

**СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДАЮ**

(должность) (должность)

(ФИО) (ФИО)

(дата) (дата)

Цикличное меню (школа) (осенне-зимнее).

**Категория: Мл. школьники (1 смена)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры** | **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Пищевые вещества, г** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **B1, мг.** | **B2, мг.** | **C, мг.** | **Fe, мг.** | **Ca, мг.** | **A, мг.** | **Mg, мг.** | **D, мг.** | **K, мг.** | **P, мг.** | **I, мг.** | **Se, мг.** | **F, мг.** | **Пл. цена, руб.** |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| **День 1** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 133 | **ЗАВТРАК** | Суп молочный с изделиями макаронными (рец.  №3) | 200 | 4.80 | 4.20 | 17.20 | 126.00 | 0.04 | 0.18 | 0.6 | 0.4 | 161.4 | 0.04 | 20.2 | 0 | 213.8 | 134.6 | 0.02 | 0 | 0.28 | 0,00 |
| 41 | **ЗАВТРАК** | Масло (порциями) | 10 | 0.13 | 6.15 | 0.17 | 56.60 | 0 | 0.015 | 0 | 0.03 | 2.9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 878 | **ЗАВТРАК** | Хлеб пшеничный | 30 | 2.37 | 0.30 | 14.49 | 70.50 | 0.06 | 0.021 | 0 | 0.57 | 6.9 | 0 | 9.9 | 0 | 39.9 | 26.1 | 0 | 0.006 | 0.006 | 0,00 |
| 458 | **ЗАВТРАК** | Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.,) (яблоки) | 180 | 0.72 | 0.72 | 17.64 | 79.20 | 0 | 0 | 4.356 | 1.854 | 18.504 | 0 | 2.7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 431 | **ЗАВТРАК** | Чай с лимоном (с сахаром и лимоном) | 200 | 0.20 | 0.06 | 10.20 | 42.00 | 0 | 0 | 0.6 | 0.24 | 3.44 | 0 | 1.5 | 0 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 458 | **ЗАВТРАК** | Творог с молоком, сливками, сметаной, сахаром или сметаной и сахаром (с молоком) | 60 | 5.41 | 3.46 | 2.14 | 61.30 | 0.012 | 0.12 | 0.336 | 0.144 | 84.492 | 0.024 | 10.824 | 0.012 | 79.428 | 88.896 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | **680** | **13,63** | **14,89** | **61,84** | **435,6** | **0,112** | **0,336** | **5,892** | **3,238** | **277,636** | **0,064** | **45,124** | **0,012** | **333,128** | **251,596** | **0,02** | **0,006** | **0,286** | **0,00** |
| 94 | **ОБЕД** | Борщ с мелкошинкованными овощами на бульоне мясном | 200 | 1.40 | 4.60 | 6.80 | 74.00 | 0.04 | 0.18 | 9.8 | 2 | 37.2 | 0.8 | 25.8 | 0 | 344.8 | 97.8 | 0 | 0 | 0.02 | 0,00 |
| 353 | **ОБЕД** | Каша рассыпчатая (рец. №1) (гречневая) | 150 | 8.40 | 7.65 | 40.50 | 264.00 | 0.285 | 0.15 | 0 | 4.59 | 25.35 | 0.03 | 136.365 | 0 | 258.75 | 204.6 | 0 | 0 | 0.12 | 0,00 |
| 308 | **ОБЕД** | Котлеты, биточки мясные паровые (без масла) | 90 | 14.49 | 11.79 | 5.94 | 188.10 | 0.072 | 0 | 0.108 | 1.125 | 32.814 | 21.564 | 24.102 | 0 | 0 | 124.785 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 244 | **ОБЕД** | Горошек зеленый консервированный | 60 | 1.68 | 1.38 | 2.76 | 31.20 | 0.018 | 0 | 8.64 | 0.36 | 10.8 | 0.06 | 6.48 | 0 | 0 | 8.64 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 878 | **ОБЕД** | Хлеб пшеничный | 30 | 2.37 | 0.30 | 14.49 | 70.50 | 0.06 | 0.021 | 0 | 0.57 | 6.9 | 0 | 9.9 | 0 | 39.9 | 26.1 | 0 | 0.006 | 0.006 | 0,00 |
| 868 | **ОБЕД** | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0.70 | 0.20 | 29.08 | 120.20 | 0.04 | 0.04 | 2.28 | 1.42 | 45.96 | 0 | 18.98 | 0 | 223.04 | 24.72 | 0 | 0 | 0.2 | 0,00 |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | **730** | **29,04** | **25,92** | **99,57** | **748** | **0,515** | **0,391** | **20,828** | **10,065** | **159,024** | **22,454** | **221,627** | **0** | **866,49** | **486,645** | **0** | **0,006** | **0,346** | **0,00** |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | |  | **1410** | **42,67** | **40,81** | **161,41** | **1183,6** | **0,627** | **0,727** | **26,72** | **13,303** | **436,66** | **22,518** | **266,751** | **0,012** | **1199,618** | **738,241** | **0,02** | **0,012** | **0,632** | **0,00** |
| **День 2** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 223 | **ЗАВТРАК** | Каша вязкая с морковью | 200 | 7.40 | 16.60 | 31.20 | 304.00 | 0.22 | 0.08 | 1.82 | 1.92 | 40.44 | 729 | 72.66 | 0 | 223.38 | 169.8 | 2.74 | 0.04 | 134.4 | 0,00 |
| 430 | **ЗАВТРАК** | Чай, чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар) | 200 | 0.20 | 0.06 | 10.00 | 42.00 | 0 | 0.02 | 0.18 | 1.6 | 9.2 | 0 | 7.8 | 0 | 45 | 14.8 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 458 | **ЗАВТРАК** | Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.,)  (яблоки) | 180 | 0.72 | 0.72 | 17.64 | 79.20 | 0 | 0 | 4.356 | 1.854 | 18.504 | 0 | 2.7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 13 | **ЗАВТРАК** | Сыр сычужный твердый, полутвердый, мягкий порциями (мягкий) | 30 | 5.94 | 5.94 | 0.00 | 79.20 | 0 | 0 | 0.021 | 0.03 | 26.4 | 0.78 | 1.05 | 0 | 0 | 1.5 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 878 | **ЗАВТРАК** | Хлеб пшеничный | 30 | 2.37 | 0.30 | 14.49 | 70.50 | 0.06 | 0.021 | 0 | 0.57 | 6.9 | 0 | 9.9 | 0 | 39.9 | 26.1 | 0 | 0.006 | 0.006 | 0,00 |
| 41 | **ЗАВТРАК** | Масло (порциями) | 10 | 0.13 | 6.15 | 0.17 | 56.60 | 0 | 0.015 | 0 | 0.03 | 2.9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | **650** | **16,76** | **29,77** | **73,5** | **631,5** | **0,28** | **0,136** | **6,377** | **6,004** | **104,344** | **729,78** | **94,11** | **0** | **308,28** | **212,2** | **2,74** | **0,046** | **134,406** | **0,00** |
| 101 | **ОБЕД** | Щи из капусты свежей на бульоне мясном с мелкошинкованными овощами | 200 | 1.80 | 2.40 | 7.00 | 56.00 | 0.02 | 0.02 | 9.2 | 0.4 | 27.8 | 0 | 12.4 | 0 | 194 | 24.2 | 1.4 | 0 | 8.6 | 0,00 |
| 279 | **ОБЕД** | Котлеты или биточки рыбные | 90 | 10.17 | 4.14 | 12.60 | 128.70 | 0.09 | 0.09 | 3.87 | 0.81 | 36.81 | 0 | 24.84 | 0 | 325.44 | 155.25 | 73.62 | 0.81 | 378.72 | 0,00 |
| 355 | **ОБЕД** | Рис отварной (рец. №1) | 150 | 3.60 | 5.85 | 28.35 | 180.00 | 0 | 0 | 0 | 0.3 | 4.5 | 0 | 19.5 | 0 | 43.5 | 55.5 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 61 | **ОБЕД** | Салат из капусты белокочанной и свеклы (рец.  №1) | 60 | 1.02 | 4.08 | 4.14 | 57.60 | 0.018 | 0.018 | 27.3 | 0.42 | 35.94 | 0 | 9.78 | 0 | 182.46 | 18.78 | 1.8 | 0 | 6.06 | 0,00 |
| 943 | **ОБЕД** | Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (с повидлом) | 200 | 0.34 | 0.00 | 12.54 | 50.56 | 0 | 0.02 | 0.16 | 1.4 | 19.88 | 0 | 2.5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0.24 | 0,00 |
| 878 | **ОБЕД** | Хлеб пшеничный | 30 | 2.37 | 0.30 | 14.49 | 70.50 | 0.06 | 0.021 | 0 | 0.57 | 6.9 | 0 | 9.9 | 0 | 39.9 | 26.1 | 0 | 0.006 | 0.006 | 0,00 |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | **730** | **19,3** | **16,77** | **79,12** | **543,36** | **0,188** | **0,169** | **40,53** | **3,9** | **131,83** | **0** | **78,92** | **0** | **785,3** | **279,83** | **76,82** | **0,816** | **393,626** | **0,00** |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | |  | **1380** | **36,06** | **46,54** | **152,62** | **1174,86** | **0,468** | **0,305** | **46,907** | **9,904** | **236,174** | **729,78** | **173,03** | **0** | **1093,58** | **492,03** | **79,56** | **0,862** | **528,032** | **0,00** |
| **День 3** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 353 | **ЗАВТРАК** | Каша рассыпчатая (рец. №1) (рисовая) | 200 | 11.20 | 10.20 | 54.00 | 352.00 | 0.04 | 0.02 | 0 | 0.6 | 12.42 | 26.6 | 30.34 | 0.08 | 0 | 88.4 | 0.82 | 8.9 | 171.1 | 0,00 |
| 432 | **ЗАВТРАК** | Чай с молоком (с молоком и сахаром) | 200 | 1.60 | 1.60 | 12.40 | 70.00 | 0.02 | 0.08 | 0.6 | 0 | 66 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 878 | **ЗАВТРАК** | Хлеб пшеничный | 30 | 2.37 | 0.30 | 14.49 | 70.50 | 0.06 | 0.021 | 0 | 0.57 | 6.9 | 0 | 9.9 | 0 | 39.9 | 26.1 | 0 | 0.006 | 0.006 | 0,00 |
| 41 | **ЗАВТРАК** | Масло (порциями) | 10 | 0.13 | 6.15 | 0.17 | 56.60 | 0 | 0.015 | 0 | 0.03 | 2.9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 458 | **ЗАВТРАК** | Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.,) (яблоки) | 180 | 0.72 | 0.72 | 17.64 | 79.20 | 0 | 0 | 4.356 | 1.854 | 18.504 | 0 | 2.7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 458 | **ЗАВТРАК** | Творог с молоком, сливками, сметаной, сахаром или сметаной и сахаром (с молоком) | 60 | 5.41 | 3.46 | 2.14 | 61.30 | 0.012 | 0.12 | 0.336 | 0.144 | 84.492 | 0.024 | 10.824 | 0.012 | 79.428 | 88.896 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | **680** | **21,43** | **22,43** | **100,84** | **689,6** | **0,132** | **0,256** | **5,292** | **3,198** | **191,216** | **26,624** | **53,764** | **0,092** | **119,328** | **203,396** | **0,82** | **8,906** | **171,106** | **0,00** |
| 116 | **ОБЕД** | Суп картофельный с изделиями макаронными (рец. №1) (на бульоне) | 200 | 2.40 | 1.60 | 16.80 | 92.00 | 1.7 | 0.06 | 8 | 1 | 19.2 | 1 | 24.2 | 0 | 510.8 | 62.4 | 0 | 0 | 0.04 | 0,00 |
| 317 | **ОБЕД** | Тефтели (рец. №1) (говядина или телятина) | 90 | 5.49 | 18.90 | 10.17 | 233.10 | 0.081 | 0.18 | 1.26 | 2.61 | 38.7 | 3.6 | 26.73 | 0.009 | 335.34 | 186.21 | 7.92 | 0 | 60.12 | 0,00 |
| 246 | **ОБЕД** | Изделия макаронные отварные (с маслом) | 150 | 5.25 | 3.75 | 24.60 | 166.50 | 0.045 | 0.015 | 0 | 0.645 | 9.465 | 15.465 | 7.125 | 0.045 | 31.08 | 30.15 | 0.645 | 0 | 138.435 | 0,00 |
| 41 | **ОБЕД** | Салат "Степной" из различных овощей | 60 | 0.90 | 6.12 | 4.62 | 77.40 | 0.27 | 0.018 | 4.932 | 0.66 | 13.488 | 7.08 | 10.128 | 0 | 130.758 | 23.76 | 1.71 | 0.27 | 8.562 | 0,00 |
| 424 | **ОБЕД** | Кисель из кураги (густой) | 200 | 1.00 | 0.20 | 30.20 | 126.00 | 0.02 | 0.04 | 0.4 | 0.6 | 32 | 0 | 16 | 0 | 290 | 26 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 878 | **ОБЕД** | Хлеб пшеничный | 30 | 2.37 | 0.30 | 14.49 | 70.50 | 0.06 | 0.021 | 0 | 0.57 | 6.9 | 0 | 9.9 | 0 | 39.9 | 26.1 | 0 | 0.006 | 0.006 | 0,00 |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | **730** | **17,41** | **30,87** | **100,88** | **765,5** | **2,176** | **0,334** | **14,592** | **6,085** | **119,753** | **27,145** | **94,083** | **0,054** | **1337,878** | **354,62** | **10,275** | **0,276** | **207,163** | **0,00** |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | |  | **1410** | **38,84** | **53,3** | **201,72** | **1455,1** | **2,308** | **0,59** | **19,884** | **9,283** | **310,969** | **53,769** | **147,847** | **0,146** | **1457,206** | **558,016** | **11,095** | **9,182** | **378,269** | **0,00** |
| **День 4** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 228 | **ЗАВТРАК** | Каша жидкая на молоке (рисовая, манная, "Геркулес") (с сахаром) | 200 | 8.00 | 6.90 | 34.20 | 232.00 | 0.04 | 0.04 | 0 | 0.62 | 14.3 | 0.06 | 30.54 | 0 | 61.86 | 91.2 | 0.08 | 0 | 0.16 | 0,00 |
| 434 | **ЗАВТРАК** | Какао с молоком | 200 | 4.00 | 4.00 | 16.00 | 116.00 | 0.08 | 0.3 | 6.34 | 2.68 | 230.38 | 39.8 | 72.92 | 0 | 432.3 | 235.4 | 0.02 | 0 | 0.06 | 0,00 |
| 878 | **ЗАВТРАК** | Хлеб пшеничный | 30 | 2.37 | 0.30 | 14.49 | 70.50 | 0.06 | 0.021 | 0 | 0.57 | 6.9 | 0 | 9.9 | 0 | 39.9 | 26.1 | 0 | 0.006 | 0.006 | 0,00 |
| 41 | **ЗАВТРАК** | Масло (порциями) | 10 | 0.13 | 6.15 | 0.17 | 56.60 | 0 | 0.015 | 0 | 0.03 | 2.9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 13 | **ЗАВТРАК** | Сыр сычужный твердый, полутвердый, мягкий порциями (мягкий) | 30 | 5.94 | 5.94 | 0.00 | 79.20 | 0 | 0 | 0.021 | 0.03 | 26.4 | 0.78 | 1.05 | 0 | 0 | 1.5 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 458 | **ЗАВТРАК** | Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.,) (яблоки) | 180 | 0.72 | 0.72 | 17.64 | 79.20 | 0 | 0 | 4.356 | 1.854 | 18.504 | 0 | 2.7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | **650** | **21,16** | **24,01** | **82,5** | **633,5** | **0,18** | **0,376** | **10,717** | **5,784** | **299,384** | **40,64** | **117,11** | **0** | **534,06** | **354,2** | **0,1** | **0,006** | **0,226** | **0,00** |
| 113 | **ОБЕД** | Суп картофельный с фрикадельками мясными (рец. №2) | 200 | 4.80 | 3.20 | 33.60 | 184.00 | 1.7 | 0.06 | 8 | 1 | 19.2 | 1 | 24.2 | 0 | 510.8 | 62.4 | 0 | 0 | 0.04 | 0,00 |
| 38 | **ОБЕД** | Салат из помидоров и огурцов свежих (рец. №1) | 60 | 0.54 | 9.48 | 1.56 | 93.60 | 0.018 | 0.012 | 7.74 | 0.42 | 23.4 | 0.072 | 9.6 | 0 | 124.2 | 22.8 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 353 | **ОБЕД** | Каша рассыпчатая (рец. №1) (гречневая) | 150 | 8.40 | 7.65 | 40.50 | 264.00 | 0.285 | 0.15 | 9 | 4.575 | 21.675 | 0.285 | 136.695 | 0 | 257.7 | 202.335 | 0 | 0 | 0.12 | 0,00 |
| 299 | **ОБЕД** | Гуляш из мяса отварного (говядина) (с маслом сливочным) | 90 | 12.15 | 5.31 | 3.06 | 106.20 | 0.009 | 0.18 | 4.347 | 2.637 | 20.448 | 0.063 | 25.578 | 332.28 | 181.494 | 0.009 | 0 | 0.144 | 0 | 0,00 |
| 409 | **ОБЕД** | Компот из плодов свежих (яблоки) (рец. №2) | 200 | 0.20 | 0.20 | 14.00 | 58.00 | 0.02 | 0.02 | 3 | 1.42 | 18.72 | 0.02 | 8.72 | 0 | 93.36 | 9.6 | 0 | 0 | 0.16 | 0,00 |
| 878 | **ОБЕД** | Хлеб пшеничный | 30 | 2.37 | 0.30 | 14.49 | 70.50 | 0.06 | 0.021 | 0 | 0.57 | 6.9 | 0 | 9.9 | 0 | 39.9 | 26.1 | 0 | 0.006 | 0.006 | 0,00 |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | **730** | **28,46** | **26,14** | **107,21** | **776,3** | **2,092** | **0,443** | **32,087** | **10,622** | **110,343** | **1,44** | **214,693** | **332,28** | **1207,454** | **323,244** | **0** | **0,15** | **0,326** | **0,00** |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | |  | **1380** | **49,62** | **50,15** | **189,71** | **1409,8** | **2,272** | **0,819** | **42,804** | **16,406** | **409,727** | **42,08** | **331,803** | **332,28** | **1741,514** | **677,444** | **0,1** | **0,156** | **0,552** | **0,00** |
| **День 5** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 221 | **ЗАВТРАК** | Каша вязкая на молоке (рисовая, перловая, ячневая, манная, "геркулес") (с сахаром) | 200 | 4.20 | 1.70 | 33.60 | 170.00 | 0.04 | 0.02 | 0 | 0.6 | 12.42 | 26.6 | 30.34 | 0.08 | 0 | 88.4 | 0.82 | 8.9 | 171.1 | 0,00 |
| 878 | **ЗАВТРАК** | Хлеб пшеничный | 30 | 2.37 | 0.30 | 14.49 | 70.50 | 0.06 | 0.021 | 0 | 0.57 | 6.9 | 0 | 9.9 | 0 | 39.9 | 26.1 | 0 | 0.006 | 0.006 | 0,00 |
| 41 | **ЗАВТРАК** | Масло (порциями) | 10 | 0.13 | 6.15 | 0.17 | 56.60 | 0 | 0.015 | 0 | 0.03 | 2.9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 458 | **ЗАВТРАК** | Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин,  апельсин, банан, персик, абрикос и др.,) (яблоки) | 180 | 0.72 | 0.72 | 17.64 | 79.20 | 0 | 0 | 4.356 | 1.854 | 18.504 | 0 | 2.7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 431 | **ЗАВТРАК** | Чай с лимоном (с сахаром и лимоном) | 200 | 0.20 | 0.06 | 10.20 | 42.00 | 0 | 0 | 0.6 | 0.24 | 3.44 | 0 | 1.5 | 0 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | **620** | **7,62** | **8,93** | **76,1** | **418,3** | **0,1** | **0,056** | **4,956** | **3,294** | **44,164** | **26,6** | **44,44** | **0,08** | **39,9** | **116,5** | **0,82** | **8,906** | **171,106** | **0,00** |
| 104 | **ОБЕД** | Рассольник ленинградский (рец. №2) | 200 | 2.00 | 3.80 | 10.20 | 84.00 | 0.1 | 0.08 | 10.2 | 1.2 | 22 | 0.8 | 0 | 0 | 532.2 | 74.2 | 0 | 0 | 0.04 | 0,00 |
| 342 | **ОБЕД** | Рагу из птицы (куры) | 210 | 21.21 | 14.70 | 14.70 | 308.70 | 0.126 | 0.147 | 87.36 | 1.89 | 39.9 | 0.588 | 44.1 | 0 | 789.6 | 168 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 430 | **ОБЕД** | Чай, чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар) | 200 | 0.20 | 0.06 | 10.00 | 42.00 | 0 | 0.02 | 0.18 | 1.6 | 9.2 | 0 | 7.8 | 0 | 45 | 14.8 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 92 | **ОБЕД** | Салат из моркови или из моркови с яблоками, или финиками, или черносливом | 60 | 0.81 | 1.88 | 5.36 | 42.38 | 0.03 | 0.036 | 3.192 | 0.552 | 20.586 | 0.78 | 15.9 | 0 | 111.36 | 22.77 | 0 | 0 | 0.024 | 0,00 |
| 878 | **ОБЕД** | Хлеб пшеничный | 30 | 2.37 | 0.30 | 14.49 | 70.50 | 0.06 | 0.021 | 0 | 0.57 | 6.9 | 0 | 9.9 | 0 | 39.9 | 26.1 | 0 | 0.006 | 0.006 | 0,00 |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | **700** | **26,59** | **20,74** | **54,75** | **547,58** | **0,316** | **0,304** | **100,932** | **5,812** | **98,586** | **2,168** | **77,7** | **0** | **1518,06** | **305,87** | **0** | **0,006** | **0,07** | **0,00** |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | |  | **1320** | **34,21** | **29,67** | **130,85** | **965,88** | **0,416** | **0,36** | **105,888** | **9,106** | **142,75** | **28,768** | **122,14** | **0,08** | **1557,96** | **422,37** | **0,82** | **8,912** | **171,176** | **0,00** |
| **День 6** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 228 | **ЗАВТРАК** | Каша жидкая на молоке (пшено, овсяная, пшеничная, кукурузная) (с маслом) | 200 | 8.00 | 11.20 | 28.60 | 248.00 | 0.18 | 0.02 | 0 | 1.62 | 29.16 | 0.04 | 49.5 | 0 | 123.38 | 137.2 | 2.64 | 0 | 153.42 | 0,00 |
| 432 | **ЗАВТРАК** | Чай с молоком (с молоком и сахаром) | 200 | 1.60 | 1.60 | 12.40 | 70.00 | 0.02 | 0.08 | 0.6 | 0 | 66 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 878 | **ЗАВТРАК** | Хлеб пшеничный | 30 | 2.37 | 0.30 | 14.49 | 70.50 | 0.06 | 0.021 | 0 | 0.57 | 6.9 | 0 | 9.9 | 0 | 39.9 | 26.1 | 0 | 0.006 | 0.006 | 0,00 |
| 458 | **ЗАВТРАК** | Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин,  апельсин, банан, персик, абрикос и др.,) (яблоки) | 180 | 0.72 | 0.72 | 17.64 | 79.20 | 0 | 0 | 4.356 | 1.854 | 18.504 | 0 | 2.7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 458 | **ЗАВТРАК** | Творог с молоком, сливками, сметаной, сахаром или сметаной и сахаром (с молоком) | 60 | 5.41 | 3.46 | 2.14 | 61.30 | 0.012 | 0.12 | 0.336 | 0.144 | 84.492 | 0.024 | 10.824 | 0.012 | 79.428 | 88.896 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | **670** | **18,1** | **17,28** | **75,27** | **529** | **0,272** | **0,241** | **5,292** | **4,188** | **205,056** | **0,064** | **72,924** | **0,012** | **242,708** | **252,196** | **2,64** | **0,006** | **153,426** | **0,00** |
| 123 | **ОБЕД** | Суп рисовый на отваре овощном с фрикадельками мясными | 200 | 4.40 | 4.40 | 11.40 | 102.00 | 0.06 | 0.04 | 7.68 | 0.62 | 1568 | 19.4 | 23.5 | 0 | 244.62 | 50.6 | 3.04 | 0.96 | 50.6 | 0,00 |
| 362 | **ОБЕД** | Пюре картофельное (рец. №3) | 150 | 5.85 | 4.65 | 14.10 | 121.50 | 0.15 | 0.135 | 21 | 1.35 | 42.45 | 0.075 | 36.15 | 0 | 822.45 | 111.6 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 340 | **ОБЕД** | Изделия колбасные вареные (колбаски, сосиски, сардельки) для школьного питания отварные (сосиски) | 90 | 11.70 | 19.80 | 0.00 | 225.00 | 0.171 | 0.135 | 0 | 1.62 | 31.5 | 0 | 18 | 0 | 198 | 143.1 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 59 | **ОБЕД** | Салат из свеклы и горошка зеленого консервированного (рец. №2) | 60 | 1.14 | 4.08 | 5.16 | 61.80 | 0.018 | 0.03 | 5.352 | 0.888 | 23.652 | 0.012 | 14.712 | 0 | 173.82 | 31.2 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 878 | **ОБЕД** | Хлеб пшеничный | 30 | 2.37 | 0.30 | 14.49 | 70.50 | 0.06 | 0.021 | 0 | 0.57 | 6.9 | 0 | 9.9 | 0 | 39.9 | 26.1 | 0 | 0.006 | 0.006 | 0,00 |
| 866 | **ОБЕД** | Компот - ассорти (консервы) | 200 | 0.50 | 0.08 | 30.66 | 122.10 | 0 | 0 | 0 | 0.04 | 3.1 | 0 | 0.6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0.06 | 0,00 |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | **730** | **25,96** | **33,31** | **75,81** | **702,9** | **0,459** | **0,361** | **34,032** | **5,088** | **1675,602** | **19,487** | **102,862** | **0** | **1478,79** | **362,6** | **3,04** | **0,966** | **50,666** | **0,00** |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | |  | **1400** | **44,06** | **50,59** | **151,08** | **1231,9** | **0,731** | **0,602** | **39,324** | **9,276** | **1880,658** | **19,551** | **175,786** | **0,012** | **1721,498** | **614,796** | **5,68** | **0,972** | **204,092** | **0,00** |
| **День 7** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 221 | **ЗАВТРАК** | Каша вязкая на молоке (гречневая, пшено, овсяная) (с сахаром) | 200 | 4.20 | 1.70 | 33.60 | 170.00 | 0.5 | 0.2 | 0.02 | 8.32 | 184.84 | 0.04 | 265.5 | 0.08 | 454.5 | 390 | 3.24 | 0 | 0.12 | 0,00 |
| 434 | **ЗАВТРАК** | Какао с молоком | 200 | 4.00 | 4.00 | 16.00 | 116.00 | 0.08 | 0.3 | 6.34 | 2.68 | 230.38 | 39.8 | 72.92 | 0 | 432.3 | 235.4 | 0.02 | 0 | 0.06 | 0,00 |
| 41 | **ЗАВТРАК** | Масло (порциями) | 10 | 0.13 | 6.15 | 0.17 | 56.60 | 0 | 0.015 | 0 | 0.03 | 2.9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 13 | **ЗАВТРАК** | Сыр сычужный твердый, полутвердый, мягкий порциями (мягкий) | 30 | 5.94 | 5.94 | 0.00 | 79.20 | 0 | 0 | 0.021 | 0.03 | 26.4 | 0.78 | 1.05 | 0 | 0 | 1.5 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 878 | **ЗАВТРАК** | Хлеб пшеничный | 30 | 2.37 | 0.30 | 14.49 | 70.50 | 0.06 | 0.021 | 0 | 0.57 | 6.9 | 0 | 9.9 | 0 | 39.9 | 26.1 | 0 | 0.006 | 0.006 | 0,00 |
| 458 | **ЗАВТРАК** | Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.,) (яблоки) | 180 | 0.72 | 0.72 | 17.64 | 79.20 | 0 | 0 | 4.356 | 1.854 | 18.504 | 0 | 2.7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | **650** | **17,36** | **18,81** | **81,9** | **571,5** | **0,64** | **0,536** | **10,737** | **13,484** | **469,924** | **40,62** | **352,07** | **0,08** | **926,7** | **653** | **3,26** | **0,006** | **0,186** | **0,00** |
| 270 | **ОБЕД** | Уха рыбацкая | 200 | 18.26 | 4.30 | 10.92 | 155.74 | 0.1 | 0.1 | 16.02 | 0.86 | 36.42 | 0.02 | 27.92 | 0 | 476.82 | 129.3 | 0.02 | 0 | 0.4 | 0,00 |
| 294 | **ОБЕД** | Жаркое по-домашнему | 210 | 15.54 | 19.32 | 20.37 | 306.60 | 1.785 | 0.378 | 18.018 | 4.452 | 37.758 | 0.084 | 52.122 | 0 | 984.06 | 293.79 | 0.021 | 0.021 | 0.105 | 0,00 |
| 55 | **ОБЕД** | Салат из свежих огурцов | 60 | 0.94 | 1.55 | 1.98 | 25.88 | 0.018 | 0.042 | 4.668 | 0.288 | 28.488 | 0.018 | 8.328 | 0.03 | 89.052 | 31.452 | 0 | 0 | 0.012 | 0,00 |
| 868 | **ОБЕД** | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0.70 | 0.20 | 29.08 | 120.20 | 0.04 | 0.04 | 2.28 | 1.42 | 45.96 | 0 | 18.98 | 0 | 223.04 | 24.72 | 0 | 0 | 0.2 | 0,00 |
| 878 | **ОБЕД** | Хлеб пшеничный | 30 | 2.37 | 0.30 | 14.49 | 70.50 | 0.06 | 0.021 | 0 | 0.57 | 6.9 | 0 | 9.9 | 0 | 39.9 | 26.1 | 0 | 0.006 | 0.006 | 0,00 |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | **700** | **37,81** | **25,67** | **76,84** | **678,92** | **2,003** | **0,581** | **40,986** | **7,59** | **155,526** | **0,122** | **117,25** | **0,03** | **1812,872** | **505,362** | **0,041** | **0,027** | **0,723** | **0,00** |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | |  | **1350** | **55,17** | **44,48** | **158,74** | **1250,42** | **2,643** | **1,117** | **51,723** | **21,074** | **625,45** | **40,742** | **469,32** | **0,11** | **2739,572** | **1158,362** | **3,301** | **0,033** | **0,909** | **0,00** |
| **День 8** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 1138 | **ЗАВТРАК** | Каша овсяная вязкая | 200 | 6.16 | 3.04 | 29.76 | 171.00 | 0.22 | 0.06 | 0 | 1.8 | 39.2 | 0 | 59.6 | 0 | 181 | 174.5 | 0 | 0 | 0.2 | 0,00 |
| 878 | **ЗАВТРАК** | Хлеб пшеничный | 30 | 2.37 | 0.30 | 14.49 | 70.50 | 0.06 | 0.021 | 0 | 0.57 | 6.9 | 0 | 9.9 | 0 | 39.9 | 26.1 | 0 | 0.006 | 0.006 | 0,00 |
| 41 | **ЗАВТРАК** | Масло (порциями) | 10 | 0.13 | 6.15 | 0.17 | 56.60 | 0 | 0.015 | 0 | 0.03 | 2.9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 432 | **ЗАВТРАК** | Чай с молоком (с молоком и сахаром) | 200 | 1.60 | 1.60 | 12.40 | 70.00 | 0.02 | 0.08 | 0.6 | 0 | 66 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 458 | **ЗАВТРАК** | Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.,) (яблоки) | 180 | 0.72 | 0.72 | 17.64 | 79.20 | 0 | 0 | 4.356 | 1.854 | 18.504 | 0 | 2.7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | **620** | **10,98** | **11,81** | **74,46** | **447,3** | **0,3** | **0,176** | **4,956** | **4,254** | **133,504** | **0** | **72,2** | **0** | **220,9** | **200,6** | **0** | **0,006** | **0,206** | **0,00** |
| 101 | **ОБЕД** | Щи из капусты свежей на бульоне мясном с мелкошинкованными овощами | 200 | 1.80 | 2.40 | 7.00 | 56.00 | 0.02 | 0.02 | 9.2 | 0.4 | 27.8 | 0 | 12.4 | 0 | 194 | 24.2 | 1.4 | 0 | 8.6 | 0,00 |
| 691 | **ОБЕД** | Макароны жареные (из отварных) | 150 | 6.95 | 10.26 | 42.75 | 290.83 | 0.105 | 0.045 | 0 | 1.44 | 49.905 | 0.015 | 15.105 | 0 | 81.555 | 69.075 | 0 | 0 | 0.36 | 0,00 |
| 621 | **ОБЕД** | Биточки паровые | 90 | 16.11 | 9.05 | 16.53 | 212.20 | 0.126 | 0.594 | 0.702 | 3.213 | 29.754 | 0.135 | 28.611 | 0 | 290.718 | 192.537 | 0.009 | 0 | 0.117 | 0,00 |
| 56 | **ОБЕД** | Салат из свеклы с маслом растительным (рец.  №1) | 60 | 1.02 | 4.08 | 5.52 | 63.00 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 863 | **ОБЕД** | Компот из земляники или малины | 200 | 0.56 | 0.28 | 45.16 | 180.30 | 0.02 | 0.04 | 42 | 0.96 | 33.48 | 0 | 13.56 | 0 | 112.7 | 0 | 0 | 0 | 0.1 | 0,00 |
| 878 | **ОБЕД** | Хлеб пшеничный | 30 | 2.37 | 0.30 | 14.49 | 70.50 | 0.06 | 0.021 | 0 | 0.57 | 6.9 | 0 | 9.9 | 0 | 39.9 | 26.1 | 0 | 0.006 | 0.006 | 0,00 |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | **730** | **28,81** | **26,37** | **131,45** | **872,83** | **0,331** | **0,72** | **51,902** | **6,583** | **147,839** | **0,15** | **79,576** | **0** | **718,873** | **311,912** | **1,409** | **0,006** | **9,183** | **0,00** |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | |  | **1350** | **39,79** | **38,18** | **205,91** | **1320,13** | **0,631** | **0,896** | **56,858** | **10,837** | **281,343** | **0,15** | **151,776** | **0** | **939,773** | **512,512** | **1,409** | **0,012** | **9,389** | **0,00** |
| **День 9** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 236 | **ЗАВТРАК** | Суп молочный с крупой | 200 | 3.86 | 4.30 | 15.60 | 116.60 | 0.06 | 0.14 | 0.6 | 0.36 | 131.28 | 0.02 | 21.1 | 0.06 | 158 | 109 | 0 | 0 | 0.14 | 0,00 |
| 878 | **ЗАВТРАК** | Хлеб пшеничный | 30 | 2.37 | 0.30 | 14.49 | 70.50 | 0.06 | 0.021 | 0 | 0.57 | 6.9 | 0 | 9.9 | 0 | 39.9 | 26.1 | 0 | 0.006 | 0.006 | 0,00 |
| 41 | **ЗАВТРАК** | Масло (порциями) | 10 | 0.13 | 6.15 | 0.17 | 56.60 | 0 | 0.015 | 0 | 0.03 | 2.9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 13 | **ЗАВТРАК** | Сыр сычужный твердый, полутвердый, мягкий порциями (мягкий) | 30 | 5.94 | 5.94 | 0.00 | 79.20 | 0 | 0 | 0.021 | 0.03 | 26.4 | 0.78 | 1.05 | 0 | 0 | 1.5 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 458 | **ЗАВТРАК** | Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.,)  (яблоки) | 180 | 0.72 | 0.72 | 17.64 | 79.20 | 0 | 0 | 4.356 | 1.854 | 18.504 | 0 | 2.7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | **450** | **13,02** | **17,41** | **47,9** | **402,1** | **0,12** | **0,176** | **4,977** | **2,844** | **185,984** | **0,8** | **34,75** | **0,06** | **197,9** | **136,6** | **0** | **0,006** | **0,146** | **0,00** |
| 202 | **ОБЕД** | Суп из овощей | 200 | 24.24 | 11.04 | 10.30 | 237.98 | 0.18 | 1.12 | 18.82 | 5.78 | 54.1 | 0.44 | 53.92 | 0 | 835.68 | 352.2 | 0.02 | 0 | 0.24 | 0,00 |
| 694 | **ОБЕД** | Пюре картофельное | 130 | 2.78 | 7.45 | 18.55 | 152.74 | 0.13 | 0.104 | 21.697 | 0.988 | 35.867 | 0.234 | 27.703 | 0.013 | 643.058 | 82.121 | 0.013 | 0 | 0.039 | 0,00 |
| 618 | **ОБЕД** | Тефтели (1 вариант) | 90 | 8.85 | 7.75 | 17.22 | 174.04 | 0.144 | 0.216 | 1.827 | 2.655 | 18.243 | 0.099 | 54.054 | 0 | 164.133 | 115.578 | 0 | 0 | 0.063 | 0,00 |
| 72 | **ОБЕД** | Винегрет овощной (рец. №1) | 60 | 1.56 | 9.78 | 6.84 | 121.80 | 0.042 | 0.018 | 1.95 | 1.08 | 28.158 | 0.09 | 7.74 | 0 | 186.288 | 37.62 | 0 | 0 | 0.012 | 0,00 |
| 866 | **ОБЕД** | Компот - ассорти (консервы) | 200 | 0.50 | 0.08 | 30.66 | 122.10 | 0 | 0 | 0 | 0.04 | 3.1 | 0 | 0.6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0.06 | 0,00 |
| 878 | **ОБЕД** | Хлеб пшеничный | 30 | 2.37 | 0.30 | 14.49 | 70.50 | 0.06 | 0.021 | 0 | 0.57 | 6.9 | 0 | 9.9 | 0 | 39.9 | 26.1 | 0 | 0.006 | 0.006 | 0,00 |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | **710** | **40,3** | **36,4** | **98,06** | **879,16** | **0,556** | **1,479** | **44,294** | **11,113** | **146,368** | **0,863** | **153,917** | **0,013** | **1869,059** | **613,619** | **0,033** | **0,006** | **0,42** | **0,00** |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | |  | **1160** | **53,32** | **53,81** | **145,96** | **1281,26** | **0,676** | **1,655** | **49,271** | **13,957** | **332,352** | **1,663** | **188,667** | **0,073** | **2066,959** | **750,219** | **0,033** | **0,012** | **0,566** | **0,00** |
| **День 10** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 1145 | **ЗАВТРАК** | Каша манная жидкая | 200 | 3.18 | 0.30 | 21.74 | 102.56 | 0.04 | 0.02 | 0 | 0.32 | 14.16 | 0 | 7.32 | 0 | 40.04 | 26.18 | 0 | 0 | 0.18 | 0,00 |
| 434 | **ЗАВТРАК** | Какао с молоком | 200 | 4.00 | 4.00 | 16.00 | 116.00 | 0.08 | 0.3 | 6.34 | 2.68 | 230.38 | 39.8 | 72.92 | 0 | 432.3 | 235.4 | 0.02 | 0 | 0.06 | 0,00 |
| 878 | **ЗАВТРАК** | Хлеб пшеничный | 30 | 2.37 | 0.30 | 14.49 | 70.50 | 0.06 | 0.021 | 0 | 0.57 | 6.9 | 0 | 9.9 | 0 | 39.9 | 26.1 | 0 | 0.006 | 0.006 | 0,00 |
| 41 | **ЗАВТРАК** | Масло (порциями) | 10 | 0.13 | 6.15 | 0.17 | 56.60 | 0 | 0.015 | 0 | 0.03 | 2.9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 850 | **ЗАВТРАК** | Апельсины, мандарины, ананасы с сахаром | 100 | 0.69 | 0.15 | 29.26 | 120.55 | 0.03 | 0.02 | 46.15 | 0.3 | 26.85 | 0.01 | 10 | 0 | 151.53 | 17.69 | 0 | 0 | 0.01 | 0,00 |
| 458 | **ЗАВТРАК** | Творог с молоком, сливками, сметаной, сахаром или сметаной и сахаром (с молоком) | 60 | 5.41 | 3.46 | 2.14 | 61.30 | 0.012 | 0.12 | 0.336 | 0.144 | 84.492 | 0.024 | 10.824 | 0.012 | 79.428 | 88.896 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | **600** | **15,78** | **14,36** | **83,8** | **527,51** | **0,222** | **0,496** | **52,826** | **4,044** | **365,682** | **39,834** | **110,964** | **0,012** | **743,198** | **394,266** | **0,02** | **0,006** | **0,256** | **0,00** |
| 196 | **ОБЕД** | Рассольник домашний | 200 | 22.96 | 10.62 | 13.08 | 240.42 | 0.16 | 1.04 | 20.26 | 5.12 | 47.56 | 0.44 | 54.2 | 0 | 879.34 | 337.92 | 0.02 | 0 | 0.22 | 0,00 |
| 338 | **ОБЕД** | Капуста жареная | 150 | 3.63 | 5.12 | 9.43 | 100.53 | 0.06 | 0.075 | 89.91 | 1.2 | 97.05 | 0.18 | 32.085 | 0 | 600.72 | 63.315 | 0 | 0 | 0.015 | 0,00 |
| 620 | **ОБЕД** | Фрикадельки в соусе | 90 | 4.55 | 6.04 | 16.70 | 139.45 | 0.081 | 0.045 | 0.162 | 0.873 | 15.498 | 0.099 | 11.34 | 0 | 33.381 | 37.008 | 0 | 0 | 0.009 | 0,00 |
| 407 | **ОБЕД** | Сок плодовый, ягодный или овощной, напиток витаминизированный (промышленного производства) (шиповниковый, яблочный) | 200 | 1.00 | 0.20 | 20.20 | 92.00 | 0.02 | 0.02 | 0.6 | 2.8 | 14 | 0 | 8 | 0 | 240 | 14 | 0 | 0 | 0 | 0,00 |
| 55 | **ОБЕД** | Салат из свежих огурцов | 60 | 0.94 | 1.55 | 1.98 | 25.88 | 0.018 | 0.042 | 4.668 | 0.288 | 28.488 | 0.018 | 8.328 | 0.03 | 89.052 | 31.452 | 0 | 0 | 0.012 | 0,00 |
| 878 | **ОБЕД** | Хлеб пшеничный | 30 | 2.37 | 0.30 | 14.49 | 70.50 | 0.06 | 0.021 | 0 | 0.57 | 6.9 | 0 | 9.9 | 0 | 39.9 | 26.1 | 0 | 0.006 | 0.006 | 0,00 |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | **730** | **35,45** | **23,83** | **75,88** | **668,78** | **0,399** | **1,243** | **115,6** | **10,851** | **209,496** | **0,737** | **123,853** | **0,03** | **1882,393** | **509,795** | **0,02** | **0,006** | **0,262** | **0** |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | | **1330** | **51,23** | **38,19** | **159,68** | **1196,29** | **0,621** | **1,739** | **168,426** | **14,895** | **575,178** | **40,571** | **234,817** | **0,042** | **2625,591** | **904,061** | **0,04** | **0,012** | **0,518** | **0** |
| **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:** | | | **13490** | **444,97** | **445,72** | **1657,68** | **12469,24** | **11,393** | **8,81** | **607,805** | **128,041** | **5231,261** | **979,592** | **2261,937** | **332,755** | **17143,271** | **6828,051** | **102,058** | **20,165** | **1294,135** | **0** |
| **СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:** | | | **1349** | **44,5** | **44,57** | **165,77** | **1246,92** | **1,14** | **0,88** | **60,78** | **12,8** | **523,13** | **97,96** | **226,19** | **33,28** | **1714,33** | **682,81** | **10,21** | **2,02** | **129,41** | **0** |
| **Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в**  **% от калорийности** | | |  | **14,27** | **32,17** | **53,18** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |