



Утверждено  
директор ООО «АБК-ПРАЙМЕНТ»  
Рахматуллин Р.Р.

Согласовано  
Руководитель образовательного учреждения

# Примерное меню пришкольных лагерей

## 2024

День 1 - вы														
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В,мг	С,мг	А,мг	Е,мг	Са	P	Mg	Fe	Содержание пектина
		белки	жиры	угл-ды										
<b>ЗАВТРАК</b>														
Бульброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 с6 2017 гик
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150/4	5,60	6,25	17,74	145,05	0,14	0,88	29,50	0,12	102,74	137,23	35,70	0,92	№173 с6 инк 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 с6 инк 2017
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№338 с6 2017 инк
Багон	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Деми Пинос 2012г.
<b>Итого:</b>	<b>544</b>	<b>12,12</b>	<b>16,80</b>	<b>72,43</b>	<b>488,35</b>	<b>0,26</b>	<b>13,55</b>	<b>77,50</b>	<b>1,49</b>	<b>198,75</b>	<b>240,79</b>	<b>66,50</b>	<b>5,60</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>														
Печенье	30	2,59	2,49	13,18	92,45	0,05			1,30	9,10	29,40	10,50	0,49	срп 136 табл. 6 Деми Пинос 2012г.
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 с6 инк 2017
<b>Итого:</b>	<b>230</b>	<b>8,39</b>	<b>7,49</b>	<b>22,78</b>	<b>199,45</b>	<b>0,13</b>	<b>2,60</b>	<b>40,00</b>	<b>1,30</b>	<b>249,10</b>	<b>209,40</b>	<b>38,50</b>	<b>0,69</b>	
<b>Итого за завтрак:</b>														
<b>Итого:</b>	<b>774</b>	<b>20,51</b>	<b>24,29</b>	<b>95,21</b>	<b>687,80</b>	<b>0,39</b>	<b>16,15</b>	<b>117,50</b>	<b>2,78</b>	<b>447,85</b>	<b>450,19</b>	<b>105,00</b>	<b>6,29</b>	
<b>ОБЕД</b>														
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 инк 2017
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	200/10	3,47	5,46	21,68	88,00	0,05	12,66	10,00	1,91	48,20	45,30	18,60	0,68	№88,106 с6 2017гик
Жаркое по - домашнему с куриной грудкой	50/150	14,33	28,73	29,77	396,00	0,11	8,99	29,10	3,88	55,70	191,40	43,32	4,17	ТТК
Нектар плодовый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 с6 2017 инк
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	19,8	99	0,085	0	0	0,7	14,5	75	23,5	1,95	срп 144 табл. 6 Деми Пинос 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 табл. 6 Деми Пинос 2012г.
<b>Итого:</b>	<b>740,00</b>	<b>25,70</b>	<b>35,23</b>	<b>111,39</b>	<b>787,72</b>	<b>0,35</b>	<b>40,25</b>	<b>39,10</b>	<b>7,53</b>	<b>147,40</b>	<b>365,90</b>	<b>110,22</b>	<b>10,30</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1514,00</b>	<b>46,22</b>	<b>59,52</b>	<b>206,60</b>	<b>1475,52</b>	<b>0,74</b>	<b>56,40</b>	<b>156,60</b>	<b>10,31</b>	<b>595,25</b>	<b>816,09</b>	<b>215,22</b>	<b>16,59</b>	

День 2 - ой														
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В,мг	С,мг	А,мг	Е,мг	Са	P	Mg	Fe	Содержание пектина
		белки	жиры	угл-ды										
<b>ЗАВТРАК</b>														
Бульброд с сыром, с маслом	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 с6 2017 инк
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5	4,05	5,91	33,82	186,73	0,16	0,86	33,32	0,51	133,70	210,28	63,74	1,55	№173 с6 инк 2017
Ябло отварное	40	5,08	1,60	0,28	62,80	0,03		100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	№209 с6 инк 2017
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 инк 2017
Багон выложий сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Деми Пинос 2012г.
<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>21,73</b>	<b>24,30</b>	<b>72,67</b>	<b>602,83</b>	<b>0,32</b>	<b>2,56</b>	<b>229,22</b>	<b>1,94</b>	<b>471,42</b>	<b>543,64</b>	<b>105,93</b>	<b>3,85</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>														
Нектар плодовый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 с6 2017 инк
<b>Итого:</b>	<b>180</b>	<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>18,18</b>	<b>76,32</b>	<b>0,0198</b>	<b>3,6</b>	<b>0</b>	<b>0,18</b>	<b>12,6</b>	<b>12,6</b>	<b>7,2</b>	<b>2,52</b>	
<b>Итого за завтрак:</b>														
<b>Итого:</b>	<b>690,00</b>	<b>22,63</b>	<b>24,30</b>	<b>90,85</b>	<b>679,15</b>	<b>0,34</b>	<b>6,16</b>	<b>229,22</b>	<b>2,12</b>	<b>484,02</b>	<b>556,24</b>	<b>113,13</b>	<b>6,37</b>	
<b>ОБЕД</b>														
Огульки свежие	60	0,48	0,06	1,50	8,40	0,02	6,00	0,00	0,06	13,80	25,20	8,40	0,36	№71 с6 инк 2017
Суп картофельный с крутой на мясном бульоне	200	1,58	2,47	11,69	68,60	0,07	6,60	0,00	0,98	21,36	44,78	18,22	0,70	№101 с6 инк 2017

Супш 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	№360 от 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	№203 от 2017
Компот из сухофруктов		200	0,66	0,09	22,03	92,80	0,02	0,73	0,51	32,18	23,44	17,46	0,67	№349 от 2017
Хлеб ржаной		50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Деян Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 табл. 6 Деян Плюс 2012г.
Итого:		800	29,22	26,40	111,51	790,10	0,32	14,25	6,07	122,84	385,74	103,83	8,03	
ВСЕГО:		1490,00	51,85	50,70	202,36	1469,25	0,66	20,40	8,19	606,86	941,98	216,96	14,40	

День 3 - ий		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур
Наименование блюд и продуктов			Белки	жиры	угл-ды										
<b>ЗАВТРАК</b>															
Бутерброд с маслом		30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 от 2017 г.	
Затеканка творожная с молоком стухненным		120/30	5,30	5,54	10,50	186,80	0,09	0,61	0,70	271,52	320,24	36,50	1,04	№223 от 2017 г.	
Блины с маслом сливочным		45/5	2,43	0,95	11,60	99,14	0,05	0,00	0,73	11,01	29,90	8,59	0,50	ТТК №656 от 28.04.2020	
Чай с сахаром		190/10	0,10	0,10	10,06	42,66	0,0019	0,19	0	18,939	15,656	8,36	1,588	№376 от 2017 г.	
Фрукты свежие (Яблоки)		120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№338 от 2017 г.	
Батон высшего сорта		30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Деян Плюс 2012г.	
Итого:		590	13,17	16,06	74,89	608,20	0,24	12,80	2,79	334,47	421,00	74,04	6,51		
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>															
Крекер		20	1,84	2,82	12,64	83,20	0,03	0,00	1,30	5,20	21,40	5,00	0,28	№385 от 2017	
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		
Итого:		220	7,64	7,82	22,24	190,20	0,11	2,60	1,30	245,20	201,40	33,00	0,48		
Итого за завтрак:		810	20,81	23,88	97,13	798,40	0,35	15,40	4,09	579,67	622,40	107,04	6,99		
<b>ОБЕД</b>															
Орushi свежие		60	0,48	0,06	1,50	8,40	0,02	6,00	0,06	13,80	25,20	8,40	0,36	№71 от 2017	
Расоляник Ленинградский с мясными фрикадельками, со сметаной		200/11/10	4,07	6,86	10,03	123,57	0,08	6,80	1,98	34,49	74,32	23,78	0,93	№66 от 2017 г.	
Рыба тушеная с овощами		80/40	10,43	11,62	9,04	180,33	0,04	3,05	2,06	131,26	189,75	44,32	0,75	№229 от 2017 г.	
Пюре картофельное с капустой тушеной (доп.гарнир)		150/30	3,68	5,91	32,81	213,35	0,15	23,28	0,77	54,60	98,80	34,01	1,26	№312, 139 от 2017 от	
Напиток из шиповника		200	0,68	0,28	20,76	88,20	0,01	100,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63	№388 от 2017 от	
Хлеб ржаной		50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Деян Плюс 2012г.	
Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 табл. 6 Деян Плюс 2012г.	
Итого:		871	25,67	26,65	113,62	806,85	0,44	139,13	6,76	277,98	492,52	143,05	6,32		
ВСЕГО:		1681,00	46,48	50,53	210,74	1605,25	0,79	154,54	10,85	857,66	1114,92	250,10	13,32		

День 4 - ый		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур
Наименование блюд и продуктов			Белки	жиры	угл-ды										
<b>ЗАВТРАК</b>															
Бутерброд с сардок, с маслом		30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 от 2017 г.	
Каша "Дружба" молочная с маслом		180/4	4,43	2,54	28,07	188,20	0,09	0,86	0,11	118,84	139,55	33,50	0,72	ТТК №71	
Сливочный напиток с молоком		200	3,17	2,68	5,97	60,60	0,04	1,30	0,00	125,48	90,00	14,00	0,10	№379 от 2017 от	
Фрукты свежие (Яблоки)		120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 от 2017 г.	
Батон высшего сорта		30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Деян Плюс 2012г.	
Итого:		589	16,60	18,68	76,77	579,90	0,24	14,27	1,54	427,32	374,75	74,35	4,31		

Наименование биод и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Вит.г	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	P	Mg	Fe	Событие репчур
		белки	жиры	уг-ды										
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>														
Катык	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,04	0,06	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	№386 инв 2017-66
Итого:	200	5,8	5	9,6	107	0,036	0,063	36	0	223,2	165,6	25,2	0,18	
<b>Итого за завтрак:</b>														
	789,00	22,40	23,68	86,37	686,90	0,28	14,33	156,82	1,54	650,52	540,35	99,55	4,49	
<b>ОБЕД</b>														
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	№71-66 инв 2017
Суп - лапша домашняя на курином бульоне, с мясом птицы	200/10	4,39	6,29	9,33	118,80	0,04	0,64	15,82	2,15	28,20	47,20	10,57	0,71	№113,105 инв 2017-66
Овощи тушеные с говяжьим фаршем	50/150	12,01	17,53	35,88	321,45	0,02	14,26	31,25	0,09	54,33	156,42	33,10	1,87	№143,241 инв 2017-66
Нектар плодовый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389-66 инв 2017
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Демя Тимос 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 табл. 6 Демя Тимос 2012г.
Итого:	740	26,30	26,86	115,15	783,97	0,25	33,50	47,07	3,98	126,03	332,82	91,97	8,03	
<b>ВСЕГО:</b>	1529,00	48,70	50,54	201,52	1470,87	0,53	47,83	203,89	5,52	776,55	873,17	191,52	12,52	

Наименование биод и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Вит.г	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	P	Mg	Fe	Событие репчур
		белки	жиры	уг-ды										
<b>День 5 - мй</b>														
<b>ЗАВТРАК</b>														
Булчерброд 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	№1-66 2017 инв
Омлет натуральный	150	12,10	13,05	7,64	187,60	0,10	0,26	324,57	0,75	103,09	225,78	16,14	2,64	№210-66 2017 инв
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	№378-66 инв 2017
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№338-66 2017 инв
Батон высшего сорта	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Демя Тимос 2012г.
Итого:	540	18,62	23,60	62,33	530,90	0,22	12,93	372,57	2,12	199,10	329,34	46,94	7,32	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>														
Нектар плодовый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389-66 2017 инв
Итого:	180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,02	3,60	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	
<b>Итого за завтрак:</b>														
	720,00	19,52	23,60	80,51	607,22	0,24	16,53	372,57	2,30	211,70	341,94	54,14	9,84	
<b>ОБЕД</b>														
Салат из отварной свеклы с маслом растительным	60	0,84	3,61	4,96	55,68	0,01	3,99	0	1,62	21,28	24,38	12,42	0,79	№52-66 2017 инв
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/11	4,07	7,55	13,58	112,77	0,11	9,66	2,20	1,09	26,73	85,02	28,66	1,13	№67 инв 2017-66
Батончик рыбные из минтая	90	11,63	7,38	14,26	171,00	0,07	0,59	8,46	4,52	64,69	166,91	37,03	1,31	№-234 инв 2017-66
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3	5,68	2,84	31,96	176,06	0,06	0,90	0,00	0,81	11,91	38,07	8,62	0,86	№202-66 инв 2017
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,01	0,90	0,00	0,08	14,18	4,40	5,14	0,95	№342-66 2017 инв
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Демя Тимос 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 табл. 6 Демя Тимос 2012г.
Итого:	804	28,72	26,30	132,11	823,11	0,39	15,14	10,66	9,25	161,29	419,78	120,96	7,44	
<b>ВСЕГО:</b>	1524,00	48,24	49,90	212,62	1430,33	0,64	31,67	383,23	11,55	372,99	761,72	175,10	17,28	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Содержание рецептур
		белки	жиры	угл-ды										
<b>День 6 - ый</b>														
<b>Наименование блюд и продуктов</b>														
<b>ЗАВТРАК</b>														
Вутерброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 сб 2017 ук
Каша кукурузная молочная	150	4,11	5,99	26,59	161,00	0,07	0,72	11,10	0,22	102,05	112,96	23,71	1,25	№174 сб 2017 ук
Блины с маслом сливочным	45/5	0,95	0,95	11,60	99,14	0,05	0,00	29,14	0,73	11,01	29,90	8,59	0,50	ТТК №656 сч 28.04.2020
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 сб ук 2017
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	№338 сб 2017 ук
Итого:	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	ср 134 табл. 6 Деят Плане 2012г.
<b>Итого:</b>														
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>														
Ряженка	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	28,00	0	248,00	184,00	28,00	0,20	№386 ук 2017 сб
Итого:	200	5,8	5	8,4	102	0,04	0,6	28	0	248	184	28	0,2	
<b>Итого за завтрак:</b>														
<b>ОБЕД</b>														
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 сб ук 2017
Суп из овощей на курином бульоне, со сметаной	200/10	1,53	5,49	7,68	92,40	0,06	8,34	10,00	1,89	36,68	45,52	17,50	0,64	№99 ук 2017 сб
Плов из отварных куриных 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	№291 ук 2017 сб
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	ср 144 табл. 6 Деят Плане 2012г.
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	ср 134 табл. 6 Деят Плане 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	ср 134 табл. 6 Деят Плане 2012г.
Итого:	790	25,95	26,33	120,42	819,45	0,43	35,11	45,00	4,31	123,30	411,39	133,22	8,42	
<b>Итого:</b>														
<b>ВСЕГО:</b>														
<b>1580,00</b>														
<b>47,42</b>														
<b>51,55</b>														
<b>217,34</b>														
<b>1539,79</b>														
<b>0,74</b>														
<b>50,01</b>														
<b>177,64</b>														
<b>6,63</b>														
<b>671,28</b>														
<b>918,01</b>														
<b>233,45</b>														
<b>14,20</b>														

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Содержание рецептур
		белки	жиры	угл-ды										
<b>День 7 - ой</b>														
<b>Наименование блюд и продуктов</b>														
<b>ЗАВТРАК</b>														
Вутерброд 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	№63 сб 2017 ук
Сырники творожные с молоком стуханным	180/20	7,80	5,21	22,70	182,20	0,12	0,67	102,60	5,15	348,88	452,89	48,34	1,26	№219 сб 2017 ук
Чай 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 ук
Фрукты свежие (Яблоко)	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 ук
Итого:	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	ср 134 табл. 6 Деят Плане 2012г.
<b>Итого:</b>														
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>														
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	№385 сб ук 2017
Итого:	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	
<b>Итого за завтрак:</b>														
<b>ОБЕД</b>														
Огуля соевые (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	№70 сб ук 2017
Суп гороховый с мясными фрикадельками и гречками	200/11/10	7,83	5,66	20,92	176,99	0,22	4,72	2,20	2,22	40,13	107,03	37,20	2,13	№119,105 ук 2017 сб
Копчста из говядины с маслом сливочным	90/3	15,19	14,00	14,84	220,30	0,08	1,08	18,32	2,61	14,30	151,03	25,15	2,34	№271 ук 2017 сб
Картофель запеченный дольками	180	4,90	10,58	37,94	273,60	0,25	26,10	-36,00	8,10	25,65	127,42	48,35	1,78	№314 сб 2017 ук
Комлот из суфлруктов	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 сб ук 2017
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	ср 144 табл. 6 Деят Плане 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	ср 134 табл. 6 Деят Плане 2012г.
Итого:	814	35,16	31,29	135,73	959,69	0,69	33,67	-15,48	14,61	141,66	517,12	161,45	9,49	
<b>Итого:</b>														
<b>ВСЕГО:</b>														
<b>1619</b>														
<b>57,89</b>														
<b>54,98</b>														
<b>220,96</b>														
<b>1621,99</b>														
<b>1,12</b>														
<b>51,04</b>														
<b>250,32</b>														
<b>25,20</b>														
<b>948,50</b>														
<b>1596,70</b>														
<b>317,36</b>														
<b>17,99</b>														

День 8 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды										
<b>ЗАВТРАК</b>														
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	№16 от 2017 инк
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150/5	6,46	6,49	23,21	199,50	0,11	0,72	31,10	0,55	109,48	165,23	33,25	1,75	№173 от инк 2017
Ябло отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03	1,30	100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	№209 от инк 2017
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	5,97	60,60	0,04	0,00	20,00	0,00	125,48	90,00	14,00	0,10	№379 инк 2017 от
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 от 2017 инк
Яблон	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 Деят Пинсе 2012г.
<b>Итого:</b>	<b>585</b>	<b>19,77</b>	<b>23,23</b>	<b>72,19</b>	<b>602,50</b>	<b>0,28</b>	<b>14,02</b>	<b>191,10</b>	<b>2,16</b>	<b>289,96</b>	<b>387,23</b>	<b>70,65</b>	<b>6,23</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>														
Нектар плодовой (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 от 2017 инк
<b>Итого:</b>	<b>180</b>	<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>18,18</b>	<b>76,32</b>	<b>0,02</b>	<b>3,60</b>	<b>0,00</b>	<b>0,18</b>	<b>12,60</b>	<b>12,60</b>	<b>7,20</b>	<b>2,52</b>	
<b>Итого за завтрак:</b>														
<b>Итого:</b>	<b>765</b>	<b>20,67</b>	<b>23,23</b>	<b>90,37</b>	<b>678,82</b>	<b>0,30</b>	<b>17,62</b>	<b>191,10</b>	<b>2,34</b>	<b>302,56</b>	<b>399,83</b>	<b>77,85</b>	<b>8,75</b>	
<b>ОБЕД</b>														
Салат из зеленого горошка к/с	60	1,79	3,11	3,75	50,16	0,06	6,60	0,00	1,44	12,87	35,97	12,48	0,41	№10 от 2016 дошк
Суп крестьянский с пшенной крупой	200	3,58	10,34	4,87	125,00	0,03	7,90	0,00	1,84	28,70	26,86	11,34	0,46	№98 от 2017 инк
Филе куриной грудки тушеное с овощами	50/150	14,16	10,92	35,10	335,50	0,20	12,48	41,70	1,47	75,16	168,94	45,12	4,09	ТТК
Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,12	18,10	74,60	0,01	0,90	0,00	0,16	15,08	6,40	6,34	0,96	№342 от 2017 инк
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 Деят Пинсе 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 Деят Пинсе 2012г.
<b>Итого:</b>	<b>750</b>	<b>26,03</b>	<b>26,41</b>	<b>111,40</b>	<b>788,26</b>	<b>0,43</b>	<b>27,88</b>	<b>41,70</b>	<b>6,05</b>	<b>154,31</b>	<b>339,17</b>	<b>104,38</b>	<b>8,31</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1515</b>	<b>46,70</b>	<b>49,64</b>	<b>201,77</b>	<b>1467,08</b>	<b>0,73</b>	<b>45,50</b>	<b>232,80</b>	<b>8,39</b>	<b>456,87</b>	<b>739,00</b>	<b>182,23</b>	<b>17,07</b>	

День 9 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды										
<b>ЗАВТРАК</b>														
Бутерброд с сыром, с маслом	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 от 2017 инк
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/5	6,73	5,65	33,30	222,60	0,17	1,05	36,20	0,14	123,33	164,73	42,84	1,10	№173 от 2017 инк
Виница с маслом сливочным	45/5	2,43	0,95	11,60	99,14	0,05	0,00	29,14	0,73	11,01	29,90	8,59	0,50	ТТК №656 от 28.04.2020
Чай с молоком, с сахаром	150/40/10	1,46	1,08	11,96	63,70	0,02	0,67	8,00	0,00	63,02	48,36	12,20	1,30	№378 от инк 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	№338 от 2017 инк
Яблон высшего сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	стр 134 табл. 6 Деят Пинсе 2012г.
<b>Итого:</b>	<b>640</b>	<b>19,62</b>	<b>21,14</b>	<b>99,59</b>	<b>716,54</b>	<b>0,34</b>	<b>13,83</b>	<b>144,84</b>	<b>2,30</b>	<b>380,36</b>	<b>388,20</b>	<b>90,48</b>	<b>6,38</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>														
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 от 2017 инк
<b>Итого:</b>	<b>200</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,00</b>	<b>100,00</b>	<b>0,07</b>	<b>1,26</b>	<b>36,00</b>	<b>0,00</b>	<b>216,00</b>	<b>162,00</b>	<b>25,20</b>	<b>0,18</b>	
<b>Итого за завтрак:</b>														
<b>Итого:</b>	<b>840,00</b>	<b>25,42</b>	<b>26,14</b>	<b>107,59</b>	<b>816,54</b>	<b>0,42</b>	<b>15,09</b>	<b>180,84</b>	<b>2,30</b>	<b>596,36</b>	<b>550,20</b>	<b>115,68</b>	<b>6,56</b>	
<b>ОБЕД</b>														
Салат из свежих с маслом растительным	60	0,84	3,61	4,96	55,68	0,01	3,99	0,00	1,62	21,28	24,38	12,42	0,79	№52 от инк 2017
Борщ из свежей капусты на курином бульоне, с маслом сливочным	200/10/10	5,10	13,20	19,14	201,40	0,05	8,82	15,82	2,04	53,94	66,18	23,83	1,19	№82 от инк 2017
Виточки рыбные	90	11,63	7,38	14,26	171,00	0,07	0,59	8,46	4,52	64,69	166,91	37,03	1,31	№234 от инк 2017
Картофельное пюре	180	3,68	5,76	24,53	164,70	0,17	21,79	0,00	0,22	44,37	103,91	33,30	1,21	№312 от инк 2017
Нектар плодовой (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 от 2017 инк
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 Деят Пинсе 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 Деят Пинсе 2012г.
<b>Итого:</b>	<b>820</b>	<b>28,49</b>	<b>30,87</b>	<b>120,54</b>	<b>862,10</b>	<b>0,45</b>	<b>38,79</b>	<b>24,28</b>	<b>9,72</b>	<b>219,38</b>	<b>474,99</b>	<b>142,87</b>	<b>9,42</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1660,00</b>	<b>53,91</b>	<b>57,01</b>	<b>228,13</b>	<b>1678,64</b>	<b>0,86</b>	<b>53,88</b>	<b>205,12</b>	<b>12,01</b>	<b>815,74</b>	<b>1025,18</b>	<b>258,55</b>	<b>15,98</b>	



Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Срок годности
		белки	жиры	угл-ды										
<b>ЗАВТРАК</b>														
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	№116 от 2017 г. №173 от 2017 г. ТТК №656 от 28.04.2020
Капша геркулесовая молочная	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	
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	№379 от 2017 г. №338 от 2017 г.
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 (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	срп 134 табл. 6 Дина Тимос 2012г.
Яблоки 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	
<b>Итого:</b>														
Итого:	590	14,75	17,01	85,43	580,04	0,33	14,02	100,24	2,48	279,91	349,09	94,30	5,27	№386 от 2017 г.
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>														
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	№171 от 2017 г. №108,105 от 2017 г.
Итого:	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,04	0,06	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	
<b>Итого за завтрак:</b>														
Итого:	790	20,55	22,01	95,03	687,04	0,37	14,08	136,24	2,48	503,11	514,69	119,50	5,45	
<b>ОБЕД</b>														
Отруби свежие	60	0,48	0,06	1,50	8,40	0,02	6,00	0,00	0,06	13,80	25,20	8,40	0,36	№371 от 2017 г. №108,105 от 2017 г.
Суп картофельный с клецками, с мясными фрикадельками	200/11	5,04	14,96	15,12	136,97	0,09	4,66	19,04	1,37	29,09	80,62	23,82	1,11	
Терфени 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	108,03	19,51	0,99	№280 от 2017 г. №171 от 2017 г.
Капша гречневая рассыпчатая	150	8,77	2,30	39,73	214,00	0,21	0,00	0,00	0,39	23,99	207,35	140,52	4,71	
Нектар плодовый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	срп 144 табл. 6 Дина Тимос 2012г. срп 134 табл. 6 Дина Тимос 2012г.
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	
Итого:	811	31,58	28,02	124,32	798,05	0,53	14,58	53,17	3,77	132,95	534,80	228,55	12,08	
<b>ВСЕГО:</b>	1601	52,13	50,03	219,34	1485,09	0,89	28,67	189,41	6,25	636,05	1049,49	348,06	17,53	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Срок годности
		белки	жиры	угл-ды										
<b>День 13 -ый</b>														
<b>ЗАВТРАК</b>														
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	№116 от 2017 г. №174 от 2017 г.
Капша рисовая молочная с маслом сливочным	180/5	8,30	6,87	28,61	237,20	0,05	0,86	33,32	0,16	116,64	140,50	32,81	0,53	
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 от 2017 г. №338 от 2017 г.
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	
Яблоки сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Дина Тимос 2012г.
Итого:	575	14,82	17,42	83,30	580,50	0,17	13,53	81,32	1,53	212,66	244,06	63,61	5,21	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>														
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	№385 от 2017 г.
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	
<b>Итого за завтрак:</b>														
Итого:	775	20,62	22,42	92,90	687,50	0,25	16,13	121,32	1,53	452,66	424,06	91,61	5,41	
<b>ОБЕД</b>														
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 от 2017 г. №102 от 2017 г.
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	2,03	39,50	86,88	30,49	1,83	
Рыба запеченная с луком	80/10	11,25	10,78	4,02	158,28	0,09	2,13	35,64	3,71	32,61	137,61	36,78	0,69	ТТК №312 от 2017 г. №349 от 2017 г.
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	
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	22,03	92,80	0,02	0,73	0,00	0,51	32,18	23,44	17,46	0,67	срп 144 табл. 6 Дина Тимос 2012г. срп 134 табл. 6 Дина Тимос 2012г.
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	23,50	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	0,44	
Итого:	830	29,32	26,75	111,60	787,98	0,63	44,55	41,46	8,03	179,56	468,44	159,13	7,33	
<b>ВСЕГО:</b>	1605,00	49,94	49,16	204,50	1475,48	0,88	60,68	162,78	9,56	632,22	892,50	250,74	12,74	



Наименование Блода и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Ссылка рецептур
		белки	жиры	угл-ды										
<b>День 14 - мй</b>														
<b>ЗАВТРАК</b>														
Бутерброд с сыром, с маслом	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 05 2017 шк
Каши манная молочная с маслом сливочным	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	№181 05 2017 шк
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03	0,00	100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	№209 05 шк 2017
Какао с молоком	200	4,08	3,81	7,60	78,60	0,056	1,588	24,4	0	151,92	124,56	21,34	0,448	№382 05 шк 2017
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	№338 05 2017 шк
Битон высшего сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Деши Плюс 2012г.
<b>Итого:</b>	<b>600</b>	<b>21,72</b>	<b>24,10</b>	<b>74,87</b>	<b>602,60</b>	<b>0,25</b>	<b>14,57</b>	<b>229,40</b>	<b>2,03</b>	<b>456,65</b>	<b>434,45</b>	<b>68,22</b>	<b>5,28</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>														
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	2,52	№389 05 2017 шк
<b>Итого:</b>	<b>180</b>	<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>18,18</b>	<b>76,32</b>	<b>0,02</b>	<b>3,60</b>	<b>0,00</b>	<b>0,18</b>	<b>12,60</b>	<b>12,60</b>	<b>7,20</b>	<b>2,52</b>	
<b>ОБЕД</b>														
Салат из свежих овощей	60	0,66	3,63	2,27	44,34	0,02	7,93	0,00	0,33	15,26	21,38	11,30	0,40	№24 05 шк 2017
Рассольник Домашний с крутинами фриказельскими, со сметаной	200/11/10	3,93	7,93	14,39	180,46	0,09	10,65	14,38	1,95	45,66	70,21	24,95	1,00	№95 05 шк 2017
Колбасы "Аппетитные"	90	8,71	11,14	5,71	128,35	0,06	1,79	14,38	1,41	16,80	130,71	16,90	1,79	ТТК
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3	5,68	2,84	31,96	176,06	0,06	0,00	0,00	0,81	11,91	38,07	8,62	0,86	№202 05 шк 2017
Компот из изюма	200	0,346	0,08	17,874	74,2	0,02	0,00	0,00	0,08	19,96	19,36	8,12	0,41	№348 05 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	срп 144 табл. 6 Деши Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 табл. 6 Деши Плюс 2012г.
<b>Итого:</b>	<b>814</b>	<b>25,66</b>	<b>26,53</b>	<b>111,68</b>	<b>796,41</b>	<b>0,38</b>	<b>20,37</b>	<b>28,75</b>	<b>5,72</b>	<b>132,09</b>	<b>380,73</b>	<b>98,99</b>	<b>6,85</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1594</b>	<b>48,28</b>	<b>50,63</b>	<b>204,73</b>	<b>1475,33</b>	<b>0,65</b>	<b>38,54</b>	<b>258,15</b>	<b>7,92</b>	<b>601,34</b>	<b>827,78</b>	<b>174,40</b>	<b>14,65</b>	

Наименование Блода и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Ссылка рецептур
		белки	жиры	угл-ды										
<b>День 15 - мй</b>														
<b>ЗАВТРАК</b>														
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 05 2017 шк
Сырники творожные с молоком стученным	180/20	7,80	5,21	22,70	182,20	0,12	0,67	102,60	5,15	348,88	452,89	48,34	1,26	№219 05 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	1,59	№376 СБ 2017 шк
Фрукты свежие (Яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№338 05 2017 шк
Битон	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Деши Плюс 2012г.
<b>Итого:</b>	<b>590</b>	<b>13,24</b>	<b>14,78</b>	<b>75,49</b>	<b>504,46</b>	<b>0,23</b>	<b>12,86</b>	<b>142,60</b>	<b>6,52</b>	<b>400,82</b>	<b>523,74</b>	<b>75,30</b>	<b>6,23</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>														
Печенье	30	2,59	2,49	13,18	92,45	0,05	0,60	28,00	1,30	9,10	29,40	10,50	0,49	срп 136 табл. 6 Деши Плюс 2012г.
Раженка	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	№386 шк 2017 05
<b>Итого:</b>	<b>230</b>	<b>8,39</b>	<b>7,49</b>	<b>21,58</b>	<b>194,45</b>	<b>0,04</b>	<b>0,60</b>	<b>28,00</b>	<b>0,00</b>	<b>248,00</b>	<b>184,00</b>	<b>28,00</b>	<b>0,20</b>	
<b>Итого за завтрак:</b>														
<b>Итого:</b>	<b>820</b>	<b>21,63</b>	<b>22,27</b>	<b>97,07</b>	<b>698,91</b>	<b>0,27</b>	<b>13,46</b>	<b>170,60</b>	<b>6,52</b>	<b>648,82</b>	<b>707,74</b>	<b>103,30</b>	<b>6,43</b>	
<b>ОБЕД</b>														
Остатки свежие порционно	60	0,48	0,06	1,50	8,40	0,02	6,00	0,00	0,06	13,80	25,20	8,40	0,36	№71 05 шк 2017
Суп-лапша домашняя с картофелем 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	№113 05 шк 2017
Фрикассе из отварных куриных грудок	50/50	14,82	18,50	15,50	273,80	0,13	7,84	41,56	0,28	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	0,18	1,37	60,95	16,34	0,53	№304 05 шк 2017
Нектар плодовой (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,70	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 05 2017 шк
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,44	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Деши Плюс 2012г.

Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	стр.134 табл. 6 Денса Планс 2012г.
Итого:	780	28,24	29,29	120,64	853,82	0,36	17,84	51,56	3,72	154,82	286,22	107,14	9,37	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1600</b>	<b>49,87</b>	<b>51,56</b>	<b>217,71</b>	<b>1552,73</b>	<b>0,63</b>	<b>31,29</b>	<b>222,16</b>	<b>10,24</b>	<b>803,64</b>	<b>993,96</b>	<b>210,45</b>	<b>15,80</b>	

**День 16 - ый**

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур	
		белки	жиры	угл-ды											
<b>ЗАВТРАК</b>															
Бульброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 65 2017 ук №174 65 2017 ук ТТК №656 стр.28.04.2020 №379 ук 2017 65 №338 65 2017 ук стр.134 табл. 6 Денса Планс 2012г.	
Каша кукурузная молочная	150	4,11	5,99	26,59	161,00	0,07	0,72	11,10	0,22	102,05	112,96	23,71	1,25		
Блинны 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		
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 (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		
Ватон высшего сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36		
<b>Итого:</b>	<b>590</b>	<b>14,76</b>	<b>19,09</b>	<b>86,89</b>	<b>600,34</b>	<b>0,26</b>	<b>14,02</b>	<b>100,24</b>	<b>2,31</b>	<b>271,54</b>	<b>288,06</b>	<b>64,90</b>	<b>5,23</b>		
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>															
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20		№385 65 ук 2017
<b>Итого:</b>	<b>200</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>9,60</b>	<b>107,00</b>	<b>0,08</b>	<b>2,60</b>	<b>40,00</b>	<b>0,00</b>	<b>240,00</b>	<b>180,00</b>	<b>28,00</b>	<b>0,20</b>		
<b>Итого за завтрак:</b>															
<b>ОБЕД</b>															
Салат из отварной свеклы с зеленым порошком к/с	60	0,99	2,47	4,38	43,74	0,03	4,12	0,00	1,13	17,00	24,97	11,04	0,78	№53 65 ук 2017	
Щи из свежей капусты, с картофелем, с мясными фрикадельками, со 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		
Виточки рыбные из минтая с маслом сливочным	90/5	11,67	11,01	14,33	204,00	0,07	0,59	28,46	4,57	65,89	168,41	37,03	1,32	№ 234 ук 2017 65	
Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	0,14	18,16	0,00	0,18	36,98	86,60	27,75	1,01		
Комлот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,01	0,90	0,00	0,08	14,18	4,40	5,14	0,95	№342 65 2017 ук стр.144 табл. 6 Денса Планс 2012г.	
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95		
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 Денса Планс 2012г.	
<b>Итого:</b>	<b>816</b>	<b>26,09</b>	<b>27,00</b>	<b>113,27</b>	<b>802,16</b>	<b>0,44</b>	<b>36,49</b>	<b>40,66</b>	<b>9,08</b>	<b>207,11</b>	<b>453,52</b>	<b>132,19</b>	<b>7,31</b>		
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1606</b>	<b>46,65</b>	<b>51,09</b>	<b>209,75</b>	<b>1509,50</b>	<b>0,78</b>	<b>53,11</b>	<b>180,90</b>	<b>11,39</b>	<b>718,66</b>	<b>921,58</b>	<b>225,09</b>	<b>12,74</b>		

**День 17 - ый**

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур	
		белки	жиры	угл-ды											
<b>ЗАВТРАК</b>															
Бульброд с сыром, с маслом	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 65 2017 ук №210 65 2017 ук №378 65 ук 2017 №338 65 2017 ук стр.134 табл. 6 Денса Планс 2012г.	
Омлет натуральный	150	12,10	13,05	2,64	187,60	0,10	0,26	324,57	0,75	103,09	225,78	16,14	2,64		
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		
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		
Ватон высшего сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36		
<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>23,07</b>	<b>24,89</b>	<b>75,61</b>	<b>582,40</b>	<b>0,23</b>	<b>13,03</b>	<b>404,07</b>	<b>2,18</b>	<b>349,10</b>	<b>419,34</b>	<b>55,19</b>	<b>7,42</b>		
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>															
Нектар плодовой (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52		№389 65 2017 ук
<b>Итого:</b>	<b>180</b>	<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>18,18</b>	<b>76,32</b>	<b>0,02</b>	<b>3,60</b>	<b>0,00</b>	<b>0,18</b>	<b>12,60</b>	<b>12,60</b>	<b>7,20</b>	<b>2,52</b>		
<b>Итого за завтрак:</b>															
<b>ОБЕД</b>															
Салат из фасоли с кукурузой и соевыми отрудами	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 на курином бульоне, с мясом птицы	200/10	4,21	4,12	13,53	117,40	0,11	9,84	5,82	1,11	29,72	78,58	27,15	1,15		

Сухая грудка запеченная с овощами и сыром	120	8,28	3,41	27,00	198,90	0,04	0,07	43,00	0,37	142,90	217,30	27,50	22,07	ТТК
Молочное рагу	180	3,11	13,25	15,35	179,00	0,11	22,52	46,80	3,53	64,73	78,30	29,27	1,06	№143 от 2017 г.гк
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	22,03	92,80	0,02	0,73	0,00	0,51	32,18	23,44	17,46	0,67	№349 от 2017 г.гк
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	ср 144 г.гк. 6 Девиз 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	ср 134 г.гк. 6 Девиз Плюс 2012г.
Итого:	860	29,16	28,82	133,66	941,20	0,67	33,78	95,62	8,74	360,88	703,41	202,60	30,30	
ВСЕГО:	1595	53,13	53,71	227,45	1599,92	0,92	50,41	499,69	11,10	722,58	1135,35	264,98	40,24	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Содержание рецептур
		белки	жиры	угл-ды										
<b>День 18 - вых</b>														
<b>ЗАВТРАК</b>														
Вутерброд 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 от 2017 г.гк
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/4	4,43	2,54	28,07	188,20	0,09	0,86	29,32	0,11	118,84	139,55	33,50	0,72	ТТК №71
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 от 2017 г.гк
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 от 2017 г.гк
Витон витаминный 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	ср 134 г.гк. 6 Девиз Плюс 2012г.
Итого:	574	13,57	15,82	78,40	546,40	0,25	14,45	93,72	1,48	303,76	319,31	73,44	4,55	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>														
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	№71 от 2017 г.гк
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 от 2017 г.гк
Итого:	200	5,97	10,60	19,70	198,50	0,08	1,26	37,00	0,95	217,50	170,50	26,20	1,04	
Итого за завтрак:	774	19,54	26,42	98,10	744,90	0,33	15,71	130,72	2,43	521,26	489,81	99,64	5,58	
<b>ОБЕД</b>														
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 от 2017 г.гк
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 от 2017 г.гк
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	№265 от 2017 г.гк
Компот из яблок и яблок	200	0,35	0,08	31,85	130,20	0,02	0,00	0,00	0,08	20,38	19,36	8,12	0,46	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	1,95	ср 144 г.гк. 6 Девиз 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	ср 134 г.гк. 6 Девиз Плюс 2012г.
Итого:	760	30,71	29,88	133,35	898,94	0,46	21,46	0,00	7,78	107,18	463,06	134,40	8,73	
ВСЕГО:	1534	50,25	56,30	231,44	1643,84	0,79	37,17	130,72	10,21	628,44	952,87	234,03	14,31	

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Содержание рецептур
		белки	жиры	угл-ды										
<b>День 19 - вых</b>														
<b>ЗАВТРАК</b>														
Вутерброд 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 от 2017 г.гк
Пудинг из творога со сгущенным молоком	120/30	3,80	3,82	15,48	93,90	0,12	0,56	100,08	0,74	247,76	296,15	39,22	1,33	№222 от 2017 г.гк
Блинны с маслом сливочным	45/5	2,43	0,95	11,60	99,14	0,05	0,00	29,14	0,73	11,01	29,90	8,59	0,50	ТТК №65 от 28.04.2020
Чай с сахаром	190/10	0,38	0,10	10,06	42,66	0,00	0,19	0,00	0,00	18,94	15,66	8,36	1,59	№376 от 2017 г.гк
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 от 2017 г.гк
Витон витаминный 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	ср 134 г.гк. 6 Девиз Плюс 2012г.
Итого:	590	11,67	14,34	79,87	515,30	0,27	12,75	169,22	2,84	310,71	396,91	74,76	6,80	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>														
Крекер	20	1,84	2,82	12,64	83,20	0,03	0,00	40,00	1,30	5,20	21,40	5,00	0,28	№385 от 2017 г.гк
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	1,30	240,00	180,00	28,00	0,20	
Итого:	220	7,64	7,82	22,24	190,20	0,11	2,60	40,00	1,30	245,20	201,40	33,00	0,48	
Итого за завтрак:	810	19,31	22,16	102,11	705,50	0,38	15,35	209,22	4,14	555,91	598,31	107,76	7,28	

Наименование биолог и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	P	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	угле-ды										
<b>ОБЕД</b>														
Овощи свежие	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 ук 2017
Борщ с капустой, с картошкой, фрикадельками со сметаной	200/11/10	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 ук
Шницель куриный натуральный	90	13,09	12,24	8,14	194,63	0,04	0,92	35,82	0,20	41,42	93,69	12,98	1,01	№306 сб динт 2016
Каша гречневая рассычатая	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 ук 2017
Нектар плодовой (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	№389 сб 2017 ук
Нектар яблочный (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	№389 сб 2017 ук
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Динт Пмос 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0,44	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 табл. 6 Динт Пмос 2012г.
<b>Итого:</b>	<b>791</b>	<b>32,78</b>	<b>26,48</b>	<b>117,01</b>	<b>808,21</b>	<b>0,46</b>	<b>19,21</b>	<b>50,20</b>	<b>3,94</b>	<b>167,95</b>	<b>501,07</b>	<b>221,58</b>	<b>12,11</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1601</b>	<b>52,08</b>	<b>48,64</b>	<b>219,11</b>	<b>1513,71</b>	<b>0,84</b>	<b>34,56</b>	<b>259,41</b>	<b>8,08</b>	<b>723,86</b>	<b>1099,38</b>	<b>329,35</b>	<b>19,39</b>	

Наименование биолог и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	P	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	угле-ды										
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>														
Нектар плодовой (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	№389 сб 2017 ук
<b>Итого:</b>	<b>180</b>	<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>18,18</b>	<b>76,32</b>	<b>0,02</b>	<b>3,60</b>	<b>0,00</b>	<b>0,18</b>	<b>12,60</b>	<b>12,60</b>	<b>7,20</b>	<b>2,52</b>	
<b>Итого за завтрак:</b>														
<b>Итого:</b>	<b>764</b>	<b>20,66</b>	<b>22,50</b>	<b>90,35</b>	<b>672,19</b>	<b>0,30</b>	<b>17,62</b>	<b>191,10</b>	<b>2,34</b>	<b>302,56</b>	<b>399,83</b>	<b>77,85</b>	<b>8,75</b>	
<b>ОБЕД</b>														
Овощи соленные (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 ук
Суп крестьянский с пшенной крутой с маисными 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 ук
Запеканка картофельная с мясом	200	19,70	24,66	38,19	417,14	0,36	6,83	0,00	5,10	58,93	402,36	151,64	5,46	№284 сб 2017 ук
Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,12	18,10	74,60	0,01	0,90	0,00	0,16	15,08	6,40	6,34	0,96	№342 сб 2017 ук
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Динт Пмос 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0,44	0,44	8	26	5,6	0,44	срп 134 табл. 6 Динт Пмос 2012г.
<b>Итого:</b>	<b>731</b>	<b>29,82</b>	<b>30,95</b>	<b>112,18</b>	<b>790,31</b>	<b>0,54</b>	<b>16,73</b>	<b>2,20</b>	<b>8,34</b>	<b>134,48</b>	<b>566,66</b>	<b>206,16</b>	<b>9,62</b>	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1495</b>	<b>50,48</b>	<b>53,46</b>	<b>202,53</b>	<b>1462,50</b>	<b>0,84</b>	<b>34,35</b>	<b>193,30</b>	<b>10,68</b>	<b>437,03</b>	<b>966,48</b>	<b>284,01</b>	<b>18,37</b>	

**День 21 - ый**

Наименование биолог и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В.мг	С.мг	А.мкг	Е.мг	Са	P	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	угле-ды										
<b>ЗАВТРАК</b>														
Бутерброд с сыром, с маслом	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 сб 2017 ук
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180/5	8,30	6,87	28,61	237,20	0,05	0,86	33,32	0,16	116,64	140,50	32,81	0,53	№174 сб ук 2017
Чай 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 ук
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	№38 сб 2017 ук
Фрукты высуш сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Динт Пмос 2012г.
<b>Итого:</b>	<b>590</b>	<b>17,44</b>	<b>20,35</b>	<b>81,54</b>	<b>610,30</b>	<b>0,28</b>	<b>14,97</b>	<b>156,52</b>	<b>5,60</b>	<b>334,61</b>	<b>587,19</b>	<b>112,37</b>	<b>7,57</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>														
Капук	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,04	0,06	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	№386 ук 2017 сб
<b>Итого:</b>	<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>5</b>	<b>9,6</b>	<b>107</b>	<b>0,036</b>	<b>0,063</b>	<b>36</b>	<b>0</b>	<b>223,2</b>	<b>165,6</b>	<b>25,2</b>	<b>0,18</b>	
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>790</b>	<b>23,24</b>	<b>25,35</b>	<b>91,14</b>	<b>717,30</b>	<b>0,32</b>	<b>15,03</b>	<b>192,52</b>	<b>5,60</b>	<b>557,81</b>	<b>752,79</b>	<b>137,57</b>	<b>7,75</b>	

	ОБЕД													
Салат из свежих овощей	60	0,66	3,63	2,27	44,34	0,02	7,93		0,33	15,26	21,38	11,30	0,40	№24 от инв 2017
Суп картофельный с фасолью на мясном бульоне	200	4,09	4,28	12,91	106,60	0,12	4,65	0,00	1,95	40,22	110,38	30,64	1,44	№102 от инв 2017
Гуляш 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 от инв 2017
Макаронные изделия(спагетти) отварные с маслом сливочным	150/3	5,68	2,84	31,96	176,06	0,06			0,81	11,91	38,07	8,62	0,86	№348 от инв 2017
Компот из яблок	200	0,35	0,08	17,87	74,20	0,02	0,00	0,00	0,08	19,96	19,36	8,12	0,41	стр 144 инв. 6 Дзем Тинес 2012г.
Хлеб ржаной	50	3,3	0,60	19,8	99	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	стр 134 инв. 6 Дзем Тинес 2012г.
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44	
<b>ВСЕГО:</b>	803	31,81	33,10	127,50	865,20	0,38	13,50	0,00	6,91	131,66	444,33	109,81	8,56	
<b>ИТОГО за 21 день</b>	1593	55,05	58,45	218,64	1582,50	0,70	28,53	192,52	12,52	689,46	1197,12	247,39	16,32	
<b>ВСЕГО ЗА 21 ДЕНЬ</b>	33040	1053,75	1102,45	4456,28	31906,87	15,90	1071,08	5082,06	209,93	13965,82	20585,05	4951,15	349,44	
<b>В среднем на 1 учащегося в день</b>	1573	50,18	52,50	212,20	1519,37	0,76	51,00	242,00	10,00	665,04	980,24	235,77	16,64	