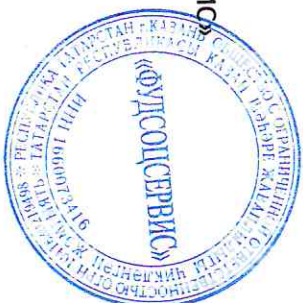


Утверждаю
Директор ООО «ФУДСОЦСЕРВИС»



Харгламова Э.Р.



Согласовано
Руководитель _____

Примерное меню пришкольных лагерей 2024

Наименование БИОД и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В, мг	С, мг	А, мкг	Е, мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК														
Угтеррод с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 с6 2017 ук
Каша пшеница молочная с маслом	150/4	5,60	6,25	17,74	145,05	0,14	0,88	29,50	0,12	102,74	137,23	35,70	0,92	№173 СБ ук 2017
липовыми	150/40/10	1,46	1,08	11,96	63,70	0,02	0,67	8,00	0,00	63,02	48,36	12,20	1,30	№378 СБ ук 2017
Фай с молоком, с сахаром	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№338 с6 2017 ук
Фрукты свежие (Яблоки)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	ср 134 табл. 6 Дем. Плес 2012г.
Итого:	544	12,12	16,80	72,43	488,35	0,26	13,55	77,50	1,49	198,75	240,79	66,50	5,60	
2 - ой ЗАВТРАК														
Печенье	30	2,59	2,49	13,18	92,45	0,05	2,60	40,00	1,30	9,10	29,40	10,50	0,49	ср 136 табл. 6 Дем. Плес 2012г.
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	1,30	240,00	180,00	28,00	0,20	№385 СБ ук 2017
Итого:	230	8,39	7,49	22,78	199,45	0,13	2,60	40,00	1,30	249,10	209,40	38,50	0,69	
Итого за завтрак:														
ОБЕД	774	20,51	24,29	95,21	687,80	0,39	16,15	117,50	2,78	447,85	450,19	105,00	6,29	
Помидоры свежие порционно	60	0,66	0,12	2,28	14,40	0,04	15,00	0,00	0,42	8,40	15,60	12,00	0,54	№71 с6 ук 2017
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	200/10	3,47	5,46	21,68	88,00	0,05	12,66	10,00	1,91	48,20	45,30	18,60	0,68	№88,105 с6 2017 ук
Ужарко по - домашнему с куриной грудкой	50/150	14,33	28,73	29,77	396,00	0,11	8,99	29,10	3,88	55,70	191,40	43,32	4,17	№71 с6 ук 2017
Текстар плодовый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	ср 144 табл. 6 Дем. Плес 2012г.
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	19,8	99	0,085	0	0	0,7	14,5	75	23,5	1,95	ср 134 табл. 6 Дем. Плес 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	
Итого:	740,00	25,70	35,23	111,39	767,72	0,35	40,25	39,10	7,53	147,40	365,90	110,22	10,30	
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	2014,00	46,22	59,52	206,60	1455,52	0,74	56,40	156,60	10,31	595,25	816,09	215,22	16,59	

Наименование БИОД и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В, мг	С, мг	А, мкг	Е, мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды										
2 - ой ЗАВТРАК														
Нектар плодовый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 с6 2017 ук
Итого:	180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	
Итого за завтрак:														
ОБЕД	690,00	22,63	24,30	90,85	679,15	0,34	6,16	229,22	2,12	484,02	556,24	113,13	6,37	
Огурцы свежие	60	0,48	0,06	1,50	8,40	0,02	6,00	0,00	0,06	13,80	25,20	8,40	0,36	№71 с6 ук 2017
Суп картофельный с крупой на мясном бульоне	200	1,58	2,47	11,69	68,60	0,07	6,60	0,00	0,98	21,36	44,78	18,22	0,70	№101 с6 ук 2017
Туши из отварной говядины	50/50	14,50	22,19	4,89	271,00	0,03	0,92	0,00	2,61	21,81	154,15	22,03	3,06	№360 с6 ук 2017
Макaronизне издегия отварные	150	5,66	0,67	31,92	156,30	0,06	0,92	0,00	0,77	11,19	37,17	8,62	0,85	№303 с6 ук 2017

Смолот на сухощуктов	200	0,66	0,09	22,03	92,80	0,02	0,73	0,00	0,51	32,18	23,44	17,46	0,67	№349 еб шк 2017
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	стр 144 табл. 6 Деши Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	стр 134 табл. 6 Деши Плюс 2012г.
Итого:	800	29,22	26,40	111,51	790,10	0,32	14,25	0,00	6,07	122,84	385,74	103,83	8,03	
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	1990,00	51,85	50,70	202,36	1469,25	0,66	20,40	229,22	8,19	606,86	941,98	216,96	14,40	

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды										

ЗАВТРАК														
Бульброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 еб 2017 шк
Запеканка творожная с молоком ступенным	120/30	5,30	5,54	10,50	186,80	0,09	0,61	109,20	0,70	271,52	320,24	38,50	1,04	№223 СБ 2017 шк
Винина с маслом сливочным	45/5	2,43	0,95	11,60	99,14	0,05	0,00	29,14	0,73	11,01	29,90	8,59	0,50	ТТК №656 стр 28.04.2020
Чай с сахаром	190/10	0,38	0,10	10,06	42,66	0,0019	0,19	0	0	18,939	15,656	8,36	1,588	№376 еб 2017 шк
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№338 еб 2017 шк
Батон высшего сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	стр 134 табл. 6 Деши Плюс 2012г.
Итого:	590	13,17	16,06	74,89	608,20	0,24	12,80	178,34	2,79	334,47	421,00	74,04	6,51	
2 - ой ЗАВТРАК														
Крекер	20	1,84	2,82	12,64	83,20	0,03	0,00	40,00	1,30	5,20	21,40	5,00	0,28	№385 СБ шк 2017
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	1,30	240,00	180,00	28,00	0,20	
Итого:	220	7,64	7,82	22,24	190,20	0,11	2,60	40,00	1,30	245,20	201,40	33,00	0,48	
Итого за завтрак:	810	20,81	23,88	97,13	798,40	0,35	15,40	218,34	4,09	579,67	622,40	107,04	6,99	
ОБЕД														
Огурцы свежие	60	0,48	0,06	1,50	8,40	0,02	6,00	0,00	0,06	13,80	25,20	8,40	0,36	№71 еб шк 2017
Рассольник Ленинградский с мясными фрикадельками, со сметаной	200/11/10	4,07	6,86	10,03	123,57	0,08	6,80	12,20	1,98	34,49	74,32	23,78	0,93	№96 еб 2017 шк
Рыба тушеная с овощами	80/40	10,43	11,62	9,04	180,33	0,04	3,05	25,66	2,06	131,26	189,75	44,32	0,75	№229 еб 2017 шк
Пюре картофельное с кашустрой тушеной (доп.гарнир)	150/30	3,68	5,91	32,81	213,35	0,15	23,28	0,00	0,77	54,60	98,80	34,01	1,26	№312, 139 шк 2017 еб
Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,20	0,01	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63	№388 шк 2017 еб
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	стр 144 табл. 6 Деши Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	стр 134 табл. 6 Деши Плюс 2012г.
Итого:	871	25,67	25,65	113,62	806,85	0,44	139,13	37,86	6,76	277,98	492,52	143,05	6,32	
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	2181,00	46,48	49,52	210,74	1605,25	0,79	154,54	256,19	10,85	857,66	1114,92	250,10	13,32	

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды										

ЗАВТРАК														
Бульброд с саром, с маслом	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 еб 2017 шк
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/4	4,43	2,54	28,07	188,20	0,09	0,86	29,32	0,11	118,84	139,55	33,50	0,72	ТТК №71
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	5,97	60,60	0,04	1,30	20,00	0,00	125,48	90,00	14,00	0,10	№379 шк 2017 еб
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 еб 2017 шк
Батон высшего сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	стр 134 табл. 6 Деши Плюс 2012г.
Итого:	589	16,60	18,68	76,77	579,90	0,24	14,27	120,82	1,54	427,32	374,75	74,35	4,31	
2 - ой ЗАВТРАК														
Катык	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,04	0,06	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	№386 шк 2017 еб
Итого:	200	5,8	5	9,6	107	0,036	0,063	36	0	223,2	165,6	25,2	0,18	
Итого за завтрак:	789,00	22,40	23,68	86,37	686,90	0,28	14,33	156,82	1,54	650,52	540,35	99,55	4,49	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды										
Обед														
Томатный свежий порционный	60	0,66	0,12	2,28	14,40	0,04	15,00	0,00	0,42	8,40	15,60	12,00	0,54	№871 сб ук 2017
Угл - лапша доминирующая на курином бульоне, с маслом птицы	200/10	4,39	6,29	9,33	118,80	0,04	0,64	15,82	2,15	28,20	47,20	10,57	0,71	№113,105 ук 2017 сб
Эквоти тушеные с говяжьим фаршем	50/150	12,01	17,53	35,88	321,45	0,02	14,26	31,25	0,09	54,33	156,42	33,10	1,87	№143, 241 ук 2017 сб
Нектар плодовой (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0,00	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 сб 2017 ук
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	стр 144 табл. 6 Дем. Писое 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	стр 134 табл. 6 Дем. Писое 2012г.
Итого:	740	24,30	24,86	105,15	723,97	0,25	33,50	47,07	3,98	126,03	332,82	91,97	8,03	
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	2029,00	46,70	48,54	191,52	1410,87	0,53	47,83	203,89	5,52	776,55	873,17	191,52	12,52	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды										
2 - ой ЗАВТРАК														
Нектар плодовой (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0,00	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 сб 2017 ук
Итого:	180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	
Обед														
Салат из отварной свеклы с маслом растительным	60	0,84	3,61	4,96	55,68	0,01	3,99	0,00	1,62	21,28	24,38	12,42	0,79	№52 сб 2017 ук
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/11	4,07	7,55	13,58	112,77	0,11	9,66	2,20	1,09	26,73	85,02	28,66	1,13	№97 ук 2017 сб
Выпечка рыбные из минтая	90	11,63	7,38	14,26	171,00	0,07	0,59	8,46	4,52	64,69	166,91	37,03	1,31	№ 234 ук 2017 сб
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3	5,68	2,84	31,96	176,06	0,06	0,06	0,00	0,81	11,91	38,07	8,62	0,86	№202 сб ук 2017
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,01	0,90	0,00	0,08	14,18	4,40	5,14	0,95	№342 сб 2017 ук
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	стр 144 табл. 6 Дем. Писое 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	стр 134 табл. 6 Дем. Писое 2012г.
Итого:	804	28,72	25,30	133,11	823,11	0,39	15,14	10,66	9,25	161,29	419,78	120,96	7,44	
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	2024,00	48,24	48,89	212,62	1430,33	0,64	31,67	383,23	11,55	372,99	761,72	175,10	17,28	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК														
Бутерброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 сб 2017 ук
Каша кукурузная молочная	150	4,11	5,99	26,59	161,00	0,07	0,72	11,10	0,22	102,05	112,96	23,71	1,25	№174 сб 2017 ук
Блины с маслом сливочным	45/5	2,43	0,95	11,60	99,14	0,05	0,00	29,14	0,73	11,01	29,90	8,59	0,50	ТТК №656 от 28.04.2020
Каша с молоком (Яблоки)	200	4,08	3,81	7,60	78,60	0,06	0,00	24,40	0,00	151,92	124,56	21,34	0,45	№383 сб ук 2017
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№338 сб 2017 ук
Батон высшего сорта	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	стр 134 табл. 6 Дем. Писое 2012г.
Итого:	590	15,67	20,22	88,52	618,34	0,27	14,31	104,64	2,31	297,98	322,62	72,24	5,57	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	уг-ды										
2 - ой ЗАВТРАК														
Яйшенка	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	28,00	0	248,00	184,00	28,00	0,20	№386 инв 2017 с5
Итого:	200	5,8	5	8,4	102	0,04	0,6	28	0	248	184	28	0,2	
Итого за завтрак:														
Итого:	790,00	21,47	25,22	96,92	720,34	0,31	14,91	132,64	2,31	545,98	506,62	100,24	5,77	0,90
ОБЕД														
Помидоры свежие порционно	60	0,66	0,12	2,28	14,40	0,04	15,00	0,00	0,42	8,40	15,60	12,00	0,54	№61 с5 инв 2017
Суп из овощей на курином бульоне, со сметаной	200/10	1,53	5,49	7,68	92,40	0,06	8,34	10,00	1,89	36,68	45,52	17,50	0,64	№99 инв 2017 с5
Плов из отварных куриных грудок	230	16,52	19,80	52,80	443,33	0,18	8,17	35,00	0,68	45,12	236,67	67,42	2,33	№91 инв 2017 с6
Нектар плодовой (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 с6 2017 инв
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Десят Писое 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 табл. 6 Десят Писое 2012г.
Итого:	790	25,95	26,33	120,42	819,45	0,43	35,11	45,00	4,31	125,30	411,39	133,22	8,42	
Вода питьевая П1ЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	2080,00	47,42	51,55	217,34	1539,79	0,74	50,01	177,64	6,63	671,28	918,01	233,45	14,20	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	уг-ды										
2 - ой ЗАВТРАК														
Бутерброд с сыром, с маслом	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 с6 2017 инв
Сырники творожные с молоком ступенным	180/20	7,80	5,21	22,70	182,20	0,12	0,67	102,60	5,15	348,88	452,89	48,34	1,26	№219 с6 2017 инв
Чай с сахаром с лимоним	185/10/5	0,13	0,02	10,20	42,00	0,12	2,00	51,70	4,02	34,97	301,50	52,71	3,56	№377 с6 2017 инв
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 с6 2017 инв
Батон высшего сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Десят Писое 2012г.
Итого:	605	16,94	18,69	75,63	555,30	0,35	14,77	225,80	10,59	566,85	899,58	127,90	8,30	
2 - ой ЗАВТРАК														
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	№385 с5 инв 2017
Итого:	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	
Итого за завтрак:														
Итого:	805	22,74	23,69	85,23	662,30	0,43	17,37	265,80	10,59	806,85	1079,58	155,90	8,50	
ОБЕД														
Остатки соевые (доя гарнир)	30	0,24	0,03	0,51	3,00	0,01	1,05	0,00	0,03	6,90	7,20	4,20	0,18	№70 с5 инв 2017
Суп гороховый с мясными фрикадельками и гречками	200/1/10	7,83	5,66	20,92	176,99	0,22	4,72	2,20	2,22	40,13	107,03	37,20	2,13	№119,105 инв 2017 с6
Котлета из говядины с маслом сливочным	90/3	15,19	14,00	14,84	220,30	0,08	1,08	18,32	2,61	14,30	151,03	25,15	2,34	№271 инв 2017 с6
Картофель запеченный дольками	180	4,90	10,58	37,94	273,60	0,25	26,10	-36,00	8,10	25,65	127,42	48,35	1,78	№314 с6 2017 инв
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	22,03	92,80	0,02	0,73	0,00	0,51	32,18	23,44	17,46	0,67	№349 с6 инв 2017
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Десят Писое 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 табл. 6 Десят Писое 2012г.
Итого:	814	35,16	31,29	135,73	959,69	0,69	33,67	-15,48	14,61	141,66	517,12	161,45	9,49	
Вода питьевая П1ЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	2119	57,89	54,98	220,96	1621,99	1,12	51,04	250,32	25,20	948,50	1596,70	317,36	17,99	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	уг-ды										
День 8 - ой														
ЗАВТРАК														
Бутерброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 с6 2017 инв
Каши пшеничная молочная с маслом сливочным	150/5	6,46	6,49	23,21	199,50	0,11	0,72	31,10	0,55	109,48	165,23	33,25	1,75	№173 с6 инв 2017
Мини отпарное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03		100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	№209 с6 инв 2017

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са	Р	Mg	Fe	Ссылка
		белки	жиры	угле-ды										
Кофе с молоком	200	3,17	2,68	5,97	60,60	0,04	1,30	20,00	0,00	125,48	90,00	14,00	0,10	№379 инв 2017 инв
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 инв 2017 инв
Япон	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Десят Плюс 2012г.
Итого:	585	19,77	23,23	72,19	607,50	0,28	14,02	191,10	2,16	289,96	387,23	70,65	6,23	
2 - ой ЗАВТРАК														
Тостар подоловый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 инв 2017 инв
Итого:	180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	
Итого за завтрак:														
Итого:	765	20,67	23,23	90,37	678,82	0,30	17,62	191,10	2,34	302,56	399,83	77,85	8,75	
ОБЕД														
Запек из зеленого горошка кс	60	1,79	3,11	3,75	50,16	0,06	6,60	0,00	1,44	12,87	35,97	12,48	0,41	№10 инв 2016 инв
Суп крестьянский с пшенной крупой	200	3,58	10,34	4,87	125,00	0,03	7,90	0,00	1,84	28,70	26,86	11,34	0,46	№98 инв 2017 инв
Филе куриной грудки тушеное с овощами	50/150	14,16	10,92	33,10	335,50	0,20	12,48	41,70	1,47	75,16	168,94	45,12	4,09	ТТК
Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,12	18,10	74,60	0,01	0,90	0,00	0,16	15,08	6,40	6,34	0,96	срп 144 табл. 6 Десят Плюс 2012г.
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 134 табл. 6 Десят Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	
Итого:	750	26,03	25,41	101,30	778,26	0,43	27,88	41,70	6,05	154,31	339,17	104,38	8,31	
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	2015	46,70	48,64	191,67	1457,08	0,73	45,50	232,80	8,39	456,87	739,00	182,23	17,07	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са	Р	Mg	Fe	Ссылка
		белки	жиры	угле-ды										
Бутерброд с сыром, с маслом	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 инв 2017 инв
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/5	6,73	5,65	33,30	222,60	0,17	1,05	36,20	0,14	123,33	164,73	42,84	1,10	№173 инв 2017 инв
Блины с маслом сливочным	45/5	2,43	0,95	11,60	99,14	0,05	0,00	29,14	0,73	11,01	29,90	8,59	0,50	ТТК №656 от 28.04.2020
Чай с молоком, с сахаром	150/40/10	1,46	1,08	11,96	63,70	0,02	0,67	8,00	0,00	63,02	48,36	12,20	1,30	№378 инв 2017 инв
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 инв 2017 инв
Япон высшего сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Десят Плюс 2012г.
Итого:	640	19,62	21,14	99,59	716,54	0,34	13,83	144,84	2,30	380,36	388,20	90,48	6,38	
2 - ой ЗАВТРАК														
Кофе	200	5,80	5,00	8,00	100,00	0,07	1,26	36,00	0,00	216,00	162,00	25,20	0,18	№ 386 инв 2017 инв
Итого:	200	5,80	5,00	8,00	100,00	0,07	1,26	36,00	0,00	216,00	162,00	25,20	0,18	
Итого за завтрак:														
Итого:	840,00	25,42	26,14	107,59	816,54	0,42	15,09	180,84	2,30	596,36	550,20	115,68	6,56	
ОБЕД														
Салат из свежих с маслом растительным	60	0,84	3,61	4,96	55,68	0,01	3,99	0,00	1,62	21,28	24,38	12,42	0,79	№52 инв 2017 инв
Борщ из свежей капусты на курином бульоне, с мясом птицы, со сметаной	200/10/10	5,10	13,20	19,14	201,40	0,05	8,82	15,82	2,04	53,94	66,18	23,83	1,19	№82 инв 2017 инв
Виточки рыбные	90	11,63	7,38	14,26	171,00	0,07	0,59	8,46	4,52	64,69	166,91	37,03	1,31	№234 инв 2017 инв
Картофельное пюре	180	3,68	5,76	24,53	164,70	0,17	21,79	0,00	0,22	44,37	103,91	33,30	1,21	№312 инв 2017 инв
Нектар плодовой (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 инв 2017 инв
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Десят Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 табл. 6 Десят Плюс 2012г.
Итого:	820	28,49	30,87	120,54	862,10	0,45	38,79	24,28	9,72	219,38	474,99	142,87	9,42	
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	2160,00	53,91	57,01	228,13	1678,64	0,86	53,88	205,12	12,01	815,74	1025,18	258,55	15,58	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Свойства питания
		белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК														
Утробод с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 с6 2017 ук
Утробод с маслом	120/30	3,80	3,82	21,48	93,90	0,12	0,56	100,08	0,74	247,76	296,15	39,22	1,33	№222 с6 2017 ук
Утробод с маслом	200	4,08	3,81	7,60	78,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,92	124,56	21,34	0,45	№382 с6 ук 2017
Друтки свежие (блолки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 с6 2017 ук
Друтки свежие (блолки)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Деян Пинос 2012г.
Итого:	540	12,94	17,10	71,81	452,10	0,27	14,15	164,48	2,11	432,68	475,91	79,16	5,16	
2 - ой ЗАВТРАК														
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	0	240,00	180,00	28,00	0,20	№385 С5 ук 2017
Итого:	200	5,8	5	9,6	107	0,08	2,6	40	0	240	180	28	0,2	
Итого за завтрак:	740,00	18,74	22,10	81,41	559,10	0,35	16,75	204,48	2,11	672,68	655,91	107,16	5,36	
ОБЕД														
Огурцы свежие	60	0,48	0,06	1,50	8,40	0,02	6,00	0,00	0,06	13,80	25,20	8,40	0,36	№71 с6 ук 2017
Расоляник ленинградский на мясном бульоне, со сметаной	200/10	1,87	9,57	9,94	102,00	0,08	6,74	10,00	1,91	32,12	51,48	20,24	0,76	№96 с6 ук 2017
Бефстроганов из отварной говядины	50/50	14,44	12,25	3,78	181,00	0,03	0,37	16,90	0,49	33,58	124,92	19,81	1,98	№245, СБ ук 2017
Макроронные изделия(спагетти) отварные с маслом сливочным	150/3	5,68	2,84	31,96	176,06	0,06	0,00	0,00	0,81	11,91	38,07	8,62	0,86	№202 с6 ук 2017
Компот из изюма и яблок	200	0,35	0,08	31,85	130,20	0,02	0,00	0,00	0,08	20,38	19,36	8,12	0,46	срп 144 табл. 6 Деян Пинос 2012г.
Хлеб ржаной	50	3,3	0,60	19,8	99	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 134 табл. 6 Деян Пинос 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	
ВСЕГО:	815	29,16	25,72	118,51	790,66	0,33	13,11	26,90	4,48	134,29	360,03	94,29	6,80	
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за 10 дней	2055,00	47,90	47,82	199,92	1349,76	0,69	29,86	231,38	6,60	806,97	1015,93	201,45	12,16	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Свойства питания
		белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК														
Бутерброд с сыром с маслом	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 с6 2017 ук
Омлет натуральный	150	12,10	13,05	9,64	187,60	0,10	0,26	324,57	0,75	103,09	225,78	16,14	2,64	№210 с6 2017 ук
Чай с сахаром	190/10	0,38	0,10	10,06	42,66	0,00	0,19	0,00	0,00	18,94	15,66	8,36	1,59	№376 С5 2017 ук
Фрукты свежие (блолки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 с6 2017 ук
Батон высшего сорта	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Деян Пинос 2012г.
Итого:	555	21,49	26,61	62,42	561,36	0,21	12,55	396,07	2,18	305,03	386,63	51,35	7,71	
2 - ой ЗАВТРАК														
Нектар плодовый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 с6 2017 ук
Итого:	180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	
Итого за завтрак:	735	22,39	26,61	80,60	637,68	0,23	16,15	396,07	2,36	317,63	399,23	58,55	10,23	
ОБЕД														
Кукуруза к/с (доп.гарнир)	60	1,23	1,75	5,87	44,16	0,01	2,79	8,40	0,02	5,62	29,89	0,13	0,25	№12 с6 деюн 2016
Щи на свежей капусте с картофелем, с куриными фрикадельками, со сметаной	200/1/10	3,17	6,91	7,56	110,66	0,05	12,77	14,38	1,93	53,26	56,75	20,19	0,80	№88 с6 ук 2017
Шницель куриный натуральный	90	13,09	12,24	8,14	194,63	0,04	0,92	35,82	0,20	41,42	93,69	12,98	1,01	№306 с6 деюн 2016
Рис отварной с маслом сливочным	150/3	3,67	7,55	36,72	229,46	0,03	0,00	11,98	0,31	2,08	61,84	16,34	0,53	№304 с6 ук 2017
Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,20	0,01	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63	№388 ук 2017 с6
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Деян Пинос 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 табл. 6 Деян Пинос 2012г.
ВСЕГО:	814	28,18	29,64	118,53	860,11	0,26	116,48	70,57	4,37	146,23	346,61	82,17	5,62	
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за 11 дней	2049	50,57	56,25	199,13	1497,79	0,49	132,64	466,64	6,73	463,85	745,84	140,72	15,85	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	Р	Mg	Fe	Содержание пестицид
		белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 с6 2017 ук
	150	4,10	3,91	25,13	140,70	0,14	0,72	11,10	0,39	110,42	173,99	53,12	1,29	№173 с6 2017 ук
	45/5	2,43	0,95	11,60	99,14	0,05	0,00	29,14	0,73	11,01	29,90	8,59	0,50	ТТК №656 сг 28.04.2020
	200	3,17	2,68	5,97	60,60	0,04	1,30	20,00	0,00	125,48	90,00	14,00	0,10	№379 ук 2017 с6
	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 с6 2017 ук
30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Деян Плес 2012г.	
Итого:	590	14,75	17,01	85,43	580,04	0,33	14,02	100,24	2,48	279,91	349,09	94,30	5,27	
2 - ой ЗАВТРАК														
Катык	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,04	0,06	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	№386 ук 2017 с6
Итого:	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,04	0,06	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	
Итого за завтрак:														
Итого:	790	20,55	22,01	95,03	687,04	0,37	14,08	136,24	2,48	503,11	514,69	119,50	5,45	
ОБЕД														
Оулиц свежие	60	0,48	0,06	1,50	8,40	0,02	6,00	0,00	0,06	13,80	25,20	8,40	0,36	№71 с6 ук 2017
Суп картофельный с клецками, с мясными фрикадельками	200/11	5,04	14,96	15,12	136,97	0,09	4,66	19,04	1,37	29,09	80,62	23,82	1,11	№108,105 с6 ук 2017
Телефли на говядини(без риса) в томатном соусе	80/40	10,05	9,78	10,31	169,36	0,06	0,33	34,13	0,63	30,97	108,03	19,51	0,99	№280 с6 ук 2017
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,77	2,30	39,73	214,00	0,21	0,00	0,00	0,39	23,99	207,35	140,52	4,71	№171 с6 ук 2017
Нектар плодовый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 с6 2017 ук
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Деян Плес 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 табл. 6 Деян Плес 2012г.
Итого:	811	31,58	28,02	124,32	798,05	0,53	14,58	53,17	3,77	132,95	534,80	228,55	12,08	
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого:	2101	52,13	50,03	219,34	1485,09	0,89	28,67	189,41	6,25	636,05	1049,49	348,06	17,53	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	Р	Mg	Fe	Содержание пестицид	
		белки	жиры	угл-ды											
ЗАВТРАК	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 с6 2017 ук	
	180/5	8,30	6,87	28,61	237,20	0,05	0,86	33,32	0,16	116,64	140,50	32,81	0,53	№174 с6 ук 2017	
	150/40/10	1,46	1,08	11,96	63,70	0,02	0,67	8,00	0,00	63,02	48,36	12,20	1,30	№378 с6 ук 2017	
	Чай с молоком, с сахаром	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№338 с6 2017 ук
	Фрукты свежие (Яблоки)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Деян Плес 2012г.
Итого:	575	14,82	17,42	83,30	580,50	0,17	13,53	81,32	1,53	212,66	244,06	63,61	5,21		
2 - ой ЗАВТРАК															
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	№385 с6 ук 2017	
Итого:	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20		
Итого за завтрак:															
Итого:	775	20,62	22,42	92,90	687,50	0,25	16,13	121,32	1,53	452,66	424,06	91,61	5,41		
ОБЕД															
Помидоры свежие порционно	60	0,66	0,12	2,28	14,40	0,04	15,00	0,00	0,42	8,40	15,60	12,00	0,54	№71 с6 ук 2017	
Суп картофельный с горохом на курином бульоне, с маслом птицы	200/10	6,73	9,07	19,26	164,80	0,19	4,90	5,82	2,03	39,50	86,88	30,49	1,83	№102 с6 ук 2017	
Рыба запеченная с луком	80/10	11,25	10,78	4,02	158,28	0,09	2,13	35,64	3,71	32,61	137,61	36,78	0,69	ТТК	
Картофельное пюре	180	3,68	5,76	24,53	164,70	0,17	21,79	0,00	0,22	44,37	103,91	33,30	1,21	№312 с6 ук 2017	
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	22,03	92,80	0,02	0,73	0,00	0,51	32,18	23,44	17,46	0,67	№349 с6 ук 2017	
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Деян Плес 2012г.	
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 табл. 6 Деян Плес 2012г.	
Итого:	830	29,32	26,75	111,60	787,98	0,63	44,55	41,46	8,03	179,56	468,44	159,13	7,33		
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Итого:	2105,00	49,94	49,16	204,50	1475,48	0,88	60,68	162,78	9,56	632,22	892,50	250,74	12,74		

ВСЕГО:

Сборник рецептур	Fe	Mg	P	Ca	E,мг	A,мкг	C,мг	B1,мг	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Масса порции	Дата дачения блюда и продуктов
										Ккал	Угл-ды	Жиры		

Сборник рецептур №3 от 2017 г. №181 от 2017 г. №209 от 2017 г. №382 от 2017 г. №338 от 2017 г.	0,49	12,15	112,50	158,10	0,68	71,50	0,11	0,04	196,10	62,8	12,11	15,55	30/15/10	2-ой ЗАВТРАК Утеброд с сыром, с маслом аша манная молочная с маслом ливничным Ито отварное Сакао с молоком Дружты свежые (Яблоки) Затон вышший сорт
	0,35	15,23	87,89	99,73	0,36	33,50	0,88	0,06	130,10	3,56	2,23	24,26	150/5	
	1,00	4,80	76,80	22,00	0,24	100,00	24,4	0,03	62,80	5,08	4,60	0,28	40	
	0,448	21,34	124,56	151,92	0	24,4	1,588	0,056	78,60	4,08	3,81	7,60	200	
	2,64	10,80	13,20	19,20	0,24	0,00	12,00	0,04	56,40	0,48	0,48	11,76	120	
0,36	3,90	19,50	5,70	0,51	0,00	0,00	0,00	0,03	78,60	2,25	15,42	30		
	5,28	68,22	434,45	456,65	2,03	229,40	14,57	0,25	602,60	21,72	24,10	74,87	600	Итого:
Сборник рецептур №389 от 2017 г.	2,52	7,2	12,6	12,6	0,18	0	3,6	0,0198	76,32	0,90	0,00	18,18	180	2-ой ЗАВТРАК Нестар плодовой (разной)
	7,80	7,20	12,60	12,60	0,18	0,00	3,60	0,02	76,32	0,90	0,00	18,18	180	
	7,80	75,42	447,05	469,25	2,21	229,40	18,17	0,27	678,92	22,62	24,10	93,05	780	Итого за завтрак:

Сборник рецептур №24 от 2017 г. №95 от 2017 г. ТТК №202 от 2017 г. №348 от 2017 г. ср 144 табл. 6 Диет Пмос 2012г. ср 134 табл. 6 Диет Пмос 2012г.	0,40	11,30	21,38	15,26	0,33	40,00	0,00	0,02	44,34	0,66	3,63	2,27	60	ОБЕД Салат из свежих овощей Рассольник Домашний с куриными фрикадельками, со сметаной Котлеты "Ашпетинье" Макаронные изделия отварные с маслом сливочным Компот из яблок Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Итого:
	1,00	24,95	70,21	45,66	1,95	14,38	10,65	0,09	180,46	3,93	7,93	14,39	200/11/10	
	1,79	16,90	130,71	16,80	1,41	0,00	0,00	0,06	128,35	8,71	11,14	5,71	90	
	0,86	8,62	38,07	11,91	0,81	0,00	0,00	0,06	176,06	5,68	2,84	31,96	150/3	
	0,41	8,12	19,36	19,96	0,08	0,00	0,00	0,02	74,2	0,346	0,08	17,874	200	
	1,95	23,50	75,00	14,50	0,70	0,00	0,00	0,09	99,00	3,30	0,60	19,80	50	
	0,44	5,6	26	8	0,44	0,00	0	0,044	94,00	3,04	0,32	19,68	40	
	6,85	98,99	380,73	132,09	5,72	28,75	20,37	0,38	796,41	25,66	26,53	111,68	814	
	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	500	
	14,65	174,40	827,78	601,34	7,92	258,15	38,54	0,65	1475,33	48,28	50,63	204,73	2094	

Сборник рецептур	Fe	Mg	P	Ca	E,мг	A,мкг	C,мг	B1,мг	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Масса порции	Дата дачения блюда и продуктов
										Ккал	Угл-ды	Жиры		

Сборник рецептур №1 от 2017 г. №219 от 2017 г. №376,СВ 2017,мк №338 от 2017 г. ср 134 табл. 6 Диет Пмос 2012г.	0,38	3,90	22,50	8,10	0,62	40,00	0,00	0,03	144,60	2,33	8,12	15,55	30/10	ЗАВТРАК Утеброд с маслом Сырники творожные с молоком ступенным Чай с сахаром Фрукты свежые (Яблоки) Батон Итого:
	1,26	48,34	452,89	348,88	5,15	102,60	0,67	0,12	182,20	7,80	5,21	22,70	180/20	
	1,59	8,36	15,66	18,94	0,00	0,00	0,19	0,00	42,66	0,38	0,10	10,06	190/10	
	2,64	10,80	13,20	19,20	0,24	0,00	12,00	0,04	56,40	0,48	0,48	11,76	120	
	0,36	3,90	19,50	5,70	0,51	0,00	0,00	0,03	78,60	2,25	0,87	15,42	30	
6,23	75,30	523,74	400,82	6,52	142,60	12,86	0,23	504,46	13,24	14,78	75,49	590	Итого:	
Сборник рецептур №1 от 2017 г. №13 от 2017 г. ТТК №304 от 2017 г.	0,49	10,50	29,40	9,10	1,30	28,00	0,60	0,05	92,45	2,59	2,49	13,18	30	2-ой ЗАВТРАК Печенье Раженка Итого:
0,20	28,00	184,00	248,00	0,00	28,00	0,60	0,04	102,00	5,80	5,00	8,40	200		
	6,43	103,30	707,74	648,82	6,52	170,60	13,46	0,27	698,91	8,39	7,49	21,58	230	Итого за завтрак:
	0,36	8,40	25,20	13,80	0,06	6,00	6,00	0,02	8,40	0,48	0,06	1,50	60	ОБЕД Огурцы свежые порционно Суп-лапша домашняя с картофелем на курином бульоне Фрикассе из отварных куриных грудок Рис отварной
0,52	8,54	30,80	22,84	2,06	10,00	41,56	7,84	0,04	92,60	2,05	4,43	9,30	200	
	3,05	37,57	55,67	81,72	0,28	0,00	0,00	0,13	273,80	14,82	18,50	15,50	50/50	Итого за обед:
	0,53	16,34	60,95	1,37	0,28	0,00	0,00	0,03	209,70	3,65	5,37	36,68	150	Итого за завтрак:

Кексар плодовой (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 с6 2017 шк
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Десяти Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 табл. 6 Десяти Плюс 2012г.
Итого:	780	28,24	29,29	120,64	853,82	0,36	17,84	51,56	3,72	154,82	286,22	107,14	9,37	
Зода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	2100	49,87	51,56	217,71	1552,73	0,63	31,29	222,16	10,24	803,64	993,96	210,45	15,80	

День 16 - ый

Наименование блюд и продуктов

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Содержание пестицид
		белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК														
Бутерброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 с6 2017 шк
Каша кукурузная молочная	150	4,11	5,99	26,59	161,00	0,07	0,72	11,10	0,22	102,05	112,96	23,71	1,25	№174 с6 2017 шк
Винна с маслом сливочным	45/5	2,43	0,95	11,60	99,14	0,05	0,00	29,14	0,73	11,01	29,90	8,59	0,50	ТТК №656 от 28.04.2020
Кобейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	5,97	60,60	0,04	1,30	20,00	0,00	125,48	90,00	14,00	0,10	№379 шк 2017 с6
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№338 с6 2017 шк
Ватон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Десяти Плюс 2012г.
Итого:	590	14,76	19,09	86,89	600,34	0,26	14,02	100,24	2,31	271,54	288,06	64,90	5,23	
2 - ой ЗАВТРАК														
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	№385 с6 шк 2017
Итого:	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	
Итого за завтрак:														
	790	20,56	24,09	96,49	707,34	0,34	16,62	140,24	2,31	511,54	468,06	92,90	5,43	
ОБЕД														
Салат из отварной свеклы с зеленым горошком к/с	60	0,99	2,47	4,38	43,74	0,03	4,12	0,00	1,13	17,00	24,97	11,04	0,78	№53 с6 шк 2017
Щи из свежей капусты, с картошкой, с мясными фрикадельками, со сметаной	200/1/1/0	3,87	7,64	6,76	109,57	0,06	12,72	12,20	1,98	50,57	68,14	22,14	0,85	№88 с6 2017 шк
Витонги рыбные из минтая с маслом сливочным	90/5	11,67	11,01	14,33	204,00	0,07	0,59	28,46	4,57	65,89	168,41	37,03	1,32	№ 234 шк 2017 с6
Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	0,14	18,16	0,00	0,18	36,98	86,60	27,75	1,01	№312 с6 шк 2017
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,01	0,90	0,00	0,08	14,18	4,40	5,14	0,95	№342 с6 2017 шк
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Десяти Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 табл. 6 Десяти Плюс 2012г.
Итого:	816	26,09	27,00	113,27	802,16	0,44	36,49	40,66	9,08	207,11	453,52	133,19	7,31	
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	2106	46,65	51,09	209,75	1509,50	0,78	53,11	180,90	11,39	718,66	921,58	225,09	12,74	

День 17 - ый

Наименование блюд и продуктов

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Содержание пестицид
		белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК														
Бутерброд с сыром, с маслом	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 с6 2017 шк
Омлет яично-рыбный	150	12,10	13,05	2,64	187,60	0,10	0,26	324,57	0,75	103,09	225,78	16,14	2,64	№210 с6 2017 шк
Чай с молоком, с сахаром	150/40/10	1,46	1,08	11,96	63,70	0,02	0,67	8,00	0,00	63,02	48,36	12,20	1,30	№378 с6 шк 2017
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№338 с6 2017 шк
Ватон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Десяти Плюс 2012г.
Итого:	555	23,07	24,89	75,61	582,40	0,23	13,03	404,07	2,18	349,10	419,34	55,19	7,42	
2 - ой ЗАВТРАК														
Нектар плодовой (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№380 с6 2017 шк
Итого:	180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	
Итого за завтрак:														
	735	23,97	24,89	93,79	658,72	0,25	16,63	404,07	2,36	361,70	431,94	62,39	9,94	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Ссылка на рецептур
		белки	жиры	угл-ды										
Завтрак	60	6,55	7,03	16,26	160,10	0,27	0,63	0,00	2,08	68,85	204,79	72,12	2,96	ТТК №331
Завтрак	200/10	4,21	4,12	13,53	117,40	0,11	9,84	5,82	1,11	29,72	78,58	27,15	1,15	№97 инв.2017 с/с
Завтрак	120	8,28	3,41	27,00	198,90	0,04	0,07	43,00	0,37	142,90	217,30	27,50	22,07	ТТК
Завтрак	180	3,11	13,25	15,35	179,00	0,11	22,52	46,80	3,53	64,73	78,30	29,27	1,06	№143 с/с 2017 инв
Завтрак	200	0,66	0,09	22,03	92,80	0,02	0,73	0,00	0,51	32,18	23,44	17,46	0,67	№349 с/с инв 2017
Завтрак	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 инв. 6 Деят. Пилосе 2012г.
Завтрак	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 инв. 6 Деят. Пилосе 2012г.
Итого:	860	29,16	28,82	133,66	941,20	0,67	33,78	95,62	8,74	360,88	703,41	202,60	30,30	
Итого:	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого:	2095	53,13	53,71	227,45	1599,92	0,92	50,41	499,69	11,10	722,58	1135,35	264,98	40,24	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Ссылка на рецептур
		белки	жиры	угл-ды										
Завтрак	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 с/с 2017 инв
Завтрак	180/4	4,43	2,54	28,07	188,20	0,09	0,86	29,32	0,11	118,84	139,55	33,50	0,72	ТТК №7Д
Завтрак	200	4,08	3,81	7,60	78,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,92	124,56	21,34	0,45	№382 с/с инв 2017
Завтрак	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№338 с/с 2017 инв
Завтрак	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 инв. 6 Деят. Пилосе 2012г.
Итого:	574	13,57	15,82	78,40	546,40	0,25	14,45	93,72	1,48	303,76	319,31	73,44	4,55	
Итого:	20	0,75	6,10	12,50	108,50	0,01	0,00	1,00	0,95	1,50	8,50	1,00	0,86	№1 с/с 2017 инв
Итого:	180	5,22	4,50	7,20	90,00	0,07	1,26	36,00	0,00	216,00	162,00	25,20	0,18	№386 с/с 2017 инв
Итого:	200	5,97	10,60	19,70	198,50	0,08	1,26	37,00	0,95	217,50	170,50	26,20	1,04	
Итого:	774	19,54	26,42	98,10	744,90	0,33	15,71	130,72	2,43	521,26	489,81	99,64	5,58	
Итого:	60	0,66	0,12	2,28	14,40	0,04	15,00	0,00	0,42	8,40	15,60	12,00	0,54	№71 с/с инв 2017
Итого:	200/10	5,64	4,37	20,84	155,42	0,21	4,66	0,00	2,14	37,76	84,18	33,66	1,96	№119 с/с инв 2017
Итого:	50/150	17,73	24,39	38,91	405,92	0,07	1,80	0,00	4,00	18,14	242,92	51,52	3,39	№265 с/с 2017 инв
Итого:	200	0,35	0,08	31,85	130,20	0,02	0,00	0,00	0,08	20,38	19,36	8,12	0,46	ТТК
Итого:	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 инв. 6 Деят. Пилосе 2012г.
Итого:	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 инв. 6 Деят. Пилосе 2012г.
Итого:	760	30,71	29,88	133,35	898,94	0,46	21,46	0,00	7,78	107,18	463,06	134,40	8,73	
Итого:	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого:	2034	50,25	56,30	231,44	1643,84	0,79	37,17	130,72	10,21	628,44	952,87	234,03	14,31	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Ссылка на рецептур
		белки	жиры	угл-ды										
Завтрак	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 с/с 2017 инв
Завтрак	120/30	3,80	3,82	15,48	93,90	0,12	0,56	100,08	0,74	247,76	296,15	39,22	1,33	№222 с/с 2017 инв
Завтрак	45/5	2,43	0,95	11,60	99,14	0,05	0,00	29,14	0,73	11,01	29,90	8,59	0,50	ТТК №65 с/с 28.04.2020
Завтрак	190/10	0,38	0,10	10,06	42,66	0,00	0,19	0,00	0,00	18,94	15,66	8,36	1,59	№376, с/с 2017 инв
Завтрак	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№338 с/с 2017 инв
Завтрак	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 инв. 6 Деят. Пилосе 2012г.
Итого:	590	11,67	14,34	79,87	515,30	0,27	12,75	169,22	2,84	310,71	396,91	74,76	6,80	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды										
2 - ой ЗАВТРАК														
рекер	20	1,84	2,82	12,64	83,20	0,03	0,00		1,30	5,20	21,40	5,00	0,28	№385 СБ инв 2017
Бюлого кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	1,30	240,00	180,00	28,00	0,20	
Итого:	220	7,64	7,82	22,24	190,20	0,11	2,60	40,00	1,30	245,20	201,40	33,00	0,48	
Итого за завтрак:														
ОБЕД	810	19,31	22,16	102,11	705,50	0,38	15,35	209,22	4,14	555,91	598,31	107,76	7,28	
Другие свежие														
сорт с капустой, с картофелем, с куриными фрикадельками, со сметаной	200/1/1/0	3,20	10,96	9,98	121,86	0,05	8,69	14,38	1,97	53,64	61,23	23,39	1,12	№82 СБ 2017 инв
Пиндиль куриный натуральный	90	13,09	12,24	8,14	194,63	0,04	0,92	35,82	0,20	41,42	93,69	12,98	1,01	
Капша гречневая рассыпчатая	150	8,77	2,30	39,73	214,00	0,21	0,00	0,00	0,39	23,99	207,35	140,52	4,71	№306 СБ инв 2016
Нектар плодовой (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№171 СБ инв 2017
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Деин Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 табл. 6 Деин Плюс 2012г.
Итого:	791	32,78	26,48	117,01	808,21	0,46	19,21	50,20	3,94	167,95	501,07	221,58	12,11	
Вола питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	2101	52,08	48,64	219,11	1513,71	0,84	34,56	259,41	8,08	723,86	1099,38	329,35	19,39	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды										
2 - ой ЗАВТРАК														
Бутерброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 СБ 2017 инв
Капша пшеничная молочная с маслом сливочным	150/4	6,45	5,76	23,20	192,87	0,11	0,72	31,10	0,55	109,48	165,23	33,25	1,75	
Диад отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03	1,30	100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	№209 СБ инв 2017
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	5,97	60,60	0,04	12,00	20,00	0,00	125,48	90,00	14,00	0,10	№379 инв 2017 СБ
Фрукты свежие (Яблока)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	0,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№338 СБ 2017 инв
Бягон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Деин Плюс 2012г.
Итого:	584	19,76	22,50	72,17	595,87	0,28	14,02	191,10	2,16	289,96	387,23	70,65	6,23	
2 - ой ЗАВТРАК														
Нектар плодовой (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 СБ 2017 инв
Итого:	180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	
Итого за завтрак:														
ОБЕД	764	20,66	22,50	90,35	672,19	0,30	17,62	191,10	2,34	302,56	399,83	77,85	8,75	
Остаток соленые (доп.гарнир)														
Суп крестьянский с пшенной крупой с мясными фрикадельками	200/1/1	3,38	5,22	15,90	102,57	0,04	7,96	2,20	1,91	31,07	49,70	14,88	0,63	№284 СБ 2017 инв
Запеканка картофельная с мясом	200	19,70	24,66	38,19	417,14	0,36	6,83	0,00	5,10	58,93	402,36	151,64	5,46	
Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,12	18,10	74,60	0,01	0,90	0,00	0,16	15,08	6,40	6,34	0,96	№342 СБ 2017 инв
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Деин Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 табл. 6 Деин Плюс 2012г.
Итого:	731	29,82	30,95	112,18	790,31	0,54	16,73	2,20	8,34	134,48	566,66	206,16	9,62	
Вола питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	1995	50,48	53,46	202,53	1462,50	0,84	34,35	193,30	10,68	437,03	966,48	284,01	18,37	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды										
День 21 - ый														
Наименование блюд и продуктов														
ЗАВТРАК														
Бутерброд с сыром, с маслом	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 СБ 2017 инв
Капша рисовая молочная с маслом сливочным	180/5	8,30	6,87	28,61	237,20	0,05	0,86	33,32	0,16	116,64	140,50	32,81	0,53	

дй с сахаром с лимонком	185/10/5	0,13	0,02	10,20	42,00	0,12	2,00	51,70	4,02	34,97	301,50	52,71	3,56	№377 Св 2017, инк
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 Св 2017, инк
Витон высшего сорта	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Десят Плес 2012г.
Итого:	590	17,44	20,35	81,54	610,30	0,28	14,97	156,52	5,60	334,61	587,19	112,37	7,57	
2 - ой ЗАВТРАК														
Сметанк	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,04	0,06	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	№386 инк 2017, 6б
Итого:	200	5,8	5	9,6	107	0,036	0,063	36	0	223,2	165,6	25,2	0,18	
Итого за завтрак:														
ОБЕД	790	23,24	25,35	91,14	717,30	0,32	15,03	192,52	5,60	557,81	752,79	137,57	7,75	
Запек из свежих овощей	60	0,66	3,63	2,27	44,34	0,02	7,93	0,00	0,33	15,26	21,38	11,30	0,40	№24 Св инк 2017
Суп картофельный с фасолью на мяском	200	4,09	4,28	12,91	106,60	0,12	4,65	0,00	1,95	40,22	110,38	30,64	1,44	№102 Св инк 2017
Бульон	50/50	14,50	22,19	4,89	271,00	0,03	0,92	0,00	2,61	21,81	154,15	22,03	3,06	№260 Св инк 2017
Лугши из отварной говядины	150/3	5,68	2,84	31,96	176,06	0,06	0,00	0,00	0,81	11,91	38,07	8,62	0,86	№202 Св инк 2017
Макаронные изделия(спагетти) отварные с	200	0,35	0,08	17,87	74,20	0,02	0,00	0,00	0,08	19,96	19,36	8,12	0,41	№348Св инк 2017
Маслом сливочным	50	3,3	0,60	19,8	99	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Десят Плес 2012г.
Компот из изюма	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 табл. 6 Десят Плес 2012г.
Хлеб ржаной	803	31,81	33,10	127,50	865,20	0,38	13,50	0,00	6,91	131,66	444,33	109,81	8,56	
ВСЕГО:	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Вода питьевая ПЭТ	2093	55,05	58,45	218,64	1582,50	0,70	28,53	192,52	12,52	689,46	1197,12	247,39	16,32	
Итого за 21 день	43540	1051,75	1096,44	4436,18	31816,87	15,90	1071,08	5082,06	209,93	13965,82	20585,05	4951,15	349,44	
ВСЕГО ЗА 21 ДЕНЬ	2073	50,08	52,21	211,25	1515,09	0,76	51,00	242,00	10,00	665,04	980,24	235,77	16,64	
В среднем на 1 учащегося в день														