

**СОГЛАСОВАНО:**

**Директор**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
" \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ год

**УТВЕРЖДЕНО:**

**Начальник**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
" \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ год

**Циклическое двухнедельное меню для обучающихся 1-4 классов (в том числе обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, не являющихся учащимися с ограниченными возможностями здоровья) муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждений Белоглинского района (сезон зима-весна)**

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Се	F	С
<b>Неделя 1 День 1</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
28	Икра кабачковая консервированная (промыш.производства)	10	60	0,8	4,2	4,4	58,2				3,0	23,2	30,4	10,1	0,5	25,3				1,4
35	Омлет натуральный	35	150	15,0	25,1	2,9	298,5	0,5		36,5		95,4	157,0	6,2	0,6	136,0	0,1		0,4	0,4
	Молоко	12	200	3,3	3,7	4,7	64,0		0,2	33,0		119,0	93,0	13,0	0,1	151,0	0,4	2,0	0,5	1,5
41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1				36,0	61,2	12,0	0,2	45,0				10,0
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3		17,0	73,0	0,0	0,3			4,6	17,4	6,6	0,2	8,0				
3	Хлеб ржаной	1,5	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1				5,8	26,5	6,3	0,8	6,0				
	<b>ИТОГО</b>	<b>68,5</b>	<b>510</b>	<b>20,8</b>	<b>34,1</b>	<b>46,1</b>	<b>573,7</b>	<b>0,7</b>	<b>0,5</b>	<b>69,5</b>	<b>3,0</b>	<b>284,0</b>	<b>385,5</b>	<b>54,1</b>	<b>2,4</b>	<b>371,3</b>	<b>0,5</b>	<b>2,0</b>	<b>0,9</b>	<b>13,3</b>
<b>Обед</b>																				
31	Салат витаминный	6	60	0,7	2,0	7,0	49,2			174,5		2,1	2,3	2,7	0,2					9,6
22	Свекольник	15	200	1,8	4,1	9,3	81,1	0,1		43,3		41,9	45,8	10,0	0,3	63,0				3,6
39	Шницель мясной	58	90	14,3	7,1	14,4	189,0	0,0		44,1		22,8	55,2	9,0	0,7	78,0				0,1
40	Рагу из овощей	5	150	3,0	8,3	11,5	187,5	0,0		43,6	2,0	141,7	48,4	12,5	0,7	170,0				10,2
	Напиток фруктово-ягодный пром.производства	8,5	200	2,0	0,2	3,8	24,9	0,0				14,0	14,0	8,0	0,2	25,0				8,0
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,2			4,6	17,4	6,6	0,2	9,0				
3	Хлеб ржаной	2,5	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1				5,8	26,5	6,3	0,8	7,0				
	пряник пром.производства	3,5	18	1,2	11,5	12,6	65,2													
41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1				36,0	61,2	12,0	0,2	45,0				10,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>109,5</b>	<b>818</b>	<b>25,3</b>	<b>34,8</b>	<b>101,0</b>	<b>788,3</b>	<b>0,4</b>	<b>0,2</b>	<b>305,5</b>	<b>2,0</b>	<b>268,9</b>	<b>270,8</b>	<b>67,1</b>	<b>3,3</b>	<b>397,0</b>				<b>41,5</b>
<b>Полдник</b>																				
53/52	Оладьи со сметаной	28	130	7,3	7,0	45,8	280,0	0,4		4,0		3,1			0,3	10,0				0,1
12	Кефир м.д.ж. 2,5% в пром.упаковке	33	200	5,6	6,4	8,2	117,0	0,1				159,1	63,0	18,3	0,1					
	<b>ИТОГО</b>	<b>61</b>	<b>330</b>	<b>12,9</b>	<b>13,4</b>	<b>54,0</b>	<b>397,0</b>	<b>0,5</b>		<b>4,0</b>		<b>162,2</b>	<b>63,0</b>	<b>18,3</b>	<b>0,4</b>	<b>10,0</b>				<b>0,1</b>
	<b>ВСЕГО 1 день</b>	<b>239</b>	<b>1658</b>	<b>59,0</b>	<b>82,3</b>	<b>201,1</b>	<b>1759,0</b>	<b>1,6</b>	<b>0,7</b>	<b>379,0</b>	<b>5,0</b>	<b>715,0</b>	<b>719,3</b>	<b>139,5</b>	<b>6,1</b>	<b>778,3</b>	<b>0,5</b>	<b>2,0</b>	<b>0,9</b>	<b>54,9</b>

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Се	F	С	
<b>Неделя 1 День 2</b>																					
<b>Завтрак</b>																					
44	Зеленый горошек консервированный пром. производства	8,5	60	1,9	0,1	3,9	24,0	0,1	0,0	0,1		12,0	37,2	12,6	0,4					6,0	
49	Плов из мяса птицы	55,5	240	17,8	17,8	32,6	369,6	0,1		23,4		18,9	86,0	8,0	0,5	12,0			0,2	4,7	
12	Йогурт м.д.ж.2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0			0,1		212,2	112,0	24,3	0,2	54,0			1,0		
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3		17,0	73,0	0,0	0,3			4,6	17,4	6,6	0,2	8,0					
3	Хлеб ржаной	1,5	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1				5,8	26,5	6,3	0,8	6,0					
	<b>ИТОГО</b>	<b>101,5</b>	<b>500</b>	<b>31,0</b>	<b>23,6</b>	<b>67,2</b>	<b>619,6</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>23,6</b>		<b>253,5</b>	<b>279,1</b>	<b>57,8</b>	<b>2,1</b>	<b>80,0</b>			<b>1,2</b>	<b>10,7</b>	
<b>Обед</b>																					
55	Салат из свеклы	4	60	1,0	1,8	5,0	40,2	0,0	0,0			11,5	12,0	7,0	0,3	84,6		0,2	10,2	4,7	
20	Суп крестьянский с крупой	15	200	2,1	4,2	11,4	92,8	0,0		43,3	1,5	21,3	12,0	4,2	0,3	15,6				4,0	
38	Голубцы ленивые	12	90	6,1	7,0	5,6	112,5	0,1		47,6		16,8	42,4	7,8	0,4	125,0			0,2	2,0	
23	Каша Ячневая рассыпчатая	6,5	150	4,7	9,2	30,9	231,0	0,0		2,2		2,0	65,0	9,4	0,3	98,0					
9	Компот из свежих фруктов	5	200	0,2		3,6	140,0	0,0				23,7	18,4	13,4	0,7	13,0				2,5	
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,2			4,6	17,4	6,6	0,2	9,0					
3	Хлеб ржаной	2,5	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1				5,8	26,5	6,3	0,8	7,0					
	<b>ИТОГО</b>	<b>49</b>	<b>700</b>	<b>16,0</b>	<b>23,4</b>	<b>88,6</b>	<b>762,9</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>93,1</b>	<b>1,5</b>	<b>85,6</b>	<b>193,7</b>	<b>54,6</b>	<b>3,0</b>	<b>352,2</b>		<b>0,2</b>	<b>10,4</b>	<b>13,2</b>	
<b>Полдник</b>																					
	Слойка с начинкой фруктовой пром.произ-ва	11	80	0,7	1,6	18,1	122,7	0,7		5,3		4,1	13,4	9,5	0,4						
41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1				36,0	61,2	12,0	0,2	45,0				10,0	
12	Йогурт м.д.ж.2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0			0,1		212,2	112,0	24,3	0,2	54,0			1,0		
	<b>ИТОГО</b>	<b>51</b>	<b>380</b>	<b>11,1</b>	<b>7,0</b>	<b>35,5</b>	<b>285,7</b>	<b>0,8</b>		<b>5,4</b>		<b>252,3</b>	<b>186,6</b>	<b>45,8</b>	<b>0,8</b>	<b>99,0</b>			<b>1,0</b>	<b>10,0</b>	
	<b>ВСЕГО 2 день</b>	<b>202</b>	<b>1580</b>	<b>58,0</b>	<b>54,0</b>	<b>191,3</b>	<b>1668,2</b>	<b>1,4</b>	<b>0,5</b>	<b>122,1</b>	<b>1,5</b>	<b>591,4</b>	<b>659,4</b>	<b>158,2</b>	<b>5,9</b>	<b>531,2</b>		<b>0,2</b>	<b>12,6</b>	<b>33,9</b>	

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Се	F	С	
<b>Неделя 1 День 3</b>																					
<b>Завтрак</b>																					
45	Сыр порционный	20	30	5,7	7,5	0,1	91,0	0,0		9,9		276,7	127,0	10,0	0,4	240,0			1,5	0,2	
23	Каша пшеничная рассыпчатая	6,5	150	6,2	10,4	37,2	268,5			6,7		9,8	50,3	15,0	0,5	1,2					
39	Биточек мясной	25	90	14,3	7,1	14,4	189,0	0,0		44,1		22,8	55,2	9,0	0,7	78,0				0,1	
5	Чай с сахаром	3	200			10,3	41,2					11,1	2,8	0,3	0,3	27,0			0,5		
41	Фрукты свежие апельсин	28	200	1,0		54,8	218,0	0,1		0,1		36,0	61,2	10,8	0,3	85,0				90,0	
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3		17,0	73,0	0,0	0,3			4,6	17,4	6,6	0,2	8,0					
3	Хлеб ржаной	1,5	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1				5,8	26,5	6,3	0,8	6,0					
	<b>ИТОГО</b>	<b>87</b>	<b>670,0</b>	<b>28,5</b>	<b>25,7</b>	<b>140,5</b>	<b>915,7</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>60,8</b>		<b>366,8</b>	<b>340,4</b>	<b>57,9</b>	<b>3,2</b>	<b>445,2</b>			<b>2,0</b>	<b>90,3</b>	
<b>Обед</b>																					
32	Салат из белокачанной капусты	2,5	60	0,8	3,1	5,3	52,8	0,0		185,6	1,5	26,1	16,9	8,0	0,3	35,0				21,0	
19	Суп картофельный с бобовыми (горох)	12	200	5,0	4,5	17,8	133,6			33,6	1,8	49,3	54,0	8,0	0,5	53,0				2,5	
57	Рыба припущенная	19,5	95	9,3	8,4	0,8	79,8													0,7	
26	Картофель отварной	9	150	3,0	6,4	19,9	151,3			2,0	1,0	13,7	55,8	10,3	0,8	16,0				15,3	
8	Компот из смеси сухофруктов	5,5	200	0,3		31,4	124,0	0,0				65,0	23,4	17,5	0,7	38,0				0,1	
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,2			4,6	17,4	6,6	0,2	9,0					
3	Хлеб ржаной	2,5	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1				5,8	26,5	6,3	0,8	7,0					
	<b>ИТОГО</b>	<b>55</b>	<b>705</b>	<b>20,3</b>	<b>23,5</b>	<b>107,3</b>	<b>687,9</b>	<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>221,2</b>	<b>4,3</b>	<b>164,4</b>	<b>194,0</b>	<b>56,6</b>	<b>3,3</b>	<b>158,0</b>				<b>39,6</b>	
<b>Полдник</b>																					
34	Запеканка из творога со сгущенным молоком	47,5	100	15,0	13,3	13,7	239,0	0,1		83,8		170,7	100,0	18,0	0,2	165,0			2,1	0,2	
9	Компот из свежих фруктов	5	200	0,2		3,6	140,0	0,0				23,7	18,4	13,4	0,7	13,0				2,5	
	<b>ИТОГО</b>	<b>52,5</b>	<b>300</b>	<b>15,2</b>	<b>13,3</b>	<b>17,3</b>	<b>379,0</b>	<b>0,1</b>		<b>83,8</b>		<b>194,4</b>	<b>118,4</b>	<b>31,4</b>	<b>0,9</b>	<b>178,0</b>			<b>2,1</b>	<b>2,7</b>	
	<b>ВСЕГО 3 день</b>	<b>195</b>	<b>1675</b>	<b>64,0</b>	<b>62,5</b>	<b>265,1</b>	<b>1982,6</b>	<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>365,8</b>	<b>4,3</b>	<b>725,5</b>	<b>652,8</b>	<b>145,9</b>	<b>7,5</b>	<b>781,2</b>			<b>4,1</b>	<b>132,6</b>	

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Се	F	С	
<b>Неделя 1 День 4</b>																					
<b>Завтрак</b>																					
31	Салат витаминный	6	60	0,7	2,0	7,0	49,2	0,0		174,5	1,2	2,1	2,3	2,7	0,2	3,2				9,6	
48	Тефтели мясные с рисом	35	90	8,4	10,0	10,1	165,6				2,0	56,8	88,0	10,8	1,6	15,0					
25	Макароны отварные	8	150	5,1	9,2	34,2	244,5	0,1				18,1	47,5	10,0	0,5	16,3					
12	Йогурт м.д.ж.2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0			0,1		212,2	112,0	24,3	0,2	54,0			1,0		
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3		17,0	73,0	0,0	0,3			4,6	17,4	6,6	0,2	8,0					
3	Хлеб ржаной	1,5	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1				5,8	26,5	6,3	0,8	6,0					
	<b>ИТОГО</b>	<b>86,5</b>	<b>500</b>	<b>25,5</b>	<b>26,8</b>	<b>82,0</b>	<b>685,3</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>174,6</b>	<b>3,2</b>	<b>299,6</b>	<b>293,7</b>	<b>60,7</b>	<b>3,5</b>	<b>102,5</b>			<b>1,0</b>	<b>9,6</b>	
<b>Обед</b>																					
44	Зеленый горошек консервированный пром. производства	2,5	60	1,9	0,1	3,9	24,0	0,1	0,0	0,1		12,0	37,2	12,6	0,4					6,0	
15	Рассольник ленинградский	15	200	2,4	3,6	16,1	108,0			33,5	1,2	29,2	56,7	14,2	0,9	36,0				3,4	
51	Печень по-строгановски	45	90/40	17,7	17,7	5,1	253,5	0,1		501,9	1,0	42,6	108,3	11,8	0,4	25,0				12,1	
23	Каша гречневая рассыпчатая	12	150	8,4	10,8	41,3	303,0			6,7		9,8	50,3	15,0	0,5	10,2					
11	Сок фруктовый (яблочный)	28	200	1,0		21,2	88,0	0,0				14,0	14,0	8,0	0,2	25,0				8,0	
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	99,0	0,2			4,6	17,4	6,6	0,2	9,0					
3	Хлеб ржаной	2,5	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1				5,8	26,5	6,3	0,8	7,0					
41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1				36,0	61,2	12,0	0,2	45,0				10,0	
	<b>ИТОГО</b>	<b>116</b>	<b>840</b>	<b>33,6</b>	<b>33,8</b>	<b>129,9</b>	<b>967,9</b>	<b>99,4</b>	<b>0,2</b>	<b>542,2</b>	<b>2,2</b>	<b>154,0</b>	<b>371,6</b>	<b>86,4</b>	<b>3,6</b>	<b>157,2</b>				<b>39,5</b>	
<b>Полдник</b>																					
	Пирог Школьный пром.произ-ва	14	100	2,8	2,8	29,3	185,5	0,1	0,2	4,0		3,1	10,1	7,1	0,3	11,2				2,5	
12	Йогурт м.д.ж. 2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0			0,1		212,2	112,0	24,3	0,2	54,0			1,0		
41	Фрукты свежие апельсин	28	200	1,0		54,8	218,0	0,1		0,1		36,0	61,2	10,8	0,3	85,0				90,0	
	<b>ИТОГО</b>	<b>75</b>	<b>500</b>	<b>14</b>	<b>8</b>	<b>91</b>	<b>522</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>4</b>		<b>251</b>	<b>183</b>	<b>42</b>	<b>1</b>	<b>150</b>			<b>1</b>	<b>93</b>	
	<b>ВСЕГО 4 день</b>	<b>278</b>	<b>1840</b>	<b>72,9</b>	<b>68,4</b>	<b>303,0</b>	<b>2174,7</b>	<b>99,8</b>	<b>0,7</b>	<b>721,0</b>	<b>5,4</b>	<b>704,8</b>	<b>848,6</b>	<b>189,3</b>	<b>7,9</b>	<b>409,9</b>			<b>2,0</b>	<b>141,6</b>	

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Се	F	С	
<b>Неделя 1 День 5</b>																					
<b>Завтрак</b>																					
55	Салат из свеклы	4	60	1,0	1,8	5,0	40,2	0,0	0,0			11,5	12,0	7,0	0,3	84,6		0,2	10,2	4,7	
	Котлета рыбная	21	90	8,7	7,9	13,7	176,0	0,1		13,3		44,4	50,5	8,2	0,8	36,2				0,9	
26	Картофель отварной	9	150	3,0	6,4	19,9	151,3			2,0	1,0	13,7	55,8	10,3	0,8	16,0				15,3	
	Напиток фруктово-ягодный пром.произ-ва	8,5	200	2,0	0,2	3,8	24,9	0,0				14,0	14,0	8,0	0,2	25,0				8,0	
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3		17,0	73,0	0,0	0,3			4,6	17,4	6,6	0,2	8,0					
3	Хлеб ржаной	1,5	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1				5,8	26,5	6,3	0,8	6,0					
	<b>ИТОГО</b>	<b>47</b>	<b>500</b>	<b>16,0</b>	<b>17,0</b>	<b>66,1</b>	<b>500,4</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>15,3</b>	<b>1,0</b>	<b>93,9</b>	<b>176,2</b>	<b>46,4</b>	<b>3,1</b>	<b>175,8</b>		<b>0,2</b>	<b>10,2</b>	<b>28,9</b>	
<b>Обед</b>																					
43	Кукуруза консервированная (пром. произ-ва)	13,5	60	1,6	1,1	2,8	27,0	0,0	0,0	0,0		6,7	2,1	7,0	0,2					3,4	
16	Щи из свежей капусты с картофелем	18	200	1,6	3,4	8,0	70,4			33,3		2,7	4,5	4,1	0,3	3,5				6,6	
46	Рагу из птицы	42	240	14,4	13,4	23,3	278,4	0,1		28,2		36,8	108,2	18,7	0,3	38,1				8,7	
7	Чай фруктовый	5	200	0,6		15,3	62,0	0,0		3,4		42,4	22,6	14,6	0,2	18,5			1,0		
	печенье пром.произ-ва	3	25	1,6	2,1	11,0	61,3		0,3												
41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1				36,0	61,2	12,0	0,2	45,0				10,0	
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,2			4,6	17,4	6,6	0,2	9,0					
3	Хлеб ржаной	2,5	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1				5,8	26,5	6,3	0,8	7,0					
	<b>ИТОГО</b>	<b>95</b>	<b>825</b>	<b>22,1</b>	<b>21,7</b>	<b>102,8</b>	<b>690,5</b>	<b>0,4</b>	<b>0,6</b>	<b>64,9</b>		<b>135,0</b>	<b>242,5</b>	<b>69,3</b>	<b>2,2</b>	<b>121,1</b>			<b>1,0</b>	<b>28,7</b>	
<b>Полдник</b>																					
33	Сырники из творога со сметаной или сгущенным молоком	45	100	15,2	12,4	18,9	251,0	0,1		75,1		150,1	120,0	11,0	0,5	175,0				0,4	
11	Сок фруктовый (мультифрукт)	28	200	1,0		21,2	88,0	0,0				14,0	14,0	8,0	0,2	25,0				8,0	
	<b>ИТОГО</b>	<b>73</b>	<b>300</b>	<b>16,2</b>	<b>12,4</b>	<b>40,1</b>	<b>339,0</b>	<b>0,1</b>		<b>75,1</b>		<b>164,1</b>	<b>134,0</b>	<b>19,0</b>	<b>0,7</b>	<b>200,0</b>				<b>8,4</b>	
	<b>ВСЕГО 5 день</b>	<b>215</b>	<b>1625</b>	<b>54,3</b>	<b>51,1</b>	<b>209,0</b>	<b>1529,9</b>	<b>0,8</b>	<b>0,9</b>	<b>155,4</b>	<b>1,0</b>	<b>393,0</b>	<b>552,7</b>	<b>134,6</b>	<b>6,1</b>	<b>496,9</b>		<b>0,2</b>	<b>11,2</b>	<b>66,0</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА 1 НЕДЕЛЮ</b>	<b>1128</b>	<b>8378</b>	<b>308,2</b>	<b>318,3</b>	<b>1169,4</b>	<b>9114,4</b>	<b>104,1</b>	<b>3,3</b>	<b>1743,2</b>	<b>17,2</b>	<b>3129,8</b>	<b>3432,8</b>	<b>767,5</b>	<b>33,5</b>	<b>2997,5</b>	<b>0,5</b>	<b>2,4</b>	<b>30,8</b>	<b>429,0</b>	



№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Се	F	С
<b>Неделя 2 День 6</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
36	Яйца вареные	8,5	50	5,1	4,6	0,3	63,0			100,0		22,0	76,8	4,8	0,5	19,5				
1	Каша манная молочная жидкая	15	200	3,0	8,2	20,0	172,0					1,5	15,0	37,0	0,5	1,2				1,2
59	Кофейный напиток	12	200	2,5	1,8	24,8	121,7		0,1			82,4	45,5	8,7	0,3	73,0			0,2	0,3
	печенье пром.произ-ва	3	25	1,6	2,1	11,0	61,3		0,3											
11	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1				36,0	61,2	12,0	0,2	45,0				10,0
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3		17,0	73,0	0,0	0,3			4,6	17,4	6,6	0,2	8,0				
3	Хлеб ржаной	1,5	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1				5,8	26,5	6,3	0,8	6,0				
	<b>ИТОГО</b>	<b>50</b>	<b>575</b>	<b>13,9</b>	<b>17,8</b>	<b>90,2</b>	<b>571,0</b>	<b>0,3</b>	<b>0,7</b>	<b>100,0</b>		<b>152,3</b>	<b>242,4</b>	<b>75,4</b>	<b>2,5</b>	<b>152,7</b>			<b>0,2</b>	<b>11,5</b>
<b>Обед</b>																				
28	Икра кабачковая консервированная (пром.производства)	4	60	0,2	4,2	4,4	58,2	0,0			3,0	23,2	30,4	10,1	0,5	25,3				1,4
17	Суп из овощей	13	200	1,8	3,5	9,9	79,2	0,1		33,3	2,1	34,9	49,3	18,1	0,8	27,8				4,2
	Котлеты рыбные	21	90	8,7	7,9	13,7	176,0	0,1		13,3		44,4	50,5	8,2	0,8	36,2				0,9
24	Рис отварной	9	150	3,6	9,0	35,7	244,5	0,0		0,0		64,1	108,9	8,3	0,5	75,2				
	Напиток фруктово-ягодный пром.производства	8,5	200	2,0	0,2	3,8	24,9					14,0	14,0	8,0	0,2	25,0				8,0
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,2			4,6	17,4	6,6	0,2	9,0				
3	Хлеб ржаной	2,5	30	1,5	1,1	10,1	52,5					5,8	26,5	6,3	0,8	7,0				
	Слойка с начинкой фруктовой пром.произ-ва	8,5	60	0,5	1,2	13,6	92,0	0,5		4,0		3,1	10,1	7,1	6,1					
	<b>ИТОГО</b>	<b>70,5</b>	<b>760</b>	<b>18,7</b>	<b>27,2</b>	<b>113,1</b>	<b>821,2</b>	<b>0,7</b>	<b>0,2</b>	<b>50,6</b>	<b>5,1</b>	<b>194,0</b>	<b>307,1</b>	<b>72,7</b>	<b>9,9</b>	<b>205,5</b>				<b>14,5</b>
<b>Полдник</b>																				
37	Шарлотка с яблоками	28	100	3,7	4,7	39,6	209,8	0,1	1,2	0,1		38,2	59,0	17,4	1,7	15,0				2,2
12	Йогурт м.д.ж. 2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0			0,1		212,2	112,0	12,0	0,2	54,0			0,5	
	<b>ИТОГО</b>	<b>61</b>	<b>300</b>	<b>13,7</b>	<b>9,7</b>	<b>46,6</b>	<b>327,8</b>	<b>0,1</b>	<b>1,2</b>	<b>0,1</b>		<b>38,2</b>	<b>59,0</b>	<b>17,4</b>	<b>1,7</b>	<b>15,0</b>				<b>2,2</b>
	<b>ВСЕГО 7 день</b>	<b>182</b>	<b>1635</b>	<b>46,3</b>	<b>54,8</b>	<b>249,9</b>	<b>1720,0</b>	<b>1,0</b>	<b>2,1</b>	<b>150,7</b>	<b>5,1</b>	<b>384,4</b>	<b>608,5</b>	<b>165,4</b>	<b>14,1</b>	<b>373,2</b>			<b>0,2</b>	<b>28,2</b>

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Се	F	С	
<b>Неделя 2 День 7</b>																					
<b>Завтрак</b>																					
32	Салат из белокачанной капусты	2,5	60	0,8	3,1	5,3	52,8	0,0		185,6	1,5	26,1	16,9	8,0	0,3	35,0				21,0	
51	Печень по-строгановски	45	90/40	17,7	17,7	5,1	253,5	0,1		501,9	1,0	42,6	108,3	11,8	0,4	25,0				12,1	
26	Картофель отварной	9	150	3,0	6,4	19,9	151,3			2,0	1,0	13,7	55,8	10,3	0,8	16,0				15,3	
	Молоко	12	200	3,3	3,7	4,7	64,0		0,2	33,0		119,0	93,0	13,0	0,1	151,0	0,4	2,0	0,5	1,5	
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3		17,0	73,0	0,0	0,3			4,6	17,4	6,6	0,2	8,0					
3	Хлеб ржаной	1,5	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1				5,8	26,5	6,3	0,8	6,0					
	<b>ИТОГО</b>	<b>73</b>	<b>540</b>	<b>26,1</b>	<b>31,5</b>	<b>58,7</b>	<b>629,6</b>	<b>0,3</b>	<b>0,5</b>	<b>722,5</b>	<b>3,5</b>	<b>211,8</b>	<b>317,9</b>	<b>55,9</b>	<b>2,6</b>	<b>241,0</b>	<b>0,4</b>	<b>2,0</b>	<b>0,5</b>	<b>49,9</b>	
<b>Обед</b>																					
43	Кукуруза консервированная (пром. произ-ва)	13,5	60	1,6	1,1	2,8	27,0	0,0	0,0	0,0		6,7	2,1	7,0	0,2					3,4	
14	Борщ с капустой и картофелем	18	200	1,6	4,2	10,5	84,8			33,3		2,7	4,5	3,1	0,5	3,2				4,4	
46	Рагу из птицы	42	240	14,4	13,4	23,3	278,4	0,1		28,2		36,8	108,2	18,7	0,3	38,1				8,7	
13	Чай с сахаром	3	200			42,2	162,0	0,0				36,5	22,5	7,3	0,2	36,0				2,4	
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,2			4,6	17,4	6,6	0,2	9,0					
3	Хлеб ржаной	2,5	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1				5,8	26,5	6,3	0,8	7,0					
	<b>ИТОГО</b>	<b>83</b>	<b>700</b>	<b>19,5</b>	<b>19,9</b>	<b>110,8</b>	<b>698,6</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>61,5</b>		<b>93,1</b>	<b>181,2</b>	<b>48,9</b>	<b>2,2</b>	<b>93,3</b>				<b>18,9</b>	
<b>Полдник</b>																					
52/53	Оладьи со сметаной	28	130	7,3	7,0	45,8	280,0	0,4		4,0		3,1			0,3	10,0				0,1	
13	Чай с сахаром	3	200			42,2	162,0	0,0				36,5	22,5	7,3	0,2	36,0				2,4	
41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1				36,0	61,2	12,0	0,2	45,0				10,0	
	<b>ИТОГО</b>	<b>38</b>	<b>430</b>	<b>7,7</b>	<b>7,4</b>	<b>98,4</b>	<b>487,0</b>	<b>0,5</b>		<b>4,0</b>		<b>75,6</b>	<b>83,7</b>	<b>19,3</b>	<b>0,7</b>	<b>91,0</b>				<b>12,5</b>	
	<b>ВСЕГО 8 день</b>	<b>194</b>	<b>1670</b>	<b>53,3</b>	<b>58,8</b>	<b>267,9</b>	<b>1815,2</b>	<b>1,1</b>	<b>0,7</b>	<b>788,0</b>	<b>3,5</b>	<b>380,5</b>	<b>582,8</b>	<b>124,1</b>	<b>5,5</b>	<b>425,3</b>	<b>0,4</b>	<b>2,0</b>	<b>0,5</b>	<b>81,3</b>	

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Се	F	С
<b>Неделя 2 День 8</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
28	Икра кабачковая консервированная (промыш. производства)	4	60	0,2	4,2	4,4	58,2	0,0			3,0	23,2	30,4	10,1	0,5	25,3			1,4	
49	Плов из мяса птицы	55,5	240	17,8	17,8	32,6	369,6	0,1		23,4		18,9	86,0	8,0	0,5	12,0			0,2	4,7
13	Кисель	11	200			42,2	162,0					36,5	22,5	7,3	0,2				1,5	2,4
	печенье пром. произ-ва	3	25	1,6	2,1	11,0	61,3		0,3											
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3		17,0	73,0	0,0	0,3			4,6	17,4	6,6	0,2	8,0				
3	Хлеб ржаной	1,5	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1				5,8	26,5	6,3	0,3	6,0				
	<b>ИТОГО</b>	<b>78</b>	<b>525</b>	<b>20,9</b>	<b>24,8</b>	<b>113,9</b>	<b>759,1</b>	<b>0,3</b>	<b>0,6</b>	<b>23,4</b>	<b>3,0</b>	<b>89,0</b>	<b>182,8</b>	<b>38,3</b>	<b>1,7</b>	<b>51,3</b>			<b>1,7</b>	<b>8,5</b>
<b>Обед</b>																				
44	Зеленый горошек консервированный пром. произ-ва	8,5	60	1,9	0,1	3,9	24,0	0,1		0,1		12,0	37,2	12,6	0,4					6,0
18	Суп картофельный с макаронными изделиями	10	200	2,3	2,0	16,8	96,0			67,1	1,0	52,8	30,8	8,5	0,5	25,3				3,7
39	Биточек мясной	16	90	14,3	7,1	14,4	189,0	0,0		44,1		22,8	55,2	9,0	0,7	78,0				0,1
42	Капуста тушеная	9	150	3,8	6,9	16,1	141,0	0,1		45,8		317,0	100,0	17,5	0,7	225,0				26,5
8	Компот из смеси сухофруктов	5,5	200	0,3		31,4	124,0	0,0				65,0	23,4	17,5	0,7	38,0				0,1
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,2			4,6	17,4	6,6	0,2	9,0				
3	Хлеб ржаной	2,5	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1				5,8	26,5	6,3	0,3	7,0				
41	Фрукты свежие апельсин	28	200	1,0		54,8	218,0	0,1		0,1		36,0	61,2	10,8	0,3	85,0				90,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>83,5</b>	<b>900</b>	<b>25,4</b>	<b>17,3</b>	<b>169,4</b>	<b>938,4</b>	<b>0,4</b>	<b>0,2</b>	<b>157,2</b>	<b>1,0</b>	<b>516,0</b>	<b>351,7</b>	<b>88,7</b>	<b>3,8</b>	<b>467,3</b>				<b>126,4</b>
<b>Полдник</b>																				
47	Пудинг из творога (запеченный)	21,5	120	10,7	8,7	16,6	189,6	0,1		48,9		78,0	218,6	24,4	0,5	198,0			0,6	0,2
12	Йогурт м.д.ж. 2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0			0,1		212,2	112,0	24,3	0,2	54,0			1,0	
	<b>ИТОГО</b>	<b>54,5</b>	<b>320</b>	<b>20,7</b>	<b>13,7</b>	<b>23,6</b>	<b>307,6</b>	<b>0,1</b>		<b>49,0</b>		<b>290,2</b>	<b>330,6</b>	<b>48,7</b>	<b>0,7</b>	<b>252,0</b>			<b>1,6</b>	<b>0,2</b>
	<b>ВСЕГО 9 день</b>	<b>216</b>	<b>1745</b>	<b>67,0</b>	<b>55,8</b>	<b>306,9</b>	<b>2005,1</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>229,6</b>	<b>4,0</b>	<b>895,1</b>	<b>865,1</b>	<b>175,7</b>	<b>6,3</b>	<b>770,6</b>			<b>3,3</b>	<b>135,1</b>

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Се	F	С	
<b>Неделя 2 День 9</b>																					
<b>Завтрак</b>																					
43	Кукуруза консервированная пром.произ-ва	13,5	60	1,6	1,1	2,8	27,0	0,0		0,0		6,7	2,1	7,0	0,2					3,4	
57	Рыба припущенная	19,5	95	9,3	8,4	0,8	79,8													0,7	
26	Картофель отварной	9	150	3,0	6,4	19,9	151,3			2,0	1,0	13,7	55,8	10,3	0,8	16,0				15,3	
11	Сок фруктовый (мультифрукт)	28	200	1,0		21,2	88,0	0,0				14,0	14,0	8,0	0,2	25,0				8,0	
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3		17,0	73,0	0,0	0,3			4,6	17,4	6,6	0,2	8,0					
3	Хлеб ржаной	1,5	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1				5,8	26,5	6,3	0,8	6,0					
	Слойка с начинкой фруктовой	8,5	60	0,5	1,2	13,6	92,0	0,5		4,0		3,1	10,1	7,1	0,5						
	<b>ИТОГО</b>	<b>83</b>	<b>565</b>	<b>16,7</b>	<b>17,8</b>	<b>82,0</b>	<b>546,1</b>	<b>0,7</b>	<b>0,3</b>	<b>6,0</b>	<b>1,0</b>	<b>47,8</b>	<b>125,9</b>	<b>45,3</b>	<b>2,8</b>	<b>55,0</b>				<b>27,4</b>	
<b>Обед</b>																					
31	Салат витаминный	2,5	60	0,7	2,0	7,0	49,2			174,5		2,1	2,3	2,7	0,2	3,2				9,6	
19	Суп картофельный с бобовыми (горох)	12	200	5,0	4,5	17,8	133,6			33,6	1,8	49,3	54,0	8,0	0,5	53,0				2,5	
50	Курица в соусе с томатом	52	90	7,9	6,8	3,9	108,0	0,1		0,2		85,2	54,2	10,0	0,5	88,0				1,7	
25	Макароны отварные	8	150	5,1	9,2	34,2	244,5	0,1				18,1	47,5	10,0	0,5	16,3					
5	Чай с сахаром	3	200			10,3	41,2					11,1	2,8	0,3	0,3	27,0				0,5	
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,2			4,6	17,4	6,6	0,2	9,0					
3	Хлеб ржаной	2,5	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1				5,8	26,5	6,3	0,8	7,0					
	<b>ИТОГО</b>	<b>84</b>	<b>700</b>	<b>20,6</b>	<b>23,6</b>	<b>105,2</b>	<b>722,9</b>	<b>0,4</b>	<b>0,2</b>	<b>208,3</b>	<b>1,8</b>	<b>176,1</b>	<b>204,7</b>	<b>43,8</b>	<b>3,0</b>	<b>203,5</b>				<b>0,5</b>	<b>13,8</b>
<b>Полдник</b>																					
2	Каша рисовая молочная жидкая	11,5	150	1,7	6,2	15,8	129,0					1,5	15,0	9,0	1,1	12,0				0,9	
	печенье пром.произ-ва	3	25	1,6	2,1	11,0	61,3		0,3												
7	Чай фруктовый	3	200	0,6		15,3	62,0			3,4		42,4	1,0	14,6	0,2					1,0	
4	Хлеб пшеничный	3	35	3,1	1,1	16,1	77,0	0,0	0,3			4,6	17,4	6,6	0,2	8,0					
	<b>ИТОГО</b>	<b>20,5</b>	<b>375</b>	<b>7,0</b>	<b>9,3</b>	<b>58,2</b>	<b>329,3</b>	<b>0,0</b>	<b>0,6</b>	<b>3,4</b>		<b>48,5</b>	<b>33,4</b>	<b>30,2</b>	<b>1,5</b>	<b>20,0</b>				<b>1,0</b>	<b>0,9</b>
	<b>ВСЕГО 10 день</b>	<b>188</b>	<b>1640</b>	<b>44,2</b>	<b>50,7</b>	<b>245,4</b>	<b>1598,3</b>	<b>1,1</b>	<b>1,1</b>	<b>217,6</b>	<b>2,8</b>	<b>272,4</b>	<b>364,0</b>	<b>119,3</b>	<b>7,3</b>	<b>278,5</b>				<b>1,5</b>	<b>42,1</b>

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С	
<b>Неделя 2 День 10</b>																					
<b>Завтрак</b>																					
45	Сыр порционный	20	30	5,7	7,5	0,1	91,0	0,0		9,9		276,7	127,0	10,0	0,4	240,0			1,5	0,2	
34	Запеканка из творога со сгущенным молоком	47,5	150	22,5	20,0	20,6	358,5	0,1		175,7		356,0	121,6	10,3	0,5	247,5				0,3	
10	Какао с молоком	11	200	4,9	5,0	32,5	190,0	0,1		24,4		201,0	86,3	12,0	0,5	136,0			1,5	0,7	
41	Фрукты свежие апельсин	28	200	1,0		54,8	218,0	0,1		0,1		36,0	61,2	10,8	0,3	85,0				90,0	
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3		17,0	73,0	0,0	0,1			4,6	17,4	6,6	0,2	8,0					
3	Хлеб ржаной	1,5	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1				5,8	26,5	6,3	0,8	6,0					
	<b>ИТОГО</b>	<b>111</b>	<b>580</b>	<b>35,4</b>	<b>33,2</b>	<b>131,7</b>	<b>965,5</b>	<b>0,4</b>	<b>0,1</b>	<b>210,1</b>		<b>880,1</b>	<b>440,0</b>	<b>56,0</b>	<b>2,7</b>	<b>722,5</b>			<b>3,0</b>	<b>91,2</b>	
<b>Обед</b>																					
55	Салат из свеклы	4	60	1,0	1,8	5,0	40,2	0,0	0,0			11,5	12,0	7,0	0,3	84,6		0,2	10,2	4,7	
16	Щи из свежей капусты с картофелем	18	200	1,6	3,4	8,0	70,4			33,3		2,7	4,5	4,1	0,3	3,5				6,6	
48	Тефтели мясные с рисом	35	90	8,4	10,0	10,1	165,6				2,0	56,8	88,0	10,8	1,6	15,0					
23	Каша пшеничная рассыпчатая	10	150	6,2	10,4	37,2	268,5			6,7		9,8	50,3	15,0	0,5	1,2					
5	Чай с сахаром	3	200			10,3	41,2					11,1	2,8	0,3	0,3	27,0			0,5		
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,1			4,6	17,4	6,6	0,5	9,0					
3	Хлеб ржаной	2,5	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1				5,8	26,5	6,3	0,8	7,0					
	<b>ИТОГО</b>	<b>76,5</b>	<b>700</b>	<b>19,1</b>	<b>26,8</b>	<b>102,6</b>	<b>732,3</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>40,0</b>	<b>2,0</b>	<b>102,3</b>	<b>201,5</b>	<b>50,0</b>	<b>4,3</b>	<b>147,3</b>		<b>0,2</b>	<b>10,7</b>	<b>11,3</b>	
<b>Полдник</b>																					
33	Сырники из творога со сметаной или сгущенным молоком	45	100	15,2	12,4	18,9	251,0	0,1		75,1		150,1	120,0	11,0	0,5	175,0				0,4	
11	Сок фруктовый (яблоко)	28	200	1,0		21,2	88,0	0,0				14,0	14,0	8,0	0,2	25,0				8,0	
	<b>ИТОГО</b>	<b>73</b>	<b>300</b>	<b>16,2</b>	<b>12,4</b>	<b>40,1</b>	<b>339,0</b>	<b>0,1</b>		<b>75,1</b>		<b>164,1</b>	<b>134,0</b>	<b>19,0</b>	<b>0,7</b>	<b>200,0</b>				<b>8,4</b>	
	<b>ВСЕГО 11 день</b>	<b>261</b>	<b>1580</b>	<b>70,7</b>	<b>72,3</b>	<b>274,4</b>	<b>2036,8</b>	<b>0,7</b>	<b>0,2</b>	<b>325,3</b>	<b>2,0</b>	<b>1146,4</b>	<b>775,5</b>	<b>125,0</b>	<b>7,7</b>	<b>1069,8</b>		<b>0,2</b>	<b>13,7</b>	<b>110,9</b>	

---

<b>ВСЕГО ЗА 2 НЕДЕЛЮ</b>	<b>1040</b>	<b>8270</b>	281,5	292,4	1344,4	9175,4	4,7	5,1	1711,2	17,4	3078,9	3195,8	709,4	40,8	2917,4	0,4	2,2	19,2	397,5
<b>ВСЕГО за 10 дней</b>	<b>2167</b>	<b>16648</b>	589,7	610,7	2513,8	18289,8	108,8	8,4	3454,4	34,6	6208,6	6628,6	1476,9	74,4	5914,9	0,9	4,5	50,0	826,4
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ</b>	<b>217</b>	<b>1665</b>	59,0	61,1	251,4	1829,0	10,9	0,8	345,4	3,5	620,9	662,9	147,7	7,4	591,5	0,1	0,5	5,0	82,6



**СОГЛАСОВАНО:**

**Директор**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
" \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ год

**УТВЕРЖДЕНО:**

**Начальник**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
" \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ год

**Циклическое двухнедельное меню для обучающихся 5-11 классов (в том числе обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, не являющихся учащимися с ограниченными возможностями здоровья) муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждений Белоглинского района (сезон зима-весна)**

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С
<b>Неделя 1 День 1</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
28	Икра кабачковая консервированная (промыш.производства)	17	100	0,6	7,0	7,3	97,0				5,0	38,7	50,7	16,8	0,8	42,2				2,3
35	Омлет натуральный	42	200	18,0	30,1	3,4	358,2	0,6		43,8		127,3	209,3	8,2	0,8	181,3	0,1			0,4
	Молоко	12	200	3,3	3,7	4,7	64,0		0,2	33,0		119,0	93,0	13,0	0,1	151,0	0,4	2,0	0,5	1,5
41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1				36,0	61,2	12,0	0,2	45,0				10,0
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4			6,6	24,9	9,4	0,3	11,4				
3	Хлеб ржаной	2,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2				10,1	46,4	10,9	1,4	10,5				
	<b>ИТОГО</b>	<b>85</b>	<b>600</b>	<b>24,5</b>	<b>42,5</b>	<b>61,8</b>	<b>729,8</b>	<b>0,9</b>	<b>0,6</b>	<b>76,8</b>	<b>5,0</b>	<b>337,6</b>	<b>485,5</b>	<b>70,4</b>	<b>3,6</b>	<b>441,4</b>	<b>0,5</b>	<b>2,0</b>	<b>0,5</b>	<b>14,2</b>
<b>Обед</b>																				
31	Салат витаминный	10	100	1,2	3,3	11,7	82,0			290,8		3,5	3,8	4,5	0,3					16,0
22	Свекольник	18,5	250	2,3	5,1	11,6	101,4	0,1		54,1		52,4	57,3	12,5	0,4	78,8				4,5
39	Шницель мясной	65,5	100	14,3	7,1	14,4	189,0	0,0		49,0		25,3	61,3	10,0	0,8	86,7				0,1
40	Рагу из овощей	6	180	3,6	10,0	13,8	225,0	0,0		52,3	2,4	170,0	58,1	15,0	0,8	204,0				12,2
	Напиток фруктово-ягодный пром.производства	8,5	200	2,0	0,2	3,8	24,9	0,0				14,0	14,0	8,0	0,2	25,0				8,0
4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,2			5,6	21,3	8,1	0,3	11,0				
3	Хлеб ржаной	3	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2				7,7	35,3	8,3	1,0	9,3				
41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1				36,0	61,2	12,0	0,2	45,0				10,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>123,5</b>	<b>930</b>	<b>26,3</b>	<b>27,6</b>	<b>105,9</b>	<b>852,0</b>	<b>0,5</b>	<b>0,2</b>	<b>446,2</b>	<b>2,4</b>	<b>314,6</b>	<b>312,2</b>	<b>78,4</b>	<b>4,0</b>	<b>459,7</b>				<b>50,9</b>
<b>Полдник</b>																				
53/52	Оладьи со сметаной	32	200	11,0	10,5	61,3	280,0	0,6		6,1		4,8			0,5	15,0				0,2
12	Кефир м.д.ж. 2,5% в пром.упаковке	33	200	5,6	6,4	8,2	117,0	0,1				159,1	63,0	18,3	0,1					
	печенье пром. произ-ва	3	25	1,7	2,1	18,1	97,8		0,3											
	<b>ИТОГО</b>	<b>68</b>	<b>425</b>	<b>18,3</b>	<b>19,0</b>	<b>87,6</b>	<b>494,8</b>	<b>0,7</b>	<b>0,3</b>	<b>6,1</b>		<b>163,9</b>	<b>63,0</b>	<b>18,3</b>	<b>0,6</b>	<b>15,0</b>				<b>0,2</b>
	<b>ВСЕГО 1 день</b>	<b>277</b>	<b>1955</b>	<b>69,0</b>	<b>89,1</b>	<b>255,3</b>	<b>2076,6</b>	<b>2,1</b>	<b>1,2</b>	<b>529,1</b>	<b>7,4</b>	<b>816,0</b>	<b>860,7</b>	<b>167,1</b>	<b>8,2</b>	<b>916,1</b>	<b>0,5</b>	<b>2,0</b>	<b>0,5</b>	<b>65,2</b>

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С
<b>Неделя 1 День 2</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
44	Зеленый горошек консервированный пром. производства	14	100	0,9	0,2	6,5	40,0	0,1	0,0	0,1		20,0	62,0	21,0	0,7					10,0
49	Плов из мяса птицы	60	260	19,3	19,3	35,3	400,4	0,1		25,4		20,5	93,2	8,7	0,5	13,0			0,2	5,1
12	Йогурт м.д.ж.2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0			0,1		212,2	112,0	24,3	0,2	54,0			1,0	
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4			6,6	24,9	9,4	0,3	11,4				
3	Хлеб ржаной	2,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2				10,1	46,4	10,9	1,4	10,5				
	<b>ИТОГО</b>	<b>114</b>	<b>560</b>	<b>32,4</b>	<b>25,8</b>	<b>84,8</b>	<b>724,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,5</b>	<b>25,6</b>		<b>269,3</b>	<b>338,4</b>	<b>74,3</b>	<b>3,2</b>	<b>88,9</b>			<b>1,2</b>	<b>15,1</b>
<b>Обед</b>																				
55	Салат из свеклы	7	100	1,7	3,0	8,4	67,0	0,0	0,0			19,2	20,0	11,7	0,5	141,0		0,3	17,0	7,8
20	Суп крестьянский с крупой	18,5	250	2,6	5,3	14,3	116,0			54,1	1,9	26,6	15,0	5,3	0,3	19,5				5,0
38	Голубцы ленивые	13	100	6,8	7,8	6,2	125,0	0,1		52,9		18,7	47,1	8,7	0,4	138,9			0,2	2,2
23	Каша Ячневая рассыпчатая	8	180	5,6	11,0	37,1	277,2	0,0		2,7		2,4	78,0	11,3	0,4	117,6				
9	Компот из свежих фруктов	5	200	0,2		3,6	140,0	0,0				23,7	18,4	13,4	0,7	13,0				2,5
4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,2			5,6	21,3	8,1	0,3	11,0				
3	Хлеб ржаной	3	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2				7,7	35,3	8,3	1,0	9,3				
	<b>ИТОГО</b>	<b>59,5</b>	<b>830</b>	<b>19,4</b>	<b>28,6</b>	<b>109,7</b>	<b>910,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,3</b>	<b>109,6</b>	<b>1,9</b>	<b>103,8</b>	<b>235,1</b>	<b>66,7</b>	<b>3,6</b>	<b>450,3</b>		<b>0,3</b>	<b>17,2</b>	<b>17,6</b>
<b>Полдник</b>																				
	Слойка с начинкой фруктовой пром.произ-ва	11	80	0,7	1,6	18,1	156,0	0,7		5,3		4,1	13,4	9,5	0,4					
41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1				36,0	61,2	12,0	0,2	45,0				10,0
12	Йогурт м.д.ж. 2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0			0,1		212,2	112,0	24,3	0,2	54,0			1,0	
	<b>ИТОГО</b>	<b>51</b>	<b>380</b>	<b>11,1</b>	<b>7,0</b>	<b>35,5</b>	<b>319,0</b>	<b>0,8</b>		<b>5,4</b>		<b>252,3</b>	<b>186,6</b>	<b>45,8</b>	<b>0,8</b>	<b>99,0</b>			<b>1,0</b>	<b>10,0</b>
	<b>ВСЕГО 2 день</b>	<b>225</b>	<b>1770</b>	<b>62,8</b>	<b>61,4</b>	<b>230,0</b>	<b>1953,0</b>	<b>1,6</b>	<b>0,7</b>	<b>140,6</b>	<b>1,9</b>	<b>625,5</b>	<b>760,1</b>	<b>186,8</b>	<b>7,6</b>	<b>638,2</b>		<b>0,3</b>	<b>19,4</b>	<b>42,6</b>

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С	
<b>Неделя 1 День 3</b>																					
<b>Завтрак</b>																					
45	Сыр порционный	25	40	7,6	10,0	0,1	121,3	0,0		13,2		368,9	169,3	13,3	0,5	320,0			2,0	0,3	
23	Каша пшеничная рассыпчатая	8	180	7,4	12,4	44,6	322,2			8,0		11,8	60,4	18,0	0,6	1,4					
39	Биточек мясной	29	100	14,3	7,1	14,4	189,0	0,0		49,0		25,3	61,3	10,0	0,8	86,7				0,1	
5	Чай с сахаром	3	200			10,3	41,2					11,1	2,8	0,3	0,3	27,0			0,5		
41	Фрукты свежие апельсин	28	200	1,0		54,8	218,0	0,1		0,1		36,0	61,2	10,8	0,3	85,0				90,0	
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4			6,6	24,9	9,4	0,3	11,4					
3	Хлеб ржаной	2,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2				10,1	46,4	10,9	1,4	10,5					
	<b>ИТОГО</b>	<b>100</b>	<b>720</b>	<b>32,5</b>	<b>30,8</b>	<b>160,3</b>	<b>1057,3</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>70,4</b>		<b>469,8</b>	<b>426,3</b>	<b>72,8</b>	<b>4,2</b>	<b>542,0</b>			<b>2,5</b>	<b>90,4</b>	
<b>Обед</b>																					
32	Салат из белокачанной капусты	4	100	1,4	5,1	8,9	88,0	0,0		309,3	2,5	43,5	28,2	13,3	0,6	58,3				35,0	
19	Суп картофельный с бобовыми (горох)	15	250	6,2	5,6	22,3	167,0			42,0	2,3	61,6	67,5	10,0	0,6	66,3				3,1	
57	Рыба припущенная	23,5	105	10,3	10,1	1,0	88,2													0,8	
26	Картофель отварной	11	180	3,6	7,7	23,9	181,5			2,4	1,2	16,4	66,9	12,4	1,0	19,2				18,4	
8	Компот из смеси сухофруктов	5,5	200	0,3		31,4	124,0	0,0				65,0	23,4	17,5	0,7	38,0				0,1	
4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,2			5,6	21,3	8,1	0,3	11,0					
3	Хлеб ржаной	3	40	2,0	1,5	13,5	70,0	0,2				7,7	35,3	8,3	1,0	9,3					
	<b>ИТОГО</b>	<b>67</b>	<b>835</b>	<b>24,3</b>	<b>30,1</b>	<b>127,7</b>	<b>833,5</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>353,7</b>	<b>6,0</b>	<b>199,8</b>	<b>242,6</b>	<b>69,5</b>	<b>4,1</b>	<b>202,1</b>				<b>57,4</b>	
<b>Полдник</b>																					
34	Запеканка из творога со сгущенным молоком	57	200	22,5	20,0	20,6	358,5	0,2		167,6		341,4	200,0	36,0	0,4	330,0			4,2	0,4	
9	Компот из свежих фруктов	5	200	0,2		3,6	140,0	0,0				23,7	18,4	13,4	0,7	13,0				2,5	
	<b>ИТОГО</b>	<b>62</b>	<b>400</b>	<b>22,7</b>	<b>20,0</b>	<b>24,2</b>	<b>498,5</b>	<b>0,2</b>		<b>167,6</b>		<b>365,1</b>	<b>218,4</b>	<b>49,4</b>	<b>1,1</b>	<b>343,0</b>			<b>4,2</b>	<b>2,9</b>	
	<b>ВСЕГО 3 день</b>	<b>229</b>	<b>1955</b>	<b>79,5</b>	<b>80,9</b>	<b>312,2</b>	<b>2389,3</b>	<b>0,8</b>	<b>0,7</b>	<b>591,7</b>	<b>6,0</b>	<b>1034,7</b>	<b>887,3</b>	<b>191,7</b>	<b>9,4</b>	<b>1087,1</b>			<b>6,7</b>	<b>150,7</b>	

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С	
<b>Неделя 1 День 4</b>																					
<b>Завтрак</b>																					
31	Салат витаминный	10	100	1,2	3,3	11,7	82,0	0,0		290,8	2,0	3,5	3,8	4,5	0,3	5,3				16,0	
48	Тефтели мясные с рисом	39	100	9,3	11,1	11,2	184,0				2,2	63,1	97,8	12,0	1,8	16,7					
25	Макароны отварные	10	180	6,1	9,2	34,2	244,5	0,1				21,7	57,0	12,0	0,6	19,6					
12	Йогурт м.д.ж.2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0			0,1		212,2	112,0	24,3	0,2	54,0			1,0		
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4			6,6	24,9	9,4	0,3	11,4					
3	Хлеб ржаной	2,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2				10,1	46,4	10,9	1,4	10,5					
	<b>ИТОГО</b>	<b>99</b>	<b>580</b>	<b>28,8</b>	<b>29,9</b>	<b>100,1</b>	<b>794,1</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>290,9</b>	<b>4,2</b>	<b>317,2</b>	<b>341,9</b>	<b>73,1</b>	<b>4,6</b>	<b>117,5</b>			<b>1,0</b>	<b>16,0</b>	
<b>Обед</b>																					
44	Зеленый горошек консервированный пром. производства	4	100	0,9	0,2	6,5	40,0	0,1	0,0	0,1		20,0	62,0	21,0	0,7					10,0	
15	Рассольник ленинградский	18,5	250	3,0	4,5	20,1	135,0			41,9	1,5	36,5	70,9	17,8	1,2	45,0				4,3	
51	Печень по-строгановски	52	100/50	20,4	20,4	5,9	295,5	0,1		579,2	0,8	49,2	100,0	13,6	0,4	20,0				13,9	
23	Каша гречневая рассыпчатая	14,5	180	10,1	13,0	49,5	363,6			8,0		11,8	60,4	18,0	0,6	12,2					
11	Сок фруктовый (яблочный)	28	200	1,0		11,2	88,0	0,0				14,0	14,0	8,0	0,2	25,0				8,0	
4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8		0,2			5,6	21,3	8,1	0,3	11,0					
3	Хлеб ржаной	3	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2				7,7	35,3	8,3	1,0	9,3					
41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1				36,0	61,2	12,0	0,2	45,0				10,0	
	<b>ИТОГО</b>	<b>132</b>	<b>980</b>	<b>38,3</b>	<b>40,0</b>	<b>143,7</b>	<b>1151,9</b>	<b>0,5</b>	<b>0,3</b>	<b>629,2</b>	<b>2,3</b>	<b>180,8</b>	<b>425,0</b>	<b>106,7</b>	<b>4,6</b>	<b>167,5</b>				<b>46,2</b>	
<b>Полдник</b>																					
	Пирог Школьный пром.произ-ва	21	150	4,2	4,2	44,0	278,3	0,2	0,3	6,0		4,6	15,1	10,7	0,5	16,8				3,8	
12	Йогурт м.д.ж. 2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0			0,1		212,2	112,0	24,3	0,2	54,0			1,0		
41	Фрукты свежие апельсин	28	200	1,0		54,8	218,0	0,1		0,1		36,0	61,2	10,8	0,3	85,0				90,0	
	<b>ИТОГО</b>	<b>82</b>	<b>550</b>	<b>15</b>	<b>9</b>	<b>106</b>	<b>614</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>6</b>		<b>253</b>	<b>188</b>	<b>46</b>	<b>1</b>	<b>156</b>			<b>1</b>	<b>94</b>	
	<b>ВСЕГО 4 день</b>	<b>313</b>	<b>2110</b>	<b>82,3</b>	<b>79,1</b>	<b>349,6</b>	<b>2560,2</b>	<b>1,1</b>	<b>1,0</b>	<b>926,4</b>	<b>6,5</b>	<b>750,8</b>	<b>955,2</b>	<b>225,6</b>	<b>10,1</b>	<b>440,8</b>			<b>2,0</b>	<b>155,9</b>	

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С	
<b>Неделя 1 День 5</b>																					
<b>Завтрак</b>																					
55	Салат из свеклы	7	100	1,7	3,0	8,4	67,0	0,0	0,0			19,2	20,0	11,7	0,5	141,0		0,3	17,0	7,8	
	Котлета рыбная	23,5	100	9,7	8,8	15,2	195,6	0,1		14,8		49,3	56,1	9,1	0,9	40,2				1,0	
26	Картофель отварной	11	180	3,6	7,7	23,9	181,5			2,4	1,2	16,4	66,9	12,4	1,0	19,2				18,4	
	Напиток фруктово-ягодный пром.произ-ва	8,5	200	2,0	0,2	3,8	24,9	0,0				14,0	14,0	8,0	0,2	25,0				8,0	
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4			6,6	24,9	9,4	0,3	11,4					
3	Хлеб ржаной	2,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2				10,1	46,4	10,9	1,4	10,5					
	<b>ИТОГО</b>	<b>57</b>	<b>580</b>	<b>19,2</b>	<b>21,0</b>	<b>87,3</b>	<b>634,6</b>	<b>0,4</b>	<b>0,5</b>	<b>17,2</b>	<b>1,2</b>	<b>115,6</b>	<b>228,3</b>	<b>61,5</b>	<b>4,3</b>	<b>247,4</b>		<b>0,3</b>	<b>17,0</b>	<b>35,2</b>	
<b>Обед</b>																					
43	Кукуруза консервированная (пром. произ-ва)	22,5	100	0,9	1,8	4,7	45,0	0,1		0,0		11,2	3,5	11,7	0,4					5,6	
16	Щи из свежей капусты с картофелем	22,5	250	2,0	4,3	10,0	88,0			41,6		3,4	5,6	5,1	0,4	4,4				8,3	
46	Рагу из птицы	45,5	260	15,6	14,6	25,2	301,6	0,1		30,6		39,9	117,2	20,3	0,3	41,3				9,4	
7	Чай фруктовый	5	200	0,6		15,3	62,0	0,0		3,4		42,4	1,0	14,6	0,2	18,5			1,0		
	печенье пром.произ-ва	3	25	1,6	2,1	11,0	61,3		0,3												
41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1				36,0	61,2	12,0	0,2	45,0				10,0	
4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,2			5,6	21,3	8,1	0,3	11,0					
3	Хлеб ржаной	3	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2				7,7	35,3	8,3	1,0	9,3					
	<b>ИТОГО</b>	<b>113,5</b>	<b>935</b>	<b>23,6</b>	<b>24,7</b>	<b>116,8</b>	<b>787,7</b>	<b>0,5</b>	<b>0,6</b>	<b>75,6</b>		<b>146,2</b>	<b>245,1</b>	<b>80,0</b>	<b>2,8</b>	<b>129,5</b>			<b>1,0</b>	<b>33,3</b>	
<b>Полдник</b>																					
33	Сырники из творога со сметаной или сгущенным молоком	54	200	30,4	24,8	37,8	502,0	0,2		150,3		300,2	240,0	22,0	1,0	350,0				0,8	
11	Сок фруктовый (мультифрукт)	28	200	1,0		21,2	88,0	0,0				14,0	14,0	8,0	0,2	25,0				8,0	
	<b>ИТОГО</b>	<b>82</b>	<b>400</b>	<b>31,4</b>	<b>24,8</b>	<b>59,0</b>	<b>590,0</b>	<b>0,2</b>		<b>150,3</b>		<b>314,2</b>	<b>254,0</b>	<b>30,0</b>	<b>1,2</b>	<b>375,0</b>				<b>8,8</b>	
	<b>ВСЕГО 5 день</b>	<b>253</b>	<b>1915</b>	<b>74,2</b>	<b>70,5</b>	<b>263,1</b>	<b>2012,2</b>	<b>1,1</b>	<b>1,0</b>	<b>243,1</b>	<b>1,2</b>	<b>576,0</b>	<b>727,4</b>	<b>171,5</b>	<b>8,3</b>	<b>751,8</b>		<b>0,3</b>	<b>18,0</b>	<b>77,2</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА 1 НЕДЕЛЮ</b>	<b>1296</b>	<b>9705</b>	<b>367,8</b>	<b>381,0</b>	<b>1410,2</b>	<b>10991,3</b>	<b>6,7</b>	<b>4,7</b>	<b>2430,9</b>	<b>22,9</b>	<b>3803,0</b>	<b>4190,7</b>	<b>942,6</b>	<b>43,6</b>	<b>3834,1</b>	<b>0,5</b>	<b>2,6</b>	<b>46,6</b>	<b>491,7</b>	



№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Се	F	С
<b>Неделя 2 День 6</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
36	Яйца вареные	8,5	50	5,1	4,6	0,3	63,0			100,0		22,0	76,8	4,8	0,5	19,5				
1	Каша манная молочная жидкая	19	250	3,8	10,3	25,0	215,0					1,9	18,8	46,3	0,6	1,5				1,5
59	Кофейный напиток	12	200	2,5	1,8	24,8	121,7		0,1			82,4	45,5	8,7	0,3	73,0			0,2	0,3
	печенье пром.произ-ва	3	25	1,6	2,1	11,0	61,3		0,3											
11	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1				36,0	61,2	12,0	0,2	45,0				10,0
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4			6,6	24,9	9,4	0,3	11,4				
3	Хлеб ржаной	2,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2				10,1	46,4	10,9	1,4	10,5				
	<b>ИТОГО</b>	<b>56,5</b>	<b>625</b>	<b>15,6</b>	<b>20,5</b>	<b>107,5</b>	<b>671,6</b>	<b>0,3</b>	<b>0,9</b>	<b>100,0</b>		<b>158,9</b>	<b>273,5</b>	<b>92,1</b>	<b>3,3</b>	<b>160,9</b>			<b>0,2</b>	<b>11,8</b>
<b>Обед</b>																				
28	Икра кабачковая консервированная (промыш.производства)	7	100	0,6	7,0	7,3	97,0	0,0			5,0	38,7	50,7	16,8	0,8	42,2				2,3
17	Суп из овощей	16,5	250	2,2	4,4	12,4	99,0	0,1		41,6	2,6	43,6	61,6	22,6	1,0	34,8				5,3
	Котлеты рыбные	23,5	100	9,7	8,8	15,2	195,6	0,1		14,8		49,3	56,1	9,1	0,9	40,2				1,0
24	Рис отварной	11,5	180	4,3	10,8	42,8	293,4	0,0		0,0		76,9	130,7	10,0	0,6	90,2				
	Напиток фруктово-ягодный пром.производства	8,5	200	2,0	0,2	3,8	24,9					14,0	14,0	8,0	0,2	25,0				8,0
4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0				5,6	21,3	8,1	0,3	11,0				
3	Хлеб ржаной	3	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2				7,7	35,3	8,3	1,0	9,3				
	Слойка с начинкой фруктовой пром.произ-ва	8,4	60	0,5	1,2	13,6	92,0	0,5		4,0		3,1	10,1	7,1	6,1					
	<b>ИТОГО</b>	<b>83,4</b>	<b>890</b>	<b>21,8</b>	<b>33,9</b>	<b>135,3</b>	<b>986,6</b>	<b>1,0</b>		<b>60,4</b>	<b>7,6</b>	<b>238,9</b>	<b>379,7</b>	<b>90,0</b>	<b>10,9</b>	<b>252,7</b>				<b>16,6</b>
<b>Полдник</b>																				
37	Шарлотка с яблоками	42	200	5,6	7,1	59,4	209,8	0,1	2,4	0,1		57,4	88,5	26,0	2,5	22,5				3,2
12	Йогурт м.д.ж. 2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0			0,1		212,2	112,0	24,3	0,2	54,0			1,0	
	Печенье пром.произ-ва	3	18	1,2	1,5	7,9	44,1		0,3											
	<b>ИТОГО</b>	<b>78</b>	<b>418</b>	<b>16,8</b>	<b>13,6</b>	<b>74,3</b>	<b>371,9</b>	<b>0,1</b>	<b>2,7</b>	<b>0,2</b>		<b>269,6</b>	<b>200,5</b>	<b>50,3</b>	<b>2,7</b>	<b>76,5</b>			<b>1,0</b>	<b>3,2</b>
	<b>ВСЕГО 7 день</b>	<b>218</b>	<b>1933</b>	<b>54,1</b>	<b>68,0</b>	<b>317,1</b>	<b>2030,1</b>	<b>1,4</b>	<b>3,6</b>	<b>160,6</b>	<b>7,6</b>	<b>667,4</b>	<b>853,7</b>	<b>232,4</b>	<b>16,9</b>	<b>490,1</b>			<b>1,2</b>	<b>31,6</b>

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С
<b>Неделя 2 День 7</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
32	Салат из белокачанной капусты	4	100	1,4	5,1	8,9	88,0	0,0		309,3	2,5	43,5	28,2	13,3	0,6	58,3				35,0
51	Печень по-строгановски	52	100/50	20,4	20,4	5,9	295,5	0,1		579,2	0,8	49,2	100,0	13,6	0,4	20,0				13,9
26	Картофель отварной	11	180	3,6	7,7	23,9	181,5			2,4	1,2	16,4	66,9	12,4	1,0	19,2				18,4
	напиток фруктово-ягодный пром. производства	8,5	200	2,0	0,2	3,8	24,9					14,0	14,0	8,0	0,2	25,0				8,0
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4			6,6	24,9	9,4	0,3	11,4				
3	Хлеб ржаной	2,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2				10,1	46,4	10,9	1,4	10,5				
	<b>ИТОГО</b>	<b>82,5</b>	<b>630</b>	<b>29,6</b>	<b>34,7</b>	<b>78,5</b>	<b>755,5</b>	<b>0,3</b>	<b>0,4</b>	<b>890,9</b>	<b>4,5</b>	<b>139,8</b>	<b>280,4</b>	<b>67,6</b>	<b>3,9</b>	<b>144,5</b>				<b>75,3</b>
<b>Обед</b>																				
43	Кукуруза консервированная (пром. произ-ва)	22,5	100	0,9	1,8	4,7	45,0	0,1		0,0		11,2	3,5	11,7	0,4					5,6
14	Борщ с капустой и картофелем	22,5	250	2,0	5,2	13,1	106,0			41,6		3,4	5,6	3,9	0,6	4,0				5,5
46	Рагу из птицы	45,5	260	15,6	14,6	25,2	301,6	0,1		30,6		39,9	117,2	20,3	0,3	41,3				9,4
13	Чай с сахаром	3	200			42,2	162,0	0,0				36,5	22,5	7,3	0,2	36,0				2,4
4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0				5,6	21,3	8,1	0,3	11,0				
3	Хлеб ржаной	3	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2				7,7	35,3	8,3	1,0	9,3				
	<b>ИТОГО</b>	<b>101,5</b>	<b>810</b>	<b>21,0</b>	<b>23,1</b>	<b>125,4</b>	<b>799,4</b>	<b>0,4</b>		<b>72,2</b>		<b>104,3</b>	<b>205,4</b>	<b>59,5</b>	<b>2,8</b>	<b>101,6</b>				<b>22,9</b>
<b>Полдник</b>																				
52/53	Оладьи со сметаной	32	200	11,0	10,5	61,3	280,0	0,6		6,1		4,8			0,5	15,0				0,2
13	Чай с сахаром	3	200			42,2	162,0	0,0				36,5	22,5	7,3	0,2	36,0				2,4
41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1				36,0	61,2	12,0	0,2	45,0				10,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>42</b>	<b>500</b>	<b>11,4</b>	<b>10,9</b>	<b>113,9</b>	<b>487,0</b>	<b>0,7</b>		<b>6,1</b>		<b>77,3</b>	<b>83,7</b>	<b>19,3</b>	<b>0,8</b>	<b>96,0</b>				<b>12,6</b>
	<b>ВСЕГО 8 день</b>	<b>226</b>	<b>1940</b>	<b>62,0</b>	<b>68,7</b>	<b>317,7</b>	<b>2041,9</b>	<b>1,5</b>	<b>0,4</b>	<b>969,2</b>	<b>4,5</b>	<b>321,3</b>	<b>569,4</b>	<b>146,4</b>	<b>7,5</b>	<b>342,0</b>				<b>110,7</b>

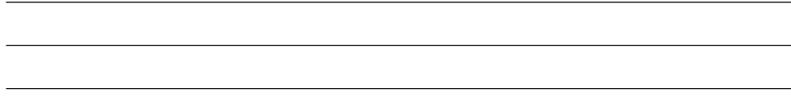
№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С	
<b>Неделя 2 День 8</b>																					
<b>Завтрак</b>																					
28	Икра кабачковая консервированная (промыш. производства)	7	100	0,6	7,0	7,3	97,0	0,0			5,0	38,7	50,7	16,8	0,8	42,2				2,3	
49	Плов из мяса птицы	60	260	19,3	19,3	35,3	400,4	0,1		25,4		20,5	93,2	8,7	0,5	13,0				0,2	5,1
13	Кисель	11	200			42,2	162,0					36,5	22,5	7,3	0,2					1,5	2,4
	печенье пром. произ-ва	3	25	1,6	2,1	11,0	61,3		0,3												
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3		0,4			6,6	24,9	9,4	0,3	11,4					
3	Хлеб ржаной	2,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2				10,1	46,4	10,9	1,4	10,5					
	<b>ИТОГО</b>	<b>88</b>	<b>585</b>	<b>23,7</b>	<b>29,7</b>	<b>131,8</b>	<b>886,3</b>	<b>0,3</b>	<b>0,7</b>	<b>25,4</b>	<b>5,0</b>	<b>112,3</b>	<b>237,6</b>	<b>53,1</b>	<b>3,3</b>	<b>77,1</b>				<b>1,7</b>	<b>9,8</b>
<b>Обед</b>																					
44	Зеленый горошек консервированный пром. произ-ва	14	100	0,9	0,2	6,5	40,0	0,1	0,0	0,1		20,0	62,0	21,0	0,7						10,0
18	Суп картофельный с макаронными изделиями	12,5	250	2,9	2,5	21,0	120,0			83,9	1,3	66,0	38,5	10,7	1,4	31,6					4,6
39	Биточек мясной	18	100	14,3	7,1	14,4	189,0	0,0		49,0		25,3	61,4	10,0	1,4	93,3					0,1
42	Капуста тушеная	11	180	4,5	8,3	19,3	169,2	0,1		55,0		380,4	60,0	21,0	1,6	270,0					31,8
8	Компот из смеси сухофруктов	5,5	200	0,3		31,4	124,0	0,0				32,5	23,4	17,5	0,7	78,0					0,1
4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0				5,6	21,3	8,1	0,3	11,0					
3	Хлеб ржаной	3	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2				7,7	35,3	8,3	1,0	9,3					
41	Фрукты свежие апельсин	28	200	1,0		54,8	218,0	0,1		0,1		36,0	61,2	10,8	0,3	85,0					90,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>97</b>	<b>1030</b>	<b>26,4</b>	<b>19,6</b>	<b>187,5</b>	<b>1045,0</b>	<b>0,6</b>	<b>0,0</b>	<b>188,1</b>	<b>1,3</b>	<b>573,5</b>	<b>363,1</b>	<b>107,3</b>	<b>7,4</b>	<b>578,3</b>					<b>136,6</b>
<b>Полдник</b>																					
47	Пудинг из творога (запеченный)	27	200	21,4	17,4	33,1	189,6	0,1		65,2		104,0	291,5	32,4	0,7	264,0				0,8	0,2
12	Йогурт м.д.ж. 2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0			0,1		212,2	112,0	24,3	0,2	54,0				1,0	
	<b>ИТОГО</b>	<b>60</b>	<b>400</b>	<b>31,4</b>	<b>22,4</b>	<b>40,1</b>	<b>307,6</b>	<b>0,1</b>		<b>65,3</b>		<b>316,2</b>	<b>403,5</b>	<b>56,7</b>	<b>0,9</b>	<b>318,0</b>				<b>1,8</b>	<b>0,2</b>
	<b>ВСЕГО 9 день</b>	<b>245</b>	<b>2015</b>	<b>81,5</b>	<b>71,7</b>	<b>359,4</b>	<b>2238,9</b>	<b>1,0</b>	<b>0,8</b>	<b>278,7</b>	<b>6,3</b>	<b>1002,1</b>	<b>1004,2</b>	<b>217,1</b>	<b>11,5</b>	<b>973,4</b>				<b>3,5</b>	<b>146,6</b>

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Се	F	С
<b>Неделя 2 День 9</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
43	Кукуруза консервированная пром.произ-ва	22,5	100	0,9	1,8	4,7	45,0	0,1		0,0		11,2	3,5	11,7	0,4					5,6
57	Рыба припущенная	23,5	105	10,3	10,1	1,0	88,2													0,8
26	Картофель отварной	11	180	3,6	7,7	23,9	181,5			2,4	1,2	16,4	66,9	12,4	1,0	19,2				18,4
11	Сок фруктовый (мультифрукт)	28	200	1,0		11,2	88,0	0,0				14,0	14,0	8,0	0,2	25,0				8,0
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4		24,3	104,3	0,0	0,4			6,6	24,9	9,4	0,3	11,4				
3	Хлеб ржаной	2,5	35	4,1	2,8	17,5	108,5	0,2				10,1	46,4	10,9	1,4	10,5				
41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1				36,0	61,2	12,0	0,2	45,0				10,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>99</b>	<b>685</b>	<b>20,7</b>	<b>22,8</b>	<b>93,0</b>	<b>660,5</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>2,4</b>	<b>1,2</b>	<b>94,3</b>	<b>216,9</b>	<b>64,4</b>	<b>3,5</b>	<b>111,1</b>				<b>42,7</b>
<b>Обед</b>																				
31	Салат витаминный	4,5	100	1,2	3,3	11,7	82,0			290,8		3,5	3,8	4,5	0,3	5,3				16,0
19	Суп картофельный с бобовыми (горох)	15	250	6,2	5,6	22,3	167,0			42,0	2,3	61,6	67,5	10,0	0,6	66,3				3,1
50	Курица в соусе с томатом	58	100	8,8	7,5	4,3	120,0	0,1		0,2		112,0	60,2	11,1	1,2	97,8				1,9
25	Макаронные изделия отварные	11	180	6,1	9,2	34,2	244,5	0,1				21,7	57,0	12,0	0,6	19,6				
5	Чай с сахаром	3	200			10,3	41,2					11,1	2,8	0,3	0,3	27,0			0,5	
4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0				5,6	21,3	8,1	0,3	11,0				
3	Хлеб ржаной	3	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2				7,7	35,3	8,3	1,0	9,3				
	<b>ИТОГО</b>	<b>99,5</b>	<b>830</b>	<b>24,8</b>	<b>27,1</b>	<b>123,0</b>	<b>839,5</b>	<b>0,4</b>		<b>333,0</b>	<b>2,3</b>	<b>223,2</b>	<b>247,9</b>	<b>54,3</b>	<b>4,3</b>	<b>236,2</b>			<b>0,5</b>	<b>21,0</b>
<b>Полдник</b>																				
2	Каша рисовая молочная жидкая	15	200	2,2	8,2	21,0	172,0					2,0	20,0	12,0	1,4	16,0				1,2
	печенье пром.произ-ва	3	25	1,6	2,1	11,0	61,3		0,3											
7	Чай фруктовый	3	200	0,6		15,3	62,0			3,4		42,4	1,0	14,6	0,2				1,0	
4	Хлеб пшеничный	3	50	4,4	1,5	23,0	110,0	0,0	0,4			6,6	24,9	9,4	0,3	11,4				
	<b>ИТОГО</b>	<b>24</b>	<b>425</b>	<b>8,8</b>	<b>11,8</b>	<b>70,3</b>	<b>405,3</b>	<b>0,0</b>	<b>0,8</b>	<b>3,4</b>		<b>51,0</b>	<b>45,9</b>	<b>36,0</b>	<b>1,9</b>	<b>27,4</b>			<b>1,0</b>	<b>1,2</b>
	<b>ВСЕГО 10 день</b>	<b>223</b>	<b>1940</b>	<b>54,4</b>	<b>61,8</b>	<b>286,3</b>	<b>1905,3</b>	<b>0,9</b>	<b>1,2</b>	<b>338,9</b>	<b>3,5</b>	<b>368,5</b>	<b>510,6</b>	<b>154,7</b>	<b>9,8</b>	<b>374,8</b>			<b>1,5</b>	<b>65,0</b>

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Се	F	С
<b>Неделя 2 День 10</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
45	Сыр порционный	25	40	7,6	10,0	0,1	121,3	0,0		13,2		368,9	169,3	13,3	0,5	320,0			2,0	0,3
34	Запеканка из творога со сгущенным молоком	69,5	200	22,5	20,0	20,6	358,5	0,1		234,3		350,0	100,1	13,7	0,7	165,1				0,4
10	Какао с молоком	11	200	4,9	5,0	32,5	190,0	0,1		24,4		201,0	86,3	12,0	0,5	136,0			1,5	0,7
41	Фрукты свежие апельсин	28	200	1,0		54,8	218,0	0,1		0,1		36,0	61,2	10,8	0,3	85,0				90,0
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,1			6,6	24,9	9,4	0,3	11,4				
3	Хлеб ржаной	2,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2				10,1	46,4	10,9	1,4	10,5				
	<b>ИТОГО</b>	<b>140,5</b>	<b>640</b>	<b>38,2</b>	<b>36,3</b>	<b>144,0</b>	<b>1053,4</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>272,0</b>		<b>972,6</b>	<b>488,2</b>	<b>70,2</b>	<b>3,7</b>	<b>728,0</b>			<b>3,5</b>	<b>91,4</b>
<b>Обед</b>																				
55	Салат из свеклы	7	100	1,7	3,0	8,4	67,0	0,0	0,0			19,2	20,0	11,7	0,5	141,0		0,3	17,0	7,8
16	Щи из свежей капусты с картофелем	22,5	250	2,0	4,3	10,0	88,0			41,6		3,4	5,6	5,1	0,4	4,4				8,3
48	Тефтели мясные с рисом	39	100	9,3	11,1	11,2	184,0				2,2	63,1	97,8	12,0	1,8	16,7				
23	Каша пшеничная рассыпчатая	13	180	7,4	12,4	44,6	322,2			8,0		11,8	60,4	18,0	0,6	1,4				
5	Чай с сахаром	3	200			10,3	41,2					11,1	2,8	0,3	0,3	27,0			0,5	
4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0				5,6	21,3	8,1	0,6	11,0				
3	Хлеб ржаной	3	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2				7,7	35,3	8,3	1,0	9,3				
	<b>ИТОГО</b>	<b>92,5</b>	<b>830</b>	<b>22,9</b>	<b>32,3</b>	<b>124,7</b>	<b>887,2</b>	<b>0,3</b>	<b>0,0</b>	<b>49,7</b>	<b>2,2</b>	<b>121,9</b>	<b>243,1</b>	<b>63,4</b>	<b>5,2</b>	<b>210,8</b>		<b>0,3</b>	<b>17,5</b>	<b>16,1</b>
<b>Полдник</b>																				
33	Сырники из творога со сметаной или сгущенным молоком	54	120	18,2	14,9	22,7	251,0	0,1		90,2		180,1	144,0	13,2	0,6	210,0				0,5
11	Сок фруктовый (яблоко)	28	200	1,0		11,2	88,0	0,0				14,0	14,0	8,0	0,2	25,0				8,0
	Слойка с начинкой фруктовой пром.произ-ва	8,4	60	0,5	1,2	13,6	92,0	0,2		64,0		3,1	10,1	7,1	12,2					
	<b>ИТОГО</b>	<b>90,4</b>	<b>380</b>	<b>19,7</b>	<b>16,1</b>	<b>47,5</b>	<b>431,0</b>	<b>0,3</b>		<b>154,2</b>		<b>197,2</b>	<b>168,1</b>	<b>28,3</b>	<b>13,0</b>	<b>235,0</b>				<b>8,5</b>
	<b>ВСЕГО 11 день</b>	<b>323</b>	<b>1850</b>	<b>80,9</b>	<b>84,7</b>	<b>316,2</b>	<b>2371,6</b>	<b>1,1</b>	<b>0,2</b>	<b>475,8</b>	<b>2,2</b>	<b>1291,7</b>	<b>899,4</b>	<b>161,9</b>	<b>21,9</b>	<b>1173,8</b>		<b>0,3</b>	<b>21,0</b>	<b>115,9</b>

	<b>ВСЕГО ЗА 2 НЕДЕЛЮ</b>	<b>1235</b>	<b>9678</b>	332,8	354,9	1596,8	10587,7	5,9	6,1	2223,3	24,0	3650,9	3837,4	912,4	67,7	3354,1		0,3	27,2	469,9
	<b>ВСЕГО за 10 дней</b>	<b>2530</b>	<b>19383</b>	700,7	735,9	3007,0	21579,0	12,6	10,8	4654,1	47,0	7453,9	8028,0	1855,1	111,3	7188,2	0,5	2,9	73,9	961,6
	<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ</b>	<b>253</b>	<b>1938</b>	70,1	73,6	300,7	2157,9	1,3	1,1	465,4	4,7	745,4	802,8	185,5	11,1	718,8	0,0	0,3	7,4	96,2































Накопительная

День меню	прием пищи	наименование	молочная продукция									мясо, птица			
			вес в г.	молоко	йогурт	кефир	коктель молочный	сметана	творог	масло сливочное	молоко стуженное	сыр	говядина	свинина	птица
		блюдо	60												
		Икра кабачковая ко	100												
			150	41					7						
		Омлет натуральный	200	82					14						
		Молоко	200	200											
		Молоко	200	200											
		Фрукты свежие ябл	100												
			35												
		хлеб пшеничный	50												
			20												
		хлеб ржаной	35												
		<b>Итого завтрак</b>	<b>565</b>	<b>241</b>					<b>7</b>						
завтр			<b>685</b>	<b>282</b>					<b>14</b>						
		<b>Стоимость 1-4</b>	<b>60,85</b>	<b>15,42</b>					<b>2,8</b>						
		<b>Стоимость 5-11</b>	<b>94,60</b>	<b>18</b>					<b>5,6</b>						
			60												
		Салат витаминный	100												
			200				3		6						
		свекольник	250				3		7						
			90	60									60		
		Шницель мясной	100	90									68		
			150												
		рагу из овощей	180												
		напиток фр-яг	200												
		пряник	18												
			45												
		хлеб пшеничный	55												
			30												
		хлеб ржаной	40												
			100												
		Фрукты свежие	100												
		<b>Итого обед</b>	<b>875</b>	<b>60</b>			<b>3</b>		<b>6</b>				<b>60</b>		
обед			<b>1025</b>	<b>90</b>			<b>3</b>		<b>7</b>				<b>68</b>		
		<b>Стоимость 1-4</b>	<b>59,82</b>	<b>3,84</b>			<b>0,33</b>		<b>2,4</b>				<b>18,24</b>		
		<b>Стоимость 5-11</b>	<b>66,69</b>	<b>5,76</b>			<b>0,33</b>		<b>2,8</b>				<b>20,67</b>		
			150	90											
		оладьи	150	100											
		Кефир 2,5%	200			200									
		Кефир 2,5%	200			200									
		Печенье	25												
		<b>Итого полдник</b>	<b>350</b>	<b>90</b>		<b>200</b>									
полдн			<b>350</b>	<b>100</b>		<b>200</b>									

Накопительная

а, рыба			яйцо кур	Овощи свежие						Овощи консервированные						Фрукты			
печень	рыба	котлеты из рыбы		картофель	капуста	лук	морковь	свекла	помидоры свежие	огурцы свежие	капуста кваш.	огурцы соленые	помидоры соленые	томатная паста	горошек зеленый	кукурузка консервированная	икра кабачковая	яблоки	апельсины
																	60		
																	100		
			120																
			240																
																		100	
			120														60	100	
			240														100	100	
			21														8,1	10	
			42														13,5	10	
					32		18							26					
					32		18							26					
					30		8	8	30				2,6						
					35		9	9	30				2,6						
					62	40	15	20					4,5						
					68	40	15	20					4,5						
																		100	
																		100	
					92	72	23	46	30				7,1	26				100	
					103	72	24	47	30				7,1	26				100	
					2,208	3,456	0,87	2,44	0,75				0,82	3,17				10	
					2,472	3,456	0,91	2,49	0,75				0,82	3,17				10	
			10																
			6																
			10																
			6																





Накопительная

	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>21,50</b>	<b>5,76</b>		<b>12,8</b>							
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>23,12</b>	<b>6,4</b>		<b>12,8</b>							
		1790	391		200	3	13					60
Нед	<b>Всего 1 день</b>	<b>2060</b>	<b>472</b>		<b>200</b>	<b>3</b>	<b>21</b>					<b>68</b>
		60										
	зеленый горошек	100										
		240										110,4
	Плов из мяса птиц	260										119,6
	Йогурт 2,5%	200	200									
		35										
	хлеб пшеничный	50										
		20										
	хлеб ржаной	35										
	<b>Итого завтрак</b>	<b>555</b>	<b>200</b>									<b>110,4</b>
завтр		<b>645</b>	<b>200</b>									<b>119,6</b>
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>80,93</b>	<b>32</b>									<b>29,81</b>
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>90,93</b>	<b>32</b>									<b>32,29</b>
		60				4						
	Салат из свеклы	100				4						
		200										
	Суп крестьянский с	250										
		90				3						35
	Голубцы ленивые	100				3						35
		150					8					
	Каша ячневая	180					9					
	компот из свежих	200										
		45										
	хлеб пшеничный	55										
		30										
	хлеб ржаной	40										
	<b>Итого обед</b>	<b>775</b>				<b>7</b>	<b>8</b>					<b>35</b>
обед		<b>925</b>				<b>7</b>	<b>9</b>					<b>35</b>
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>30,00</b>				<b>0,77</b>	<b>3,2</b>					<b>10,64</b>
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>32,84</b>				<b>0,77</b>	<b>3,6</b>					<b>10,64</b>
		80										
	слойка	80										
	Йогурт 2,5%	200	150									
	Йогурт 2,5%	200	200									
		100										
	Яблоки свежие	100										
	<b>Итого полдник</b>	<b>380</b>	<b>150</b>									
полдн		<b>380</b>	<b>200</b>									
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>46,00</b>	<b>24</b>									
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>54,00</b>	<b>32</b>									
		1710	350			7	8					35 110,4
Нед	<b>Всего 2 день</b>	<b>1950</b>	<b>400</b>			<b>7</b>	<b>9</b>					<b>35 119,6</b>
		30						30				
	Сыр порционный	40										
		150					5					
	Каша пшеничная ра	180					6					
		90	21,4									66,3
	Биточек мясной	100	24									74
	апельсин	200										





Накопительная

<b>0,19</b>				<b>0,002</b>
<b>0,25</b>				<b>0,002</b>
<b>8</b>			<b>0,6</b>	<b>11,02</b>
<b>11</b>			<b>0,6</b>	<b>11,02</b>
				13
				14
				<b>13</b>
				<b>14</b>
				<b>1,3</b>
				<b>1,4</b>
				3
				3
				3
				3
10			0,4	
10			0,4	6
10			0,4	6
<b>0,62</b>			<b>0,12</b>	<b>0,6</b>
<b>0,62</b>			<b>0,12</b>	<b>0,6</b>
<b>10</b>			<b>0,4</b>	<b>19</b>
<b>10</b>			<b>0,4</b>	<b>20</b>
				5,63
				6

Накопительная

		35											
	хлеб пшеничный	50											
		20											
	хлеб ржаной	35											
	Чай с сахаром	200											
	Чай с сахаром	200											
	<b>Итого завтрак</b>	<b>725</b>	<b>21,4</b>					<b>5</b>	<b>30</b>			<b>66,3</b>	
завт		<b>805</b>	<b>24</b>					<b>6</b>				<b>74</b>	
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>60,17</b>	<b>1,37</b>					<b>2</b>	<b>18</b>			<b>20,16</b>	
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>48,57</b>	<b>1,54</b>					<b>2,4</b>				<b>22,5</b>	
		60											
	Салат из капусты	100											
		200											
	Суп картофельный	250											
		95						8					
	Рыба припущенная	105						9					
		150						10					
	Картофель отварной	180						12					
	Компот из сухофрукто	200											
		45											
	хлеб пшеничный	55											
		30											
	хлеб ржаной	40											
		<b>780</b>						<b>18</b>					
обед	<b>Итого обед</b>	<b>930</b>						<b>21</b>					
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>38,76</b>						<b>7,2</b>					
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>48,63</b>						<b>8,4</b>					
		100	60			4	58	8					
	Запеканка из творога	200	70			4	58	9					
	Компот из свежих фр	200											
		<b>300</b>	<b>60</b>			<b>4</b>	<b>58</b>	<b>8</b>					
полд	<b>Итого полдник</b>	<b>400</b>	<b>70</b>			<b>4</b>	<b>58</b>	<b>9</b>					
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>23,61</b>	<b>3,84</b>			<b>0,44</b>	<b>9,57</b>	<b>3,2</b>					
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>24,47</b>	<b>4,48</b>			<b>0,44</b>	<b>9,57</b>	<b>3,6</b>					
		<b>1805</b>	<b>81,4</b>			<b>4</b>	<b>58</b>	<b>31</b>	<b>30</b>			<b>66,3</b>	
Нед	<b>Всего 3 день</b>	<b>2135</b>	<b>94</b>			<b>4</b>	<b>58</b>	<b>36</b>				<b>74</b>	
		60											
	Салат витаминный	100											
		90										47,25	
	Тефтели с рисом	100										50	
		150						6					
	Макаронные изделия	180						7					
		200	200										
	Йогурт 2,5%	200	200										
		35											
	хлеб пшеничный	50											
		20											
	хлеб ржаной	35											
	<b>Итого завтрак</b>	<b>555</b>	<b>200</b>					<b>6</b>				<b>47,25</b>	
завт		<b>665</b>	<b>200</b>					<b>7</b>				<b>50</b>	
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>61,25</b>	<b>32</b>					<b>2,4</b>				<b>14,36</b>	
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>69,20</b>	<b>32</b>					<b>2,8</b>				<b>15,2</b>	
		60											



Накопительная

			35															
			50															
				20														
				35														
																		3
			50,7	20	8							51,8						1,1
			68	35	10							58,2						3 1,9
			3,245	1,28	0,64							2,59						0,02
			4,352	2,24	0,8							2,91						0,9 0,03
												6						1
												8						1
																		0,8
																		1,4
																		0,3
																		0,5
	50																	
				45														
				55														
					30													
					40													
	50		45	30								6						2,1
	50		55	40								8						2,9
	5,5		2,88	1,92								0,26						0,03
	5,5		3,52	2,56								0,34						0,04
					4		5											0,4
					5		6											0,8
						4		5										0,4
						5		6										0,8
							0,32		0,25									0,01
							0,4		0,3									0,01
	50		95,7	50	12		5		6			51,8						3,6
	50		123	75	15		6		8			58,2						3 5,6
																		0,2
																		0,3
							3,37		5,6									0,4
							4		6									0,8
																	53	0,3
																	63	0,5
				35														
				50														
					20													
					35													
			35	20		3,37			5,6									0,9
			50	35		4			6									1,6
			2,24	1,28		0,1			0,49									0,01
			3,2	2,24		0,12			0,52									0,02

Накопительная

5				
<b>5</b>				<b>5,63</b>
<b>5</b>				<b>6</b>
<b>0,31</b>				<b>0,563</b>
<b>0,31</b>				<b>0,6</b>
3		0,6		3
4		0,6		3
				3
				4
10		0,4		
<b>13</b>		<b>1</b>		<b>6</b>
<b>14</b>		<b>1</b>		<b>7</b>
<b>0,81</b>		<b>0,3</b>		<b>0,6</b>
<b>0,87</b>		<b>0,3</b>		<b>0,7</b>
8				
10				
10		0,4		
<b>18</b>		<b>0,4</b>		
<b>20</b>		<b>0,4</b>		
<b>1,12</b>		<b>0,12</b>		
<b>1,24</b>		<b>0,12</b>		
<b>36</b>		<b>1,4</b>		<b>11,63</b>
<b>39</b>		<b>1,4</b>		<b>13</b>
3		0,8		4
5		0,8		6
				2,25
				3
<b>3</b>		<b>0,8</b>		<b>6,25</b>
<b>5</b>		<b>0,8</b>		<b>9</b>
<b>0,19</b>		<b>0,24</b>		<b>0,625</b>
<b>0,31</b>		<b>0,24</b>		<b>0,9</b>

Накопительная

	Зеленый горошек консервированный	100											
		200											
	рассольник	250											
		130				5		4					
	Печень по-строгановски	150				5		5					
		150						7					
	Каша гречневая	180						8					
	Сок фруктовый	200											
		45											
	хлеб пшеничный	55											
		30											
	хлеб ржаной	40											
	Яблоки свежие	100											
		915				5		11					
обед	<b>Итого обед</b>	<b>1075</b>				<b>5</b>		<b>13</b>					
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>57,23</b>				<b>0,55</b>		<b>4,4</b>					
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>68,86</b>				<b>0,55</b>		<b>5,2</b>					
		50											
	Пирог Южный	50											
	молоко	200	200										
	молоко	240	200										
	апельсины	200											
		490	200										
полдн	<b>Итого полдник</b>	<b>490</b>	<b>200</b>										
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>32,80</b>	<b>12,8</b>										
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>32,80</b>	<b>12,8</b>										
		1960	200	200		5		17				47,25	
Нед	<b>Всего 4 день</b>	<b>2230</b>	<b>200</b>	<b>200</b>		<b>5</b>		<b>20</b>				<b>50</b>	
		60				9							
	Салат из свеклы	100				10							
		90											
	Котлета рыбная	100											
		150						6					
	Картофель отварной	180						7					
	Напиток фруктовый	200											
		35											
	хлеб пшеничный	50											
		20											
	хлеб ржаной	35											
	<b>Итого завтрак</b>	<b>555</b>				<b>9</b>		<b>6</b>					
завтр		<b>665</b>				<b>10</b>		<b>7</b>					
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>30,26</b>				<b>0,99</b>		<b>2,4</b>					
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>35,17</b>				<b>1,1</b>		<b>2,8</b>					
		60											
	Кукуруза консервированная	100											
		200				3							
	Щи из капусты с картофелем	250				3							
		240										30	
	Рагу из птицы	260										100	
		200											
	Чай фруктовый	200											
		45											
	хлеб пшеничный	55											







Накопительная

		30												
	хлеб ржаной	40												
		775				3								30
обед	<b>Итого обед</b>	<b>905</b>				<b>3</b>								<b>100</b>
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>30,02</b>				<b>0,33</b>								<b>8,1</b>
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>54,54</b>				<b>0,33</b>								<b>27</b>
		100	60					58	10					
	Сырники из творога	200	70					62	12					
	Сок фруктовый	200												
		300	60					58	10					
полд	<b>Итого полдник</b>	<b>400</b>	<b>70</b>					<b>62</b>	<b>12</b>					
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>31,63</b>	<b>3,84</b>					<b>9,57</b>	<b>4</b>					
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>34,95</b>	<b>4,48</b>					<b>10,23</b>	<b>4,8</b>					
		1630	60			12	58	16						30
Нед	<b>Всего 5 день</b>	<b>1970</b>	<b>70</b>			<b>13</b>	<b>62</b>	<b>19</b>						<b>100</b>
	Запеканка творожная	200				4	90	6						
	какао с молоком	200	100											
	Фрукты свежие ябло	100												
	Сыр порционный	40												
	хлеб пшеничный	50												
	хлеб ржаной	35												
завтр	<b>Итого завтрак</b>	<b>625</b>	<b>100</b>			<b>4</b>	<b>90</b>	<b>6</b>						
	<b>Стоимость 1-4</b>													
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>45,74</b>	<b>6,4</b>			<b>0,44</b>	<b>14,85</b>	<b>2,4</b>						
	Салат из капусты	100												
	Суп картофельный	250						4						
	Биточек мясной	100	90											98
	Макаронные изделия	180						12						
	Сок фруктовый	200												
	хлеб пшеничный	55												
	хлеб ржаной	40												
обед	<b>Итого обед</b>	<b>925</b>	<b>90</b>					<b>16</b>						<b>98</b>
	<b>Стоимость 1-4</b>													
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>72,40</b>	<b>5,76</b>					<b>6,4</b>						<b>29,79</b>
	Каша рисовая молочная	200	190					8						
	Чай с лимоном	200												
	хлеб пшеничный	50												

Накопительная

				92	45	16	16					4	60	15					
				99	45	16	16					4	90	15					
				2,208	2,16	0,61	0,85					0,46	7,5	1,5					
				2,376	2,16	0,61	0,85					0,46	11,25	1,5					
			0																
			5																
			0																
			5																
			0																
			0,88																
		90	0	241	45	16	16	51				4	60	15					
		100	5	249	45	16	16	85				4	90	15					
			10																
																			100
			10																100
			1,75																10
						99		6											
			10	35				2											
			10	35	99			8											
			1,75	0,84	4,752			0,42											



Накопительная

5		0,8	6	
5		0,8	7	
0,31		0,24	0,6	
0,31		0,24	0,7	
10				
12				
10				
12				
0,62				
0,74				
15		1,1	6	
17		1,1	7	
14				
20	4			
34	4			
2,11	1,4			
4		0,8	3	
			2	
			3	
4		0,8	8	
0,25		0,24	0,8	
10				
10				

Накопительная

	Печенье	25											
полд	<b>Итого полдник</b>	<b>475</b>	<b>190</b>					<b>8</b>					
	<b>Стоимость 1-4</b>												
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>24,69</b>	<b>12,16</b>					<b>3,2</b>					
Нед	<b>Всего 6 день</b>	<b>2025</b>	<b>380</b>				<b>4</b>	<b>90</b>	<b>30</b>			<b>98</b>	
		50											
	Яйцо отварное	50											
		200	164					4					
	Каша манная молоч	250	205					5					
	Яблоки свежие	100											
	Кофейный напиток	200	50										
		35											
	хлеб пшеничный	50											
		20											
	хлеб ржаной	35											
завтр	<b>Итого завтрак</b>	<b>605</b>	<b>214</b>					<b>4</b>					
		<b>685</b>	<b>255</b>					<b>5</b>					
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>41,26</b>	<b>13,7</b>					<b>1,6</b>					
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>46,82</b>	<b>16,32</b>					<b>2</b>					
		60											
	Икра кабачковая ко	100											
		200											
	Суп из овощей	250											
		90											
	Котлеты рыбные	100											
		150						10					
	Рис отварной	180						12					
	слойка	60											
	напиток фр-яг	200											
		45											
	хлеб пшеничный	55											
		30											
	хлеб ржаной	40											
обед	<b>Итого обед</b>	<b>835</b>						<b>10</b>					
		<b>985</b>						<b>12</b>					
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>39,54</b>						<b>4</b>					
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>49,15</b>						<b>4,8</b>					
		100	60					9					
	Шарлотка школьная	200	90					10					
	Йогурт 2,5%	200		150									
	Йогурт 2,5%	200		200									
		18											
полд	<b>Итого полдник</b>	<b>300</b>	<b>60</b>	<b>150</b>				<b>9</b>					
		<b>418</b>	<b>90</b>	<b>200</b>				<b>10</b>					
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>38,5164</b>	<b>3,84</b>	<b>24</b>				<b>3,6</b>					
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>49,5491</b>	<b>5,76</b>	<b>32</b>				<b>4</b>					
Нед	<b>Всего 7 день</b>	<b>1740</b>	<b>274</b>	<b>150</b>				<b>23</b>					
		<b>2088</b>	<b>345</b>	<b>200</b>				<b>27</b>					
		60											



Накопительная

																	15			
<b>9</b>			<b>60</b>					<b>8</b>									<b>15</b>		<b>2</b>	<b>0,8</b>
<b>1,4</b>			<b>3,84</b>					<b>0,7</b>									<b>1,5</b>		<b>0,6</b>	<b>0,01</b>
<b>9</b>		<b>150</b>	<b>183</b>	<b>75</b>	<b>16</b>	<b>20</b>	<b>10</b>	<b>8</b>								<b>40</b>	<b>15</b>		<b>2</b>	<b>4,8</b>
								44												0,4
								55												0,8
				35																
				50																
					20															
					35															
				<b>35</b>	<b>20</b>			<b>44</b>												<b>0,4</b>
				<b>50</b>	<b>35</b>			<b>55</b>												<b>0,8</b>
				<b>2,24</b>	<b>1,28</b>			<b>2,2</b>												<b>0,01</b>
				<b>3,2</b>	<b>2,24</b>			<b>2,75</b>												<b>0,01</b>
																				0,5
																				0,7
									20											0,3
									24											0,5
		150																		
				45																
				55																
					30															
					40															
		<b>150</b>		<b>45</b>	<b>30</b>			<b>20</b>												<b>0,8</b>
		<b>150</b>		<b>55</b>	<b>40</b>			<b>24</b>												<b>1,2</b>
		<b>3</b>		<b>2,88</b>	<b>1,92</b>			<b>1,74</b>												<b>0,01</b>
		<b>3</b>		<b>3,52</b>	<b>2,56</b>			<b>2,09</b>												<b>0,02</b>
				32,5																0,6
				50																0,9
				<b>32,5</b>																<b>0,6</b>
				<b>50</b>																<b>0,9</b>
				<b>2,08</b>																<b>0,01</b>
				<b>3,2</b>																<b>0,01</b>
		<b>150</b>		<b>112,5</b>	<b>50</b>			<b>44</b>	<b>20</b>											<b>1,8</b>
		<b>150</b>		<b>155</b>	<b>75</b>			<b>55</b>	<b>24</b>											<b>2,9</b>
																				0,2

Накопительная

<b>20</b>				
<b>1,24</b>				
<b>58</b>	<b>4</b>		<b>0,8</b>	<b>8</b>
4				
5				
20				
<b>24</b>				
<b>25</b>				
<b>1,49</b>				
<b>1,55</b>				
				2
				3
				2
				3
				<b>0,2</b>
				<b>0,3</b>
9				
12				
	2			
	3			
<b>9</b>	<b>2</b>			
<b>12</b>	<b>3</b>			
<b>0,56</b>	<b>0,7</b>			
<b>0,74</b>	<b>1</b>			
<b>33</b>	<b>2</b>			<b>2</b>
<b>37</b>	<b>3</b>			<b>3</b>
3			0,4	3

Накопительная

	Салат из капусты	100											
		130				10	0,8						
	Печень по-строгано	150				10	1						
		150					6						
	Картофель отварно	180					7						
	Молоко	200	200										
	Напиток фруктовый	200											
		35											
	хлеб пшеничный	50											
		20											
	хлеб ржаной	35											
	<b>Итого завтрак</b>	<b>595</b>	<b>200</b>			<b>10</b>	<b>6,8</b>						
завтр		<b>715</b>				<b>10</b>	<b>8</b>						
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>47,76</b>	<b>12,8</b>			<b>1,1</b>	<b>2,72</b>						
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>45,86</b>				<b>1,1</b>	<b>3,2</b>						
		60											
	Кукуруза консервир	100											
		200											
	Борщ с картофелем	250											
		240										90	
	Рагу из птицы	260										130	
	Чай с сахаром	200											
		45											
	хлеб пшеничный	55											
		30											
	хлеб ржаной	40											
		<b>775</b>										<b>90</b>	
обед	<b>Итого обед</b>	<b>905</b>										<b>130</b>	
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>50,47</b>										<b>27,36</b>	
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>66,60</b>										<b>39,52</b>	
		130	90										
	оладьи	200	150										
	Чай с сахаром	200											
		100											
	Фрукты свежие	100											
		<b>430</b>	<b>90</b>										
полд	<b>Итого полдник</b>	<b>500</b>	<b>150</b>										
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>9,49</b>	<b>5,76</b>										
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>12,76</b>	<b>9,6</b>										
		1800	290			10	6,8					90	
Нед	<b>Всего 1 день</b>	<b>2120</b>	<b>150</b>			<b>10</b>	<b>8</b>					<b>130</b>	
		60											
	Икра кабачковая ко	100											
		240											110,4
	Плов из мяса птиц	260											119,6
	Кисель	200											
		35											
	хлеб пшеничный	50											
		20											
	хлеб ржаной	35											
		25											
	кондитерские издел	25											
	<b>Итого завтрак</b>	<b>580</b>											<b>110,4</b>





Накопительная

5		0,5	5
			10
			11
3		0,4	13
5		0,5	16
0,19		0,12	1,3
0,31		0,15	1,6
1		6	3
2		6	3
			3
			3
10			
11		6	6
12		6	6
0,68		1,8	0,6
0,74		1,8	0,6
1			0,02
1			0,02
5			
6			0,02
6			0,02
0,37			0,002
0,37			0,002
20		6,4	19,02
23		6,5	22,02
			13
			14
10	24		
10	24		13

Накопительная

завтр	<b>Итого завтрак</b>	<b>670</b>																		<b>119,6</b>
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>60,03</b>																		<b>29,81</b>
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>70,55</b>																		<b>32,29</b>
		60																		
	зеленый горошек	100																		
		200								3										
	Суп картофельный	250								4										
		90	70																	60
	Биточек мясной	100	90																	68
		150								8										
	Капуста тушеная	180								9										
	Компот из сухофруктов	200																		
		45																		
	хлеб пшеничный	55																		
		30																		
	хлеб ржаной	40																		
	Фрукты апельсины	200																		
		975	70							11										60
обед	<b>Итого обед</b>	<b>1125</b>	<b>90</b>							<b>13</b>										<b>68</b>
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>71,15</b>	<b>4,48</b>							<b>4,4</b>										<b>18,24</b>
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>82,58</b>	<b>5,76</b>							<b>5,2</b>										<b>20,67</b>
		120							6	59	8									
	Пудинг творожный	200							6	59	9									
	Йогурт 2,5%	200	150																	
	Йогурт 2,5%	200	200																	
		320	200						6	59	8									
полдн	<b>Итого полдник</b>	<b>400</b>	<b>200</b>						<b>6</b>	<b>59</b>	<b>9</b>									
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>50,83</b>	<b>32</b>						<b>0,66</b>	<b>9,735</b>	<b>3,2</b>									
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>52,82</b>	<b>32</b>						<b>0,66</b>	<b>9,735</b>	<b>3,6</b>									
		1875	70	200					6	59	19									60
Нед	<b>Всего 9 день</b>	<b>2195</b>	<b>90</b>	<b>200</b>					<b>6</b>	<b>59</b>	<b>22</b>									<b>68</b>
		60																		
	Кукуруза консервир	100																		
		95									5									
	Рыба припущенная	105									5									
		150									6									
	Картофель отварно	180									7									
	Сок фруктовый	200																		
		35																		
	хлеб пшеничный	50																		
		20																		
	хлеб ржаной	35																		
		60																		
	Яблоки свежие	100																		
		620									11									
завтр	<b>Итого завтрак</b>	<b>770</b>									<b>12</b>									
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>48,87</b>									<b>4,4</b>									
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>67,89</b>									<b>4,8</b>									
		60																		
	Салат витаминный	100																		
		200																		
	Суп картофельный	250																		





Накопительная

10		24		14
0,62		7,2		1,3
0,62		7,2		1,4
				3
				4
2			0,6	3
5			0,6	3
10			0,4	
12			1	6
15			1	7
0,74			0,3	0,6
0,93			0,3	0,7
4				
8				
4				
8				
0,25				
0,5				
26		24	1	19
33		24	1	21
1			0,6	3
2			0,6	4
				3
				4

Накопительная

	Курица в соусе с томатом	90				3		8					
		100				3		9					58
	Макаронные изделия	150						7					
		180						8					
	Чай с сахаром	200											
		200											
	хлеб пшеничный	45											
		55											
	хлеб ржаной	30											
		40											
		775				3		15					
обед	<b>Итого обед</b>	<b>925</b>				<b>3</b>		<b>17</b>					<b>58</b>
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>21,58</b>				<b>0,33</b>		<b>6</b>					
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>40,86</b>				<b>0,33</b>		<b>6,8</b>					<b>15,66</b>
	Каша рисовая молочная	150	135					6					
		200	180					7					
	молоко	200	200										
		200	200										
	Печенье	25											
		25											
	хлеб пшеничный	35											
		50											
		410	335					6					
полдн	<b>Итого полдник</b>	<b>475</b>	<b>380</b>					<b>7</b>					
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>27,02</b>	<b>21,44</b>					<b>2,4</b>					
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>32,14</b>	<b>24,32</b>					<b>2,8</b>					
		1805	335			3		32					
Нед	<b>Всего 10 день</b>	<b>2170</b>	<b>380</b>			<b>3</b>		<b>36</b>					<b>58</b>
	Сыр порционный	30							30				
		40							45				
	Запеканка творожная	150				4,5	139,5	4,5					
	апельсины	200				6	90	6					
	какао с молоком	200	100										
		35											
	хлеб пшеничный	50											
		20											
	хлеб ржаной	35											
	<b>Итого завтрак</b>	<b>635</b>	<b>100</b>			<b>4,5</b>	<b>139,5</b>	<b>4,5</b>	<b>30</b>				
завтр		<b>725</b>	<b>100</b>			<b>6</b>	<b>90</b>	<b>6</b>	<b>45</b>				
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>78,68</b>	<b>6,4</b>			<b>0,495</b>	<b>23</b>	<b>1,8</b>	<b>18</b>				
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>83,15</b>	<b>6,4</b>			<b>0,66</b>	<b>14,85</b>	<b>2,4</b>	<b>27</b>				
	Салат из свеклы	60				4							
		100				4							
		200				5							
	Щи из капусты с кар	250				5							
	Тефтели мясные	90										60	
		100										68	
	Каша пшеничная рассыпчатая	150	60					8					
		180	90					8					
	Чай с сахаром	200											
		45											
	хлеб пшеничный	55											





Накопительная

5				
6			0,6	6
7			0,6	8
0,37			0,18	0,6
0,43			0,18	0,8
4				
5				
4				
5				
0,25				
0,31				
10			0,6	6
12			0,6	8
10,5				
14				
20	4			
30,5	4			
34	4			
1,89	1,4			
2,11	1,4			
			0,5	3
			0,5	4
				2
				2,5
5				

Накопительная

		30											
	хлеб ржаной	40											
		775	60			9		8				60	
обед	<b>Итого обед</b>	<b>925</b>	<b>90</b>			<b>9</b>		<b>8</b>				<b>68</b>	
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>38,19</b>	<b>3,84</b>			<b>0,99</b>		<b>3,2</b>				<b>18,24</b>	
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>44,58</b>	<b>5,76</b>			<b>0,99</b>		<b>3,2</b>				<b>20,67</b>	
		100	60					58	6				
	Сырники творожные	120	90						6				
	Сок фруктовый	200											
	слойка	60											
		300	60					58	6				
полд	<b>Итого полдник</b>	<b>380</b>	<b>90</b>						<b>6</b>				
	<b>Стоимость 1-4</b>	<b>29,50</b>	<b>3,84</b>					<b>9,57</b>	<b>2,4</b>				
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>21,26</b>	<b>5,76</b>						<b>2,4</b>				
		1710	220			13,5	197,5	18,5		30		60	
Нед	<b>Всего 11 день</b>	<b>2030</b>	<b>280</b>			<b>15</b>	<b>90</b>	<b>20</b>		<b>45</b>		<b>68</b>	
	Икра кабачковая ко	100											
	Шницель мясной	100	24									74	
	рагу из овощей	180											
	Чай с лимоном	200											
	хлеб пшеничный	50											
	хлеб ржаной	35											
	Яблоки свежие	100											
	<b>Итого завтрак</b>	<b>765</b>	<b>24</b>									<b>74</b>	
завтр	<b>Стоимость 1-4</b>												
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>65,53</b>	<b>1,536</b>									<b>22,5</b>	
	Салат из капусты	100											
	Суп картофельный	250						5					
	Котлета рыбная	100											
	Рис отварной	180						11					
	Сок фруктовый	200											
	хлеб пшеничный	55											
	хлеб ржаной	40											
	Йогурт 2,5%			200									
	<b>Итого обед</b>	<b>925</b>						<b>16</b>					
	<b>Стоимость 1-4</b>												
	<b>Стоимость 5-11</b>	<b>51,52</b>						<b>6,4</b>					

Накопительная

				30	20	33	10	65						4					
				35	20	33	10	75					5						
				0,72	0,96	1,25	0,53	1,63					0,46						
				0,84	0,96	1,25	0,53	1,88					0,58						
			10																
			5																
			10																
			5																
			1,75																
			0,88																
			17,5	30	20	33	10	65					4						200
			15	35	20	33	10	75					5						200
																		100	
				60	43,2	15,6	31						5,4						
				60	43,2	15,6	31						5,4				100	100	
				1,44	2,074	0,59	1,64						0,63				13,5	10	
					30		8												
			10	38		6	6												
			100																
			100	10	38	30	6	14											
			16	1,75	0,912	1,44	0,23	0,74											



Накопительная

5		0,5	5	
5		0,5	6,5	
0,31		0,15	0,5	
0,31		0,15	0,65	
9				
10				
9				
10				
0,56				
0,62				
44,5	4	0,5	5	
49	4	0,5	6,5	
				6
0,8			8,3	
15				
15,8			14,3	
1			1,43	
		0,8	4	
			2	
		0,8	6	
		0,24	0,6	

### Накопительная

	слойка	80											
	Чай фруктовый	200		200									
	Сыр порционный	40							20				
	Яблоки свежие	100											
	Печень по строгоновска	120											
полд	Итого полдник	420		200					20				
	<b>Стоимость 1-4</b>												
	<b>Стоимость 5-11</b>	61,82		12,8					12				
Нед	<b>Всего 12 день</b>	2110	24	200				16	20			74	

		17825	1921	900	200		63,5	372,5	184,3		60	418,6	250,8	
	Итого за 10 дней	20948	2081	1000	200		66	269	218		45	493	397,2	
	Средняя суточная	1782,5	192,1	90	20		6,35	37,25	18,43		6	41,86	25,08	
		2094,8	208,1	100	20		6,6	26,9	21,8		4,5	49,3	39,72	
		17825	1921	900	200		63,5	372,5	184,3		60	418,6	250,8	
	Итого за 12 дней	25083	2485	1000	400		70	359	264		65	665	397,2	
		1485,42	160,1	75	16,667		5,292	31,04	15,358		5	34,88	20,9	
	Средняя суточная	2090,25	207,1	83,333	33,333		5,833	29,92	22		5,417	55,42	33,1	
	Цена продуктов питания		0,06	0,16	0,06	0,13	0,11	0,17	0,40	0,19	0,60	0,45	0,30	0,27
	Стоимость средняя	131,77	12,30	14,40	1,28		0,70	6,15	7,37		3,60	12,72	6,77	
	10 дневному меню	154,60	13,32	16,00	1,28		0,73	4,44	8,72		2,70	14,99	10,72	

Средняя стоимость завтраков по 10 дневному меню 57,01  
65,27

Средняя стоимость завтраков по 12 дневному меню 57,01  
63,67

Средняя стоимость обедов по 10 дневному меню 43,67  
55,53

Средняя стоимость обедов по 12 дневному меню 43,675  
56,605

Средняя стоимость полдников по 10 дневному меню 31,09  
33,79

Средняя стоимость полдников по 12 дневному меню 31,091  
35,365





Накопительная

5			0,4	
5			0,4	
0,31			0,12	
20,8			1,2	20,3

206	6	24	12,8	112,9
236	7	24	12,9	130,5
20,6	0,6	2,4	1,28	11,29
23,6	0,7	2,4	1,29	13,05
206	6	24	12,8	112,9
315	11	24	14,9	158,8
17,1	0,5	2	1,067	9,41
26,2	0,92	2	1,242	13,24
0,06	0,34	0,30	0,30	0,10
1,27	0,20	0,72	0,38	1,13
1,46	0,24	0,72	0,39	1,31

Накопительная\_10\_дней

**Накопительная ведомость меню сезон зима-весна 2023-2024 10 дней**

Наименование продуктов	7-11 лет	12 лет и старше	Среднесуточный 7-11 лет	Среднесуточный 7-11 лет	НОИ 7-11 лет
	(грамм) 1 человек за 10 дней				
Хлеб ржаной	500	750	50,00	75,00	80
Хлеб пшеничный	914,6	1214	91,46	121,40	150
Мука пшеничная	96,47	125	9,65	12,50	15
Крупа, бобовые	310,9	365,2	31,09	36,52	45
Макаронные изделия	104	127	10,40	12,70	15
Молоко	1921,4	2081	192,14	208,10	300
Кисломолочная пищевая продукция	1100	1200	110,00	120,00	150
Сметана	63,5	66	6,35	6,60	10
Творог	372,5	269	37,25	26,90	50
Масло сливочное	184,3	218	18,43	21,80	30
Сыр	60	45	6,00	4,50	10
Мясо свинины	418,55	493	41,86	49,30	70
Мясо птицы	250,8	397,2	25,08	39,72	35
печень	223	268	22,30	26,80	30
Рыба	379,8	462	37,98	46,20	58
Яйцо	237,504	344,5	23,75	34,45	40
Картофель	1146	1207	114,60	120,70	187
Овощи (свежие, консервированные)	1772,2	2262,1	177,22	226,21	280
Яблоки	1295	1390	129,50	139,00	185
Сухофрукты	105	120	10,50	12,00	15
Соки, напитки фруктово-ягодные	1200	1400	120,00	140,00	200
масло растительное	112,92	130,54	11,29	13,05	15
Кондитерские изделия	65	80	6,50	8,00	10
Чай	6,6	12,3	0,66	1,23	1
Соль	20,8	32,05	2,08	3,21	3
Сахар	205,5	236	20,55	23,60	30
Какао порошок	6	7	0,60	0,70	1
Лимонная кислота	12,8	12,9	1,28	1,29	2

**Накопительная ведомость завтрак меню сезон зима-весна 2023-2024 10 дней**

Наименование продуктов	7-11 лет	12 лет и старше	Среднесуточный 7-11 лет	Среднесуточный 12 и старше	НОИ 7-11 лет
	(грамм) 1 человек за 10 дней				
Хлеб ржаной	200	350	20,00	35,00	80
Хлеб пшеничный	365,7	518	36,57	51,80	150
Мука пшеничная	30,15	39,1	3,02	3,91	15
Крупа, бобовые	115,4	132,1	11,54	13,21	45
Макаронные изделия	39,6	49,61	3,96	4,96	15
Молоко	776,4	684	77,64	68,40	300
Кисломолочная пищевая продукция	400	400	40,00	40,00	150
Сметана	23,5	23,9	2,35	2,39	10
Творог	139,5	140	13,95	14,00	50

РМА	60-75%	
	% 7-11 лет	% 12 и ст.
12 лет и старше		
120	63	63
200	61	61
20	64	63
50	69	73
20	69	64
350	64	59
180	73	67
10	64	66
60	75	45
35	61	62
15	60	30
78	60	63
53	72	75
40	74	67
77	65	60
40	59	86
187	61	65
320	63	71
185	70	75
20	70	60
200	60	70
18	75	73
15	65	53
2	66	62
5	69	64
35	69	67
1,2	60	58
2	64	65

РМА	20-25%	
	% 7-11 лет	% 12 и ст.
12 лет и старше		
120	25	29
200	24	26
20	20	20
50	26	26
20	26	25
350	26	20
180	27	22
10	24	24
60	28	23

Накопительная\_10\_дней

Масло сливочное	60,43	70,3	6,04	7,03	30
Сыр	20	30,2	2,00	3,02	10
Мясо свинины	153,5	172,2	15,35	17,22	70
Мясо птицы	87,1	132,4	8,71	13,24	35
печень	75,3	100	7,53	10,00	30
Рыба	146,1	200,2	14,61	20,02	58
Яйцо	80,5	104,7	8,05	10,47	40
Картофель	488,5	483,9	48,85	48,39	187
Овощи (свежие, консервированные)	703,3	806	70,33	80,60	280
Яблоки	407	500	40,70	50,00	185
Сухофрукты	30	40	3,00	4,00	15
Соки, напитки фруктово-ягодные	400	400	40,00	40,00	200
масло растительное	39,6	45,7	3,96	4,57	15
Кондитерские изделия	22	33,2	2,20	3,32	10
Чай	2	3,97	0,20	0,40	1
Соль	6,2	9,4	0,62	0,94	3
Сахар	75,5	84	7,55	8,40	30
Какао порошок	2,5	3,02	0,25	0,30	1
Лимонная кислота	4	4	0,40	0,40	2

Накопительная ведомость обед меню сезон зима-весна 2023-2024 10 дней

Наименование продуктов	7-11 лет	12 лет и старше	Среднесуточный 7-11 лет	Среднесуточный 7-11 лет	НОИ 7-11 лет
	(грамм) 1 человек за 10 дней				
Хлеб ржаной	300,0	400,0	30,00	40,00	80
Хлеб пшеничный	399,0	495,5	39,90	49,55	150
Мука пшеничная	51,2	66,1	5,12	6,61	15
Крупа, бобовые	195,5	233,1	19,55	23,31	45
Макаронные изделия	64,4	77,4	6,44	7,74	15
Молоко	604,6	797,4	60,46	79,74	300
Кисломолочная пищевая продукция	474,0	531,3	47,40	53,13	150
Сметана	26,1	28,2	2,61	2,82	10
Творог	173,4	57,2	17,34	5,72	50
Масло сливочное	93,7	112,5	9,37	11,25	30
Сыр	40,0	14,8	4,00	1,48	10
Мясо свинины	265,1	320,8	26,51	32,08	70
Мясо птицы	163,7	264,8	16,37	26,48	35
печень	147,7	168,0	14,77	16,80	30
Рыба	233,7	261,8	23,37	26,18	58
Яйцо	116,8	179,7	11,68	17,97	40
Картофель	657,5	723,1	65,75	72,31	187
Овощи (свежие, консервированные)	1068,9	1456,1	106,89	145,61	280
Яблоки	610,5	612,0	61,05	61,20	185
Сухофрукты	75,0	80,0	7,50	8,00	15
Соки, напитки фруктово-ягодные	500,0	700,0	50,00	70,00	200
масло растительное	73,3	84,8	7,33	8,48	15

Накопительная\_10\_дней

35	20	20
15	20	20
78	22	22
53	25	25
40	25	25
77	25	26
40	20	26
187	26	26
320	25	25
185	22	27
20	20	20
200	20	20
18	26	25
15	22	22
2	20	20
5	21	19
35	25	24
1,2	25	25
2	20	20

<b>РМА</b>	<b>30-35%</b>	
<b>12 лет и старше</b>	<b>% 7-11 лет</b>	<b>% 12 и ст.</b>
120	38	33
200	27	25
20	34	33
50	43	47
20	43	39
350	20	23
180	32	30
10	26	28
60	35	10
35	31	32
15	40	10
78	38	41
53	47	50
40	49	42
77	40	34
40	29	45
187	35	39
320	38	46
185	33	33
20	50	40
200	25	35
18	49	47

Накопительная\_10\_дней

Кондитерские изделия	28,0	24,2	2,80	2,42	10
Чай	3,6	6,4	0,36	0,64	1
Соль	11,0	16,7	1,10	1,67	3
Сахар	88,3	102,7	8,83	10,27	30
Какао порошок	3,5	4,0	0,35	0,40	1
Лимонная кислота	6,8	6,9	0,68	0,69	2

Накопительная ведомость полдник меню сезон зима-весна 2023-2024 10 дней

Наименование продуктов	7-11 лет	12 лет и старше	Среднесуточный 7-11 лет	Среднесуточный 12 и старше	НОИ 7-11 лет
	(грамм) 1 человек за 10 дней				
Хлеб ржаной					80
Хлеб пшеничный	149,9	200,5	14,99	20,05	150
Мука пшеничная	15,1	19,8	1,51	1,98	15
Крупа, бобовые					45
Макаронные изделия					15
Молоко	540,39	599,61	54,04	59,96	300
Кисломолочная пищевая продукция	226	268,7	22,60	26,87	150
Сметана	13,89	13,9	1,39	1,39	10
Творог	59,6	71,8	5,96	7,18	50
Масло сливочное	30,2	35,2	3,02	3,52	30
Сыр					10
Мясо свинины					70
Мясо птицы					35
печень					30
Рыба					58
Яйцо	40,25	60,1	4,03	6,01	40
Картофель					187
Овощи (свежие, консервированные)					280
Яблоки	277,5	278	27,75	27,80	185
Сухофрукты					15
Соки, напитки фруктово-ягодные	300	300	30,00	30,00	200
масло растительное					15
Кондитерские изделия	15	22,6	1,50	2,26	10
Чай	1	1,98	0,10	0,20	1
Соль	3,6	6	0,36	0,60	3
Сахар	41,7	49,3	4,17	4,93	30
Какао порошок					1
Лимонная кислота	2	2	0,20	0,20	2

Накопительная\_10\_дней

15	<b>28</b>	<b>16</b>
2	<b>36</b>	<b>32</b>
5	<b>37</b>	<b>33</b>
35	<b>29</b>	<b>29</b>
1,2	<b>35</b>	<b>33</b>
2	<b>34</b>	<b>35</b>

РМА	10-15%	
	% 7-11 лет	% 12 и ст.
120		
200	<b>10</b>	<b>10</b>
20	<b>10</b>	<b>10</b>
50		
20		
350	<b>18</b>	<b>17</b>
180	<b>15</b>	<b>15</b>
10	<b>14</b>	<b>14</b>
60	<b>12</b>	<b>12</b>
35	<b>10</b>	<b>10</b>
15		
78		
53		
40		
77		
40	<b>10</b>	<b>15</b>
187		
320		
185	<b>15</b>	<b>15</b>
20		
200	<b>15</b>	<b>15</b>
18		
15	<b>15</b>	<b>15</b>
2	<b>10</b>	<b>10</b>
5	<b>12</b>	<b>12</b>
35	<b>14</b>	<b>14</b>
1,2		
2	<b>10</b>	<b>10</b>

Заменяли молоко вместо чая 1/1 завтрак всем

заменяли молоко вместо напитка 2/8 завтрак 1-4 класс

заменяли кофейный напиток вместо чая 2/7 завтрак всем

заменяли хлеб ржано-пшеничный на ржаной