

СОГЛАСОВАНО

Главный государственный
санитарный врач по г.Казань,
Абанскому, Дзержинскому,
Иланскому, Дубовскому, Ебеному,
Нижнеинзатовскому, Тасеевскому
районам

Н.П.Белоголов

17 июля 2014г.

УТВЕРЖДАЮ

Педсоветский отдел образования
администрации Тасеевского района
Т.М.Кулева

16 июля 2014г.

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ
ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ 6-11 ЛЕТ, НА БАЗЕ СТОЛОВЫХ, МБОУ
ТАСЕЕВСКОГО РАЙОНА, РАБОТАЮЩИХ НА СЫРЬЕ

ДЕНЬ: понедельник
 НЕДЕЛЯ: первая
 СЕЗОН:

Возрастная категория: с 6 до 11 лет

| № рек | прием пищи, наименование блюда | количество | Пищевые вещества | | | Эн. ценность (ккал) | Живительные (мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------|---------------------------------------|------------|------------------|-------|-------|------------------------|------------------|-------|-------|---------------------------|--------|-------|-------|--------|--------|---------|------|-------|--------|--------|--------|--------|-------|
| | | | Б | Ж | У | | Ва | С | К | Са | Л | Мг | К | | | | | | | | | | |
| ЗАПРЯС | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 120-131 | БЕЛЫЙ МОЛОЧНЫЙ С МАСЛОМ В ВЕЩЕРИМАНТИ | 200 | 0,20 | 8,05 | 31,09 | 244,02 | 0,06 | 0,03 | 20,00 | 2,100 | 36,70 | 10,00 | 0,30 | | | | | | | | | | |
| 140 | ДЫМО ОТВАРИЛО | 40 | 5,10 | 1,60 | 0,30 | 62,80 | 0,03 | 0,00 | 60,00 | 2,300 | 97,00 | 5,00 | 1,00 | | | | | | | | | | |
| 371 | МЯСНО-САЛОМНОЕ ПЕЧЕНЬЕ | 10 | 0,10 | 7,20 | 0,10 | 57,00 | 0,00 | 0,00 | 62,00 | 0,00 | 5,00 | 0,00 | 0,00 | | | | | | | | | | |
| 347 | КАВЬЕО С МОЛОКОМ | 200 | 3,70 | 3,93 | 25,95 | 133,92 | 0,02 | 0,00 | 0,03 | 11,40 | 125,60 | 20,28 | 0,60 | | | | | | | | | | |
| 382-386 | ФРУКТЫ | 700 | 0,80 | 0,80 | 19,60 | 94,00 | 0,06 | 20,00 | 0,00 | 16,00 | 22,00 | 18,00 | 4,40 | | | | | | | | | | |
| ГП | ХЛЕБ РАЖАНО-ДРОЖЖЕВЫЙ | 70 | 1,12 | 0,14 | 9,88 | 38,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 4,80 | 21,20 | 4,80 | 0,60 | | | | | | | | | | |
| ГП | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,40 | 69,80 | 0,04 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 26,10 | 4,20 | 0,30 | | | | | | | | | | |
| итого за завтрак | | | | | | | | | | | | | 19,30 | 77,06 | 101,38 | 719,63 | 0,22 | 26,00 | 160,03 | 184,20 | 311,24 | 62,28 | 7,46 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 311-319 | ОПЮКИ ПО СЫРУ | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 9,60 | 0,02 | 4,70 | 0,00 | 20,40 | 18,00 | 8,40 | 0,30 | | | | | | | | | | |
| 65 | ШИ ТЯ СВЕЖЕЙ САРДЕЛЫ С КЕТОФРЕШОМ | 250 | 2,09 | 6,33 | 10,64 | 107,83 | 0,06 | 2,733 | 0,93 | 38,30 | 45,94 | 19,02 | 0,87 | | | | | | | | | | |
| 209 | КАРТОФЕЛЬ ПУД-САЛОВОМ | 200 | 25,92 | 19,93 | 25,45 | 384,19 | 0,20 | 11,64 | 0,00 | 40,48 | 237,82 | 55,43 | 2,54 | | | | | | | | | | |
| 365 | СОКОВА ПРОВОДОВА | 200 | 1,00 | 0,20 | 0,00 | 36,00 | 0,02 | 1,00 | 0,00 | 14,00 | 14,00 | 8,00 | 2,80 | | | | | | | | | | |
| ГП | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 45 | 5,42 | 0,30 | 21,69 | 104,84 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 9,00 | 26,80 | 6,30 | 0,30 | | | | | | | | | | |
| ГП | ХЛЕБ РАЖАНО-ДРОЖЖЕВЫЙ | 25 | 1,40 | 0,30 | 12,35 | 47,50 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 26,30 | 6,00 | 0,80 | | | | | | | | | | |
| итого за обед | | | | | | | | | | | | | 34,25 | 77,18 | 71,27 | 689,96 | 0,38 | 47,17 | 0,93 | 128,26 | 371,06 | 103,15 | 8,85 |
| Итого за завтрак, обед | | | | | | | | | | | | | 53,55 | 154,24 | 172,65 | 1409,59 | 0,60 | 73,17 | 160,96 | 312,46 | 682,30 | 165,43 | 16,31 |

Handwritten signature

ДЕНЬ: вторник
 НЕДЕЛЯ: первая
 СЕЗОН :

Возраст и вид категории : с 6 до 11 лет

| № рел | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Ишлевые в-в(г) | | | иш. ценность (ккал) | Зитавиды (мг) | | | Минеральные в-ва (мг) | | | |
|----------|--------------------------------|--------------|----------------|-------|--------|---------------------|----------------|-------|--------|-----------------------|---------|--------|-------|
| | | | Б | Ж | У | | В ₁ | С | А | Са | Р | Мg | К |
| 313...12 | Запеканка по сезону | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 9,50 | 0,02 | 1,30 | 0,00 | 20,40 | 18,05 | 8,40 | 0,10 |
| 313...12 | Фрукты по сезону | 40 | 2,04 | 6,12 | 0,62 | 71,88 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 29,24 | 93,58 | 5,60 | 0,30 |
| 313...12 | Макарон. из заливочные с сыром | 200 | 5,19 | 16,60 | 20,60 | 361,00 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 72,00 | 12,00 | 16,00 | 1,00 |
| 313...12 | Сыр сг. долом | 200 | 0,07 | 0,01 | 10,31 | 61,02 | 0,00 | 2,20 | 0,00 | 16,00 | 8,40 | 0,00 | 0,80 |
| 313...12 | Сыр ржан. -пшеничный | 20 | 1,12 | 0,24 | 9,88 | 38,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 4,80 | 2,00 | 4,30 | 0,61 |
| 313...12 | Сыр пшеничный | 30 | 2,28 | 6,24 | 14,46 | 69,89 | 0,04 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 26,00 | 4,20 | 0,36 |
| 313...12 | Макомолочный напиток | 200 | 5,80 | 5,80 | 8,00 | 117,24 | 0,08 | 1,10 | 0,00 | 210,30 | 180,00 | 26,00 | 0,30 |
| 313...12 | Сыр сг. долом | 200 | 0,52 | 28,52 | 79,01 | 607,23 | 0,30 | 2,80 | 220,40 | 389,00 | 8,00 | 73,00 | 4,00 |
| 313...12 | Сыр сг. долом | 50 | 1,60 | 2,35 | 3,89 | 39,00 | 0,02 | 4,80 | 0,00 | 16,00 | 14,00 | 6,30 | 0,40 |
| 313...12 | Сыр сг. долом | 200 | 2,32 | 3,89 | 12,61 | 98,79 | 0,26 | 16,30 | 21,45 | 1,00 | 1,50 | 0,00 | 0,00 |
| 313...12 | Сыр сг. долом | 150 | 5,09 | 5,12 | 36,87 | 731,28 | 0,12 | 0,00 | 0,00 | 149,20 | 38,00 | 68,00 | 2,52 |
| 313...12 | Сыр сг. долом | 170 | 12,68 | 9,19 | 8,61 | 161,45 | 0,12 | 9,51 | 14,88 | 86,88 | 320,15 | 92,88 | 2,08 |
| 313...12 | Сыр сг. долом | 200 | 0,56 | 0,00 | 27,89 | 117,79 | 0,01 | 0,70 | 0,70 | 20,80 | 2,00 | 10,80 | 2,08 |
| 313...12 | Сыр сг. долом | 15 | 2,12 | 0,16 | 21,69 | 41,84 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 9,00 | 28,00 | 6,30 | 0,54 |
| 313...12 | Сыр сг. долом | 20 | 1,40 | 0,30 | 12,35 | 41,00 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 26,50 | 6,00 | 0,80 |
| 313...12 | Сыр сг. долом | 20 | 1,62 | 2,41 | 124,97 | 297,15 | 0,61 | 41,11 | 52,62 | 172,68 | 52,00 | 162,38 | 8,63 |
| 313...12 | Сыр сг. долом | 20 | 5,29 | 49,98 | 202,98 | 1406,38 | 6,91 | 39,11 | 157,03 | 541,68 | 1611,22 | 437,88 | 13,03 |

Handwritten signature

ДЕНЬ: среда
 НЕДЕЛЯ: первая
 СЕЗОН:

Возрастная категория: с 6 до 11 лет

| № реп | прием пищи, наименование блюда | масса порции | Пищевые в-ва(г) | | | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | | | | Минеральные в-ва (мг) | | | | |
|----------|--|-----------------|-----------------|--------------|---------------|------------------------|---------------|--------------|---------------|---------------|----------------|---------------|--------------|-----------------------|--|--|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Са | Р | Мg | Fe | | | | | |
| 144 | ЗАВТРАК запеканка из творога | 200 | 29,22 | 12,10 | 29,09 | 341,37 | 0,10 | 0,67 | 40,00 | 226,67 | 366,67 | 46,67 | 1,06 | | | | | |
| ГП | молоко стуженое | 30 | 2,13 | 1,50 | 16,56 | 88,50 | 0,02 | 0,30 | 7,50 | 95,10 | 68,70 | 10,20 | 0,06 | | | | | |
| 373 | сыр порциями | 20 | 4,64 | 5,90 | 0,00 | 72,72 | 0,00 | 0,26 | 69,38 | 333,00 | 199,80 | 18,68 | 0,26 | | | | | |
| ГП | кондитерское изделие | 30 | 1,92 | 5,00 | 20,58 | 135,00 | 0,03 | 0,09 | 36,00 | 7,00 | 20,00 | 3,00 | 0,24 | | | | | |
| 362 | кофейный напиток с молоком | 200 | 1,40 | 1,60 | 17,35 | 89,32 | 0,01 | 0,24 | 0,02 | 55,54 | 47,40 | 8,34 | 0,13 | | | | | |
| ГП | хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,46 | 69,89 | 0,04 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 26,40 | 4,20 | 0,36 | | | | | |
| 382,386 | фрукты | 200 | 0,80 | 0,80 | 19,60 | 94,00 | 0,06 | 20,00 | 0,00 | 16,00 | 22,00 | 18,00 | 1,40 | | | | | |
| | итого за завтрак | | 47,39 | 27,14 | 117,64 | 890,80 | 0,26 | 21,47 | 152,90 | 739,31 | 750,97 | 109,09 | 6,51 | | | | | |
| 302 | ОБЕД шпрот свекольная | 50 | 1,14 | 3,79 | 6,81 | 59,79 | 0,01 | 3,30 | 0,00 | 19,50 | 29,50 | 9,00 | 3,30 | | | | | |
| 55 | сул с крутой и томатом | 250 | 1,85 | 0,35 | 17,11 | 80,91 | 0,02 | 2,94 | 0,00 | 9,19 | 45,53 | 17,68 | 0,42 | | | | | |
| 217 | котлета, биточек, линдель в ассортименте | 70 | 7,48 | 8,20 | 4,01 | 123,73 | 0,04 | 0,00 | 0,00 | 10,29 | 63,21 | 12,74 | 0,74 | | | | | |
| 335 | соус сметанный | 30 | 0,6 | 1,56 | 1,68 | 23,4 | 0,01 | 0 | 9 | 8,4 | 13,8 | 1,8 | 0,06 | | | | | |
| 309 | картофельное пюре | 150 | 3,19 | 6,06 | 23,29 | 160,45 | 0,21 | 33,90 | 30,45 | 47,25 | 122,16 | 42,34 | 1,54 | | | | | |
| 365 | соковая продукция | 200 | 1,00 | 0,20 | 0,00 | 36,00 | 0,02 | 4,00 | 0,00 | 14,00 | 14,00 | 8,00 | 2,80 | | | | | |
| ГП | хлеб пшеничный | 45 | 3,42 | 0,36 | 21,69 | 104,84 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 9,00 | 28,80 | 6,30 | 0,54 | | | | | |
| ГП | хлеб ржано-пшеничный | 25 | 1,40 | 0,30 | 12,35 | 47,50 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 26,50 | 6,00 | 0,80 | | | | | |
| | итого за обед | | 20,08 | 20,82 | 86,94 | 636,62 | 0,39 | 44,14 | 39,45 | 123,63 | 343,50 | 103,86 | 10,20 | | | | | |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК И ОБЕД | | 62,47 | 47,96 | 204,58 | 1527,42 | 0,65 | 65,61 | 192,35 | 862,94 | 1094,47 | 212,95 | 16,71 | | | | | |

Меню

ДЕНЬ: четверг
 НЕДЕЛЯ: первая
 СЕЗОН:

Возрастная категория: с 6 до 11 лет

| № реп | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые в-ва(г) | | | Эн. ценность (ккал) | Минеральные в-ва (мг) | | | | | | |
|----------|--|-----------------|-----------------|--------------|---------------|------------------------|-----------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | В ₁ | С | А | Са | Р | Мг | Fe |
| 311,319 | овощи по сезону | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 9,60 | 0,02 | 4,20 | 0,00 | 20,40 | 18,90 | 8,40 | 0,30 |
| 179 | рыба запеченная с картофелем по-русски | 200 | 15,85 | 6,81 | 22,03 | 212,38 | 0,23 | 26,44 | 49,70 | 78,90 | 165,00 | 66,40 | 1,94 |
| 363 | напиток из инновинки | 200 | 0,40 | 0,20 | 23,80 | 180,00 | 0,00 | 110,00 | 0,00 | 14,00 | 2,00 | 4,00 | 0,60 |
| 350 | кисломолочный напиток | 200 | 5,60 | 6,38 | 8,18 | 112,24 | 0,08 | 1,49 | 40,00 | 240,00 | 180,00 | 28,00 | 0,20 |
| ГП | хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,12 | 0,24 | 9,88 | 38,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 4,80 | 21,00 | 4,80 | 0,64 |
| ГП | хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,46 | 69,89 | 0,04 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 26,40 | 4,20 | 0,36 |
| | итого за завтрак | | 25,67 | 13,93 | 79,49 | 542,11 | 0,38 | 142,04 | 89,70 | 364,10 | 412,00 | 113,80 | 4,04 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| 61 | суп - щи с домашней | 250 | 2,45 | 4,89 | 13,91 | 109,38 | 0,03 | 3,44 | 24,74 | 26,76 | 50,24 | 14,30 | 0,79 |
| 261 | пюре отварная | 70 | 18,22 | 18,22 | 0,97 | 242,68 | 6,03 | 0,98 | 28,00 | 24,10 | 109,20 | 13,30 | 1,12 |
| 303 | капуста тушеная | 200 | 5,23 | 6,44 | 26,85 | 174,89 | 0,07 | 19,95 | 0,32 | 387,03 | 65,84 | 29,93 | 1,99 |
| 359 | компот из апельсинов с яблоками | 200 | 0,48 | 0,25 | 26,81 | 110,06 | 0,03 | 39,60 | 0,00 | 28,11 | 18,19 | 11,45 | 1,10 |
| ГП | хлеб пшеничный | 45 | 3,42 | 0,36 | 21,69 | 104,84 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 9,00 | 28,80 | 6,30 | 0,54 |
| ГП | хлеб ржано-пшеничный | 25 | 1,40 | 0,30 | 12,35 | 47,50 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 26,50 | 6,00 | 0,80 |
| | <i>итого за обед</i> | | <i>31,20</i> | <i>50,46</i> | <i>102,56</i> | <i>789,24</i> | <i>0,24</i> | <i>63,97</i> | <i>53,06</i> | <i>480,00</i> | <i>298,72</i> | <i>81,28</i> | <i>6,34</i> |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК И ОБЕД | | 56,87 | 44,39 | 182,05 | 1331,35 | 0,62 | 206,01 | 142,76 | 844,10 | 711,37 | 197,08 | 10,38 |

Handwritten signature

ДЕЛЬ: пятница
НЕДЕЛЯ: первая
СЕЗОН:

Возрастная категория: с 0 до 1 лет

| № реп | привес пищи, наименование блюда | масса порции | Пищевые в-ва (г) | | | эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные в-ва (мг) | | |
|--------------------------------|--|-----------------|------------------|-------|--------|------------------------|---------------|-------|-------|--------|-----------------------|--------|-------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Са | Р | Мg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | |
| 111.319 | юшонки по сезону | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 9,60 | 0,02 | 4,20 | 0,00 | 20,40 | 18,00 | 8,40 | 0,30 |
| 206 | плов из пшена | 200 | 50,21 | 19,75 | 34,75 | 402,60 | 0,09 | 3,13 | 0,57 | 29,05 | 293,44 | 37,57 | 2,55 |
| 363 | сезонная продукция | 200 | 1,00 | 0,20 | 0,10 | 30,00 | 0,02 | 2,02 | 0,00 | 1,00 | 0,05 | 8,00 | 2,80 |
| 111.320 | фр/лест | 200 | 0,80 | 0,80 | 0,60 | 9,60 | 0,06 | 2,00 | 0,00 | 16,00 | 2,00 | 18,00 | 4,40 |
| 111 | хлеб ржано-пшеничный | 70 | 1,12 | 0,24 | 0,88 | 9,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 4,80 | 0,00 | 4,80 | 0,64 |
| 111 | хлеб пшеничный | 30 | 3,28 | 0,24 | 1,40 | 09,80 | 0,04 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 0,00 | 4,20 | 0,36 |
| <i>итого за завтрак</i> | | | | | | | | | | | | | |
| | | | 25,82 | 21,29 | 83,87 | 637,00 | 0,24 | 31,33 | 0,57 | 90,25 | 300,44 | 80,97 | 11,05 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | |
| 111.319 | юшонки по сезону | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 9,60 | 0,02 | 4,20 | 0,00 | 20,40 | 18,00 | 8,40 | 0,30 |
| 206 | плов с капустой и картошкой | 200 | 1,90 | 6,66 | 10,81 | 111,11 | 0,05 | 10,80 | 0,00 | 58,00 | 600,00 | 30,00 | 1,30 |
| 276 | ф. ция Гречневая рассыпчатая | 150 | 8,75 | 5,43 | 47,00 | 203,80 | 0,12 | 0,00 | 0,00 | 19,00 | 148,00 | 79,50 | 2,40 |
| 257 | фрекадельки из говядины, тушенные в соусе | 70/30 | 12,63 | 13,54 | 9,16 | 38,60 | 0,06 | 0,00 | 17,50 | 16,69 | 150,00 | 19,69 | 2,24 |
| 351 | кашель из концентрата молочного или яблочный | 200 | 1,36 | 0,00 | 29,02 | 119,19 | 0,00 | 1,40 | 0,00 | 22,00 | 18,00 | 6,00 | 0,20 |
| 350 | специальный напиток | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 1,22 | 0,08 | 1,40 | 0,00 | 240,00 | 100,00 | 28,00 | 0,20 |
| 111 | хлеб ржано-пшеничный | 45 | 3,42 | 0,36 | 21,69 | 16,80 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 9,00 | 26,80 | 6,30 | 0,54 |
| 111 | хлеб ржано-пшеничный | 25 | 1,40 | 0,30 | 12,35 | 47,50 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 26,80 | 6,00 | 0,80 |
| <i>итого за обед</i> | | | | | | | | | | | | | |
| | | | 35,66 | 31,35 | 137,17 | 973,88 | 0,41 | 20,80 | 0,00 | 390,09 | 775,33 | 177,89 | 7,98 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК И ОБЕД | | | | | | | | | | | | | |
| | | | 61,49 | 52,64 | 221,00 | 1628,97 | 0,65 | 52,13 | 58,07 | 480,34 | 1052,77 | 258,86 | 19,03 |

Handwritten signature

ДЕНЬ: суббота
 НЕДЕЛЯ: первая
 СЕЗОН:

Возрастная категория: с 6 до 11 лет

| № реп | Прем пиши, наименование блюда | масса порция | Пищевые в-ва (г) | | | ЭНЕРГИЯ (ккал) | Витаминные (мг) | | | | | | | | | |
|----------|---|-----------------|------------------|--------------|---------------|-------------------|-----------------|--------------|---------------|---------------|----------------|---------------|--------------|--|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Са | Р | Мg | Fe | | | |
| 132 | омлет натуральный | 130 | 11.64 | 18.04 | 3.04 | 21.08 | 0.38 | 0.65 | 25.000 | 106.00 | 202.00 | 17.00 | 2.85 | | | |
| 295 | порошек в-д. стандартной для приготовления овся | 30 | 1.60 | 0.10 | 0.30 | 20.00 | 0.06 | 2.00 | 0.00 | 10.00 | 51.00 | 10.00 | 0.49 | | | |
| 371 | масло сливочное топленым | 10 | 0.10 | 7.20 | 0.16 | 57.00 | 0.00 | 0.04 | 0.00 | 0.00 | 4.00 | 0.00 | 0.00 | | | |
| 373 | сахар коричневый | 30 | 1.61 | 5.90 | 0.00 | 72.72 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 199.80 | 18.68 | 0.20 | | | |
| 367 | яич с. Молокова | 200 | 2.79 | 2.55 | 4.35 | 87.25 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 66.00 | 50.00 | 12.00 | 0.00 | | | |
| 111 | кондитерское изделие | 30 | 1.40 | 4.20 | 1.15 | 112.93 | 0.02 | 0.00 | 49.92 | 5.81 | 16.62 | 2.49 | 0.17 | | | |
| 111 | хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1.12 | 0.24 | 0.88 | 38.00 | 0.01 | 0.00 | 1.00 | 1.80 | 16.62 | 4.80 | 0.00 | | | |
| 111 | хлеб пшеничный | 30 | 0.78 | 0.24 | 0.46 | 69.89 | 0.01 | 0.00 | 0.00 | 1.80 | 16.62 | 4.80 | 0.00 | | | |
| | итого за завтрак | | 25.77 | 38.47 | 61.18 | 678.87 | 0.53 | 6.57 | 89.30 | 231.61 | 876.02 | 69.17 | 4.68 | | | |
| 111 | овощи по сезону | 10 | 0.42 | 0.06 | 0.14 | 9.60 | 0.02 | 4.00 | 0.00 | 20.40 | 19.00 | 8.40 | 0.30 | | | |
| 30 | расквашенный дрожжевой | 230 | 3.03 | 11.30 | 3.38 | 159.60 | 0.11 | 09.00 | 0.93 | 26.90 | 82.75 | 30.70 | 1.14 | | | |
| 233 | фарш из говядины с соусом (с.овся) | 70.30 | 12.63 | 13.54 | 9.16 | 208.60 | 0.06 | 0.50 | 17.80 | 16.89 | 138.63 | 19.69 | 2.14 | | | |
| 89 | яич из овощей | 150 | 2.79 | 11.15 | 16.93 | 179.23 | 0.01 | 0.00 | 0.00 | 3.2 | 97.5 | 40.5 | 1.5 | | | |
| 353 | компот из фруктов и ягод (с.овся) | 200 | 0.53 | 0.00 | 2.66 | 61.96 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 4.00 | 1.00 | 0.00 | | | |
| 150 | кисломолочный напиток | 200 | 5.80 | 5.00 | 8.00 | 112.24 | 0.08 | 1.40 | 40.00 | 26.00 | 180.00 | 28.00 | 0.30 | | | |
| 111 | хлеб пшеничный | 45 | 3.42 | 0.36 | 21.69 | 104.84 | 0.05 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 28.20 | 6.30 | 0.21 | | | |
| 111 | хлеб ржано-пшеничный | 25 | 1.40 | 0.30 | 1.35 | 47.50 | 0.03 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 21.00 | 6.00 | 0.80 | | | |
| | итого за обед | | 31.82 | 41.71 | 124.31 | 903.59 | 0.42 | 36.67 | 58.43 | 378.99 | 584.98 | 140.59 | 6.62 | | | |
| | Итого за ЗАВТРАК И ОБЕД | | 57.59 | 80.18 | 185.49 | 1582.46 | 0.95 | 43.14 | 447.73 | 910.60 | 1135.00 | 209.76 | 11.30 | | | |

Муров

ДЕНЬ: понедельник
НЕДЕЛЯ: вторая
СЕЗОН:

Возрастная категория : с 6 до 11 лет

| № п/п | присм пищи, наименование блюда | масса порции | Пищевое в-во (г) | | | Эн. ценность (ккал) | Минеральные в-ва (мг) | | | | | | |
|----------------|--|--------------|------------------|--------------|---------------|---------------------|-----------------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | В ₁ | С | А | Са | Р | Mg | Ер |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | |
| | Сырники со сметаной с макаронными и овощными | 250 | 6,98 | 4,25 | 24,66 | 193,12 | 0,07 | 6,74 | 25,00 | 112,00 | 15,66 | 16,09 | 4,34 |
| | 140 грамм отбивной | 40 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 62,50 | 0,03 | 0,59 | 100,00 | 21,60 | 7,70 | 7,90 | 2,00 |
| | 2/3 яйца перемолотые | 0 | 1,06 | 3,90 | 0,13 | 70,77 | 0,06 | 2,6 | 60,33 | 53,07 | 15,17 | 18,66 | 4,26 |
| | 370 грамм пюре картофеля порционное | 10 | 0,10 | 4,20 | 0,16 | 59,80 | 0,01 | 5,0 | 40,06 | 4,06 | 3,67 | 0,90 | 0,0 |
| | 1/2 яйца перемолотые | 200 | 1,70 | 3,95 | 25,31 | 151,93 | 0,06 | 1,90 | 1,63 | 111,41 | 12,90 | 26,58 | 6,6 |
| | Пшеница ржаная-перемолотая | 20 | 1,12 | 0,24 | 9,88 | 38,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 4,80 | 1,20 | 4,90 | 1,1 |
| | Пшеница ржаная-перемолотая | 30 | 2,25 | 0,24 | 14,40 | 61,85 | 0,04 | 1,10 | 0,00 | 6,06 | 2,0 | 7,20 | 1,5 |
| | Итого за завтрак | | 21,92 | 25,26 | 75,35 | 614,63 | 0,12 | 6,86 | 25,41 | 395,20 | 72,45 | 100,96 | 22,7 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | |
| | 1.319 порция 1.0 сезон | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 9,60 | 0,02 | 4,20 | 0,00 | 20,40 | 4,0 | 8,0 | 1,1 |
| | 41 порция порция | 250 | 1,97 | 6,14 | 10,95 | 104,16 | 0,08 | 5,00 | 25,00 | 50,96 | 45,06 | 18,00 | 1,09 |
| | 205 грамм пюре картофеля с соусом | 7000 | 14,15 | 38,17 | 12,66 | 450,55 | 0,28 | 20,97 | 24,20 | 46,75 | 13,17 | 51,80 | 1,02 |
| | 309 грамм пюре картофеля | 150 | 3,19 | 6,06 | 23,39 | 160,45 | 0,21 | 11,90 | 30,45 | 47,25 | 12,17 | 42,34 | 1,1 |
| | 365 грамм пюре картофеля | 200 | 1,00 | 0,20 | 3,00 | 54,90 | 0,02 | 4,00 | 31,6 | 14,00 | 1,40 | 9,00 | 0,80 |
| | 82-380 фрукты | 200 | 0,80 | 0,80 | 19,60 | 94,00 | 0,06 | 20,00 | 0,00 | 16,00 | 20,00 | 16,00 | 4,60 |
| | Пшеница перемолотая | 45 | 3,42 | 0,46 | 21,69 | 104,84 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 9,00 | 26,60 | 6,50 | 0,54 |
| | Пшеница перемолотая | 25 | 1,40 | 0,39 | 12,35 | 47,50 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 2,4 | 6,20 | 0,20 |
| | Итого за обед | | 29,29 | 57,22 | 108,78 | 1602,18 | 0,25 | 14,00 | 7,45 | 211,47 | 410,04 | 18,84 | 12,56 |
| | Итого за завтрак и обед | | 50,21 | 82,01 | 176,13 | 1676,61 | 0,37 | 14,98 | 213,86 | 806,67 | 988,05 | 197,80 | 12,08 |

Handwritten signature

ДЕНЬ: вторник
 НЕДЕЛЯ: вторник
 СЕЗОН:

Возрастная категория : с 6 до 11 лет

| № реп | Линия пшени, наименование Бюрода | масса порции | Пищевые в-ва (г) | | | энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | | | | Минеральные в-ва (мг) | | | | |
|---------|--|--------------|------------------|--------|-------|--------------------------------|---------------|-------|--------|--------|-------|-------|------|-----------------------|--|--|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Са | Р | Мg | К | | | | | |
| 311.319 | 34 ВЕТРАДГ порошки для сезона | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 9,63 | 0,07 | 4,26 | 0,00 | 70,10 | 18,00 | 4,10 | 0,36 | | | | | |
| 209 | яблоки - пов. домашнему | 200 | 25,54 | 17,33 | 22,13 | 334,8 | 0,17 | 10,13 | 0,00 | 23,30 | 10,20 | 14,30 | 3,08 | | | | | |
| 251 | количество конденсата молочного с 11% жира | 200 | 0,36 | 0,90 | 2,62 | 117,2 | 0,39 | 0,46 | 1,00 | 27,00 | 3,60 | 0,40 | 0,20 | | | | | |
| 111 | кислота лимонная | 40 | 0,24 | 0,24 | 0,28 | 2,05 | 0,01 | 0,06 | 0,00 | 4,80 | 0,20 | 0,00 | 0,00 | | | | | |
| 202 | сахар белый | 30 | 2,5 | 0,34 | 14,46 | 60,80 | 0,64 | 0,67 | 0,00 | 6,00 | 2,50 | 0,00 | 0,00 | | | | | |
| 202 | сахар коричневый | 300 | 0,80 | 0,80 | 19,00 | 20,00 | 0,06 | 70,00 | 0,00 | 0,00 | 16,00 | 27,00 | 0,00 | | | | | |
| 112 | масло сливочное | 28,82 | 18,67 | 46,75 | 0,00 | 0,00 | 28,75 | 0,00 | 10,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | | | | |
| 18 | бул. кар. овсяный с клещевик | 60 | 0,13 | 0,00 | 1,14 | 6,60 | 0,02 | 4,26 | 0,00 | 70,10 | 18,00 | 4,10 | 0,36 | | | | | |
| 173 | рыба лососевая в собственном соку | 350 | 3,75 | 3,29 | 16,87 | 113,94 | 0,35 | 13,90 | 16,15 | 29,00 | 07,16 | 0,75 | 1,58 | | | | | |
| 201 | рыб. филе лососевое | 1,40 | 11,00 | 11,53 | 4,2 | 0,17 | 4,3 | 47,18 | 19,1 | 2,04 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | | | | |
| 201 | рыб. филе лососевое | 1,50 | 3,89 | 5,08 | 19,28 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 5,88 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | | | | |
| 201 | рыб. филе лососевое с овощами | 2,90 | 9,25 | 12,32 | 38,52 | 0,02 | 5,40 | 0,00 | 12,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | | | | |
| 350 | масло сливочное высшего | 200 | 2,80 | 5,00 | 8,00 | 11,0 | 0,08 | 1,40 | 40,00 | 240,00 | 18,00 | 8,00 | 0,20 | | | | | |
| 111 | масло сливочное высшего | 45 | 3,4 | 0,36 | 21,60 | 2,00 | 0,00 | 0,00 | 9,00 | 21,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | | | | |
| 111 | масло сливочное высшего | 35 | 1,40 | 0,30 | 15,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 20,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | | | | |
| 111 | масло сливочное высшего | 22,11 | 25,87 | 130,67 | 4,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 123,63 | 408,47 | 28,80 | 1,00 | 0,80 | | | | | |
| 111 | масло сливочное высшего | 60,62 | 44,54 | 226,67 | 10,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 123,63 | 408,47 | 28,80 | 1,00 | 0,80 | | | | | |

Handwritten signature

ДЕНЬ: среда
 НЕДЕЛЯ: вторая
 СЕЗОН:

Возрастная категория: с 6 до 11 лет

| № п/п | прием пищи, наименование блюда | масса порции | Пищевые д-ва(г) | | | энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | | | |
|------------------|---|--------------|-----------------|-------|--------|--------------------------------|---------------|-------|-------|--------|------|------|----|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Сг | Р | Мg | Fe |
| 157 | салатик из овощей заправленный | 200 | 25,80 | 0,07 | 87,79 | 453,81 | 0,12 | 0,30 | 18,00 | 0,08 | 0,90 | 0,90 | |
| 158 | соевое фарш и овощи из супа в белом соусе | 30 | 0,11 | 0,00 | 1,55 | 14,89 | 0,00 | 1,10 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,10 | |
| 159 | пюре из картофеля | 30 | 1,91 | 0,05 | 29,58 | 139,51 | 0,05 | 0,00 | 85,00 | 0,00 | 0,00 | 0,10 | |
| 160 | картофельное пюре | 10 | 0,10 | 0,00 | 9,86 | 47,00 | 0,01 | 0,00 | 28,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | |
| 161 | картофельное пюре с колбасой | 200 | 1,40 | 1,63 | 17,78 | 109,79 | 0,01 | 0,74 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,10 | |
| 162 | картофельное пюре с ветчиной | 200 | 5,60 | 6,88 | 1,18 | 139,84 | 0,08 | 1,40 | 40,00 | 0,00 | 0,00 | 0,10 | |
| 163 | пюре из картофеля | 30 | 5,28 | 0,24 | 92,36 | 43,86 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,10 | |
| ИТОГО | | | | | | | | | | | | | |
| | пюре из картофеля | 60 | 0,12 | 0,06 | 1,11 | 3,60 | 0,02 | 1,90 | 0,00 | 20,00 | 0,00 | 0,10 | |
| 171 | суп из овощей | 250 | 1,93 | 0,89 | 1,30 | 1,574 | 0,06 | 7,70 | 0,00 | 39,29 | 0,00 | 0,10 | |
| 172 | картофельное пюре | 70 | 6,65 | 10,04 | 1,77 | 119,75 | 0,12 | 0,00 | 0,00 | 24,48 | 0,00 | 0,10 | |
| 173 | картофельное пюре с колбасой | 180 | 8,52 | 5,29 | 38,32 | 211,09 | 0,06 | 0,00 | 9,00 | 12,00 | 0,00 | 0,10 | |
| 174 | картофельное пюре с ветчиной | 200 | 1,00 | 0,20 | 0,00 | 76,00 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 14,00 | 0,00 | 0,10 | |
| 175 | картофельное пюре | 15 | 3,12 | 0,36 | 1,10 | 1,234 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 9,00 | 0,00 | 0,10 | |
| 176 | картофельное пюре | 25 | 1,40 | 0,30 | 1,37 | 7,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 9,00 | 0,00 | 0,10 | |
| итого за обед | | | 20,21 | 28,11 | 8,56 | 204,99 | 0,37 | 8,70 | 0,00 | 128,15 | 0,00 | 0,80 | |
| ИТОГО за завтрак | | | 57,58 | 59,55 | 201,66 | 1066,65 | 0,65 | 38,94 | 1,00 | 654,87 | 0,00 | 1,20 | |

Handwritten signature

ДЕНЬ: четверг
 НЕДЕЛЯ: вторая
 СЕЗОН:

Возрастная категория: с 6 до 11 лет

| № реп | Прим пищи, наименования блюда | масса порции | Пищевые в-ва(г) | | | эн ценность (ккал) | Витаминные (мг) | | | Минеральные в-ва (мг) | | | | | |
|---------|--|--------------|-----------------|--------------|---------------|--------------------|-----------------|---------------|---------------|-----------------------|---------------|---------------|--------------|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | В ₁ | С | А | Са | Р | Mg | Fe | | |
| 303 | ЗАВТРАК кашулета тушеная | 150 | 3,93 | 4,84 | 20,17 | 130,71 | 0,045 | 15 | 0,24 | 291 | 49,5 | 22,5 | 1,5 | | |
| 217 | котлета, биточек, шиндель в ассортименте | 70 | 7,48 | 8,70 | 4,01 | 123,73 | 0,04 | 0,00 | 0,00 | 10,29 | 63,21 | 12,74 | 0,74 | | |
| 335 | соус сметанный | 30 | 0,6 | 1,56 | 1,68 | 23,4 | 0,01 | 0 | 9 | 8,4 | 13,8 | 1,8 | 0,06 | | |
| 355 | компот из плодов и ягод сушеных | 200 | 0,33 | 0,00 | 22,66 | 91,98 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 1,00 | 0,00 | | |
| ГП | хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,12 | 0,23 | 9,88 | 38,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 4,80 | 21,20 | 4,80 | 0,64 | | |
| ГП | хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,33 | 14,46 | 69,89 | 0,04 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 26,40 | 4,20 | 0,36 | | |
| | итого за завтрак | | 15,74 | 15,68 | 72,86 | 477,74 | 0,15 | 15,00 | 9,24 | 320,49 | 174,11 | 47,04 | 3,30 | | |
| 311,319 | овощи по сезону | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 9,60 | 0,02 | 4,20 | 0,00 | 20,40 | 18,00 | 8,40 | 0,30 | | |
| 53 | суп с крупой и рыбными консервами | 250 | 6,22 | 8,21 | 18,39 | 170,98 | 1,57 | 4,32 | 0,00 | 9,46 | 33,68 | 14,09 | 2,47 | | |
| 211 | картофельная запеканка с мясом | 205 | 25,53 | 24,78 | 18,43 | 400,75 | 0,34 | 44,00 | 69,16 | 16,90 | 291,20 | 35,00 | 5,20 | | |
| 359 | компот из апельсинов с яблоками | 200 | 0,48 | 0,25 | 26,81 | 110,96 | 0,03 | 39,60 | 0,00 | 28,11 | 18,19 | 11,45 | 1,10 | | |
| 330 | кисломолочный напиток | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 112,24 | 0,08 | 1,40 | 40,00 | 240,00 | 180,00 | 28,00 | 0,20 | | |
| ГП | хлеб пшеничный | 45 | 3,42 | 0,36 | 21,69 | 104,84 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 9,00 | 28,80 | 6,30 | 0,54 | | |
| ГП | хлеб ржано-пшеничный | 25 | 1,40 | 0,30 | 12,35 | 47,50 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 26,50 | 6,00 | 0,80 | | |
| | итого за обед | | 43,27 | 38,96 | 106,81 | 956,87 | 2,12 | 93,52 | 109,16 | 329,87 | 596,37 | 109,24 | 10,56 | | |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК И ОБЕД | | 59,01 | 54,04 | 179,67 | 1434,61 | 2,27 | 108,52 | 118,40 | 650,36 | 770,48 | 156,28 | 13,86 | | |

Александр

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: Вторая
 СЕЗОН:

Возрастная категория: с 6 до 11 лет

| № рецеп | прием пищи, наименование блюда | масса порции | Пищевые в-ва (г) | | | эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Минеральные в-ва (мг) | | | | |
|---------|-------------------------------------|--------------|------------------|-------|--------|---------------------|---------------|--------|--------|-----------------------|--------|--------|-------|--|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Са | Р | Мg | Fe | |
| 302 | рыба свекольная | 50 | 1,14 | 3,79 | 6,81 | 59,79 | 0,01 | 3,30 | 0,00 | 19,50 | 29,50 | 9,00 | 3,30 | |
| 276 | каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,73 | 5,43 | 45,60 | 263,80 | 0,12 | 0,00 | 0,00 | 18,00 | 108,00 | 73,50 | 3,40 | |
| 235 | терегин и говядины с соусом (Белки) | 70/30 | 12,63 | 13,54 | 9,16 | 208,70 | 0,06 | 0,00 | 17,50 | 16,69 | 148,73 | 19,69 | 2,24 | |
| 365 | кашковая прокрутая | 200 | 1,00 | 0,20 | 0,00 | 36,00 | 0,02 | 4,00 | 0,00 | 14,00 | 14,00 | 8,00 | 2,80 | |
| 111 | хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,12 | 0,24 | 9,88 | 38,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 2,20 | 4,80 | 4,80 | 0,64 | |
| 111 | хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 11,46 | 69,89 | 0,04 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 26,40 | 4,20 | 0,36 | |
| | каша за завтрак | | 26,90 | 23,44 | 85,31 | 676,08 | 0,26 | 7,30 | 0,750 | 78,99 | 347,53 | 113,79 | 11,72 | |
| 311,31 | овощи во сезон | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 9,69 | 0,02 | 4,20 | 6,00 | 20,40 | 18,00 | 8,40 | 0,30 | |
| 17 | с.т.с. макаронными изделиями | 250 | 2,83 | 2,86 | 21,76 | 75,95 | 0,14 | 2,81 | 16,45 | 33,95 | 97,76 | 8,00 | 1,53 | |
| 270 | пасту из пшны | 200 | 17,57 | 22,38 | 30,8 | 352,65 | 0,19 | 30,91 | 27,03 | 37,24 | 234,08 | 55,93 | 2,78 | |
| 26 | пасток на пшенице | 200 | 0,10 | 0,20 | 23,80 | 100,00 | 0,00 | 110,00 | 0,00 | 14,00 | 2,00 | 1,00 | 0,60 | |
| 350 | всоломоный напиток | 300 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 112,24 | 0,08 | 1,40 | 40,00 | 230,00 | 180,00 | 28,00 | 0,20 | |
| | пшеничный | 45 | 1,42 | 0,36 | 21,60 | 104,81 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 9,00 | 28,80 | 6,00 | 0,54 | |
| | ржано-пшеничный | 25 | 1,10 | 0,30 | 12,33 | 17,50 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 26,50 | 6,00 | 0,80 | |
| | каша за обед | | 31,84 | 31,16 | 109,54 | 802,78 | 0,51 | 170,32 | 20,58 | 360,59 | 587,14 | 147,18 | 6,77 | |
| | ДИТОГО ЗА ЗАВТРАК И ОБЕД | | 58,74 | 54,60 | 194,85 | 1478,86 | 0,77 | 177,62 | 107,08 | 439,58 | 934,67 | 266,37 | 18,51 | |

Вручен

ДЕНЬ: суббота
 НЕДЕЛЯ: вторая
 СЕЗОН:

Возрастная категория: с 6 до 11 лет

| № рек | Прим. пища, наименование блюда | мяса порции | Пищевые в-ва(г) | | | эн. ценности (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные в-ва (мг) | | | | |
|----------|--|----------------|-----------------|--------------|---------------|------------------------|---------------|--------------|---------------|---------------|-----------------------|---------------|--------------|--|--|
| | | | Б | ЖС | У | | В1 | С | А | Са | Р | Мg | Fe | | |
| 299 | ЗАВТРАК пирог кабачковая | 60 | 1,14 | 5,34 | 4,62 | 71,40 | 0,07 | 4,90 | 0,06 | 24,60 | 15,00 | 9,00 | 0,48 | | |
| 185 | рыба тушеная в томате с овощами | 120 | 15,68 | 9,19 | 8,67 | 161,45 | 0,12 | 9,51 | 14,88 | 86,88 | 329,15 | 92,85 | 3,09 | | |
| 309 | картофельное пюре | 150 | 3,19 | 6,06 | 23,29 | 160,11 | 0,21 | 53,90 | 50,42 | 47,25 | 122,16 | 9,34 | 1,81 | | |
| 668 | чай с сахаром | 200 | 0 | 0 | 11,28 | 45,12 | 0 | 0 | 0 | 6 | 4 | 1 | 0,2 | | |
| 111 | хлеб пшеничный белый | 20 | 1,15 | 0,24 | 9,88 | 38,00 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 4,30 | 31,20 | 1,80 | 0,64 | | |
| 111 | хлеб пшеничный белый | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,46 | 69,89 | 0,04 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 26,40 | 1,29 | 0,56 | | |
| 182-186 | фрукты | 200 | 0,80 | 0,80 | 19,60 | 81,00 | 0,08 | 26,00 | 0,05 | 16,00 | 22,00 | 19,00 | 0,50 | | |
| | <i>итого за завтрак</i> | | <i>24,21</i> | <i>27,87</i> | <i>91,80</i> | <i>686,37</i> | <i>0,46</i> | <i>68,37</i> | <i>45,33</i> | <i>191,53</i> | <i>539,91</i> | <i>176,22</i> | <i>9,90</i> | | |
| 111-119 | овощи на гарнир | 60 | 0,42 | 0,36 | 1,14 | 9,66 | 0,01 | 4,20 | 0,00 | 26,10 | 18,00 | 6,00 | 0,00 | | |
| 111 | суп картофельный с овощами французский | 250 | 9,76 | 6,87 | 19,01 | 17,10 | 0,03 | 3,45 | 5,00 | 29,91 | 70,65 | 47,46 | 5,91 | | |
| 283 | котлетки куриные | 70 | 11,02 | 14,45 | 7,52 | 186,09 | 0,06 | 0,86 | 22 | 40,6 | 75,6 | 21 | 1,29 | | |
| 282 | книш картофельный | 150 | 4,35 | 5,75 | 34,35 | 202,56 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 28,50 | 151,50 | 1,00 | 0,00 | | |
| 282 | рисовый в/з картофельный | 200 | 6,11 | 0,60 | 25,83 | 103,74 | 0,00 | 1,20 | 0,00 | 17,00 | 6,00 | 3,00 | 0,76 | | |
| 111 | хлеб пшеничный белый | 45 | 3,22 | 0,16 | 21,69 | 164,84 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 5,00 | 28,80 | 6,50 | 0,11 | | |
| | <i>итого за обед</i> | <i>25</i> | <i>1,40</i> | <i>0,40</i> | <i>13,35</i> | <i>47,50</i> | <i>0,03</i> | <i>0,30</i> | <i>0,00</i> | <i>6,00</i> | <i>26,50</i> | <i>6,00</i> | <i>0,57</i> | | |
| | <i>итого за завтрак и обед</i> | | <i>30,48</i> | <i>5,24</i> | <i>121,89</i> | <i>829,37</i> | <i>0,23</i> | <i>70,07</i> | <i>53,00</i> | <i>145,41</i> | <i>515,03</i> | <i>111,96</i> | <i>7,02</i> | | |
| | <i>итого в среднем за 12 дней</i> | | <i>54,69</i> | <i>47,11</i> | <i>213,69</i> | <i>1469,68</i> | <i>0,69</i> | <i>98,22</i> | <i>96,33</i> | <i>336,94</i> | <i>1052,94</i> | <i>286,18</i> | <i>16,92</i> | | |
| | | | <i>57,30</i> | <i>55,17</i> | <i>196,86</i> | <i>1514,20</i> | <i>0,89</i> | <i>92,17</i> | <i>170,43</i> | <i>612,78</i> | <i>945,03</i> | <i>218,43</i> | <i>14,79</i> | | |

С.С.С.С.