Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Карагайская средняя общеобразовательная школа № 2» с. Карагай

ПРИКАЗ

02.12.2022г.

№ 390

Об утверждении меню МБОУ «Карагайская СОШ № 2» для обучающихся 7 – 11 лет и 12-18 лет на зимне-весенний период

На основании части VIII п.8.1.3 Санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», в соответствии с требованиями Министерства образования и науки Пермского края, изложенными в письме от 05.05.2021 г. № 26-41-вн-120, об использовании организаторами питания образовательных организаций единого меню, в целях обеспечения качественным питанием обучающихся

ПРИКАЗЫВАЮ:

- 1. Утвердить десятидневное план-меню на зимне-весенний период года для детей в возрасте 7-11 лет в соответствии с приложением 1.
- 2. Утвердить примерное меню на 10 дней для детей в возрасте 7-11 лет на зимневесенний период года в соответствии с приложением 2.
- 3. Утвердить десятидневное план-меню на зимне-весенний период года для детей в возрасте 12-18 лет в соответствии с приложением 3.
- 4. Утвердить примерное меню на 10 дней для детей в возрасте 12-18 лет на зимневесенний период года в соответствии с приложением 4.
- 5. Установить контроль за приготовлением блюд в соответствии с технологическими картами.

Ответственные: заведующая столовой Свириденко Татьяна Николаевна, заведующая хозяйством Овчинникова Елена Павловна.

6. Обеспечить своевременное приобретение продуктов в соответствии с утвержденным меню.

Ответственная: специалист по закупкам Расторгуева Надежда Ивановна.

- 7. Ответственной за работу официального сайта образовательной организации Караваевой Нине Владимировне разместить утвержденное меню на сайте МБОУ «Карагайская СОШ № 2».
 - 8. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Директор

ce)

В.А. Новицкая

С приказом ознакомлены:

Караваева Н.В. Овчинникова Е.П. Стар Свириденко Т.Н. Расторгуева Н.И.

План-меню на 10 дней на зимне-весенний период года для детей в возрасте 7-11 лет

1 неделя - ПН	1 неделя - ВТ	
Завтрак Каша гречневая вязкая — 200 Яйцо — 40 Хлеб пшеничный формовой — 30 Кофейный напиток с молоком — 200 Фрукты свежие — 100	Завтрак Каша манная молочная жидкая – 200 Сыр полутвердый (порциями) – 10 Хлеб пшеничный формовой – 30 Какао с молоком – 200 Соки овощные, фруктовые и ягодные (иид.упаковка) - 200	
Обед	1990	
Салат из капусты белокочанной (масло) – 80 Суп с рыбными консервами (сайра) – 200 Кнели из говядины – 90 Макаронные изделия отварные – 150 Хлеб пшеничный формовой – 45 Хлеб ржано-пшеничный – 30 Компот из смеси сухофруктов - 200	Салат картофельный с зеленым горошком (масло) — 80 Рассольник домашний — 200 Сметана — 5 Котлеты из говядины - 90 Кануста тушенная — 200 Хлеб ншеничный формовой — 45 Хлеб ншеничный формовой — 45 Компот из апельсинов с яблоками - 200	•
1 пелета - СР	1 неледа - 4Т	

1 неделя - СР	1 неделя - ЧТ
Завтрак	Завтрак
Запеканка из творога – 180	Омлет натуральный – 180
Повидло яблочное – 20	Масло сливочное – 10
Хлеб пшеничный формовой – 15	Хлеб пшеничный формовой – 30
Чай c сахаром – 200	Чай с лимоном – 200
Фрукты свежие – 100	Фрукты свежие – 100

Обед	Обед Витоминий 80
салат из свемлы отварном (масло) — во Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином	Суп крестъянский — 200
	CMetaha - 5
Птица отварная (кура) – 90	Рыба, тушенная в сметанном соусе – 100
Рис припущенный – 150	Пюре картофельное – 200
Соус молочный - 20	Хлеб пшеничный формовой – 45
Хлеб пшеничный формовой – 45	Хлеб ржано-пшеничный – 30
Хлеб ржано-пшеничный – 30 Йогурт – 200	Компот из плодов или ягод сушеных - 200
1 неделя - ПТ	2 неделя - ПН

2 неделя - ПН	Завтрак	Каша ячневая вязкая – 200 Яйцо варенное – 40 Хлеб пшеничный формовой – 30 Какао с молоком – 200 Соки овощные, фруктовые и ягодные (инд.упаковка) - 200	Обед	Салат из капусты белокочанной (масло) — 80 Сметана — 5 Рассольник ленинградский на курином бульоне — 200 Птица в соусе с томатом (кура) — 100 Макаронные изделия отварные— 150 Хлеб пшеничный формовой — 45 Хлеб ржано-пшеничный — 30 Компот из свежих плодов и ягод (яблоко) — 200
1 неделя - ПТ	Завтрак	Макароны отварные с сыром — 200 Хлеб пиеничный формовой — 30 Чай с молоком — 200 Фрукты свежне — 100	Обед	Салат из свежих огурцов с луком (масло) – 80 Щи из свежей канусты с картофелем – 200 Сметана – 5 Печень говяжья по-строгоновски – 90 Каша гречневая рассыпчатая – 200 Хлеб пшеничный формовой – 45 Хлеб ржано-пшеничный – 30 Компот из смеси сухофруктов - 200

2 неделя - BT	2 неделя - СР
Завтрак	Завтрак
Каша «Дружба» – 200	Омлет натуральный – 180
Булочка домашняя – 60	Сыр полутвердый (порциями) – 15
Хлеб пшеничный формовой – 15	Хлеб пшеничный формовой – 30
Кофейный напиток с молоком – 200	Чай с сахаром — 200
Фрукты свежие - 100	Фрукты свежие - 100
Обед	Обед
Салат морковный – 80	Салат из свеклы (масло) – 80
Борщ с картофелем на мясном бульоне с мясом отварным-	Суп из овощей – 200
200/20	Сметана – 5
CMeTaHa - 5	Тефтели из говядины в молочном соусе – 100
Котлеты или биточки рыбные – 100	Каша гречневая рассыпчатая – 150
Пюре картофельное – 200	Хлеб пшеничный формовой – 45
Соус томатный - 30	Хлеб ржано-пшеничный – 30
Хлеб пшеничный формовой – 45	Кефир – 200
Хлеб ржано-пшеничный – 30	
Компот из плодов и ягод сушенных - 200	

2 неделя - ЧТ	2 неделя - ПТ
Завтрак	Завтрак
Запеканка из творога – 200	Каша рисовая молочная жидкая – 200
Повидло яблочное - 20	Масло сливочное (порциями) - 10
Хлеб пшеничный формовой – 15	Хлеб пшеничный формовой – 30
Чай с лимоном – 200	Чай с молоком — 200
Фрукты свежие - 100	
Обед	Обед
Салат витаминный (масло) – 80	Огурцы соленые (порциями) – 80
Суп гороховый на мясном бульоне с мясом отварным – 200/20	Щи из свежей капусты с картофелем – 200
Гренки из пшеничного хлеба - 20	Сметана – 5

Рыоа, тушенная в томате с овощами — 100	Котлеты из говядины – 90
Картофель отварной – 200	Ругу из овощей – 200
Хлеб пшеничный формовой – 30	Хлеб пшеничный формовой – 45
Хлеб ржано-пшеничный – 30	Хлеб ржано-пшеничный – 30
Компот из смеси сухофруктов - 200	Пряники - 20
	Компот из яблок с лимоном – 200

Примерное меню для детей в возрасте 7-11 лет на зимне-весенний период года

No	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность	81	C	A	E	Ca	Ь	Mg	Fe
	1 неделя - ПН													
	Завтрак •													
	Каша пшеничная молочная													
232	232 жидкая	200	10	9'6	39,5	284,4	0,2	1,9	56,585	0,75	241	264	49	1,9
267	267 Яйцо вареное	40	5,1	4,6	6,0	63,2	0	0	100,63	0,24	22	77	S	1
573	573 Хлеб пшеничный формовой	30	2,3	0,2	14,8	70,3	0	0	0	0,33	9	20	4	0,3
465	465 Кофейный напиток с молоком	200	3	3,4	20,8	125,7	0	0,7	19	0	108	16	13	0,1
82	82 Фрукты свежие	100	0,4	0,4	8.6	44,5	0 -	10	0	0,2	16	11	6	2,2
	Итог		20,8	18,2	85,2	588,1	0,2	12,6	176,21	1,52	393	448	80	5,5
	O6ed													
	Салат из капусты		-11								*			
1	1 белокочанной(масло)	80	1,2	4,9	6,7	75,2	0	13,6	0	2,21	32	23	13	0,4
	Суп с рыбными консервами													
122	122 (сайра)	200	7,4	9,1	8,1	144,1	0,1	4,6	12	0,18	24	117	25	0,8
337	зз7 Кнели из говядины	90	13,6	11.8	3,6	175,2	0	0,3	25,695	0,39	52	124	17	1,6
377	377 Пюре картофельное	200	5,4	8,1	11.6	140,9	0,2	4,8	39,9	0,25	50	98	31	1,1
573	573 Хлеб пшеничный формовой	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0	0	0	5'0	6	29	9	0,5
575	575 Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11.9	59,4	0,1	0	0,3	0,42	14	47	15	1,2
495	495 Компот из смеси сухофруктов	200	9'0	0,1	20,1	83,5	0	0,2	0	0,42	20	19	14	0,7
	Итог		33,6	34,8	84,1	783,8	0,4	23,5	268'11	4,37	201	457	121	6,3
34														
	Итог день		54,4	53	169,3	1371,9	9'0	36,1	254,11	5,89	594	905	201	11,8

Ng	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий	18	C	A	ш	Ca	d	Mg	Fe
	1 неделя - ВТ				100		Bergand Care Control							
	Завтрак					The second of th								
27.	279 Запеканка из творога	180	28,6	13,9	27,1	348,5	0,1	0,4	93,901	1,23	276	382	40	1,4
80	86 Повидло яблочное	20	0,1	0	13	52,3	0	0,1	0	0	3	2	Н	0,3
57.	573 Хлеб пшеничный формовой	15	1,1	0,1	7,4	35,2	0	0	0	0,17	m	10	2	0,2
45,	457 Чай с сахаром	200	0,2	0,1	14	57,1	0	0	0	0	S	00	4	0,8
00	82 Фрукты свежие	100	0,4	0,4	8 6	44,5	0	10	0	0,2	16	11	6	2,2
	Итог		30,4	14,5	71,3	537,7	0,1	10,5	93,901	1,6	303	413	99	4,9
	Обед				1									
2,6	Салат из свёклы отварной	80		4.9	6.1	726	C	6	C	2 19	28	, r	16	
	N STANDARD ON STANDARD STANDAR													
125	239 картофелем на курином бульоне	200	2,4	2	10,1	68,1	0,1	3,2	1,7	1,13	23	59	20	2'0
366	366 Птица отварная (кура)	90	14,6	10,8	6,0	156,6	0	0,4	36,408	0,46	16	101	12	1,1
386	386 Рис припущенный	150	3,6	5,4	29,5	181,2	0	0	25,65	0,28	9	63	19	0,1
202	Соус молочный к блюдам (1-й	70	7.0	-		201	0	0	7.6	60.0		7	r	
573	573 Хлеб пшеничный формовой	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0	10	0,0	0,5	6	29	9	0.5
575	575 Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	59,4	0,1	0	0,3	0,42	14	47	15	1,2
484	Кисель из концентрата	200	O	0	16,6	66,3	0	0	0	0	4	7	0	0
582	582 Печенье	15	1,1	1,5	11,2	62,4	0	0	1,5	0,53	4	14	m	0,3
	Итог	Mary Control of Street Control of	28,9	26,8	109,1	792,1	0,2	8'6	73,158	5,54	126	367	94	4,9
	Итог день		59,3	41,3	180,4	1329,8	0,3	20,3	167,06	7,14	429	780	150	8'6

завещеми д меделя - СР 200 6 7.1 30 208.1 0.1 0.7 38.185 0.5 122 106 7.5 Сыр полутвердай (порциявим) 15 3.9 4 0 51.6 0 0.1 31.45 0.06 150 150 90 5.5 Сыр полутвердай (порциявим) 15 3.6 3.6 18.6 17.0 0	Nº	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность	18	C	A	E	Ca	Ф	Mg	Fe
AND SECONDAIR SE		1 неделя - СР													
300 66 7,1 30 208,1 0,1 31,45 0,05 122 106 1 15 3,9 4 0 51,6 0 0 13,45 0,06 150 90 3 0 2,3 6 0		Завтрак													
15 3,9 4 0 0 51,6 0 0 1 31,45 0,06 150 90 30 2,3 0,2 14,8 70,3 0 0 0 0 0 0 0 0 0 200 3,6 3,6 18,6 120,7 0 0 0 0 0 0 0 0 0 200 16,8 15,1 83,6 537,3 0,1 5,3 89,635 1,1 413 332 200 16,8 15,1 83,6 537,3 0,1 5,3 89,635 1,1 413 332 200 2,0 2 4,1 7,3 73,9 0,1 0,1 3,762 1,26 48 155 200 4,1 0,8 0,2 7,9 0,1 0,1 3,762 1,26 48 155 200 4,1 0,8 0,2 138,2 0,1 0,1 3,762 1,26 48 155 200 4,1 0,4 1,2 138,2 0,1 0,1 3,762 1,26 48 155 200 0,5 0,2 2,0 3,4 1,19 59,4 0,1 0,1 3,762 1,26 49 1,25 200 0,5 0,2 2,0 3,4 1,19 59,4 0,1 0,1 3,762 1,26 49 1,25 200 0,5 0,2 2,0 3,4 0,4 1,19 59,4 0,1 0,1 3,762 1,26 49 1,25 200 0,5 0,2 2,0 3,4 2,27 0,1 0,1 3,762 1,26 416 200 0,5 0,2 2,0 3,4 2,27 0,1 0,1 3,762 1,26 416 200 0,5 0,2 2,0 3,4 2,27 3,4	23	о Каша манная молочная жидкая	200	9		30		0,1	0,7	38,185	0,5	122	106	19	0,4
30 2,3 0,2 14,8 70,3 0 0 0 0 0,3 6 20 200 3,6 3,6 18,6 120,7 0 0,5 20 0,01 121 102 200 3,6 3,6 18,6 120,7 0 0 0,5 20 0,01 121 102 200 16,8 15,1 83,6 537,3 0,1 5,3 89,635 1,1 413 332 30 2,0 2,0 2,0 2,0 2,0 2,0 2,0 2,0 2,0 2,0 30 3,0 3,0 3,0 3,0 2,0 3,0 2,0 3,0 2,0 2,0 30 3,0 3,0 3,0 3,0 3,0 3,0 3,0 3,0 3,0 30 30 3,0 3,0 3,0 3,0 3,0 3,0 3,0 3,0 3,0 30 30 30 30 30 3,0 3,0 3,0 3,0 3,0 3,0 30 30 30 30 30 3,0 3,0 3,0 3,0 3,0 30 30 30 30 30 3,0 3,0 3,0 3,0 3,0 30 30 30 30 30 3,0 3,0 3,0 3,0 3,0 30 30 30 30 30 3,0 3,0 3,0 3,0 3,0 30 30 30 30 30 3,0 3,0 3,0 3,0 30 30 30 30 30 3,0 3,0 3,0 30 30 30 30 30 3,0 3,0 3,0 30 30 30 30 30 3,0 3,0 30 30 30 30 30 3,0 3,0 30 30 30 30 30 3,0 30 30 30 30 30 3,0 30 30 30 30 30 3,0 30 30 30 30 30 3,0 30 30 30 30 30 3,0 30 30 30 30 30 3,0 30 30 30 30 30 3,0 30 30 30 30 30 3,0 30 30 30 30 30 3,0 30 30 30 30 30 3,0 30 30 30 30 30 3,0 30 30 30 30 30 3,0 30 30 30 30 30 3,0 30 30 30 30 30 3,0 30 30 30 30 30 30 3,0 30 30 30 30 30 30 3,0 30 30 30 30 30 30 30	7	5 Сыр полутвердый (порциями)	15		4	0	51.6	0	0,1	31,45	90'0	150	06	8	0,1
100 3,6 3,6 18,6 120,7 0 0,5 20 0,01 121 102 102 103 103 104 104 104 104 105 15,1 183,6 137,3 10,1 10,2 10,2 10,3 10	57	з Хлеб пшеничный формовой	30			14.8		0	0	0	0,33	9	20	4	0,3
200 1 0,2 20,2 86,6 0 4 0 0,2 14 14 14 14 14 14 14 1	46	2 Какао с молоком	200	3,6		18.6		0	0,5	20	0,01	121	102	25	8'0
200		Соки овощные, фруктовые и							17						
IMA 16,8 15,1 83,6 537,3 0,1 5,3 89,635 1,1 413 332 IMA 80 2 2 4,1 237,3 0,1 6,6 80 0,1 6,6 0,1 4,1 413 332 200 2 4,1 7,3 73,9 0,1 6,6 0 1,88 18 44 5 0,1 0,8 0,2 7,9 0,1 6,6 0 1,88 18 44 5 0,1 0,8 0,2 7,9 0 0 4,18 44 3 5 0,1 0,8 0,2 7,9 0 0 4,75 0,01 4 4 3 200 4,1 4,3 14,4 222,7 0,1 2,36 34,2 3,46 110 81 44 30 0,3 1,1 1,1 1,1 1,1 1,1 1,1 1,1 <td< td=""><td>חחח</td><td>• ягодные (индивид. упаковка)</td><td>200</td><td>1</td><td>0,2</td><td>20,2</td><td></td><td>0</td><td>4</td><td>0</td><td>0,2</td><td>14</td><td>14</td><td>00</td><td>2.8</td></td<>	חחח	• ягодные (индивид. упаковка)	200	1	0,2	20,2		0	4	0	0,2	14	14	00	2.8
Fig. 80 2 5 6,6 80 0,1 7,3 73,9 0,1 6,6 0 1,88 18 44 200 2 4,1 7,3 73,9 0,1 6,6 0 1,88 18 44 5 0,1 0,8 0,2 7,9 0,1 6,6 0 1,88 18 44 200 4,1 6,8 15,2 138,2 0,1 23,6 34,2 0,45 110 81 200 4,1 6,8 15,2 138,2 0,1 23,6 34,2 0,45 110 81 30 0,3 1 1,4 15,2 138,2 0,1 23,6 34,2 0,45 110 81 30 0,3 1 11,9 59,4 0,1 0,1 0,3 0,4 0,1 0,3 0,4 0,1 0,3 0,4 0,1 0,1 0,1 0,1 0,1 0,1 0,1 0,1 0,1 0,1		Итог		16,8	15,1	83,6		0,1	5,3	89,635	1,1	413	332	64	4,4
bit 80 2 5 6,6 80 0,1 7 0 2,22 12 41 200 2 4,1 7,3 73,9 0,1 6,6 0 1,88 18 44 5 0,1 0,8 0,2 7,9 0,1 6,6 0 1,88 18 44 5 0,1 0,8 0,2 7,9 0 0 4,75 0,01 4 3 200 15,9 11,3 14,4 222,7 0,1 3,762 1,26 48 155 30 0,3 1 1,4 15,6 0,1 3,762 1,26 48 155 45 3,4 0,4 22,1 105,5 0,1 0,3 6 0,06 0															
bit 80 2 5 6.6 80 0,1 7 0 2,22 12 41 200 2 4,1 7,3 73,9 0,1 6,6 0 1,88 18 44 5 0,0 2 4,1 7,3 73,9 0,1 6,6 0 1,88 18 44 5 0,1 0,8 0,2 7,9 0 0 4,75 0,01 4 3 200 45 1,3 1,3 222,7 0,1 0,1 3,762 1,26 48 155 30 0,3 0,3 0,1 23,6 0,3 0,45 110 81 45 3,4 0,4 22,1 105,5 0 0 0,6 0,0 0		Obed													
80 2 5 6,6 80 0,1 7 0 2,22 12 41 200 2 4,1 7,3 73,9 0,1 6,6 0 1,88 18 44 5 0,1 0,8 0,2 7,3 73,9 0,1 6,6 0 1,88 18 44 5 0,1 0,8 0,2 7,9 0 0 4,75 0,01 4 3 200 4,1 6,8 15,2 138,2 0,1 23,6 34,2 0,45 110 81 30 0,3 0 0,1 23,6 34,2 0,45 110 81 45 3,4 0,4 15,6 10,5 0 0,3 6,0 0		Салат картофельный с зеленым								*					
200 2, 4, 1 7, 3 73, 9 0, 1 6, 6 0 1,88 18 44 5 0, 1 0, 8 0, 2 7, 9 0, 0 4, 75 0, 01 4 3 90 15, 9 11, 3 14, 4 222, 7 0, 1 3, 762 1, 26 48 155 200 4, 1 6, 8 15, 2 138, 2 0, 1 3, 762 1, 26 48 155 30 0, 3 0 0, 1 222, 7 10, 5 0, 3 6 0, 6 0, 6 2 4 45 3, 4 0, 4 11, 4 15, 6 0, 1 0, 3 6 0, 6 0, 6 2 4 30 0, 3 0, 4 11, 9 59, 4 0, 1 0, 1 0, 3 0, 2 14 47 30 0, 5 0, 5 0, 5 46, 7 49,012 6, 95 236 416 30 0, 5 0, 5	4	2 горошком (масло)	80	2	5	9'9		0,1	7	0	2,22	12	41	14	9'0
5 0,1 0,8 0,2 7,9 0 4,75 0,01 4,75 0,01 4,76 0,01 3,762 1,26 48 155 200 4,1 6,8 15,2 138,2 0,1 23,6 34,2 0,45 110 81 30 0,3 6 0,1 23,6 34,2 0,45 110 81 45 3,4 0,4 22,1 105,5 0 0,3 6 0,6 2 4 30 0,3 0,4 0,1 11,9 59,4 0,1 0,3 6 0,6 2 4 30 0,4 0,4 11,9 59,4 0,1 0,1 0,3 0,4 14 47 200 0,5 0,2 0,4 0,1 0,3 0,4 14 47 30 0,5 0,2 46,7 49,012 6,95 236 416 40 0,4 47,7<	10	1 Рассольник домашний	200	2	4,1	7,3	73,9	0,1	9'9	0	1,88	18	44	18	0,7
90 15,9 11,3 14,4 222,7 0,1 3,762 1,26 48 155 200 4,1 6,8 15,2 138,2 0,1 23,6 34,2 0,45 110 81 30 0,3 6,8 0,0 0,3 6,0 0,0 0 4 110 81	43	з Сметана	5	0,1	8'0	0,2	6'2	0	0	4,75	0,01	4	3	0	0
200 4,1 6,8 15,2 138,2 0,1 23,6 34,2 0,45 110 81 30 0,3 1 1,4 15,6 0 0,3 6 0,06 2 4 45 3,4 0,4 12,1 105,5 0 0 0 0 0 2 4 4 30 0,2 0,4 11,9 59,4 0,1 0 0,3 0,42 14 47 4	33	9 Котлеты из говядины	90	15,9		14,4		0,1	0,1	3,762	1,26	48	155	23	2,5
30 0,3 1 1,4 15,6 0,0 6,3 6 0,06 2 4 45 3,4 0,4 22,1 105,5 0 0 0 0 0 0 29 9 29 30 0,5 0,6 0,1 0,0 0,0 0 0 14 47 200 0,5 0,2 20,3 85,4 0,1 0 0,15 19 12 47 30,3 30,3 30 99,4 788,2 0,5 46,7 49,012 6,95 236 416 47,1 45,1 45,1 183 1325,6 0,6 52 138,65 8,05 649 748	386	о Капуста тушеная	200	4,1	8'9	15,2	138,2	0,1	23,6	34,2	0,45	110	81	40	1,6
45 3,4 0,4 22,1 105,5 0 0 0 0,5 0,5 9 29 30 2 0,4 11,9 59,4 0,1 0 0,3 0,42 14 47 200 0,5 0,2 20,3 85 0,5 46,7 49,012 6,95 236 416 30,3 30,3 30,3 30,4 788,2 0,5 46,7 49,012 6,95 236 416 47,1 45,1 183 1325,6 0,6 52 138,65 8,05 649 748	41	9 Соус томатный	30		1	1.4	15,6	0	6,0	9	90'0	2	4	2	0,1
но-пшеничный 30 2 0,4 11,9 59,4 0,1 0 0,3 0,42 14 47 напельсинов с 200 0,5 0,2 20,3 85 0,6 9,1 0,15 19 12 в при	57	з Хлеб пшеничный формовой	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0	0 .	0	0,5	6	29	9	0,5
вапельсинов с 200 0,5 0,2 20,3 85 0,5 46,7 49,012 6,95 236 416 12	57.	5 Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11.9	59,4	0,1	0	6′0	0,42	14	47	15	1,2
200 0,5 0,2 20,3 85 0,9 9,1 0 0,15 19 12 4 30,3 30,3 30 99,4 788,2 0,5 46,7 49,012 6,95 236 416 4 47,1 45,1 183 1325,6 0,6 52 138,65 8,05 649 748		Компот из апельсинов с													
30,3 30,4 788,2 0,5 46,7 49,012 6,95 236 416 47,1 45,1 183 1325,6 0,6 52 138,65 8,05 649 748	48	8 яблоками	200	0,5	0,2	20,3	85	0	9,1	0	0,15	19	12	∞	6'0
- 47,1 45,1 183 1325,6 0,6 52 138,65 8,05 649 748		Итог		30,3	30	99,4	788,2	5'0	46,7	49,012	6,95	236	416	126	8,1
47,1 45,1 183 1325,6 0,6 52 138,65 8,05 649 748		T T													
		Итог день		47,1	45,1	183	1325,6	9'0	52	138,65	8,05	649	748	190	12,5

*ППП- продукт промышленного производства

					and the party of t	-	a. A. Control	Street or other party and the street						
No	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность	81	٥	A	E	Ca	م	Mg	Fe
	1 неделя - ЧТ													
	Завтрак													
26	268 Омлет натуральный	180	15.5	24	3,8	292.7	0,1	0,4	3.13.9	1,42	139	269	22	2,9
	79 Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,2	0,1	66,1	0	0	40	0,1	2	3	0	0
57	573 Хлеб пшеничный формовой	30	2,3	0,2	14,8	70,3	0	0	0	0,33	9	20	4	0,3
45	459 Чай с лимоном	200	6,0	0,1	14,2	58,2	0	1	0	0,02	00	6	5	6'0
80	82 Фрукты свежие	100	0,4	0,4	8,6	44,5	0	10	0	0,2	16	11	6	2,2
	Итог		18,6	31,9	42,7	531,9	0,1	11,4	383,9	2,07	171	312	40	6,3
	Обед												The second secon	
	2 Салат витаминный (масло)	80	1	4,1	4,4	58,6	0	10,4	0	1,91	27	24	15	0,7
	Суп крестьянский с крупой на								f					
118/	мясном бульоне с мясом												1	
318	отварным	200/20	7,3	7,9	6'9	127.9	0,1	3,5	0	2,11	26	94	26	1,4
43	433 Сметана	5	0,1	0,8	0,2	6'1	0	0	4,75	0,01	4	3	0	0
	Рыба, тушенная в сметанном													
29	298 соусе (филе горбуши)	100	16,9	8,1	3,5	154	0,1	2,2	43,979	1,92	44	148	31	0,7
37	377 Пюре картофельное	200	5.4	8,1	11,6	140,9	0,2	4,8	39,9	0,25	50	98	31	1,1
5.5	572 Хлеб пшеничный формовой	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0	0	0	0,5	6	29	9	0,5
57	575 Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	59,4	0,1	0	0,3	0,42	14	47	15	1,2
	Компот из плодов или ягод													
419	494 сушеных (урюк)	200	1	0,1	19,1	81,2	0	0,3	0	1,1	32	28	21	9'0
	Итог		37,1	29,9	7,67	735,4	0,5	21,2	88,929	8,22	206	471	145	6,2
	Итоз донк		55.7	61.8	122.4	1267.4	9.0	32.6	472.83	10.29	377	783	185	12.5
	WILLUS DENO		100	2440	44.47	1/1074	212	7-12	214/20	700		200	-	1

Ne	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Колорий	19	Ü	A	ш	Ca	٩	Mg	Fe
	1 неделя - ПТ					- The state of the	a discontinuo della managina di managina d							
	Завтрак													
259	259 Макароны отварные с сыром	180	11	6	31.8	252,1	0,1	0,1	66,35	0,94	202	162	20	1,3
UU!	ппп Йогурт (индивид, упаковка)	125	6,3	4	10,6	103,6	0,1	0	50,055	0	298	228	35	0,3
573	573 Хлеб пшеничный формовой	30	2,3	0,2	14,8	70,3	0	0	0	0,33	9	20	4	0,3
460	460 Чай с молоком	200	1,6	1,7	16,1	85,5	0	6'0	9,5	0	59	46	10	6'0
82	82 Фрукты свежие	100	0,4	0,4	8'6	44,5	0	10	0	0,2	16	11	6	2,2
	Итог		21,6	15,3	83,1	556,1	0,2	10,4	125,91	1,47	581	467	78	5
	Обод													
149	149 Огурцы соленые (порциями)	80	9'0	0,1	1,4	8,8	0	2	0	0,08	19	19	11	0,5
	Щи из свежей капусты с								*				_	
104	104 картофелем	200	1,2	3,6	m	49,3	0	6,7	0	1,86	22	29	13	0,5
433	433 Сметана	5	0,1	0,8	0,2	7,9	0	0	4,75	0.01	4	3	0	0
356	356 Печень говяжья по-строгановски	100	19,6	9,4	9'/	193,2	0,1	4	4904,4	2,31	27	274	18	6,5
202	202 Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	6,4	37,7	242,2	0,2	0	23,077	0,61	16	202	135	4,5
573	573 Хлеб пшеничный формовой	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0	0	0	0,5	6	29	9	0,5
575	575 Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	59,4	0,1	0	0,3	0,42	14	47	15	1,2
495	Компот из смеси сухофруктов	200	9'0	0,1	20,1	83,5	0	0,2	0	0,42	20	19	14	0,7
	итог		36	21,2	104	749,8	0,4	12,9	4932,5	6,21	131	622	212	14,4
	Итог день		57,6	36,5	187,1	1305,9	9'0	23,3	5058,4	2,68	712	1089	290	19,4

*ППП- продукт промышленного производства

No	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность	81	0	A	E	Ca	d	Mg	Fe
	2 неделя - ПН													
	Завтрак				٠									
227	227 Каша ячневая вязкая	200	7	7,2	31,9	219,7	0,1	9'0	36,702	0,7	140	222	34	6'0
267	267 Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63,2	0	0	100,63	0,24	22	77	5	Н
573	573 Хлеб пшеничный формовой	30	2,3	0,2	14,8	201	0	0	0	0,33	9	20	4	0,3
462	462 Какао с молоком	200	3,6	3,6	18,6	120,7	0	0,5	20	0,01	121	102	25	8'0
*	Соки овощные, фруктовые и ягодные (индивид. упаковка)	200		0,2	20,2	9'98	0	4	0	0,2	14	14	80	2,8
-	Итог		19	15,8	85,8	560,6	0,1	5,1	157,33	1,48	303	435	9/	5,8
	Обед													
	Салат из капусты белокочанной(масло)	80	1,2	4,9	2'9	75,2	0	13,6	0	2,21	32	23	13	0,4
433	433 Сметана	5	0,1	0,8	0,2	6'1	0	0	4,75	0.01	4	3	0	0
100	Рассольник ленинградский на 100 курином бульоне	200	2.2	4.1	10.8	88.6	0.1	6.2	0	1.89	22	- 67	26	0.7
433	433 Сметана	5	0,1	0.8	0,2	7,9	0	0	4,75	0.01	4	B	0	0
367	Птица в соусе с томатом (кура)	100	9,4	11	2,1	144,8	0	0,4	52,757	0,44	18	20	13	0,8
256	255 Макаронные изделия отварные	150	5,5	5	29,6	185,4	0,1	0	31,47	0,83	11	45	6	,,
573	573 Хлеб пшеничный формовой	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0	0	0	5'0	6	29	9	0,5
575	575 Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	59,4	0,1	0	0,3	0,42	14	47	15	1,2
	Компот из свежих плодов и ягод			4										
486	486 (яблоко)	200	0,1	0,1	11,1	45,5	0	9'0		0,04	3	2	2	0,5
582	582 Печенье	15	1,1	1,5	11,2	62,4	0	0	1,5	0,53	4	14	3	0,3
	Итог		25,1	29	105,9	782,6	0,3	20,8	95,527	6,88	121	283	87	5,4
	Итог день		44,1	44,8	7,161	1343,2	0,4	25,9	252,86	8,36	424	718	163	11,2

No														
	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность	81	Ú	4	lu	Ca	a .	Mg	Fe
	2 неделя - ВТ													
	Завтрак													
22	229 Каша "Дружба"	200	5	7,2	26,6	191,6	0,1	9'0	37,444	0,14	114	124	29	0,4
54	542 Булочка домашняя	09	4,2	2'9	27,8	188,8	0	0	38,844	0,78	10	31	9	0,4
57	573 Хлеб пшеничный формовой	15	1,1	0,1	7,4	35,2	0	0	0	0,17	3	10	2	0,2
46	465 Кофейный напиток с молоком	200	3	3,4	20,8	125,7	0	0,7	19	0	108	92	13	0,1
00	82 Фрукты свежие	100	0,4	0,4	8,6	44,5	0	10	0	0,2	16	11	6	2,2
	Итог		13,7	17,8	92,4	585,8	0,1	11,3	95,288	1,29	251	252	59	3,3
	Овед												Para manufactura de la constanta de la constan	
7	21 Салат из моркови	80	6'0	4,9	6'8	83,3	0	2,5	0	2,4	19	40	27	0,5
94/	Борщ с картофелем на мясном													
318	бульоне с мясом отварным	200/20	7,4	7,5	8,1	130	0,1	7,2	2	2,08	33	104	61	1,9
433	з Сметана	5	0,1	8,0	0,2	6'1	0	0	4,75	0,01	4	m	0	0
30	307 Котлеты или биточки рыбные (ми	100	12,9	1,8	10,3	108,9	0,1	6,0	18,339	1,08	64	196	44	0,8
37	377 Пюре картофельное	200	5,4	8,1	11,6	140,9	0,2	4,8	39,9	0,25	20	86	31	1,1
41	419 Соус томатный	30	6,0	1	1,4	15,6	0	0,3	9	90'0	• 2	4	2	0,1
57	573 Хлеб пшеничный формовой	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0	0	0	0,5	6	29	9	0,5
57	575 Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11.9	59,4	0,1	0	0,3	0,42	14	47	15	1,2
	Компот из плодов или ягод													
49	494 сушеных (урюк)	200		0,1	19.1	81,2	0	0,3	0	1,1	32	28	21	9,0
100	Итог		33,4	25	93,6	732,7	0,5	15,4	69,289	1,9	227	549	177	6,7
				^										
	Итог день		47,1	42,8	186	1318,5	9'0	26,7	164,58	9,19	478	801	236	10

No	Наименование блюда	Выход	Белки	мары	Углеводы	Калорий ность	150	U	A	ri1	Ca	۵	Mg	
	2 неделя - СР													
	Завтрак													
268	268 Омлет натуральный	180	15,5	24	3,8	292,7	0,1	0,4	343,9	1,42	139	269	22	
75	75 Сыр полутвердый (порциями)	15	3,9	4	0	51,6	0	0,1	31,45	90'0	150	90	∞	
573	573 Хлеб пшеничный формовой	30	2,3	0,2	14,8	70,3	0	0	0	0,33	9	20	4	
457	457 Чай с сахаром	200	0,2	0,1	14	57,1	0	0	0	0	5	00	4	
82	82 Фрукты свежие	100	0,4	0,4	8 6	44,5	0	10	0	0,2	16	11	6	
	Итог		22,3	28,7	42,4	516,3	0,1	10,5	375,35	2,01	316	398	47	
	Обед													
	Салат из свёклы и моркови											17.		
27	27 (Macno)	80	1,1	4,9	5.8	71,3	0	3,8	0	2,26	26	34	20	
116	1116 Суп из овощей	200	1,6	3,6	5,1	59,2	0	5,8	0	1,87	18	36	15	
433	433 Сметана	5	0,1	0,8	0,2	1,9	0	0	4,75	0,01	4	3	0	
	Тефтели из говядины в										,			
349	349 молочном соусе	100	11,4	11,3	6.9	174,4	0	0,7	26	0,43	43	111	15	
202	202 Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	6,4	37,7	242,2	0,2	0	23,077	0,61	16	202	135	
573	573 Хлеб пшеничный формовой	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0	0	0	0,5	6	29	9	
575	575 Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	59,4	0,1	0	6′0	0,42	14	47	15	
4	Кисель из концентрата													
484	484 плодового или ягодного	200	0	0	16,6	66,3	0	0	0	0	4	7	0	
	Итог		28,1	27,8	106,3	786,1	0,3	10,3	54,127	6,1	134	469	206	
	Umor dour		504	7,57	7 8 7 1	13074	0.4	20.8	429.48	8.11	450	867	253	

	and the second s	Buxod				Kanopuŭ								
No	Наименование блюда	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ность	19	C	A	E	Ca	a	Mg	Fe
	2 неделя - ЧТ													
	Завтрак													
27	279 Запеканка из творога	180	28,6	13,9	27,1	348,5	0,1	0,4	93,901	1,23	276	382	40	1,4
80	86 Повидло яблочное	20	0,1	0	13	52,3	0	0,1	0	0	3	2	1	0,3
57	573 Хлеб пшеничный формовой	15	1,1	0,1	7,4	35,2	0	0	0	0,17	3	10	2	0,2
45	459 Чай с лимоном	200	0,3	0,1	14,2	58,2	0	1	0	0,02	8	6	5	6'0
8	82 Фрукты свежие	100	0,4	0,4	8 6	44,5	0	10	0	0,2	16	11	6	2,2
	Mmos		30,5	14,5	71,5	538,8	0,1	11,5	106'86	1,62	306	414	57	5
Constant of the Constant of th	Обед													
	2 Салат витаминный (масло)	80	1	4,1	4,4	58,6	0	10,4	0	1,91	27	24	15	0,7
127/	Суп гороховый на мясном								•					
3.8	бульоне с мясом отварным	200/20	11,4	6'9	13,3	161,1	0,2	9′0	16	0,4	42	129	37	3
14	143 Гренки из пшеничного хлеба	20	1,5	0,2	9,2	44	0	0	0	0,22	4	12	m	0,2
Panis	Рыба, тушенная в томате с													
29	299 овощами (филе горбуши)	100	12,5	3,7	4,7	101,9	0,1	1,4	20,88	1,8	22	113	22	9'0
15.	1152 Картофель отварной	200	5,5	10,3	20,6	196,7	0,2	26,8	0	4,38	20	101	38	1,5
57	ул Хлеб пшеничный формовой	30	2,3	0,2	14,8	70,3	0	0	0	0,33	9	20	4	0,3
LA LA	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	59,4	0,1	0	0,3	0,42	14	47	15	1,2
495	в Компот из смеси сухофруктов	200	9′0	0,1	20,1	83.5	0	0,2	0	0,42	20	19	14	0,7
	Mmoz		36,8	25,9	66	2,5,7	9'0	39,4	37,18	88'6	155	465	148	8,2
-							1		4				i	9
	Итог день		67,3	40,4	170,5	1314,3	0,7	50,9	131,08	11,5	195	879	205	13,2

														-
No	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность	181	C	A	E	Ca	۵	Mg	Fe
	2 неделя - ПТ													
	Завтрак													
236	, 236 Каша рисовая молочная жидкая	200	4,9	7,1	30,9	207,1	0,1	0,7	37,815	0,17	114	124	28	0,1
חחח	ппп Йогурт (индивид. упаковка)	125	6,3	4	10,6	103,6	0,1	0	50,055	0	298	228	35	0,3
79	79 Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,2	0,1	66,1	0	0	40	0,1	2	3	0	0
573	573 Хлеб пшеничный формовой	30	2,3	0,2	14,8	70,3	0	0	0	0,33	9	20	4	0,3
460	460 Чай с молоком	200	1,6	1,7	16,1	85.5	0	0,3	9,5	0	59	46	10	6'0
	Итог		15,2	20,2	72,5	532,6	0,2	1	137,37	9'0	479	421	77	1,6
	Obed													
149	149 Огурцы соленые (порциями)	80	9'0	0,1	1,4	8,8	0	2	0	0,08	19	19	11	0,5
	Щи из свежей капусты с	00,0	,	2 6	n	70.2	C	7.9	C	1 86	77	20	ζ.	C
433	104 картофелем 433 Сметана	200	0.1	0,8	0.2	7.9	0	0	4.75	0,01	4	3 60	0	0
339	339 Котлеты из говядины	90	15,8	11,3	13,7	219,9	0,1	0,1	3,762	1,26	48	157	23	2,5
177	177 Рагу из овощей (2-й вариант)	200	4,6	7,9	19,1	166,1	0,1	12,1	9	2,59	63	95	44	1,7
573	573 Хлеб пшеничный формовой	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0	0	0	5'0	6	29	9	0,5
575	575 Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	59,4	0,1	0	6'0	0,42	14	47	15	1,2
581	581 Пряники	20	1,2	6'0	15	73.2	0	0	0	0,48	2	10	2	0,2
487	487 Компот из яблок с лимоном	200	0,3	0,2	18,8	78,4	0	3.3	0	0,13	14	8	9	1,2
	Итог		29,2	25,6	105,2	768,5	0,3	24,2	14,812	7,33	195	397	120	8,3
	Итог день		44,4	45,8	7,771	1301	0,5	25,2	152,18	7,93	674	818	197	6'6
*חחח	*ППП- продукт промышленного производства	тва												
								0	0.000	0.000	0.00	0000	0100	0 500
and the second second	Обший ИТОГ:		527,4	468	1716,8	13179,9	5,3	313,8	7221,3	84,14	5248	8388	7070	172,8
	в среднем за период:		52,7	16.8	7,171	1318	2,0	31,4	722,1	8,4	525	839	202	12,6
	Завтрак		20,9	19,2	73,1	548,5	0,1	6	172,88	1,5	352	389	63	4,8
	Обед		31,8	27,6	98'6	769,5	0,4	22,4	549,25	6'9	173	450	144	7,8

План-меню на 10 дней на зимне-весенний период года для детей в возрасте 12-18 лет

1 неделя - ПН	1 неделя - BT
Завтрак Каша гречневая вязкая — 230 Яйцо — 40 Хлеб пшеничный формовой — 45 Кофейный напиток с молоком — 200 Фрукты свежие — 100	Завтрак Каша манная молочная жидкая — 230 Сыр полутвердый (порциями) — 25 Хлеб пшеничный формовой — 45 Какао с молоком — 200 Соки овощные, фруктовые и ягодные (инд.упаковка) - 200
06ед	06ед
Салат из капусты белокочанной (масло) – 100 Суп с рыбными консервами (сайра) – 250 Кнели из говядины – 100 Макаронные изделия отварные – 220 Хлеб пшеничный формовой – 60 Хлеб ржано-пшеничный – 45 Компот из смеси сухофруктов - 200	Салат картофельный с зеленым горошком (масло) – 100 Рассольник домашний – 250 Сметана – 5 Котлеты из говядины - 100 Капуста тушенная – 220 Хлеб пшеничный формовой – 60 Хлеб ржано-пшепичный – 45 Компот из апельсинов с яблоками - 200
1 неделя - СР	1 неделя - ЧТ
Завтрак	Завтрак
Запеканка из творога – 230 Повидло яблочное – 30 Хлеб пшеничный формовой – 20 Чай с сахаром – 200 Фрукты свежие – 100	Омлет натуральный – 200 Масло сливочное – 15 Хлеб пшеничный формовой – 45 Чай с лимоном – 200 Фрукты свежие – 100

Обед	. Обед
Салат из свеклы отварной (масло) – 100	Салат витаминный – 100
Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином	Суп крестьянский – 250
бульоне - 250	CMeTaHa - 5
Птица отварная (кура) — 100	Рыба, тушенная в сметанном соусе – 120
Рис припущенный – 180	Пюре картофельное – 220
Соус молочный - 20	Хлеб пшеничный формовой – 60
Хлеб пшеничный формовой – 60	Хлеб ржано-пшеничный – 45
Хлеб ржано-пшеничный – 45	Компот из плодов или ягод сушеных - 200
Morypr-200	
Печенье - 15	

1 неделя - ПТ	2 неделя - ПН
Jabi Jan	and tono
Макароны отварные с сыром – 200 Хлеб ппеничный формовой – 45	Каша ячневая вязкая — 230 Яйпо варенное — 40
Чай с молоком – 200	Хлеб пшеничный формовой – 45
Фрукты свежие – 100	Какао с молоком – 200
Eng. The second	Соки овощные, фруктовые и ягодные (инд.упаковка) - 200
Обед	Обед
Салат из свежих огурцов с луком (масло) — 100 Цци из свежей капусты с картофелем — 250	Салат из капусты белокочанной (масло) – 100 Сметана – 5
Сметана – 5	Рассольник ленинградский на курином бульоне – 250
Печень говяжья но-строгоновски – 120	Птица в соусе с томатом (кура) – 120
Каша гречневая рассыпчатая — 180	Макаронные изделия отварные— 180
Хлеб пшеничный формовой – 60	Хлеб пшеничный формовой – 60
Хлеб ржано-пшеничиый – 45	Хлеб ржано-пшеничный – 45
Компот из смеси сухофруктов - 200	Компот из свежих плодов и ягод (яблоко) – 200
	Heyembe - 13

2 неделя - ВТ	2 неделя - СР
. Завтрак	Завтрак
Каша «Дружба» – 250	Омлет натуральный – 200
Булочка домашняя – 60	Сыр полутвердый (порциями) – 25
Хлеб пшеничный формовой – 20	Хлеб пшеничный формовой – 45
Кофейный напиток с молоком – 200	Чай с сахаром – 200
Фрукты свежие - 100	Фрукты свежие - 100
Обед	Обед
Салат морковный — 100	Салат из свеклы (масло) – 100
Борщ с картофелем на мясном бульоне с мясом отварным-	Суп из овощей – 250
250/20	CMerana – 5
CMeraha – 5	Тефтели из говядины в молочном соусе – 120
Котлеты или биточки рыбные – 120	Каша гречневая рассыпчатая – 180
Пюре картофельное – 220	Хлеб пшеничный формовой – 60
Соус томатный - 50	Хлеб ржано-пшеничный – 45
Хлеб пшеничный формовой – 60	Кефир – 200
Хлеб ржано-пшеничный – 45	
Компот из плодов и ягод сушенных - 200	

2 неделя - ЧТ	2 неделя - ПТ
Завтрак	Завтрак
Запеканка из творога – 230	Каша рисовая молочная жидкая – 250
Повидло яблочное - 30	Масло сливочное (порциями) - 15
Хлеб пшеничиый формовой – 20	Хлеб пшеничный формовой – 45
Чай с лимоном – 200	Чай с молоком – 200
Фрукты свежие - 100	
Обед	Обед
Салат витаминный (масло) – 100	Огурцы соленые (порциями) – 100
Суп гороховый на мясном бульоне с мясом отварным 250/20	Щи из свежей капусты с картофелем – 250
Гренки из пшеничного хлеба - 20	Сметана – 5

Рыба, тушенная в томате с овощами – 120	Котлеты из говядины – 100	
Картофель отварной – 220	Ругу из овощей – 220	
Хлеб пшеничный формовой – 45	Хлеб пшеничный формовой – 50	
Хлеб ржано-пшеничный – 45	Хлеб ржано-пшеничный – 45	
Компот из смеси сухофруктов - 200	Пряники - 30	
	Компот из яблок с лимоном – 200	

Примерное меню для детей в возрасте 12-18 лет на зимне-весенний период года

No	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность	81	C	A	Ē	Ca	a.	Mg	Fe
	1 неделя - ПН												-	
Í	Завтрак													
	Каша пшеничная молочная									-				
232	232 жидкая	230	11,5	11	45,4	327	0,2	2,2	65,073	98'0	278	304	57	2,2
267	267 Яйцо вареное	40	5,1	4,6	6,0	63,2	0	0	100,625	0,24	22	77	5	1
573	573 Хлеб пшеничный формовой	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0	0	0	0,5	6	29	9	0,5
465	465 Кофейный напиток с молоком	200	3	3,4	20,8	125,7	0	0,7	19	0	108	9/	13	0,1
82	82 Фрукты свежие	100	0,4	0,4	8 6	44,5	0	10	0	0,2	16	11	6	2,2
	Итог		23,4	19,8	98,4	6'599	0,2	12,9	184,698	1,8	433	497	06	9
	Обед													
	Салат из капусты													
-	белокочанной(масло)	100	1,4	6,1	8,4	94	0	17	0	2,76	40	28	16	0,5
	Суп с рыбными консервами			10										
122	122 (сайра)	250	6'6	11,4	10,1	180,1	0,1	5,8	15	0,22	29	147	32	J
337	337 Кнели из говядины	100	15,1	13,1	4	194,6	0	0,3	28,55	0,43	57	138	19	1,7
377	377 Пюре картофельное	220	9	6'8	12,7	155	0,2	5,3	43,89	0,28	55	108	34	1,2
573	573 Хлеб пшеничный формовой	09	4,6	0,5	29,5	140,6	0,1	0	0	99'0	12	39	8	0,7
575	575 Хлеб ржано-пшеничный	45	3,1	9'0	17,9	89,1	0,1	0	0,45	0,63	21	71	22	1,8
495	495 Компот из смеси сухофруктов	200	9'0	0,1	20,1	83,5	0	0,2	0	0,42	20	19	14	0,7
	Итог		40,1	40,7	102,7	937	5'0	28,6	87,89	5,4	234	250	145	2,6
	¥													
	Итог день		63,5	60,5	201,1	1602,9	2'0	41,5	272,59	7,2	299	1047	235	13,6

No	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность	81	U	A	Щ	Ca	a	Mg	Fe
	1 неделя - ВТ													
	Завтрак													
279	279 Запеканка из творога	230	36,6	17,8	34,7	445,4	0,2	0,5	119,985	1,58	353	488	51	1,7
98	ве Повидло яблочное	30	0,1	0	19,5	78,5	0	0,1	0	0	4	3	2	0,4
573	573 Хлеб пшеничный формовой	20	1,5	0,2	8'6	46,9	0	0	0	0,22	4	13	3	0,2
457	457 Чай с сахаром	200	0,4	0,1	14	58,5	0	0	0	0,01	10	15	8	1,6
82	82 Фрукты свежие	100	0,4	0,4	8'6	44,5	0	10	0	0,2	16	11	6	2,2
	Итог		39	18,5	87,8	673,8	0,2	10,6	119,985	2,01	387	530	73	6,1
	Обед			-										
	Салат из свёклы отварной													
26	26 (Macno)	100	1,4	6,1	7,6	2'06	0	7,7	0	2,74	35	39	20	1,3
	Суп с макаронными													
	изделиями и картофелем на										-			
129	129 курином бульоне	250	3	2,5	12,6	85,2	0,1	3,9	2,125	1,41	28	74	25	6'0
366	зее Птица отварная (кура)	100	16,2	12	0,3	174	0	0,4	40,454	0,51	18	113	14	1,2
386	386 Рис припущенный	180	4,3	6,5	35,4	217,5	0	0	30,78	0,34	7	75	23	0,2
	Соус молочный к блюдам (1-й													
403	403 вариант)	20	0,7	1,4	1,3	20,1	0	0,1	2,6	0,03	22	16	3	0
573	573 Хлеб пшеничный формовой	09	4,6	5'0	29,5	140,6	0,1	0	0	99'0	12	39	8	0,7
575	575 Хлеб ржано-пшеничный	45	3,1	9'0	17,9	89,1	0,1	0	0,45	0,63	21	71	22	1,8
7	Кисель из концентрата													
484	484 плодового или ягодного	200	0	0	16,6	66,3	0	0	0	0	4	7	0	0
582	582 Печенье	15	1,1	1,5	11,2	62,4	0	0	1,5	0,53	4	14	3	0,3
	Итог		34,4	31,1	132,4	945,8	0,3	12,1	82,909	6,85	151	448	118	6,4
						9		1 0	0	000	0	0	,	
	Итог день		73,4	49,6	77077	1619,6	6,0	1777	507,89	8,86	538	3/8	191	17,5

мув Нацименование блюда Белков Киры Удлеводы Капорий В р. С А Е Са 3деятран 1 меделя - СР 3деятран 250 7,4 8,9 37,5 260,1 0,1 0,8 47,732 0,6 153 75 Сыр полутердый (порциями) 25 6,6 6,6 0 0 5,2416 0,1 125 513 Клеб пшеничный формовой 45 3,6 3,6 0,0 0 0 0,5 24,1 250 513 Клеб пшеничный формовой 25 3,6 3,6 3,6 0,0 0,5 20,0 12 250 14 250 14 250 14 250 14 250 14 250 14 250 14 250 0 0 0 20 20 14 250 14 250 14 250 14 250 14 250 14 250 14 250 20 20 20															
250 7,4 8,9 37,5 260,1 0,1 0,8 47,732 0,62 45 6,6 6,6 6,6 10,0 0,2 52,416 0,1 0,1 25 6,6 6,6 6,6 6,6 10,0 0,2 3,6 18,6 120,7 0 0,5 5 120,148 1,43	No		Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность	ВІ	C	٨	E	Ca	d	Mg	Fe
250 7,4 8,9 37,5 260,1 0,1 0,8 47,732 0,62 45 3,4 0,4 22,1 105,5 0 0 0,2 52,416 0,01 200 3,6 6,6 0 86 0 0,2 52,416 0,01 200 3,6 18,6 120,7 0 0,5 52,416 0,01 200 3,6 18,6 120,7 0 0,5 52,416 0,01 200 1 0,2 5,6 0 0 0 0,01 200 2 20,2 86,6 0,1 8,8 0,01 0,02 200 2 2,2 19,7 98,4 658,9 0,1 8,8 0,01 250 2,5 5,1 9,2 92,4 0,1 8,3 0,01 4,75 0,01 250 2,5 5,1 9,2 92,4 0,1 4,18 1,43		1 неделя - СР													
250 7,4 8,9 37,5 260,1 0,1 0,8 47,732 0,62 45 6,6 6,6 0 86 0 0 52,416 0,1 45 3,4 0,4 22,1 105,5 0 0 5 2416 0,0 200 3,6 3,6 18,6 120,7 0 0,5 52,416 0,0 200 3,6 3,6 18,6 120,7 0 0,5 20 0		Завтрак .													
250 7,4 8,9 37,5 260,1 0,1 0,8 47,732 0,62 45 6,6 6,6 0 86 0 25,416 0,1 45 3,4 0,4 22,1 105,5 0 0 5 52,416 0,1 200 3,6 6,6 0 86 0 0 5 52,416 0,1 200 3,6 3,6 18,6 120,7 0 0,5 52,416 0,01 200 3,6 3,6 120,7 0 0,5 52,416 0,01 200 1 0,2 20,2 86,6 0 0 5 20,01 200 2,2 13,7 98,4 658,9 0,1 5,5 120,148 1,43 100 2,5 2,1 3,2 3,2 3,2 3,2 3,2 3,2 100 2,5 3,2 3,2 3,2 3,2 3,2		Каша манная молочная													
4) 25 6,6 6,6 0 86 0 6,2 52,416 0,1 2 45 3,4 0,4 22,1 105,5 0	23	о жидкая	250	7,4				0,1	8'0	47,732	0,62	153	133	23	9'0
45 3,4 0,4 22,1 105,5 0 0 0,5 0 0 0,6 0	7	5 Сыр полутвердый (порциями)						0	0,2	52,416	0,1	250	150	14	0,2
200 3,6 3,6 18,6 120,7 0 0,5 20 0,01 1 0,2 20,2 86,6 0 4 0 0,2 20,2 86,6 0 4 0 0,2 20,2 86,6 0 4 0 0,2 20,2 86,6 0 4 0 0,2 20,2 86,6 0 4 0 0,2 20,2 86,6 0 4 0 0,2 20,2 20,2 86,6 0	57	з Хлеб пшеничный формовой						0	0	0	0,5	6	29	9	0,5
200 1 0,2 20,2 86,6 0 4 0 0,2 22 19,7 98,4 658,9 0,1 5,5 120,148 1,43 5 100 2,6 6,3 8,3 100 0,1 8,8 0 2,77 250 2,5 5,1 9,2 92,4 0,1 8,3 0 2,77 100 2,5 5,1 9,2 92,4 0,1 8,3 0 2,77 5 0,1 0,8 0,2 7,9 0 0 4,75 0,01 100 17,7 12,5 16,7 152 0,1 25,9 37,62 0,49 1 200 4,5 0,3 1 1,4 15,6 0,1 0 0,3 6 0,06 45 3,1 0,6 17,9 89,1 0,1 0 0,45 0,66 60 4,6 0,5 20,3 85	46	2 Какао с молоком	200					0	0,5	20	0,01	121	102	25	0,8
200 1 0,2 20,2 86,6 0 4 0 0,2 22 19,7 98,4 658,9 0,1 5,5 120,148 1,43 5 100 2,6 6,3 8,3 100 0,1 8,8 0 2,77 250 2,5 5,1 9,2 92,4 0,1 8,8 0 2,77 100 2,5 5,1 9,2 92,4 0,1 8,8 0 2,77 5 0,1 8,3 100 0,1 8,8 0 2,37 5 0,1 0,3 0,1 8,8 0,1 2,77 100 1,1 8,3 0,0 2,77 0,01 1,4 200 4,5 7,5 16,7 15,6 0,1 2,79 37,62 0,49 1 30 0,3 1 1,4 15,6 0,1 0,0 0,45 0,66 60 4,6 <td></td> <td>Соки овощные, фруктовые и</td> <td></td>		Соки овощные, фруктовые и													
100 2,6 6,3 658,9 0,1 5,5 120,148 1,43 5 100 2,6 6,3 8,3 100 0,1 8,8 0 2,77 250 2,5 5,1 9,2 92,4 0,1 8,8 0 2,35 250 2,5 5,1 9,2 92,4 0,1 8,3 0 2,35 100 17,7 12,5 16,2 7,9 0 0 4,75 0,01 220 4,5 7,5 16,7 15,2 0,1 4,18 1,4 30 0,3 16,7 15,2 0,1 4,18 1,4 45 3,1 0,6 10,5 0,1 0,3 6 0,06 60 4,6 0,5 229,5 140,6 0,1 0 0,45 0,66 200 0,5 0,2 20,3 85,1 0,0 0 0 0 200 <t< td=""><td>nnn</td><td>• ягодные (индивид. упаковка)</td><td>200</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td>0</td><td>4</td><td>0</td><td>0,2</td><td>14</td><td>14</td><td>8</td><td>2,8</td></t<>	nnn	• ягодные (индивид. упаковка)	200	1				0	4	0	0,2	14	14	8	2,8
100 2,6 6,3 8,3 100 0,1 8,8 0 2,77 250 2,5 5,1 9,2 92,4 0,1 8,8 0 2,35 5 0,1 0,8 0,2 7,9 0 0,475 0,01 100 17,7 12,5 16,7 15,2 0,1 4,18 1,4 220 4,5 7,5 16,7 15,2 0,1 4,18 1,4 30 0,3 0 0 0 0 4,18 1,4 30 0,3 1 1,4 15,6 0,1 25,9 37,62 0,49 1 60 4,6 0,5 17,9 89,1 0,1 0 0,66 0		Итог		22		98,4		1'0	5,5	120,148	1,43	547	428	26	4,9
100 2,6 6,3 8,3 100 0,1 8,8 0 2,77 250 2,5 5,1 9,2 92,4 0,1 8,8 0 2,35 5 2,5 5,1 9,2 92,4 0,1 8,3 0 2,35 5 0,1 0,2 0,1 8,3 0 2,35 0,01 100 17,7 12,5 16,7 0,2 0,1 4,18 1,4 220 4,5 7,5 16,7 15,2 0,1 25,9 37,62 0,49 1 30 0,3 1 1,4 15,6 0,1 0,3 6 0,06 60 4,6 0,5 29,5 140,6 0,1 0 0,66 0 60 4,6 0,5 29,5 140,6 0,1 0 0,45 0,63 70 0,5 2,2 20,3 85,1 0,1 0 0 0															
100 2,6 6,3 8,3 100 0,1 8,8 0 2,77 250 2,5 5,1 9,2 92,4 0,1 8,3 0 2,35 5 2,5 5,1 9,2 92,4 0,1 8,3 0 2,35 5 0,1 2,5 3,4 0,2 0,1 8,3 0 0 0,4 0 0 2,35 0,01 0 0,4 0 0,4 0 0,4 0 0,4 0 0,4 0 0,4 0 0,4 0 0,4 0 0,4 0 0,4 0 0,4 0 0,4 0 0,4 0		Обед									ē				
100 2,6 6,3 8,3 100 0,1 8,8 0 2,7/7 250 2,5 5,1 9,2 92,4 0,1 8,3 0 2,35 5 0,1 0,8 0,2 7,9 0 0 4,75 0,01 100 17,7 12,5 16 247,4 0,2 0,1 4,18 1,4 220 4,5 7,5 16,7 152 0,1 4,18 1,4 30 0,3 1 1,4 15,6 0,1 6,0 0,0 0 0,0 0 <t< td=""><td></td><td>Салат картофельный с</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>0</td><td>C</td><td>-</td><td>*</td><td>ĭ</td><td>0</td><td></td></t<>		Салат картофельный с							0	C	-	*	ĭ	0	
250 2,5 5,1 9,2 92,4 0,1 8,3 0 2,35 5 0,1 0,8 0,2 7,9 0 0 4,75 0,01 100 17,7 12,5 16 247,4 0,2 0,1 4,18 1,4 220 4,5 7,5 16,7 152 0,1 25,9 37,62 0,49 1 30 0,3 1 1,4 15,6 0,1 0,3 6 0,06 60 4,6 0,5 29,5 140,6 0,1 0 0,06 0	4	2 зеленым горошком (масло)	100					T'O	8,8	0	7/17	T _t	21	72	1'0
5 0,1 0,8 0,2 7,9 0 4,75 0,01 100 17,7 12,5 16 247,4 0,2 0,1 4,18 1,4 220 4,5 7,5 16,7 152 0,1 25,9 37,62 0,49 1 30 0,3 1 1,4 15,6 0,1 0 0,6 0	10	1 Рассольник домашний	250			9,2		0,1		0	2,35	23	. 55	23	6'0
100 17,7 12,5 16,7 152 0,1 25,9 37,62 0,49 1 220 4,5 7,5 16,7 152 0,1 25,9 37,62 0,49 1 30 0,3 1 1,4 15,6 0 0 60 0,66 0	43	з Сметана	2		8,0			0	0	4,75	0,01	4	m	0	0
220 4,5 7,5 16,7 152 0,1 25,9 37,62 0,49 1 30 0,3 1 1,4 15,6 0 0,3 6 0,06 60 4,6 0,5 29,5 140,6 0,1 0 0 6 45 3,1 0,6 17,9 89,1 0,1 0 0,45 0,66 200 0,2 20,3 85 0 9,1 0 0,63 200 0,5 0,2 20,3 85 0 0 0,63 0 35,9 34,5 119,5 930,1 0,7 52,5 53 8,52 2 45 57,9 54,2 217,9 1589,1 0,8 58 173,15 9,95 8	33	9 Котлеты из говядины	100		12,5	16		0,2	0,1	4,18	1,4	53	172	25	2,8
30 0,3 1 1,4 15,6 0 0,3 6 0,06 60 4,6 0,5 29,5 140,6 0,1 0 0 0,66 45 3,1 0,6 17,9 89,1 0,1 0 0,65 0,63 200 0,5 0,2 20,3 85 0 9,1 0 0,15 0,15 35,9 34,5 119,5 930,1 0,7 52,5 53 8,52 2 4 57,9 54,2 217,9 1589,1 0,8 58 173,15 9,95 8	38	о Капуста тушеная	220	4,5				0,1	25,9	37,62	0,49	121	68	44	1,7
60 4,6 0,5 29,5 140,6 0,1 0 0,66 45 3,1 0,6 17,9 89,1 0,1 0 0,45 0,63 200 0,5 0,2 20,3 85 0 9,1 0 0,15 35,9 34,5 119,5 930,1 0,7 52,5 53 8,52 2 4 57,9 54,2 217,9 1589,1 0,8 58 173,15 9,95 8	41	О Соус томатный	30	0,3		1,4		0	0,3	9	90'0	2	4	2	0,1
но-пшеничный 45 3,1 0,6 17,9 89,1 0,1 0,45 0,63 апельсинов с зор 200 0,5 0,2 20,3 85 0 9,1 0 0,15 в зор,1 0,7 52,5 53,5 53,5 53 8,52 2 в зор,1 0,7 52,5 53,5 53,5 8,52 2 в зор,1 0,7 52,5 53 8,52 2 в зор,1 0,7 52,5 53 8,52 2 в зор,1 0,7 52,5 53 8,52 2	57	з Хлеб пшеничный формовой	09		0,	29,5		0,1	0	0	99'0	12	39	00	0,7
апельсинов с 200 0,5 0,2 20,3 85 0 9,1 0 0,15 2.5 2.5 53 8,52 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	57	з Хлеб ржано-пшеничный	45		9'0			0,1	0	0,45	0,63	21	71	22	1,8
200 0,5 20,3 85 0 9,1 0 0,15 35,9 34,5 119,5 930,1 0,7 52,5 53 8,52 2 b 57,9 54,2 217,9 1589,1 0,8 58 173,15 9,95 8	100	Компот из апельсинов с											- 9		
35,9 34,5 119,5 930,1 0,7 52,5 53 8,52 57,9 54,2 217,9 1589,1 0,8 58 173,15 9,95	48	в яблоками	200					0	9,1	0	0,15	19	12	8	6'0
57,9 54,2 217,9 1589,1 0,8 58 173,15 9,95		Итог		35,9	34,5	119,5	1'086	2'0	52,5	53	8,52	269	496	150	9'6
57,9 54,2 217,9 1589,1 0,8 58 173,15 9,95															
		Итог день		57,9		217,9		8'0	58	173,15	9,95	816	924	226	14,5

*ППП- продукт промышленного производства

Наименование блюда Выход блиода Есики Жиры Услеводы насторы B / 4 / 2 / 325,3 0.1 0.5 382,108 1,57 155 299 24 Востирок 1 мастос относное (порциями) 1 2.0 1 2.2 325,3 0.1 0.5 382,108 1,57 155 299 24 Востирок 2 мастос относное (порциями) 1 5.0 0.1 10,2 22,1 10,5 0 0 0 0 15 39 29 <th></th> <th>- ANDWOLLING I</th> <th>1 2</th>														- ANDWOLLING I	1 2
диворам - чт заведия - чт завтаворовой домостивации в разовати	No		Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность	81	Û	A	Ш	Ca	۵	Mg	Fe
Вовтрания Заветрания 1 1 1 1 2 2 2 2 2 2 2 3 2 3 2 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 4 2 2 3 3 3 4 4		1 неделя - ЧТ													
Овомоет натуральный ормовой и разорать ормовой и разоратьный формовой и разоратьный формов		Завтрак					-								
Масло сливочное (порциями) 15 0,1 10,9 0,2 99,1 0 60 60,15 9 9 6 9 9 9 9 9 9 9	26	58 Омлет натуральный	200		26,6		325,	0,1	0,5	382,108	1,57	155	299	24	3,2
Алеб пшеничный формовой (маслов) 45 3,4 0,4 22,1 105,5 0 0 0,6 0,6 0,6 0 <	14	19 Масло сливочное (порциями)		0,1	10,9			0	0	9	0,15	4		0	0
в най с лимоном 200 0,5 0,1 14,2 59,6 0 1 0 0,2 13 17 9 дорукты свежие 100 0,4 0,4 9,8 44,5 0 10 0,02 15 11 9 дорукты свежие 100 0,4 0,4 9,8 44,5 0 10 0,2 16 11 9 довение 100 21,7 38,4 50,5 634 0,1 11,5 44,10 2,44 197 36 48 Салат витаминный (масло) 100 1,2 5,2 5,5 73,3 0 13 0 2,39 34 30 19 Салат витаминный (масло) 100 1,2 5,2 5,5 73,3 0 13 0 2,0 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 <t< td=""><td>57</td><td>гз Хлеб пшеничный формовой</td><td>45</td><td>3,4</td><td>0,4</td><td>22,1</td><td></td><td>0</td><td>0</td><td>0</td><td>0,5</td><td>6</td><td>29</td><td>9</td><td>0,5</td></t<>	57	гз Хлеб пшеничный формовой	45	3,4	0,4	22,1		0	0	0	0,5	6	29	9	0,5
орожиты свежие 100 0,4 9,8 44,5 0 10 0,2 16 11 9 48 9 44,5 0 10 0,2 16 11 9 48 Итпос Обед 10 1,2 5,2 5,5 73,3 0 13 0 2,39 34 30 19 48 Согата витаминный (масло) 100 1,2 5,2 5,5 73,3 0 13 0 2,39 34 30 19 Согатарным старным старным старным 250/20 7,8 8,9 8,6 145,6 0,1 4,3 0 2,61 32 10 31 10 Орыба, тринаминый формовое картофельное 5 0,1 0,8 0,2 7,9 0 4,75 0,01 4,75 0,01 4,75 0,01 3 4 3 1 4 3 1 3 1 4 3 1 3 1 4	45	9 Чай с лимоном	200	0,5	0,1	14,2		0	-	0	0,02	13	17	6	1,7
митог 1,7 38,4 50,5 634 0,1 11,5 442,108 2,44 197 360 48 Обвед Освата витаминный (масло) 100 1,2 5,5 73,3 0 13 0 2,99 34 30 19 Солата витаминный (масло) 100 1,2 5,5 73,3 0 13 0 2,99 34 30 19 Солата витаминный (масло) 100 1,2 5,5 7,9 0 13 0 2,91 34 30 19 Солата витаминный (масло) 100 1,2 5,5 7,9 0 1,4 3 0 19 3 19 4 3 0 19 3 19 3 19 3 19 3 19 3 19 3 19 3 19 3 19 3 19 3 19 3 19 3 19 3 10 19	00	32 Фрукты свежие	100	0,4	0,4	8'6		0	10	0	0,2	16	11	6	2,2
Обеда Обедате интаминный (масло) 100 1,2 5,2 73,3 0 13 0 2,39 34 30 19 Салат витаминный (масло) 100 1,2 5,2 73,3 0 13 0 2,39 34 30 19 Суп крестьянский с крупой на мясном бульоне с мясом 250/20 7,8 8,9 8,6 145,6 0,1 4,75 0,01 4 3 107 31 Сметана отверным отве		Итог			38,4	50,5		0,1	11,5	442,108	2,44	197	360	48	2,6
Солата витаминный (масло) 100 1,2 5,2 5,5 73,3 0 13 0 2,39 34 30 19 Суп крестьянский с крупой на мясном бульоне с мясом отварным отварн		Обед													
Суп крестьянский с крупой на мясном бульоне с мясом бульоне мясом бу		2 Салат витаминный (масло)	100	1,2	5,2	5,5	73,3	0	13	0	2,39	34	30	19	6'0
мясном бульоне с мясом 250/20 7,8 8,9 8,6 145,6 0,1 4,3 0 2,61 32 107 31 з сметана 3 0,1 0,8 0,0 7,9 0 4,75 0,01 4 3 0 Рыба, гушенная сметана 5 0,1 0,8 0,2 7,9 0 4,75 0,01 4 3 0 Рыба, гушенная сметана 20,2 9,7 4,2 184,8 0,2 2,6 52,774 2,31 37 37 Пюре картофельное 20 4,6 0,5 29,5 140,6 0,1 0 0,6 12 3 43,89 0,28 55 108 3 Зхлеб ржано-пшеничный формовой 60 4,6 0,5 29,5 140,6 0,1 0,0 0,45 0,6 12 1 2 Компот из плодов или ягод 3 3 3 3 3 3 3		Суп крестьянский с крупой на									è				
Сметана 5 0,1 0,8 145,6 0,1 4,3 0 2,61 32 107 31 ЗСметана 5 0,1 0,8 0,2 7,9 0 4,75 0,01 4 3 107 31 Рыба, тушенная в сметанном 120 20,2 9,7 4,2 184,8 0,2 2,6 52,774 2,31 3 0 ЗСОУСЕ (филе горбуши) 120 20,2 9,7 140,6 0,2 2,6 52,774 2,31 3 177 37 Пюре картофельное 220 6 8,9 12,7 140,6 0,1 0 0,66 12 3 140,6 0,1 0 0,66 12 3 1 2 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 3	118/														
1 в сметанном буши) 20,0 0,0 4,75 0,01 4 3 0 буши) 120 20,2 9,7 4,2 184,8 0,2 2,6 52,774 2,31 53 177 37 вное 220 8,9 12,7 155 0,2 5,3 43,89 0,28 55 108 34 вное 220 4,6 0,5 29,5 140,6 0,1 0 0,66 12 39 8 еничный 45 3,1 0,6 17,9 89,1 0,1 0 0,66 12 39 8 ов или ягод 200 1 0,1 0,1 0,0 0,45 0,63 21 2 2 1 0,1 1 0,1 81,2 0,7 25,5 101,864 9,99 243 563 172 1 0 1 10,1 148,2 1511,6 0,7 25,5 101,864	318		250/20	7,8	6'8	9'8		0,1	4,3	0	2,61	32	107	31	1,6
в сметанном буши) 120 20,2 9,7 4,2 184,8 0,2 2,6 52,774 2,31 53 177 37 Бное 220 8,9 12,7 155 0,2 5,3 43,89 0,28 55 108 34 Бное 220 6 8,9 12,7 15,6 0,1 0 0,66 12 39 8 Бное 220 4,6 0,5 29,5 140,6 0,1 0 0,66 12 39 8 Беничный 45 3,1 0,6 17,9 89,1 0,1 0 0,45 0,63 21 71 22 ОВ или ягод 200 1 0,1 87,7 877,6 0,7 25,5 101,864 9,99 243 563 172 1 0 0 0,3 0,7 25,5 101,864 9,99 243 563 172 1 0 0 0,3	43	з Сметана	5		8'0	0,2	7,9	0	0	4,75	0,01	4	m	0	0
буши) 120 20,2 9,7 4,2 184,8 0,2 2,6 52,774 2,31 53 177 37 Бное 220 6 8,9 12,7 155 0,2 5,3 43,89 0,28 55 108 34 Бное 220 6 8,9 12,7 140,6 0,1 0 0 0,66 12 39 8 Беничный 45 3,1 0,6 17,9 89,1 0,1 0 0,66 12 39 8 ОВ ИЛИ ЯГОД 200 1 0,0 0,1 0,1 0,1 25,5 101,864 9,99 243 563 172 1 0,1 0,1 25,5 101,864 9,99 243 563 172 17 1 0,1 0,1 0,7 25,5 101,864 9,99 243 563 172 1 0,1 0,1 0,6 0,7 <td< td=""><td></td><td>Рыба, тушенная в сметанном</td><td></td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></td<>		Рыба, тушенная в сметанном		1											
вное 220 6 8,9 12,7 155 0,2 5,3 43,89 0,28 55 108 34 вій формовой 60 4,6 0,5 29,5 140,6 0,1 0 0,66 12 39 8 еничный 45 3,1 0,6 17,9 89,1 0,1 0 0,45 0,66 12 39 8 ов или ягод 200 1 0,1 81,2 0,7 25,5 101,864 9,99 243 563 172 - 44 34,7 97,7 877,6 0,7 25,5 101,864 9,99 243 563 172 - 65,7 73,1 148,2 1511,6 0,8 37 543,97 12,43 440 923 220 1	29	в соусе (филе горбуши)	120		6,7	4,2	184,8	0,2	2,6	52,774	2,31	53	177	37	6,0
ій формовой 60 4,6 0,5 29,5 140,6 0,1 0 0,66 12 39 8 еничный 45 3,1 0,6 17,9 89,1 0,1 0 0,65 21 71 22 ов или ягод 200 1 19,1 81,2 0,7 25,5 101,864 9,99 243 563 172 - 44 34,7 97,7 877,6 0,7 25,5 101,864 9,99 243 563 172 - 65,7 73,1 148,2 1511,6 0,8 37 543,97 12,43 440 923 220 1	37	7 Пюре картофельное	220	9	8,9	12,7	155	0,2	5,3	43,89	0,28	55	108	34	1,2
ов или ягод 45 3,1 0,6 17,9 89,1 0,1 0,1 0,63 21 71 22 0в или ягод 200 1 0,1 19,1 81,2 0,7 25,5 101,864 9,99 243 563 172 - 44 34,7 97,7 877,6 0,7 25,5 101,864 9,99 243 563 172 - 44 34,7 97,7 877,6 0,7 25,5 101,864 9,99 243 563 172 - 44 34,7 97,7 877,6 0,8 37 543,97 12,43 440 923 220 1	57	з Хлеб пшеничный формовой	09		0,5	29,5	140,6	0,1	0	0	99'0	12	39	8	0,7
ов илиягод 200 1 0,1 19,1 81,2 0 0,3 0 1,1 32 28 21 - 44 34,7 97,7 877,6 0,7 25,5 101,864 9,99 243 563 172 - - 65,7 73,1 148,2 1511,6 0,8 37 543,97 12,43 440 923 220 1	57.	5 Хлеб ржано-пшеничный	45	-	9'0	17,9	89,1	0,1	0	0,45	0,63	21	71	22	1,8
200 1 0,1 19,1 81,2 0 0,3 0 1,1 32 28 21 44 34,7 97,7 877,6 0,7 25,5 101,864 9,99 243 563 172 - 65,7 73,1 148,2 1511,6 0,8 37 543,97 12,43 440 923 220 1		Компот из плодов или ягод	-												
день 44 34,7 97,7 877,6 0,7 25,5 101,864 9,99 243 563 172 36нь 65,7 73,1 148,2 1511,6 0,8 37 543,97 12,43 440 923 220	49	4 сушеных (урюк)	200	П	0,1	19,1	81,2	0	0,3	0	1,1	32	28	21	9'0
65,7 73,1 148,2 1511,6 0,8 37 543,97 12,43 440 923 220	"	Итог		44	34,7	7,76	877,6	0,7	25,5	101,864	66'6	243	563	172	7,7
65,7 73,1 148,2 1511,6 0,8 37 543,97 12,43 440 923 220		in the second se													
		Итог день		65,7	73,1	148,2	1511,6	8'0	37	543,97	12,43	440	923	220	15,3

Жиры 10 44 0,4 0,4 16,5 16,5 16,5 0,8 0,8 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5							The state of the s	THE RESERVE AND ADDRESS OF THE PARTY OF THE							
M 200 12,2 125 6,3 1 45 3,4 (200 1,8 : 200 1,8 : 100 0,4 (24,1 16 : 250 1,5 (5 0,1 (5 0,1 (60 4,6 (45 3,1 (60 4,4 25;		Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность	81	G	4	E	Ca	Q.	Mg	Fe
M 200 12,2 125 6,3 1 45 3,4 (200 1,8 3 100 0,4 (100 0,8 (1,5 5 0,1 (1,5 5 0,1 (1,5 6 0 1,5 6 (1,5 6 0 1,5 6 (1,5 6 0 1,5 6 (1,5 6 0 1,5 6 (1,5 6 0 1,5 6 (1,5 6 0 1,5 6 (1,5 6 0 1,5 6 (1,5 6 0 1,5 6 (1,5 6 0 1,5 6 (1,5 6 0 1,5 6 (1,5 6 0 1,	1 1	еделя - ПТ													
M 200 112,2 125 6,3 145 3,4 (200 1,8 : 100 0,4 (24,1 16 (24,1 16 (250 1,5 (120 23,5 1; (120 23,5 1; (120 23,5 1; (45 3,1 (44,4 255 (68,5	306	зтрак													
125 6,3 45 3,4 200 1,8 100 0,4 100 0,8 100 0,8 100 0,8 120 23,5 1 5 0,1 1 80 10,2 1 60 4,6 45 3,1 18 200 0,6 44,4 2.	Ma	кароны отварные с сыром	200	12,2	10	35,3	280,1	0,1	0,1	73,722	1,05	224	179	22	1,4
200 1,8 100 0,4 100 0,4 1100 0,8 1100 0,8 1250 1,5 5 0,1 120 23,5 1 60 4,6 45 3,1 18 200 0,6 18 200 0,6	ЙО	гурт (индивид. упаковка)	125	6,3	4	10,6	103,6	0,1	0	50,055	0	298	228	35	0,3
200 1,8 100 0,4 100 0,4 100 0,8 100 0,1 5 0,1 120 23,5 180 10,2 60 4,6 60 4,6 45 3,1 8 200 0,6 44,4 2	XAE	еб пшеничный формовой	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0	0	0	0,5	6	29	9	0,5
100 0,4 100 0,8 100 0,8 250 1,5 5 0,1 120 23,5 1 180 10,2 60 4,6 60 4,6 45 3,1 8 200 0,6 8 200 0,6 8 44,4 2	4ah	й с молоком	200	1,8	1,7	16,1	6'98	0	6'0	9,5	0,01	64	54	15	1,7
24,1 1 100 0,8 250 1,5 5 0,1 120 23,5 1 180 10,2 60 4,6 45 3,1 8 200 0,6 44,4 2	Φb	укты свежие	100	0,4	0,4	8'6	44,5	0	10	0	0,2	16	11	6	2,2
100 0,8 250 1,5 5 0,1 120 23,5 1 180 10,2 60 4,6 45 3,1 8 200 0,6 44,4 2	Mm	102		24,1	16,5	93,9	620,7	0,2	10,4	133,277	1,76	119	501	87	6,1
100 0,8 250 1,5 5 0,1 120 23,5 1 180 10,2 60 4,6 45 3,1 8 200 0,6 44,4 2	90	ед													
250 1,5 5 0,1 120 23,5 1 180 10,2 60 4,6 45 3,1 8 200 0,6 44,4 2	P	грцы соленые (порциями)	100	8,0	0,1	1,7	11	0	2,5	0	0,1	23	24	14	9'0
250 1,5 5 0,1 120 23,5 1 180 10,2 60 4,6 45 3,1 8 200 0,6 44,4 2	E	і из свежей капусты с									· c				
5 0,1 120 23,5 1 180 10,2 60 4,6 45 3,1 8 200 0,6 44,4 2	Кар	тофелем	250	1,5	4,5	3,8	61,7	0	8,4	0	2,33	27	36	16	9'0
120 23.5 1 180 10,2 60 4,6 45 3,1 8 200 0,6 44,4 2	S	етана	5	0,1	8,0	0,2	6'2	0	0	4,75	0,01	4	3	0	0
120 23.5 1 180 10,2 60 4,6 45 3,1 8 200 0,6 44,4 2	Печ	чень говяжья по-													
180 10,2 60 4,6 45 3,1 8 200 0,6 44,4 2	CTD	огановски	120	23,5	11,3	9,2	231,9	0,1	4,8	5885,284	2,78	33	328	22	7,8
60 4,6 45 3,1 8 200 0,6 44,4 2	Кац	па гречневая рассыпчатая	180	10,2	7.6	45,2	290,6	0,2	0	27,692	0,73	19	243	162	5,4
45 3,1 /ктов 200 0,6 44,4 2.	Xne	е пшеничный формовой	09	4,6	0,5	29,5	140,6	0,1	0	0	99'0	12	39	8	0,7
200 0,6	XJe	еб ржано-пшеничный	45	3,1	9'0	17,9	89,1	0,1	0	0,45	0,63	21	71	22	1,8
44,4 2	Kon	мпот из смеси сухофруктов	200	9'0	0,1	20,1	83,5	0	0,2	0	0,42	20	19	14	0,7
68,5	ИШ	201		44,4	25,5	127,6	916,3	0,5	15,9	5918,18	7,66	159	763	258	17,6
68,5															
	Mm	ог день		5'89	42	221,5	1536,9	0,7	26,3	6051,46	9,42	770	1264	345	23,7

*ППП - продукт промышленного производства

						- 22								
Ne	Наименование блюда	Быхоо	Белки	Жиры	Углевады	Калории ность	181	0	A	E	Ca	٩	Mg	Fe
	2 неделя - ПН													
	Завтрак				Annual management of the control of	power and of the state of the s				-				
227	227 Каша ячневая вязкая	230	80	8,2	36,6	252,7	0,1	7,0	42,208	8,0	161	255	39	
267	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	6'0	63,2	0	0	100,625	0,24	22	77	N	1
573	573 Хлеб пшеничный формовой	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0	0	0	0,5	6	29	9	0,5
462	462 Какао с молоком	200	3,6	3,6	18,6	120,7	0	5'0	20	0,01	121	102	25	8,0
*	Соки овощные, фруктовые и	200	-	0.0	202	86.6	-	7	C	0.0	2	71	00	2 8
	Итог		21,1	17	8,7,8	628,7	0,1	5,2	162,833	1,75	327	477	83	6,1
	Offed													
-	Салат из капусты	501	14	7	×	QA	C	17	C	37.6	QV	86	4	3 0
	Рассольник ленинградский на		. (~	=(0				1		2/2		2	2	5
100	100 курином бульоне	250	2,7	5,1	13,5	110,8	0,1	7,7	0	2,36	28	84	32	6'0
433 (433 Сметана	5	0,1	8,0	0,2	6'1	0	0	4,75	0,01	4	m	0	0
367	з67 Птица в соусе с томатом (кура)	120	11,2	13,2	2,6	173,8	0	0,4	63,309	0,53	21	09	15	H
_	Макаронные изделия													
256	2.6. отварные	180	6,7	9	35,5	222,5	0,1	0	37,764	66'0	14	53	10	1,3
573	573 Хлеб пшеничный формовой	09	4,6	9'0	29,5	140,6	0,1	0	0	99'0	12	39	00	0,7
575	575 Хлеб ржано-пшеничный	45	3,1	9'0	17,9	89,1	0,1	0	0,45	0,63	21	71	22	1,8
-	Компот из свежих плодов и	0	(C		É	(4	(
486	486 ЯГОД (ЯБЛОКО)	7007	0,1	0,1	11,1	45,5	0	9'0	0	0,04	m	2	2	0,5
582	582 Печенье	15	1,1	1,5	11,2	62,4	0	0	1,5	0,53	4	14	m	0,3
	Итог		31	33,9	129,9	946,6	0,4	25,7	107,773	8,51	147	354	108	7
-	Итог день		52,1	50,9	227,7	1575,4	0,5	30,9	270,6	10,26	474	831	191	13,1

229 Ka						7								
20 Kc 29 Kc 242 EV	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность	81	Ü	V	143	Ca	Р	Mg	Fe
30 29 Ka 42 6v	2 неделя - ВТ													
29 Ka	Завтрак													
42 EV	229 Каша "Дружба"	250	6,3	6	33,3	239,5	0,1	8′0	46,805	0,17	142	155	36	0,5
	542 Булочка домашняя	09	4,2	6,7	27,8	188,8	0	0	38,844	0,78	10	31	9	0,4
73 X.n	573 Хлеб пшеничный формовой	20	1,5	0,2	8,6	46,9	0	0	0	0,22	4	13	3	0,2
65 KC	465 Кофейный напиток с молоком	200	3	3,4	20,8	125,7	0	0,7	19	0	108	92	13	0,1
82 P	82 Фрукты свежие	100	0,4	0,4	8'6	44,5	0	10	0	0,2	16	11	0	2,2
Z	Итог		15,4	19,7	101,5	645,4	0,1	11,5	104,649	1,37	280	286	29	3,4
0	Обед													
21 Ca	Салат из моркови	100	1,2	6,1	11,2	104,1	0,1	3,1	0	3	24.	49	34	9′0
L										è				
10 60	94/ bobil, c kaprovenem na mychom	250/20	7 0	0	10.2	1/82	-	o	C	7 7 6	C	110	7.0	2.2
22 Ce	CASS CASTSUS	5 5	2,0	χ. Ο	2,01	7.07	1,0		475	0.01	P	7	ì	0
Z Z	Kornoru innin Kuromin Dulkun)	160	2.0	100					1000				
07 (M	зот (минтай)	120	15,5	2,1	12,3	130,7	0,1	0,3	22,006	1,29	92	236	52	₩.
77 TH	377 Пюре картофельное	220	9	8,9	12,7	155	0,2	5,3	43,89	0,28	55	108	34	1,2
19 Co	419 Соус томатный	20	0,5	1,6	2,3	26	0	9'0	10	60'0	4	7	m	0,2
73 X	573 Хлеб пшеничный формовой	09	4,6	0,5	29,5	140,6	0,1	0	0	99'0	12	39	00	7,0
75 X.n	575 Хлеб ржано-пшеничный	45	3,1	9'0	17,9	89,1	0,1	0	0,45	69'0	21	71	22	1,8
Ko Ko	Компот из плодов или ягод	200		0.1	19.1	81.2	C	0.3	0	-	37	28	21	0.6
N	Итог		39.9	29.1	115,4	882.9	0.7	18.6	81.096	9.62	268	099	211	8.3
-														
Nn	Итог день		55,3	48,8	216,9	1528,3	8'0	30,1	185,75	10,99	548	946	278	11,7

No		RAIXON				Kanannii								
	Наименование блюда	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ность	81	C	A	E	Ca	٩	Mg	Fe
	2 неделя - СР													
	Завтрак													
268	268 Омлет натуральный	200	17,3	26,6	4,2	325,3	0,1	5'0	382,108	1,57	155	299	24	3,2
75	75 Сыр полутвердый (порциями)	25	9'9	9'9	0	98	0	0,2	52,416	0,1	250	150	14	0,2
573	573 Хлеб пшеничный формовой	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0	0	0	0,5	6	29	9	0,5
457	457 Чай с сахаром	200	0,4	0,1	14	58'2	0	0	0	0,01	10	15	80	1,6
82	82 Фрукты свежие	100	0,4	0,4	8,6	44,5	0	10	0	0,2	16	11	6	2,2
	Итог		28,1	34,1	50,1	619,8	0,1	10,7	434,524	2,38	440	504	19	7,7
	Обед													
	Салат из свёклы и моркови													
27	27 (масло)	100	1,3	6,1	7,3	89,2	0	4,7	0	2,82	32	43	24	1,1
16	116 Суп из овощей	250	2	4,5	6,3	74	0,1	7,3	0	2,34	23	45	18	0,7
33	433 Сметана	5	0,1	8'0	0,2	1,9	0	0	4,75	0,01	4	33	0	0
	Тефтели из говядины в													
849	з49 молочном соусе	120	13,7	13,5	8,2	209,3	0	8,0	31,2	0,51	51	133	18	1,0
102	202 Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	2,6	45,2	290,6	0,2	0	27,692	0,73	1,9	243	162	5,4
73	573 Хлеб пшеничный формовой	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0	0	0	0,5	6	29	9	0,5
75	575 Хлеб ржано-пшеничный	45	3,1	9'0	17,9	89,1	0,1	0	0,45	0,63	21	71	22	1,8
	Кисель из концентрата												No.	
84	484 плодового или ягодного	200	0	0	16,6	66,3	0	0	0	0	4	7	0	0
	Итог		33,8	33,5	123,8	931,8	0,4	12,8	64,092	7,54	163	574	250	11,3
	Итог день		61.9	67.6	173,9	1551,6	0,5	23,5	498,61	9,92	603	1078	311	19

aj	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Yznesodы	Калорий ность	81	C	А	E	Ca	ď	Mg	Fe
	2 неделя - ЧТ													
	Завтрак													
279	279 Запеканка из творога	230	36,6	17,8	34,7	445,4	0,2	0,5	119,985	1,58	353	488	51	1,7
86	86 Повидло яблочное	30	0,1	0	19,5	78,5	0	0,1	0	0	4	3	2	0,4
573	573 Хлеб пшеничный формовой	20	1,5	0,2	8'6	46,9	0	0	0	0,22	4	13	3	0,2
459	459 Чай с лимоном	200	5'0	0,1	14,2	29,69	0	1	0	0,02	13	17	O	1,7
82	82 Фрукты свежие	100	0,4	0,4	8'6	44,5	0	10	0	0,2	16	11	6	2,2
	Итог		39,1	18,5	88	674,9	0,2	11,6	119,985	2,02	390	532	74	6,2
	06ed							and the second s						
2	2 Салат витаминный (масло)	100	1,2	5,2	5'5	73,3	0	13	0	2,39	34	30	19	6'0
27/	127/ Суп гороховый на мясном									Çus				
318	318 бульоне с мясом отварным	250/20	12,9	9'2	16,6	187,1	0,3	0,7	20	0,46	51	151	45	3,6
143	143 Гренки из пшеничного хлеба	20	1,5	0,2	9,2	44	0	0	0	0,22	4	12	3	0,2
	Рыба, тушенная в томате с													
299	299 овощами (филе горбуши)	120	15	4,4	5,6	122,2	0,1	1,7	25,056	2,16	26	136	26	1,0
152	152 Картофель отварной	220	6,1	11,3	22,6	216,4	0,2	29,4	0	4,82	22	111	41	1,6
573	573 Хлеб пшеничный формовой	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0	0	0	0,5	6	29	9	0,5
576	5.15 Хлеб ржано-пшеничный	45	3,1	9'0	17,9	89,1	0,1	0	0,45	0,63	21	71	22	1,8
495	495 Компот из смеси сухофруктов	200	9,0	0,1	20,1	83,5	0	0,2	0	0,42	20	19	14	7,0
	Итог		43,8	8'62	119,6	921,1	2'0	45	45,506	11,6	187	559	176	10
	Итог день		82,9	48,3	207.6	1596	6'0	9'95	165,49	13,62	577	1001	250	16,2

	Married Company of the Company of th					>								
	Наименование блюда	Быход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории ность	18	C	A	F	Ca	٩	Mg	Fe
	2 меделя - ПТ													
	Завтрак													
	Каша рисовая молочная													
œ.	236 жидкая	250	6,1	8,9	38,6	258,8	0,1	8'0	47,268	0,21	143	155	35	0,2
	ппп* Йогурт (индивид. упаковка)	125	6,3	4	10,6	103,6	0,1	0	50,055	0	298	228	35	0,3
6	79 Масло сливочное (порциями)	15	0,1	10,9	0,2	99,1	0	0	9	0,15	4	4	0	0
m	573 Хлеб пшеничный формовой	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0	0	0	0,5	6	29	9	0,5
0	460 Чай с молоком	200	1,00	1,7	16,1	6'98	0	0,3	9,5	0,01	64	54	15	1,7
	Итог		17,7	25,9	87,6	623,9	0,2	1,1	166,823	0,87	518	470	91	2,7
	Обед				No.									
(3)	149 Огурцы соленые (порциями)	100	8,0	0,1	1,7	11	0	2,5	0	0 0	23	24	14	9'0
	Щи из свежей капусты с												-	
W-T-	104 картофелем	250	1,5	4,5	3,8	61,7	0	8,4	0	2,33	27	36	16	9'0
-	433 Сметана	5	0,1	8'0	0,2	6'2	0	0	4,75	0,01	4	3	0	0
-	339 Котлеты из говядины	100	17,6	12,5	15,2	244,3	0,2	0,1	4,18	1,4	53	174	26	2,8
177	Рагу из овощей (2-й вариант)	220	5	8,7	21	182,7	0,1	13,3	9′9	2,84	69	104	49	1,9
573	Хлеб пшеничный формовой	50	3,8	0,4	24,6	117,2	0,1	0	0	0,55	10	32	7	9,0
	575 Хлеб ржано-пшеничный	45	3,1	9'0	17,9	89,1	0,1	0	0,45	69'0	21	71	22	1,8
	581 Пряники	30	1,8	1,4	22,5	109,8	0	0	0	0,72	3	15	3	0,2
	487 Компот из яблок с лимоном	200	0,3	0,2	18,8	78,4	0	3,3	0	0,13	14	8	9	1,2
-	Итог		34	29,2	125,7	902,1	0,5	27,6	15,98	8,71	224	467	143	2'6
-	Итог день		51,7	55,1	213,3	1556	0,7	28,7	182,8	9,58	742	937	234	12,4
-	*ППП - продукт промышленного производства	одства												
	O6wuŭ MTOF:		632,9	550,1	2048,3	15667,3	6'9	355,3	8547,31	102,23	6175	10019	2481	152
_	в среднем за период:		63,3	55	204,8	1566,7	0,7	35,5	854,7	10,2	617	1002	248	15,2
1.7	Завтрак		25,2	22,8	85,4	647,6	0,1	9,1	198,903	1,78	413	458	75	5,7
_	Обед		38.1	32.2	1194	0101	90	26.4	655 R	8 44	אטכ	EAA	173	0 5

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 141801485388770673109170416287983275056075262776

Владелец Новицкая Валентина Анатольевна

Действителен С 10.10.2023 по 09.10.2024