

"СОГЛАСОВАНО"

" " 20\_\_ г.

## Примерное двенадцатидневное меню

Для организации бесплатного горячего питания (горячих завтраков) для обучающихся начальных классов  
общеобразовательных организаций Республики Татарстан на 2025 год



Алиulin A. И. /

"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор ООО "ГРАНД"

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ С 1-4 КЛАССЫ

| № п/п              | Наименование блюд                    | Выход      | Белки, г      | Жиры, г       | Углевод, г    | Калорийность, ккал | Витамин В1, мг | Витамин С, мг | Витамин А, ретинол, мкг | Витамин Е, мг | Са, мг        | Р, мг          | Мг, мг        | Fe, мг       |
|--------------------|--------------------------------------|------------|---------------|---------------|---------------|--------------------|----------------|---------------|-------------------------|---------------|---------------|----------------|---------------|--------------|
| <b>1-ая неделя</b> |                                      |            |               |               |               |                    |                |               |                         |               |               |                |               |              |
| <b>1 день</b>      |                                      |            |               |               |               |                    |                |               |                         |               |               |                |               |              |
| 338                | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                        | 100        | 0,4           | 0,4           | 9,8           | 47                 | 0,03           | 10            | -                       | 0,2           | 16            | 11             | 9             | 1,1          |
| 291                | ПЮФ ИЗ ПТИЦЫ                         | 150/50     | 12,01         | 13,8          | 27,414        | 237,67             | 0,2            | 4             | 174,8                   | -             | 182,09        | 168,93         | 19,03         | 0,75         |
| 349                | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ                | 200        | 0,66          | 1,5           | 20,6          | 132,8              | 0,01           | 0,73          | -                       | -             | 32,48         | 23,44          | 17,46         | 0,698        |
| 573                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 30         | 2,28          | 0,24          | 11,76         | 71                 | 0,033          | -             | -                       | 0,33          | 6             | 19,5           | 4,2           | 0,33         |
| 574                | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                       | 20         | 1             | 0,2           | 9             | 44                 | 0,014          | -             | -                       | 0,108         | 2,76          | 12,72          | 3             | 0,12         |
| <b>Итого:</b>      |                                      | <b>550</b> | <b>16,35</b>  | <b>16,14</b>  | <b>78,574</b> | <b>532,47</b>      | <b>0,287</b>   | <b>14,73</b>  | <b>174,8</b>            | <b>0,638</b>  | <b>239,33</b> | <b>235,59</b>  | <b>52,69</b>  | <b>2,998</b> |
| <b>2 день</b>      |                                      |            |               |               |               |                    |                |               |                         |               |               |                |               |              |
| 52                 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ             | 60         | 0,84          | 1,66          | 4,56          | 54,6               | 0,012          | 4,22          | 0                       | 1,62          | 16,18         | 39             | 12            | 0,12         |
| 279                | ТЕФТЕЛЛИ ГОВЯЖЬИ С СОУСОМ            | 60/30      | 8,97          | 8,01          | 7,12          | 142,56             | 0,07           | 4,48          | 136,02                  | 0,3           | 87,57         | 67,14          | 24,5          | 1,02         |
| 203                | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 150/5      | 5,55          | 8,95          | 26,55         | 173,2              | 0,06           | 3,3           | 31,5                    | 0,75          | 12            | 45             | 7,5           | 1,05         |
| 376                | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ                 | 200        | 0,321         | 0,005         | 21,725        | 88                 | 0,1            | -             | 0,309                   | 1             | 100,45        | 91,5           | 10            | 0,3          |
| 573                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 30         | 2,28          | 0,24          | 11,76         | 71                 | 0,033          | -             | -                       | 0,33          | 6             | 19,5           | 4,2           | 0,33         |
| 574                | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                       | 20         | 1             | 0,2           | 9             | 44                 | 0,014          | -             | -                       | 0,108         | 2,76          | 12,72          | 3             | 0,12         |
| <b>Итого:</b>      |                                      | <b>555</b> | <b>18,961</b> | <b>19,065</b> | <b>80,715</b> | <b>573,36</b>      | <b>0,289</b>   | <b>12</b>     | <b>167,829</b>          | <b>4,108</b>  | <b>224,96</b> | <b>274,86</b>  | <b>61,2</b>   | <b>2,94</b>  |
| <b>3 день</b>      |                                      |            |               |               |               |                    |                |               |                         |               |               |                |               |              |
| 338                | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                        | 100        | 0,4           | 0,4           | 9,8           | 47                 | 0,03           | 10            | -                       | 0,2           | 16            | 11             | 9             | 1,1          |
| 234                | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ              | 60/30      | 8,045         | 10,58         | 10,6          | 106                | 0,068          | 2,1           | 135,8                   | -             | 54,2          | 54,403         | 5,04          | 0,85         |
| 312                | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                    | 150        | 4,77          | 5,43          | 18,85         | 209,7              | 0,032          | 1,7           | 36                      | 0,285         | 47,25         | 63,7           | 21,15         | 0,204        |
| 376                | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ                 | 200        | 0,321         | 0,005         | 21,725        | 88                 | 0,1            | -             | 0,309                   | 1             | 100,45        | 91,5           | 10            | 0,3          |
| 573                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 30         | 2,28          | 0,24          | 11,76         | 71                 | 0,033          | -             | -                       | 0,33          | 6             | 19,5           | 4,2           | 0,33         |
| 574                | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                       | 20         | 1             | 0,2           | 9             | 44                 | 0,014          | -             | -                       | 0,108         | 2,76          | 12,72          | 3             | 0,12         |
| <b>Итого:</b>      |                                      | <b>590</b> | <b>16,816</b> | <b>16,855</b> | <b>81,735</b> | <b>565,7</b>       | <b>0,277</b>   | <b>13,8</b>   | <b>172,109</b>          | <b>1,923</b>  | <b>226,66</b> | <b>252,823</b> | <b>52,39</b>  | <b>2,904</b> |
| <b>4 день</b>      |                                      |            |               |               |               |                    |                |               |                         |               |               |                |               |              |
| 338                | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                        | 100        | 0,4           | 0,4           | 9,8           | 47                 | 0,03           | 10            | -                       | 0,2           | 16            | 11             | 9             | 1,1          |
| 290                | ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ                | 50/50      | 6,56          | 7,03          | 10,59         | 127,25             | 0,16           | 0,2           | 86,65                   | -             | 122,03        | 126,138        | 20,315        | 0,6          |
| 171                | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ  | 150/5      | 8,3           | 8,4           | 23,3          | 162,5              | 0,02           | 0,8           | 77,5                    | 0,75          | 112,1         | 47,2           | 12,8          | 0,45         |
| 377                | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ       | 190/10/7   | 0,13          | 0,02          | 15,2          | 62                 | 0              | 2,83          | 0                       | 1,5           | 14,2          | 4,4            | 2,4           | 0,36         |
| 573                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 30         | 2,28          | 0,24          | 11,76         | 71                 | 0,033          | -             | -                       | 0,33          | 6             | 19,5           | 4,2           | 0,33         |
| 574                | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                       | 20         | 1             | 0,2           | 9             | 44                 | 0,014          | -             | -                       | 0,108         | 2,76          | 12,72          | 3             | 0,12         |
| <b>Итого:</b>      |                                      | <b>612</b> | <b>18,67</b>  | <b>16,29</b>  | <b>79,65</b>  | <b>513,75</b>      | <b>0,257</b>   | <b>13,83</b>  | <b>164,15</b>           | <b>2,888</b>  | <b>273,09</b> | <b>220,958</b> | <b>51,715</b> | <b>2,96</b>  |

| № рещ.             | Наименование блюда                          | Выход      | Белки, г     | Жиры, г      | Углевод<br>ы, г | Калорийное<br>ть, ккал | Витамин<br>В1, мг | Витамин<br>С, мг | Витамин<br>А, мг | Витамин<br>Е, мг | Са, мг        | Р, мг         | Мg, мг       | Fe, мг       |
|--------------------|---------------------------------------------|------------|--------------|--------------|-----------------|------------------------|-------------------|------------------|------------------|------------------|---------------|---------------|--------------|--------------|
| <b>1-ая неделя</b> |                                             |            |              |              |                 |                        |                   |                  |                  |                  |               |               |              |              |
|                    | <b>5 день</b>                               | 60         | 0,84         | 6,02         | 4,37            | 75,06                  | 0,026             | 5,78             | 0                | 1,68             | 18,74         | 25,96         | 11,72        | 0,5          |
| 14                 | ВИНЕГРЕТ ОВОШНОЙ                            |            |              |              |                 |                        |                   |                  |                  |                  |               |               |              |              |
| 243                | СОСИСКИ ГОВЯЖЬИ ХАЛЯЛЬ ОТВАРНЫЕ С<br>СОУСОМ | 50/40      | 5,92         | 5,4          | 3,8             | 45,6                   | 0,1               | 4                | 70,3             | 0,25             | 163,7         | 114,1         | 7,6          | 0,7          |
| 203                | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С<br>МАСЛОМ     | 150/5      | 5,55         | 8,95         | 26,55           | 173,2                  | 0,06              | 3,3              | 31,5             | 0,75             | 12            | 45            | 7,5          | 1,05         |
| 349                | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ                       | 200        | 0,66         | 1,5          | 20,6            | 132,8                  | 0,01              | 0,73             | -                | -                | 32,48         | 23,44         | 17,46        | 0,698        |
| 582                | ПЕЧЕНЬЕ                                     | 40         | 3            | 0,1          | 3,06            | 65,8                   | 0,02              | 0                | 22,1             | 1,88             | 31,6          | 36            | 8            | 0,04         |
| 573                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30         | 2,28         | 0,24         | 11,76           | 71                     | 0,033             | -                | -                | 0,33             | 6             | 19,5          | 4,2          | 0,33         |
| 574                | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                              | 20         | 1            | 0,2          | 9               | 44                     | 0,014             | -                | -                | 0,108            | 2,76          | 12,72         | 3            | 0,12         |
| <b>Итого:</b>      |                                             | <b>595</b> | <b>19,25</b> | <b>22,41</b> | <b>79,14</b>    | <b>607,46</b>          | <b>0,263</b>      | <b>13,81</b>     | <b>123,9</b>     | <b>4,998</b>     | <b>267,28</b> | <b>276,72</b> | <b>59,48</b> | <b>3,438</b> |

|                                  |                      |               |               |               |               |               |              |              |                |               |               |               |              |             |
|----------------------------------|----------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|----------------|---------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
|                                  | <b>6 день</b>        | 20            | 2,32          | 2,7           | -             | 20,8          | 0,004        | 1,2          | 52,55          | 0,05          | 44            | 21,7          | 3,5          | 0,05        |
| 45                               | СЫР ПОРЦИЯМИ         | 60            | 1,21          | 0,06          | 12,33         | 54,72         | 0,03         | 2,53         | -              | 12,18         | 27,92         | 36,55         | 19,34        | 0,6         |
| 75                               | ИКРА МОРКОВНАЯ       | 150/50        | 14,8          | 16,3          | 31,4          | 310,2         | 0,1          | 10,77        | 174,6          | -             | 149,6         | 102,93        | 22,93        | 1,61        |
| 289                              | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ        | 200           | 0,321         | 0,005         | 21,725        | 88            | 0,1          | -            | 0,309          | 1             | 100,45        | 91,5          | 10           | 0,3         |
| 376                              | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ | 30            | 2,28          | 0,24          | 11,76         | 71            | 0,033        | -            | -              | 0,33          | 6             | 19,5          | 4,2          | 0,33        |
| 573                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ       | 20            | 1             | 0,2           | 9             | 44            | 0,014        | -            | -              | 0,108         | 2,76          | 12,72         | 3            | 0,12        |
| 574                              | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ       | 20            | 1             | 0,2           | 9             | 44            | 0,014        | -            | -              | 0,108         | 2,76          | 12,72         | 3            | 0,12        |
| <b>Итого:</b>                    |                      | <b>530</b>    | <b>21,931</b> | <b>19,505</b> | <b>86,215</b> | <b>588,72</b> | <b>0,281</b> | <b>14,5</b>  | <b>227,459</b> | <b>13,668</b> | <b>330,73</b> | <b>284,9</b>  | <b>62,97</b> | <b>3,01</b> |
| <b>Средняя за первую неделю:</b> |                      | <b>572,00</b> | <b>18,66</b>  | <b>18,38</b>  | <b>81,90</b>  | <b>563,58</b> | <b>0,28</b>  | <b>13,78</b> | <b>171,71</b>  | <b>4,70</b>   | <b>260,34</b> | <b>257,64</b> | <b>56,74</b> | <b>3,04</b> |

**2-ая неделя**

|               |                                     |            |              |              |              |              |              |              |               |              |               |               |              |              |
|---------------|-------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------------|---------------|--------------|--------------|
|               | <b>1 день</b>                       | 100        | 0,4          | 0,4          | 9,8          | 47           | 0,03         | 10           | -             | 0,2          | 16            | 11            | 9            | 1,1          |
| 338           | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                       | 60/30      | 6,47         | 9            | 0,9          | 129,2        | 0,15         | 2,1          | 136,26        | 0,5          | 104,8         | 160,3         | 17,1         | 0,1          |
| 295           | КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ С СОУСОМ            |            |              |              |              |              |              |              |               |              |               |               |              |              |
| 171           | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ | 150/5      | 8,3          | 8,4          | 23,3         | 162,5        | 0,02         | 0,8          | 77,5          | 0,75         | 112,1         | 47,2          | 12,8         | 0,45         |
| 349           | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ               | 200        | 0,66         | 1,5          | 20,6         | 132,8        | 0,01         | 0,73         | -             | -            | 32,48         | 23,44         | 17,46        | 0,698        |
| 573           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 30         | 2,28         | 0,24         | 11,76        | 71           | 0,033        | -            | -             | 0,33         | 6             | 19,5          | 4,2          | 0,33         |
| 574           | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                      | 20         | 1            | 0,2          | 9            | 44           | 0,014        | -            | -             | 0,108        | 2,76          | 12,72         | 3            | 0,12         |
| <b>Итого:</b> |                                     | <b>595</b> | <b>19,11</b> | <b>19,74</b> | <b>75,36</b> | <b>586,5</b> | <b>0,257</b> | <b>13,63</b> | <b>213,76</b> | <b>1,888</b> | <b>274,14</b> | <b>274,16</b> | <b>63,56</b> | <b>2,798</b> |

|               |                                            |            |              |             |              |               |              |              |              |              |               |                |               |             |
|---------------|--------------------------------------------|------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|-------------|
|               | <b>2 день</b>                              | 20         | 2,32         | 2,7         | -            | 20,8          | 0,004        | 1,2          | 52,55        | 0,05         | 44            | 21,7           | 3,5           | 0,05        |
|               | СЫР ПОРЦИЯМИ                               |            |              |             |              |               |              |              |              |              |               |                |               |             |
| 43            | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ<br>СОЛЕННЫМИ | 60         | 1,26         | 3,78        | 4,92         | 58,8          | 0,042        | 6,36         | 0            | 1,68         | 9             | 27,6           | 11,4          | 0,42        |
| 290           | ПТИЦА ГУШЕНАЯ В СОУСЕ                      | 50/50      | 6,56         | 7,03        | 10,59        | 127,25        | 0,16         | 0,2          | 86,65        | -            | 122,03        | 126,138        | 20,315        | 0,6         |
| 203           | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С<br>МАСЛОМ    | 150/5      | 5,55         | 8,95        | 26,55        | 173,2         | 0,06         | 3,3          | 31,5         | 0,75         | 12            | 45             | 7,5           | 1,05        |
| 484           | КИСЕЛЬ                                     | 200        | 0            | 0           | 15           | 60            | 0            | 0,05         | 0            | 0            | 53,4          | 5,8            | 0             | 0,02        |
| 573           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 30         | 2,28         | 0,24        | 11,76        | 71            | 0,033        | -            | -            | 0,33         | 6             | 19,5           | 4,2           | 0,33        |
| 574           | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                             | 20         | 1            | 0,2         | 9            | 44            | 0,014        | -            | -            | 0,108        | 2,76          | 12,72          | 3             | 0,12        |
| <b>Итого:</b> |                                            | <b>585</b> | <b>18,97</b> | <b>22,9</b> | <b>77,82</b> | <b>555,05</b> | <b>0,313</b> | <b>11,11</b> | <b>170,7</b> | <b>2,918</b> | <b>249,19</b> | <b>258,458</b> | <b>49,915</b> | <b>2,59</b> |

| № рел.             | Наименование блюд        | Выход      | Белки, г      | Жиры, г       | Углеводы, г   | Калорийно<br>сть, ккал | Витамин<br>В1, мг | Витамин<br>С, мг | Витамин<br>А, мг | Витамин<br>Е, мг | Са, мг        | Р, мг         | Мg, мг       | Fe, мг      |
|--------------------|--------------------------|------------|---------------|---------------|---------------|------------------------|-------------------|------------------|------------------|------------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| <b>2-ая неделя</b> |                          |            |               |               |               |                        |                   |                  |                  |                  |               |               |              |             |
| <b>3 день</b>      |                          |            |               |               |               |                        |                   |                  |                  |                  |               |               |              |             |
| 52                 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 60         | 0,84          | 1,66          | 4,56          | 54,6                   | 0,012             | 4,22             | 0                | 1,62             | 16,18         | 39            | 12           | 0,12        |
| 289                | РАТУ ИЗ ПТИЦЫ            | 150/50     | 14,8          | 16,3          | 31,4          | 310,2                  | 0,1               | 10,77            | 174,6            | -                | 149,6         | 102,93        | 22,93        | 1,61        |
| 376                | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ     | 200        | 0,321         | 0,005         | 21,725        | 88                     | 0,1               | -                | 0,309            | 1                | 100,45        | 91,5          | 10           | 0,3         |
| 573                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ           | 30         | 2,28          | 0,24          | 11,76         | 71                     | 0,033             | -                | -                | 0,33             | 6             | 19,5          | 4,2          | 0,33        |
| 574                | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ           | 20         | 1             | 0,2           | 9             | 44                     | 0,014             | -                | -                | 0,108            | 2,76          | 12,72         | 3            | 0,12        |
| <b>Итого:</b>      |                          | <b>510</b> | <b>19,241</b> | <b>18,405</b> | <b>78,445</b> | <b>567,8</b>           | <b>0,259</b>      | <b>14,99</b>     | <b>174,909</b>   | <b>3,058</b>     | <b>274,99</b> | <b>265,65</b> | <b>52,13</b> | <b>2,48</b> |

|               |                                        |            |               |               |               |              |              |             |                |              |               |               |              |            |
|---------------|----------------------------------------|------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|-------------|----------------|--------------|---------------|---------------|--------------|------------|
| <b>4 день</b> |                                        |            |               |               |               |              |              |             |                |              |               |               |              |            |
| 338           | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                          | 100        | 0,4           | 0,4           | 9,8           | 47           | 0,03         | 10          | -              | 0,2          | 16            | 11            | 9            | 1,1        |
| 347           | КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ" С СОУСОМ            | 60/30      | 6,27          | 9,7           | 0,97          | 127,1        | 0,05         | 2,8         | 11,1           | 1,26         | 30,23         | 74,8          | 14,58        | 0,6        |
| 171           | КАША ТРЕХНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С<br>МАСЛОМ | 150/5      | 8,3           | 8,4           | 23,3          | 162,5        | 0,02         | 0,8         | 37,5           | 0,75         | 112,1         | 47,2          | 12,8         | 0,45       |
| 376           | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ                   | 200        | 0,321         | 0,005         | 21,725        | 88           | 0,1          | -           | 0,309          | 1            | 100,45        | 91,5          | 10           | 0,3        |
| 573           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 30         | 2,28          | 0,24          | 11,76         | 71           | 0,033        | -           | -              | 0,33         | 6             | 19,5          | 4,2          | 0,33       |
| 574           | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                         | 20         | 1             | 0,2           | 9             | 44           | 0,014        | -           | -              | 0,108        | 2,76          | 12,72         | 3            | 0,12       |
| <b>Итого:</b> |                                        | <b>595</b> | <b>18,571</b> | <b>18,945</b> | <b>76,555</b> | <b>539,6</b> | <b>0,247</b> | <b>13,6</b> | <b>148,809</b> | <b>3,648</b> | <b>267,54</b> | <b>256,72</b> | <b>53,58</b> | <b>2,9</b> |

|               |                                             |            |              |              |              |              |              |              |              |              |               |               |              |              |
|---------------|---------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|--------------|
| <b>5 день</b> |                                             |            |              |              |              |              |              |              |              |              |               |               |              |              |
| 338           | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                               | 100        | 0,4          | 0,4          | 9,8          | 47           | 0,03         | 10           | -            | 0,2          | 16            | 11            | 9            | 1,1          |
| 243           | СОСИСКИ ГОВЯЖЬИ ХАЛИЛЬ ОТВАРНЫЕ С<br>СОУСОМ | 50/40      | 5,92         | 5,4          | 3,8          | 45,6         | 0,1          | 4            | 70,3         | 0,25         | 163,7         | 114,1         | 7,6          | 0,7          |
| 312           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ                  | 150/5      | 7,5          | 9,95         | 26,55        | 173,2        | 0,06         | 0,1          | 92,2         | 0,75         | 32            | 85            | 17,5         | 0,01         |
| 349           | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ                       | 200        | 0,66         | 1,5          | 20,6         | 132,8        | 0,01         | 0,73         | -            | -            | 32,48         | 23,44         | 17,46        | 0,698        |
| 573           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30         | 2,28         | 0,24         | 11,76        | 71           | 0,033        | -            | -            | 0,33         | 6             | 19,5          | 4,2          | 0,33         |
| 574           | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                              | 20         | 1            | 0,2          | 9            | 44           | 0,014        | -            | -            | 0,108        | 2,76          | 12,72         | 3            | 0,12         |
| <b>Итого:</b> |                                             | <b>595</b> | <b>17,76</b> | <b>17,69</b> | <b>81,51</b> | <b>513,6</b> | <b>0,247</b> | <b>14,83</b> | <b>162,5</b> | <b>1,638</b> | <b>252,94</b> | <b>265,76</b> | <b>58,76</b> | <b>2,958</b> |

|                                  |                                          |               |               |               |               |               |              |              |                |               |               |               |              |             |
|----------------------------------|------------------------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|----------------|---------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| <b>6 день</b>                    |                                          |               |               |               |               |               |              |              |                |               |               |               |              |             |
| 75                               | ИКРА МОРКОВНАЯ                           | 60            | 1,21          | 0,06          | 12,33         | 54,72         | 0,03         | 2,53         | -              | 12,18         | 27,92         | 36,55         | 19,34        | 0,6         |
| 174                              | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С<br>МАСЛОМ | 200/5         | 14,5          | 17,8          | 24,9          | 263,7         | 0,1          | 12,02        | 173,89         | -             | 117,5         | 101,84        | 20,46        | 1,5         |
| 376                              | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ                     | 200           | 0,321         | 0,005         | 21,725        | 88            | 0,1          | -            | 0,309          | 1             | 100,45        | 91,5          | 10           | 0,3         |
| 573                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 30            | 2,28          | 0,24          | 11,76         | 71            | 0,033        | -            | -              | 0,33          | 6             | 19,5          | 4,2          | 0,33        |
| 574                              | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                           | 20            | 1             | 0,2           | 9             | 44            | 0,014        | -            | -              | 0,108         | 2,76          | 12,72         | 3            | 0,12        |
| <b>Итого:</b>                    |                                          | <b>515</b>    | <b>19,311</b> | <b>18,305</b> | <b>79,715</b> | <b>521,42</b> | <b>0,277</b> | <b>14,55</b> | <b>174,199</b> | <b>13,618</b> | <b>254,63</b> | <b>262,11</b> | <b>57</b>    | <b>2,85</b> |
| <b>Средняя за вторую неделю:</b> |                                          | <b>565,83</b> | <b>18,83</b>  | <b>19,33</b>  | <b>78,23</b>  | <b>547,33</b> | <b>0,27</b>  | <b>13,79</b> | <b>174,15</b>  | <b>4,46</b>   | <b>262,24</b> | <b>263,81</b> | <b>55,82</b> | <b>2,76</b> |
| <b>Средняя за две недели:</b>    |                                          | <b>568,92</b> | <b>18,75</b>  | <b>18,85</b>  | <b>79,62</b>  | <b>555,45</b> | <b>0,27</b>  | <b>13,78</b> | <b>172,93</b>  | <b>4,58</b>   | <b>261,29</b> | <b>260,73</b> | <b>56,28</b> | <b>2,90</b> |