

Меню-раскладка (1 Неделя Понедельник)

Дети от 7 до 11 лет

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав							
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая ценность	Ca,мг	Fe,мг	B2,мг	C,мг
Завтрак											
Без диет											
K000376 Чай с сахаром			200/20	0,19	0,04	18,2	74	4,71	0,77	0	0,04
Чай высшего или 1-го сорта	1,0	1,0		0,2	0,05	0,04		4,95	0,82		0,1
Сахар	20,0	20,0				19,96		0,4	0,06		
K000103 Суп картофельный с макаронными изделиями на к/б			200	9,23	10,21	10,53	171	21,21	1,05	0,06	1,96
Картофель	25,0	20,0		0,4	0,08	3,26		2,0	0,18	0,01	4,0
Макаронные изделия	10,0	10,0		1,04	0,11	6,97		1,9	0,16		
Морковь	8,0	6,0		0,08	0,01	0,43		3,06	0,04		0,3
Лук репчатый	8,0	6,0		0,08		0,55		1,86	0,05		0,6
Соль	2,0	2,0						7,36	0,06		
Масло сливочное	4,0	4,0		0,03	3,12	0,04		0,72			
Курица 1к полупотрошенная	45,0	45,0		8,19	8,28	0,32		7,2	0,72	0,07	
K000029 Салат из свежих овощей			60	0,69	3,08	2,44	40	21,14	0,45	0,03	12,43
Морковь	12,0	9,6		0,12	0,01	0,69		4,9	0,07	0,01	0,48
Помидоры свежие	22 353	19,0		0,21	0,04	0,72		2,66	0,17	0,01	4,75
Огурцы свежие	22,0	18,0		0,14	0,02	0,47		4,14	0,11	0,01	1,8
Капуста белокочанная свежая	15,0	12,0		0,22	0,01	0,56		5,76	0,07		5,4
Масло растительное	3,0	3,0				3,0					
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
K000309 Макароны изделия отварные 1			130	4,44	3,87	28,59	167	11,55	0,66	0,02	0
Масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,9	0,05		0,9	0,01	0,01	
Макаронные изделия	45,0	45,0		4,68	0,5	31,37		8,55	0,72	0,02	
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
K000426 Булочка с повидлом обсыпная			60	5,01	1,92	26,91	145	13,5	0,88	0,04	0,01
булочка с повидлом обсыпная	60,0	60,0									
K000478 хлеб пшеничный			50	4,25	0,8	18,5	98	21,5	2,5	0,05	0
Хлеб пшеничный	50,0	50,0		4,25	0,8	18,5		21,5	2,5	0,05	
K000272 Биточки,запеченные под томатным соусом			50/20	11,93	14,82	6,85	208	34,74	2,05	0,11	0,89
Хлеб пшеничный	10,0	10,0		0,85	0,16	3,7		4,3	0,5	0,01	

Составил:

Дата: 11.08.2023

Стр: 1

Молоко	15,0	15,0		0,42	0,48	0,71		18,0	0,01	0,02	0,2	
Сухари	2 333	2 333		0,2	0,25	1,19		0,51	0,04			
Масло растительное	5,0	5,0			5,0							
Говядина 1к	55,0	55,0		10,23	8,8			4,95	1,49	0,08		
Яйцо	5,0	5,0		0,64	0,58	0,04		2,75	0,13	0,02		
Масло сливочное	2,0	2,0		0,01	1,56	0,02		0,36				
Лук репчатый	11 905	10,0		0,14		0,91		3,1	0,08		1,0	
Морковь	12,5	10,0		0,13	0,01	0,72		5,1	0,07	0,01	0,5	
Томатное пюре	2,0	2,0		0,07		0,24		0,4	0,04		0,52	
всего в Завтрак				770	35,74	34,74	112,02	903	128,3	8,35	0,31	15,33
всего в день				770	35,74	34,74	112,02	903	128,3	8,35	0,31	15,33

Меню-раскладка (1 Неделя Вторник)
Дети от 7 до 11 лет

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав							
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая ценность	Са,мг	Fe,мг	В2,мг	С,мг
Завтрак											
Без диет											
К000210 Омлет натуральный			53/5	5,21	7,9	0,95	96	39,23	0,91	0,17	0,08
Яйцо	40,0	40,0		5,08	4,6	0,28		22,0	1,0	0,18	
Молоко	15,0	15,0		0,42	0,48	0,71		18,0	0,01	0,02	0,2
Масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,9	0,05		0,9	0,01	0,01	
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
К000338 Фрукты или ягоды свежие (бананы)			200	3	1	42	192	16	1,2	0,1	20
Бананы	200,0	200,0		3,0	0,2	38,0		16,0	1,2	0,1	20,0
К000003 Бутерброд с сыром			73	8,21	11,02	18,58	206	180,4	2,51	0,11	0,42
Масло сливочное	8,0	8,0		0,06	6,24	0,08		1,44	0,01	0,01	
Хлеб пшеничный	50,0	50,0		4,25	0,8	18,5		21,5	2,5	0,05	
Сыр	15,0	15,0		3,9	3,98			157,5		0,05	0,42
К000120 Суп молочный с макаронными изделиями(вермишель)			200	2,79	2,93	13,5	92	58,9	0,27	0,07	0,26
Молоко	50,0	50,0		1,4	1,6	2,35		60,0	0,03	0,08	0,65
Масло сливочное	2,0	2,0		0,01	1,56	0,02		0,36			
Сахар	2,0	2,0				2,0		0,04	0,01		
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Лапша (вермишель)	15,0	15,0		1,56	0,17	10,46		2,85	0,24	0,01	
К000382 Какао с молоком			200	2,03	2	25,96	130	64,77	0,35	0,08	0,31
Какао-порошок	2,0	2,0		0,48	0,35	0,76		1,1	0,3	0,01	
Молоко	60,0	60,0		1,68	1,92	2,82		72,0	0,04	0,09	0,78
Сахар	25,0	25,0				24,95		0,5	0,08		
К000182 Каша жидкая молочная (рисовая, с маслом)			150	4,12	5,95	22,96	162	90,62	0,33	0,11	0,42
Крупа рисовая	30,0	30,0		2,1	0,3	21,42		2,4	0,3	0,01	
Молоко	80,0	80,0		2,24	2,56	3,76		96,0	0,05	0,12	1,04
Масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,9	0,05		0,9	0,01	0,01	
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
всего в Завтрак			881	25,36	30,8	123,95	878	449,9	5,57	0,64	21,49
всего в день			881	25,36	30,8	123,95	878	449,9	5,57	0,64	21,49

Составил:

Дата: 11.08.2023

Стр: 3

Меню-раскладка (1 Неделя Среда)
Дети от 7 до 11 лет

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав							
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая ценность	Са,мг	Fe,мг	В2,мг	С,мг
Завтрак											
Без диет											
К000024 Салат из свежих помидоров и огурцов			63	0,61	2,09	2,19	30	15,71	0,5	0,02	10,8
Помидоры свежие	35 294	30,0		0,33	0,06	1,14		4,2	0,27	0,01	7,5
Огурцы свежие	37,5	30,0		0,24	0,03	0,78		6,9	0,18	0,01	3,0
Масло растительное	2,0	2,0			2,0						
Лук репчатый	3 571	3,0		0,04		0,27		0,93	0,02		0,3
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
К000342 Компот из свежих плодов (яблоки)			200	0,16	0,12	25,52	104	6,35	0,67	0,01	20,56
Яблоки	39,0	30,0		0,12	0,12	2,94		4,8	0,66	0,01	49,5
Сахар	25,0	25,0				24,95		0,5	0,08		
Лимон свежий	5,0	5,0		0,05	0,01	0,15		1,75	0,01		1,9
К000487 суп перловый с мясом			200	7,96	8,28	12,69	157	17,34	1,32	0,06	1,9
Говядина 1к	35,0	35,0		6,51	5,6			3,15	0,95	0,05	
Картофель	20,0	17,0		0,34	0,07	2,77		1,7	0,15	0,01	3,4
Морковь	8,0	6,0		0,08	0,01	0,43		3,06	0,04		0,3
Лук репчатый	8,0	6,0		0,08		0,55		1,86	0,05		0,6
Крупа перловая	15,0	15,0		1,4	0,17	9,98		5,7	0,27	0,01	
Масло растительное	2,0	2,0			2,0						
Томат-паста	1,0	1,0		0,05		0,19		0,2	0,03		0,45
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Масло сливочное	2,0	2,0		0,01	1,56	0,02		0,36			
К000478 хлеб пшеничный			50	4,25	0,8	18,5	98	21,5	2,5	0,05	0
Хлеб пшеничный	50,0	50,0		4,25	0,8	18,5		21,5	2,5	0,05	
К000259 Жаркое по-домашнему из говядины			200	15,55	18,03	19,22	301	32,16	2,99	0,18	31,18
Говядина 1к	73,0	73,0		13,58	11,68			6,57	1,97	0,11	
Картофель	133,0	106,0		2,12	0,42	17,28		10,6	0,95	0,07	21,2
Лук репчатый	12,0	10,0		0,14		0,91		3,1	0,08		1,0
Масло растительное	6,0	6,0			5,99						
Масло сливочное	3,0	3,0		0,02	2,34	0,03		0,54			

Составил:

Дата: 11.08.2023

Стр: 4

Морковь	18,75	15,0		0,2	0,02	1,08		7,65	0,11	0,01	0,75
---------	-------	------	--	-----	------	------	--	------	------	------	------

Перец сладкий	26 667	20,0		0,26		1,06		1,6	0,12	0,02	50,0
Помидоры свежие	23 529	20,0		0,22	0,04	0,76		2,8	0,18	0,01	5,0
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
всего в Завтрак			713	28,53	29,32	78,12	690	93,06	7,98	0,32	64,44
всего в день			713	28,53	29,32	78,12	690	93,06	7,98	0,32	64,44

Меню-раскладка (1 Неделя Четверг)

Дети от 7 до 11 лет

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав							
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая ценность	Са,мг	Fe,мг	B2,мг	С,мг
Завтрак											
Без диет											
К000338 Фрукты или ягоды свежие (яблоки)			120	0,48	0,48	11,76	54	19,2	2,64	0,02	198
Яблоки	120,0	120,0		0,48	0,48	11,76		19,2	2,64	0,02	198,0
К000475 пюре картофельное			140\10	2,83	8,08	16,95	152	48,98	0,9	0,1	8,56
Картофель	130,0	105,0		2,1	0,42	17,12		10,5	0,95	0,07	21,0
Молоко	30,0	30,0		0,84	0,96	1,41		36,0	0,02	0,05	0,39
Масло сливочное	10,0	10,0		0,07	7,8	0,1		1,8	0,01	0,01	
Соль	2,0	2,0						7,36	0,06		
К000029 Салат из свежих овощей			60	0,69	3,08	2,44	40	21,14	0,45	0,03	12,43
Морковь	12,0	9,6		0,12	0,01	0,69		4,9	0,07	0,01	0,48
Помидоры свежие	22 353	19,0		0,21	0,04	0,72		2,66	0,17	0,01	4,75
Огурцы свежие	22,0	18,0		0,14	0,02	0,47		4,14	0,11	0,01	1,8
Капуста белокочанная свежая	15,0	12,0		0,22	0,01	0,56		5,76	0,07		5,4
Масло растительное	3,0	3,0			3,0						
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
К000482 рыба(хек) запеченная			50/10	9,77	6,04	2,32	103	20,05	0,47	0,05	0,77
Хек тихоокеанский (потрошенный обезглавленный)	60,0	60,0		9,96	1,32			18,0	0,42	0,06	1,92
Масло растительное	5,0	5,0			5,0						
Сухари	5,0	5,0		0,43	0,54	2,55		1,1	0,1		
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
К000377 Чай с лимоном			200/20/ 5	0,24	0,05	18,34	75	6,25	0,77	0	0,8
Сахар	20,0	20,0				19,96		0,4	0,06		
Лимон свежий	5,0	5,0		0,05	0,01	0,15		1,75	0,01		1,9
Чай высшего или 1-го сорта	1,0	1,0		0,2	0,05	0,04		4,95	0,82		0,1
К000119 Суп гороховый 1			200	9,85	6,86	12,76	152	31,95	2,18	0,07	2,08
Горох	20,0	20,0		4,1	0,4	9,72		23,0	1,36	0,03	
Морковь	7,0	5,0		0,07	0,01	0,36		2,55	0,04		0,25
Лук репчатый	7,0	5,0		0,07		0,46		1,55	0,04		0,5

Составил:

Дата: 11.08.2023

Стр: 6

Масло сливочное	3,0	3,0		0,02	2,34	0,03		0,54			
Говядина 1к	40,0	40,0		5,77	4,96			2,79	0,84	0,05	
Картофель	26 667	20,0		0,4	0,08	3,26		2,0	0,18	0,01	4,0
Томат-паста	1,0	1,0		0,05		0,19		0,2	0,03		0,45

Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
K000478 хлеб пшеничный			50	4,25	0,8	18,5	98	21,5	2,5	0,05	0
Хлеб пшеничный	50,0	50,0		4,25	0,8	18,5		21,5	2,5	0,05	
всего в Завтрак			840	28,11	25,39	83,07	674	169,0	9,91	0,32	222,64
всего в день			840	28,11	25,39	83,07	674	169,0	9,91	0,32	222,64

Составил:

Дата: 11.08.2023

Стр: 7

УО город Кизилюрт

Меню-раскладка (1 Неделя Пятница)
Дети от 7 до 11 лет

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав							
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая ценность	Ca,мг	Fe,мг	B2,мг	C,мг
Завтрак											
Без диет											
К000049 Салат витаминный из свежей капусты (2 вариант)			50	0,87	2,68	3,56	42	19,66	0,3	0,02	4,78
Капуста белокочанная свежая	25,0	20,0		0,36	0,02	0,94		9,6	0,12	0,01	9,0
Морковь	10,0	8,0		0,1	0,01	0,58		4,08	0,06	0,01	0,4
Горошек зеленый консервированный	15,0	12,0		0,37	0,02	0,78		2,4	0,08	0,01	1,2
Сахар	1,0	1,0				1,0		0,02			
Масло растительное	3,0	3,0			3,0						
Лук репчатый	7,2	6,0		0,08		0,55		1,86	0,05		0,6
Лимон свежий	2,0	2,0		0,02		0,06		0,7			0,76
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
К000265 Плов из говядины 1			150	10	11,01	20,44	221	13,87	1,43	0,07	0,36
Говядина 1к	45,0	45,0		8,37	7,2			4,05	1,22	0,07	
Крупа рисовая	30,0	30,0		2,1	0,3	21,42		2,4	0,3	0,01	
Масло растительное	5,0	5,0			5,0						
Лук репчатый	6,0	5,0		0,07		0,46		1,55	0,04		0,5
Морковь	10,0	8,0		0,1	0,01	0,58		4,08	0,06	0,01	0,4
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
К000484 суп с мясными тефтелями			200	9,66	10,68	7,38	164	13,91	1,51	0,07	2,2
Говядина 1к	50,0	50,0		9,3	8,0			4,5	1,35	0,08	
Крупа рисовая	5,0	5,0		0,35	0,05	3,57		0,4	0,05		
Картофель	25,0	20,0		0,4	0,08	3,26		2,0	0,18	0,01	4,0
Морковь	7,0	5,0		0,07	0,01	0,36		2,55	0,04		0,25
Лук репчатый	9,0	8,0		0,11		0,73		2,48	0,06		0,8
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Масло растительное	4,0	4,0			4,0						
Томат-паста	1,0	1,0		0,05		0,19		0,2	0,03		0,45
К000342 Компот из свежих плодов (груши)			200	0,19	0,12	28,43	116	8,9	0,89	0,01	3,65
Груши	40,0	35,0		0,14	0,11	3,33		6,65	0,81	0,01	1,75
Сахар	25,0	25,0				24,95		0,5	0,08		

Составил:

Дата: 11.08.2023

Стр: 8

Лимон свежий	5,0	5,0		0,05	0,01	0,15		1,75	0,01		1,9
К000426 Булочка с повидлом обсыпная			60	5,01	1,92	26,91	145	13,5	0,88	0,04	0,01
булочка с повидлом обсыпная	60,0	60,0									
К000478 хлеб пшеничный			50	4,25	0,8	18,5	98	21,5	2,5	0,05	0
Хлеб пшеничный	50,0	50,0		4,25	0,8	18,5		21,5	2,5	0,05	
всего в Завтрак			710	29,98	27,21	105,22	786	91,34	7,5	0,26	11

всего в день	710	29,98	27,21	105,22	786	91,34	7,5	0,26	11
---------------------	------------	--------------	--------------	---------------	------------	--------------	------------	-------------	-----------

Составил:

Дата: 11.08.2023

Стр: 9

УО город Кизилюрт

Меню-раскладка (1 Неделя Суббота)
Дети от 7 до 11 лет

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав
-------------------------------	----------	---------	---------	-------------------

			белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая ценность	Ca,мг	Fe,мг	B2,мг	C,мг	
Завтрак											
Без диет											
К000338 Фрукты или ягоды свежие (бананы)			200	3	1	42	192	16	1,2	0,1	20
Бананы	200,0	200,0		3,0	0,2	38,0		16,0	1,2	0,1	20,0
К000171 Каша рассыпчатая (гречневая, с маслом)			150/5	8,57	9,25	38,61	271	25,57	4,58	0,12	0
Крупа гречневая	30,0	30,0		3,78	0,99	18,63		6,0	2,01	0,06	
Масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,9	0,05		0,9	0,01	0,01	
К000377 Чай с лимоном			200/20/5	0,24	0,05	18,34	75	6,25	0,77	0	0,8
Сахар	20,0	20,0				19,96		0,4	0,06		
Лимон свежий	5,0	5,0		0,05	0,01	0,15		1,75	0,01		1,9
Чай высшего или 1-го сорта	1,0	1,0		0,2	0,05	0,04		4,95	0,82		0,1
К000486 курица запеченная			50	11,12	14,92	0,42	180	15,63	0,96	0,08	0
Курица 1к полупотрошенная	70,0	65,0		11,83	11,96	0,46		10,4	1,04	0,1	
Масло растительное	5,0	5,0			5,0						
Соль	2,0	2,0						7,36	0,06		
К000495 суп фасолевый на м/к бульоне с мясом 1			200	12,42	9,66	19,05	213	34,37	2,22	0,09	1,68
Фасоль	15,0	15,0		3,15	0,3	6,99		22,5	0,89	0,03	
Лапша (вермишель)	15,0	15,0		1,56	0,17	10,46		2,85	0,24	0,01	
Картофель	18,0	15,0		0,3	0,06	2,45		1,5	0,14	0,01	3,0
Лук репчатый	6,0	5,0		0,07		0,46		1,55	0,04		0,5
Морковь	6,0	5,0		0,07	0,01	0,36		2,55	0,04		0,25
Томат-паста	1,0	1,0		0,05		0,19		0,2	0,03		0,45
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Говядина 1к	43,0	43,0		8,0	6,88			3,87	1,16	0,06	
Масло растительное	2,0	2,0			2,0						
Масло сливочное	2,0	2,0		0,01	1,56	0,02		0,36			
К000478 хлеб пшеничный			50	4,25	0,8	18,5	98	21,5	2,5	0,05	0
Хлеб пшеничный	50,0	50,0		4,25	0,8	18,5		21,5	2,5	0,05	
К000059 Салат из моркови с чесноком			40	0,62	1,04	2,96	24	21,3	0,3	0,03	2,15

Составил:

Дата: 11.08.2023

Стр: 10

Морковь	50,0	40,0		0,52	0,04	2,88		20,4	0,28	0,03	2,0
Чеснок	1,5	1,5		0,1		0,08		0,9	0,02		0,15
Масло растительное	1,0	1,0			1,0						
всего в Завтрак			895	40,22	36,72	139,88	1053	140,6	12,53	0,47	24,63
всего в день			895	40,22	36,72	139,88	1053	140,6	12,53	0,47	24,63

Составил:

Дата: 11.08.2023

Стр: 11

УО город Кизилюрт

Меню-раскладка (2 Неделя Понедельник)
Дети от 7 до 11 лет

Диета:

Все

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав							
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая ценность	Ca,мг	Fe,мг	B2,мг	C,мг
Завтрак											
Без диет											
К000338 Фрукты или ягоды свежие (груши)			150	0,6	0,45	15,45	71	28,5	3,45	0,05	7,5
Груши	150,0	150,0		0,6	0,45	14,25		28,5	3,45	0,05	7,5
К000049 Салат витаминный из свежей капусты (2 вариант)			50	0,87	2,68	3,56	42	19,66	0,3	0,02	4,78
Капуста белокочанная свежая	25,0	20,0		0,36	0,02	0,94		9,6	0,12	0,01	9,0
Морковь	10,0	8,0		0,1	0,01	0,58		4,08	0,06	0,01	0,4
Горошек зеленый консервированный	15,0	12,0		0,37	0,02	0,78		2,4	0,08	0,01	1,2
Сахар	1,0	1,0				1,0		0,02			
Масло растительное	3,0	3,0			3,0						
Лук репчатый	7,2	6,0		0,08		0,55		1,86	0,05		0,6
Лимон свежий	2,0	2,0		0,02		0,06		0,7			0,76
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
К000377 Чай с лимоном			200/20/ 5	0,24	0,05	18,34	75	6,25	0,77	0	0,8
Сахар	20,0	20,0				19,96		0,4	0,06		
Лимон свежий	5,0	5,0		0,05	0,01	0,15		1,75	0,01		1,9
Чай высшего или 1-го сорта	1,0	1,0		0,2	0,05	0,04		4,95	0,82		0,1
К000489 Суп-лапша домашняя с курицей			200	12,23	7,92	27,79	231	22,83	1,36	0,1	1,28
Курица 1к полупотрошенная	45,0	40,0		7,28	7,36	0,28		6,4	0,64	0,06	
Лук репчатый	8,0	6,0		0,08		0,55		1,86	0,05		0,6
Мука пшеничная	40,0	40,0		4,12	0,44	27,52		7,2	0,48	0,02	
Меланж	10,0	10,0		1,27	1,15	0,07		5,5	0,25	0,04	
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Картофель	17,0	13,0		0,26	0,05	2,12		1,3	0,12	0,01	2,6
К000309 Макароны изделия отварные 1			130	4,44	3,87	28,59	167	11,55	0,66	0,02	0
Масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,9	0,05		0,9	0,01	0,01	
Макаронные изделия	45,0	45,0		4,68	0,5	31,37		8,55	0,72	0,02	
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
К000105 Фрикадельки мясные с соусом овощным			45/20	12,41	16,02	5,35	215	18,77	1,86	0,12	0,97

Составил:

Дата: 11.08.2023

Стр: 12

Говядина 1к	60,0	60,0		11,16	9,6			5,4	1,62	0,09	
Лук репчатый	9 333	7,0		0,1		0,64		2,17	0,06		0,7
Яйцо	10,0	10,0		1,27	1,15	0,07		5,5	0,25	0,04	
Масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,9	0,05		0,9	0,01	0,01	
Масло растительное	3,5	3,5			3,5						
Крупа рисовая	5,0	5,0		0,35	0,05	3,57		0,4	0,05		
Лук репчатый	9 524	8,0		0,11		0,73		2,48	0,06		0,8

Морковь	10,0	8,0		0,1	0,01	0,58		4,08	0,06	0,01	0,4
Томатное пюре	2,0	2,0		0,07		0,24		0,4	0,04		0,52
К000478 хлеб пшеничный			50	4,25	0,8	18,5	98	21,5	2,5	0,05	0
Хлеб пшеничный	50,0	50,0		4,25	0,8	18,5		21,5	2,5	0,05	
всего в Завтрак			845	35,04	31,79	117,58	899	129,0	10,9	0,36	15,33
всего в день			845	35,04	31,79	117,58	899	129,0	10,9	0,36	15,33

Составил:

Дата: 11.08.2023

Стр: 13

УО город Кизилюрт

Меню-раскладка (2 Неделя Вторник)
Дети от 7 до 11 лет

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав
-------------------------------	----------	---------	---------	-------------------

				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая ценность	Са,мг	Fe,мг	В2,мг	С,мг
Завтрак											
Без диет											
К000479 запеканка из творога со сметаной и сгущеным молоком			85	13,24	14,54	25,53	286,17	164,7	0,59	0,21	0,23
Творог	60,0	60,0		9,46	5,1	1,13		92,93	0,23	0,15	0,29
Крупа манная	5,0	5,0		0,49	0,04	3,19		0,94	0,05		
Сахар	10,0	10,0				9,43		0,19	0,03		
Меланж	10,0	10,0		1,2	1,09	0,06		5,19	0,24	0,04	
Масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,68	0,04		0,85		0,01	
Сухари	3,0	3,0		0,24	0,3	1,44		0,62	0,05		
Сметана	20,0	20,0		0,53	3,78	0,61		16,24	0,04	0,02	0,05
Молоко сгущенное	20,0	20,0		1,36	1,61	10,58		59,87		0,03	0,19
К000003 Бутерброд с сыром			73	8,21	11,02	18,58	206	180,4	2,51	0,11	0,42
Масло сливочное	8,0	8,0		0,06	6,24	0,08		1,44	0,01	0,01	
Хлеб пшеничный	50,0	50,0		4,25	0,8	18,5		21,5	2,5	0,05	
Сыр	15,0	15,0		3,9	3,98			157,5		0,05	0,42
К000182 Каша жидкая молочная (овсяная, с маслом)			200/10	6,31	11,26	4,86	146	111,8	1,43	0,14	0,42
Крупа овсяная	40,0	40,0		4,4	2,44	1,48		25,6	1,56	0,04	
Молоко	80,0	80,0		2,24	2,56	3,76		96,0	0,05	0,12	1,04
Масло сливочное	10,0	10,0		0,07	7,8	0,1		1,8	0,01	0,01	
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
К000382 Какао с молоком			200	2,03	2	25,96	130	64,77	0,35	0,08	0,31
Какао-порошок	2,0	2,0		0,48	0,35	0,76		1,1	0,3	0,01	
Молоко	60,0	60,0		1,68	1,92	2,82		72,0	0,04	0,09	0,78
Сахар	25,0	25,0				24,95		0,5	0,08		
К000120 Суп молочный с макаронными изделиями(лапша)			200	3,58	3,78	14,78	107	90,58	0,28	0,1	0,42
Молоко	80,0	80,0		2,24	2,56	3,76		96,0	0,05	0,12	1,04
Масло сливочное	2,0	2,0		0,01	1,56	0,02		0,36			
Сахар	2,0	2,0				2,0		0,04	0,01		
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Лапша (вермишель)	15,0	15,0		1,56	0,17	10,46		2,85	0,24	0,01	

Составил:

Дата: 11.08.2023

Стр: 14

всего в Завтрак	768	33,37	42,6	89,71	875,17	612,4	5,17	0,64	1,8
всего в день	768	33,37	42,6	89,71	875,17	612,4	5,17	0,64	1,8

Составил:

Дата: 11.08.2023

Стр: 15

УО город Кизилюрт

Меню-раскладка (2 Неделя Среда)

Дети от 7 до 11 лет

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав							
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая ценность	Са,мг	Fe,мг	B2,мг	С,мг
Завтрак											
Без диет											
К000125 Картофель отварной			100/5	2	3,12	15,62	99	13,11	0,85	0,06	8,4
Картофель	130,0	105,0		2,1	0,42	17,12		10,5	0,95	0,07	21,0
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Масло сливочное	4,0	4,0		0,03	3,12	0,04		0,72			
К000376 Чай с сахаром			200/20	0,19	0,04	18,2	74	4,71	0,77	0	0,04
Чай высшего или 1-го сорта	1,0	1,0		0,2	0,05	0,04		4,95	0,82		0,1
Сахар	20,0	20,0				19,96		0,4	0,06		
К000487 суп перловый с мясом			200	7,96	8,28	12,69	157	17,34	1,32	0,06	1,9
Говядина 1к	35,0	35,0		6,51	5,6			3,15	0,95	0,05	
Картофель	20,0	17,0		0,34	0,07	2,77		1,7	0,15	0,01	3,4
Морковь	8,0	6,0		0,08	0,01	0,43		3,06	0,04		0,3
Лук репчатый	8,0	6,0		0,08		0,55		1,86	0,05		0,6
Крупа перловая	15,0	15,0		1,4	0,17	9,98		5,7	0,27	0,01	
Масло растительное	2,0	2,0			2,0						
Томат-паста	1,0	1,0		0,05		0,19		0,2	0,03		0,45
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Масло сливочное	2,0	2,0		0,01	1,56	0,02		0,36			
К000488 Перец фаршированный с мясом и овощным соусом			80/20	10,18	9,86	9,4	167	20,51	1,68	0,1	41,06
Перец сладкий	50,0	40,0		0,52		2,12		3,2	0,24	0,03	100,0
Говядина 1к	50,0	50,0		9,3	8,0			4,5	1,35	0,08	
Крупа рисовая	8,0	8,0		0,56	0,08	5,71		0,64	0,08		
Морковь	13,0	10,0		0,13	0,01	0,72		5,1	0,07	0,01	0,5
Лук репчатый	20,0	17,0		0,24		1,55		5,27	0,14		1,7
Томат-паста	1,0	1,0		0,05		0,19		0,2	0,03		0,45
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Масло сливочное	4,0	4,0		0,03	3,12	0,04		0,72			
К000426 Булочка с повидлом обсыпная			60	5,01	1,92	26,91	145	13,5	0,88	0,04	0,01
булочка с повидлом обсыпная	60,0	60,0									

Составил:

Дата: 11.08.2023

Стр: 16

К000478 хлеб пшеничный			50	4,25	0,8	18,5	98	21,5	2,5	0,05	0
Хлеб пшеничный	50,0	50,0		4,25	0,8	18,5		21,5	2,5	0,05	
всего в Завтрак			715	29,59	24,02	101,32	740	90,68	8	0,31	51,41
всего в день			715	29,59	24,02	101,32	740	90,68	8	0,31	51,41

Составил:

Дата: 11.08.2023

Стр: 17

УО город Кизилюрт

Меню-раскладка (2 Неделя Четверг)
Дети от 7 до 11 лет

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав							
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая ценность	Ca,мг	Fe,мг	B2,мг	C,мг
Завтрак											
Без диет											
К000338 Фрукты или ягоды свежие (груши)			150	0,6	0,45	15,45	71	28,5	3,45	0,05	7,5
Груши	150,0	150,0		0,6	0,45	14,25		28,5	3,45	0,05	7,5
К000024 Салат из свежих помидоров и огурцов			63	0,61	2,09	2,19	30	15,71	0,5	0,02	10,8
Помидоры свежие	35 294	30,0		0,33	0,06	1,14		4,2	0,27	0,01	7,5
Огурцы свежие	37,5	30,0		0,24	0,03	0,78		6,9	0,18	0,01	3,0
Масло растительное	2,0	2,0			2,0						
Лук репчатый	3 571	3,0		0,04		0,27		0,93	0,02		0,3
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
К000482 рыба(хек) запеченная			50/10	9,77	6,04	2,32	103	20,05	0,47	0,05	0,77
Хек тихоокеанский (потрошенный обезглавленный)	60,0	60,0		9,96	1,32			18,0	0,42	0,06	1,92
Масло растительное	5,0	5,0			5,0						
Сухари	5,0	5,0		0,43	0,54	2,55		1,1	0,1		
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
К000377 Чай с лимоном			200/20/ 5	0,24	0,05	18,34	75	6,25	0,77	0	0,8
Сахар	20,0	20,0				19,96		0,4	0,06		
Лимон свежий	5,0	5,0		0,05	0,01	0,15		1,75	0,01		1,9
Чай высшего или 1-го сорта	1,0	1,0		0,2	0,05	0,04		4,95	0,82		0,1
К000304 Рис отварной			150	2	3,01	19,53	113	5,98	0,29	0,01	0
Крупа рисовая	30,0	30,0		2,1	0,3	21,42		2,4	0,3	0,01	
Масло сливочное	4,0	4,0		0,03	3,12	0,04		0,72			
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
К000495 суп фасолевый на м/к бульоне с мясом 1			200	12,42	9,66	19,05	213	34,37	2,22	0,09	1,68
Фасоль	15,0	15,0		3,15	0,3	6,99		22,5	0,89	0,03	
Лапша (вермишель)	15,0	15,0		1,56	0,17	10,46		2,85	0,24	0,01	
Картофель	18,0	15,0		0,3	0,06	2,45		1,5	0,14	0,01	3,0
Лук репчатый	6,0	5,0		0,07		0,46		1,55	0,04		0,5
Морковь	6,0	5,0		0,07	0,01	0,36		2,55	0,04		0,25

Составил:

Дата: 11.08.2023

Стр: 18

Томат-паста	1,0	1,0		0,05		0,19		0,2	0,03		0,45
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Говядина 1к	43,0	43,0		8,0	6,88			3,87	1,16	0,06	
Масло растительное	2,0	2,0			2,0						
Масло сливочное	2,0	2,0		0,01	1,56	0,02		0,36			
всего в Завтрак			823	25,64	21,3	76,88	605	110,8	7,71	0,22	21,55

всего в день	823	25,64	21,3	76,88	605	110,8	7,71	0,22	21,55
---------------------	------------	--------------	-------------	--------------	------------	--------------	-------------	-------------	--------------

Составил:

Дата: 11.08.2023

Стр: 19

УО город Кизилюрт

**Меню-раскладка (2 Неделя Пятница)
Дети от 7 до 11 лет**

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав
-------------------------------	----------	---------	---------	-------------------

				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая ценность	Ca,мг	Fe,мг	B2,мг	С,мг
Завтрак											
Без диет											
К000303 Каша вязкая гречневая			150	3,59	4,3	17	121	9,31	1,78	0,06	0
Крупа гречневая	30,0	30,0		3,78	0,99	18,63		6,0	2,01	0,06	
Масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,9	0,05		0,9	0,01	0,01	
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
К000480 котлета из говядины			70	12,19	12,02	6,83	184	20,38	2,15	0,1	0,44
Говядина 1к	55,0	55,0		10,23	8,8			4,95	1,49	0,08	
Лук репчатый	14,0	11,0		0,15		1,0		3,41	0,09		1,1
Хлеб пшеничный	10,5	10,5		0,89	0,17	3,89		4,52	0,53	0,01	
Сухари	5,0	5,0		0,43	0,54	2,55		1,1	0,1		
Масло растительное	3,0	3,0			3,0						
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Яйцо	10,0	10,0		1,27	1,15	0,07		5,5	0,25	0,04	
К000377 Чай с лимоном			200/20/ 5	0,24	0,05	18,34	75	6,25	0,77	0	0,8
Сахар	20,0	20,0				19,96		0,4	0,06		
Лимон свежий	5,0	5,0		0,05	0,01	0,15		1,75	0,01		1,9
Чай высшего или 1-го сорта	1,0	1,0		0,2	0,05	0,04		4,95	0,82		0,1
К000479 Борщ с мясом,на м/к бульоне			200	6,48	9,59	5,42	134	30,57	1,22	0,07	5,32
Говядина 1к	30,0	30,0		5,58	4,8			2,7	0,81	0,05	
Капуста белокочанная свежая	20,0	17,0		0,31	0,02	0,8		8,16	0,1	0,01	7,65
Свекла	18,0	14,0		0,21	0,01	1,27		5,18	0,2	0,01	1,4
Картофель	20,0	15,0		0,3	0,06	2,45		1,5	0,14	0,01	3,0
Морковь	7,0	5,0		0,07	0,01	0,36		2,55	0,04		0,25
Лук репчатый	8 333	7,0		0,1		0,64		2,17	0,06		0,7
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Сметана	10,0	10,0		0,28	2,0	0,32		8,6	0,02	0,01	0,03
Масло растительное	4,0	4,0			4,0						
Томатное пюре	1,0	1,0		0,04		0,12		0,2	0,02		0,26

Составил:

Дата: 11.08.2023

Стр: 20

К000426 Булочка с повидлом обсыпная			60	5,01	1,92	26,91	145	13,5	0,88	0,04	0,01
булочка с повидлом обсыпная	60,0	60,0									
К000478 хлеб пшеничный			50	4,25	0,8	18,5	98	21,5	2,5	0,05	0
Хлеб пшеничный	50,0	50,0		4,25	0,8	18,5		21,5	2,5	0,05	
К000053 Салат из свеклы с зеленым горошком			60	1,05	1,83	4,75	40	17,92	0,66	0,02	2,44
Свекла	60,0	48,0		0,72	0,05	4,37		17,76	0,67	0,02	4,8
Горошек зеленый консервированный	13,0	13,0		0,4	0,03	0,85		2,6	0,09	0,01	1,3
Масло растительное	2,0	2,0			2,0						

Завтрак											
Без диет											
К000338 Фрукты или ягоды свежие (груши)			150	0,6	0,45	15,45	71	28,5	3,45	0,05	7,5
Груши	150,0	150,0		0,6	0,45	14,25		28,5	3,45	0,05	7,5
К000342 Компот из свежих фруктов (яблоки)			200	0,16	0,12	25,52	104	6,35	0,67	0,01	20,56
Яблоки	39,0	30,0		0,12	0,12	2,94		4,8	0,66	0,01	49,5
Сахар	25,0	25,0				24,95		0,5	0,08		
Лимон свежий	5,0	5,0		0,05	0,01	0,15		1,75	0,01		1,9
К000039 Салат картофельный с кукурузой и морковью			50	0,74	2,75	4,3	45	12,79	0,3	0,02	1,94
Картофель	17,0	13,0		0,26	0,05	2,12		1,3	0,12	0,01	2,6
Кукуруза сахарная консервированная	20,0	12,5		0,28	0,05	1,4		0,63	0,05	0,01	0,6
Морковь	16,0	13,0		0,17	0,01	0,94		6,63	0,09	0,01	0,65
Огурцы свежие	13,0	10,0		0,08	0,01	0,26		2,3	0,06		1,0
Масло растительное	3,0	3,0			3,0						
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
К000493 Мини пицца			120	15,1	16,99	38,22	366	117,2	1,75	0,11	1,17
Мука пшеничная	60,0	60,0		6,18	0,66	41,28		10,8	0,72	0,02	
Дрожжи	2,0	2,0		0,25	0,05			0,54	0,06		
Говядина 1к	30,0	30,0		5,58	4,8			2,7	0,81	0,05	
Помидоры свежие	8 235	7,0		0,08	0,01	0,27		0,98	0,06		1,75
Сыр	10,0	10,0		2,6	2,65			105,0		0,03	0,28
Томат-паста	2,0	2,0		0,1		0,38		0,4	0,05		0,9
Соль	2,0	2,0						7,36	0,06		
Яйцо	10,0	10,0		1,27	1,15	0,07		5,5	0,25	0,04	
Масло растительное	10,0	10,0			9,99						
К000494 Суп чечевичный			200	9,86	9,23	11,34	168	25,33	0,97	0,08	1,98
Чечевица	18,0	18,0		4,32	0,27	8,33		14,94		0,04	
Картофель	24,0	18,0		0,36	0,07	2,93		1,8	0,16	0,01	3,6
Морковь	8,0	6,0		0,08	0,01	0,43		3,06	0,04		0,3
Лук репчатый	8,0	6,0		0,08		0,55		1,86	0,05		0,6

Составил:

Дата: 11.08.2023

Стр: 22

Масло растительное	3,0	3,0			3,0						
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Томат-паста	1,0	1,0		0,05		0,19		0,2	0,03		0,45
Масло сливочное	3,0	3,0		0,02	2,34	0,03		0,54			
Говядина 1к	30,0	30,0		5,58	4,8			2,7	0,81	0,05	
К000478 хлеб пшеничный			50	4,25	0,8	18,5	98	21,5	2,5	0,05	0
Хлеб пшеничный	50,0	50,0		4,25	0,8	18,5		21,5	2,5	0,05	
всего в Завтрак			770	30,71	30,34	113,33	852	211,7	9,65	0,32	33,15
всего в день			770	30,71	30,34	113,33	852	211,7	9,65	0,32	33,15

