

**МБОУ «Лесно-Калейкинская средняя общеобразовательная школа»
Альметьевского муниципального района РТ**

ПРИКАЗ

№ 77

от 22.05.2024

Об утверждении меню в ЛТО и пришкольном лагере

В соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», контракта № 2024.127 от 27.05.2024. с ООО «ФУДСОЦСЕРВИС» утвердить меню по организации питания в лагере

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить меню лагеря труда и отдыха (приложение 1)
2. Утвердить меню пришкольного лагеря младших школьников (приложение 2)
3. Начальнику лагеря Тимофеевой М.Н. осуществлять ежедневный контроль брокеражной комиссии.
4. Ответственному за питание Нуриевой Ф.А. ежедневно вести контроль за организацией питания и размещать меню на сайте школы.
5. Ответственность за исполнение данного приказа оставляю за собой.

Директор МБОУ «Лесно-Калейкинская СОШ»

С приказом ознакомлены



Курамшина Ф.Л.

Тимофеева М.Н.

Нуриева Ф.А.

Приложение 1
к приказу №77 от 22.05.2024г.

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	B,мг	С,мг	A,мкг	E,мг	Ca	P	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК														
Бутерброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,15	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	Л*1 сб 2017 г/гк
Каша пшеничная молочная с маслом	100/5	9,32	7,90	39,00	257,90	0,19	1,17	38,00	0,15	136,60	182,87	47,60	1,22	№173 СБ шк 2017
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 СБ шк 2017
Фрукты свежие (Яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	2	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 сб 2017 шк
Барон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	3,70	19,50	3,90	0,36	стр 134 табл. 6 Дели Плюс 2012г.
Итого:	598	15,88	18,48	83,6g	601,20	0,31	13,84	86,00	1,51	232,92	286,43	78,40	5,90	
ЗАВТРАК														
Печенье	35	2,59	3,29	25,19	142,45	0,05			1,30	9,10	29,40	10,50	0,49	
Мояко кипячепное	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00		240,00	180,00	28,00	0,20	№185 СБ шк 2017
Итого:	235	8,39	8,29	35,19	249,45	0,13	2,60	40,00	1,30	249,10	209,40	38,50	0,69	
ОБЕД														
Помидоры свежие порционно	100	1,10	0,20	3,80	34,00	0,06	25,00	0,00	0,30	14,00	26,00	20,00	0,90	№71 сб шк 2017
Щи из свежей капусты с картошкой, со	250/10	2,29	6,4b	18,26	105,95	0,06	15,82	10,00	2,38	58,05	55,10	23,03	0,86	№88,105 сб 2017 шк
Жареное - домашнему с куриной грудкой	50/200	17,91	30,10	38,90	495,00	0,14	11,24	36,38	4,85	69,63	239,25	54,11	5,22	ТТК
Нектар плодовой (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,62	№189 сб 2017 шк
	60	0,36	0,72	23,76	119	0,102				17,4	90	28,2		стр 144 табл. 6 Дели 2012
Хлеб пшеничный	60	3,8	0,4	24,6	118	0,055	0	0	0,55	10	32,5	7	0,55	стр 134 табл. 6 Дели Плюс 2012г.
Итого:	900	29,96	37,87	127,50	937,57	0,44	55,66	46,38	9,50	181,68	455,45	139,57	11,31	
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	
ВСЕГО:	2230	54,34	68,61	256,38	1188,22	0,87	72,30	117,38	12,32	663,69	851,2g	256,47	18,96	

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	B,мг	С,мг	A,мкг	E,мг	Ca	P	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК														
Бутерброд с сыром, с маслом	30/15/10	6,28	12,11	15,55	118,10	0,04	0,11	11,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 сб 2017 шк
Каша пшеничная молочная с маслом	100/5	3,28	6,20	37,68	203,67	0,18	0,96	37,02	0,57	148,55	233,65	70,82	1,72	№173 сб шк 2017
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03		100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	№209 сб шк 2017
Какао с молоком (сахар) 10	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 сб шк 2017
Батон высший сорт	50	3,7b	1,45	21,70	131,00	0,06	0,00	0,0p	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60	стр 119 табл. 6 Деян Плюс 2012г.
Итого:	580	21,40	28,27	86,73	672,17	0,36	2,65	232,92	2,34	490,07	580,80	115,61	4,26	
2- ой ЗАВТРАК														
Нектар плодовой (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,62	№189 сб 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	2,62	
Итого за завтрак														
Итого:	730	25,36	28,27	104,89	788,99	0,38	6,25	232,92	2,52	502,67	592,61	122,81	6,76	
ОБЕД														
Огурцы свежие	100	0,80	0,10	2,50	14,00	0,03	10,00	0,00	0,10	23,00	42,00	14,00	0,60	№71 сб шк 2017
Суп картофельный с крутой на мясном бульоне	280	1,97	6,37	12,11	105,75	0,09	8,25	0,00	1,23	26,70	55,98	22,78	0,88	№101 сб шк 2017
Гуляш из отварной говядины	50/50	14,50	22,19	4,89	271,00	0,03	0,92		2,61	21,81	34,15	22,03	3,06	№160 сб шк 2017
Макаронные изделия отварные	180	6,79	0,80	38,30	187,56	0,07			0,93	13,43	44,60	10,34	1,02	№103 сб шк 2017
Компот из сухофруктов (сахар 10)	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	№149 сб шк, №117
Льезжане	60	3,96	0,2	23,76	118,80	0,10			0,84	13,40	90,17	28,20	1,11	стр 144 табл. 6 Дели МОс 2012г.

Хлеб пшенич-гъий 50 3,8 0,4 24,6 118 0,055 0 0 0,55 10 32,5 7 3,5

ень 3 - ній

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Питательные вещества			Энергетическая ценность	В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мг	Сл	Р	Mg	Fe	Сборник рецептов
		белки	жиры	угл-ды	Кквл									
Бутерброд с мясом	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 ктк
Запеканка творожная с молоком и кушмерным	130/30	8,10	3,85	14,88	201,88	0,12	0,74		Д,99	345,03	421,05	50,99	1,45	№223 СБ 2017 шк
Блины с маслом сливочным	4575	2,43	0,95	11,60	99,14	0,05	0,00	29,1d	0,7j	1,01	29,90	8,59	0,50	ТТК №656 от 28.04.2020
Чай с сахаром	190/10	0,38	0,40	10306	42,66	0,0019	0,19	0	0	18,939	16,656	8,36	1,388	№76 сб 2017 тк
Фрукты свежие (Яблoioi)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 сб 2017 тк
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	3,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	стр 134 табя. 6 Дели Плюс 2012г.
Итого:	64b	15,97	18,37	79,17	Ы7Ц8	0,28	1233	11J,84	3,08	407,98	625,8t	85,g3	6,92	
2 - ой ЗАВТРАК														
Крекер	20	1,8q	2,82	12,64	83,20	0,03	0,ц0		т,30	5,20	21,40	6,00	0,28	
Молоко кипаченное	200	5,g0	6,00	9,60	107,00	0,0&	2,60	40,00		2#0,00	i 80,00	y8,00	0,20	№385 СБ шк 2017
Итого:	220	7,64	3,82	22,24	т90,20	0,11	2,60	40,00	1,30	245,20	201,40	43,00	0,48	
Итого за завтрак														
	860	23,61	2G,19	10i,51	81*7,48	0,38	т5,53	y63,84	4,38	653,38	727,2b	1п, 89	7,40	
ОБЕД														
Огуцьк свежоіе	100	0,80	0,10	2,50	14,00	0,03	10,00	0,00	0,10	23,00	42,00	14,00	0,60	№71 сб ыс 2017
Рассольник ленинградский с мясными фрикадельками, со сметаной	230/11/10	5,67	9,88	12,42	145,02	0,30	8,47	12,20	2,45	40,32	85,67	28,62	1,12	№96,сб 2017 шк
Рыба тушеная с овощами	80/40	10,43	11,62	9,04	180,33	0,04	3,05	26,66	2,06	131,26	189,75	44,32	0,75	№ 29 сб 2017 шк
Пюре картофельное с паццок тушеной	200/30	4,698	7,88	43,75	284,47	0,20	29,34	0,00	0,83	66,93	127,67	43,26	т,60	ЧЫ12. 139 кик 2017 сб
Напиток из шиповника (напиток из шиповника 10)	200	0,68	0,2f	20,76	88,20	0,0 1	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44'	3,44	0,63	№388 тк 2017 сб
Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10			0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	144 табл. 6 Деліі Плюс 2012г.
Хлеб пшенич-гъий	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	134 табл. 6 Дели Плюс 2012г.
Итого:	1031	30,04	30,88	136,83	948,32	0,54	350,86	-37,86	7,58	3т0,24	5/1,09	368,84	7,59	
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:	2393	52,64	5/06	23834	y7G5,80	0,92	16639	301,G9	tt,96	963,42	1298,y4	28т,G7	14,99	

День 4 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Питательные вещества			Энергетическая ценность	В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мг	С*	Р	Mg	Fe	Сборник рецептов
		белок	жиры	угл-ды	Кквал									
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	№9 сб 2017 шк
Каша "Дружба" молочная	220/5	6,41	5,30	41,31	230,02	0,11	1,06	36,28	0,13	145,28	170,59	40,94	0,88	ТТК №7Д
Кофейный напиток с молоком (сахар 10)	200	3,17	2,68	5,97	60,60	0,04	1,30	20,00	0,00	125,48	90,00	14,00	0,30	№379 шк 2017 сб
Фрукты свежие (Яблoкн)	120	0,48	0,48	11,76	66,40	0,036	М	0	0,2A	19,2	13,2	10,8	2,64	из338 сб 2017 тк
Батон высшего сорта	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,31	5,70	19,50	3,90	0,36	стр 134 -табя. 6 Дели Плюс 2012г.
Итого:	630	18,58	21,24	90,01	621,72	0,26	1446	12778	7щ6	453,76	405,79	8т,39	4,47	

Z-о*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	к°Л86 мк 2017 сб
Втого:	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,01	0,06	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	
Втогоза эвтуак	830	24,38	26,24	99,6b	728,32	0,30	14,52	163,78	1,06	67.00	67,119	106,99	4,65	0,110
ОБЕД														
Помидоры свежке корцио+шо	100	1,10	0,20	3,80	24,00	0,06	25,00	0,00	0,70	14,00	26,00	20,00	0,90	№71 сб шк 2017
Суп - даша домайттия на курином бульоне,с мясом гттицы	250/10	5,20	7,48	12,65	181,95	0,06	0,74	18,32	2,67	33,91	54,90	12,70	0,84	№113,105 шк 2017 сб
Овощи тушеные с говьяжкм фартем	50/200	15,01	21,81	44,85	387,95	0,05	20,52	44,25	1,07	72,31	178,17	41,23	2,17	№143, 241 шк 2017 сб
Нектар плодовой (разивной)	180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	7,2	2,52		№389 сб 2017 шк
Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10			0,84	17,0	9,00	28,20	2,34	стг 144 табл. 6 Делк Мю 20)г.
Хлеб ггаепиштты	60	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	2012г
Итого:	900	29,97	30,61	327,84	906,52	0,34	41,85	62,57	6,0b	160,22	394,17	116,33	931	
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:	2230	92438	926,24	999,6b	1628,72	900,30	914,52	10d3,78	901,56	15YG,116	143yЦ9	1006,19	904,66	

День 5 -ый

Наименование блюд к продукциям	Масса порции	Питательные вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,шгг	Е,мг	Са	P	Mg	Fe	Сборник рецептов
		белкк	жиры	угл-ды	Ккал									
ЗАВТРАК														
Бутерброд с маелом	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	п°.1 сб 2017 ивк
Омлет натуральньтй	200	16,13	17,40	18,90	210,13	0,14	0,34	432,76	0,00	137,45	301,03	21,52	3,52	№° 10 сб 7017 шк
Наи 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 СБ итк 2017
Фрукты свежие (Ябюакн)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№в338 сб 2017 шк
Батон высший сорт	30	2,35	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	3,70	19,50	3,90	0,36	стг тф4 табл. 6 Делг Плюс 2012г,
Итого:	590	22,65	27,35	73,19	593,43	0,2G	13,01	480,76	2,37	233,46	404,59.	5232	8,20	
2 - ой ЗАВТРАК														
	180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,1b	2,52	№в389 сб 2017 шк
Втого*	180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,21	2,52	
Втого зв завтрак	770	23,55	27,95	91,27	669,75	0,28	16,61	480,76	2,55	246,06	417,1P	59,52	10,72	
Салат из отварной свеклы с маслом														
	100	1,41	6,01	8,26	92,80	0,02	6,65		2,70	35,46	40,63	20,70	1,32	№52 сб 2017 шк
Суп картофельный с мясом	250/11	4,54	8,12	16,95	135,57	0,14	12,06	2,20	1,35	32,82	100,57	34,94	1,37	№37 ивк 2017 сб
Блины ржаные с мясом	100	13,92	8,20	18,84	190,00	0,08	0,66	9,40	5,02	71,88	185,96	41,14	1,46	Х.° 234 ож2017 сб
Макаронные изделия отварные с маслом	180/75	6,83	4,43	38,37	220,56	0,07	0,00	20,00	0,9g	13,63	46,10	10,34	1,03	№102 сб атк 2017
Компот из свежих яблок (сахар 10)	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,01	0,90	0,00	0,08	14,18	4,40	5,14	0,96	№142 сб 2037 шк
Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10			0,84	17,40	19,00	28,20	2,34	№144 табл. 6 Делл Плюс 2012г,
Хлеб пшенично-ржаной	50	3,80	0,90	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,65	10,00	32,10	7,00	0,55	№134 табл. 6 Дели Плюс 2012г,
Втого*	956	33,62	28,04	155,67	989,83	0,47	20,27		11,51	396,37	43,66	147,4G	9,03	
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:	2226	53,17	55,99	247,44	3659,58	0,75	36,88	51236	34,06	442,43	91G,86	206,98	19,16	

День 6 -ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Питательные вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,ммг	Е,мг	Са	P	Mg	Fe	Сборник рецептов
		белкк	жиры	угл-ды	Ккал									

ЗАВТРАК														
Зутерброд 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 шк №124 сб 2017 шк ТТК №656 от 28.04.2020 №382 сб шк 2017 338 сб 2017 шк стр 134 табл. 6 Дели Плюс 2012г.
Каша кукурузная молочная	180	6,90	10,19	31,91	197,30	0,08	0,86	13,32	0,26	122,46	135,85	28,45	1,49	
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	
Какао с молоком(сахар)10	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	
Фрjчсгт евяте (Яблоки)	120	0,48	0,98	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
Бртоп высшj сорт	30	2,2*1	0,87	13,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,10	3,90	0,36	
Втого:	620	18,46	24,42	93,84	654,64	0,29	14,45	306,86	2,36	318,39	345,21	76,98	5,82	
2 - ой ЗАВТРАК														
Ряженка	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	28,00		248*00	184,00	28,00	0,20	№386 шк 2017 сб
Втого:	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	28,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20	
Втого за ээвтгв+г	820	24,26	29,42	302,24	356,64	0,33	15,05	124,86	2,36	566,39	829,21	104,98	6,02	
Помндоры свежтjе порццоино	100	1,10	0,20	3,80	19,00	0,06	25,00	0,00	0,70	14,00	26,00	20,00	0,91	и.71 сб шк 2017
Суп нз овощей на курином бульоне, со	250/10	3385	9,49	9,51	141,45	0,08	10,42	10,00	2,36	43,65	11,36	21,65	0,80	1*99 иск у01 7 сб
ш ов мх отв jдв ж пцдинjй дjдо	250	16,52	19,80	52,80	443,33	0,18	8,17	35,00	0,68	45,12	236,67	67,42	2,33	№291 шк 2017 сб
Нестор плод вjй (разливкoй)	180	0,90	0,00	15,16	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 сб 2017 jтгг
Хлеб дяканoт	60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10			0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	стр 144 таблj. 6 Дали Плюс 2012г.
Хлеб гтшеничjгтj	30	3,80	0,40	24,60	117,70	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	стр 134 табл. 6 Дели Плюс 2012г.
Итого:	900	30,13	30,61	132,65	921,40	0,50	47,18	45,00	3,31	342,77	453,14	151,47	9,44	
Допь jошвавая 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:	2220	5439	61,03	234,86	1678,04	0,82	62,23	179,86	7,66	709,16	982,35	256,44	15,46	

Яень 7 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В,г	С,мг	А,мкг	Z,мг	Ся	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур
ЗАВТРАК														
Бутерброд с сыром, с майонезом	30/15/10	6,28	12,11	15,35	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 сб 2017 шк
Сырники творожные	180/30	8,55	5,23	28,48	208,20	0,13	0,77	102,60	5,15	380,58	475,79	51,74	1,28	№219 сб 2017 шк
Най с сахаром с лимоном	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 СБ 2017, шк
Фруктовый салат (Яблоко)	120	0,48	0,98	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,61	338 сб 2017 шк
Батон высшего сорта	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,11	5,70	19,60	3,90	0,36	стр 134 табл. 6 Дели Плюс 2012г.
Итого:	635	17,69	18,71	83,41	581,50	0,35	14,87	225,80	10,59	598,55	922,48	131,30	8,32	
2 - ой ЗАВТРАК														
Молоко топленое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,05	2,60	4000		24000	18000	3800	0,70	№385 СБ шк 2017
Итого:	300	5,8	5	9,6	107	0,08	2,60	40,00	0,00	240,00	180,00	38,00	0,20	
Втого зг завтрак	815	28,49	23,71	91,01	688,30	0,43	17,47	265,80	10,59	838,55	1102,48	359,30	8,52	
Огурцы соленые (доп гарнир)	50	0,40	0,05	0,85	5,00	0,01	1,75		0,05	11,50	12,00	7,00	0,30	№70 СБ шк 2017
Суп гороховый с зеленью и картофелем и грибами	250/10	8,7	6,1	23,2	206,64	0,26	5,88	2,20	2,70	48,67	124,65	44,32	2,54	№419,105 шк 2017 6 б
Котлета из говядины с маслом сливочным	100/3	16,83	15,56	16,49	244,78	0,08	1,20	19,03	2,90	15,81	167,71	27,94	2,60	№31 вж 2017 сб
Картофель запеченный дольками	200	5,44	11,76	42,16	304,00	0,28	29,00	-40,00	9,00	28,50	141,58	13,72	1,98	№314 сб 2017 шк
Компот из сухофруктов (сахар 10)	200	0,66	0,09	22,03	92,80	0,02	0,73	0,00	0,51	32,18	23,44	17,16	0,67	349 сб шк 2017
Хлеб ржвпoй	60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10			0,84	37,40	90,00	28,20	2,34	Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,51	стр 134 табл. 6 Дели Плюс 2012г.
Итого:	934	40,06	35,10	154,32	1089,52	0,38	38,56	1837	16,55	164,05	591,88	155,33	10,97	
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:	2220	5439	61,03	234,86	1678,04	0,82	62,23	179,86	7,66	709,16	982,35	256,44	15,46	

День 8 - ой

Наименование блюда и продукты	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,мвг	Z,мг	С«	P	Mg	Fe	Сборник рецептур
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	Б1 еб 2017 не:
Каша пшеничная молочная с маслом	200/5	9,89	9,90	30,95	266,00	0,14	0,96	34,80	0,71	141,57	219,80	44,33	2,33	73 сб ічк 2017
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03		100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	№ 09 сб юк 2017
Кофейный напиток с молоком (Рго)	200	3,17	2,68	5,97	60,60	0,04	1,30	20,00	0,00	125,48	90,00	4,00	0,10	№379 івк 2017 сб
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	ВШ38 сб 2017 ттк
Батон высшего сорта	30	2,25	0,87	13,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	стр і 34 табл. 6 Детти Плюс 2012г,
Втого:	635	23,20	26,65	79,93	669,00	0,32	14,26	194,80	2,32	326,05	41,80	81,73	6,81	
2 - ой ЗАВТРАК														
Паста плодовая (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,62	№389 сб 2017 шк
Втого:	180	0,9	0	18,18	76,36	0,02	3,60	0,00	0,38	12,60	12,60	7,20	2,62	
Этого за завтрак	815	24,10	26,65	98,11	746,36	0,34	17,86	194,80	2,50	338,65	454,40	88,93	9,33	
ОБЕД														
Салат из зеленого порошка т/с	100	2,98	5,19	6,25	83,60	0,11	11,00		2,41	21,45	59,95	20,80	0,68	№10 еб 2016 дошс
Суп картофельный с мясной тушью	250	4,48	12,92	6,09	156,25	0,04	9,88	0,00	2,30	35,88	33,58	14,18	0,58	№98 сб 2017 un
Филе куриное грудное с овощами	50/200	14,98	11,46	48,88	419,38	0,26	16,24	45,90	3,80	91,28	197,92	56,78	3,14	ТТК
Компот из свежих фруктов (свар 10)	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 шк
Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10			0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	стр 144 табл. 6 Дели Плюс 2012г,
Хлеб шкеничип	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	134 табл. 6 Деял Плюс 2012г
Втого:	910	30,36	30,81	127,68	970,13	0,57	38,02	45,90	8,06	117,09	420,35	133,30	10,25	
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	2225	54,46	57,45	225,79	1715,45	0,91	55,88	240,70	10,56	529,74	874,75	222,10	19,59	

День 9- ый

Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,мвг	E,мг	Ca	P	Mg	Fe	Сборник рецептур
		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	71,10	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	ЛИЗ сб 2017 шк
Каша пшеничная молочная с маслом	200/5	9,47	7,90	39,00	257,90	0,19	1,17	36,00	0,15	136,90	182,87	47,60	1,22	Х173 сб 3017 шк
Блины с маслом сливочным	45/5	2,43	0,91	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	МБ78СЕЮК2017
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	М38 сб 2017 шк
Батон высшего сорта	30	2,25	0,87	13,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	стр 134 табл. 6 Дели Плюс 2012г
Втого:	660	22,36	23,39	105,29	751,8	0,36	13,95	146,64	2,31	333,33	406,33	95,24	6,51	
2 - ой ЗАВТРАК														
Кефир	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 сб 2037 шк
Втого:	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	
Втого за завтрак	860	28,36	28,39	113,29	851,84	0,44	15,21	182,64	2,31	609,93	568,33	120,44	6,69	
ОБЕД														
Салат из свежих овощей с маслом растительным	100	1,41	6,01	8,26	92,80	0,02	6,66	0,00	2,70	35,46	40,63	20,70	1,10	№2 сб шк 2017
Борщ из свежей капусты с картофелем и мясом	250/10/10	6,38	16,50	23,93	251,75	0,06	10,95	15,82	2,52	63,89	77,10	29,01	1,43	Х82 сб шк 2017

иточки рыбкые	100'	12,92	8,20	15,84	1g0,00	0,08	0,66	9,40	5,02	71,88	185,46	41, f4	1,46	йз234 сб ттк 2017
картофешное поре	200	4,09	6,40	27,2f	183,00	0,19	24,2 f	0,00	0,24	49,30	t tJ,46	37,00	i,33	Л.°3J2 сб юк 20J7
Чектар плодовиЫ (разливной)	i 80	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	32,6	12,6	7,2	2,52	Лт°389 сб 20 17 иик
Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10			0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	сг i 44 тбл. 6 Деття Плюс 2012г,
Хлеб огпепиятвггii	50	3,80	0,40	24,60	'117;50	0,06	0,00	0,00	0,5S	10,00	32,50	7,00	0,5	сгг 134 твбл, 6 Дели

Наименование блюд и продуктов	Масса порция	Пигнегие вегqЫтва			Энергетгияесая иенность	Вl,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Св	Р	Mg	Fe	Сборник рецептуыг
		бехки	кпггы	угл-ды	Ккал									
Бутерброд с мawиом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	2,90	0,38	ие1 сБ 2017 ивк
Пуднцг из твораго со сгудённым	170/30	5,90	5,41	24,90	133,03	0,16	0,67	1d1,78	1,05	311,37	390,92	51,31	t,86	М°22 сБ 20г 7 шк
Какао с молоком(сахвр)10	200	4,08	3,81	7,60	78,60	0,06	1,59	24,40	0,00	i51,92	124,56	21,34	0,45	N°382 сБ шк 2017
Фруктгт свежие (Яблоуј)	i20	0,48	0,48	1 t,?6	16,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	У° 38 сБ 2017 итк
Ъатон выставii сорг	50	3,75	1,45	25,?0	131,00	0,06	0,00	0,00	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60	сгг 134 пабл. 6 Делтi Плюс 2012г
Втого:	610	16,54	19,27	85,51	54355	v14	14,26	2тo,18	2,76	5т0,09	5в3,68	g3,85	5,93	
2 - ой ЗАВТРАК														
Молоко кптдпяшное	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00		240,00	180,00	Z8Щ0	0,20	Ук 85 СБ ивк 2017
пгoвг:	200	5,8	5	9,6	107	0,08	2,60	40,00	0,00	340,00	180,00	28, b	0,20	
ффтого зя эввтрк	810	22,34	24,27	95,11	650,68	0,42	t6,86	246,18	2,76	340,09	363,68	121,85	6,t3	0,00
ОБЕД														
Огурцы свежго	100	0,80	0,10	2,50	14,00	0,03	10,00	0,00	0,10	23,00	42,00	14,00	0,6f1	К°71 сБ чп 2017
Раосольнк яенкитрадсioii нё мясном бульоне, со смеганой	250/10	2,28	12,69	12,34	123,45	0,10	8,42	10,00	2,38	37,95	62,83	25,08	0,95	Re96 сБ шк 2017
Бефстроганов из отвпрьой 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	ис245, СБ ичк 2017
Макаронные изделия (спагетти)	180/5	6,83	4,q3	38,37	220,56	0,07	0,00	20,00	0,98	14,63	46,1fi	}p,3q	1,03	У° 02 сБ ипк 2017
отварные о маслрн сливочным	200	0,35	0,08	31,85	*130,20	0,0E	0,00	0,00	0,08	20,38	19,36	8,12	0,46	ТТК
Комвог из изюма н яблoк (сахар 8)	200	0,35	0,08	31,85	*130,20	0,0E	0,00	0,00	0,08	20,38	19,36	8,12	0,46	ТТК
Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,8	0,10			0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	""
Хлеб тiивеитияный	50	3,8	0,4	2d,6	118	0,0&&	0	0	0,55	10	32,5	7	0,55	134 табя.'6 Двлп Плюс 2012г
вСЕгO:	955	32,45	30,67	г3?Д0	905,51	0,40	18,79	46,90	5,41	156,94	417,71	HZ>S	7,90	
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	030	0,3	0,0o	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	o,Ф	o,Ф	
ВТОГО за 10 дней	2265	5479	54,94	232Щt	155d,4	0,8Z	35,65	293,08	8,t8	897,03	1181,38	234,39	14,03	

День 11- ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Ппгдвевые вещества			Энергетгияеская ценнос-ге	Вl,мг	С,мг	А,мкг	Е,иг	С»	Р	* g	Fe	Сборник рецептур
		белки	жирьт	угл-ды	Ккал									
ЗАВТРАК														
Бутерброд с сыром,с маспом	30715/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	<i>158,0</i>	<i>112,50</i>	12,15	0,49	УШ сБ 2017 вк
нJЩ натугальннгий	200	16,13	17,40	10,90	250,13	0,14	0,34	<i>432,36</i>	1,00	137,45	30t,03	21,82	3,52	т° 10 сБ иик 2017
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	• 76,СБ 2017,мк
Фруктгт свежие (Яблоуј)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,Z	t0,8	2 4	НЫЭ8лБЫГ 7ш, стр 134 табя. 6 Делн Плюс 2012г,
Бвтoи высигтй сорт	50	3,75	1,45	26,70	131,00	0,06	*0,00	0,00	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60	
Итого:	625	27,02	31,54	73,97	63G,29	037	12,64	504,26	2,77	343,19	474,89	59,33	8,83	
2-oe38TPM														
Нетств тлодовый (раллшиной)	180	0 90	0 00	18,18	76,32	03198	3 6	0	0 f8	t2 6	12.6	72	2,52	%389 сБ 2017 шк
Втого*	t8н	0,9	0	18,18	76,32	фБ	3,60	0,00	0,18	32,60	3, 60	730	2,52	

Ртого эв завтрак	гД5	27,92	31,54	92,16	752,61	0,29	16,24	504,26	2,95	355,79	487,49	66,53	11,35	
КуптуЛуза т/с (доп.гар+тир)	100	2,06	2,9т	9,79	79,60	0,01	4,66	14,00	0,04	9,37	49,81	0,22	0,42	б*1 2 сб докк 20 f 6
Щи из святей капусты е картофедом, с куриным фрикадельсами,Оо ометаной	250/1 1/10	3,53	7,90	9,14	128,6 т	0,06	16,93	14,38	2,40	63,11	66,55	24,61	0,9?	№88 об гук 2017
Шнттт4ель тгузиный патурвьльНгй	100	14,54	13,60	9,04	216,25	0,04	1,0?	39,80	0,22	46,02	104,10	14,42	1,12	№306 сб доук 2016
Рис отварной с маслом сливочным	180/5	4,42	10,08	44,09	284,64	0,03	0,00	20,00	0,39	2,84	74,63	19,60	0,64	304 сб шк 2017
Нащну к из штовника	200	0,678	0,28"	20,76	88,2	0,01	100,0fi	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63	Ке388 иик 2017 сб
Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10			0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	стр 144 табл. 6 Дели Плюс 2013г,
Хлеб пшечичтгтьй	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,15	10,00	32,50	7,00	0,55	стр 134 табл. б*Дели Плюс 2012г,
ВСЕГО:	966	32,98	35,89	141,18	1027,60	0,31	@,SB	BB,1B	5,20	370,08	421,04	97,49	6,67	
Вода гтгтьевая 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	
ВТОГО за 11 дней	22*Ti	60,09	63,4Э	23332	1780,21	0,60	137,84	592,44	8,65	525,87	908,53	164,02	18,02	

День 12- ый

Наименование блюдо и порция	Масса порции	Питгдвевые вещества			Энергетгьяская центгюсть	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур
		бешюс	жиры	угл-ды										
ЗМТЯВ														
Бутерброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,65	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 сб 2017 шк
Каиша геркулесовая молочной	180	7,80	4,69	30,16	168,84	0,16	0,86	13,32	0,46	132,50	208,78	63,74	1,54	№.173 сб 2017 шк'
Бяны с масдом сливочным	45/5	2,43	4,95	13,75	99,т4	0,01	0,00	29,14	0,73	11,fi1	29,90	8,59	у у	и ч оц чч
Кофе(вгтьй напиток с молоком	200	3,17	2,68	5,9б	60,60	0,04	1,30	20,00	0,00	125,48	90,00	14,00	0,10	№.379 иш 2017 зб
Фрукты овжие (Яблокл)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	и"Э38 сб 2017 юк
Батон высший сорт	30	2,33	0,37	1,43	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	стр 134'табл. 6 Дели Плюс 2012г,
Втого:	620	1#,Ы	2179	93,60	608,18	0,36	14,16	102,46	2,86	301,99	383,89	104,93	5,53	
З-ойЗАВТРАК														
К4пш	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,04	0,06	36,00	0,00	223,20	168,60	25,20	0,18	№186 шк 2017 сб
Втого:	200	3,8	5	9,6	107	0,04	0,3	36,00	0,00	223,20	168,60	25,20	0,18	
Втого за зевтдеа	820	2	26,79	0230	715,18	039	14,2d	1J84S	2,56	525,19	549,49	130,33	5,1 т	
ОGzД														
Огуцгьт свежие	100	0,80	0,10	2,50	14,00	0,03	10,00	0,00	0,10	23,00	42,00	14,00	0,60	№71 сб итк 2017
Суп картофельный с клецками, с мясными фрикадельками	250/1 I	5,75	17,88	18,87	168,82	0,11	5,81	23,25	1,70	35,77	95,07	2g,89	1,35	№108 сб икк 2017
Тэфтслп из тоядны(без рiса) в томатном соусе	80/q0	10,05	9,78	10,31	169,36	0,06	0,33	34,13	0,63	30,97	108,03	19,51	0,Р4	VJ80сб пшв 2037
Каша грейгтьевая рвьсчгчатая	180	10,52	2,76	47,68	256,80	0,25			0,4у	28,79	248,82	168,62	5,65	Ч•171 сб икк 2017
Нектар плодovyт (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№ 89 сб 2017 икк
Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10			0,84	т7,40	90,00	28,20	2,34	стр 144 табл. 6 Длwm TTPlus 2012г,
Хлеб пивеняный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,055	0	0	0,55	10	32, '	7	0,55	134 табл. 6 Дели Плюс 2012г,
Итого:	951	35,79	31,64	145,90	SiB,*O	0,63	19,73	57,38	4,47	358,5b	619,02	273,43	14,00	
Оода пнтгьевая гiх 1	вич	п,щ	v,шп	0,00	0,00	v,шп	u,шп	0,00	0,00	v,шп	u,шп	u,шп	u,w	
ВСЕГО:	2231	60,04	58343	248,1b	1633,*78	1,02	33,96	195,84	7,02	683,32	1178,50	403,55	19,71	

ень 13- ый

Наименование блюдо и порция	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетгьясгюя	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Mg	Fe	Сборник	
Бутерброд с маслом	30/10	2,33	8,1b	15,55	344,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	3230	3,90	0,38	№ t сб 2017 юк

ВСЕГО:	2296	55,69	58,04	231,85	1664,16	0,75	46,95	284,38	9,31	661,94	929,21	202,48	16,13	
День 15 - ый														
Наименование блюд и продуктов	Мисси порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Сe	P	Mg	Fe	Сборник рецептов
		белок	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК														
Бутерброд с масаом	30/10	2,33	8,12	1535	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	Х°1 с6 2017 тлг ° 19 с6 2017 лтк ГЫ76.СБ 2017,шк б3в с6 20 j7 итк стг 134 табл. 6 Дели Плтос 2012г.
Сырнцл творожные	180/30	8,55	5,23	28,38	208,20	0,13	0,77	102,60	5,15	380,58	475,79	51,74	1,28	
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	
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,34	19,2	13,2	10,8	2,51	
Сатон высїтїй 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	
Втого:	500	13,55	11,70	111,11	530,46	0,23	12,96	142,66	6,52	432,52	546,64	78,70	6,25	
2 - ой ЗАУТРАК														
Печенье	35	2,69	3,29	21,59	142,45	0,05			1,30	9,10	29,40	10,50	0,49*	№386 шт 2017 с6
ряженка	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	28,00		248,00	184,00	28,00	0,20	
Итого:	235	8,39	8,29	33,985	244,45	0,04	0,60	28,00	0,00	248,00	384,00	28,00	0,20	
Нвого за завтрак	835	22,18	23,09	115,16	774,6	0,27	-13,56	170,60	6,52	680,53	730,64	306,70	6,45	0,00
ОБЕД														
Огурцы свежие	100	0,80	0,10	2,50	14,00	0,03	10,00	0,00	0,10	23,00	42,00	14,00	0,60	№71 с6 шк 2017
Суп-лапша домашняя с картофелем на куриное бульоне	250	2,57	5,54	11,62	115,75	0,05	0,50	12,50	2,68	28,55	38,50	10,68	0,65	1%113 с6 шк 2017
Фрнкассе на отварнїх курїптїх грудок	50/50	14,82	18,50	15,50	273,80	0,13	7,84	41,56		81,72	55,67	37,57	3,05	ТТК
Рис отварїтой	180	4,38	6,45	44,02	251,64	0,03			0,34	1,64	73,13	19,60	0,63	Ч°304 с6 в° 20 7
Нектар плодовый (разлковной)	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 стр 144 табл. 6 Дели Плюс
Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10			0,84	13,40	90,00	28,20	2,34	2012г.
Хлеб пшечтчный	10	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,51	втр На табл. 6 деяя Птвос 20b 2г
Итого:	920	31,23	31,76	140,48	963,81	0,42	21,94	54,06	4,58	174,91	344,41	124,25	1,0134	
Вода пнтъевая ТГЭТ	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:	2255	53,61	*5430	255,33	1742,72	0,69	35,49	224,66	11,10	855,43	1075,05	230,95	16,79	

День 16 - ый														
Наименование блюд и продуктов	Маанс порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Сe	P	Mg	Fe	Сборник рецептов
		белок	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК														
Бу-терб род 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 №17•с6шк117 ТТК Х°56 OF 28.04.2010 379 шк 2017 с6 338 с6 2017 шк счр 134 табл. 6 Дели Плнос 2012г.
Каша кукурузная молочная	200	7,67	11,32	35,46	219,22	0,09	0,96	14,80	0,29	136,07	150,61	31,61	1,66	
Блины с маслом сливочным	4535	1,43	4,95	13,75	99,14	0,05	0,00	29,14	0,73	11,01	29,90	8,59	0,50	
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	1,97	60,60	0,04	1,30	20,00	0,00	125,48	90,00	4,00	0,10	
Фрнцїзї (Яблоскн)	120	0,48	0,48	11,76	36,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	
Батон высїїй сорт	30	2,35	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	
Втого:	640	18,32	28,42	97,90	658,56	0,38	34,26	103,94	2,39	305,56	325,71	72,80	5,64	
2 - ой ЗАВТРАК														
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00		240,00	180,00	28,00	0,20	№385 СБ 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	
Втого за завтрак	840	24,13	33,42	107,50	765,56	0,36	16,86	143,94	2,39	545,56	505,71	100,80	5,84	
Сялат нз отварной свеклы с зеленым	100	1,65	4,12	7,29	72,90	0,05	6,86	0,00	1,88	28,33	41,61	18,39	1,31	№53 с6 шк 2017
Щя из свожей катусты, с крптофетем, о мясным фрикадельным, со сметаной	260/11/10	4,22	7,74	9,34	127,52	0,07	15,87	12,20	2,46	60,42	77,94	26,57	1,02	№88 с6 2017 шк

Битьюки рыбгые итз минтая с маслом	100/5	13,96	11,83	15,91	223,00	0,08	0,66	29,40	5,07	73,08	186,96	41,14	1,47	л° 234 шк 2037 сб
Пюре каргофеяное	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	л° 234 шк 2017
Компот из свежнх яблoк (сапар 10)	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	л° 234 шк 20 7 йик
Хлеб ржп кой	60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10			0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	л44 табл. 6 Дели Плюс 2012г, стр 1 Ч твол. 6 Цели
Хлсб пшениаый	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,5	
итого:	966	30,42	30,73	132,32	939,02	0,53	46,08	41,60	11,09	247,78	537,33	105,74	8,85	
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:	2306	54,54	64,15	239,82	1704,58	0,53	62,94	86,54	13,47	793,04	1600,33	260,54	9,85	

День 17 — йий

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мг	Св	Р	Mg	Гк	Сборник рецептов
		белки	жиры	угл-ды	Ккал									
ЗАВТРАК														
Бутерброд с сырoм.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	2,15	0,49	л° 234 шк 2017
Омлет натуральный	200	16,13	17,40	10,90	250,13	0,14	0,34	432,76	1,00	137,45	301,03	21,52	3,52	л° 234 шк 2017
Най 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	л° 234 шк 2017
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	л44 табл. 6 Дели Плюс 2012г, стр 134 табл. 6 Дели
Батон высшего сорта	30	3,75	1,45	25,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,85	9,50	32,60	6,50	0,60	л44 табл. 6 Дели Плюс 2012г
итого:					697,33	0,28	0,71	512,26	2,77	387,26	507,59	63,17	8,54	
ЙойЗАВТРАК														
Натуральный йогурт	100	0,90	0,00	18,18	76	0,098	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	л° 234 шк 2017
Итого:	180	0,9	0	18,18	76,32	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	
Отво за завтрак	80s	29,00	32,52	94,65	773,65	0,30	6,72	512,26	2,95	399,86	520,03	70,37	11,06	
ОБЕД														
Салат из фасоли с кукурузой и соевыми	100	10,92	11,72	27,10	266,83	0,45	1,05	0,00	3,47	114,75	341,32	120,20	4,93	л° 234 шк 2017
Суп картофельный на курином бульоне. с	250/10	4,68	4,68	16,90	140,20	0,14	12,24	5,82	1,37	35,81	94,13	33,43	1,39	л° 234 шк 2017 сб
Куриття т"удка запеченная с овощами и	120	8,28	3,41	27,00	198,90	0,04	0,07		0,37	142,90	217,3п	37,30	22,07	л° 234 шк 2017
Овощное рагу	200	3,46	14,72	19,06	198,89	0,12	25,02	52,00	3,92	71,92	87,00	32,52	1,18	л° 234 шк 2017 шк
Компот из сухофруктов (8р 10)	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	л° 234 шк 2027
Хлеб ржквой	60	3,96	0,72	23,76	118,80	0,10			0,84	17,40	90,00	38,20		л44 табл. 6 Дел++ Плюс 2012г,
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,055	0	0	0,55	10	32,5	7	0,55	л44 табл. 6 Дели Плюс 2012г,
итого:	990	35,76	35,74	358,46	1339,2	0,92	39,10	300,82	9,03	424,96	885,69	266,31	33,13	
Вода питьевая ПЭТ	300	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:	2295	64,36	68,26	352,51	1905,57	1,22	55,82	613,08	13,98	824,86	3405,88	336,68	44,19	

День 18 - йий

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мг	Ca	Р	Mg	Гк	Сборник рецептов
		белки	жиры	угл-ды	Ккал									
ЗАВТРАК														
Бутерброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,80	3,90	0,38	л° 234 шк 2017 шк
Каша "Дружба" молотая	220/5	6,41	5,10	41,31	230,02	0,11	1,06	36,28	0,13	145,28	170,59	40,44	0,88	л° 234 шк 2017 шк
Какао с молоком	200	4,08	3,54	7,60	78,60	0,06	1,59	24,40	0,00	15,92	124,56	21,34	0,45	л° 234 шк 2017 шк
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	л° 234 шк 2017 шк
Батон высшего сорта	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,31	5,70	19,50	3,90	0,36	л44 табл. 6 Дели Плюс 2012г,

Итого:					58g,22	0,2/	14,64	100,68	1,50			80,88	4,71	
	2 - ой ЗАВТРАК													
Вафля	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	
Кефир	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 сб 2017 мк
Итого:	200	5,97	10,6	13,7	155,1	0,08	1,26	37,00	0,95	217,50	170,50	26,20	1,04	
Втого за эввтгвк	vis	21,52	zv,ti	i 31,34	786,72	0,35	15,90	137,68	2,45	547,70	520,85	107,08	5,74	
Помидоры свежне порционно	100	1,10	0,20	3,80	24,00	0,06	25,60	0,00	0,70	14,00	26,00	20,00	0,90	№ 71 сб шк 20 j7
Суп гороховый па мясном бульоае,с грейткамтi	250/10	6,73	5,43	24,14	185,07	0,25	5,83	000	2,63	46,30	101,80	40,77	2,37	№119 сб 2017 шк
Плов из отварной говяди ны	50/200	22,16	30,49	48,64	507,40	0,08	2,3t	0,00	5,25	22,04	285,70	63,75	4,13	Re265 еб 2017 шк
Компот пз нзюма и яблок (сахар 8)	200	0,35	0,08	31,85	130,20	0,07	0,00	0H0	0,08	20,38	19,36	8,12	0,46	ТТК
Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	23,76	N 8,80	0,10			0,84	17,40	90,00	28,20	2,34	• 4d таГл. 6 Дедтк Плюс 2012а.
Хлеб гитеничий	30	3,80	0,40	24,60	117,50	0,0b	0,00	0,30	0,55	i 0,00	32.50	7,00	0,55	134 Ыбя. 6 Деди Плюс 2012г
Втого:	920	38,10	37,31	156,79	1082,9b	0,53	33,14	0,00	10,05	130,32	SSSШГ	167,84	10,74	
Вода питьевая ПЭТ	300	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	fi,00	0,00	0,0ti	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГОi	2235	59,62	G6,03	268,13	1869,69	fi,92	49,0d	133,68	t2,49	677,82	t07G,21	274,92	36,4b	
ВСЕГО НА 18 ДБЕИ	40730,00	1905,02	1955,49	5124,14	31045,82	915,49	1980,81	5858,42	1104,14	14002,43	20147,79	5511,64	1220,84	
В сгед+гетт ка 7 уив тдегоев в деМ+	2263	708,83	208,64	284,6d	2724,77	50,86	110,2j	325,47	63,34	777,91	119,32	306,20	67,82	

Приложение №2
к приказу 77 от 22.05.2024

День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вт,мг	С,мг	А,мкг	Z,кг	Са	P	Mg	Fe	Сборник рецептов
		белки	жиры	угл-ды	Ккал									
ЗАВТРАК														
Бургер род с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8, j0	22,50	3,90	0,38	Nsl сб 20 j7 шш
Капiа пшeнная молoчная с маe+jом	150/d	5 60	6.25	17,74	145,05	0, f4	0,88	29,50	0.12	102,74	137,23	35,70	0,9y	Ы 173 СБ шк 2017
Чай с молоком, с сахаром	150/40/t0	1,46	1,08	1t,96	63.70	0,02	0,67	8,00	0,00	63,02	48.36	12,20	1,30	R•378 СБ шк 2017
ФДусть свеяоте (Яблoки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04 .	12,00	0,00	0, 34	19, 0	1 320	ЫЩО	3, 64	л°Ш38 сб 2017 шк
Барон	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	ОБЮ	0,51	5,70	19.50	3,90	0,36	134 табл. 6 Дещг ПЛгюс 2012г
Втого:	544	i 2,12	16,80	72,43	488,35	0,26	13,56	77, 30	3,49	i98, 75	240,79	66,50	5,60	
Печенье	jД	2,59	2,49	13,18	92,45	0,05			j,3p	9, 10	29,4o	io,so	o,49	136 табл.сб Ден Плюс
Молоко iаjтгяеннос	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00		240,00	180,00	28,00	0,20	№385 СБ шк 2017
Втого:	230	839	7,49	22, 78	199,4л	0,13	2,60	40,00	t ДО	249,10	209,40	38,50	0,69	
Втогозв эквтррк														
	774	20,5d	24,29	9531	687,80	0,39	16,15	117,50	2,78	447,85	450, 1g	105,00	6,gg	
ОГЕД														
Помидоры ввежне порцiонно	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 сб шк 2017
Щи яз свежей яагтусть с картофеаem,co	200/10	3,47	5,46	21,68	88,00	0,05	12,66	t0,00	1,91	48,20	45,30	18,60	0,68	№.88,105 сб 2017шк
Жаркое по - довашнему с курикоiи грудной	50/150	14,33	28,73	29,77	396,00	0,11	8,99	29,10	3,88	55.20	19 1,90	43,32	4,17	ТТК
Нектар плодoвый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0 38	м. 6	12, 6	7, j	2, d?	Г°389 сб 2017 шк
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	19,8	99	0,085	0	0	0,7	14,5	75	23,5	1,95	, 44 табл. 6 Д лтг ПЛуоо 2012г,
Хлеб пшеютятгтiи	40	3,04	0,32	19,68	94,00	Q, w4	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	134 табл. 6 Дени Плюс 2012г
Втого:	340,00	25,70	3533	11139	767,72	035	40,25	3fi,10	7шЗ	147,40	365,90	310,22	10,30	
Вода пцтвеая ПЭТ	500	0,0o	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	3455,52	0,34	56,40	156,60	1031	595,25	816,09	2t5,22	36,59	

День 2 - ой

Наименование блюд и продуктов	Мвссв порция	Пищевые веи4ества			Энергетичекая ценность	В1,мг	С,шг	А,мнг	Е,мг	Св	P	Mg	Fe	Сборник рсцепцр
		белкн	жпры	угл-ды	Ккал									
Бутербрoд с сыром.с маслом	30/1 5/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	7 [,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,4g	К° 3 сб 2017 шк
Каша геркулесоаа молoчная с маслом	180/5	4,05	5,91	33,82	186,73	0,16	0,86	33,32	0,51	133,70	210,28	63,74	1,35	№173 сб iвп 2017
Яйцо отварное	40	5,08	1,60	0,28	62,80	0,03		100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	№° 09 сб iвк2017
Какао с молоком(сахар)10	200	3,08	3,81	7,60	78,60	0,06	1,59	24,40	0,00	157,91	124.56	2j,34	0,45	К°Л81 сб ипр: 2017
Батон высiвнiй 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	134 табл. 6 Деттн Плюс 20 f2г,
В того:	510	21,73	2430	32,6b	602,83	032	2,56	229цт	4,94	471,42	543,64	108,93	3,8s	
2 - ой ЗАВТРАК														
Нектар кпoдoвьiй (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0 J8	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 сб 2017 шк
итого:	180	0,90	0,04	18.18	76,32	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,32	
Втого за эвтррк														
	690,00	22,63	2430	90,8S	679,t5	0,34	6,16	22932	2,12	48d,02	556,24	113,13	6,37	

ОБЕД														
Омлет свежий	60	0,4g	0,06	3,50	8,40	0,02	6,00		0,06	13,80	35,20	8,40	P,36	№71 сб шк 2017
Суп картофельный с крушой на мясном бульоне	200	1,58	2,47	11,69	68,60	0,07	6,60	0,00	0,9g	21,36	44,78	18,22	0,70	№101 сб шк 2017
Гуляш из о-варной говядины	50/50	14,50	22,19	4,8g	27t,00	0,03	0,92		2,61	21,81	154,15	22,03	3,06	№60 сб шк 2017
Макаронные изделия отварные	150	5,66	0,67	31,92	156,30	0,06			*0,77	11,19	37,17	8,62	0,85	№03 сб шк 2017
Компот из сухофруктов сахар 10)	200	0,66	0,09	22,03	92,80	0,02	0,73	0,00	0,5 i	32,18	23,44	7,46	0,67	№49 сб 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, аблбДелнПлюс 2012г,
Хлеб пшенично-ржаной	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 Делн Плюс 2012г
Втого:	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	
ВОАБ ПШ#вая 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:	1994,0лг	51,85	50,7b	202,36	1469,25	0,6G	20,40	229,22	8,69	606,86	943,98	216,96	14,40	

Доп. 3 - **

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Группы веществ			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептов
		белки	жиры	угл-ды										
Бургер Брод с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,362	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 сб шк 2017 шк
Залецанка творожная с молоком сгущенным	120/30	5,30	5,54	10,50	186,80	0,09	0,61	109,20	0,70	271,52	320,24	38,60	1,04	№23 сб шк 2017 шк
Блины с маслом сливочным	45/5	2,43	0,95	11,60	99,1q	0,05	0,00	29,14	0,73	11,01	29,90	8,59	0,50	ТТК Л'тв656 от 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	№176, сб 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 сб 2017 шк
Банан выситий сорт	30	2,25	0,87	16,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	19,80	13,20	10,80	2,64	134 табл. 6 Дели Плюс 2012г,
Итого:	590	13,17	36,06	74,89	608,20	3,24	12,80	17834	2,79	334,47	421,00	74,04	6,5b	
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	
Мояко кисляеенное	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00		240,00	180,00	28,00	0,20	№85 сб шк 2017
Втого:	220	7,64	7,82	22,34	190,20	0,11	2,60	40,00	1,30	245,30	201,40	3380	0,48	
Втого зЯ завдтат	g10	20,0d	22,88	97,1d	798,40	еще	15,80	нвд4	4,09	599,6v	62240	107,04	639	
Огурцы свежие	60	0,48	0,06	1,30	8,40	0,02	6,00		0,06	13,80	25,20	8,40	0,36	№71 сб шк 2017
Ясольтис ленинградстат с мясным фрикаделем 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 сб 2017 шк
Рыба тушеная с овощами	80/40	10,43	11,62	9,04	180,33	0,04	3,05	21,66	2,06	131,26	189,75	44,32	0,75	№229 сб 2017 шк
Пюре картофельное с капустой тушеной	150/30	3,68	5,91	32,11	213,35	0,15	23,28	0,00	0,77	54,60	98,80	34,01	1,26	№12, 139 шк 2017 сб
Напиток из шиповника (напиток из шиповника 10)	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	№88 шк 2017 сб
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 Делн Плюс 2012г,
Хлеб пшенично-ржаной	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 Дели Плюс 2012г,
Итого:	But	25,67	36,65	113,62	806,85	0,44	139,13	37,86	6,76	277,98	492,52	343,05	632	
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:	2181,0b	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 БШ ДН продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В,штг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Be	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-дбл										
ЗАВТРАК														
Бутерброд с сыром,е маслом	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,94	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 сб 2017 вк ТТК №7Д №379 юк 2017 зб №138 сГз 2017 кгк 134 табл. 6 Дели Плюс 2012г.
Какао "Дружба" бѳлояная	180/4	4,43	2,5d	28,07	188,20	0,09	0,86	29,32	0,11	118,84	139,55	33,50	0,72	
Кофейный напиток с маяоком (* р ю)	200	3,17	2,68	1,97	60,60	0,04	1,30	20,00	0,00	125,48	90,00	14,00	0,10	
Фрукты свежие (Яблоны)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
Батон высший сорт	30	3,25	0,87	15,42	у8,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	
Итого:	589	16,60	38,68	76,77	539,90	0,24	14,27	120,82	1,54	427,32	374,75	74,35	4,31	
2 - ой ЗАВТРАК														
Капж	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,04	0,06	36,00	0,00	223,20	1d5,60	25,20	0,18	° 86 шк 2017 сб
Итого:	260	5,8	5	9,6	107	3,036	0,063	36	0	223,2	165,6	25,2	0,18	
Итого за завтрак	у89,00	22,40	23,68	86,3d	686,fi0	0,28	14,33	156,82	1,54	650,52	Б4035	99,55	4,49	
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	Ke71 сб шк 2017
Сун - япша домагiтiная на курном бульоне,	200/t0	4,39	6,29	9,33	118,80	0,0_4	0,64	15,82	2,15	28,20	47,20	10,57	0,71	K.°113,105 шк 2017 сб
Овощи туше*тые с говагым фаршем	50/ t50	12,01	17,53	35,88	321,45	0,02	14,26	31,25	0,09	54,33	156,42	33,10	1,87	Иe143, 241 шк 2017 сб
Иектар плодoвый (разлвной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№189 вб 2017 ше
Хлеб ржаой	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,60	1,95	И44 iбья. 6 Дели Плюс 2012г.
Хлеб пкiетный-тый	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	стр 134 табя. 6 Дели Плюс 2012г.
Итого:	740	24,30	24,86	105,15	33,97	0,35	33,30	47,07	3,98	326,0d	332,82	93,97	8,03	
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,0#	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	150#7	0,53	47,83	203,89	5,52	376,55	8Т3,t7	191,62	t2,52	

День 5 - 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-дб										
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	Ke1 сб 2017 шк: Иы*т0 сб 2017 юк №378 СБ шк 2017 №338 сб 2017 шк: 134 табл. 6 Дели Плюс 2012г.
Омлет натурдццгий,	150	12,10	13,05	7,64	187,60	0,10	0,26	324,67	0,75	103,09	225,78	16,14	2,64	
Най с молоком ,с сапаром	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	
Фрукты свежие (Яблокн)	НО	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	
Батон 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	
Итого:	600	38,62	23,60	62,23	530,90	0,22	12,93	372,57	2,12	199,10	329,34	46,94	7,52	
Некгап плопвый f пазлвной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	3,2	2,52	Rs389 сб 2017 шк
Итого:	180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,02	3,60	3,00	0,18	12,60	32,60	3,20	2,52	
Итого за завтрак	720,00	19,12	23,60	80,5d	607,22	0,071	12,93	372,57	2,30	21,70	34,94	54,14	9,84	
Салат m отварной свеклы с мясом	60	0,84	3,61	4,96	55,68	0,01	9,99		1,62	21,28	24,38	12,42	0,79	№52 сб 2017 шк
Сун картофельный смжкныи	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	Лё97 итк 2017 сб
Битовой рыбные из мнтая	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 шк 2017 сб
Макаронные изделия отварные с маслом	150/3	5,68	2,84	31,96	176,06	0,06			0,81	11,91	38,07	8,62	0,86	№102 сб атк 2027

Компот тп свежих ябюк (сакар 10)	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 ілк
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	71,00	23,50	1,95	стр 144	табл. 6 Деян Плюс 2012г,
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 Дели Плюс 2012г,
	804		ZSDO				is,H					439,78			
	500	0,00							0,00				0,00		
		48,74		212,62	1430,33		31,67			372,99	761,72		17,28		

іеть 6 - ый

Наименование блюд п продуктів	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	10,34	A, мг	E, шт	Ci	P	Mg	Fe	Сборник рецептур		
ЗАВТРАК															
Бугерброд с чаедом	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	Л°. І сб 2017 іпв N.°174 сб 2017 шк ТТК №656 от 28.04.2020 N°182 сб шв 2017 №338 сб 2017 ок стд 134 табл. 6 Делті Плюс 2012г	
Кашв 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		
Блннйт с маслом спиво чным	45/5	2,43	0,95	11,60	99,14	0,05	0,00	29,14	0,73	14,04	29,90	8,59	0,10		
Какао с молоком(сахар) 10	200	4,08	3,81	3,60	78,60	0,06	1,59	24,40	0,00	15,92	124,56	21,74	0,41		
Фрукты свежме (Ябюкті)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,00	10,80	2,64		
Батон 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	0,38		
Втого:	530	15,67	20,22	8832	618,34	0,27	14,91	104,64	2,31	297,98	322,62	72,24	5,57		
2 - ой ЗАВТРАК															
Яяжска	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	28,00		248,00	184,00	28,00	0,20	° 86 ум 2017 сб	
Итого:	200	5,8	5	8,4	102	0,04	0,6	28	0	248	184	28	3,2		
Втого за завтра		21,47	25,22	96,92	720,34	0,31	14,91	132,64	2,31	545,98	506,62	100,24	5,77	,00	
Помидоры свежге порідіонно	60	0,65	0,42	2,21	14,40	0,04	45,00	0,00	0,42	8,40	11,60	12,00	0,14	Хе71 сб шк 2017	
Суп из овоцей па курином буюоне, со сметаной	200/10	1,53	5,49	7,68	92,40	0,06	8,34	10,00	1,89	36,68	45,52	17,60	0,64	N°99 ум 2017 сб	
Плов из отварных курцтыш грудок	250	16,52	19,80	52,80	443,33	0,18	8,17	35,00	0,68	45,12	236,67	67,42	2,33	Ns291 юк 2017 сб	
Нектар гюодовый (разивной)	180	0,90	0,00	18,18	66	0,0198	3,6	0	0,18	13,6	12,6	7,2	2,52	Чс389 пб 2017 шк	
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	71,00	23,50	1,95	4q табл. 6 Дели Плюс 2012г.	
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44				0,00	134 табл. 6 Делн Плюс 201г.	
Втого:	790	21,95	26,33	120,42	819,45	0,43	35,11	132,64	4,31	545,98	477,39	133,32	8,42		
Вода пнтъевая 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:	2080,00	47,42	51,55	21734	1539,79	0,74	30,01	177,64	5,33	571,26	316,01	233,35	7,33		

еть 7 - ой

Наименование блюд п продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	B1, мг	C, мг	A, мкг	E, мг	Ca	P	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл.										
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	112,10	12,15	0,49	Nb3 сб 2017 шк
Сырннтги теорожные с молоком сгутаенным	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	N° 19 сб 2017 юк
чак с сахаром с лимоном	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	Лв377 СБ 2017.гик
Фрукты свежие (Яблук)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	Л° 38 сб 2017 шк
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	13,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	134 табл. 6 Делн Плюс 2012г.
Втого:					555,30									

Сборник														
Бутерброд с сыром, с маслом	30/1S/ID	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	New сб 2017 шк
Каюа пшеггтя молочная с маслом	18075	6,73	5,65	33,30	111,11	0,17	1,05	36,20	0,14	123,33	164,73	42,84	1,10	и.№173 сб 2017 шк
Блгннт о наслом слявоным	45/5	2,43	0,95	Н.60	99,14	0,05	0,00	29,14	0,73	11,01	29,90	8,59	0,50	ТТК Ня656 от 28.04.2020
Чап1 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	и°378 СБ шк 2017
Фрукгы свеявие (Ябаокц)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	Х°338 сб 2017 шк
	30	2,25	0,87	16,42	111,11	0,03	0,00	0,00	0,51	1,70	19,50	3,90	0,36	134 табл. 6 Деян Плюс ценность
	500	0,00	0,00	0,00	970,13									
z - ой ЗАВТРАК														
КеФю	200	5,80	5,00	8,00	100,00	0,07	1,26	36,00	0,00	21600	16100	211	018	Зя 386 сб 2017 шк
Вworo:	200	5,80	5,00	8,00	100,00	0,03	1,26	36,00	0,00	16100	211	0,3		
рецептур	10,97	28,42	26,14	107,59	816,54	0,42	15,09	180,84	2 - ой ЗАВТРАК					
Свлат из свкты с маслом расттгельным	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	М° 2 сб итк 2017
Борц из свежей капусты на куриное бульоне, с мясом гтгнцы, со сметаной	200/10/10	5,10	13,30	19,14	133,30	0,05	8,82	15,82	2,04	63,94	66,18	23,83	1,19	
	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	хь134 сб шк 2017
Картофельнос птоде	180	3,68	1,76	24,13	164,70	0,17	21,79	0,00	0,22	41,37	103,91	33,30	1,21	Чс312 сб шк 2017
Непр плоавытй (разлиевой)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	у89 сб 2017 шк
Хлеб ржаттой	60	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	144 табл. 6 Деян Плюс 2012г.
Хлеб пиегш'шты	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044			0,44	8	26		0,44	134 табл. 6 Деян Плюс 2012г.
Е,мг	820	28,49	30,87	120,14	862,10	0,45	38,79	24,28	9,73	239,38	47439	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	83,91	117,01	228,13	3678,64	0,86	53,88	205,12	12,01	815,14	1025,18	258,55	15,98	

Пвнменова+ие блуд п продуктов	Масса порции	Питевые вестств			Эпергетняеюисая ценцрсть	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Ее	Сборник рецептур
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	Х°1 сб 2017 лтк
Пудинг из творога со сгущенным молоком	120G0	3,80	3,82	21,48	93,90	0,12	0,56	100,08	0,74	247,76	296,11	39,22	1,33	° 22 сб 2017 шк
Какво с молоком(сахар)10	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	уь182 сб лтк 20 7
Фрукгы свежне (Яблош)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,65	ф°38 сб 20 7 ттк
Батон 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	134 табл. 6 Деян Плюс 2012г.
Пworo:	540	12,94	17,10	71,11	452,10	1,27	14,15	164,48	2,11	432,14	416,91	79,16	5,16	
2 - ой ЗАВТРАК														
Мояово кипаченное	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00		240,00	180,00	28,00	0,20	№385 СБ шк 2017
Ятого:	200	5,8	5	9,6	107	0,08	2,6	40	0	240	180	28	0,2	
Втого зв эвтР°	740,00	18,14	22,10	81,41	559,10	0,35	16,76	204,48	2,11	672,68	685,91	107,16	536	
ОГЕД														
Огудм'т свежне	60	0,48	0,06	1,50	8,40	0,02	6,00		0,06	13,80	25,20	8,40	0,36	№71 сб шк 201 у
Рассольник ленинградский на мясном бульоне, во сметаной	200/10	1,87	9,57	9,94	102,00	0,08	6,74	10,00	1,91	32,12	51,4g	20,24	0,76	№96 сб шк 2017
Бефстрогаво из отварной говядины	50/50	14,44	12,25	3,78	18,100	0,03	0,37	16,10	0,49	33,58	124,92	19,81	1,98	У° 45, СБ шк 2017
Макаронные изделия(стигагтн) отварные с	150/3	6,68	2,84	31,96	176,06	0,06			0,81	11,91	38,07	8,62	0,86	№ 02 сб шк 2017

Компот из ігтрома ч яблoк (сахар 8)	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
	50	3,3	0,60	19,8	99	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	аабл. 6 Дели Плюс 20 І2г,
	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6		
	815	29,16	25,72	118,51	790,66	0,33		26,90	4,48	13439	360,03	94Цр	6,80	
10 двей	2055,00			199,92	1349,76		29,86			806,97			12,16	

День 1т - ый

Наименование бяуд и WМ8	Масса порвиu	Пншевые вещества			Энергетн ческая ітпность	В1,мг	С,мг	А,мвг	Е,мг	Са	P	Mg	Fe	Сборпих децептуг
		белкгі	жнры	угя-ды	Ккал									
ЗАВТРАК														
Бутербрoд с оьіром,с маслом	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,1ф	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 сб 2017 шк №2 І0 сб 2017 шк ис376,СБ 2017.шк У° 38 сб 2017 ітк стр 134 табл. 6 Депн Пінос 20 І2г,
Омлет натуральний	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	
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	1,39	
Шрукты свежие(Яблоіот)	120	0,48	0,48	*11,76	36,40	0,036	12	0	0,24	19,2	І3,2	10,8	2,64	
Батон высший сорт	30	2,2b	0,87	16,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	І.70	19,50	3,90	0,36	
Втого:	55ф	21,49	23,61	62,42	561,36	0,21	2,55	396,07	2,18	305,03	986,63	51,95	7,71	
2 - ой ЗАВТРАК														
897,03	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 сб 2017 шк
1181,38	380	0,90	0,00	18,68	7632	0,02	3,61+	0,00	0,38	12,60	12,60	7,20	2,52	
Втого зв завтрак	735	32,39	26,61	80,60	63у,68	0,23	36,15	396,17	2,36	317,65	399,23	58,55	10,23	
ОГЕД														
Кукуруза к/с (доп.гирнр)	60	3,23	1,75	8,87	44,16	0,01	2,79	8;40	0,02	5,62	29,89	0,13	0,21	№12 сб доік 2016
Щи из свежей капусты с картофелем, с куріінными фрикаделькамп.со сметаной	200/11/10	3,17	6,91	7,56	110,66	0,05	12,77	14,38	1,93	53,26	56,75	20,19	0,80	й° 88 сб юк 2017
Шницель куриный натуральнГі	90	13,09	12,24	8,14	19d,63	0,04	0,92	35,82	0,2f	41;42	93,69	12,98	1,01	№306 сб дошк 2016
Рис отварной с мавіом слношіым	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 сб тк 2017
Нвпуок из юініовнка	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	88 шк 2017 сб
Хлеб ржвной	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	2012г, стр ІІ4 Убд. 6 Демі Плюс 3012г,
Хлеб шпеттиятгытй	40	3,04	0,32	9,68	9d,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	
ВСЕГО:	814	28,18	29,64	118,53	ВЪО,Н	026	М6,48	70,57	4Щ7	146,23	346,6d	82,17	6,62	
Вода пнтъевя ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	030	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ИТОГО за ІІ дней	204р	50,57	56,25	199,13	1497,79	0,49	1)2,64	46634	6,73	463,85	745,84	140,72	36,85	

порціи	Подевыс вес4 ств				Вт,мг	С,мг	А,мвг	Е,мг	Са	P	Mg	Fe	рецептур
30/10	2,33	8,12	16,15	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1вб 2017івк
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 сб 2017 ілк
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 К°656 от 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	Ке379 тк 2017 сб
120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	т&338 сб 2017 івк
30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,01	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,38	4 табл. 6 Дедц Тіітов
200	1,80	5,00	9,60	117,00	0,04	0,06	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	386 шк 2017 сб

Всього:	200	5,80	5,00	9,60	117,00	0,04	0,06		0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	
Всього за завтрак	790	20,55	22,01	95,03	687,04	0,37	34,08	336,24	2,48	503,11	514,69	119,00	5,45	
ОБЕД														
Огурцы свежие	60	1,48	0,06	1,50	8,40	0,02	6,00		0,06	13,80	25,20	8,00	0,36	№71 сб юк 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	39,09	80,69	23,82	1,11	№.108,105 сб шк 2017'
Тефтели из говядины(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	108,07	19,51	0,99	№ 80 сб шк 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	140,12	4,71	№•71 сб шк 2017
1—Текстурный (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№89 сб 017 шк
Хлеб р. в. пш.	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	144 табл. 6 Делл 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	134 табл. 6 Делл Плюс 2012г,
итого:	811	31,58	28,02	124,32	398,04	0,53	14,58	53,17	3,77	132,95	534,80	238,00	32,08	
2,95	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	
	210F	52,13	50,03	219,34	3485,09	0,89	28,67	189,41	635	636,05	3049,49	348,06	17,53	

Дея 13- ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	P	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды	Ккал									
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 шк
Каюа рисовая моляная с маслом	180/6	8,30	6,87	28,61	23730	0,05	0,86	33,32	0,16	116,64	140,50	32,81	0,53	№174 сб шп 2017
дай с молоком ,с сахаром	150/10/10	1,16	1,08	13,98	63,70	0,02	0,67	8,00	0,00	63,02	48,36	12,20	1,30	ХЫ178 Сб тлк 2037
Фрукты свежие (Яблоко)	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	33 сб 2017 шк
Батон 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	134 табл. 6 Делл Плюс 2012г,
Всього:	575				580,50	0,17	13,53	81,32	1,53	232,66	244,06	63,61	5,11	
2 - ой ЗАВТРАК														
Молоко пастеризованное	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,70	40,00		240,00	180,00	28,00	0,20	№385 СБ шк 2017
шуго:	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,70	40,00	0,00	180,00	28,00	0,20		
<i>Bioro э* zwigac</i>	was	20,62	22,42	92,90	687,50	0,25	16,13	121,32	3,53	452,68	424,06	91,66	5,41	
Помидоры свежие порезанные	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	Х.71 сб шк 2017
Суп картофельный с горохом на курином бульоне, с мясом птицы	200/10	6,73	9,07	19,26	164,80	0,19	4,90	5,82	3,03	39,50	86,88	30,49	1,83	№102 сб юк 2017
Рыба запеченная с луком	80/10	11,25	10,78	4,03	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	№212 сб шк 2017
Компот из сухофруктов (пахар 10)	200	0,66	0,09	22,03	92380	0,02	0,73	0,00	0,51	32,18	23,44	17,46	0,67	№1149 сб 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	sw 144 табл. 6 Делл Плюс
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	134 табл. 6 Делл Плюс 2012г
Всього:	830	29,32	26,75	111,60	787,98	0,63	44,58	41,46	8,03	179,56	468,44	159,13	7,33	
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00									
в СГО:		49,94	49,16	204,10	1475,48	0,88	60,68	162,78	11,06	632,12	892,50	250,74	32,74	

Дея 14 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Сж	P	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды	Ккал									
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	№ сб 2017 шк

Каша манная молочная с маслом	150/5	3,56	2,23	24,26	130,10	0,06	0,88	33,50	0,36	99,73	87,89	15,23	0,35	Йт8 I сб 2017 ток
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03		100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	№109 сб шк-2017
Квак о молоком(сахар)10	200	4,08	3,81	7,60	78,60	0,056	1,588	24,4	0	151,92	124,56	21,34	0,448	У° 82 сб шк 2017
Фрукты свежие (Яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	66,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№338 сб 2017 шк
Батон высший сорт	30	2,26	0,87	11,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	134 табл. 6 Делп Плюс 2012г
итого:	600	21,72	24,10	74,87	602,60	0,28	14,51	229,40	2,03	456,65	434,41	68,22	5,28	
2 - ой ЗАВТРАК														
Сборник	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 сБ 2017 шк
	80	0,90	0,00	18,18	76,32	0,02	3,60	0,00	0,18	32,60	12,60	3,20	2,52	
Втого на завтрак	780	22,62	24,10	93,05	678,92	0,27	18,17	229,40	2,26	469,25	447,05	75,42	7,80	
ОГУД														
Салат из свежих овощей	60	0,66	3,63	2,2а	44,34	0,02	7,93		0,33	15,26	21,38	11,30	0,40	У° 4 сб шк 2017
Куриными фрикадельквют,со сметной	200/11/10	3,99	7,93	14,39	180,46	0,09	10,65	14,38	1,95	45,66	70,21	24,95	1,00	И°95 сб шк 2017
Котлеты "Аппетитные"	90	1,14	5,14	128,35		0,06	1,79	14,38	1,41	16,80	130,71	16,90	1,79	ТТК
Мискаронкые изделия отеарные с маслом	150/3	5,68	2,84	31,96	176,06	0,06			0,81	11,91	38,07	8,62	0,86	№102 сб ум 2017
Компот из яюма (сахар 8)	200	0,346	0,08	37,874	74,2	0,02	0,00	0,00	0,08	19,96	19,36	8,12	0,41	№148сб шк 2017
Хлеб ржаттой	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	144 табл. 6 Делп Плюс 2012г,
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	3,6	2,56	134 табл. 6 Делп Плюс 2012г.
Втого:	834	26,66	26,53	311,68	796,41	0,38	20,37	28,35	5,72	132,09	380,73	98,99	6,85	
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	0,30	
ВСЕГО:	2094	48,28	50,63	204,73	147533	0,65	38,54	258,15	7,92	601,34	827,78	174,40	14,65	

День 15 - ый

Наименование бред и продуктов	Масса порции	Титрование в процентах			Энергетическая ценность	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Св	P	Mg	Fe	Сборник децпуг
		белок	жир	угл.*ды										
3 ВТЯК														
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 шк
Сыршної творожые	180/20	7,80	5,21	22,30	182,20	0,1	0,67	102,60	6,16	34,88	452,89	48,34	1,26	№119 сб 2017 шк
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	1,19	№376,СБ 2017 шк
Фрукты свежие (Яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,30	11,76	10,80	2,64	38 сб 2017 шк
Батон	30	2,31	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	134 табл. 6 Делп Плюс 2012г.
Итого:	590	13,24	14,78	75,46	504,46	0,23	12,86	342,60	6,52	523,74	75,30	6,23		
2 - ой ЗАВТРАК														
Печенье	30	2,59	2,49	13,18	92,45	0,05			1,30	9,10	29,40	10,50	0,49	36 -табл. 6 Делп Плюс 2012г.
Ряженка	100	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	28,00		24,80	184,00	28,00	0,20	№ 86 шк 2017 сб
Втого:	230	839	7,49	2138	194,45	0,14	0,60	28,00	0,00	248,00	184,30	28,00	0,30	
Втого за завтрак	820	16,63	22,27	93,07	698,91	0,27	13,46	1703,60	632	648,82	707,74	103,30	6,43	
ОБЕД														
Огурцы свежие порционно	60	0,48	0,06	1,50	8,40	0,02	6,00		0,06	13,80	25,20	8,40	0,36	№71 сб шк 2017
Супт-лапша домашняя с картофеем на курином бульоне	200	2,05	4,43	9,30	92,60	0,04	0,40	10,00	2,06	22,84	30,80	8,54	0,52	№13 сб шк 2017
Фрикассе из отварных куриных крупоп	50/50	14,82	18,50	15,50	273,80	0,13	1,84	41,56		81,72	55,67	37,57	3,05	ТТК
Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,70	0,03	0,00	0,00	0,28	1,37	60,95	16,34	0,53	№110 об апс 2017

Нектар плодовый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	13,6	7,2	2,52	№389 еб 2017 шк стр id 4 табл. 6 Дели Плюс. 2012г,
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19, #0	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6		
Втого:	380	28,24	29,29	120364	853,82	0,36	37,84	53,56	3,72	154,82	286,22	107,14	9,37	
	2100	49,8b	51,56	217,71	1552,73		33,29	222, t6	t0,24		993,96	310,4?	1fi,80	

Деиь 16 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	P	Mg	Fe	Сборник рецептур
ЗАВТРАК														
Бугерброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,65	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 еб 2017 шк 3s174 еб 2017 шв ТТЛЭ л".3656 от 28.04.2020 К°.379 шк 2017 сб №338 сб 2017 шк 134 табл. 6 Делти Плюс 2012г
Капота кукурузная молотая	150	4,11	5,99	26,59	100,00	0,07	0,72	10,10	0,22	102,05	112,96	23,71	1,25	
Блины с маслом сливочным	45/5	2,43	0,95	11,60	99, t4	0,05	0,00	29,14	0,73	11,01	29,90	8,59	0,50	
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	
Фрукты свежие (Яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	36,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	
Батон высшего сорта	30	2,26	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	
Итого:					60034	0,26	14,02	100,24	2,31	231,54	288,06	64,90	5,29	
З-ой ЗАСТРАК														
Молоко кипяченое	200	5,80	6,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00		240,00	180,00	28,00	0,20	№386 СБ шк 201 у
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				0,34	16,62	140,24	2,51	511,54	468,06	92,90	5,43	
Итого за завтрак														
Салат из отварной свеклы с зеленым луком	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 сб шк 2017
Щи из свежей капусты, с вареной колбасой, сметаной	200/11/10	3,87	7,64	6,76	109,57	0,06	12,72	12,20	1,98	50,57	68,14	22,14	0,85	К*88 сб 2017 шк
Биточки рыбные из минтая с маслом	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	Ке 234 шк 2017 сб
Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,21	0,14	18,16	0,00	0,18	36,98	86,60	27,75	1,01	12 сб шк 2017
Компот из свежих яблок (с сахаром)	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 шк
Хлеб пшеничный	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,96	* J 44 табл. 6 Делти 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	134 табл. 6 Делти Плюс 2012г
Итого:	610	26,09	37,00	113,21	802,66	0,44	36,49	40,66						
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	

еиь 17 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	Щ,мкг	Е,мг	Ся	P	Mg	Fe	Сборник рецептур
ЗАВТРАК														
Омлет натуральный	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,03	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	° сб 2017 шк
Цай в Молочном ЛСН адон	150	12,10	13,05	2,64	187,60	0,10	0,26	324,57	0,75	103,09	221,78	16,14	2,64	№ 10 сб 2037 шк
Фрукты свежие (Яблоко)	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	уг СБ шк у017
Батон высшего сорта	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	№ 38 сб 2017 шк
	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	134 табл. 6 Делти Плюс 2012г,

Итого:	555	29,07	34,89	75,61	582,40	0,23	13,03	404,07	2,18	346,10	41934	55,39	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	н°389 с6 2017 глк
Втого:	180	0,90	0,00	18,18	36,32	3,02	3,60	0,00	0,38	32,60	32,60	7,20	2,52	
Втого за завтрак	335	23,9а	24,8п	93,79	658,72	0,25	36,63	404,0б	у,36	361,г0	433,94	62,39	9,94	
Салат из фасоли с кукурузой и соевыми огурцами	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
Суп картофельный с картофелем, с	200/10	4,21	4,12	13,13	117,40	0,11	9,84	5,82	1,11	29,72	78,58	27,15	1,15	н°97 шк 2017 с6
Курочка с овощами и	НО	8,28	3,41	27,00	196,9р	0,04	0,07	43,00	0,37	142,90	217,30	27,50	22,07	ТТК
Овощной салат	180	3,11	13,25	15,35	79,00	0,11	22,52	46,80	3,53	64,73	78,30	29,27	1,06	№ 143 с6 2017 шк
Компот из сухофруктов (сахар 10)	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 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		Хлеб ржаной Г44 табл. 6 Дели Плюс 2012г,
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,5	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6		ЦЕННОСТЬ табл. 6 Дели Плюс 2012г,
Втого:	860	29,16	28,82	133,66	94130	0,75	95,62	8,74	360,88	703,41	202,60	30,30		
ВСЕГО:	1613	101,3	101,3	1599,92	0,62	50,41	499,69	13,10	722,58	1135,35	264,9g	40,24		

День 18 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса Г/орку	Питательные вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Ся	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур
ЗАВТРАК														
Бутерброд с маслом	30/10	2,33	8,12	11,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 с6 2017 шк
Каша "Дружба" молочно-пшеничная	180/4	4,43	2,54	28,07	Н 8,20	0,09	0,86	29,32	0,11	118,84	139,55	33,50	0,72	ТТК К-7Д
Какао с молоком	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 шк 2017
Фруктовый салат (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	№538 с6 2017 шк
Батон ванильный 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	134 табл. 6 Дели Плюс 2012г
итого:	574	33,5б	35,82	78,4т	546,40	3,25	14,45	97,71	1,48	303,76	319,31	73,44	4,55	
2 - ой ЗАВТРАК														
Вафли	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	
Кефир	180	6,22	4,50	7,20	90,00	0,07	1,26	36,00	0,00	216,00	162,00	25,20	0,18	Х.° 386 с6 2017 шк
Втого:	200	5,97	30,60	19,7т	178,5т	0,0g	1,26	37,00	0,95	217,30	170,50	26,10	1,04	
Втого за завтрак	774	19,54	16,42	98,10	744,90	0,33	15,71	130,72	2,43	521,26	489,8б	99,64	5,58	
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 шк 2017
Суп картофельный с горохом на мясном бульоне, с грибами	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 с6 шк 2017
Плов из отварной говядины	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	№ 65 с6 2017 шк
Компот из яблок и абрикосов (сахар 8)	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
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	1,58	144 табл. 6 Дели 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 Дели Плюс 2012г
Втого:	760	30,71	29,88	133,15	898,94	0,46	23,46	0,00	7,78	107,18	463,06	134,40	8,13	
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:	2034	50,25	66,30	231,44	1643,84	0,39	37,17	130,72	10,21	628,44	952,87	234,09	14,31	

День 19 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность у кол	В1,мг	С,мг	А,мгг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник репетитур
ЗАВТРАК														
Бутерброд с мясом	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 шк
Пудинг из творога со сгущенным молоком	120/30	3,80	3,82	14,48	93,90	0,12	0,56	100,08	0,74	247,76	296,15	39,22	1,33	№ 22 сб 2017 шк
Блины с маслом сливочным	45/5	2,43	0,95		99,14	0,05	0,00	29,14	0,73	11,01	39,90	8,19	0,50	ТТЛ №656 от 28.04.2030
Чиз 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	ИИ76,СБ 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 сб 2017 шк
Батон высшего сорта	30	2,24	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 Деля Плюс 2012г
Втого:	590	11,6Г	14,34	39,8б	515,30				2,84	310,71	396,91	74,76	6,80	
2 - ой ЗАВТРАК														
Крекер	20	1,84	2,82	12,64	83,20	0,03	0,00		1,30	5,20	21,40	5,00	0,28	
Мороженое шоколадное	200	5,80	5,00	9,60	07,00	0,08	2,60	40,00		240,00	180,00	28,00	0,20	№385 СБ шк 2017
Итого:	220	7,64	3,82	22,24	190,20	0,11	2,60	40,00	1,30	245,20	201,40	33,00	0,48	
Втого: завтрак	20	1,93д	2,2,ms	102,li	705,50	0,38	15,35	209,22	4,14	565,91	598,31	107,76	7,28	
ОБЕД														
Орехи свежие	60	0,48	0,06	1,50	8,40	0,02	6,00		0,06	13,80	25,20	8,40	0,36	Л*71 сб шк 2017
Орехи в шоколаде с корицей	200/1710	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 шк
Шницель куриный натуральный	90	13,09	12,24	8,14	194,63	0,0g	0,92	35,82	0,20	41,42	93,69	12,98	1,01	№006 сб доцк 2016
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 сб шк 2017
Нектар плодовой (разлитый)	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 шк
Хлеб ржачный	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 Деля Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	//	стр 134 табл. 6 Деля Плюс 2012г
Итого:	391	32,78	26,48	117,5li	808,21	0,46	19,21	50,20	3,94	167,95	501,07	221,58	12,11	
Вода питьевая ПЭТ	500	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	2101	52,18	48,64	219,11	1513,71	0,84	34,56	259,41	8,08	723,66	1044,36	329,38	12,11	

День 20- ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность у кол	В1,мг	С,мг	А,мгг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник репетитур
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 шк
Каша пшеничная с маслом	150/74	6,43	5,76	23,20	192,87	0,11	0,72	31,10	0,55	109,48	165,23	33,25	1,75	№173 сб шк 2017
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03		100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	№209 сб шк 2017
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	5,97	60,60	0,03	1,30	20,00	0,00	125,48	90,00	14,00	0,10	№ 379 шк 2017 сб
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	Цд338 сб 2017 шк
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 Деля Плюс 2012г
Итого:	584	19,7G	22,50	72,17	395,87	0,48	14,02	191,10	2,16	286,96	387,23	70,65	2,23	
2 - ой ЗАВТРАК														
Нектар плодовой (разлитый)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0195	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№89 сб 2017 шк
Втого:	180	0,90	0,00	18,18	33,32	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	
Итого: завтрак	364	20,6G	22,50	90,85	672,39	0,50	37,62	191,10	2,34	302,56	399,83	77,85	4,75	
Огурцы соленые (доп. 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	№ 21 сб 2017 шк
Суп крестьянский с капустой и мясными фрикадельками	200/11	3,38	5,22	15,90	102,57	0,04	7,96	2,20	1,91	31,07	49,70	14,88	0,63	№98 сб 2017 шк

мясом	200	19,70	24,66	38,19	417,14	0,36	6,8b	0,00	5,10	58,93	402,36	151,64	5,46	№284 сб 2017 ітак
фруктов (сахар 10)	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 тк
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	№ 144 табл. 6 Делн ГЛлюс 2012г,
гіттенінібій	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 Дели Плюс
	73t	29,8y	30,95	1t2,18	790,31	0,54	16,73	2,20	8,34			206,d6	9,62	
	1995	50,48	53,46	202,53	3462,50				10,68				18,37	

День 21 - ый

Наименование блюд п продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В1,щг	С,мг	А,мкг	Z,мг	Сн	P	Mg	Fe	Сборник рецептур
ЗАВТРАКА														
Бутерброд с сыром,с масаом	30/15/10	6,28	12,1 I	15,5S	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	X*3 сб 20f7 шк
Квпіа рисовал молочная с масяом	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	N.°174 сб шк 2017
Яа й с саха ром с лимоном	185/1075	0,13'	0,02	10,20	42,00	0,12	2,00	51,70	4 0 ?	34, 97	301, d	§3,71	3J6	It 77 СБ 2017,мк'
Фрукты свежие (Яблоси)	120	0,4 8	0,48	f t,76	86,40	0,036	12	0	0,24	19,3	13a	10,8	? , V	R°338 сб 2017 шп
Батон высший сорт	30	2,2b	0,87	Z6,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,26	I34 табл. 6 Делк Плтос 2012г,
Втого:	690	37,44	20,35	81,54	61030	0,28	14,9b	356,52						
2 - ой ЗАВТРАК														
Катыс	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	86 шк 2017 сб
Втого:	200	5,8	5	9,6	107			36	0	223,2	165,6	25,2	0,18	
Ртого за завтрак	790	23,24	26Ц5	91,14	71730			19232	5,60	557,81	752,79	t37,5'7	3,76	
ОБГД														
Салат из светкнх овощей	60	0,66	3,63	2,27	44,34	0,02	7,93		0,33	15,26	21,38	11,30	0,40	N° 4 еб шк 2017
Суп вартофельный с фасодью на мясном бульоне	200	4,09	4,28	13,91	106,60	0,12	4,65	0,00	1,95	40,22	110,38	30,64	1,44	L*102 сб шк 2017
Г жуол из отварной говядины	50/50	14,50	22,19	4,89	271,00	0,03	0,92		2,61	21,81	154,15	22,03	3,06	№260 сб шк 2017
Маквронные пд мтия(спагетти) отваркьте с	150/3	5,68	2,84	31,96	176,06	0,06			0,81	11,91	38,07	8,62	0,86	L° 02 сб юк 2017
Компот из изюма (сахар 8)	200	0,3J	0,08	17,87	74,20	0,02	0,00	0,00	0,08	19,96	19,36	8,12	0,41	Ns348сб шк 2017
Хлеб рга+іой	50	3,3	0,60	19,8	gg	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	№ 144 табл. 6 Делм ГЛлюс 2012г,
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	№ 134 табл. 6 Делті Плюс 2012г,
в СЕГО:						0,38	33,50	0,00	6,g1	331,66	444,33	309,81	036	
Вода цигьевая ПЭТ						0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВТОГО эп 21 деть	2093	55,05	58,45	218,64	1182,50	0,30	28,53	392,52	12,52	684,46	1197,12	247,39	1632	
ВСЕГО ЗА 21 ДЕНЯ	43540	1051,75	3096,44	4436,18	31816,83	15,90	1071,08	5082,06	209,93	13965,82	20585,05	4951,15	349,44	
g вредНем На 1 учащегося в деНя	2073	50,08	62,21	211,25	1515,0fi	0,76	51,04		10,00	668,04	980,24	235,77	16,64	

5,60 334,61 587,19 112,37 7,57

0,036 0,063
0,32 15,03

803 31,81 33,10 127,50 865,20
500 0,00 0,00 0,00 0,00