

"СОГЛАСОВАНО"

Директор
МБОУ СОШ г. Пионерского
Т.В. Леткова
2023 г.



"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Школьное питание"
И.В. Фирнаго
20 сентября 2023 г.



**Меню основного организованного питания
для учащихся среднего образовательного учреждения Пионерского ГО
возрастная категория от 7 -11 лет
2023-2024 г.**

Возрастная градация : 7-11 лет; 50-60 % от суточного рациона

| Наименование блюд | № рецепту | Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Энерг. ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|-------------------|-----------|----------|----------------------|---------|----------|-----------------|---------------|---|---|---|---------------------------|---|----|----|
| | | | Белки, г | Жиры, г | глеводы, | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |

01 день понедельник (1 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Бутерброд с маслом и твердым сыром 1/30/10/20 | 1277 | 60 | 7,26 | 12,59 | 15,74 | 205,31 | 0,13 | 0,14 | 0,082 | 0,237 | 202,438 | 123,039 | 23,34 | 1,1 |
| 2 | Каша рисовая вязкая молочная с маслом 1/150 | 1721 | 150 | 3,555 | 5,081 | 24,359 | 157,388 | 0,077 | 0,829 | 0,031 | 0,225 | 92,321 | 133,089 | 35,846 | 0,579 |
| 3 | Кофейный напиток с молоком 1/200 | 1713 | 200 | 1,814 | 1,512 | 19,529 | 98,976 | 0 | 0,785 | 0,014 | 0,007 | 79,936 | 54,897 | 10,04 | 0,114 |
| 4 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,65 | 0,3 | 8,95 | 41,1 | 0,035 | 35 | | 0,2 | 25 | 17 | 11 | 1,25 |
| Итого: | | | 510 | 13,279 | 19,483 | 68,578 | 502,774 | 0,242 | 36,754 | 0,127 | 0,669 | 399,695 | 328,025 | 80,226 | 3,043 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Салат из моркови с кукурузой 1/60 | 1824 | 60 | 0,802 | 2,441 | 4,517 | 43,241 | 0,028 | 2,736 | 0,864 | 1,229 | 18,276 | 28,977 | 18,087 | 0,315 |
| 2 | Суп с рисом и томатом на бульоне 1/200 | 1275 | 200 | 4,432 | 6,488 | 17,398 | 145,711 | 0,095 | 7,154 | 0,006 | 2,011 | 29,424 | 72,724 | 27,738 | 0,970 |
| 3 | Биточек куриный запеченный в соусе 1/90 | 1432 | 90 | 12,292 | 12,942 | 12,962 | 217,494 | 0,055 | 1,715 | 0,048 | 3,062 | 15,659 | 89,507 | 41,797 | 0,938 |
| 4 | Рагу из овощей 1/150 | 1448 | 150 | 2,772 | 7,126 | 18,881 | 150,744 | 0,122 | 32,919 | 0,540 | 3,255 | 46,901 | 77,622 | 35,691 | 1,286 |
| 5 | Компот из изюма 1/200 | 1201 | 200 | 0,435 | 0,090 | 24,900 | 102,150 | 0,030 | | | 0,038 | 21,000 | 19,356 | 8,200 | 0,497 |
| 6 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 |
| 7 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | 653 | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 |
| Итого: | | | 740 | 23,133 | 29,487 | 99,457 | 755,740 | 0,452 | 44,524 | 1,458 | 10,055 | 137,884 | 327,012 | 151,113 | 5,625 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|-----|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|----------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| 1 | Йогурт фруктовый питьевой 1/180 | 121 | 180 | 5,274 | 4,500 | 20,322 | 142,884 | 0,054 | 1,080 | 0,018 | | 223,200 | 171,000 | 27,000 | 0,180 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) РХ | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,300 | 8,950 | 41,100 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 12,534 | 11,750 | 85,170 | 496,566 | 0,203 | 36,080 | 0,308 | 2,900 | 266,400 | 194,800 | 49,300 | 2,330 |
| Всего: | | | | 48,946 | 60,72 | 253,205 | 1755,08 | 0,897 | 117,358 | 1,893 | 13,624 | 803,979 | 849,837 | 280,639 | 10,998 |

02 день вторник (1 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Салат из моркови с маслом 1/60 | 1801 | 60 | 0,749 | 3,654 | 4,274 | 52,979 | 0,035 | 2,880 | 1,152 | 1,814 | 17,769 | 32,130 | 22,020 | 0,422 |
| 2 | Жаркое по-домашнему с курицей 1/200 | 1702 | 200 | 17,499 | 17,413 | 29,310 | 343,955 | 0,250 | 35,650 | 0,320 | 3,888 | 40,908 | 208,981 | 93,864 | 2,542 |
| 3 | Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,020 | 2,060 | 0,000 | 0,010 | 14,528 | 6,050 | 5,264 | 0,569 |
| 4 | Хлеб пшеничный 1/40 | -/- | 40 | 2,400 | 0,400 | 20,800 | 96,400 | 0,164 | | | 0,076 | 0,050 | 0,052 | 16,400 | 1,440 |
| Итого: | | | 505 | 20,813 | 21,503 | 69,575 | 555,080 | 0,469 | 40,590 | 1,472 | 5,788 | 73,255 | 247,212 | 137,548 | 4,973 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Салат из свежей капусты с кукурузой и морковью 1/60 | 1819 | 60 | 1,026 | 3,644 | 4,626 | 55,408 | 0,018 | 19,661 | 0,120 | 1,650 | 26,925 | 20,481 | 10,314 | 0,304 |
| 2 | Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/200 | 1439 | 200 | 4,066 | 6,943 | 10,813 | 122,004 | 0,049 | 14,854 | 0,172 | 2,000 | 46,194 | 44,034 | 21,988 | 1,193 |
| 3 | Мясо тушеное (свинина) 1/90 | 123 | 90 | 14,848 | 16,636 | 3,295 | 222,297 | 0,473 | 0,450 | | 1,055 | 11,223 | 102,993 | 15,233 | 0,922 |
| 4 | Каша гречневая с маслом 1/150 | 1680 | 150 | 6,878 | 5,119 | 35,774 | 216,673 | 0,226 | | 0,021 | 3,544 | 22,005 | 159,153 | 106,401 | 3,573 |
| 5 | Напиток из шиповника 1/200 | 656 | 200 | 0,240 | 0,020 | 16,428 | 66,854 | 0,000 | 0,040 | 0,000 | | 11,052 | 3,302 | 3,676 | 0,375 |
| 6 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| 7 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | 653 | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 |
| Итого: | | | 740 | 29,457 | 32,763 | 91,735 | 779,635 | 0,888 | 35,005 | 0,313 | 8,747 | 124,024 | 368,788 | 177,212 | 7,987 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|------------|--------------|---------------|----------------|----------------|--------------|----------------|--------------|---------------|----------------|---------------|---------------|--------------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 23,400 | 93,602 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | | | | |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) РХ | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,300 | 8,950 | 41,100 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 7,260 | 7,250 | 88,248 | 447,284 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 43,200 | 23,800 | 22,300 | 2,150 |
| Всего: | | | | 57,53 | 61,516 | 249,558 | 1782 | 1,542 | 112,215 | 2,075 | 17,453 | 240,479 | 639,8 | 337,06 | 15,11 |

03 день среда (1 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|------------------------------------|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Омлет с курицей и картофелем 1/200 | 1079 | 200 | 22,423 | 21,592 | 6,430 | 309,736 | 0,127 | 6,023 | 0,256 | 3,854 | 107,482 | 292,729 | 52,129 | 3,400 |
| 2 | Какао с молоком 1/180 | 1707 | 180 | 3,170 | 2,466 | 18,272 | 107,960 | 0,002 | 1,170 | 0,018 | 0,005 | 114,759 | 92,793 | 21,150 | 0,528 |
| 3 | Хлеб пшеничный 1/30 | 653 | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,123 | | | 0,057 | 0,038 | 0,039 | 12,300 | 1,080 |
| 4 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,300 | 8,950 | 41,100 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 510 | 28,042 | 24,658 | 49,252 | 531,096 | 0,287 | 42,193 | 0,274 | 4,117 | 247,279 | 402,560 | 96,579 | 6,258 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|-------------|
| 1 | Салат овощной с яблоками 1/60 | 1422 | 60 | 0,888 | 3,662 | 4,518 | 54,586 | 0,020 | 15,600 | 0,240 | 1,680 | 23,673 | 21,615 | 12,336 | 0,508 |
| 2 | Суп картофельный с вермишелью на бульоне 1/200 | 1587 | 200 | 4,518 | 6,461 | 13,385 | 129,762 | 0,064 | 7,242 | 0,166 | 2,120 | 26,574 | 37,014 | 15,088 | 0,829 |
| 3 | Котлета рыбная запеченная в белом соусе | 1766 | 90 | 10,432 | 9,395 | 20,311 | 207,525 | 0,109 | 0,853 | 0,03 | 2,545 | 28,567 | 115,527 | 26,612 | 1,012 |
| 4 | Картофельное пюре с маслом 1/150 | 1720 | 150 | 3,404 | 4,904 | 22,940 | 149,511 | 0,161 | 27,053 | 0,026 | 0,186 | 47,160 | 100,554 | 34,275 | 1,281 |
| 5 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/200 | 116 | 200 | 0,000 | 0,000 | 26,000 | 104,003 | 0,040 | 1,800 | | 0,020 | | | | |
| 6 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| 7 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | 653 | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 |
| Итого: | | | 740 | 21,642 | 24,822 | 107,954 | 741,787 | 0,516 | 52,548 | 0,462 | 7,049 | 132,599 | 313,536 | 107,911 | 5,25 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---------------------------------|-----|-----|-------|-------|--------|---------|-------|-------|-------|--|---------|---------|--------|-------|
| 1 | Йогурт фруктовый питьевой 1/180 | 121 | 180 | 5,274 | 4,500 | 20,322 | 142,884 | 0,054 | 1,080 | 0,018 | | 223,200 | 171,000 | 27,000 | 0,180 |
|---|---------------------------------|-----|-----|-------|-------|--------|---------|-------|-------|-------|--|---------|---------|--------|-------|

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|---------------|---------------|----------------|----------------|----------------|----------------|---------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) РХ | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,300 | 8,950 | 41,100 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 12,534 | 11,750 | 85,170 | 496,566 | 0,203 | 36,080 | 0,308 | 2,900 | 266,400 | 194,800 | 49,300 | 2,330 |
| Всего: | | | 62,218 | 61,23 | 242,376 | 1769,45 | 1,006 | 130,821 | 1,044 | 14,066 | 646,278 | 910,896 | 253,79 | 13,838 | |

04 день четверг (1 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Салат из сырых овощей 1/60 | 1817 | 60 | 0,883 | 2,453 | 4,283 | 42,737 | 0,019 | 14,310 | 0,264 | 1,151 | 23,646 | 22,377 | 12,747 | 0,477 |
| 2 | Котлета Домашняя с соусом сметанно-томатным 1/90 | 671 | 90 | 11,233 | 16,698 | 14,121 | 251,694 | 0,357 | 0,723 | 0,011 | 2,862 | 17,771 | 73,602 | 16,365 | 1,119 |
| 3 | Макароны отварные с маслом 1/150 | 1669 | 150 | 6,901 | 4,531 | 45,971 | 252,263 | 0,112 | | 0,021 | 1,435 | 19,292 | 59,990 | 10,887 | 1,108 |
| 4 | Чай заварной с молоком 1/180 | 1665 | 180 | 1,458 | 1,153 | 15,652 | 78,814 | 0,000 | 0,639 | 0,009 | | 63,250 | 44,954 | 10,048 | 0,530 |
| 5 | Хлеб пшеничный 1/30 | 653 | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,123 | | | 0,057 | 0,038 | 0,039 | 12,300 | 1,080 |
| Итого: | | | 510 | 22,275 | 25,133 | 95,627 | 697,807 | 0,612 | 15,672 | 0,306 | 5,505 | 123,996 | 200,961 | 62,347 | 4,314 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Винегрет овощной 1/60 | 462 | 60 | 0,772 | 4,879 | 4,745 | 65,981 | 0,028 | 6,072 | 0,187 | 2,196 | 13,852 | 25,774 | 11,693 | 0,521 |
| 2 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/200 | 1442 | 200 | 4,098 | 6,951 | 8,281 | 112,076 | 0,054 | 23,254 | 0,172 | 1,996 | 46,214 | 40,034 | 19,708 | 0,919 |
| 3 | Плов с курицей 1/200 | 1443 | 200 | 16,904 | 16,704 | 41,976 | 385,856 | 0,224 | 3,336 | 0,320 | 4,120 | 45,300 | 272,503 | 112,480 | 2,077 |
| 4 | Компот из ягод з/м 1/200 | 1658 | 200 | 0,160 | 0,060 | 16,920 | 68,860 | 0,012 | 2,000 | | 0,120 | 13,000 | 4,006 | 3,700 | 0,147 |
| 5 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| 6 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | 653 | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 |
| Итого: | | | 700 | 24,334 | 28,995 | 92,722 | 729,173 | 0,441 | 34,662 | 0,679 | 8,930 | 124,991 | 381,142 | 167,181 | 5,285 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|---------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|---------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 23,400 | 93,602 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | | | | |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) РХ | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,300 | 8,950 | 41,100 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 7,260 | 7,250 | 88,248 | 447,284 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 43,200 | 23,800 | 22,300 | 2,150 |
| Всего: | | | 53,869 | 61,378 | 276,597 | 1874,26 | 1,238 | 86,954 | 1,275 | 17,353 | 292,187 | 605,903 | 251,828 | 11,749 | |

05 день пятница (1 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Запеканка из творога с кисельным ягодным соусом 1/100/50 | 1755 | 150 | 16,334 | 11,810 | 40,359 | 333,058 | 2,145 | 1,684 | 0,055 | 1,862 | 153,226 | 210,186 | 24,485 | 0,695 |
| 2 | Чай заварной с шиповником 1/200 | 1666 | 200 | 0,240 | 0,020 | 16,428 | 66,854 | 0,000 | 0,040 | 0,000 | | 11,052 | 3,302 | 3,676 | 0,375 |
| 3 | Хлеб пшеничный 1/50 | -/- | 50 | 3,000 | 0,500 | 26,000 | 120,500 | 0,205 | | | 0,095 | 0,063 | 0,065 | 20,500 | 1,800 |
| 4 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,300 | 8,950 | 41,100 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 500 | 20,224 | 12,630 | 91,737 | 561,512 | 2,385 | 36,724 | 0,055 | 2,157 | 189,341 | 230,552 | 59,661 | 4,120 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|------|-----|--------|--------|--------|---------|-------|--------|-------|-------|--------|--------|--------|-------|
| 1 | Салат из свежей капусты с морковью 1/60 | 1672 | 60 | 0,981 | 3,653 | 4,185 | 53,545 | 0,020 | 22,050 | 0,180 | 1,668 | 27,687 | 20,280 | 11,232 | 0,369 |
| 2 | Суп гороховый на бульоне 1/200 | 1764 | 200 | 7,358 | 6,631 | 15,725 | 152,012 | 0,189 | 9,242 | 0,166 | 2,032 | 43,174 | 86,754 | 32,708 | 1,847 |
| 3 | Тефтеля мясная в соусе 1/90 | 134 | 90 | 10,727 | 13,461 | 11,051 | 208,257 | 0,344 | 1,239 | 0,048 | 1,896 | 17,287 | 97,337 | 20,030 | 0,918 |
| 4 | Картофель отварной с маслом 1/150 | 1711 | 150 | 3,053 | 4,406 | 24,524 | 149,960 | 0,181 | 30,000 | 0,021 | 0,203 | 24,540 | 90,263 | 35,016 | 1,426 |
| 5 | Компот из яблок 1/200 | 1690 | 200 | 0,080 | 0,080 | 16,960 | 68,880 | 0,006 | 2,000 | | 0,040 | 12,200 | 2,206 | 3,700 | 0,487 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---------------------------|-----|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 6 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| 7 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | 653 | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 |
| Итого: | | | 740 | 24,598 | 28,632 | 93,244 | 729,054 | 0,861 | 64,531 | 0,415 | 6,336 | 131,513 | 335,665 | 122,286 | 6,667 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------|--|-----|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|----------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Йогурт фруктовый питьевой 1/180 | 121 | 180 | 5,274 | 4,500 | 20,322 | 142,884 | 0,054 | 1,080 | 0,018 | | 223,200 | 171,000 | 27,000 | 0,180 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) РХ | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,300 | 8,950 | 41,100 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 12,534 | 11,750 | 85,170 | 496,566 | 0,203 | 36,080 | 0,308 | 2,900 | 266,400 | 194,800 | 49,300 | 2,330 |
| Всего: | | | | 57,356 | 53,012 | 270,151 | 1787,13 | 3,449 | 137,335 | 0,778 | 11,393 | 587,254 | 761,017 | 231,247 | 13,117 |

06 день понедельник (2 неделя)

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------|--|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Бутерброд с маслом и твердым сыром 1/30/10/20 | 1277 | 60 | 7,26 | 12,59 | 15,74 | 205,31 | 0,13 | 0,14 | 0,082 | 0,237 | 202,438 | 123,039 | 23,34 | 1,1 |
| 2 | Каша овсяная вязкая молочная с маслом 1/150 | 1694 | 150 | 4,883 | 6,206 | 21,659 | 162,023 | 0,102 | 0,829 | 0,031 | 0,765 | 95,021 | 133,089 | 38,771 | 0,917 |
| 3 | Кофейный напиток с молоком 1/200 | 1713 | 200 | 1,814 | 1,512 | 19,529 | 98,976 | 0 | 0,785 | 0,014 | 0,007 | 79,936 | 54,897 | 10,04 | 0,114 |
| 4 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,65 | 0,3 | 8,95 | 41,1 | 0,035 | 35 | | 0,2 | 25 | 17 | 11 | 1,25 |
| Итого: | | | 510 | 14,607 | 20,608 | 65,878 | 507,409 | 0,267 | 36,754 | 0,127 | 1,209 | 402,395 | 328,025 | 83,151 | 3,381 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Салат из моркови с маслом 1/60 | 1801 | 60 | 0,749 | 3,654 | 4,274 | 52,979 | 0,035 | 2,880 | 1,152 | 1,814 | 17,769 | 32,130 | 22,020 | 0,422 |
| 2 | Суп овощной с зеленым горошком со сметаной на бульоне 1/200 | 1454 | 200 | 4,146 | 7,567 | 8,151 | 117,292 | 0,061 | 15,066 | 0,178 | 1,970 | 39,534 | 41,794 | 17,748 | 0,823 |
| 3 | Рагу овощное с мясом 1/200 | 1731 | 200 | 16,486 | 21,187 | 24,301 | 353,828 | 0,560 | 45,442 | 0,480 | 3,881 | 63,242 | 178,723 | 53,802 | 2,303 |
| 4 | Компот из изюма 1/200 | 1201 | 200 | 0,435 | 0,090 | 24,900 | 102,150 | 0,030 | | | | 21,000 | 19,356 | 8,200 | 0,497 |
| 5 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| 6 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | 653 | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 |
| Итого: | | | 700 | 24,216 | 32,898 | 82,426 | 722,649 | 0,807 | 63,388 | 1,810 | 8,164 | 148,170 | 310,829 | 121,370 | 5,665 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------|---|-----|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|----------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 23,400 | 93,602 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | | | | |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) РХ | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,300 | 8,950 | 41,100 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 7,260 | 7,250 | 88,248 | 447,284 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 43,200 | 23,800 | 22,300 | 2,150 |
| Всего: | | | | 46,083 | 60,756 | 236,552 | 1677,34 | 1,259 | 136,762 | 2,227 | 12,291 | 593,765 | 662,654 | 226,821 | 11,196 |

07 день вторник (2 неделя)

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------|--|------|-----|--------|--------|--------|---------|-------|--------|-------|-------|--------|---------|---------|-------|
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Салат из свежей капусты с кукурузой 1/60 | 1819 | 60 | 0,973 | 2,441 | 4,483 | 43,788 | 0,018 | 16,416 | 0,18 | 1,126 | 25,458 | 20,769 | 10,563 | 0,28 |
| 2 | Биточек куриный запеченный в соусе 1/90 | 1432 | 90 | 12,292 | 12,942 | 12,962 | 217,494 | 0,055 | 1,715 | 0,048 | 3,062 | 15,659 | 89,507 | 41,797 | 0,938 |
| 3 | Каша гречневая с маслом 1/150 | 1680 | 150 | 6,878 | 5,119 | 35,774 | 216,673 | 0,226 | | 0,021 | 3,544 | 22,005 | 159,153 | 106,401 | 3,573 |
| 4 | Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,02 | 2,06 | 0 | 0,01 | 14,528 | 6,05 | 5,264 | 0,569 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---------------------|-----|------------|---------------|---------------|--------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------|-------------|
| 5 | Хлеб пшеничный 1/30 | 653 | 30 | 1,8 | 0,3 | 15,6 | 72,3 | 0,123 | | | 0,057 | 0,038 | 0,039 | 12,3 | 1,08 |
| Итого: | | | 535 | 22,108 | 20,838 | 84,01 | 612,001 | 0,442 | 20,191 | 0,249 | 7,799 | 77,688 | 275,518 | 176,325 | 6,44 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|------|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Салат овощной с яблоками 1/60 | 1422 | 60 | 0,888 | 3,662 | 4,518 | 54,586 | 0,02 | 15,6 | 0,24 | 1,68 | 23,673 | 21,615 | 12,336 | 0,508 |
| 2 | Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/200 | 1438 | 200 | 4,618 | 7,079 | 14,921 | 141,868 | 0,078 | 10,274 | 0,178 | 2,28 | 34,61 | 68,65 | 22,356 | 1,087 |
| 3 | Шницель мясной с мясом птицы с соусом томатным 1/90 | 783 | 90 | 16,555 | 16,885 | 6,687 | 244,927 | 0,186 | 0,797 | 0,019 | 2,135 | 20,407 | 119,501 | 43,891 | 1,068 |
| 4 | Макароны отварные с маслом 1/150 | 1669 | 150 | 6,901 | 4,531 | 45,971 | 252,263 | 0,112 | | 0,021 | 1,435 | 19,292 | 59,99 | 10,887 | 1,108 |
| 5 | Напиток из шиповника 1/200 | 656 | 200 | 0,24 | 0,02 | 16,428 | 66,854 | 0 | 0,04 | 0 | | 11,052 | 3,302 | 3,676 | 0,375 |
| 6 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,2 | 0,2 | 10,4 | 48,2 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,2 | 0,72 |
| 7 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | 653 | 20 | 1,2 | 0,2 | 10,4 | 48,2 | 0,04 | | | 0,46 | 6,6 | 38,8 | 11,4 | 0,9 |
| Итого: | | | 740 | 31,602 | 32,577 | 109,324 | 856,897 | 0,518 | 26,711 | 0,458 | 8,029 | 115,658 | 311,883 | 112,746 | 5,765 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|-----|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|---------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| 1 | Йогурт фруктовый питьевой 1/180 | 121 | 180 | 5,274 | 4,5 | 20,322 | 142,884 | 0,054 | 1,08 | 0,018 | | 223,2 | 171 | 27 | 0,18 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) РХ | -/- | 100 | 6,61 | 6,95 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,29 | 2,7 | 18,2 | 6,8 | 11,3 | 0,9 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,65 | 0,3 | 8,95 | 41,1 | 0,035 | 35 | | 0,2 | 25 | 17 | 11 | 1,25 |
| Итого: | | | 380 | 12,534 | 11,75 | 85,17 | 496,566 | 0,203 | 36,08 | 0,308 | 2,9 | 266,4 | 194,8 | 49,3 | 2,33 |
| Всего: | | | | 66,244 | 65,165 | 278,504 | 1965,46 | 1,163 | 82,982 | 1,015 | 18,728 | 459,746 | 782,201 | 338,371 | 14,535 |

08 день среда (2 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|----------------------------------|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Салат из моркови с маслом 1/60 | 1801 | 60 | 0,749 | 3,654 | 4,274 | 52,979 | 0,035 | 2,880 | 1,152 | 1,814 | 17,769 | 32,130 | 22,020 | 0,422 |
| 2 | Омлет с сыром 1/150 | 1425 | 150 | 15,239 | 21,021 | 1,682 | 256,879 | 0,062 | 0,410 | 0,243 | 4,858 | 230,012 | 271,126 | 22,050 | 2,134 |
| 3 | Какао с молоком 1/180 | 1707 | 180 | 3,170 | 2,466 | 18,272 | 107,960 | 0,002 | 1,170 | 0,018 | 0,005 | 114,759 | 92,793 | 21,150 | 0,528 |
| 4 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| 5 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,300 | 8,950 | 41,100 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 510 | 21,008 | 27,641 | 43,578 | 507,118 | 0,216 | 39,460 | 1,413 | 6,915 | 387,565 | 413,074 | 84,420 | 5,053 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Салат из свеклы с сыром 1/60 | 387 | 60 | 1,630 | 4,407 | 4,847 | 65,576 | 0,012 | 5,529 | 0,006 | 1,651 | 52,588 | 42,134 | 13,900 | 0,789 |
| 2 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/200 | 1442 | 200 | 4,098 | 6,951 | 8,281 | 112,076 | 0,054 | 23,254 | 0,172 | 1,996 | 46,214 | 40,034 | 19,708 | 0,919 |
| 3 | Картофель тушеный с печенью 1/200 | 1598 | 200 | 16,891 | 12,168 | 31,110 | 301,516 | 0,211 | 51,810 | 0,736 | 4,245 | 38,768 | 276,884 | 55,120 | 5,340 |
| 4 | Кисель фруктово-ягодный 1/200 | 1670 | 200 | 0,072 | | 31,720 | 127,168 | | | | | 8,424 | 0,005 | 1,800 | 0,037 |
| 5 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| 6 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | 653 | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 |
| Итого: | | | 700 | 25,091 | 23,927 | 96,758 | 702,736 | 0,399 | 80,593 | 0,914 | 8,390 | 152,619 | 397,883 | 110,128 | 8,704 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|----------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 23,400 | 93,602 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | | | | |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) РХ | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,300 | 8,950 | 41,100 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 7,260 | 7,250 | 88,248 | 447,284 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 43,200 | 23,800 | 22,300 | 2,150 |
| Всего: | | | | 53,359 | 58,818 | 228,584 | 1657,14 | 0,8 | 156,673 | 2,617 | 18,223 | 583,384 | 834,757 | 216,848 | 15,907 |

09 день четверг (2 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Салат Осенний 1/60 | 665 | 60 | 0,709 | 3,682 | 4,693 | 54,743 | 0,033 | 4,003 | 0,720 | 1,755 | 17,095 | 25,349 | 16,167 | 0,533 |
| 2 | Биточек мясной запеченный в соусе 1/90 | 1183 | 90 | 11,077 | 15,158 | 13,238 | 233,681 | 0,318 | 0,880 | 0,048 | 2,841 | 15,020 | 78,299 | 13,248 | 0,816 |
| 3 | Макаронны отварные с маслом 1/150 | 1669 | 150 | 6,901 | 4,531 | 45,971 | 252,263 | 0,112 | | 0,021 | 1,435 | 19,292 | 59,990 | 10,887 | 1,108 |
| 4 | Чай заварной с сахаром 1/200 | 1675 | 200 | 0,120 | 0,031 | 15,041 | 60,921 | 0,000 | 0,060 | 0,000 | | 12,528 | 4,950 | 4,664 | 0,539 |
| 5 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| Итого: | | | 520 | 20,007 | 23,601 | 89,343 | 649,808 | 0,546 | 4,943 | 0,789 | 6,070 | 63,959 | 168,614 | 53,166 | 3,716 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|-------|
| 1 | Салат Овощной с картофелем 1/60 | 353 | 60 | 0,970 | 3,712 | 5,727 | 60,197 | 0,047 | 7,404 | 0,247 | 1,686 | 13,059 | 30,797 | 13,301 | 0,478 | |
| 2 | Суп с рисом и томатом на бульоне 1/200 | 1275 | 200 | 4,432 | 6,488 | 17,398 | 145,711 | 0,095 | 7,154 | 0,006 | 2,011 | 29,424 | 72,724 | 27,738 | 0,970 | |
| 3 | Каша гречневая с курицей 1/200 | 1115 | 200 | 20,749 | 18,019 | 36,990 | 393,129 | 0,272 | 3,401 | 0,320 | | 7,052 | 35,588 | 263,659 | 157,576 | 4,428 |
| 4 | Компот из ягод з/м 1/200 | 1658 | 200 | 0,160 | 0,060 | 16,920 | 68,860 | 0,012 | 2,000 | | 0,120 | 13,000 | 4,006 | 3,700 | 0,147 | |
| 5 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 | |
| 6 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | 653 | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 | |
| Итого: | | | 700 | 28,710 | 28,680 | 97,835 | 764,297 | 0,547 | 19,959 | 0,573 | 11,367 | 97,696 | 410,011 | 221,915 | 7,643 | |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|---------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| 1 | Йогурт фруктовый питьевой 1/180 | 121 | 180 | 5,274 | 4,500 | 20,322 | 142,884 | 0,054 | 1,080 | 0,018 | | 223,200 | 171,000 | 27,000 | 0,180 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) РХ | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,300 | 8,950 | 41,100 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 12,534 | 11,750 | 85,170 | 496,566 | 0,203 | 36,080 | 0,308 | 2,900 | 266,400 | 194,800 | 49,300 | 2,330 |
| Всего: | | | | 61,251 | 64,031 | 272,348 | 1910,67 | 1,296 | 60,982 | 1,67 | 20,337 | 428,055 | 773,425 | 324,381 | 13,689 |

10 день пятница (2 неделя)**Завтрак**

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--------------------------------------|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Масло сливочное порционное 1/10 | 22 | 10 | 0,1 | 7,25 | 0,14 | 66,21 | 0,001 | | 0,04 | 0,1 | 2,4 | 3 | 0,04 | 0,02 |
| 2 | Запеканка творожная Золотистая 1/150 | 1717 | 150 | 16,631 | 15,863 | 52,035 | 417,428 | 0,103 | 0,338 | 0,148 | 0,998 | 129,839 | 211,8 | 24,062 | 1,178 |
| 3 | Чай заварной с шиповником 1/200 | 1666 | 200 | 0,24 | 0,02 | 16,428 | 66,854 | 0 | 0,04 | 0 | | 11,052 | 3,302 | 3,676 | 0,375 |
| 4 | Хлеб пшеничный 1/40 | -/- | 40 | 2,4 | 0,4 | 20,8 | 96,4 | 0,164 | | | 0,076 | 0,05 | 0,052 | 16,4 | 1,44 |
| 5 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,65 | 0,3 | 8,95 | 41,1 | 0,035 | 35 | | 0,2 | 25 | 17 | 11 | 1,25 |
| Итого: | | | 500 | 20,021 | 23,833 | 98,353 | 687,992 | 0,303 | 35,378 | 0,188 | 1,374 | 168,341 | 235,154 | 55,178 | 4,263 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|------|------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|---------------|----------------|--------------|
| 1 | Салат из свежей капусты с морковью 1/60 | 1672 | 60 | 0,981 | 3,653 | 4,185 | 53,545 | 0,02 | 22,05 | 0,18 | 1,668 | 27,687 | 20,28 | 11,232 | 0,369 |
| 2 | Суп рыбный 1/200 | 339 | 200 | 7,003 | 4,659 | 22,764 | 160,998 | 0,561 | 17,326 | 0,163 | 2,044 | 38,402 | 124,373 | 35,614 | 1,289 |
| 3 | Гуляш мясной 1/90 | 123 | 90 | 14,848 | 16,636 | 3,295 | 222,297 | 0,473 | 0,45 | | 1,055 | 11,223 | 102,993 | 15,233 | 0,922 |
| 4 | Картофель отварной с маслом 1/150 | 1711 | 150 | 3,053 | 4,406 | 24,524 | 149,96 | 0,181 | 30 | 0,021 | 0,203 | 24,54 | 90,263 | 35,016 | 1,426 |
| 5 | Компот из яблок 1/200 | 1690 | 200 | 0,08 | 0,08 | 16,96 | 68,88 | 0,006 | 2 | | 0,04 | 12,2 | 2,206 | 3,7 | 0,487 |
| 6 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,2 | 0,2 | 10,4 | 48,2 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,2 | 0,72 |
| 7 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | 653 | 20 | 1,2 | 0,2 | 10,4 | 48,2 | 0,04 | | | 0,46 | 6,6 | 38,8 | 11,4 | 0,9 |
| Итого: | | | 740 | 28,364 | 29,835 | 92,528 | 752,08 | 1,361 | 71,826 | 0,364 | 5,507 | 120,677 | 378,94 | 120,395 | 6,113 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|-----|-----|---|---|------|--------|-------|------|--|-------|--|--|--|--|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0 | 0 | 23,4 | 93,602 | 0,036 | 1,62 | | 0,018 | | | | |
|---|---|-----|-----|---|---|------|--------|-------|------|--|-------|--|--|--|--|

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|---------------|---------------|----------------|----------------|----------------|----------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|---------------|-------------|
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) РХ | -/- | 100 | 6,61 | 6,95 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,29 | 2,7 | 18,2 | 6,8 | 11,3 | 0,9 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,65 | 0,3 | 8,95 | 41,1 | 0,035 | 35 | | 0,2 | 25 | 17 | 11 | 1,25 |
| Итого: | | | 380 | 7,26 | 7,25 | 88,248 | 447,284 | 0,185 | 36,62 | 0,29 | 2,918 | 43,2 | 23,8 | 22,3 | 2,15 |
| Всего: | | | 55,645 | 60,918 | 279,129 | 1887,36 | 1,849 | 143,824 | 0,842 | 9,799 | 332,218 | 637,894 | 197,873 | 12,526 | |

11 день понедельник (3 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Бутерброд с маслом и твердым сыром 1/30/10/20 | 1277 | 60 | 7,26 | 12,59 | 15,74 | 205,31 | 0,13 | 0,14 | 0,082 | 0,237 | 202,438 | 123,039 | 23,34 | 1,1 |
| 2 | Каша пшеничная вязкая молочная с маслом 1/150 | 1178 | 150 | 4,883 | 5,081 | 22,784 | 156,398 | 0,068 | 0,829 | 0,031 | 0,428 | 92,321 | 121,389 | 23,246 | 1,164 |
| 3 | Кофейный напиток с молоком 1/200 | 1713 | 200 | 1,814 | 1,512 | 19,529 | 98,976 | 0 | 0,785 | 0,014 | 0,007 | 79,936 | 54,897 | 10,04 | 0,114 |
| 4 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,65 | 0,3 | 8,95 | 41,1 | 0,035 | 35 | | 0,2 | 25 | 17 | 11 | 1,25 |
| Итого: | | | 510 | 14,607 | 19,483 | 67,003 | 501,784 | 0,233 | 36,754 | 0,127 | 0,872 | 399,695 | 316,325 | 67,626 | 3,628 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|------|------------|---------------|-------------|----------------|----------------|--------------|---------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Салат из квашеной капусты со свеклой 1/60 | 664 | 60 | 0,946 | 3,661 | 4,248 | 53,722 | 0,014 | 7,068 | | 1,658 | 21,114 | 20,967 | 10,59 | 4,004 |
| 2 | Суп гороховый на бульоне 1/200 | 1764 | 200 | 7,358 | 6,631 | 15,725 | 152,012 | 0,189 | 9,242 | 0,166 | 2,032 | 43,174 | 86,754 | 32,708 | 1,847 |
| 3 | Фрикаделька куриная 1/90 | 1736 | 90 | 17,09 | 17,692 | 16,24 | 292,548 | 0,121 | 2,08 | | 3,694 | 12,143 | 109,174 | 60,72 | 1,597 |
| 4 | Рагу из овощей 1/150 | 1448 | 150 | 2,772 | 7,126 | 18,881 | 150,744 | 0,122 | 32,919 | 0,54 | 3,255 | 46,901 | 77,622 | 35,691 | 1,286 |
| 5 | Компот из изюма 1/200 | 1201 | 200 | 0,435 | 0,09 | 24,9 | 102,15 | 0,03 | | | | 21 | 19,356 | 8,2 | 0,497 |
| 6 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,2 | 0,2 | 10,4 | 48,2 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,2 | 0,72 |
| 7 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | 653 | 20 | 1,2 | 0,2 | 10,4 | 48,2 | 0,04 | | | 0,46 | 6,6 | 38,8 | 11,4 | 0,9 |
| Итого: | | | 740 | 31,001 | 35,6 | 100,793 | 847,576 | 0,597 | 51,309 | 0,706 | 11,137 | 150,956 | 352,698 | 167,509 | 10,85 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|---------------|---------------|----------------|----------------|----------------|----------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|-------------|
| 1 | Йогурт фруктовый питьевой 1/180 | 121 | 180 | 5,274 | 4,5 | 20,322 | 142,884 | 0,054 | 1,08 | 0,018 | | 223,2 | 171 | 27 | 0,18 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) РХ | -/- | 100 | 6,61 | 6,95 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,29 | 2,7 | 18,2 | 6,8 | 11,3 | 0,9 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,65 | 0,3 | 8,95 | 41,1 | 0,035 | 35 | | 0,2 | 25 | 17 | 11 | 1,25 |
| Итого: | | | 380 | 12,534 | 11,75 | 85,17 | 496,566 | 0,203 | 36,08 | 0,308 | 2,9 | 266,4 | 194,8 | 49,3 | 2,33 |
| Всего: | | | 58,142 | 66,833 | 252,966 | 1845,93 | 1,033 | 124,143 | 1,141 | 14,909 | 817,051 | 863,823 | 284,435 | 16,808 | |

12 день вторник (3 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Салат из моркови с маслом 1/60 | 1801 | 60 | 0,749 | 3,654 | 4,274 | 52,979 | 0,035 | 2,880 | 1,152 | 1,814 | 17,769 | 32,130 | 22,020 | 0,422 |
| 2 | Плов с курицей 1/200 | 1443 | 200 | 16,904 | 16,704 | 41,976 | 385,856 | 0,224 | 3,336 | 0,320 | 4,120 | 45,300 | 272,503 | 112,480 | 2,077 |
| 3 | Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,020 | 2,060 | 0,000 | 0,010 | 14,528 | 6,050 | 5,264 | 0,569 |
| 4 | Хлеб пшеничный 1/40 | -/- | 40 | 2,400 | 0,400 | 20,800 | 96,400 | 0,164 | | | 0,076 | 0,050 | 0,052 | 16,400 | 1,440 |
| Итого: | | | 505 | 20,218 | 20,794 | 82,242 | 596,981 | 0,443 | 8,276 | 1,472 | 6,020 | 77,647 | 310,735 | 156,164 | 4,508 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|------|-----|--------|--------|--------|---------|-------|--------|-------|-------|--------|---------|--------|-------|
| 1 | Салат из свежей капусты с кукурузой и морковью 1/60 | 1819 | 60 | 1,026 | 3,644 | 4,626 | 55,408 | 0,018 | 19,661 | 0,120 | 1,650 | 26,925 | 20,481 | 10,314 | 0,304 |
| 2 | Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/200 | 1439 | 200 | 4,066 | 6,943 | 10,813 | 122,004 | 0,049 | 14,854 | 0,172 | 2,000 | 46,194 | 44,034 | 21,988 | 1,193 |
| 3 | Мясо тушеное (свинина) 1/90 | 123 | 90 | 14,848 | 16,636 | 3,295 | 222,297 | 0,473 | 0,450 | | 1,055 | 11,223 | 102,993 | 15,233 | 0,922 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|-------------------------------|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 4 | Каша гречневая с маслом 1/150 | 1680 | 150 | 6,878 | 5,119 | 35,774 | 216,673 | 0,226 | | 0,021 | 3,544 | 22,005 | 159,153 | 106,401 | 3,573 |
| 5 | Напиток из шиповника 1/200 | 656 | 200 | 0,240 | 0,020 | 16,428 | 66,854 | 0,000 | 0,040 | 0,000 | | 11,052 | 3,302 | 3,676 | 0,375 |
| 6 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| 7 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | 653 | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 |
| Итого: | | | 740 | 29,457 | 32,763 | 91,735 | 779,635 | 0,888 | 35,005 | 0,313 | 8,747 | 124,024 | 368,788 | 177,212 | 7,987 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|---------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 23,400 | 93,602 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | | | | |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) РХ | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,300 | 8,950 | 41,100 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 7,260 | 7,250 | 88,248 | 447,284 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 43,200 | 23,800 | 22,300 | 2,150 |
| Всего: | | | | 56,935 | 60,807 | 262,225 | 1823,9 | 1,516 | 79,901 | 2,075 | 17,685 | 244,871 | 703,323 | 355,676 | 14,645 |

13 день среда (3 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|----------------------------------|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Омлет с кукурузой 1/160/30 | 17 | 180 | 13,608 | 16,515 | 5,250 | 224,070 | 0,073 | 1,794 | 0,245 | 4,032 | 105,368 | 222,301 | 19,900 | 2,474 |
| 2 | Хлеб пшеничный 1/40 | -/- | 40 | 2,400 | 0,400 | 20,800 | 96,400 | 0,164 | | | 0,076 | 0,050 | 0,052 | 16,400 | 1,440 |
| 3 | Какао с молоком 1/200 | 1707 | 200 | 3,522 | 2,740 | 20,302 | 119,956 | 0,002 | 1,300 | 0,020 | 0,006 | 127,510 | 103,103 | 23,500 | 0,586 |
| 4 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,300 | 8,950 | 41,100 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 520 | 20,180 | 19,955 | 55,302 | 481,526 | 0,274 | 38,094 | 0,265 | 4,314 | 257,928 | 342,456 | 70,800 | 5,750 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|------|------------|---------------|--------------|---------------|----------------|-------------|--------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Салат овощной с яблоками 1/60 | 1422 | 60 | 0,888 | 3,662 | 4,518 | 54,586 | 0,020 | 15,600 | 0,240 | 1,680 | 23,673 | 21,615 | 12,336 | 0,508 |
| 2 | Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/200 | 1438 | 200 | 4,618 | 7,079 | 14,921 | 141,868 | 0,078 | 10,274 | 0,178 | 2,280 | 34,610 | 68,650 | 22,356 | 1,087 |
| 3 | Котлета рыбная запеченная в белом соусе | 1766 | 90 | 10,432 | 9,395 | 20,311 | 207,525 | 0,109 | 0,853 | 0,03 | 2,545 | 28,567 | 115,527 | 26,612 | 1,012 |
| 4 | Картофельное пюре с маслом 1/150 | 1720 | 150 | 3,404 | 4,904 | 22,940 | 149,511 | 0,161 | 27,053 | 0,026 | 0,186 | 47,160 | 100,554 | 34,275 | 1,281 |
| 5 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/200 | 116 | 200 | 0,000 | 0,000 | 26,000 | 104,003 | 0,040 | 1,800 | | 0,020 | | | | |
| 6 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| 7 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | 653 | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 |
| Итого: | | | 740 | 21,742 | 25,44 | 109,49 | 753,893 | 0,53 | 55,58 | 0,474 | 7,209 | 140,635 | 345,172 | 115,179 | 5,508 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|-----|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|----------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| 1 | Йогурт фруктовый питьевой 1/180 | 121 | 180 | 5,274 | 4,500 | 20,322 | 142,884 | 0,054 | 1,080 | 0,018 | | 223,200 | 171,000 | 27,000 | 0,180 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) РХ | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,300 | 8,950 | 41,100 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 12,534 | 11,750 | 85,170 | 496,566 | 0,203 | 36,080 | 0,308 | 2,900 | 266,400 | 194,800 | 49,300 | 2,330 |
| Всего: | | | | 54,456 | 57,145 | 249,962 | 1731,99 | 1,007 | 129,754 | 1,047 | 14,423 | 664,963 | 882,428 | 235,279 | 13,588 |

14 день четверг (3 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|------|-----|--------|--------|--------|---------|-------|--------|-------|-------|--------|--------|--------|-------|
| 1 | Салат из свежей капусты с морковью 1/60 | 1672 | 60 | 0,981 | 3,653 | 4,185 | 53,545 | 0,020 | 22,050 | 0,180 | 1,668 | 27,687 | 20,280 | 11,232 | 0,369 |
| 2 | Котлета Домашняя запеченная с соусом сметанно-томатным 1/90 | 671 | 90 | 11,233 | 16,698 | 14,121 | 251,694 | 0,357 | 0,723 | 0,011 | 2,862 | 17,771 | 73,602 | 16,365 | 1,119 |
| 3 | Макароны отварные с маслом 1/150 | 1669 | 150 | 6,901 | 4,531 | 45,971 | 252,263 | 0,112 | | 0,021 | 1,435 | 19,292 | 59,990 | 10,887 | 1,108 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|------------------------------|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 4 | Чай заварной с молоком 1/180 | 1665 | 180 | 1,458 | 1,153 | 15,652 | 78,814 | 0,000 | 0,639 | 0,009 | | 63,250 | 44,954 | 10,048 | 0,530 |
| 5 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| Итого: | | | 500 | 21,773 | 26,234 | 90,329 | 684,515 | 0,572 | 23,412 | 0,222 | 6,004 | 128,025 | 198,851 | 56,732 | 3,846 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Винегрет овощной 1/60 | 462 | 60 | 0,772 | 4,879 | 4,745 | 65,981 | 0,028 | 6,072 | 0,187 | 2,196 | 13,852 | 25,774 | 11,693 | 0,521 |
| 2 | Суп овощной с зеленым горошком со сметаной на бульоне 1/200 | 1454 | 200 | 4,146 | 7,567 | 8,151 | 117,292 | 0,061 | 15,066 | 0,178 | 1,970 | 39,534 | 41,794 | 17,748 | 0,823 |
| 3 | Бефстроганов из куриного филе 1/90 | 1283 | 90 | 16,059 | 13,116 | 2,975 | 194,182 | 0,054 | 2,045 | 0,010 | 1,194 | 17,378 | 118,427 | 56,396 | 1,001 |
| 4 | Рис отварной с маслом 1/150 | 1700 | 150 | 3,780 | 4,331 | 41,024 | 218,195 | 0,179 | | 0,021 | 0,473 | 41,280 | 174,909 | 64,251 | 1,160 |
| 5 | Компот из ягод з/м 1/200 | 1658 | 200 | 0,160 | 0,060 | 16,920 | 68,860 | 0,012 | 2,000 | | 0,120 | 13,000 | 4,006 | 3,700 | 0,147 |
| 6 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| 7 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | 653 | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 |
| Итого: | | | 740 | 27,316 | 30,354 | 94,614 | 760,910 | 0,456 | 25,183 | 0,396 | 6,450 | 131,668 | 403,735 | 173,388 | 5,273 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|---------------|--------------|---------------|----------------|----------------|---------------|---------------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 23,400 | 93,602 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | | | | |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) РХ | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,300 | 8,950 | 41,100 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 7,260 | 7,250 | 88,248 | 447,284 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 43,200 | 23,800 | 22,300 | 2,150 |
| Всего: | | | | 56,349 | 63,838 | 273,191 | 1892,71 | 1,213 | 85,215 | 0,908 | 15,372 | 302,893 | 626,386 | 252,42 | 11,269 |

15 день пятница (3 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Масло сливочное порционное 1/10 | 22 | 10 | 0,100 | 7,250 | 0,140 | 66,210 | 0,001 | | 0,040 | 0,100 | 2,400 | 3,000 | 0,040 | 0,020 |
| 2 | Запеканка творожная со сметанным ванильным соусом 1/120/30 | 1755 | 150 | 19,029 | 15,853 | 38,295 | 371,972 | 2,569 | 0,536 | 0,085 | 2,215 | 182,602 | 246,312 | 27,762 | 0,770 |
| 3 | Чай заварной с шиповником 1/200 | 1666 | 200 | 0,240 | 0,020 | 16,428 | 66,854 | 0,000 | 0,040 | 0,000 | | 11,052 | 3,302 | 3,676 | 0,375 |
| 4 | Хлеб пшеничный 1/40 | -/- | 40 | 2,400 | 0,400 | 20,800 | 96,400 | 0,164 | | | 0,076 | 0,050 | 0,052 | 16,400 | 1,440 |
| 5 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,300 | 8,950 | 41,100 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 500 | 22,419 | 23,823 | 84,613 | 642,536 | 2,769 | 35,576 | 0,125 | 2,591 | 221,104 | 269,666 | 58,878 | 3,855 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---------------------------------------|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Салат из моркови с маслом 1/60 | 1801 | 60 | 0,749 | 3,654 | 4,274 | 52,979 | 0,035 | 2,880 | 1,152 | 1,814 | 17,769 | 32,130 | 22,020 | 0,422 |
| 2 | Суп с клецками на бульоне 1/200 | 1818 | 200 | 5,341 | 8,480 | 16,721 | 164,565 | 0,082 | 9,242 | 0,173 | 2,879 | 30,809 | 50,750 | 18,220 | 0,993 |
| 3 | Тефтеля мясная с соусом томатным 1/90 | 134 | 90 | 10,727 | 13,461 | 11,051 | 208,257 | 0,344 | 1,239 | 0,048 | 1,896 | 17,287 | 97,337 | 20,030 | 0,918 |
| 4 | Картофель отварной с маслом 1/150 | 1711 | 150 | 3,053 | 4,406 | 24,524 | 149,960 | 0,181 | 30,000 | 0,021 | 0,203 | 24,540 | 90,263 | 35,016 | 1,426 |
| 5 | Компот из яблок 1/200 | 1690 | 200 | 0,080 | 0,080 | 16,960 | 68,880 | 0,006 | 2,000 | | 0,040 | 12,200 | 2,206 | 3,700 | 0,487 |
| 6 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| 7 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | 653 | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 |
| Итого: | | | 740 | 22,350 | 30,480 | 94,330 | 741,041 | 0,769 | 45,361 | 1,394 | 7,330 | 109,230 | 311,511 | 118,586 | 5,865 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|-----|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Йогурт фруктовый питьевой 1/180 | 121 | 180 | 5,274 | 4,500 | 20,322 | 142,884 | 0,054 | 1,080 | 0,018 | | 223,200 | 171,000 | 27,000 | 0,180 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) РХ | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,300 | 8,950 | 41,100 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 12,534 | 11,750 | 85,170 | 496,566 | 0,203 | 36,080 | 0,308 | 2,900 | 266,400 | 194,800 | 49,300 | 2,330 |

| | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--------|--------|---------|---------|-------|---------|-------|--------|---------|---------|---------|-------|
| Всего: | 57,303 | 66,053 | 264,113 | 1880,14 | 3,741 | 117,017 | 1,827 | 12,821 | 596,734 | 775,977 | 226,764 | 12,05 |
|---------------|--------|--------|---------|---------|-------|---------|-------|--------|---------|---------|---------|-------|

16 день понедельник (4 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Бутерброд с маслом и твердым сыром 1/30/10/20 | 1277 | 60 | 7,26 | 12,59 | 15,74 | 205,31 | 0,13 | 0,14 | 0,082 | 0,237 | 202,438 | 123,039 | 23,34 | 1,1 |
| 2 | Каша овсяная вязкая молочная с маслом 1/150 | 1694 | 150 | 4,883 | 6,206 | 21,659 | 162,023 | 0,102 | 0,829 | 0,031 | 0,765 | 95,021 | 133,089 | 38,771 | 0,917 |
| 3 | Кофейный напиток с молоком 1/200 | 1713 | 200 | 1,814 | 1,512 | 19,529 | 98,976 | 0 | 0,785 | 0,014 | 0,007 | 79,936 | 54,897 | 10,04 | 0,114 |
| 4 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,65 | 0,3 | 8,95 | 41,1 | 0,035 | 35 | | 0,2 | 25 | 17 | 11 | 1,25 |
| Итого: | | | 510 | 14,607 | 20,608 | 65,878 | 507,409 | 0,267 | 36,754 | 0,127 | 1,209 | 402,395 | 328,025 | 83,151 | 3,381 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Салат овощной с яблоками 1/60 | 1422 | 60 | 0,888 | 3,662 | 4,518 | 54,586 | 0,02 | 15,6 | 0,24 | 1,68 | 23,673 | 21,615 | 12,336 | 0,508 |
| 2 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/200 | 1442 | 200 | 4,098 | 6,951 | 8,281 | 112,076 | 0,054 | 23,254 | 0,172 | 1,996 | 46,214 | 40,034 | 19,708 | 0,919 |
| 3 | Гуляш из курицы 1/100 | 1716 | 100 | 17,586 | 13,439 | 2,91 | 202,932 | 0,059 | 1,75 | | 1,311 | 12,146 | 125,886 | 62,687 | 1,115 |
| 4 | Макаронны отварные с маслом 1/150 | 1669 | 150 | 6,901 | 4,531 | 45,971 | 252,263 | 0,112 | | 0,021 | 1,435 | 19,292 | 59,99 | 10,887 | 1,108 |
| 5 | Компот из изюма 1/200 | 1201 | 200 | 0,435 | 0,09 | 24,9 | 102,15 | 0,03 | | | | 21 | 19,356 | 8,2 | 0,497 |
| 6 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,2 | 0,2 | 10,4 | 48,2 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,2 | 0,72 |
| 7 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | 653 | 20 | 1,2 | 0,2 | 10,4 | 48,2 | 0,04 | | | 0,46 | 6,6 | 38,8 | 11,4 | 0,9 |
| Итого: | | | 750 | 32,308 | 29,073 | 107,38 | 820,407 | 0,397 | 40,604 | 0,433 | 6,921 | 128,95 | 305,706 | 133,418 | 5,766 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|----------------|-------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0 | 0 | 23,4 | 93,602 | 0,036 | 1,62 | | 0,018 | | | | |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) РХ | -/- | 100 | 6,61 | 6,95 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,29 | 2,7 | 18,2 | 6,8 | 11,3 | 0,9 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,65 | 0,3 | 8,95 | 41,1 | 0,035 | 35 | | 0,2 | 25 | 17 | 11 | 1,25 |
| Итого: | | | 380 | 7,26 | 7,25 | 88,248 | 447,284 | 0,185 | 36,62 | 0,29 | 2,918 | 43,2 | 23,8 | 22,3 | 2,15 |
| Всего: | | | | 54,175 | 56,931 | 261,506 | 1775,1 | 0,849 | 113,978 | 0,85 | 11,048 | 574,545 | 657,531 | 238,869 | 11,297 |

17 день вторник (4 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Котлета куриная запеченная в соусе 1/90, подгаринровка из свежей капусты 1/30 | 1750 | 120 | 12,579 | 14,226 | 14,997 | 238,341 | 0,101 | 12,667 | 0,138 | 3,468 | 26,346 | 90,817 | 50,530 | 1,396 |
| 2 | Каша гречневая с маслом 1/150 | 1680 | 150 | 6,878 | 5,119 | 35,774 | 216,673 | 0,226 | | 0,021 | 3,544 | 22,005 | 159,153 | 106,401 | 3,573 |
| 3 | Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,020 | 2,060 | 0,000 | 0,010 | 14,528 | 6,050 | 5,264 | 0,569 |
| 4 | Хлеб пшеничный 1/30 | 653 | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,123 | | | 0,057 | 0,038 | 0,039 | 12,300 | 1,080 |
| Итого: | | | 505 | 21,421 | 19,681 | 81,562 | 589,060 | 0,471 | 14,727 | 0,159 | 7,079 | 62,916 | 256,059 | 174,495 | 6,618 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|--|------|-----|--------|--------|--------|---------|-------|--------|-------|-------|--------|---------|--------|-------|
| 1 | Салат Осенний 1/60 | 665 | 60 | 0,709 | 3,682 | 4,693 | 54,743 | 0,033 | 4,003 | 0,720 | 1,755 | 17,095 | 25,349 | 16,167 | 0,533 |
| 2 | Суп картофельный с вермишелью на бульоне 1/200 | 1587 | 200 | 4,518 | 6,461 | 13,385 | 129,762 | 0,064 | 7,242 | 0,166 | 2,120 | 26,574 | 37,014 | 15,088 | 0,829 |
| 3 | Рагу овощное с мясом 1/200 | 1731 | 200 | 16,486 | 21,187 | 24,301 | 353,828 | 0,560 | 45,442 | 0,480 | 3,881 | 63,242 | 178,723 | 53,802 | 2,303 |
| 4 | Напиток из шиповника 1/200 | 656 | 200 | 0,240 | 0,020 | 16,428 | 66,854 | 0,000 | 0,040 | 0,000 | | 11,052 | 3,302 | 3,676 | 0,375 |
| 5 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---------------------------|-----|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 6 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | 653 | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 |
| Итого: | | | 700 | 24,353 | 31,750 | 79,606 | 701,587 | 0,779 | 56,727 | 1,366 | 8,254 | 124,588 | 283,214 | 108,333 | 5,661 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|-----|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|----------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| 1 | Йогурт фруктовый питьевой 1/180 | 121 | 180 | 5,274 | 4,500 | 20,322 | 142,884 | 0,054 | 1,080 | 0,018 | | 223,200 | 171,000 | 27,000 | 0,180 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) РХ | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,300 | 8,950 | 41,100 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 12,534 | 11,750 | 85,170 | 496,566 | 0,203 | 36,080 | 0,308 | 2,900 | 266,400 | 194,800 | 49,300 | 2,330 |
| Всего: | | | | 58,308 | 63,181 | 246,338 | 1787,21 | 1,453 | 107,534 | 1,833 | 18,233 | 453,904 | 734,073 | 332,128 | 14,609 |

18 день среда (4 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|----------------------------------|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|----------------|--------------|---------------|--------------|
| 1 | Омлет с курицей и морковью 1/150 | 1077 | 150 | 16,681 | 16,138 | 3,046 | 224,146 | 0,084 | 1,71 | 0,554 | 2,945 | 83,64 | 218,733 | 41,703 | 2,51 |
| 2 | Какао с молоком 1/200 | 1707 | 200 | 3,522 | 2,74 | 20,302 | 119,956 | 0,002 | 1,3 | 0,02 | 0,006 | 127,51 | 103,103 | 23,5 | 0,586 |
| 3 | Хлеб пшеничный 1/50 | -/- | 50 | 3 | 0,5 | 26 | 120,5 | 0,205 | | | 0,095 | 0,063 | 0,065 | 20,5 | 1,8 |
| 4 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,65 | 0,3 | 8,95 | 41,1 | 0,035 | 35 | | 0,2 | 25 | 17 | 11 | 1,25 |
| Итого: | | | 500 | 23,853 | 19,678 | 58,298 | 505,702 | 0,326 | 38,01 | 0,574 | 3,246 | 236,213 | 338,9 | 96,703 | 6,146 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Салат Картофельный с соленым огурцом и горошком 1/60 | 1817 | 60 | 1,032 | 4,939 | 6,504 | 74,597 | 0,054 | 8,94 | 0,006 | 2,171 | 8,7 | 29,145 | 11,106 | 0,467 |
| 2 | Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/200 | 1439 | 200 | 4,066 | 6,943 | 10,813 | 122,004 | 0,049 | 14,854 | 0,172 | 2 | 46,194 | 44,034 | 21,988 | 1,193 |
| 3 | Суфле из печени 1/90 | 1714 | 90 | 19,542 | 6,818 | 11,34 | 184,894 | 0,957 | 23,441 | 0,569 | 0,911 | 30 | 248,725 | 17,394 | 5,069 |
| 4 | Рис отварной с маслом 1/150 | 1700 | 150 | 3,78 | 4,331 | 41,024 | 218,195 | 0,179 | | 0,021 | 0,473 | 41,28 | 174,909 | 64,251 | 1,16 |
| 5 | Кисель фруктово-ягодный 1/200 | 1670 | 200 | 0,072 | | 31,72 | 127,168 | | | | | 8,424 | 0,005 | 1,8 | 0,037 |
| 6 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,2 | 0,2 | 10,4 | 48,2 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,2 | 0,72 |
| 7 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | 653 | 20 | 1,2 | 0,2 | 10,4 | 48,2 | 0,04 | | | 0,46 | 6,6 | 38,8 | 11,4 | 0,9 |
| Итого: | | | 740 | 30,892 | 23,431 | 122,201 | 823,258 | 1,361 | 47,235 | 0,768 | 6,053 | 141,223 | 535,644 | 136,139 | 9,546 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|----------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0 | 0 | 23,4 | 93,602 | 0,036 | 1,62 | | 0,018 | | | | |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) РХ | -/- | 100 | 6,61 | 6,95 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,29 | 2,7 | 18,2 | 6,8 | 11,3 | 0,9 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,65 | 0,3 | 8,95 | 41,1 | 0,035 | 35 | | 0,2 | 25 | 17 | 11 | 1,25 |
| Итого: | | | 380 | 7,26 | 7,25 | 88,248 | 447,284 | 0,185 | 36,62 | 0,29 | 2,918 | 43,2 | 23,8 | 22,3 | 2,15 |
| Всего: | | | | 62,005 | 50,359 | 268,747 | 1776,24 | 1,872 | 121,865 | 1,632 | 12,217 | 420,636 | 898,344 | 255,142 | 17,842 |

19 день четверг (4 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--------------------------------|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Салат из моркови с маслом 1/60 | 1801 | 60 | 0,749 | 3,654 | 4,274 | 52,979 | 0,035 | 2,880 | 1,152 | 1,814 | 17,769 | 32,130 | 22,020 | 0,422 |
| 2 | Каша гречневая с мясом 1/200 | 1789 | 200 | 18,988 | 21,182 | 37,535 | 416,727 | 0,616 | 2,400 | 0,320 | 6,941 | 31,024 | 248,588 | 119,172 | 4,306 |
| 3 | Чай заварной с молоком 1/200 | 1665 | 200 | 1,620 | 1,281 | 17,391 | 87,571 | 0,000 | 0,710 | 0,010 | | 70,278 | 49,949 | 11,164 | 0,589 |
| 4 | Хлеб пшеничный 1/40 | -/- | 40 | 2,400 | 0,400 | 20,800 | 96,400 | 0,164 | | | 0,076 | 0,050 | 0,052 | 16,400 | 1,440 |
| Итого: | | | 500 | 23,757 | 26,516 | 80,001 | 653,677 | 0,815 | 5,990 | 1,482 | 8,831 | 119,121 | 330,718 | 168,756 | 6,756 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|-----|----|-------|-------|-------|--------|-------|-------|--|-------|--------|--------|--------|-------|
| 1 | Салат из квашеной капусты со свеклой 1/60 | 664 | 60 | 0,946 | 3,661 | 4,248 | 53,722 | 0,014 | 7,068 | | 1,658 | 21,114 | 20,967 | 10,590 | 4,004 |
|---|---|-----|----|-------|-------|-------|--------|-------|-------|--|-------|--------|--------|--------|-------|

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 2 | Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/200 | 1438 | 200 | 4,618 | 7,079 | 14,921 | 141,868 | 0,078 | 10,274 | 0,178 | 2,280 | 34,610 | 68,650 | 22,356 | 1,087 |
| 3 | Котлета куриная запеченная в соусе 1/90 | 1750 | 90 | 12,088 | 12,399 | 12,905 | 211,569 | 0,091 | 1,642 | 0,048 | 2,634 | 12,502 | 80,677 | 44,914 | 1,211 |
| 4 | Картофельное пюре с маслом 1/150 | 1720 | 150 | 3,404 | 4,904 | 22,940 | 149,511 | 0,161 | 27,053 | 0,026 | 0,186 | 47,160 | 100,554 | 34,275 | 1,281 |
| 5 | Компот из ягод з/м 1/200 | 1658 | 200 | 0,160 | 0,060 | 16,920 | 68,860 | 0,012 | 2,000 | | 0,120 | 13,000 | 4,006 | 3,700 | 0,147 |
| 6 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| 7 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | 653 | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 |
| Итого: | | | 740 | 23,616 | 28,503 | 92,734 | 721,930 | 0,478 | 48,037 | 0,251 | 7,377 | 135,011 | 313,680 | 135,435 | 9,350 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------|--|-----|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|---------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Йогурт фруктовый питьевой 1/180 | 121 | 180 | 5,274 | 4,500 | 20,322 | 142,884 | 0,054 | 1,080 | 0,018 | | 223,200 | 171,000 | 27,000 | 0,180 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) РХ | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,300 | 8,950 | 41,100 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 12,534 | 11,750 | 85,170 | 496,566 | 0,203 | 36,080 | 0,308 | 2,900 | 266,400 | 194,800 | 49,300 | 2,330 |
| Всего: | | | | 59,907 | 66,769 | 257,905 | 1872,17 | 1,496 | 90,107 | 2,041 | 19,108 | 520,532 | 839,198 | 353,491 | 18,436 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------------|--------------------------------------|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 20 день пятница (4 неделя) | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Масло сливочное порционное 1/10 | 22 | 10 | 0,1 | 7,25 | 0,14 | 66,21 | 0,001 | | 0,04 | 0,1 | 2,4 | 3 | 0,04 | 0,02 |
| 2 | Запеканка творожная Золотистая 1/150 | 1717 | 150 | 16,631 | 15,863 | 52,035 | 417,428 | 0,103 | 0,338 | 0,148 | 0,998 | 129,839 | 211,8 | 24,062 | 1,178 |
| 3 | Чай заварной с шиповником 1/200 | 1666 | 200 | 0,24 | 0,02 | 16,428 | 66,854 | 0 | 0,04 | 0 | | 11,052 | 3,302 | 3,676 | 0,375 |
| 4 | Хлеб пшеничный 1/40 | -/- | 40 | 2,4 | 0,4 | 20,8 | 96,4 | 0,164 | | | 0,076 | 0,05 | 0,052 | 16,4 | 1,44 |
| 5 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,65 | 0,3 | 8,95 | 41,1 | 0,035 | 35 | | 0,2 | 25 | 17 | 11 | 1,25 |
| Итого: | | | 500 | 20,021 | 23,833 | 98,353 | 687,992 | 0,303 | 35,378 | 0,188 | 1,374 | 168,341 | 235,154 | 55,178 | 4,263 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Салат из свежей капусты с морковью 1/60 | 1672 | 60 | 0,981 | 3,653 | 4,185 | 53,545 | 0,02 | 22,05 | 0,18 | 1,668 | 27,687 | 20,28 | 11,232 | 0,369 |
| 2 | Суп овощной с зеленым горошком со сметаной на бульоне 1/200 | 1454 | 200 | 4,146 | 7,567 | 8,151 | 117,292 | 0,061 | 15,066 | 0,178 | 1,97 | 39,534 | 41,794 | 17,748 | 0,823 |
| 3 | Жаркое по-домашнему с мясом 1/200 | 1728 | 200 | 16,619 | 21,444 | 29,91 | 379,11 | 0,623 | 34,65 | 0,32 | 3,777 | 39,692 | 199,453 | 57,132 | 2,457 |
| 4 | Компот из яблок 1/200 | 1690 | 200 | 0,08 | 0,08 | 16,96 | 68,88 | 0,006 | 2 | | 0,04 | 12,2 | 2,206 | 3,7 | 0,487 |
| 5 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,2 | 0,2 | 10,4 | 48,2 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,2 | 0,72 |
| 6 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | 653 | 20 | 1,2 | 0,2 | 10,4 | 48,2 | 0,04 | | | 0,46 | 6,6 | 38,8 | 11,4 | 0,9 |
| Итого: | | | 700 | 24,226 | 33,144 | 80,006 | 715,226 | 0,831 | 73,766 | 0,678 | 7,952 | 125,738 | 302,558 | 109,412 | 5,757 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------|--|-----|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|----------------|--------------|---------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0 | 0 | 23,4 | 93,602 | 0,036 | 1,62 | | 0,018 | | | | |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) РХ | -/- | 100 | 6,61 | 6,95 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,29 | 2,7 | 18,2 | 6,8 | 11,3 | 0,9 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,65 | 0,3 | 8,95 | 41,1 | 0,035 | 35 | | 0,2 | 25 | 17 | 11 | 1,25 |
| Итого: | | | 380 | 7,26 | 7,25 | 88,248 | 447,284 | 0,185 | 36,62 | 0,29 | 2,918 | 43,2 | 23,8 | 22,3 | 2,15 |
| Всего: | | | | 51,507 | 64,227 | 266,607 | 1850,5 | 1,319 | 145,764 | 1,156 | 12,244 | 337,279 | 561,512 | 186,89 | 12,17 |