

| Наименование блюда | Белки | | Жиры | | Углеводы | | Масса порции | | Энергет.ценность | |
|-------------------------------|-------------|--------|--------|--------|----------|--------|--------------|--------|------------------|--------|
| | 1-4 кл | 5-9 кл | 1-4 кл | 5-9 кл | 1-4 кл | 5-9 кл | 1-4 кл | 5-9 кл | 1-4 кл | 5-9 кл |
| 4 день | | | | | | | | | | |
| Салат из свежих огурцов | 0,46 | 0,76 | 3,65 | 6,09 | 1,43 | 2,38 | 60 | 100 | 40,38 | 67,3 |
| Рассольник на мясном бульоне | 1,68 | 2,1 | 4,09 | 5,11 | 13,27 | 16,59 | 200 | 250 | 96,6 | 120,75 |
| Пюре | 2,29 | 2,75 | 11 | 13,2 | 14,44 | 17,33 | 150 | 180 | 150 | 202,14 |
| Рыба | 13,87 | 18,03 | 7,85 | 10,21 | 6,53 | 8,49 | 150 | 197 | 195 | 224,6 |
| Чай | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 14 | 14 | 200 | 200 | 28 | 28 |
| Хлеб | 7,6 | 8,3 | 0,9 | 1,5 | 48,1 | 49,7 | 80 | 100 | 226 | 282,5 |
| 5 день | | | | | | | | | | |
| Салат из помидоров | 0,68 | 1,13 | 3,71 | 6,19 | 2,83 | 4,72 | 60 | 100 | 47,46 | 79,1 |
| Щи из свежей капусты | 1,4 | 1,75 | 3,91 | 4,89 | 6,79 | 8,49 | 200 | 250 | 67,8 | 84,75 |
| Гуляш из мяса с рисом | 14,8 | 18,5 | 16,51 | 20,64 | 34,55 | 43,19 | 200 | 250 | 396 | 436 |
| Молоко | На упаковке | | | | | | 200 | 200 | | |
| Хлеб | 7,6 | 8,3 | 0,9 | 1,5 | 48,1 | 49,7 | 80 | 100 | 226 | 282,5 |
| 6 день | | | | | | | | | | |
| Салат из свежей моркови | 0,57 | 0,7 | 3,31 | 4,0 | 5,49 | 6,6 | 50 | 60 | 53 | 63 |
| Суп овощной на мясном бульоне | 1,68 | 2,1 | 5,98 | 7,48 | 9,35 | 11,69 | 200 | 250 | 98,37 | 122,96 |
| Горошница | 15,3 | 28,5 | 0,7 | 2,0 | 44,3 | 49,5 | 150 | 180 | 116,5 | 187 |
| Котлета | 12,44 | 15,55 | 9,24 | 11,55 | 12,56 | 15,7 | 75 | 100 | 183 | 228,75 |
| Чай | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 14 | 14 | 200 | 200 | 28 | 28 |
| Хлеб | 7,6 | 8,3 | 0,9 | 1,5 | 48,1 | 49,7 | 80 | 100 | 226 | 282,5 |
| 7 день | | | | | | | | | | |
| Салат из огурцов | 0,46 | 0,76 | 3,65 | 6,09 | 1,43 | 2,38 | 60 | 100 | 40,38 | 67,3 |
| Суп с лапшой | 2,15 | 2,69 | 2,27 | 2,84 | 13,71 | 17,14 | 200 | 250 | 83 | 104,75 |
| Овощное рагу | 2,29 | 2,75 | 11 | 13,2 | 14,44 | 17,33 | 150 | 180 | | |
| Котлета | 12,73 | 12,73 | 18,22 | 18,22 | 10,38 | 10,38 | 100 | 100 | 256,67 | 256,67 |
| Чай | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 14 | 14 | 200 | 200 | 28 | 28 |
| Хлеб | 7,6 | 7,6 | 0,9 | 1,5 | 48,1 | 49,7 | 80 | 100 | 226 | 282,5 |

| Наименование блюда | Белки | | Жиры | | Углеводы | | Масса порции | | Энерг.ценность | |
|-------------------------------|-------------|-------|-------|-------|----------|--------|--------------|-------|----------------|--------|
| | 1-4кл | 5-9кл | 1-4кл | 5-9кл | 1-4кл | 5-9 кл | 1-4кл | 5-9кл | 1-4 кл | 5-9 кл |
| 8 день | | | | | | | | | | |
| Салат из капусты | 0,84 | 1,0 | 3,31 | 4,0 | 4,93 | 5,9 | 50 | 60 | 53 | 63 |
| Рассольник | 1,68 | 2,1 | 4,09 | 5,11 | 13,27 | 16,59 | 200 | 250 | 96,6 | 120,75 |
| Лапша отварная | 6,62 | 7,36 | 5,42 | 6,02 | 31,73 | 35,26 | 180 | 200 | 202,14 | 224,60 |
| Кура | 15,83 | 16,88 | 10,88 | 13,6 | 0 | 0 | 80 | 100 | 165 | 206,25 |
| Компот из сухофруктов | 0,04 | 0,04 | 0 | 0 | 24,76 | 24,76 | 200 | 200 | 94,2 | 94,2 |
| Хлеб | 7,6 | 8,3 | 0,9 | 1,5 | 48,1 | 49,7 | 80 | 100 | 226 | 282,5 |
| 9 день | | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы на раст.масле | 1,0 | 1,66 | 2,5 | 4,18 | 4,91 | 6,19 | 60 | 100 | 46,26 | 77,10 |
| Суп овощной | 1,68 | 2,1 | 5,98 | 7,48 | 9,35 | 11,69 | 200 | 250 | 98,37 | 122,96 |
| Греча | 8,95 | 9,94 | 6,73 | 7,48 | 43 | 47,78 | 180 | 200 | 224,42 | 249,36 |
| Колбаса | 14,9 | 14,9 | 15,7 | 15,7 | 5,4 | 5,4 | 100 | 100 | 220 | 220 |
| Сок | На упаковке | | | | | | 200 | 200 | | |
| Хлеб | 7,6 | 8,3 | 0,9 | 1,5 | 48,1 | 49,7 | 80 | 100 | 226 | 282,5 |
| 10 день | | | | | | | | | | |
| Салат из помидоров | 0,68 | 1,13 | 3,71 | 6,19 | 2,83 | 4,72 | 60 | 100 | 47,46 | 79,1 |
| Борщ на мясном бульоне | 1,45 | 1,81 | 3,93 | 4,91 | 100 | 125,25 | 200 | 250 | 82 | 102,5 |
| Пюре | 4,4 | 6,21 | 3,36 | 4,03 | 37,12 | 44,54 | 150 | 180 | 197 | 244 |
| Печень | 14,4 | 17,28 | 5,78 | 6,94 | 3,55 | 4,26 | 100 | 120 | 121,51 | 124,2 |
| Молоко | На упаковке | | | | | | 200 | 200 | | |
| Хлеб | 7,6 | 8,3 | 0,9 | 1,5 | 48,1 | 49,7 | 80 | 100 | 226 | 282,5 |