

СОГЛАСОВАНО:  
Руководитель управления:  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА  
по Иркутской области



А.Н.Пережогин

2018г.

СОГЛАСОВАНО:  
Директор СОШ  
г.Иркутска

\_\_\_\_\_ 2018г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ООО «КомПит»  
г.Иркутск



Л.Н.Леонова

2018г.

Примерное цикличное меню для учащихся СОШ на сезон осень-зима  
(2018-2019) учебный год) ПОЛНЫЙ ЦИКЛ  
7-11 ЛЕТ

1 день

№ рецептуры и сборника	Наименование блюда	Выход	ЭЦ	Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>													
	Масло сливочное	1/10	65,00	0,10	7,20	0,10	0,00	0,00	0,40	2,00	0,00	0,00	0,00
№84П 2001г.	Каша молочная Дружба с маслом сливочным	1/200/5	241,11	5,60	8,33	35,09	0,07	0,39	0,23	227,46	145,84	31,22	0,48
№693 М2204	Какао с молоком	1/200	145,36	3,87	3,10	25,17	0,05	1,30	0,20	125,72	116,20	31,00	1,04
	Кондитерское изделие	1/40	147	3,8	7,9	17,8	0,01	0	0	8	29	30	0,9
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого завтрак</b>		<b>666,27</b>	<b>15,65</b>	<b>26,63</b>	<b>84,06</b>	<b>0,15</b>	<b>1,69</b>	<b>0,84</b>	<b>366,30</b>	<b>315,94</b>	<b>102,72</b>	<b>2,90</b>
<b>Обед</b>													
№612, М2004	Овощи свежие	1/60	14,40	0,66	0,12	2,28	0,02	5,00	0,00	53,00	24,00	14,00	0,60
№124, М2004	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	1/250/10	88,00	2,00	4,30	10,00	0,05	20,50	0,00	65,00	185,00	25,00	0,80
№451,587 М2004	Котлета куриная с соусом томатным	1/80	281,00	23,87	18,67	3,70	0,32	0,00	0,32	23,93	7,40	5,60	2,30
№504 М2004	Каша пшенная	1/180	217,22	2,92	2,10	31,25	0,01	0,00	0,00	20,69	249,88	11,24	0,80
№692 М2204	Кофейный напиток	1/200	152,00	2,50	3,60	28,70	0,02	0,90	0,00	184,90	136,50	0,00	0,00
	Хлеб ржаной	1/30	57,00	1,95	0,30	12,03	0,14	0,00	0,00	14,70	46,80	57,42	0,78
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого обед</b>		<b>877,42</b>	<b>36,18</b>	<b>29,19</b>	<b>93,86</b>	<b>0,58</b>	<b>26,40</b>	<b>0,33</b>	<b>365,34</b>	<b>674,48</b>	<b>123,76</b>	<b>5,76</b>
<b>Полдник</b>													
	Фрукт	1/200	86,00	1,80	0,40	16,20	0,07	0,39	0,23	227,46	145,84	31,22	0,48
№865, М2004	Чай без сахара	1/200	58	0,2	0	15	0	0	0	12	8	6	0
	Зефир	1/55	226	0,7	3	21,4	0,01	0	0	8	29	30	0,9
	Батон	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого полдник</b>		<b>437,80</b>	<b>4,98</b>	<b>3,50</b>	<b>58,50</b>	<b>0,10</b>	<b>0,39</b>	<b>0,24</b>	<b>250,58</b>	<b>207,74</b>	<b>77,72</b>	<b>1,86</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>1981,49</b>	<b>56,81</b>	<b>59,32</b>	<b>236,42</b>	<b>0,83</b>	<b>28,48</b>	<b>1,41</b>	<b>982,22</b>	<b>1198,16</b>	<b>304,20</b>	<b>10,52</b>

С.В.Савитоль, начальник отдела надзора за  
условиями воспитания и обучения управления  
Роспотребнадзора по Иркутской области  
подпись \_\_\_\_\_  
ФИО Савитоль

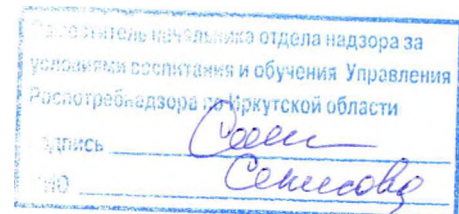
## 2 день

сборника	Наименование блюда	Выход	ЭЦ	Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>													
№612, М2004	Овощи свежие	1/60	14,40	0,66	0,12	2,28	0,02	5,00	0,00	53,00	24,00	14,00	0,60
№413, М2004	Сосиска отварная	1/80	133,00	0,07	14,15	4,25	0,16	0,00	0,00	15,20	144,00	16,00	1,68
№516, М2004	Макароны отварные	1/150	264,60	6,30	7,38	42,30	0,06	0,00	0,00	12,00	34,00	8,00	0,80
ГТК №710	Напиток из свежемороженой ягоды	1/200	87,54	0,18	0,07	19,96	0,01	28,16	0,17	6,34	5,08	5,46	0,23
	Фрукт	1/100	84,60	0,72	0,72	17,64	0,05	9,00	0,00	28,80	19,80	16,20	4,00
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого завтрак</b>		<b>651,94</b>	<b>10,21</b>	<b>22,54</b>	<b>92,33</b>	<b>0,32</b>	<b>42,16</b>	<b>0,18</b>	<b>118,46</b>	<b>251,78</b>	<b>70,16</b>	<b>7,79</b>
<b>Обед</b>													
СБ Прил.1	Овощи тушеные	1/60	40,41	6,24	3,03	2,46	0,02	12,63	0,00	17,75	16,99	7,72	0,29
№110, М2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	106,00	2,00	5,20	13,10	0,03	12,05	1,00	69,00	205,25	26,00	1,00
№489, М2004	Рагу из куриных грудок	1/80	133,00	0,07	14,15	4,25	0,16	0,00	0,00	15,20	144,00	16,00	1,68
№512, П2001	Рис припущенный	1/150	273,60	4,50	7,38	46,26	0,03	0,00	0,00	15,00	10,10	18,00	0,60
№639 М2004	Компот из сухофруктов	1/200	124,00	0,60	0,00	31,40	0,00	15,00	0,00	0,20	0,00	0,00	0,00
	Хлеб ржаной	1/30	57,00	1,95	0,30	12,03	0,14	0,00	0,00	14,70	46,80	57,42	0,78
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого обед</b>		<b>801,81</b>	<b>17,64</b>	<b>30,16</b>	<b>115,40</b>	<b>0,40</b>	<b>39,68</b>	<b>1,01</b>	<b>134,97</b>	<b>448,04</b>	<b>135,64</b>	<b>4,83</b>
<b>Полдник</b>													
	Кондитерское изделие	1/40	147	3,8	7,9	17,8	0,01	0	0	8	29	30	0,9
	Фрукт	1/180	84,60	0,72	0,72	17,64	0,05	18,00	0,00	108,60	19,80	16,20	4,00
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
№865, М2004	Чай с лимоном	1/200	58	0,2	0	15	0	0	0	12	8	6	0
	<b>Итого полдник</b>		<b>357,40</b>	<b>7,00</b>	<b>8,72</b>	<b>56,34</b>	<b>0,08</b>	<b>18,00</b>	<b>0,01</b>	<b>131,72</b>	<b>81,70</b>	<b>62,70</b>	<b>5,38</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>1811,15</b>	<b>34,85</b>	<b>61,42</b>	<b>264,07</b>	<b>0,80</b>	<b>99,84</b>	<b>1,20</b>	<b>385,15</b>	<b>781,52</b>	<b>268,50</b>	<b>18,00</b>



## 3 день

сборника	Наименование блюда	Выход	ЭЦ	Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>													
СБ Прил.1	Овощи тушеные	1/60	40,41	6,24	3,03	2,46	0,02	12,63	0,00	17,75	16,99	7,72	0,29
№725 М2004	Вареники с овощн. фаршем и с маслом сливочн.	1\200\10	344	24	12,8	32,4	0,16	0,00	0,40	114	200	44	1,2
№621, П2001	Чай с молоком, сахаром	1/200	86,00	1,40	1,60	16,40	0,02	0,06	0,00	33,00	25,00	6,00	0,40
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	Фрукт	1/100	84,60	0,72	0,72	17,64	0,05	9,00	0,00	58,80	19,80	16,20	4,00
	<b>Итого завтрак</b>		<b>622,81</b>	<b>34,64</b>	<b>18,25</b>	<b>74,80</b>	<b>0,27</b>	<b>21,69</b>	<b>0,41</b>	<b>226,67</b>	<b>286,69</b>	<b>84,42</b>	<b>6,37</b>
<b>Обед</b>													
№612, М2004	Овощи свежие	1/60	14,40	0,66	0,12	2,28	0,02	5,00	0,00	53,00	24,00	14,00	0,60
№140. М2004	Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	120,00	2,9	2,5	21	0,22	1,65	0,10	27,92	106,35	31,72	1,39
ТТК№504-15	Жаркое по домашнему	1/200	266,50	39,26	13,42	22,69	0,17	15,44	0,00	22,05	37,20	5,60	1,88
№631, М2004	Компот из свежих фруктов	1/200	142,00	0,20	0,00	35,60	0,01	6,63	0,00	13,62	7,14	1,33	0,21
	Хлеб ржаной	1/30	57,00	1,95	0,30	12,03	0,14	0,00	0,00	14,70	46,80	57,42	0,78
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого обед</b>		<b>667,70</b>	<b>47,25</b>	<b>16,44</b>	<b>99,50</b>	<b>0,58</b>	<b>28,72</b>	<b>0,11</b>	<b>134,41</b>	<b>246,39</b>	<b>120,57</b>	<b>5,34</b>
<b>Полдник</b>													
№3М2004	Бутерброд: батон с маслом слив., сыром	1/30/20/10	240,00	7,69	14,08	7,96	0,05	0,00	0,03	88,20	51,20	2,12	0,36
ТТК №720-15	Кисель	1/200	90,00	0,00	0,00	22,00	0,12	5,75	0,13	30,00	1,64	0,00	0,00
	Фрукт	1/200	84,60	0,72	0,72	17,64	0,05	9,00	0,00	128,50	19,80	16,20	4,00
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого полдник</b>		<b>482,40</b>	<b>10,69</b>	<b>14,90</b>	<b>53,50</b>	<b>0,24</b>	<b>14,75</b>	<b>0,17</b>	<b>249,82</b>	<b>97,54</b>	<b>28,82</b>	<b>4,84</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>1772,91</b>	<b>92,58</b>	<b>49,59</b>	<b>227,80</b>	<b>1,09</b>	<b>65,16</b>	<b>0,69</b>	<b>610,90</b>	<b>630,62</b>	<b>233,81</b>	<b>16,55</b>



## 4 день

сборника	Наименование блюда	Выход	ЭЦ	Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>													
№612, М2004	Овощи свежие	1/60	14,40	0,66	0,12	2,28	0,02	5,00	0,00	53,00	24,00	14,00	0,60
№162, П2001	Печень тушеная	1/100	183,50	13,50	19,20	3,90	0,01	9,70	0,80	481,00	377,50	0,03	1,00
№84, П2001	Гречка отварная	1/150	241,11	5,60	8,33	35,09	0,07	0,39	0,23	227,46	145,84	31,22	0,48
№631, М2004	Компот из свежих фруктов	1/200	142,00	0,20	0,00	35,60	0,01	6,63	0,00	13,62	7,14	1,33	0,21
	Кондитерское изделие	1/40	147	3,8	7,9	17,8	0,01	0	0	8	29	30	0,9
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого завтрак</b>		<b>795,81</b>	<b>26,04</b>	<b>35,65</b>	<b>100,57</b>	<b>0,14</b>	<b>21,72</b>	<b>1,04</b>	<b>786,20</b>	<b>608,38</b>	<b>87,08</b>	<b>3,67</b>
<b>Обед</b>													
№612, М2004	Овощи свежие	1/60	14,40	0,66	0,12	2,28	0,02	5,00	0,00	53,00	24,00	14,00	0,60
№136, \М2004	Суп картофельный с бобовыми	1\250	93,5	1,65	5,59	9,14	0,05	9,32	3,5	21	52,7	22,92	1,02
№374, М2004	Рыба тушеная с овощами	1/100	115,00	10,60	5,40	5,60	0,07	0,00	0,02	424,50	625,00	7,50	0,40
№512, П2001	Рис припущенный	1/150	273,60	4,50	7,38	46,26	0,03	0,00	0,00	15,00	10,10	18,00	0,60
№693 М2204	Какао с молоком	1/200	145,36	3,87	3,10	25,17	0,05	1,30	0,20	125,72	116,20	31,00	1,04
	Хлеб ржаной	1/30	57,00	1,95	0,30	12,03	0,14	0,00	0,00	14,70	46,80	57,42	0,78
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого обед</b>		<b>766,66</b>	<b>25,51</b>	<b>21,99</b>	<b>106,38</b>	<b>0,38</b>	<b>15,62</b>	<b>3,73</b>	<b>657,04</b>	<b>899,70</b>	<b>161,34</b>	<b>4,92</b>
<b>Полдник</b>													
№6, М2004	Бутерброд с колбасой, сыром	1/30/15/15	128,30	7,98	3,50	5,93	0,05	0,00	0,01	99,12	30,90	13,50	0,72
ТТК №710	Напиток из свежемороженой ягоды	1/200	87,54	0,18	0,07	19,96	0,01	28,16	0,17	6,34	5,08	5,46	0,23
	Фрукт	1/150	84,60	0,72	0,72	17,64	0,05	9,00	0,00	88,60	19,80	16,20	4,00
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого полдник</b>		<b>368,24</b>	<b>11,16</b>	<b>4,39</b>	<b>49,43</b>	<b>0,13</b>	<b>37,16</b>	<b>0,19</b>	<b>197,18</b>	<b>80,68</b>	<b>45,66</b>	<b>5,43</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>1930,71</b>	<b>62,71</b>	<b>62,03</b>	<b>256,38</b>	<b>0,65</b>	<b>74,50</b>	<b>4,96</b>	<b>1640,42</b>	<b>1588,76</b>	<b>294,08</b>	<b>14,02</b>

Руководитель подразделения отдела надзора за  
 качеством воспитания и обучения Управления  
 Роспотребнадзора по Иркутской области  
 Подпись \_\_\_\_\_  
 ФИО \_\_\_\_\_

5 день

сборника	Наименование блюда	Выход	ЭЦ	Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>													
№6, М2004	Бутерброд с колбасой	1/30/15	128,30	7,98	3,50	5,93	0,05	0,00	0,01	9,12	30,90	13,50	0,72
М2012	Запеканка рисово-творожная с фруктовым соусом	1/150/30	352,00	18,80	6,80	47,25	0,09	8,67	3,38	195,46	312,64	42,06	1,04
№865, М2004	Чай с сахаром	1/200	58	0,2	0	15	0	0	0	12	8	6	0
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого завтрак</b>		<b>606,10</b>	<b>29,26</b>	<b>10,40</b>	<b>74,08</b>	<b>0,16</b>	<b>8,67</b>	<b>3,40</b>	<b>219,70</b>	<b>376,44</b>	<b>72,06</b>	<b>2,24</b>
<b>Обед</b>													
СБ Прил.1	Овощи тушеные	1/60	40,41	6,24	3,03	2,46	0,02	12,63	0,00	17,75	16,99	7,72	0,29
№132, М2004	Рассольник Ленинградский со сметаной	1/250/10	147,00	4,75	20,55	20,82	0,11	1,73	0,03	25,83	78,50	26,87	1,02
№413, М2004	Сосиска отварная	1/80	133,00	0,07	14,15	4,25	0,16	0,00	0,00	15,20	144,00	16,00	1,68
№516, М2004	Макароны отварные	1/150	264,60	6,30	7,38	42,30	0,06	0,00	0,00	12,00	34,00	8,00	0,80
№639 М2004	Компот из сухофруктов	1/200	124,00	0,60	0,00	31,40	0,00	15,00	0,00	0,20	0,00	0,00	0,00
	Хлеб ржаной	1/30	57,00	1,95	0,30	12,03	0,14	0,00	0,00	14,70	46,80	57,42	0,78
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого обед</b>		<b>833,81</b>	<b>22,19</b>	<b>45,51</b>	<b>119,16</b>	<b>0,51</b>	<b>29,36</b>	<b>0,04</b>	<b>88,80</b>	<b>345,19</b>	<b>126,51</b>	<b>5,05</b>
<b>Полдник</b>													
	Кондитерское изделие	1/40	147	3,8	7,9	17,8	0,01	0	0	8	29	30	0,9
	Фрукт	1/150	84,60	0,72	0,72	17,64	0,05	9,00	0,00	88,60	19,80	16,20	4,00
№865, М2004	Чай без сахара	1/200	58	0,2	0	15	0	0	0	12	8	6	0
	Йогурт питьевой Фруктовый	1/125	92,00	3,20	3,50	12,00	0,02	0,00	0,01	77,50	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого полдник</b>		<b>381,60</b>	<b>7,92</b>	<b>12,12</b>	<b>62,44</b>	<b>0,08</b>	<b>9,00</b>	<b>0,01</b>	<b>186,10</b>	<b>81,70</b>	<b>62,70</b>	<b>5,38</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>1821,51</b>	<b>59,37</b>	<b>68,03</b>	<b>255,68</b>	<b>0,75</b>	<b>47,03</b>	<b>3,45</b>	<b>494,60</b>	<b>803,33</b>	<b>261,27</b>	<b>12,67</b>

Специальный отдел надзора за  
 условиями воспитания и обучения Управления  
 Роспотребнадзора по Иркутской области  
 Подпись: *Селиванов*  
 2020

6 день

сборника	Наименование блюда	Выход	ЭЦ	Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	<b>Завтрак</b>												
№612, М2004	Овощи свежие	1/60	14,40	0,66	0,12	2,28	0,02	5,00	0,00	53,00	24,00	14,00	0,60
№388 М2004	Биточки рыбные	1/80	120,00	5,30	5,38	15,00	0,06	1,21	0,08	11,75	75,50	9,25	0,00
№518, М2004	Картофель отварной	1/150	150,20	3,60	7,38	19,16	0,06	0,20	0,06	51,84	105,48	14,40	0,60
№705 М2004	Напиток из шиповника	1/200	94,00	0,40	0,00	23,60	0,12	5,75	0,13	0,00	1,64	0,00	0,00
	Кондитерское изделие	1/40	147	3,8	7,9	17,8	0,01	0	0	8	29	30	0,9
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого за день</b>		<b>593,40</b>	<b>16,04</b>	<b>20,88</b>	<b>83,74</b>	<b>0,29</b>	<b>12,16</b>	<b>0,28</b>	<b>127,71</b>	<b>260,52</b>	<b>78,15</b>	<b>2,58</b>

Завтрак №612, М2004  
 Руководитель отдела надзора за  
 качеством воспитания и обучения Управления  
 государственного надзора по Иркутской области  
 Подпись: \_\_\_\_\_  
 ФИО: \_\_\_\_\_

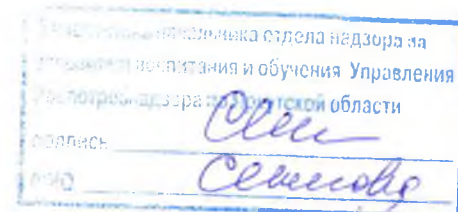
## 7 день

сборника	Наименование блюда	Выход	ЭЦ	Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
	<b>Завтрак</b>												
	Масло сливочное	1/10	65,00	0,10	7,20	0,10	0,00	0,00	0,40	2,00	0,00	0,00	0,00
№84П 2001г.	Каша молочная кукурузная с маслом сливочным	1/200/5	241,11	5,60	8,33	35,09	0,07	0,39	0,23	227,46	145,84	31,22	0,48
№693 М2204	Какао с молоком	1/200	145,36	3,87	3,10	25,17	0,05	1,30	0,20	125,72	116,20	31,00	1,04
	Повидло	1/40	147	3,8	7,9	17,8	0,01	0	0	8	29	30	0,9
	Батон	1/30	104,28	3,2	0,54	10,64	0,12	0	0	20,8	68	26	0,66
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого завтрак</b>		<b>770,55</b>	<b>18,85</b>	<b>27,17</b>	<b>94,70</b>	<b>0,27</b>	<b>1,69</b>	<b>0,84</b>	<b>387,10</b>	<b>383,94</b>	<b>128,72</b>	<b>3,56</b>
	<b>Обед</b>												
№612, М2004	Овощи свежие	1/60	14,40	0,66	0,12	2,28	0,02	5,00	0,00	53,00	24,00	14,00	0,60
№124, М2004	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	1/250/10	88,00	2,00	4,30	10,00	0,05	20,50	0,00	65,00	185,00	25,00	0,80
№451,587 М2004	Котлета куриная с соусом томатным	1/80	281,00	23,87	18,67	3,70	0,32	0,00	0,32	23,93	7,40	5,60	2,30
№534, М2004	Капуста тушеная	1/180	186,10	3,00	5,82	19,26	0,01	0,20	0,04	87,74	150,00	1,30	0,42
№692 М2204	Кофейный напиток	1/200	152,00	2,50	3,60	28,70	0,02	0,90	0,00	184,90	136,50	0,00	0,00
	Хлеб ржаной	1/30	57,00	1,95	0,30	12,03	0,14	0,00	0,00	14,70	46,80	57,42	0,78
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого обед</b>		<b>846,30</b>	<b>36,26</b>	<b>32,91</b>	<b>81,87</b>	<b>0,58</b>	<b>26,60</b>	<b>0,37</b>	<b>432,39</b>	<b>574,60</b>	<b>113,82</b>	<b>5,38</b>
	<b>Полдник</b>												
	Фрукт	1/200	86,00	1,80	0,40	16,20	0,07	0,39	0,23	227,46	145,84	31,22	0,48
№865, М2004	Чай без сахара	1/200	58	0,2	0	15	0	0	0	12	8	6	0
	Зефир	1/55	226	0,7	3	21,4	0,01	0	0	8	29	30	0,9
	Батон	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого полдник</b>		<b>437,80</b>	<b>4,98</b>	<b>3,50</b>	<b>58,50</b>	<b>0,10</b>	<b>0,39</b>	<b>0,24</b>	<b>250,58</b>	<b>207,74</b>	<b>77,72</b>	<b>1,86</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>2054,65</b>	<b>60,09</b>	<b>63,58</b>	<b>235,07</b>	<b>0,95</b>	<b>28,68</b>	<b>1,45</b>	<b>1070,07</b>	<b>1166,28</b>	<b>320,26</b>	<b>10,80</b>

\_\_\_\_\_  
 заместитель начальника отдела надзора за  
 условиями воспитания и обучения Управления  
 Роспотребнадзора по Иркутской области  
 подпись \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

## 8 день

сборника	Наименование блюда	Выход	ЭЦ	Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
	<b>Завтрак</b>												
№612, М2004	Овощи свежие	1/60	14,40	0,66	0,12	2,28	0,02	5,00	0,00	53,00	24,00	14,00	0,60
№413, М2004	Сосиска отварная	1/80	133,00	0,07	14,15	4,25	0,16	0,00	0,00	15,20	144,00	16,00	1,68
№516, М2004	Макароны отварные	1/150	264,60	6,30	7,38	42,30	0,06	0,00	0,00	12,00	34,00	8,00	0,80
ТТК №710	Напиток из свежемороженой ягоды	1/200	87,54	0,18	0,07	19,96	0,01	28,16	0,17	6,34	5,08	5,46	0,23
	Фрукт	1/100	84,60	0,72	0,72	17,64	0,05	18,00	0,00	58,80	19,80	16,20	4,00
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого завтрак</b>		<b>651,94</b>	<b>10,21</b>	<b>22,54</b>	<b>92,33</b>	<b>0,32</b>	<b>51,16</b>	<b>0,18</b>	<b>148,46</b>	<b>251,78</b>	<b>70,16</b>	<b>7,79</b>
	<b>Обед</b>												
СБ Прил.1	Овощи тушеные	1/60	40,41	6,24	3,03	2,46	0,02	12,63	0,00	17,75	16,99	7,72	0,29
№110, М2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	106,00	2,00	5,20	13,10	0,03	12,05	1,00	69,00	205,25	26,00	1,00
№374, М2004	Рыба тушеная с овощами	1/100	115,00	10,60	5,40	5,60	0,07	0,00	0,02	424,50	625,00	7,50	0,40
№512, П2001	Рис припущенный	1/150	273,60	4,50	7,38	46,26	0,03	0,00	0,00	15,00	10,10	18,00	0,60
№639 М2004	Компот из сухофруктов	1/200	124,00	0,60	0,00	31,40	0,00	15,00	0,00	0,20	0,00	0,00	0,00
	Хлеб ржаной	1/30	57,00	1,95	0,30	12,03	0,14	0,00	0,00	14,70	46,80	57,42	0,78
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого обед</b>		<b>783,81</b>	<b>28,17</b>	<b>21,41</b>	<b>116,75</b>	<b>0,31</b>	<b>39,68</b>	<b>1,03</b>	<b>544,27</b>	<b>929,04</b>	<b>127,14</b>	<b>3,55</b>
	<b>Полдник</b>												
	Кондитерское изделие	1/40	147	3,8	7,9	17,8	0,01	0	0	8	29	30	0,9
	Фрукт	1/180	84,60	0,72	0,72	17,64	0,05	9,00	0,00	108,60	19,80	16,20	4,00
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
№865, М2004	Чай с лимоном	1/200	58	0,2	0	15	0	0	0	12	8	6	0
	<b>Итого полдник</b>		<b>357,40</b>	<b>7,00</b>	<b>8,72</b>	<b>56,34</b>	<b>0,08</b>	<b>9,00</b>	<b>0,01</b>	<b>131,72</b>	<b>81,70</b>	<b>62,70</b>	<b>5,38</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>1793,15</b>	<b>45,38</b>	<b>52,67</b>	<b>265,42</b>	<b>0,71</b>	<b>99,84</b>	<b>1,22</b>	<b>824,45</b>	<b>1262,52</b>	<b>260,00</b>	<b>16,72</b>





9 день

Борника	Наименование блюда	Выход	ЭЦ	Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>													
Б Прил.1	Овощи тушеные	1/60	40,41	6,24	3,03	2,46	0,02	12,63	0,00	17,75	16,99	7,72	0,29
е725 М2004	Вареники с овощн. фаршем и с маслом сливочн.	1\200\10	344	24	12,8	32,4	0,16	0,00	0,40	114	200	44	1,2
е621, П2001	Чай с молоком, сахаром	1/200	86,00	1,40	1,60	16,40	0,02	0,06	0,00	33,00	25,00	6,00	0,40
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	Фрукт	1/100	84,60	0,72	0,72	17,64	0,05	18,00	0,00	58,80	19,80	16,20	4,00
	<b>Итого завтрак</b>		<b>622,81</b>	<b>34,64</b>	<b>18,25</b>	<b>74,80</b>	<b>0,27</b>	<b>30,69</b>	<b>0,41</b>	<b>226,67</b>	<b>286,69</b>	<b>84,42</b>	<b>6,37</b>
<b>Обед</b>													
е612, М2004	Овощи свежие	1/60	14,40	0,66	0,12	2,28	0,02	5,00	0,00	53,00	24,00	14,00	0,60
е140. М2004	Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	120,00	2,9	2,5	21	0,22	1,65	0,1	27,92	106,35	31,72	1,39
ТК№504-15	Жаркое по домашнему	1/200	266,50	39,26	13,42	22,69	0,17	15,44	0,00	22,05	37,20	5,60	1,88
е631, М2004	Компот из свежих фруктов	1/200	142,00	0,20	0,00	35,60	0,01	6,63	0,00	13,62	7,14	1,33	0,21
	Хлеб ржаной	1/30	57,00	1,95	0,30	12,03	0,14	0,00	0,00	14,70	46,80	57,42	0,78
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого обед</b>		<b>667,70</b>	<b>47,25</b>	<b>16,44</b>	<b>99,50</b>	<b>0,58</b>	<b>28,72</b>	<b>0,11</b>	<b>134,41</b>	<b>246,39</b>	<b>120,57</b>	<b>5,34</b>
<b>Полдник</b>													
е3М2004	Бутерброд: батон с маслом слив., сыром	1/30/20/10	240,00	7,69	14,08	7,96	0,05	0,00	0,03	88,20	51,20	2,12	0,36
ТК №720-15	Кисель	1/200	90,00	0,00	0,00	22,00	0,12	5,75	0,13	30,00	1,64	0,00	0,00
	Фрукт	1/200	84,60	0,72	0,72	17,64	0,05	9,00	0,00	128,50	19,80	16,20	4,00
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого полдник</b>		<b>482,40</b>	<b>10,69</b>	<b>14,90</b>	<b>53,50</b>	<b>0,24</b>	<b>14,75</b>	<b>0,17</b>	<b>249,82</b>	<b>97,54</b>	<b>28,82</b>	<b>4,84</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>1772,91</b>	<b>92,58</b>	<b>49,59</b>	<b>227,80</b>	<b>1,09</b>	<b>74,16</b>	<b>0,69</b>	<b>610,90</b>	<b>630,62</b>	<b>233,81</b>	<b>16,55</b>

Специалист по методике отдела надзора за  
 качеством воспитания и обучения. Управление  
 Роспотребнадзора по Иркутской области  
 Подпись: *Семесова*  
 М.П.

## 10 день

сборника	Наименование блюда	Выход	ЭЦ	Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>													
№612, М2004	Овощи свежие	1/60	14,40	0,66	0,12	2,28	0,02	5,00	0,00	53,00	24,00	14,00	0,60
№451,587 М2004	Котлета куриная с соусом томатным	1/80	281,00	23,87	18,67	3,70	0,32	0,00	0,32	23,93	7,40	5,60	2,30
№84, П2001	Гречка отварная	1/150	241,11	5,60	8,33	35,09	0,07	0,39	0,23	227,46	145,84	31,22	0,48
№631, М2004	Компот из свежих фруктов	1/200	142,00	0,20	0,00	35,60	0,01	6,63	0,00	13,62	7,14	1,33	0,21
	Кондитерское изделие	1/40	147	3,8	7,9	17,8	0,01	0	0	8	29	30	0,9
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого завтрак</b>		<b>893,31</b>	<b>36,41</b>	<b>35,12</b>	<b>100,37</b>	<b>0,45</b>	<b>12,02</b>	<b>0,56</b>	<b>329,13</b>	<b>238,28</b>	<b>92,65</b>	<b>4,97</b>
<b>Обед</b>													
№612, М2004	Овощи свежие	1/60	14,40	0,66	0,12	2,28	0,02	5,00	0,00	53,00	24,00	14,00	0,60
№136, \М2004	Суп картофельный с бобовыми	1\250	93,5	1,65	5,59	9,14	0,05	9,32	3,5	21	52,7	22,92	1,02
№374, М2004	Рыба тушеная с овощами	1/100	115,00	10,60	5,40	5,60	0,07	0,00	0,02	424,50	625,00	7,50	0,40
№512, П2001	Рис припущенный	1/150	273,60	4,50	7,38	46,26	0,03	0,00	0,00	15,00	10,10	18,00	0,60
№693 М2204	Какао с молоком	1/200	145,36	3,87	3,10	25,17	0,05	1,30	0,20	125,72	116,20	31,00	1,04
	Хлеб ржаной	1/30	57,00	1,95	0,30	12,03	0,14	0,00	0,00	14,70	46,80	57,42	0,78
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого обед</b>		<b>766,66</b>	<b>25,51</b>	<b>21,99</b>	<b>106,38</b>	<b>0,38</b>	<b>15,62</b>	<b>3,73</b>	<b>657,04</b>	<b>899,70</b>	<b>161,34</b>	<b>4,92</b>
<b>Полдник</b>													
№6, М2004	Бутерброд с колбасой, сыром	1/30/15/15	128,30	7,98	3,50	5,93	0,05	0,00	0,01	99,12	30,90	13,50	0,72
ТТК №710	Напиток из свежемороженой ягоды	1/200	87,54	0,18	0,07	19,96	0,01	28,16	0,17	6,34	5,08	5,46	0,23
	Фрукт	1/150	84,60	0,72	0,72	17,64	0,05	9,00	0,00	88,60	19,80	16,20	4,00
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого полдник</b>		<b>368,24</b>	<b>11,16</b>	<b>4,39</b>	<b>49,43</b>	<b>0,13</b>	<b>37,16</b>	<b>0,19</b>	<b>197,18</b>	<b>80,68</b>	<b>45,66</b>	<b>5,43</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>2028,21</b>	<b>73,08</b>	<b>61,50</b>	<b>256,18</b>	<b>0,96</b>	<b>64,80</b>	<b>4,48</b>	<b>1183,35</b>	<b>1218,66</b>	<b>299,65</b>	<b>15,32</b>

\_\_\_\_\_  
 Руководитель отдела надзора за  
 качеством питания и обучения Управления  
 Роспотребнадзора по Иркутской области  
 Подпись \_\_\_\_\_  
 ФИО \_\_\_\_\_

11 день

Код борника	Наименование блюда	Выход	ЭЦ	Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>													
№6, М2004	Бутерброд с колбасой	1/30/15	128,30	7,98	3,50	5,93	0,05	0,00	0,01	9,12	30,90	13,50	0,72
М2012	Запеканка рисово-творожная с фруктовым соусом	1/150/30	352,00	18,80	6,80	47,25	0,09	8,67	3,38	195,46	312,64	42,06	1,04
№865, М2004	Чай с сахаром	1/200	58	0,2	0	15	0	0	0	12	8	6	0
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого завтрак</b>		<b>606,10</b>	<b>29,26</b>	<b>10,40</b>	<b>74,08</b>	<b>0,16</b>	<b>8,67</b>	<b>3,40</b>	<b>219,70</b>	<b>376,44</b>	<b>72,06</b>	<b>2,24</b>
<b>Обед</b>													
Б Прил.1	Овощи тушеные	1/60	40,41	6,24	3,03	2,46	0,02	12,63	0,00	17,75	16,99	7,72	0,29
№132, М2004	Рассольник Ленинградский со сметаной	1/250/10	147,00	4,75	20,55	20,82	0,11	1,73	0,03	25,83	78,50	26,87	1,02
№489, М2004	Рагу из куриных грудок	1/80	133,00	0,07	14,15	4,25	0,16	0,00	0,00	15,20	144,00	16,00	1,68
№516, М2004	Макароны отварные	1/150	264,60	6,30	7,38	42,30	0,06	0,00	0,00	12,00	34,00	8,00	0,80
№639 М2004	Компот из сухофруктов	1/200	124,00	0,60	0,00	31,40	0,00	15,00	0,00	0,20	0,00	0,00	0,00
	Хлеб ржаной	1/30	57,00	1,95	0,30	12,03	0,14	0,00	0,00	14,70	46,80	57,42	0,78
	Хлеб пшеничный	1/30	67,80	2,28	0,10	5,90	0,02	0,00	0,01	3,12	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого обед</b>		<b>833,81</b>	<b>22,19</b>	<b>45,51</b>	<b>119,16</b>	<b>0,51</b>	<b>29,36</b>	<b>0,04</b>	<b>88,80</b>	<b>345,19</b>	<b>126,51</b>	<b>5,05</b>
<b>Полдник</b>													
	Кондитерское изделие	1/40	147	3,8	7,9	17,8	0,01	0	0	8	29	30	0,9
	Фрукт	1/150	84,60	0,72	0,72	17,64	0,05	9,00	0,00	88,60	19,80	16,20	4,00
№705 М2004	Напиток из цитрусовых	1/200	94,00	0,40	0,00	23,60	0,12	5,75	0,13	0,00	1,64	0,00	0,00
	Йогурт питьевой Фруктовый	1/125	92,00	3,20	3,50	12,00	0,02	0,00	0,01	77,50	24,90	10,50	0,48
	<b>Итого полдник</b>		<b>417,60</b>	<b>8,12</b>	<b>12,12</b>	<b>71,04</b>	<b>0,20</b>	<b>14,75</b>	<b>0,14</b>	<b>174,10</b>	<b>75,34</b>	<b>56,70</b>	<b>5,38</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>1857,51</b>	<b>59,57</b>	<b>68,03</b>	<b>264,28</b>	<b>0,87</b>	<b>52,78</b>	<b>3,58</b>	<b>482,60</b>	<b>796,97</b>	<b>255,27</b>	<b>12,67</b>

Подпись начальника отдела надзора за  
 организацией питания и обучения Управления  
 Роспотребнадзора по Иркутской области  
 Подпись *Смирнов*  
 ФИО *Смирнов*

