



	или сметаной							
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	-	15,22	61,93	629	6-00
	Фрукт или сок фруктовый	100	0,4	-	9,8	40,8	тпк	19-20
	Хлеб «Дарницкий» или пшеничный	40	2,2	0,4	12,83	63,74	тпк	3-57
<b>Итого</b>		<b>500</b>	<b>19,15</b>	<b>19,63</b>	<b>68,39</b>	<b>514,5</b>		<b>90-00</b>
<b>Среднее значение за период:</b>		<b>2555</b>	<b>90,36</b>	<b>90,33</b>	<b>385,6</b>	<b>2800,72</b>		
<b>Вторая неделя</b>								
<b>День 6</b>	Макароны с сыром	170	13,28	9,08	30,62	300,76	276	45-77
	Напиток из сока	200	0,5	-	34,55	140,2	тпк	9-65
	Бутерброд с маслом	30	1,24	7,69	7,8	105,33	тпк	15-38
	Фрукт или сок фруктовый	100	0,8	-	8,1	38	тпк	19-20
<b>Итого:</b>		<b>500</b>	<b>15,82</b>	<b>16,77</b>	<b>81,07</b>	<b>584,29</b>		<b>90-00</b>
<b>День 7</b>	Жаркое по-школьному	150	15,79	18,99	35,9	357,61	тпк	48-68
	Бутерброд с сыром	30	3,8	3,53	10,28	88,09	тпк	14-53
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,01	60,84	628	5-00
	Сок фруктовый в инв.упаковке	200	1	-	20,2	84,8	тпк	20-00
	Хлеб «Дарницкий» или пшеничный	20	1,1	0,2	6,41	31,87	тпк	1-79
<b>Итого:</b>		<b>600</b>	<b>21,89</b>	<b>22,72</b>	<b>87,8</b>	<b>623,21</b>		<b>90-00</b>
<b>День 8</b>	Каша молочная	200	14,4	18,2	32	316	262	33-55
	Бутерброд с маслом и сыром	50	5,74	8,91	15,48	165,18	тпк	23-01
	Какао на молоке	200	4,04	3,7	25,8	152,68	642	14-24
	Фрукт или сок фруктовый	100	0,8	-	8,1	38	тпк	19-20
<b>Итого:</b>		<b>550</b>	<b>24,98</b>	<b>30,81</b>	<b>81,38</b>	<b>671,86</b>		<b>90-00</b>
<b>День 9</b>	Плов рисовый с овощами и курой	150	15,65	18,4	37,9	365,9	тпк	42-83
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	-	15,22	61,93	629	6-00
	Бутерброд с маслом	30	1,24	7,69	7,8	105,33	тпк	15-38
	Фрукт	100	0,4	-	9,8	40,8	тпк	24-00
	Хлеб «Дарницкий»	20	1,1	0,2	6,41	31,87	тпк	1-79
<b>Итого:</b>		<b>500</b>	<b>18,65</b>	<b>26,29</b>	<b>77,13</b>	<b>605,83</b>		<b>90-00</b>
<b>День 10</b>	Котлета рубленая с соусом	80/20	7,89	9,37	12,98	178,47	416	44-41
	Макароны отварные	150	5,71	5,58	36,6	190,5	469	18-60
	Напиток из цитрусовых	200	0,14	-	16,43	98,3	646	9-88
	Бутерброд с сыром	30	3,8	3,53	10,28	88,09	тпк	15-32

	Хлеб «Дарницкий»	20	1,1	0,2	6,41	31,87	ткк	1-79
Итого:		500	18,64	18,68	82,7	587,23		
Среднее значение за период:		2650	99,98	115,27	410,08	3072,42		

#### Примечание

Примерное десятидневное меню составлено на период двух недель (10 дней) в соответствии с рекомендуемой формой, приложением к приказу Департамента образования области от 22.02.2022 года № 548, а также меню-раскладок, содержащих количественные данные о рецептуре блюд, в соответствии с рекомендуемым среднесуточным набором продуктов питания с учётом возраста детей и сезонности (осенне-зимний период, весенне-летний период).

Для приготовления блюд не используется уксус, майонез, салаты заправляются растительным маслом, используется йодированная соль. Салаты из свежих овощей только до 1 марта, с 1 марта используются варёные овощи.

Фрукты свежие могут быть заменены на сок фруктовый в индивидуальной упаковке.