

УТВЕРЖДАЮ

Директор ОАО "Комбинат
школьного питания"

О.В. Кротова

2026г



**Примерные двухнедельные рационы питания
зимне-весенний период
для обучающихся в средних школах, гимназиях, специальных школах
ОАО "Комбинат школьного питания"**

1, 3 неделя

| Наименование блюд | 6-10 лет | | | | | 11-18 лет | | | | |
|--------------------------------------|------------|------|------|------|-------|------------|-----|------|------|------|
| | Выход, г | Б | Ж | У | Ккал | Выход, г | Б | Ж | У | Ккал |
| Понедельник | | | | | | | | | | |
| Второй завтрак (1-4 класс) | 23% | | | | | | | | | |
| Сыр порционно | 20 | 4,6 | 4,9 | 0,0 | 62 | | | | | |
| Шницель /свинина/ | 50 | 7,9 | 4,1 | 7,0 | 97 | | | | | |
| Каша гречневая вязкая | 150 | 4,5 | 4,5 | 21,9 | 146 | | | | | |
| <i>или каша вязкая "Артековская"</i> | 150 | 6,3 | 3,9 | 28,8 | 176 | | | | | |
| Чай с сахаром | 190/10 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 42 | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 21,6 | 102 | | | | | |
| Итого: | | 20,4 | 13,9 | 60,5 | 449,0 | | | | | |
| Итого:* | | 22,2 | 13,3 | 67,4 | 479 | | | | | |
| Обед(1-4 класс) | 30% | | | | | | | | | |
| Салат "Квартет" | 30 | 3,5 | 6,6 | 1,4 | 79 | | | | | |
| Щи диетические со сметаной | 250/10 | 2,3 | 6,6 | 8,8 | 106 | | | | | |
| Сосиски отварные | 48 | 4,3 | 12,5 | 0,5 | 134 | | | | | |
| Пюре картофельное | 100 | 2,1 | 3,3 | 13,4 | 92 | | | | | |
| Сок | 200 | 0,0 | 0,0 | 20,0 | 80 | | | | | |
| Хлеб ржаной | 45 | 2,8 | 0,2 | 19,0 | 90 | | | | | |
| Фрукты | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,4 | 42 | | | | | |
| Итого: | | 15,3 | 29,5 | 72,4 | 623,0 | | | | | |
| Обед (5-11 класс) | | | | | | 30% | | | | |
| Салат "Квартет" | 30 | 3,5 | 6,6 | 1,4 | 79 | 40 | 4,6 | 8,8 | 1,8 | 105 |
| Сосиски отварные | 48 | 4,3 | 12,5 | 0,5 | 134 | 96 | 8,6 | 25,0 | 1,0 | 269 |
| Пюре картофельное | 150 | 3,2 | 5,0 | 20,1 | 138 | 150 | 3,2 | 5,0 | 20,1 | 138 |
| Сок | 200 | 0,0 | 0,0 | 20,0 | 80 | 200 | 0,0 | 0,0 | 20,0 | 80 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,1 | 8,5 | 40 | 70 | 4,4 | 0,4 | 29,6 | 140 |

| | | | | | | | | | | |
|--|------------|------|------|-------|--------|------------|------|------|-------|--------|
| Фрукты | 200 | 0,8 | 0,7 | 18,7 | 84 | 200 | 0,8 | 0,7 | 18,7 | 84 |
| Итого: | | 13,0 | 24,9 | 69,1 | 555,0 | | 21,6 | 39,8 | 91,1 | 815,6 |
| Полдник | 11% | | | | | 13% | | | | |
| Кондитерское или булочное изделие (зефир) | 35 | 0,5 | 3,1 | 25,1 | 131 | 70 | 1,1 | 6,2 | 50,2 | 261 |
| Напиток "Любимый" с витамином "С" | 200 | 0,0 | 0,0 | 25,8 | 101 | 200 | 0,0 | 0,0 | 25,8 | 101 |
| Итого: | | 0,5 | 3,1 | 50,9 | 231 | | 1,1 | 6,2 | 76,0 | 362 |
| Ужин(5-11класс) | | | | | | 20% | | | | |
| Сыр порционнно | | | | | | 25 | 5,9 | 7,4 | 0,0 | 93 |
| Овощи порционнно (огурцы консервированные) | | | | | | 60 | 0,4 | 0,1 | 1,1 | 7 |
| Шницель /свинина/ | | | | | | 80 | 12,6 | 6,6 | 11,2 | 155 |
| Каша гречневая вязкая | | | | | | 150 | 4,5 | 4,5 | 21,9 | 146 |
| <i>или каша вязкая "Артековская"</i> | | | | | | 150 | 6,3 | 3,9 | 28,8 | 176 |
| Чай с сахаром | | | | | | 190/10 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 42 |
| Хлеб пшеничный | | | | | | 40 | 3,2 | 0,4 | 21,6 | 102 |
| Итого: | | | | | | | 26,8 | 19,0 | 65,8 | 544,3 |
| Итого:* | | | | | | | 28,6 | 18,4 | 72,7 | 574 |
| Итого за день: | | 36,3 | 46,6 | 183,8 | 1303,4 | | 49,5 | 65,0 | 233,0 | 1721,8 |
| Итого за день:* | | 38,1 | 46,0 | 190,7 | 1332,9 | | 51,3 | 64,4 | 239,9 | 1751,3 |

| Вторник | Выход, г | Б | Ж | У | Ккал | Выход, г | Б | Ж | У | Ккал |
|--|-----------------|----------|----------|----------|-------------|-----------------|----------|----------|----------|-------------|
| Второй завтрак (1-4 класс) | 23% | | | | | | | | | |
| Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 66 | | | | | |
| Омлет с сыром | 115 | 14,1 | 16,2 | 1,9 | 209 | | | | | |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 2,2 | 1,4 | 22,4 | 112 | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 15 | 1,2 | 0,2 | 8,1 | 38 | | | | | |
| Фрукты | 120 | 0,5 | 0,5 | 12,0 | 62 | | | | | |
| Итого: | | 18,1 | 25,5 | 44,5 | 486,9 | | | | | |
| Обед(1-4 класс) | 33% | | | | | | | | | |
| Овощи порционнно (огурец свежий) | 40 | 0,3 | 0,1 | 0,8 | 4 | | | | | |
| Рассольник "Школьный" новый со сметаной | 250/10 | 1,8 | 5,6 | 13,0 | 113 | | | | | |
| Плов из филе птицы | 50/100 | 18,4 | 7,6 | 28,9 | 249 | | | | | |
| <i>или Котлеты "Смачные"</i> | 75 | 15,0 | 9,2 | 10,8 | 185 | | | | | |
| <i>и Каша рисовая</i> | 150 | 2,1 | 4,1 | 22,4 | 135 | | | | | |
| Напиток апельсиновый, мандариновый с витамином "С" | 200 | 0,1 | 0,1 | 17,3 | 70 | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 21,6 | 102 | | | | | |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,5 | 0,2 | 16,9 | 80 | | | | | |
| Итого: | | 26,3 | 13,9 | 98,5 | 618,7 | | | | | |
| Итого: * | | 25,0 | 19,6 | 102,8 | 689,9 | | | | | |
| Обед (5-11 класс) | | | | | | 30% | | | | |
| Овощи порционнно (огурец свежий) | 60 | 0,4 | 0,1 | 1,1 | 7 | 60 | 0,4 | 0,1 | 1,1 | 7 |
| Плов из филе птицы | 50/100 | 18,4 | 7,6 | 28,9 | 249 | 75/150 | 27,6 | 11,3 | 43,3 | 373 |

| | | | | | | | | | | |
|--|------------|------|------|-------|--------|------------|------|------|-------|--------|
| <i>или Котлеты "Смачные"</i> | 75 | 15,0 | 9,2 | 10,8 | 185 | 100 | 20,0 | 12,3 | 14,4 | 247 |
| <i>и Каша рисовая</i> | 150 | 2,1 | 4,1 | 22,4 | 135 | 150 | 2,1 | 4,1 | 22,4 | 135 |
| Напиток апельсиновый, мандариновый с витамином "С" | 200 | 0,1 | 0,1 | 17,3 | 70 | 200 | 0,1 | 0,1 | 17,3 | 70 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 21,6 | 102 | 90 | 7,2 | 0,9 | 48,6 | 230 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,5 | 0,2 | 16,9 | 80 | 60 | 3,8 | 0,3 | 25,4 | 120 |
| Итого: | | 21,4 | 7,9 | 64,2 | 405,9 | | 31,9 | 11,8 | 87,1 | 570,4 |
| Итого: * | | 20,1 | 13,7 | 68,5 | 477,1 | | 33,6 | 17,8 | 129,2 | 808,3 |
| Полдник | 14% | | | | | 11% | | | | |
| Кондитерское или булочное изделие (Булочка "Медуза") | 75 | 4,7 | 5,1 | 32,1 | 186 | 75 | 4,7 | 5,1 | 32,1 | 186 |
| Молочный или кисломолочный продукт (кефир) | 200 | 5,6 | 6,4 | 8,2 | 112 | 200 | 5,6 | 6,4 | 8,2 | 112 |
| | | | | | | | | | | |
| Итого: | | 10,3 | 11,5 | 40,3 | 298,0 | | 10,3 | 11,5 | 40,3 | 298,0 |
| Ужин(5-11класс) | | | | | | 24% | | | | |
| Омлет с сыром | | | | | | 230 | 28,2 | 32,4 | 3,8 | 418 |
| Кофейный напиток с молоком | | | | | | 200 | 2,2 | 1,4 | 22,4 | 112 |
| Хлеб пшеничный | | | | | | 15 | 1,2 | 0,2 | 8,1 | 38 |
| Фрукты | | | | | | 200 | 0,8 | 0,7 | 18,7 | 84 |
| Итого: | | | | | | | 32,4 | 34,7 | 53,0 | 652 |
| Итого за день: | | 54,6 | 50,8 | 183,3 | 1403,6 | | 74,6 | 58,0 | 180,4 | 1520,7 |
| Итого за день: * | | 53,3 | 56,6 | 187,6 | 1474,8 | | 76,3 | 63,9 | 222,5 | 1758,6 |

| Среда | Выход, г | Б | Ж | У | Ккал | Выход, г | Б | Ж | У | Ккал |
|--|-----------------|----------|----------|----------|-------------|-----------------|----------|----------|----------|-------------|
| Второй завтрак (1-4 класс) | 20% | | | | | | | | | |
| Запеканка творожная "Легкая" со сметаной (или с повидлом, или с молоком сгущеным, или с припасом) | 110/10 | 13,6 | 13,9 | 22,6 | 269 | | | | | |
| <i>или Блинчики с творогом "Бабушка Аня" со сметаной(или с молоком сгущеным, или с припасом, или с повидлом)</i> | 2/58/10 | 7,2 | 12,5 | 33,9 | 278 | | | | | |
| Чай с сиропом шиповника | 200 | 0,2 | 0,0 | 14,8 | 57 | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 21,6 | 102 | | | | | |
| Итого: | | 17,0 | 14,3 | 59,0 | 427,7 | | | | | |
| Итого: * | | 10,6 | 12,9 | 70,3 | 437,0 | | | | | |
| Обед(1-4 класс) | 32% | | | | | | | | | |
| Овощи консервированные порционно/кукуруза/ | 20 | 0,4 | 0,1 | 2,9 | 14 | | | | | |
| Суп молочный с крупой рисовой | 250 | 6,5 | 6,3 | 22,3 | 173 | | | | | |
| <i>или Суп молочный с крупой пшенной *</i> | 250 | 6,5 | 6,3 | 22,3 | 173 | | | | | |
| Котлета "Капитошка" | 60 | 12,4 | 9,6 | 7,8 | 169 | | | | | |
| <i>или Митболы с сыром*</i> | 60 | 10,0 | 15,6 | 3,2 | 208 | | | | | |
| Макаронные изделия отварные | 130 | 4,4 | 3,8 | 26,3 | 156 | | | | | |
| Напиток "Витаминный" с витамином "С" | 200 | 0,0 | 0,0 | 21,4 | 86 | | | | | |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,5 | 0,2 | 16,9 | 80 | | | | | |
| Итого: | | 26,3 | 19,9 | 97,6 | 677,3 | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|---|-----------------|----------|----------|----------|-------------|-----------------|----------|----------|----------|-------------|
| Салат из белокачанной капусты с маслом раст. | 50 | 1,2 | 2,6 | 5,7 | 51 | | | | | |
| Борщ "Белорусский" со сметаной | 200/10 | 1,7 | 5,0 | 10,3 | 92 | | | | | |
| <i>или Борщ "Диетический" со сметаной*</i> | 200/10 | 1,5 | 5,4 | 9,6 | 92 | | | | | |
| Жаркое по-домашнему (свинина) | 50/125 | 12,8 | 23,9 | 18,8 | 343 | | | | | |
| Узвар "Смачны" с витамином С | 200 | 0,2 | 0,0 | 17,5 | 68 | | | | | |
| <i>или "ФитоНапиток" с витамином "С" *</i> | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,6 | 62 | | | | | |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,5 | 0,2 | 16,9 | 80 | | | | | |
| Итого: | | 18,4 | 31,7 | 69,2 | 633,3 | | | | | |
| Итого:* | | 18,2 | 32,1 | 66,6 | 628 | | | | | |
| Обед (5-11 класс) | | | | | | 30% | | | | |
| Салат из белокачанной капусты с маслом раст. | 50 | 1,2 | 2,6 | 5,7 | 51 | 50 | 1,2 | 2,6 | 5,7 | 51 |
| Яйцо перепелиное | 2/10 | 2,4 | 2,6 | 1,0 | 33 | 2/10 | 2,4 | 2,6 | 1,0 | 33 |
| Биточки куриные с сыром | 75 | 11,8 | 13,8 | 8,7 | 208 | 85 | 13,4 | 15,6 | 9,9 | 235 |
| Пюре картофельное | 100 | 2,1 | 3,3 | 13,4 | 92 | 150 | 3,2 | 5,0 | 20,1 | 138 |
| Узвар "Смачны" с витамином С | 200 | 0,2 | 0,0 | 17,5 | 68 | 200 | 0,2 | 0,0 | 17,5 | 68 |
| <i>или "ФитоНапиток" с витамином "С" *</i> | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,6 | 62 | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,6 | 62 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 21,6 | 102 | 60 | 4,8 | 0,6 | 32,4 | 153 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,5 | 0,2 | 16,9 | 80 | 60 | 3,8 | 0,3 | 25,4 | 120 |
| Итого: | | 23,4 | 22,9 | 84,8 | 633,2 | | 28,9 | 26,6 | 111,9 | 798,2 |
| Итого:* | | 23,4 | 22,9 | 82,9 | 627,4 | | 28,9 | 26,6 | 110,0 | 792,4 |
| | | | | | | | | | | |
| Полдник | 16% | | | | | 12% | | | | |
| Пирожки печеные с повидлом | 75 | 4,3 | 3,8 | 43,5 | 225 | 75 | 4,3 | 3,8 | 43,5 | 225 |
| <i>или кондитерское или булочное изделие (Булочка фигурная)</i> | 75 | 5,6 | 5,3 | 34,7 | 211 | 75 | 5,6 | 5,3 | 34,7 | 211 |
| Молочный или кисломолочный продукт (Молоко кипяченое) | 200 | 5,8 | 6,4 | 9,4 | 120 | 200 | 5,8 | 6,4 | 9,4 | 120 |
| Итого: | | 10,1 | 10,2 | 52,9 | 345 | | 10,1 | 10,2 | 52,9 | 345 |
| Итого:* | | 11,4 | 11,7 | 44,1 | 331 | | 11,4 | 11,7 | 44,1 | 331 |
| Ужин(5-11класс) | | | | | | 21% | | | | |
| Горошек консервированный | | | | | | 90 | 2,7 | 0,0 | 5,4 | 32 |
| Жаркое по-домашнему (свинина) | | | | | | 50/125 | 12,8 | 23,9 | 18,8 | 343 |
| Чай с лимоном | | | | | | 200/7 | 0,2 | 0,0 | 10,3 | 41 |
| Хлеб пшеничный | | | | | | 40 | 3,2 | 0,4 | 21,6 | 102 |
| Фрукты | | | | | | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,4 | 42 |
| | | | | | | | | | | |
| Итого: | | | | | | | 19,3 | 24,7 | 65,5 | 559 |
| Итого за день: | | 43,6 | 57,3 | 175,8 | 1392 | | 29,4 | 34,9 | 118,4 | 904 |
| Итого за день:* | | 44,8 | 59,1 | 164,3 | 1372 | | 30,8 | 36,3 | 109,5 | 890 |
| | | | | | | | | | | |
| Пятница | Выход, г | Б | Ж | У | Ккал | Выход, г | Б | Ж | У | Ккал |
| Второй завтрак (1-4 класс) | 20% | | | | | | | | | |
| Овощи порционно (огурец свежий или консервированный) | 25 | 2,0 | 0,3 | 13,5 | 64 | | | | | |
| Котлета рыбная | 50 | 6,1 | 3,8 | 7,1 | 87 | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|--|------------|------|------|-------|--------|------------|------|------|-------|--------|
| Пюре картофельное/Картофель по-деревенски | 100 | 2,1 | 3,3 | 13,4 | 92 | | | | | |
| Чай с сахаром | 190/10 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 42 | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,0 | 0,5 | 27,0 | 128 | | | | | |
| Итого: | | 14,4 | 7,9 | 71,0 | 412 | | | | | |
| Обед(1-4 класс) | 30% | | | | | | | | | |
| Салат из моркови | 50 | 0,5 | 2,5 | 5,0 | 45,0 | | | | | |
| Солянка "Школьная" со сметаной | 250/15 | 2,6 | 9,6 | 10,9 | 142 | | | | | |
| Пельмени отварные со сметаной и соусом томатным "Сказка" | 100/10/10 | 9,4 | 11,1 | 30,5 | 255 | | | | | |
| <i>или Биточек "Одуванчик"</i> | 50 | 9,2 | 8,2 | 6,4 | 135 | | | | | |
| <i>и Макароны изделия отварные</i> | 130 | 4,4 | 3,8 | 26,3 | 156 | | | | | |
| Напиток яблочный с витамином "С" | 200 | 0,2 | 0,2 | 21,0 | 82 | | | | | |
| <i>или Напиток "Фантастик" с витамином "С"*</i> | 200 | 0,2 | 0,1 | 16,5 | 68 | | | | | |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,1 | 0,3 | 21,1 | 100 | | | | | |
| Итого: | | 15,9 | 23,7 | 88,5 | 624,0 | | | | | |
| Итого:* | | 20,0 | 24,4 | 86,1 | 645,6 | | | | | |
| Обед (5-11 класс) | | | | | | 30% | | | | |
| Кукуруза консервированная | 30 | 0,7 | 0,1 | 3,4 | 17 | 30 | 0,7 | 0,1 | 3,4 | 17 |
| Пельмени отварные со сметаной и соусом томатным "Сказка" | 150/10/10 | 13,2 | 17,6 | 42,9 | 378 | 150/10/10 | 13,2 | 17,6 | 42,9 | 378 |
| <i>или Биточек "Одуванчик"</i> | 50 | 9,2 | 8,2 | 6,4 | 135 | 75 | 13,7 | 12,2 | 9,5 | 202 |
| <i>и Макароны изделия отварные</i> | 130 | 4,4 | 3,8 | 26,3 | 156 | 150 | 5,1 | 4,4 | 30,3 | 180 |
| Напиток яблочный с витамином "С" | 200 | 0,2 | 0,2 | 21,0 | 82 | 200 | 0,1 | 0,0 | 16,0 | 61 |
| <i>или Напиток "Фантастик" с витамином "С"*</i> | 200 | 0,2 | 0,1 | 16,5 | 68 | 200 | 0,2 | 0,1 | 16,5 | 68 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 21,6 | 102 | 50 | 4,0 | 0,5 | 27,0 | 128 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,5 | 0,2 | 16,9 | 80 | 60 | 3,8 | 0,3 | 25,4 | 120 |
| Фрукты | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,4 | 42 | 200 | 0,8 | 0,8 | 18,8 | 84 |
| Итого: | | 20,2 | 18,8 | 115,1 | 700,9 | | 22,5 | 19,3 | 133,5 | 787,2 |
| Итого:* | | 20,5 | 4,6 | 72,4 | 363,5 | | 28,2 | 18,4 | 130,9 | 798,8 |
| Полдник | 11% | | | | | 11% | | | | |
| Булочное или кондитерское изделие (Хлеб "Особый") | 40 | 3,4 | 1,5 | 22,8 | 112 | 80 | 6,7 | 3,0 | 45,7 | 224 |
| Сок | 200 | 0,0 | 0,0 | 20,0 | 80 | 200 | 0,0 | 0,0 | 20,0 | 80 |
| Фрукты | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,4 | 42 | | | | | |
| Итого: | | 3,8 | 1,8 | 52,2 | 234 | | 6,7 | 3,0 | 65,7 | 304 |
| Ужин(5-11класс) | | | | | | 20% | | | | |
| Овощи порционно (огурец свежий или консервированный) | | | | | | 25 | 2,0 | 0,3 | 13,5 | 64 |
| Котлета рыбная | | | | | | 80 | 11,0 | 6,8 | 12,8 | 157 |
| Пюре картофельное | | | | | | 150 | 3,2 | 5,0 | 20,1 | 138 |
| Чай с сахаром | | | | | | 190/10 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 42 |
| Хлеб пшеничный | | | | | | 50 | 4,0 | 0,5 | 27,0 | 128 |
| Итого: | | | | | | | 20,3 | 12,6 | 83,4 | 528 |
| Итого за день: | | 34,0 | 33,4 | 211,7 | 1270,3 | | 49,5 | 34,8 | 282,5 | 1619,1 |
| Итого за день:* | | 38,2 | 34,2 | 209,3 | 1292 | | 55,3 | 34,0 | 279,9 | 1630,6 |

2, 4 неделя

| Наименование блюд | 6-10 лет | | | | | 11-18 лет | | | | |
|--|------------|------|------|------|-------|------------|------|------|-------|-------|
| | Выход, г | Б | Ж | У | Ккал | Выход, г | Б | Ж | У | Ккал |
| Понедельник | | | | | | | | | | |
| Второй завтрак (1-4 класс) | 20% | | | | | | | | | |
| Сыр порционно | 10 | 2,3 | 2,4 | 0,0 | 31 | | | | | |
| Мясные гнезда (свинина) | 50 | 9,1 | 10,3 | 6,8 | 156 | | | | | |
| Каша рисовая | 100 | 1,4 | 2,7 | 14,9 | 90 | | | | | |
| Чай с лимоном | 200/7 | 0,2 | 0,0 | 10,3 | 41 | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 21,6 | 102 | | | | | |
| Итого: | | 16,3 | 15,9 | 53,6 | 419 | | | | | |
| Обед(1-4 класс) | 30% | | | | | | | | | |
| Овощи консервированные /горошек/ | 50 | 1,6 | 0,1 | 3,3 | 20 | | | | | |
| Щи домашние со сметаной | 200/10 | 1,9 | 5,6 | 7,5 | 90 | | | | | |
| "Наггетсы" куриные | 50 | 9,5 | 9,5 | 3,3 | 133 | | | | | |
| <i>или Колбаски "Банзай"</i> | 50 | 12,0 | 3,5 | 0,5 | 154 | | | | | |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 5,1 | 4,4 | 30,3 | 180 | | | | | |
| Напиток апельсиновый, мандариновый с витамином "С" | 200 | 0,1 | 0,1 | 17,3 | 70 | | | | | |
| <i>или напиток "Лимончик" с витамином С</i> | 200 | 0,1 | 0,0 | 18,6 | 75 | | | | | |
| Хлеб ржаной | 60 | 3,8 | 0,3 | 25,4 | 120 | | | | | |
| Итого: | | 21,9 | 19,9 | 87,0 | 613,4 | | | | | |
| Итого:* | | 24,4 | 13,8 | 85,5 | 639,2 | | | | | |
| Обед (5-11 класс) | | | | | | 30% | | | | |
| Овощи консервированные /горошек/ | 50 | 1,6 | 0,1 | 3,3 | 20 | 50 | 1,6 | 0,1 | 3,3 | 20 |
| "Наггетсы" куриные | 75 | 14,3 | 14,3 | 5,0 | 200 | 75 | 14,3 | 14,3 | 5,0 | 200 |
| <i>или Колбаски "Банзай"</i> | 50 | 12,0 | 3,5 | 0,5 | 154 | 50 | 12,0 | 3,5 | 0,5 | 154 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 5,1 | 4,4 | 30,3 | 180 | 150 | 5,1 | 4,4 | 30,3 | 180 |
| Напиток апельсиновый, мандариновый с витамином "С" | 200 | 0,1 | 0,1 | 17,3 | 70 | 200 | 0,1 | 0,1 | 17,3 | 70 |
| <i>или напиток "Лимончик" с витамином С</i> | 200 | 0,1 | 0,0 | 18,6 | 75 | 200 | 0,1 | 0,0 | 18,6 | 75 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 21,6 | 102 | 90 | 7,2 | 0,9 | 48,6 | 230 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,1 | 0,3 | 21,1 | 100 | 60 | 3,8 | 0,3 | 25,4 | 120 |
| Итого: | | 27,3 | 19,5 | 98,5 | 671,9 | | 32,0 | 20,0 | 129,8 | 819,4 |
| Итого:* | | 25,1 | 8,6 | 95,4 | 631,2 | | 29,7 | 9,1 | 126,6 | 778,7 |
| Полдник | 11% | | | | | 11% | | | | |
| Коврижка по-домашнему | 60 | 3,7 | 2,8 | 30,3 | 160 | 80 | 4,9 | 3,8 | 40,4 | 214 |
| <i>или шарлотка с яблоками "Цудоуная"</i> | 60 | 2,8 | 2,8 | 22,2 | 125 | 80 | 3,8 | 3,8 | 29,6 | 166 |
| Сок | 200 | 0,0 | 0,0 | 20,0 | 80 | 200 | 0,0 | 0,0 | 20,0 | 80 |
| Итого: | | 3,7 | 2,8 | 50,3 | 240,2 | | 4,9 | 3,8 | 60,4 | 293,6 |
| Итого:* | | 2,8 | 2,8 | 42,2 | 204,8 | | 3,8 | 3,8 | 49,6 | 246,4 |
| Ужин(5-11класс) | | | | | | 23% | | | | |
| Сыр порционно | | | | | | 25 | 5,9 | 7,4 | 0,0 | 93 |

| | | | | | | | | | | |
|-------------------------|--|------|------|-------|--------|-------|------|------|-------|--------|
| Мясные гнезда (свинина) | | | | | | 100 | 18,2 | 20,6 | 13,5 | 311 |
| Каша рисовая | | | | | | 150 | 2,1 | 4,1 | 22,4 | 135 |
| Чай с лимоном | | | | | | 200/7 | 0,2 | 0,0 | 10,3 | 41 |
| Хлеб пшеничный | | | | | | 20 | 1,6 | 0,2 | 10,8 | 51 |
| Итого: | | | | | | | 28,0 | 32,3 | 57,0 | 630 |
| Итого за день: | | 41,8 | 38,6 | 190,9 | 1272,7 | | 64,9 | 56,0 | 247,2 | 1743,1 |
| Итого за день:* | | 43,5 | 32,5 | 181,3 | 1263 | | 61,5 | 45,2 | 233,2 | 1655,2 |

| Вторник | Выход, г | Б | Ж | У | Ккал | Выход, г | Б | Ж | У | Ккал |
|--|-----------------|----------|----------|----------|-------------|-----------------|----------|----------|----------|-------------|
| Второй завтрак (1-4 класс) | 22% | | | | | | | | | |
| Бутерброд с колбасой | 20/20 | 4,1 | 4,6 | 9,9 | 99 | | | | | |
| Омлет натуральный с маслом сливочным | 150/5 | 14,3 | 21,6 | 2,4 | 261 | | | | | |
| Чай с сиропом шиповника | 200 | 0,2 | 0,0 | 14,8 | 57 | | | | | |
| Фрукты | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,4 | 42 | | | | | |
| Итого: | | 19,0 | 26,6 | 36,5 | 459 | | | | | |
| Обед(1-4 класс) | 30% | | | | | | | | | |
| Овощи порционно (огурец свежий) | 40 | 0,3 | 0,1 | 0,8 | 4 | | | | | |
| Суп картофельный "Домашний" новый | 250 | 7,3 | 5,3 | 25,3 | 178 | | | | | |
| Рыба жареная в сухарях | 50 | 11,0 | 3,3 | 3,5 | 88 | | | | | |
| <i>или Наггетсы "Рыбка золотая"*</i> | 50 | 12,3 | 9,1 | 9,2 | 168 | | | | | |
| Пюре картофельное | 100 | 2,1 | 3,3 | 13,4 | 92 | | | | | |
| Напиток из сиропа шиповника с витамином "С" | 200 | 0,2 | 0,0 | 19,2 | 73 | | | | | |
| <i>или напиток имбирно-медовый</i> | 200 | 0,2 | 0,2 | 20,4 | 78 | | | | | |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,1 | 0,3 | 21,1 | 100 | | | | | |
| Итого: | | 23,9 | 12,3 | 83,2 | 535 | | | | | |
| Итого:* | | 25,3 | 18,2 | 90,2 | 619,9 | | | | | |
| Обед (5-11 класс) | | | | | | 30% | | | | |
| Овощи порционно (огурец свежий) | 40 | 0,3 | 0,1 | 0,8 | 4 | 60 | 0,4 | 0,1 | 1,1 | 7 |
| Рыба жареная в сухарях | 50 | 11,0 | 3,3 | 3,5 | 88 | 75 | 16,4 | 5,0 | 5,2 | 131 |
| <i>или Наггетсы "Рыбка золотая"*</i> | 50 | 12,3 | 9,1 | 9,2 | 168 | 75 | 18,5 | 13,6 | 13,8 | 251 |
| Пюре картофельное | 100 | 2,1 | 3,3 | 13,4 | 92 | 150 | 5,1 | 4,4 | 30,3 | 180 |
| Напиток из сиропа шиповника с витамином "С" | 200 | 0,2 | 0,0 | 19,2 | 73 | 200 | 0,2 | 0,0 | 19,2 | 73 |
| <i>или напиток имбирно-медовый с витамином "С"</i> | 200 | 0,2 | 0,2 | 20,4 | 78 | 200 | 0,2 | 0,2 | 20,4 | 78 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,6 | 0,2 | 10,8 | 51 | 70 | 5,6 | 0,7 | 37,8 | 179 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,1 | 0,3 | 21,1 | 100 | 60 | 3,8 | 0,3 | 25,4 | 120 |
| Итого: | | 18,2 | 7,2 | 68,7 | 407,9 | | 31,5 | 10,4 | 119,0 | 689,4 |
| Итого:* | | 19,6 | 13,1 | 75,7 | 492,9 | | 33,5 | 19,2 | 128,8 | 814,4 |
| Полдник | 14% | | | | | 14% | | | | |
| Кондитерское или булочное изделие (Булочка "Медуза") | 75 | 4,7 | 5,1 | 32,1 | 186 | 75 | 4,7 | 5,1 | 32,1 | 186 |
| Молочный или кисломолочный продукт (кефир) | 200 | 5,6 | 6,4 | 8,2 | 112 | 200 | 5,6 | 6,4 | 8,2 | 112 |
| Фрукты | | | | | | 200 | 0,8 | 0,7 | 18,7 | 84 |

| | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------|--|------|------|-------|------|------------|------|------|-------|--------|
| Итого: | | 10,3 | 11,5 | 40,3 | 298 | | 11,1 | 12,2 | 59,0 | 382 |
| Ужин(5-11класс) | | | | | | 20% | | | | |
| Огурцы консервированные или свежие | | | | | | 75 | 2,1 | 0,0 | 1,0 | 14 |
| Омлет с мясными продуктами(колбаса) | | | | | | 195 | 21,1 | 25,0 | 2,9 | 320 |
| Чай с сиропом шиповника | | | | | | 200 | 0,2 | 0,0 | 14,8 | 57 |
| Хлеб пшеничный | | | | | | 60 | 4,8 | 0,6 | 32,4 | 153 |
| Итого: | | | | | | | 28,1 | 25,6 | 51,1 | 544 |
| Итого за день: | | 53,1 | 50,4 | 160,0 | 1292 | | 70,6 | 48,2 | 229,1 | 1615,4 |
| Итого за день:* | | 54,5 | 56,3 | 167,0 | 1377 | | 72,7 | 57,0 | 238,9 | 1740,4 |

| Среда | Выход, г | Б | Ж | У | Ккал | Выход, г | Б | Ж | У | Ккал |
|--|-----------------|----------|----------|----------|-------------|-----------------|----------|----------|----------|-------------|
| Второй завтрак (1-4 класс) | 20% | | | | | | | | | |
| Запеканка из творога со сметаной (или с молоком сгущенным, или с повидлом, или с припасом) | 100/10 | 15,8 | 13,1 | 17,3 | 250 | | | | | |
| Чай с сахаром | 190/10 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 42 | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,4 | 0,4 | 16,2 | 77 | | | | | |
| Фрукты | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,4 | 42 | | | | | |
| Итого: | | 18,8 | 13,9 | 52,8 | 411 | | | | | |
| Обед(1-4 класс) | 33% | | | | | | | | | |
| Салат "Чайка" с маслом растительным | 50 | 6,6 | 11,7 | 1,2 | 137 | | | | | |
| <i>или Салат "Сударушка"</i> | 50 | 1,7 | 5,6 | 6,5 | 83 | | | | | |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 250 | 7,3 | 6,3 | 2,4 | 183 | | | | | |
| Колбаски мясные с сыром | 50 | 7,0 | 11,9 | 1,5 | 141 | | | | | |
| Каша гречневая вязкая | 150 | 4,5 | 4,5 | 21,9 | 146 | | | | | |
| Компот из яблок с витамином "С" | 200 | 0,2 | 0,2 | 20,4 | 78 | | | | | |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,9 | 0,2 | 12,7 | 60 | | | | | |
| Итого: | | 27,4 | 34,7 | 60,0 | 744 | | | | | |
| Итого:* | | 22,5 | 28,6 | 65,3 | 690,6 | | | | | |
| Обед (5-11 класс) | | | | | | 30% | | | | |
| Бутерброд с колбасой запеченный | 40 | 4,3 | 8,4 | 6,9 | 120 | 40 | 4,3 | 8,4 | 6,9 | 120 |
| Запеканка из творога со сметаной (или с молоком сгущенным, или с повидлом, или с медом) | 150/10 | 23,5 | 18,8 | 25,8 | 366 | 150/20 | 23,8 | 20,6 | 26,1 | 384 |
| <i>или Блинчики с фруктовым наполнителем "Бабушка Аня" со сметаной(или с молоком сгущенным, или с медом, или с повидлом)</i> | 2/57/20 | 7,4 | 11,6 | 62,8 | 382 | 3/57/20 | 11,0 | 21,3 | 78,0 | 546 |
| Компот из яблок с витамином "С" | 200 | 0,2 | 0,2 | 20,4 | 78 | 200 | 0,2 | 0,2 | 20,4 | 78 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 21,6 | 102 | 60 | 4,8 | 0,6 | 32,4 | 153 |
| Фрукты | 150 | 0,6 | 0,5 | 11,3 | 58 | 200 | 0,8 | 0,7 | 18,7 | 84 |
| Итого: | | 31,8 | 28,3 | 85,9 | 723,8 | | 33,9 | 30,5 | 104,5 | 819,0 |
| Итого:* | | 15,7 | 21,1 | 123,0 | 739,8 | | 21,1 | 31,2 | 156,4 | 981,0 |
| Полдник | 11% | | | | | 14% | | | | |
| Ватрушка с сыром | 36 | 2,8 | 7,7 | 12,9 | 133 | 75 | 5,9 | 16,2 | 26,9 | 277 |

| | | | | | | | | | | |
|--|-----|------|------|-------|-------|------------|------|------|-------|--------|
| или Ватрушка "Белорусская" | 36 | 2,8 | 2,3 | 9,4 | 71 | 75 | 5,9 | 4,9 | 19,7 | 147 |
| Компот из сушеных плодов с витамином "С" | 200 | 0,4 | 0,0 | 26,6 | 104 | 200 | 0,4 | 0,0 | 26,6 | 104 |
| Итого: | | 3,2 | 7,7 | 39,5 | 236,8 | | 6,3 | 16,2 | 53,5 | 381,0 |
| Итого: | | 3,2 | 2,3 | 36,0 | 175 | | 6,3 | 4,9 | 46,3 | 251 |
| Ужин(5-11класс) | | | | | | 20% | | | | |
| Колбаски мясные с сыром | | | | | | 85 | 11,9 | 20,2 | 2,5 | 240 |
| Каша гречневая вязкая | | | | | | 150 | 4,5 | 4,5 | 21,9 | 146 |
| Чай с сахаром | | | | | | 190/10 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 42 |
| Хлеб пшеничный | | | | | | 40 | 3,2 | 0,4 | 21,6 | 102 |
| Итого: | | | | | | | 19,8 | 25,2 | 56,0 | 530 |
| Итого за день: | | 49,4 | 56,3 | 152,4 | 1392 | | 60,0 | 71,8 | 213,9 | 1729,7 |
| Итого за день:* | | 44,5 | 44,8 | 154,2 | 1276 | | 47,2 | 61,2 | 258,6 | 1761,8 |

| Четверг | Выход, г | Б | Ж | У | Ккал | Выход, г | Б | Ж | У | Ккал |
|---|-----------------|----------|----------|----------|-------------|-----------------|----------|----------|----------|-------------|
| Второй завтрак (1-4 класс) | 20% | | | | | | | | | |
| Масло сливочное порциями | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 66 | | | | | |
| Оладьи из печени, запеченные с сыром | 60 | 10,7 | 10,7 | 3,3 | 153 | | | | | |
| Каша рисовая | 100 | 1,4 | 2,7 | 14,9 | 90 | | | | | |
| Какао с молоком | 200 | 7,8 | 6,2 | 22,0 | 140 | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 21,6 | 102 | | | | | |
| Итого: | | 15,4 | 21,1 | 40,0 | 411 | | | | | |
| Обед(1-4 класс) | 31% | | | | | | | | | |
| Салат из квашеной капусты со свеклой | 50 | 0,8 | 2,5 | 2,3 | 36 | | | | | |
| Рассольник "Школьный" новый со сметаной с витамином "С" | 250/10 | 1,8 | 5,6 | 13,0 | 113 | | | | | |
| Сосиски отварные | 48 | 4,3 | 12,5 | 0,5 | 134 | | | | | |
| Картофель тушеный | 100 | 2,0 | 6,5 | 15,8 | 131 | | | | | |
| Сок | 200 | 0,0 | 0,0 | 20,0 | 80 | | | | | |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,1 | 0,3 | 21,1 | 100 | | | | | |
| Фрукты | 150 | 0,6 | 0,5 | 11,3 | 58 | | | | | |
| Итого: | | 12,6 | 27,9 | 84,0 | 651,9 | | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Обед (5-11 класс) | | | | | | 30% | | | | |
| Овощи порционно (огурец свежий) | 20 | 0,1 | 0,0 | 0,4 | 2 | 20 | 0,1 | 0,0 | 0,4 | 2 |
| Сосиски отварные | 48 | 4,3 | 12,5 | 0,5 | 134 | 96 | 8,6 | 25,0 | 1,0 | 269 |
| Картофель тушеный | 100 | 2,0 | 6,5 | 15,8 | 131 | 150 | 3,0 | 9,8 | 23,7 | 196 |
| Сок | 200 | 0,0 | 0,0 | 20,0 | 80 | 200 | 0,0 | 0,0 | 20,0 | 80 |
| Хлеб ржаной | 80 | 5,0 | 0,5 | 33,8 | 160 | 80 | 5,0 | 0,5 | 33,8 | 160 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 21,6 | 102 | 40 | 3,2 | 0,4 | 21,6 | 102 |
| Итого: | | 14,6 | 19,9 | 92,0 | 609,2 | | 19,9 | 35,6 | 100,4 | 808,9 |
| Полдник | 12% | | | | | 13% | | | | |
| Кондитерское или Хлебобулочное изделие | 60 | 2,9 | 0,8 | 35,0 | 139 | 60 | 2,9 | 0,8 | 35,0 | 139 |
| Молочный или кисломолочный продукт (Молоко кипяченое) | 200 | 5,8 | 6,4 | 9,4 | 120 | 200 | 5,8 | 6,4 | 9,4 | 120 |

| | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|--|------|------|-------|--------|------------|------|------|-------|--------|
| Фрукты | | | | | | 200 | 0,8 | 0,7 | 18,7 | 84 |
| Итого: | | 8,7 | 7,2 | 44,4 | 259 | | 9,5 | 7,9 | 63,1 | 343 |
| Ужин(5-11класс) | | | | | | 24% | | | | |
| Масло сливочное порциями | | | | | | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 66 |
| Оладьи из печени, запеченные с сыром | | | | | | 80 | 14,3 | 14,2 | 4,4 | 204 |
| Каша рисовая | | | | | | 150 | 2,1 | 4,1 | 22,4 | 135 |
| Какао с молоком | | | | | | 200 | 7,8 | 6,2 | 22,0 | 140 |
| Хлеб пшеничный | | | | | | 40 | 3,2 | 0,4 | 21,6 | 102 |
| Итого: | | | | | | | 27,4 | 32,2 | 70,5 | 647,3 |
| Итого за день: | | 36,6 | 56,2 | 168,3 | 1322,1 | | 56,9 | 75,7 | 234,0 | 1799,2 |

| Пятница | Выход, г | Б | Ж | У | Ккал | Выход, г | Б | Ж | У | Ккал |
|--|-----------------|----------|----------|----------|-------------|-----------------|----------|----------|----------|-------------|
| Второй завтрак (1-4 класс) | 23% | | | | | | | | | |
| Биточки из филе птицы | 50 | 8,1 | 6,3 | 6,8 | 181 | | | | | |
| Макаронные изделия отварные | 100 | 3,4 | 2,9 | 20,2 | 120 | | | | | |
| <i>или Макароны с овощами</i> | 100 | 3,4 | 2,9 | 20,2 | 120 | | | | | |
| Чай с сахаром | 190/10 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 42 | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 21,6 | 102 | | | | | |
| Фрукты | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,4 | 42 | | | | | |
| Итого: | | 15,3 | 9,9 | 67,9 | 486,5 | | | | | |
| Итого:* | | 15,3 | 9,9 | 67,9 | 486,5 | | | | | |
| Обед(1-4 класс) | 31% | | | | | | | | | |
| Овощи консервированные порционно/кукуруза/ | 20 | 0,4 | 0,1 | 2,9 | 14 | | | | | |
| Борщ "Белорусский" со сметаной с витамином "С" | 200/10 | 1,7 | 5,0 | 10,3 | 92 | | | | | |
| <i>или Борщ "Диетический" со смет. с витамином "С" *</i> | 200/10 | 1,7 | 5,2 | 9,9 | 92 | | | | | |
| Гуляш (свинина) | 50/50 | 11,4 | 20,9 | 5,1 | 254 | | | | | |
| <i>или Поджарка (свинина)</i> | 50/15 | 11,0 | 23,9 | 2,7 | 270 | | | | | |
| Пюре картофельное | 150 | 3,2 | 5,0 | 20,1 | 138 | | | | | |
| Напиток "Фантастик" с витамином "С"* | 200 | 0,2 | 0,1 | 16,5 | 68 | | | | | |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,9 | 0,2 | 12,7 | 60 | | | | | |
| Итого: | | 18,7 | 31,2 | 67,6 | 625,7 | | | | | |
| Итого: * | | 18,3 | 34,4 | 64,8 | 641,7 | | | | | |
| Обед (5-11 класс) | | | | | | 30% | | | | |
| Овощи консервированные порционно/кукуруза/ | 50 | 1,1 | 0,2 | 7,4 | 34 | 50 | 1,1 | 0,2 | 7,4 | 34 |
| Биточки из филе птицы | 60 | 9,7 | 7,5 | 8,1 | 217 | 90 | 14,5 | 11,3 | 12,2 | 325 |
| <i>или Колбаски Сливочные</i> | 60 | 14,2 | 10,9 | 5,2 | 181 | 90 | 21,3 | 16,4 | 7,8 | 271 |
| Пюре картофельное | 150 | 3,2 | 5,0 | 20,1 | 138 | 150 | 3,2 | 5,0 | 20,1 | 138 |
| Напиток "Фантастик" с витамином "С"* | 200 | 0,2 | 0,1 | 16,5 | 68 | 200 | 0,2 | 0,1 | 16,5 | 68 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,1 | 0,3 | 21,1 | 100 | 70 | 4,4 | 0,4 | 29,6 | 140 |
| Фрукты | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,4 | 42 | 200 | 0,8 | 0,8 | 20,0 | 102 |
| Итого: | | 17,6 | 13,4 | 82,5 | 598,7 | | 24,1 | 17,7 | 105,7 | 807,0 |

| | | | | | | | | | | |
|---|------------|-------|-------|--------|--------|------------|-------|-------|--------|--------|
| Итого: * | | 22,1 | 16,9 | 79,6 | 562,7 | | 30,9 | 22,8 | 101,3 | 753,0 |
| Полдник | 12% | | | | | 14% | | | | |
| Конвертики с творогом | 60 | 5,3 | 4,4 | 17,8 | 132 | 120 | 10,7 | 8,8 | 35,6 | 265 |
| <i>или кондитерское или булочное изделие (Булочка фигурная)</i> | 75 | 5,6 | 5,3 | 34,7 | 211 | 75 | 5,6 | 5,3 | 34,7 | 211 |
| Молочный или кисломолочный продукт (кефир) | 200 | 5,6 | 6,4 | 8,2 | 112 | 200 | 5,6 | 6,4 | 8,2 | 112 |
| Итого: | | 10,9 | 10,8 | 26,0 | 244 | | 16,3 | 15,2 | 43,8 | 377 |
| Итого: * | | 11,2 | 11,7 | 42,9 | 323 | | 11,2 | 11,7 | 42,9 | 323 |
| Ужин(5-11класс) | | | | | | 21% | | | | |
| Гуляш (свинина) | | | | | | 50/50 | 11,4 | 20,9 | 5,1 | 254 |
| Макаронные изделия отварные | | | | | | 150 | 5,1 | 4,4 | 30,3 | 180 |
| <i>или Макароны с овощами</i> | | | | | | 150 | 5,1 | 4,4 | 30,3 | 180 |
| Чай с сахаром | | | | | | 190/10 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 42 |
| Хлеб пшеничный | | | | | | 40 | 3,2 | 0,4 | 21,6 | 102 |
| Итого: | | | | | | | 19,9 | 25,7 | 67,0 | 578,0 |
| Итого: * | | | | | | | 19,9 | 25,7 | 67,0 | 578,0 |
| Итого за день: | | 44,9 | 51,9 | 161,6 | 1356 | | 60,3 | 58,6 | 216,5 | 1761,6 |
| Итого за день:* | | 44,8 | 56,0 | 175,6 | 1451 | | 62,0 | 60,2 | 211,2 | 1653,8 |
| Итого 1,3 неделя: | | 216,0 | 225,9 | 958,8 | 6710,7 | | 269,7 | 255,0 | 1037,4 | 7594,8 |
| | | 1,0 | 1,0 | 4,4 | | | 1,0 | 0,9 | 3,8 | |
| Итого 1,3 неделя: * | | 211,4 | 242,0 | 965,1 | 6895 | | 260,2 | 265,3 | 1061,7 | 7784,8 |
| | | 1,0 | 1,1 | 4,6 | | | 1,0 | 1,0 | 4,1 | |
| Итого 2,4 неделя: | | 225,9 | 253,4 | 833,1 | 6635,1 | | 312,7 | 310,3 | 1140,8 | 8649,0 |
| | | 1,0 | 1,1 | 3,7 | | | 1,0 | 1,0 | 3,6 | |
| Итого 2,4 неделя: * | | 224,0 | 245,8 | 846,3 | 6689,3 | | 300,4 | 299,3 | 1175,9 | 8610,3 |
| | | 1,0 | 1,1 | 3,8 | | | 1,0 | 1,0 | 3,9 | |
| Итого 10 дней: | | 441,9 | 479,2 | 1791,9 | 13346 | | 582,4 | 565,2 | 2178,2 | 16244 |
| | | 1,0 | 1,1 | 4,1 | | | 1,0 | 1,0 | 3,7 | |
| Итого 10 дней: * | | 435,3 | 487,8 | 1811,4 | 13585 | | 560,5 | 564,6 | 2237,6 | 16395 |
| | | 1,0 | 1,1 | 4,2 | | | 1,0 | 1,0 | 4,0 | |