015	КОТЛЕТЫ (БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ) РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	9,130	9,114	5,8	139,72	0,041	0,525	-	0,984	9,579	92,37	11,70	1,363
№ 203 Сбор.реш. На прод.ино для обуч. Во всех образ.учреж. Дели 2015	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	200	6,800	5,957	38,000	249,33	0,116	-	0,133	1,453	21,942	76,012	11,305	1,540
349/2015, Дели	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	14,6	58,1	0,0	0,0	0,0	0,0	8,4	0,0	1,8	0,0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,76	12,72	3	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,800	47	0,022	-	-	0,220	4,000	2,800	13,000	0,220
	Итого:		19,875	21,519	96,503	631,8	0,221	0,5	0,1	2,849	248,491	324,872	61,705	3,825
	Итого за день:		29,075	29,819	172,703	1050,976	0,276	0,93	0,23	3,799	356,191	484,372	102,8	5,575
	2 день (ВТОРНИК) 1 питание													
№ 132 Сбор.реш. На прод.ино для обуч. Во всех образ.учреж. Дели 2015	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,4	4,000	9,800	86,1	0,00	20,5	0,3	1,9	63,1	45,6	23,3	1,3
№ 280 Сбор.реш. На прод.ино для обуч. Во всех образ.учреж. Дели - 2015	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	55/50	8,33	7,74	3,19	175,00	0,03	0,65	0,10	1,26	100,53	110,07	0,08	1,00
№ 303 Сбор.реш. На прод.ино для обуч. Во всех образ.учреж. Дели 2015	КАША ВЯЗАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	200	8,882	12,032	45,333	227	0,389	-	-	0,690	49,802	227,404	59,400	1,468
№ 376 Сбор.реш. На прод.ино для обуч. Во всех образ.учреж. Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,76	12,72	3	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,800	47	0,022	-	-	0,220	4,000	2,800	13,000	0,220
	Итого:		22,332	24,135	87,227	620,2	0,455	21,2	0,1	1,584	224,892	405,995	102,777	5,060
	2 питание													
98/2008Р-сч	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГЕРКУЛЕСОМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250	4,5	2,6	15,2	103,3	0,1	4,5	0,2	0,5	27,6	30,2	83,7	1,3
349/2015, Дели	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	14,6	58,1	0,0	0,0	0,0	0,0	8,4	0,0	1,8	0,0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	50	2,5	0,5	22,5	110	0,035	0	0	0,27	6,9	7,5	31,8	0,93
	Итого:		7,000	3,100	52,300	271,4	0,145	4,5	0,2	0,770	42,900	37,700	117,300	2,230
	Итого за день:		29,33	27,24	139,53	892	0,600	25,650	0,30	2,354	267,792	443,70	220,077	7,290
	3 день (СРЕДА) 1 питание													
189/2008Р-сч	КАША ПШЕНИЧНАЯ	200	6,9	7,5	35,9	238,2	0,1	0,4	0,0	0,1	109,4	31,8	156,8	1,6
№ 376 Сбор.реш. На прод.ино для обуч. Во всех образ.учреж. Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,800	0,400	24,500	118,3	0,055	0	0	0,550	10,000	32,500	7,000	0,550
	Итого:		10,900	7,900	70,500	397,6	0,155	0,4	0,0	0,650	124,100	71,700	167,800	2,850
	2 питание													
№ 52 Сбор.реш. На прод.ино для обуч. Во всех образ.учреж. Дели 2015	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,425	6,088	19,3	93,3	0,018	0,0	0	1,068	201,81	141,0	20,9	0,3
№ 376 Сбор.реш. На прод.ино для обуч. Во всех образ.учреж. Дели 2015	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	50/200	16,400	23,540	39,800	417	0,268	10,768	0,240	2,800	76,880	269,214	35,192	0,148
№ 376 Сбор.реш. На прод.ино для обуч. Во всех образ.учреж. Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,76	12,72	3	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,800	47	0,022	-	-	0,220	4,000	2,800	13,000	0,220
	Итого:		20,545	29,988	88,003	643,1	0,322	11,0	0,24	4,196	290,150	433,104	76,092	1,770
	Итого за день:		31,445	37,888	158,503	1041	0,477	11,408	0,2	4,846	414,250	504,804	243,892	4,620

4 день (ЧЕТВЕРГ) 1 питание														
№ 132 Сбор.рек. На прод.-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2012	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,4	4,000	9,800	86,1	0,00	20,5	0,3	1,9	63,1	45,6	23,3	1,3
№ 304 Сбор.рек. На прод.-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	РИС ОТВАРНОЙ	200	5,112	7,245	39,466	280	0,058	0	0,24	0,378	15,28	112,2	17,773	0,013
№ 268 Сбор.рек. На прод.-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	КОТЛЕТЫ (БИТОЧКИ,ШНИЦЕЛИ) РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	9,130	9,114	5,8	139,72	0,041	0,525		0,984	9,579	92,37	11,70	1,363
№ 376 Сбор.рек. На прод.-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,76	12,72	3	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,800	47	0,022	-	-	0,220	4,000	2,800	13,000	0,220
	итого:		19,362	20,719	83,966	638,2	0,135	21,0	1,2	3,590	99,419	273,090	72,773	3,968
2 питание														
2012, Дели	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250	4,3	2,0	13,3	91	0,1	12,2	0,2	0,2	50,2	30,2	75,9	1,8
№ 376 Сбор.рек. На прод.-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	50	2,5	0,5	22,5	110	0,035	0	0	0,27	6,9	7,5	31,8	0,93
	итого:		7,000	2,500	45,900	242,1	0,135	12,2	0,2	0,270	61,800	45,100	111,700	3,430
	Итого за день:		26,362	23,219	129,866	880,3	0,270	33,225	1,4	3,860	161,219	318,190	184,473	7,398
5 день (ПЯТНИЦА) 1 питание														
181/2015, Дели	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,8	8,1	41,10	263,4	0,1	0,4	0,1	1,3	104,8	97,5	17,9	0,5
№ 376 Сбор.рек. На прод.-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,800	0,400	24,500	118,3	0,055	0	0	0,550	10,000	32,500	7,000	0,550
	итого:		10,800	8,500	75,700	422,8	0,155	0,4	0,10	1,850	119,500	137,400	28,900	1,750
2 питание														
№ 52 Сбор.рек. На прод.-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,425	6,088	19,3	93,3	0,018	0,0	0	1,068	201,81	141,0	20,9	0,3
№ 392 Сбор.рек. На прод.-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ ОТВАРНЫЕ	200/4	10,9	12,36	22,00	258,54	0,164	0,536	0,193	1,28	88,12	264,96	11,44	0,084
349/2015, Дели	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	14,6	58,1	0,0	0,0	0,0	0,0	8,4	0,0	1,8	0,0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,76	12,72	3	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,800	47	0,022	-	-	0,220	4,000	2,800	13,000	0,220
	итого:		14,845	18,808	74,703	501,3	0,228	0,5	0,2	2,568	293,930	421,450	50,140	1,006
	Итого за день:		25,645	27,308	150,403	924,1	0,383	0,936	0,293	4,418	413,430	558,850	79,040	2,756
6 день (СУББОТА) 1 питание														
№ 312 Сбор.рек. На прод.-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,120	11,042	29,300	229,33	0,218	10,590	0,106	4,000	63,740	131,780	10,600	0,000
№ 376 Сбор.рек. На прод.-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	30	1,50	0,3	13,5	66	0,021	0	0	0,162	4,14	19,08	4,5	0,558
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,800	47	0,022	-	-	0,220	4,000	2,800	13,000	0,220
	итого:		7,340	11,502	62,700	383,753	0,261	10,59	0,1	4,382	76,580	161,060	32,100	1,478
2 питание														
67/2015, Дели	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250	4,3	2,1	11,8	84,8	0,1	14,0	0,2	0,2	46,4	70,2	27,0	1,4
349/2015, Дели	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	14,6	58,1	0,0	0,0	0,0	0,0	8,4	0,0	1,8	0,0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	40	2	0,4	18	88	0,028	0	0	0,216	5,52	6	25,44	0,744
	итого:		6,300	2,500	44,400	230,900	0,138	14,00	0,2	0,416	60,320	76,200	54,240	2,144
	Итого за день:		13,6	14,0	107,1	614,7	0,4	24,6	0,3	4,8	136,9	237,3	86,3	3,6

№ Сборника рецептур	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	Калорийность, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
2-ая неделя														
1 день (ПОНЕДЕЛЬНИК) 1 питание														
182/2015 Дели	КАША МОЛОЧНАЯ (ПШЕННАЯ)	200	6,53	8,93	47,46	304,4	0,26	0,4	0,0	1,6	106,8	177,86	50,4	1,6
№ 376 Сбор.рек. На прод.-ино для обуч. Во всех	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,800	0,400	24,500	118,3	0,055	0	0	0,550	10,000	32,500	7,000	0,550
	итого		12,530	9,330	82,060	463,800	0,315	0,400	0,00	2,150	121,50	217,760	61,400	2,650
2 питание														
№ 132 Сбор.рек. На прод.-ино для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2012	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,4	4,000	9,800	86,1	0,00	20,5	0,3	1,9	63,1	45,6	23,3	1,3
№ 291 Сбор.рек. На прод.-ино для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели -2015	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	50/200	19,346	16,613	37,786	485,33	0,280	6,533	0,133	1,6	110,762	364,000	53,933	2,533
№ 376 Сбор.рек. На прод.-ино для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,800	47	0,022	-	-	0,220	4,000	2,800	13,000	0,220
	итого		24,466	20,973	76,486	703,853	0,316	27,033	0,43	3,608	185,32	432,520	97,233	5,125
	Итого за день:		36,996	30,303	158,546	1167,653	0,631	27,433	0,43	5,758	306,82	650,280	158,633	7,975
2 день (ВТОРНИК) 1 питание														
№ 52 Сбор.рек. На прод.-ино для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2016	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,425	6,088	19,303	93,3	0,018	12,833		1,068	201,81	140,97	20,9	0,33
№ 302 Сбор.рек. На прод.-ино для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели -2015	ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ	55/50	8,330	7,743	3,194	175	0,030	0,65	0,1	1,256	100,530	110,071	0,077	1,000
№ 376 Сбор.рек. На прод.-ино для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	КАША ПОЛЕВЯНАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,600	4,040	34,900	192	0,173	0	0,28	0,414	20,268	176,290	59,010	1,960
№ 376 Сбор.рек. На прод.-ино для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,800	47	0,022	-	-	0,220	4,000	2,800	13,000	0,220
	итого		17,075	18,231	66,297	592,720	0,257	13,483	0,38	2,646	334,07	450,251	99,987	4,582
2 питание														
№ 132 Сбор.рек. На прод.-ино для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2012	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250	4,4	6,0	16,1	136,9	0,1	4,5	0,2	2,1	24,6	62,1	20,0	1,1
349/2015 Дели	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	14,6	58,1	0,0	0,0	0,0	0,0	8,4	0,0	1,8	0,0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	50	2,5	0,5	22,5	110	0,035	0,000	0	0,27	6,900	7,500	31,8	0,93
	итого		6,900	6,500	53,200	305,000	0,145	4,500	0,20	2,370	39,90	69,600	53,600	2,030
	Итого за день:		23,98	24,73	139,50	897,72	0,40	17,98	0,580	5,22	373,97	519,85	153,59	6,612
3 день (СРЕДА) 1 питание														
189/2008Реч.	КАША ПШЕНИЧНАЯ	200	6,9	7,5	35,9	238,2	0,1	0,4	0,0	0,1	109,4	31,8	156,8	1,6
№ 376 Сбор.рек. На прод.-ино для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,800	0,400	24,500	118,3	0,055	0	0	0,550	10,000	32,500	7,000	0,550
	итого		10,900	7,900	70,500	397,600	0,155	0,400	0,00	0,650	124,10	71,700	167,800	2,650
2 питание														
№ 132 Сбор.рек. На прод.-ино для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2012	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,4	4,000	9,800	86,1	0,00	20,5	0,3	1,9	63,1	45,6	23,3	1,3
№ 334 Сбор.рек. На прод.-ино для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	4,830	2,180	5,610	87	0,037	0,360	0,075	0,484	33,015	102,790	9,000	0,000
№ 312 Сбор.рек. На прод.-ино для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели -2015	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,120	11,042	29,300	229,33	0,218	10,590	0,106	4,000	63,740	131,780	10,600	0,000
№ 376 Сбор.рек. На прод.-ино для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,800	47	0,022	-	-	0,220	4,000	2,800	13,000	0,220
	итого		14,070	18,582	73,610	534,853	0,291	31,450	0,48	6,492	171,32	303,060	62,900	2,592
	Итого за день:		24,97	26,48	144,11	932,45	0,45	31,850	0,5	7,142	295,42	374,790	230,700	5,442

4 день (ЧЕТВЕРГ) 1 питание														
№ 52 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ-х учреж-Дели 2015	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,425	6,088	19,303	93,3	0,018	12,833		1,068	201,81	140,97	20,9	0,33
№ 290 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ-х учреж-Дели 2015	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	50/50	11,850	10,750	11,800	164,00	0,168	6,326		0,956	85,200	163,198	15,716	1,800
№ 203 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ-х учреж-Дели 2015	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	200	6,800	5,957	38,000	249,33	0,116	-	0,133	1,453	21,942	76,012	11,305	1,540
349/2015, Дели	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	14,6	58,1	0,0	0,0	0,0	0,0	8,4	0,0	1,8	0,0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,800	47	0,022	-	-	0,220	4,000	2,800	13,000	0,220
	итого:		22,395	23,155	102,303	656,053	0,348	19,159	0,133	2,517	324,11	395,700	65,721	4,282
2 питание														
99/2015, Дели	СУП ГОРОХОВЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250	7,8	2,3	18,5	126,9	0,3	4,5	0,2	2,0	48,7	35,0	96,7	2,3
№ 376 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ-х учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	50	2,5	0,5	22,5	110	0,035	0,000	0	0,27	6,900	7,500	31,8	0,93
	итого:		10,500	2,800	51,100	278,000	0,335	4,500	0,200	2,270	60,30	49,900	132,500	3,930
	Итого за день:		32,895	25,955	153,403	934,053	0,683	23,659	0,33	4,787	384,412	445,600	198,221	8,192
5 день (ПЯТНИЦА) 1 питание														
181/2015, Дели	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,8	8,1	41,10	263,4	0,1	0,4	0,1	1,3	104,8	97,5	17,9	0,5
№ 376 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ-х учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,800	0,400	24,500	118,3	0,055	0	0	0,550	10,000	32,500	7,000	0,550
	итого:		10,800	8,500	75,700	422,800	0,155	0,400	0,00	1,850	119,50	137,400	28,900	1,750
2 питание														
№ 132 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ-х учреж-Дели 2012	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,4	4,000	9,800	86,1	0,00	20,5	0,3	1,9	63,1	45,6	23,3	1,3
№ 312 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ-х учреж-Дели 2015	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,120	11,042	29,300	229,33	0,218	10,590	0,106	4,000	63,740	131,780	10,600	0,000
№ 295 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ-х учреж-Дели 2015	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ	80	10,240	5,370	19,360	159	0,080	0,000			89,430	158,000	0,640	0,300
№ 376 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ-х учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,800	47	0,022	-	-	0,220	4,000	2,800	13,000	0,220
	итого:		19,480	20,772	87,360	606,853	0,334	31,090	2,414	6,228	227,73	358,300	54,540	2,892
	Итого за день:		30,280	29,272	163,060	1029,653	0,489	31,490	2,41	8,078	347,23	495,700	83,440	4,642
6 день (СУББОТА) Завтрак														
№ 376 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ-х учреж-Дели 2015	КАША ВЯЗАКАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	200	8,882	12,032	45,333	227	0,389	-		0,690	49,802	227,404	59,400	1,468
№ 376 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ-х учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	30	1,50	0,3	13,5	66	0,021	0	0	0,162	4,14	19,08	4,5	0,558
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,800	47	0,022	-	-	0,220	4,000	2,800	13,000	0,220
	итого:		12,102	12,492	78,733	381,086	0,432	0,000	0,00	0,910	62,64	256,684	80,900	2,946
2 Завтрак														
2012, Дели	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250	4,3	2,0	13,3	91	0,1	12,2	0,2	0,2	50,2	30,2	75,9	1,8
№ 376 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ-х учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	40	2	0,4	18	88	0,028	0	0	0,216	5,52	6	25,44	0,744
	итого:		6,500	2,400	41,400	220,100	0,128	12,200	0,20	0,416	60,42	43,600	105,340	3,244
	Итого за день:		18,60	14,89	120,13	601,19	0,56	12,20	0,20	1,33	123,06	300,28	186,24	6,19

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.: -сост.: А.И.Здобной, В.А. Цыганенко, М.И.Цыганенко. - К.: ООО "Издательство Арий", М.: ИКЦТ "Лада", 2011. - 680 с.

Наименование сборника рецептов: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сборника рецептов: Рецептура блюд согласно Сборнику рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Под ред. М.П.Могильного и В.А. Тютельяна Дели плюс 2015