



**Меню основного организованного питания
 учащихся среднего образовательного учреждения в г. Калининграде МАОУ СОШ №50
 возрастная категория от 7 -11 лет
 2025 г.**

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

| Наименование блюд | № рецепту ры | Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Энерг. ценност ь,ккал | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | |
|--|-----------------|------------|----------------------|---------------|----------------|-----------------------------|---------------|---------------|--------------|--------------|---------------------------|----------------|---------------|--------------|--|
| | | | Белки, г | Жиры, г | глеводы, | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe | |
| 01 день понедельник (1 неделя) | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 Каша рисовая молочная с маслом 1/150 | 1721 | 150 | 3,555 | 5,081 | 24,359 | 157,388 | 0,077 | 0,829 | 0,031 | 0,225 | 92,321 | 133,089 | 35,846 | 0,579 | |
| 2 Бутерброд с маслом и сыром 1/30/5/20 | 1273 | 55 | 7,210 | 8,965 | 15,670 | 172,205 | 0,130 | 0,140 | 0,062 | 0,187 | 201,238 | 121,539 | 23,320 | 1,090 | |
| 3 Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 | |
| 4 Кофейный напиток с молоком 1/200 | 1713 | 200 | 1,814 | 1,512 | 19,529 | 98,976 | 0,000 | 0,785 | 0,014 | 0,007 | 79,936 | 54,897 | 10,040 | 0,114 | |
| 5 Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 | |
| Итого: | | 525 | 14,429 | 15,858 | 78,908 | 516,070 | 0,324 | 36,754 | 0,107 | 0,657 | 398,519 | 326,551 | 88,406 | 3,753 | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 Салат из моркови с кукурузой 1/60 | 1824 | 60 | 0,802 | 2,441 | 4,517 | 43,241 | 0,028 | 2,736 | 0,864 | 1,229 | 18,276 | 28,977 | 18,087 | 0,315 | |
| 2 Суп с рисом и томатом на бульоне 1/200 | 1275 | 200 | 4,432 | 6,488 | 17,398 | 145,711 | 0,095 | 7,154 | 0,006 | 2,011 | 29,424 | 72,724 | 27,738 | 0,970 | |
| 3 Биточек мясной запеченный в соусе 1/90 | 1183 | 90 | 10,906 | 15,222 | 13,458 | 234,458 | 0,357 | 0,959 | 0,048 | 2,687 | 13,281 | 70,833 | 17,185 | 1,156 | |
| 4 Макароны отварные с маслом 1/150 | 1669 | 150 | 6,901 | 4,531 | 45,971 | 252,263 | 0,112 | | 0,021 | 1,435 | 19,292 | 59,990 | 10,887 | 1,108 | |
| 5 Кисель фруктово-ягодный 1/180 | 1670 | 180 | 0,065 | | 28,548 | 114,451 | | | | | 7,582 | 0,005 | 1,620 | 0,033 | |
| 5 Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 | |
| 7 Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 | |
| Итого: | | 720 | 25,505 | 29,082 | 130,691 | 886,524 | 0,715 | 10,849 | 0,939 | 7,860 | 94,478 | 271,354 | 95,117 | 5,202 | |
| Толдник | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 20,160 | 80,642 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | 12,600 | 12,600 | 7,200 | 2,520 | |
| 2 Выпечное изделие в ассортименте шт (v) | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 | |
| 3 Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 | |
| Итого: | | 380 | 7,260 | 7,050 | 85,008 | 432,524 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 55,800 | 36,400 | 29,500 | 4,670 | |

| | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---------------|---------------|----------------|------------------|--------------|---------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| Всего: | 47,195 | 51,990 | 294,607 | 1 835,118 | 1,224 | 84,222 | 1,336 | 11,435 | 548,798 | 634,305 | 213,022 | 13,624 |
|---------------|---------------|---------------|----------------|------------------|--------------|---------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|

02 день вторник (1 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------|--------------|-------|
| 1 | Салат из моркови с маслом 1/60 | 1801 | 60 | 0,749 | 3,654 | 4,274 | 52,979 | 0,035 | 2,880 | 1,152 | 1,814 | 17,769 | 32,130 | 22,020 | 0,422 |
| 2 | Жаркое по-домашнему с мясом 1/200 | 1728 | 200 | 16,619 | 21,444 | 29,910 | 379,110 | 0,623 | 34,650 | 0,320 | 3,777 | 39,692 | 199,453 | 57,132 | 2,457 |
| 3 | Хлеб пшеничный 1/40 | -/- | 40 | 2,400 | 0,400 | 20,800 | 96,400 | 0,164 | | | 0,076 | 0,050 | 0,052 | 16,400 | 1,440 |
| 4 | Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,020 | 2,060 | 0,000 | 0,010 | 14,528 | 6,050 | 5,264 | 0,569 |
| Итого: | | 505 | 19,933 | 25,533 | 70,176 | 590,234 | 0,842 | 39,590 | 1,472 | 5,677 | 72,039 | 237,684 | 100,816 | 4,888 | |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|-------|
| 1 | Салат из свежей капусты с кукурузой и морковью 1/60 | 1819 | 60 | 1,026 | 3,644 | 4,626 | 55,408 | 0,018 | 19,661 | 0,120 | 1,650 | 26,925 | 20,481 | 10,314 | 0,304 |
| 2 | Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/200 | 1439 | 200 | 4,066 | 6,943 | 10,813 | 122,004 | 0,049 | 14,854 | 0,172 | 2,000 | 46,194 | 44,034 | 21,988 | 1,193 |
| 3 | Мясо курицы тушеное в соусе 1/90 | 1255 | 90 | 15,875 | 12,092 | 2,574 | 182,625 | 0,052 | 1,799 | 0,090 | 1,176 | 13,349 | 114,503 | 57,064 | 0,996 |
| 4 | Каша гречневая с маслом 1/150 | 1680 | 150 | 6,878 | 5,119 | 35,774 | 216,673 | 0,226 | | 0,021 | 3,544 | 22,005 | 159,153 | 106,401 | 3,573 |
| 5 | Напиток из шиповника 1/180 | 656 | 180 | 0,216 | 0,018 | 14,785 | 60,169 | 0,000 | 0,036 | 0,000 | | 9,947 | 2,972 | 3,308 | 0,338 |
| 6 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 |
| 7 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| Итого: | | 720 | 30,460 | 28,217 | 89,371 | 733,277 | 0,468 | 36,350 | 0,403 | 8,867 | 125,045 | 379,968 | 218,675 | 8,023 | |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|---------------|---------------|----------------|------------------|----------------|----------------|---------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|--------------|-------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 20,160 | 80,642 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | 12,600 | 12,600 | 7,200 | 2,520 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | 380 | 7,260 | 7,050 | 85,008 | 432,524 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 55,800 | 36,400 | 29,500 | 4,670 | |
| Всего: | | 57,653 | 60,800 | 244,555 | 1 756,036 | 1,495 | 112,560 | 2,165 | 17,462 | 252,884 | 654,053 | 348,991 | 17,581 | | |

03 день среда (3 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|----------------------------------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|-------|
| 1 | Омлет с сыром 1/180 | 1425 | 180 | 18,287 | 25,226 | 2,019 | 308,254 | 0,075 | 0,492 | 0,292 | 5,829 | 276,015 | 325,351 | 26,460 | 2,561 |
| 2 | Хлеб пшеничный 1/30 | 653 | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,123 | | | 0,057 | 0,038 | 0,039 | 12,300 | 1,080 |
| 3 | Кофейный напиток с молоком 1/200 | 1713 | 200 | 1,814 | 1,512 | 19,529 | 98,976 | 0,000 | 0,785 | 0,014 | 0,007 | 79,936 | 54,897 | 10,040 | 0,114 |
| 4 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | 510 | 22,552 | 27,137 | 46,097 | 518,831 | 0,233 | 36,277 | 0,306 | 6,093 | 380,988 | 397,287 | 59,800 | 5,004 | |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|--|------|-----|-------|-------|--------|---------|-------|--------|-------|-------|--------|--------|--------|-------|
| 1 | Салат овощной с яблоками 1/60 | 1422 | 60 | 0,888 | 3,650 | 4,518 | 54,478 | 0,020 | 15,600 | 0,240 | 1,680 | 23,673 | 21,615 | 12,336 | 0,508 |
| 2 | Суп картофельный с вермишелью на бульоне 1/200 | 1587 | 200 | 4,518 | 6,461 | 13,385 | 129,762 | 0,064 | 7,242 | 0,166 | 2,120 | 26,574 | 37,014 | 15,088 | 0,829 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 3 | Котлета рыбная запеченная в белом соусе 1/90 | 1766 | 90 | 10,432 | 9,395 | 20,311 | 207,525 | 0,109 | 0,853 | 0,030 | 2,545 | 28,567 | 115,527 | 26,612 | 1,012 |
| 4 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 20,160 | 80,642 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | 12,600 | 12,600 | 7,200 | 2,520 |
| 5 | Картофельное пюре с маслом 1/150 | 1720 | 150 | 3,404 | 4,904 | 22,940 | 149,511 | 0,161 | 27,053 | 0,026 | 0,186 | 47,160 | 100,554 | 34,275 | 1,281 |
| 5 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 |
| 7 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| Итого: | | | 720 | 21,642 | 24,811 | 102,114 | 718,318 | 0,511 | 52,368 | 0,461 | 7,048 | 145,199 | 326,136 | 115,111 | 7,769 |

Толдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|------------|---------------|---------------|----------------|------------------|--------------|----------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 20,160 | 80,642 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | 12,600 | 12,600 | 7,200 | 2,520 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 7,260 | 7,050 | 85,008 | 432,524 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 55,800 | 36,400 | 29,500 | 4,670 |
| Всего: | | | | 51,453 | 58,998 | 233,219 | 1 669,673 | 0,930 | 125,264 | 1,058 | 16,059 | 581,987 | 759,823 | 204,411 | 17,444 |

14 день четверг (1 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Котлета мясная запеченная в соусе 1/90, подгарнировка из сырых овощей 1/30 | 1775 | 120 | 11,352 | 16,746 | 15,569 | 258,399 | 0,366 | 8,686 | 0,168 | 3,389 | 24,654 | 81,465 | 23,137 | 1,369 |
| 2 | Макароны отварные с маслом 1/150 | 1669 | 150 | 6,901 | 4,531 | 45,971 | 252,263 | 0,112 | | 0,021 | 1,435 | 19,292 | 59,990 | 10,887 | 1,108 |
| 3 | Чай заварной с сахаром 1/200 | 1675 | 200 | 0,120 | 0,031 | 15,041 | 60,921 | 0,000 | 0,060 | 0,000 | | 12,528 | 4,950 | 4,664 | 0,539 |
| 4 | Хлеб пшеничный 1/30 | 653 | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,123 | | | 0,057 | 0,038 | 0,039 | 12,300 | 1,080 |
| Итого: | | | 500 | 20,173 | 21,607 | 92,181 | 643,883 | 0,602 | 8,746 | 0,189 | 4,881 | 56,511 | 146,443 | 50,988 | 4,096 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|------|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Винегрет овощной 1/60 | 462 | 60 | 0,772 | 4,879 | 4,745 | 65,981 | 0,028 | 6,072 | 0,187 | 2,196 | 13,852 | 25,774 | 11,693 | 0,521 |
| 2 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/200 | 1442 | 200 | 4,098 | 6,951 | 8,281 | 112,076 | 0,054 | 23,254 | 0,172 | 1,996 | 46,214 | 40,034 | 19,708 | 0,919 |
| 3 | Плов с курицей 1/200 | 1443 | 200 | 16,904 | 16,704 | 41,976 | 385,856 | 0,224 | 3,336 | 0,320 | 4,120 | 45,300 | 272,503 | 112,480 | 2,077 |
| 4 | Компот из ягод з/м 1/180 | 1658 | 180 | 0,144 | | 15,318 | 61,848 | 0,011 | 1,800 | | 0,108 | 11,700 | 3,605 | 3,330 | 0,133 |
| 5 | Хлеб ржано-пшеничный 1/30 | -/- | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,060 | | | 0,690 | 9,900 | 58,200 | 17,100 | 1,350 |
| 5 | Хлеб пшеничный 1/30 | 653 | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,123 | | | 0,057 | 0,038 | 0,039 | 12,300 | 1,080 |
| Итого: | | | 700 | 25,518 | 29,135 | 101,520 | 770,361 | 0,500 | 34,462 | 0,679 | 9,167 | 127,003 | 400,154 | 176,611 | 6,080 |

Толдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|------------|---------------|---------------|----------------|------------------|--------------|---------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 20,160 | 80,642 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | 12,600 | 12,600 | 7,200 | 2,520 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 7,260 | 7,050 | 85,008 | 432,524 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 55,800 | 36,400 | 29,500 | 4,670 |
| Всего: | | | | 52,950 | 57,792 | 278,709 | 1 846,768 | 1,287 | 79,828 | 1,158 | 16,966 | 239,314 | 582,997 | 257,099 | 14,846 |

05 день пятница (1 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Запеканка из творога с кисельным ягодным соусом 1/100/50 | 1755 | 150 | 16,334 | 11,772 | 40,422 | 332,970 | 2,145 | 1,684 | 0,055 | 1,862 | 153,226 | 210,186 | 24,485 | 0,695 |
| 2 | Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,020 | 2,060 | 0,000 | 0,010 | 14,528 | 6,050 | 5,264 | 0,569 |
| 3 | Хлеб пшеничный 1/50 | -/- | 50 | 3,000 | 0,500 | 26,000 | 120,500 | 0,205 | | | 0,095 | 0,063 | 0,065 | 20,500 | 1,800 |
| 4 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 505 | 20,149 | 12,408 | 90,563 | 554,516 | 2,405 | 38,744 | 0,055 | 2,167 | 192,817 | 233,301 | 61,249 | 4,314 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Салат из свежей капусты с морковью 1/60 | 1672 | 60 | 0,981 | 3,653 | 4,185 | 53,545 | 0,020 | 22,050 | 0,180 | 1,668 | 27,687 | 20,280 | 11,232 | 0,369 |
| 2 | Суп гороховый на бульоне 1/200 | 1764 | 200 | 7,358 | 6,631 | 15,725 | 152,012 | 0,189 | 9,242 | 0,166 | 2,032 | 43,174 | 86,754 | 32,708 | 1,847 |
| 3 | Тефтеля мясная в соусе 1/90 | 134 | 90 | 10,727 | 13,461 | 11,051 | 208,257 | 0,344 | 1,239 | 0,048 | 1,896 | 17,287 | 97,337 | 20,030 | 0,918 |
| 4 | Картофельное пюре с маслом 1/150 | 1720 | 150 | 3,404 | 4,904 | 22,940 | 149,511 | 0,161 | 27,053 | 0,026 | 0,186 | 47,160 | 100,554 | 34,275 | 1,281 |
| 5 | Компот из яблок 1/180 | 1690 | 180 | 0,072 | | 15,264 | 61,344 | 0,005 | 1,800 | | 0,036 | 10,980 | 1,985 | 3,330 | 0,439 |
| 6 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| 7 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 |
| Итого: | | | 720 | 24,941 | 29,049 | 89,965 | 721,069 | 0,841 | 61,383 | 0,419 | 6,316 | 152,913 | 345,736 | 121,175 | 6,473 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|------------|---------------|---------------|----------------|------------------|--------------|----------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 20,160 | 80,642 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | 12,600 | 12,600 | 7,200 | 2,520 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 7,260 | 7,050 | 85,008 | 432,524 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 55,800 | 36,400 | 29,500 | 4,670 |
| Всего: | | | | 52,351 | 48,507 | 265,536 | 1 708,109 | 3,431 | 136,747 | 0,764 | 11,401 | 401,530 | 615,437 | 211,924 | 15,458 |

06 день понедельник (2 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--------------------------------------|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Каша овсяная молочная с маслом 1/150 | 1694 | 150 | 4,883 | 6,206 | 21,659 | 162,023 | 0,102 | 0,829 | 0,031 | 0,765 | 95,021 | 133,089 | 38,771 | 0,917 |
| 2 | Бутерброд с маслом и сыром 1/30/5/20 | 1273 | 55 | 7,210 | 8,965 | 15,670 | 172,205 | 0,130 | 0,140 | 0,062 | 0,187 | 201,238 | 121,539 | 23,320 | 1,090 |
| 3 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| 4 | Кофейный напиток с молоком 1/200 | 1713 | 200 | 1,814 | 1,512 | 19,529 | 98,976 | 0,000 | 0,785 | 0,014 | 0,007 | 79,936 | 54,897 | 10,040 | 0,114 |
| 5 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 525 | 15,757 | 16,983 | 76,208 | 520,705 | 0,349 | 36,754 | 0,107 | 1,197 | 401,219 | 326,551 | 91,331 | 4,090 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|------|-----|--------|--------|--------|---------|-------|--------|-------|-------|--------|---------|--------|-------|
| 1 | Салат из моркови с маслом 1/60 | 1801 | 60 | 0,749 | 3,654 | 4,274 | 52,979 | 0,035 | 2,880 | 1,152 | 1,814 | 17,769 | 32,130 | 22,020 | 0,422 |
| 2 | Суп картофельный с рисом на бульоне 1/200 | 1441 | 200 | 4,246 | 6,471 | 14,285 | 132,364 | 0,086 | 9,242 | 0,166 | 1,984 | 36,234 | 61,854 | 25,508 | 0,985 |
| 3 | Рагу овощное с мясом 1/200 | 1731 | 200 | 16,486 | 21,187 | 24,301 | 353,828 | 0,560 | 45,442 | 0,480 | 3,881 | 63,242 | 178,723 | 53,802 | 2,303 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|-------------------------------|------|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 4 | Кисель фруктово-ягодный 1/180 | 1670 | 180 | 0,065 | | 28,548 | 114,451 | | | | 7,582 | 0,005 | 1,620 | 0,033 | |
| 5 | Хлеб ржано-пшеничный 1/30 | -/- | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,060 | | 0,690 | 9,900 | 58,200 | 17,100 | 1,350 | |
| 6 | Хлеб пшеничный 1/30 | 653 | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,123 | | 0,057 | 0,038 | 0,039 | 12,300 | 1,080 | |
| Итого: | | | 700 | 25,145 | 31,912 | 102,608 | 798,222 | 0,863 | 57,564 | 1,798 | 8,427 | 134,764 | 330,951 | 132,350 | 6,173 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|------------|---------------|---------------|----------------|------------------|--------------|----------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 20,160 | 80,642 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | 12,600 | 12,600 | 7,200 | 2,520 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 7,260 | 7,050 | 85,008 | 432,524 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 55,800 | 36,400 | 29,500 | 4,670 |
| Всего: | | | | 48,162 | 55,945 | 263,824 | 1 751,451 | 1,397 | 130,938 | 2,195 | 12,542 | 591,783 | 693,902 | 253,181 | 14,934 |

17 день вторник (2 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Биточек куриный запеченный в соусе 1/90, свежая капуста с кукурузой 1/30 | 1432 | 120 | 12,805 | 14,764 | 15,275 | 245,198 | 0,064 | 11,545 | 0,108 | 3,887 | 29,121 | 99,748 | 46,954 | 1,090 |
| 2 | Рис отварной с маслом 1/150 | 1700 | 150 | 3,780 | 4,331 | 41,024 | 218,195 | 0,179 | | 0,021 | 0,473 | 41,280 | 174,909 | 64,251 | 1,160 |
| 3 | Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,020 | 2,060 | 0,000 | 0,010 | 14,528 | 6,050 | 5,264 | 0,569 |
| 4 | Хлеб пшеничный 1/30 | 653 | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,123 | | | 0,057 | 0,038 | 0,039 | 12,300 | 1,080 |
| Итого: | | | 505 | 18,550 | 19,431 | 87,090 | 597,439 | 0,387 | 13,605 | 0,129 | 4,427 | 84,967 | 280,745 | 128,769 | 3,899 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|------|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|---------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Салат овощной с яблоками 1/60 | 1422 | 60 | 0,888 | 3,650 | 4,518 | 54,478 | 0,020 | 15,600 | 0,240 | 1,680 | 23,673 | 21,615 | 12,336 | 0,508 |
| 2 | Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/200 | 1438 | 200 | 4,618 | 7,079 | 14,921 | 141,868 | 0,078 | 10,274 | 0,178 | 2,280 | 34,610 | 68,650 | 22,356 | 1,087 |
| 3 | Макаронник с курицей 1/200 | 1509 | 200 | 19,605 | 20,585 | 39,663 | 422,339 | 0,147 | 3,001 | 0,160 | 6,268 | 35,223 | 159,776 | 64,266 | 1,996 |
| 4 | Напиток из шиповника 1/180 | 656 | 180 | 0,216 | 0,018 | 14,785 | 60,169 | 0,000 | 0,036 | 0,000 | | 9,947 | 2,972 | 3,308 | 0,338 |
| 5 | Хлеб ржано-пшеничный 1/30 | -/- | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,060 | | | 0,690 | 9,900 | 58,200 | 17,100 | 1,350 |
| 6 | Хлеб пшеничный 1/30 | 653 | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,123 | | | 0,057 | 0,038 | 0,039 | 12,300 | 1,080 |
| Итого: | | | 700 | 28,927 | 31,934 | 105,086 | 823,453 | 0,428 | 28,911 | 0,578 | 10,975 | 113,390 | 311,251 | 131,666 | 6,358 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|------------|---------------|---------------|----------------|------------------|--------------|---------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 20,160 | 80,642 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | 12,600 | 12,600 | 7,200 | 2,520 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 7,260 | 7,050 | 85,008 | 432,524 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 55,800 | 36,400 | 29,500 | 4,670 |
| Всего: | | | | 54,737 | 58,414 | 277,184 | 1 853,416 | 0,999 | 79,136 | 0,997 | 18,320 | 254,157 | 628,396 | 289,935 | 14,927 |

18 день среда (2 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Омлет с сыром 1/150, подгарнировка из моркови 1/50 | 1425 | 200 | 15,863 | 24,066 | 5,244 | 301,028 | 0,091 | 2,810 | 1,203 | 6,370 | 244,820 | 297,901 | 40,400 | 2,485 |
| 2 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| 3 | Кофейный напиток с молоком 1/200 | 1713 | 200 | 1,814 | 1,512 | 19,529 | 98,976 | 0,000 | 0,785 | 0,014 | 0,007 | 79,936 | 54,897 | 10,040 | 0,114 |
| 4 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 520 | 19,528 | 25,878 | 44,123 | 487,504 | 0,209 | 38,595 | 1,218 | 6,615 | 349,781 | 369,824 | 69,640 | 4,569 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Салат из свеклы с маслом 1/60 | 1682 | 60 | 0,854 | 4,852 | 5,009 | 67,118 | 0,011 | 5,692 | | 2,169 | 23,267 | 24,924 | 12,654 | 0,814 |
| 2 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/200 | 1442 | 200 | 4,098 | 6,951 | 8,281 | 112,076 | 0,054 | 23,254 | 0,172 | 1,996 | 46,214 | 40,034 | 19,708 | 0,919 |
| 3 | Жаркое по-домашнему с курицей 1/200 | 1702 | 200 | 17,499 | 17,413 | 29,310 | 343,955 | 0,250 | 35,650 | 0,320 | 3,888 | 40,908 | 208,981 | 93,864 | 2,542 |
| 4 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 20,160 | 80,642 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | 12,600 | 12,600 | 7,200 | 2,520 |
| 5 | Хлеб ржано-пшеничный 1/30 | -/- | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,060 | | | 0,690 | 9,900 | 58,200 | 17,100 | 1,350 |
| 6 | Хлеб пшеничный 1/30 | 653 | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,123 | | | 0,057 | 0,038 | 0,039 | 12,300 | 1,080 |
| Итого: | | | 700 | 26,051 | 29,817 | 93,959 | 748,392 | 0,535 | 66,216 | 0,492 | 8,818 | 132,926 | 344,777 | 162,826 | 9,225 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|------------|---------------|---------------|----------------|------------------|--------------|----------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 20,160 | 80,642 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | 12,600 | 12,600 | 7,200 | 2,520 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 7,260 | 7,050 | 85,008 | 432,524 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 55,800 | 36,400 | 29,500 | 4,670 |
| Всего: | | | | 52,839 | 62,745 | 223,090 | 1 668,420 | 0,928 | 141,431 | 2,000 | 18,350 | 538,507 | 751,001 | 261,966 | 18,464 |

09 день четверг (2 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Биточек мясной запеченный в соусе 1/90 с подгарнировкой из свежей капусты 1/30 | 1780 | 120 | 11,382 | 16,746 | 15,417 | 257,913 | 0,366 | 11,911 | 0,138 | 3,384 | 26,346 | 80,317 | 22,390 | 1,312 |
| 2 | Макароны отварные с маслом 1/150 | 1669 | 150 | 6,901 | 4,531 | 45,971 | 252,263 | 0,112 | | 0,021 | 1,435 | 19,292 | 59,990 | 10,887 | 1,108 |
| 3 | Чай заварной с сахаром 1/200 | 1675 | 200 | 0,120 | 0,031 | 15,041 | 60,921 | 0,000 | 0,060 | 0,000 | | 12,528 | 4,950 | 4,664 | 0,539 |
| 4 | Хлеб пшеничный 1/30 | 653 | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,123 | | | 0,057 | 0,038 | 0,039 | 12,300 | 1,080 |
| Итого: | | | 500 | 20,203 | 21,607 | 92,030 | 643,397 | 0,602 | 11,971 | 0,159 | 4,877 | 58,203 | 145,296 | 50,241 | 4,039 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|--|------|-----|--------|--------|--------|---------|-------|-------|-------|-------|--------|---------|---------|-------|
| 1 | Салат Овощной с картофелем 1/60 | 353 | 60 | 0,970 | 3,712 | 5,727 | 60,197 | 0,047 | 7,404 | 0,247 | 1,686 | 13,059 | 30,797 | 13,301 | 0,478 |
| 2 | Суп с рисом и томатом на бульоне 1/200 | 1275 | 200 | 4,432 | 6,488 | 17,398 | 145,711 | 0,095 | 7,154 | 0,006 | 2,011 | 29,424 | 72,724 | 27,738 | 0,970 |
| 3 | Каша гречневая с курицей 1/200 | 1115 | 200 | 20,749 | 18,019 | 36,990 | 393,129 | 0,272 | 3,401 | 0,320 | 7,052 | 35,588 | 263,659 | 157,576 | 4,428 |
| 4 | Компот из ягод з/м 1/180 | 1658 | 180 | 0,144 | | 15,318 | 61,848 | 0,011 | 1,800 | | 0,108 | 11,700 | 3,605 | 3,330 | 0,133 |
| 5 | Хлеб ржано-пшеничный 1/30 | -/- | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,060 | | | 0,690 | 9,900 | 58,200 | 17,100 | 1,350 |
| 6 | Хлеб пшеничный 1/30 | 653 | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,123 | | | 0,057 | 0,038 | 0,039 | 12,300 | 1,080 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|---------------|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|
| Итого: | 700 | 29,894 | 28,820 | 106,633 | 805,485 | 0,607 | 19,759 | 0,573 | 11,604 | 99,708 | 429,024 | 231,345 | 8,438 |
|---------------|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|---------------|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|

Толдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|--|-----|-----|-------|-------|--------|---------|-------|--------|-------|-------|--------|--------|--------|-------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 20,160 | 80,642 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | 12,600 | 12,600 | 7,200 | 2,520 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| Итого: | 380 | 7,260 | 7,050 | 85,008 | 432,524 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 55,800 | 36,400 | 29,500 | 4,670 |
|---------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|

| | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|---------------|---------------|----------------|------------------|--------------|---------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| Всего: | | 57,357 | 57,477 | 283,671 | 1 881,406 | 1,394 | 68,350 | 1,022 | 19,398 | 213,711 | 610,719 | 311,087 | 17,147 |
|---------------|--|---------------|---------------|----------------|------------------|--------------|---------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|

0 день пятница (2 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|--|------|-----|--------|--------|--------|---------|-------|--------|-------|-------|---------|---------|--------|-------|
| 1 | Запеканка творожная Золотистая 1/200 | 1717 | 200 | 22,175 | 21,150 | 69,380 | 556,570 | 0,137 | 0,450 | 0,197 | 1,330 | 173,118 | 282,400 | 32,082 | 1,570 |
| 2 | Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,020 | 2,060 | 0,000 | 0,010 | 14,528 | 6,050 | 5,264 | 0,569 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| Итого: | 505 | 22,990 | 21,286 | 93,521 | 657,616 | 0,192 | 37,510 | 0,197 | 1,540 | 212,646 | 305,450 | 48,346 | 3,390 |
|---------------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|------|-----|--------|--------|--------|---------|-------|--------|-------|-------|--------|---------|--------|-------|
| 1 | Салат из свежей капусты с морковью 1/60 | 1672 | 60 | 0,981 | 3,653 | 4,185 | 53,545 | 0,020 | 22,050 | 0,180 | 1,668 | 27,687 | 20,280 | 11,232 | 0,369 |
| 2 | Суп картофельный с рыбой 1/200 | 342 | 200 | 5,799 | 4,426 | 13,301 | 116,233 | 0,088 | 9,242 | 0,163 | 1,956 | 32,054 | 97,931 | 25,098 | 0,784 |
| 3 | Гуляш из курицы 1/90 | 1716 | 90 | 15,838 | 12,102 | 2,619 | 182,748 | 0,053 | 1,576 | | 1,180 | 10,935 | 113,374 | 56,457 | 1,004 |
| 4 | Картофельное пюре с маслом 1/150 | 1720 | 150 | 3,404 | 4,904 | 22,940 | 149,511 | 0,161 | 27,053 | 0,026 | 0,186 | 47,160 | 100,554 | 34,275 | 1,281 |
| 5 | Компот из яблок 1/180 | 1690 | 180 | 0,072 | | 15,264 | 61,344 | 0,005 | 1,800 | | 0,036 | 10,980 | 1,985 | 3,330 | 0,439 |
| 5 | Хлеб ржано-пшеничный 1/30 | -/- | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,060 | | | 0,690 | 9,900 | 58,200 | 17,100 | 1,350 |
| 7 | Хлеб пшеничный 1/30 | 653 | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,123 | | | 0,057 | 0,038 | 0,039 | 12,300 | 1,080 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| Итого: | 740 | 29,694 | 25,685 | 89,509 | 707,981 | 0,511 | 61,720 | 0,368 | 5,773 | 138,754 | 392,363 | 159,792 | 6,306 |
|---------------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|

Толдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|--|-----|-----|-------|-------|--------|---------|-------|--------|-------|-------|--------|--------|--------|-------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 20,160 | 80,642 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | 12,600 | 12,600 | 7,200 | 2,520 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| Итого: | 380 | 7,260 | 7,050 | 85,008 | 432,524 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 55,800 | 36,400 | 29,500 | 4,670 |
|---------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|

| | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|---------------|---------------|----------------|------------------|--------------|----------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| Всего: | | 59,944 | 54,021 | 268,039 | 1 798,121 | 0,888 | 135,850 | 0,855 | 10,231 | 407,200 | 734,213 | 237,638 | 14,366 |
|---------------|--|---------------|---------------|----------------|------------------|--------------|----------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|

1 день понедельник (3 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|--|------|-----|-------|-------|--------|---------|-------|--------|-------|-------|---------|---------|--------|-------|
| 1 | Каша пшеничная молочная с маслом 1/150 | 1676 | 150 | 5,108 | 5,756 | 24,584 | 170,573 | 0,095 | 0,829 | 0,031 | 0,630 | 89,396 | 111,714 | 28,421 | 0,714 |
| 2 | Бутерброд с маслом и сыром 1/30/5/20 | 1273 | 55 | 7,210 | 8,965 | 15,670 | 172,205 | 0,130 | 0,140 | 0,062 | 0,187 | 201,238 | 121,539 | 23,320 | 1,090 |
| 3 | Кофейный напиток с молоком 1/200 | 1713 | 200 | 1,814 | 1,512 | 19,529 | 98,976 | 0,000 | 0,785 | 0,014 | 0,007 | 79,936 | 54,897 | 10,040 | 0,114 |
| 4 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| 5 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| Итого: | 525 | 15,982 | 16,533 | 79,133 | 529,255 | 0,342 | 36,754 | 0,107 | 1,062 | 395,594 | 305,176 | 80,981 | 3,888 |
|---------------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|-------|
| 1 | Салат из квашеной капусты со свеклой 1/60 | 664 | 60 | 0,946 | 3,661 | 4,248 | 53,722 | 0,014 | 7,068 | | 1,658 | 21,114 | 20,967 | 10,590 | 4,004 |
| 2 | Суп гороховый на бульоне 1/200 | 1764 | 200 | 7,358 | 6,631 | 15,725 | 152,012 | 0,189 | 9,242 | 0,166 | 2,032 | 43,174 | 86,754 | 32,708 | 1,847 |
| 3 | Фрикаделька куриная в соусе 1/90 | 1736 | 90 | 12,103 | 12,702 | 13,038 | 214,886 | 0,093 | 1,715 | 0,048 | 2,771 | 13,011 | 81,333 | 45,265 | 1,240 |
| 4 | Макаронны отварные с маслом 1/150 | 1669 | 150 | 6,901 | 4,531 | 45,971 | 252,263 | 0,112 | | 0,021 | 1,435 | 19,292 | 59,990 | 10,887 | 1,108 |
| 5 | Кисель фруктово-ягодный 1/180 | 1670 | 180 | 0,065 | | 28,548 | 114,451 | | | | | 7,582 | 0,005 | 1,620 | 0,033 |
| 6 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 |
| 7 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| Итого: | | 720 | 29,773 | 27,925 | 128,329 | 883,734 | 0,529 | 18,025 | 0,235 | 8,394 | 110,797 | 287,874 | 120,670 | 9,851 | |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------------|---------------|---------------|----------------|------------------|--------------|---------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|-------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 20,160 | 80,642 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | 12,600 | 12,600 | 7,200 | 2,520 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | 380 | 7,260 | 7,050 | 85,008 | 432,524 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 55,800 | 36,400 | 29,500 | 4,670 | |
| Всего: | | | 53,015 | 51,508 | 292,470 | 1 845,513 | 1,056 | 91,398 | 0,632 | 12,374 | 562,191 | 629,450 | 231,150 | 18,409 | |

12 день вторник (3 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--------------------------------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------|--------------|-------|
| 1 | Салат из моркови с маслом 1/60 | 1801 | 60 | 0,749 | 3,654 | 4,274 | 52,979 | 0,035 | 2,880 | 1,152 | 1,814 | 17,769 | 32,130 | 22,020 | 0,422 |
| 2 | Плов с курицей 1/200 | 1443 | 200 | 16,904 | 16,704 | 41,976 | 385,856 | 0,224 | 3,336 | 0,320 | 4,120 | 45,300 | 272,503 | 112,480 | 2,077 |
| 3 | Чай заварной с сахаром 1/200 | 1675 | 200 | 0,120 | 0,031 | 15,041 | 60,921 | 0,000 | 0,060 | 0,000 | | 12,528 | 4,950 | 4,664 | 0,539 |
| 4 | Хлеб пшеничный 1/40 | -/- | 40 | 2,400 | 0,400 | 20,800 | 96,400 | 0,164 | | | 0,076 | 0,050 | 0,052 | 16,400 | 1,440 |
| Итого: | | 500 | 20,173 | 20,789 | 82,092 | 596,156 | 0,423 | 6,276 | 1,472 | 6,010 | 75,647 | 309,635 | 155,564 | 4,478 | |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|-------|
| 1 | Салат из свежей капусты с морковью 1/60 | 1672 | 60 | 0,981 | 3,653 | 4,185 | 53,545 | 0,020 | 22,050 | 0,180 | 1,668 | 27,687 | 20,280 | 11,232 | 0,369 |
| 2 | Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/200 | 1439 | 200 | 4,066 | 6,943 | 10,813 | 122,004 | 0,049 | 14,854 | 0,172 | 2,000 | 46,194 | 44,034 | 21,988 | 1,193 |
| 3 | Мясо курицы тушеное в соусе 1/90 | 1255 | 90 | 15,875 | 12,092 | 2,574 | 182,625 | 0,052 | 1,799 | 0,090 | 1,176 | 13,349 | 114,503 | 57,064 | 0,996 |
| 4 | Каша гречневая с маслом 1/150 | 1680 | 150 | 6,878 | 5,119 | 35,774 | 216,673 | 0,226 | | 0,021 | 3,544 | 22,005 | 159,153 | 106,401 | 3,573 |
| 5 | Напиток из шиповника 1/180 | 656 | 180 | 0,216 | 0,018 | 14,785 | 60,169 | 0,000 | 0,036 | 0,000 | | 9,947 | 2,972 | 3,308 | 0,338 |
| 6 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 |
| 7 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| Итого: | | 720 | 30,415 | 28,226 | 88,930 | 731,414 | 0,469 | 38,739 | 0,463 | 8,885 | 125,807 | 379,767 | 219,593 | 8,088 | |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|--|-----|-----|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--|-------|--------|--------|-------|-------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 20,160 | 80,642 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | 12,600 | 12,600 | 7,200 | 2,520 |
|---|--|-----|-----|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--|-------|--------|--------|-------|-------|

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|---------------|---------------|----------------|------------------|----------------|---------------|---------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| <i>Итого:</i> | | | 380 | 7,260 | 7,050 | 85,008 | 432,524 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 55,800 | 36,400 | 29,500 | 4,670 |
| Всего: | | | 57,848 | 56,065 | 256,030 | 1 760,095 | 1,077 | 81,635 | 2,225 | 17,814 | 257,254 | 725,802 | 404,657 | 17,236 | |

13 день среда (3 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|----------------------------------|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Омлет с кукурузой 1/170/30 | 17 | 200 | 14,421 | 17,547 | 5,372 | 237,100 | 0,077 | 1,816 | 0,261 | 4,284 | 111,166 | 235,426 | 20,900 | 2,629 |
| 2 | Хлеб пшеничный 1/40 | -/- | 40 | 2,400 | 0,400 | 20,800 | 96,400 | 0,164 | | | 0,076 | 0,050 | 0,052 | 16,400 | 1,440 |
| 3 | Кофейный напиток с молоком 1/200 | 1713 | 200 | 1,814 | 1,512 | 19,529 | 98,976 | 0,000 | 0,785 | 0,014 | 0,007 | 79,936 | 54,897 | 10,040 | 0,114 |
| 4 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| <i>Итого:</i> | | | 540 | 19,285 | 19,559 | 54,651 | 471,776 | 0,277 | 37,601 | 0,275 | 4,567 | 216,152 | 307,375 | 58,340 | 5,432 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|------|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Салат овощной с яблоками 1/60 | 1422 | 60 | 0,888 | 3,650 | 4,518 | 54,478 | 0,020 | 15,600 | 0,240 | 1,680 | 23,673 | 21,615 | 12,336 | 0,508 |
| 2 | Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/200 | 1438 | 200 | 4,618 | 7,079 | 14,921 | 141,868 | 0,078 | 10,274 | 0,178 | 2,280 | 34,610 | 68,650 | 22,356 | 1,087 |
| 3 | Котлета рыбная запеченная в белом соусе 1/90 | 1766 | 90 | 10,432 | 9,395 | 20,311 | 207,525 | 0,109 | 0,853 | 0,030 | 2,545 | 28,567 | 115,527 | 26,612 | 1,012 |
| 4 | Картофельное пюре с маслом 1/150 | 1720 | 150 | 3,404 | 4,904 | 22,940 | 149,511 | 0,161 | 27,053 | 0,026 | 0,186 | 47,160 | 100,554 | 34,275 | 1,281 |
| 5 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 20,160 | 80,642 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | 12,600 | 12,600 | 7,200 | 2,520 |
| 6 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 |
| 7 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| <i>Итого:</i> | | | 720 | 21,742 | 25,429 | 103,650 | 730,424 | 0,526 | 55,400 | 0,473 | 7,208 | 153,235 | 357,772 | 122,379 | 8,027 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|---------------|---------------|----------------|------------------|----------------|----------------|---------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 20,160 | 80,642 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | 12,600 | 12,600 | 7,200 | 2,520 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) РХ | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| <i>Итого:</i> | | | 380 | 7,260 | 7,050 | 85,008 | 432,524 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 55,800 | 36,400 | 29,500 | 4,670 |
| Всего: | | | 48,287 | 52,038 | 243,309 | 1 634,725 | 0,988 | 129,620 | 1,039 | 14,693 | 425,186 | 701,546 | 210,219 | 18,129 | |

14 день четверг (3 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Котлета мясная запеченная в соусе 1/90, подгарнировка из свежей капусты 1/30 | 1772 | 120 | 11,382 | 16,746 | 15,417 | 257,913 | 0,366 | 11,911 | 0,138 | 3,384 | 26,346 | 80,317 | 22,390 | 1,312 |
| 2 | Макароны отварные с маслом 1/150 | 1669 | 150 | 6,901 | 4,531 | 45,971 | 252,263 | 0,112 | | 0,021 | 1,435 | 19,292 | 59,990 | 10,887 | 1,108 |
| 3 | Чай заварной с сахаром 1/200 | 1675 | 200 | 0,120 | 0,031 | 15,041 | 60,921 | 0,000 | 0,060 | 0,000 | | 12,528 | 4,950 | 4,664 | 0,539 |
| 4 | Хлеб пшеничный 1/30 | 653 | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,123 | | | 0,057 | 0,038 | 0,039 | 12,300 | 1,080 |
| <i>Итого:</i> | | | 500 | 20,203 | 21,607 | 92,030 | 643,397 | 0,602 | 11,971 | 0,159 | 4,877 | 58,203 | 145,296 | 50,241 | 4,039 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Салат из моркови с маслом 1/60 | 1801 | 60 | 0,749 | 3,654 | 4,274 | 52,979 | 0,035 | 2,880 | 1,152 | 1,814 | 17,769 | 32,130 | 22,020 | 0,422 |
| 2 | Свекольник со сметаной на бульоне 1/200 | 1440 | 200 | 4,058 | 6,983 | 12,007 | 127,108 | 0,061 | 10,454 | 0,172 | 1,998 | 39,914 | 47,194 | 22,648 | 1,223 |
| 3 | Бефстроганов из курицы 1/90 | 1283 | 90 | 16,070 | 13,123 | 2,975 | 194,291 | 0,108 | 4,091 | 0,020 | 2,388 | 34,755 | 236,854 | 112,792 | 2,002 |
| 4 | Рис отварной с маслом 1/150 | 1700 | 150 | 3,780 | 4,331 | 41,024 | 218,195 | 0,179 | | 0,021 | 0,473 | 41,280 | 174,909 | 64,251 | 1,160 |
| 5 | Компот из ягод з/м 1/180 | 1658 | 180 | 0,144 | | 15,318 | 61,848 | 0,011 | 1,800 | | 0,108 | 11,700 | 3,605 | 3,330 | 0,133 |
| 6 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 |
| 7 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| Итого: | | | 720 | 27,201 | 28,491 | 96,398 | 750,821 | 0,515 | 19,225 | 1,365 | 7,278 | 152,043 | 533,518 | 244,641 | 6,559 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|------------|---------------|---------------|----------------|------------------|--------------|---------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 20,160 | 80,642 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | 12,600 | 12,600 | 7,200 | 2,520 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 7,260 | 7,050 | 85,008 | 432,524 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 55,800 | 36,400 | 29,500 | 4,670 |
| Всего: | | | | 70,712 | 70,259 | 276,410 | 2 020,814 | 1,302 | 67,816 | 1,814 | 15,073 | 266,046 | 715,214 | 324,382 | 15,268 |

15 день пятница (3 неделя)**Завтрак**

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Запеканка творожная Золотистая 1/200 | 1717 | 200 | 22,175 | 21,150 | 69,380 | 556,570 | 0,137 | 0,450 | 0,197 | 1,330 | 173,118 | 282,400 | 32,082 | 1,570 |
| 2 | Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,020 | 2,060 | 0,000 | 0,010 | 14,528 | 6,050 | 5,264 | 0,569 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 505 | 22,990 | 21,286 | 93,521 | 657,616 | 0,192 | 37,510 | 0,197 | 1,540 | 212,646 | 305,450 | 48,346 | 3,390 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|----------------------------------|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Винегрет овощной 1/60 | 462 | 60 | 0,772 | 4,879 | 4,745 | 65,981 | 0,028 | 6,072 | 0,187 | 2,196 | 13,852 | 25,774 | 11,693 | 0,521 |
| 2 | Суп с клецками на бульоне 1/200 | 1818 | 200 | 5,341 | 8,480 | 16,721 | 164,565 | 0,082 | 9,242 | 0,173 | 2,879 | 30,809 | 50,750 | 18,220 | 0,993 |
| 3 | Тефтеля мясная в соусе 1/90 | 134 | 90 | 10,727 | 13,461 | 11,051 | 208,257 | 0,344 | 1,239 | 0,048 | 1,896 | 17,287 | 97,337 | 20,030 | 0,918 |
| 4 | Картофельное пюре с маслом 1/150 | 1720 | 150 | 3,404 | 4,904 | 22,940 | 149,511 | 0,161 | 27,053 | 0,026 | 0,186 | 47,160 | 100,554 | 34,275 | 1,281 |
| 5 | Компот из яблок 1/180 | 1690 | 180 | 0,072 | | 15,264 | 61,344 | 0,005 | 1,800 | | 0,036 | 10,980 | 1,985 | 3,330 | 0,439 |
| 6 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 |
| 7 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| Итого: | | | 720 | 22,716 | 32,123 | 91,522 | 746,058 | 0,743 | 45,405 | 0,433 | 7,692 | 126,713 | 315,226 | 107,148 | 5,771 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 20,160 | 80,642 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | 12,600 | 12,600 | 7,200 | 2,520 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 7,260 | 7,050 | 85,008 | 432,524 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 55,800 | 36,400 | 29,500 | 4,670 |

| | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---------------|---------------|----------------|------------------|--------------|----------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| Всего: | 52,966 | 60,459 | 270,051 | 1 836,198 | 1,120 | 119,535 | 0,921 | 12,150 | 395,159 | 657,076 | 184,994 | 13,831 |
|---------------|---------------|---------------|----------------|------------------|--------------|----------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|

16 день понедельник (4 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--------------------------------------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|-------|
| 1 | Каша овсяная молочная с маслом 1/150 | 1694 | 150 | 4,883 | 6,206 | 21,659 | 162,023 | 0,102 | 0,829 | 0,031 | 0,765 | 95,021 | 133,089 | 38,771 | 0,917 |
| 2 | Бутерброд с маслом и сыром 1/30/5/20 | 1273 | 55 | 7,210 | 8,965 | 15,670 | 172,205 | 0,130 | 0,140 | 0,062 | 0,187 | 201,238 | 121,539 | 23,320 | 1,090 |
| 3 | Кофейный напиток с молоком 1/200 | 1713 | 200 | 1,814 | 1,512 | 19,529 | 98,976 | 0,000 | 0,785 | 0,014 | 0,007 | 79,936 | 54,897 | 10,040 | 0,114 |
| 4 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| 5 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | 525 | 15,757 | 16,983 | 76,208 | 520,705 | 0,349 | 36,754 | 0,107 | 1,197 | 401,219 | 326,551 | 91,331 | 4,090 | |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|-------|
| 1 | Салат овощной с яблоками 1/60 | 1422 | 60 | 0,888 | 3,650 | 4,518 | 54,478 | 0,020 | 15,600 | 0,240 | 1,680 | 23,673 | 21,615 | 12,336 | 0,508 |
| 2 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/200 | 1442 | 200 | 4,098 | 6,951 | 8,281 | 112,076 | 0,054 | 23,254 | 0,172 | 1,996 | 46,214 | 40,034 | 19,708 | 0,919 |
| 3 | Макароны отварные с маслом 1/150 | 1669 | 150 | 6,901 | 4,531 | 45,971 | 252,263 | 0,112 | | 0,021 | 1,435 | 19,292 | 59,990 | 10,887 | 1,108 |
| 4 | Гуляш из курицы 1/90 | 1716 | 90 | 15,838 | 12,102 | 2,619 | 182,748 | 0,053 | 1,576 | | 1,180 | 10,935 | 113,374 | 56,457 | 1,004 |
| 5 | Кисель фруктово-ягодный 1/180 | 1670 | 180 | 0,065 | | 28,548 | 114,451 | | | | | 7,582 | 0,005 | 1,620 | 0,033 |
| 5 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 |
| 7 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| Итого: | | 720 | 30,190 | 27,634 | 110,737 | 812,416 | 0,361 | 40,430 | 0,433 | 6,790 | 114,320 | 273,843 | 120,608 | 5,191 | |

Толдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|-------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 20,160 | 80,642 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | 12,600 | 12,600 | 7,200 | 2,520 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | 380 | 7,260 | 7,050 | 85,008 | 432,524 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 55,800 | 36,400 | 29,500 | 4,670 | |

| | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---------------|---------------|----------------|------------------|--------------|----------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| Всего: | 53,207 | 51,667 | 271,953 | 1 765,645 | 0,895 | 113,803 | 0,830 | 10,905 | 571,339 | 636,794 | 241,439 | 13,952 |
|---------------|---------------|---------------|----------------|------------------|--------------|----------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|

7 день вторник (4 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------|--------------|-------|
| 1 | Котлета мясная запеченная в соусе 1/90, подгарнировка из свежей капусты 1/30 | 1772 | 120 | 11,382 | 16,746 | 15,417 | 257,913 | 0,366 | 11,911 | 0,138 | 3,384 | 26,346 | 80,317 | 22,390 | 1,312 |
| 2 | Каша гречневая с маслом 1/150 | 1680 | 150 | 6,878 | 5,119 | 35,774 | 216,673 | 0,226 | | 0,021 | 3,544 | 22,005 | 159,153 | 106,401 | 3,573 |
| 3 | Чай заварной с сахаром 1/200 | 1675 | 200 | 0,120 | 0,031 | 15,041 | 60,921 | 0,000 | 0,060 | 0,000 | | 12,528 | 4,950 | 4,664 | 0,539 |
| 4 | Хлеб пшеничный 1/30 | 653 | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,123 | | | 0,057 | 0,038 | 0,039 | 12,300 | 1,080 |
| Итого: | | 500 | 20,179 | 22,196 | 81,832 | 607,807 | 0,716 | 11,971 | 0,159 | 6,985 | 60,916 | 244,459 | 145,755 | 6,504 | |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|--|------|-----|--------|--------|--------|---------|-------|--------|-------|-------|--------|---------|--------|-------|
| 1 | Салат Осенний 1/60 | 665 | 60 | 0,709 | 3,634 | 4,693 | 54,311 | 0,033 | 4,003 | 0,720 | 1,755 | 17,095 | 25,349 | 16,167 | 0,533 |
| 2 | Суп картофельный с вермишелью на бульоне 1/200 | 1587 | 200 | 4,518 | 6,461 | 13,385 | 129,762 | 0,064 | 7,242 | 0,166 | 2,120 | 26,574 | 37,014 | 15,088 | 0,829 |
| 3 | Рагу овощное с мясом 1/200 | 1731 | 200 | 16,486 | 21,187 | 24,301 | 353,828 | 0,560 | 45,442 | 0,480 | 3,881 | 63,242 | 178,723 | 53,802 | 2,303 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|----------------------------|-----|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 4 | Напиток из шиповника 1/180 | 656 | 180 | 0,216 | 0,018 | 14,785 | 60,169 | 0,000 | 0,036 | 0,000 | 9,947 | 2,972 | 3,308 | 0,338 | |
| 5 | Хлеб ржано-пшеничный 1/30 | -/- | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,060 | | 0,690 | 9,900 | 58,200 | 17,100 | 1,350 | |
| 6 | Хлеб пшеничный 1/30 | 653 | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,123 | | 0,057 | 0,038 | 0,039 | 12,300 | 1,080 | |
| Итого: | | | 700 | 25,529 | 31,900 | 88,363 | 742,670 | 0,840 | 56,723 | 1,366 | 8,503 | 126,796 | 302,297 | 117,766 | 6,433 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|------------|---------------|---------------|----------------|------------------|--------------|----------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 20,160 | 80,642 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | 12,600 | 12,600 | 7,200 | 2,520 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 7,260 | 7,050 | 85,008 | 432,524 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 55,800 | 36,400 | 29,500 | 4,670 |
| Всего: | | | | 52,968 | 61,146 | 255,204 | 1 783,001 | 1,740 | 105,315 | 1,815 | 18,406 | 243,512 | 583,156 | 293,021 | 17,607 |

18 день среда (4 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|----------------------------------|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Омлет с кукурузой 1/170/30 | 17 | 200 | 14,421 | 17,547 | 5,372 | 237,100 | 0,077 | 1,816 | 0,261 | 4,284 | 111,166 | 235,426 | 20,900 | 2,629 |
| 2 | Хлеб пшеничный 1/40 | -/- | 40 | 2,400 | 0,400 | 20,800 | 96,400 | 0,164 | | | 0,076 | 0,050 | 0,052 | 16,400 | 1,440 |
| 3 | Кофейный напиток с молоком 1/200 | 1713 | 200 | 1,814 | 1,512 | 19,529 | 98,976 | 0,000 | 0,785 | 0,014 | 0,007 | 79,936 | 54,897 | 10,040 | 0,114 |
| 4 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 540 | 19,285 | 19,559 | 54,651 | 471,776 | 0,277 | 37,601 | 0,275 | 4,567 | 216,152 | 307,375 | 58,340 | 5,432 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Салат из свежей капусты с морковью 1/60 | 1672 | 60 | 0,981 | 3,653 | 4,185 | 53,545 | 0,020 | 22,050 | 0,180 | 1,668 | 27,687 | 20,280 | 11,232 | 0,369 |
| 2 | Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/200 | 1439 | 200 | 4,066 | 6,943 | 10,813 | 122,004 | 0,049 | 14,854 | 0,172 | 2,000 | 46,194 | 44,034 | 21,988 | 1,193 |
| 3 | Тефтеля куриная в соусе 1/90 | 1763 | 90 | 12,047 | 10,865 | 11,086 | 190,313 | 0,071 | 2,020 | 0,048 | 1,995 | 16,737 | 108,003 | 48,907 | 1,006 |
| 4 | Картофельное пюре с маслом 1/150 | 1720 | 150 | 3,404 | 4,904 | 22,940 | 149,511 | 0,161 | 27,053 | 0,026 | 0,186 | 47,160 | 100,554 | 34,275 | 1,281 |
| 5 | Хлеб ржано-пшеничный 1/30 | -/- | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,060 | | | 0,690 | 9,900 | 58,200 | 17,100 | 1,350 |
| 6 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 20,160 | 80,642 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | 12,600 | 12,600 | 7,200 | 2,520 |
| 7 | Хлеб пшеничный 1/30 | 653 | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,123 | | | 0,057 | 0,038 | 0,039 | 12,300 | 1,080 |
| Итого: | | | 740 | 24,098 | 26,966 | 100,384 | 740,615 | 0,520 | 67,597 | 0,425 | 6,614 | 160,315 | 343,709 | 153,002 | 8,799 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|------------|---------------|---------------|----------------|------------------|--------------|----------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 20,160 | 80,642 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | 12,600 | 12,600 | 7,200 | 2,520 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 7,260 | 7,050 | 85,008 | 432,524 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 55,800 | 36,400 | 29,500 | 4,670 |
| Всего: | | | | 50,643 | 53,575 | 240,043 | 1 644,916 | 0,981 | 141,817 | 0,991 | 14,100 | 432,267 | 687,484 | 240,842 | 18,901 |

19 день четверг (4 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--------------------------------|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------|--------------|
| 1 | Салат из моркови с маслом 1/60 | 1801 | 60 | 0,749 | 3,654 | 4,274 | 52,979 | 0,035 | 2,880 | 1,152 | 1,814 | 17,769 | 32,130 | 22,020 | 0,422 |
| 2 | Каша гречневая с курицей 1/200 | 1115 | 200 | 20,749 | 18,019 | 36,990 | 393,129 | 0,272 | 3,401 | 0,320 | 7,052 | 35,588 | 263,659 | 157,576 | 4,428 |
| 3 | Чай заварной с сахаром 1/200 | 1675 | 200 | 0,120 | 0,031 | 15,041 | 60,921 | 0,000 | 0,060 | 0,000 | | 12,528 | 4,950 | 4,664 | 0,539 |
| 4 | Хлеб пшеничный 1/40 | -/- | 40 | 2,400 | 0,400 | 20,800 | 96,400 | 0,164 | | | 0,076 | 0,050 | 0,052 | 16,400 | 1,440 |
| Итого: | | | 500 | 24,017 | 22,104 | 77,106 | 603,429 | 0,471 | 6,341 | 1,472 | 8,943 | 65,935 | 300,791 | 200,660 | 6,829 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|------|------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Салат из квашеной капусты со свеклой 1/60 | 664 | 60 | 0,946 | 3,661 | 4,248 | 53,722 | 0,014 | 7,068 | | 1,658 | 21,114 | 20,967 | 10,590 | 4,004 |
| 2 | Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/200 | 1438 | 200 | 4,618 | 7,079 | 14,921 | 141,868 | 0,078 | 10,274 | 0,178 | 2,280 | 34,610 | 68,650 | 22,356 | 1,087 |
| 3 | Котлета мясная запеченная в соусе 1/90 | 1772 | 90 | 10,906 | 15,222 | 13,458 | 234,458 | 0,357 | 0,959 | 0,048 | 2,687 | 13,281 | 70,833 | 17,185 | 1,156 |
| 4 | Макаронные отварные с маслом 1/150 | 1669 | 150 | 6,901 | 4,531 | 45,971 | 252,263 | 0,112 | | 0,021 | 1,435 | 19,292 | 59,990 | 10,887 | 1,108 |
| 5 | Компот из ягод з/м 1/180 | 1658 | 180 | 0,144 | | 15,318 | 61,848 | 0,011 | 1,800 | | 0,108 | 11,700 | 3,605 | 3,330 | 0,133 |
| 5 | Хлеб ржано-пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,040 | | | 0,460 | 6,600 | 38,800 | 11,400 | 0,900 |
| 7 | Хлеб пшеничный 1/20 | -/- | 20 | 1,200 | 0,200 | 10,400 | 48,200 | 0,082 | | | 0,038 | 0,025 | 0,026 | 8,200 | 0,720 |
| Итого: | | | 720 | 25,915 | 30,893 | 114,715 | 840,559 | 0,694 | 20,101 | 0,247 | 8,666 | 106,621 | 262,871 | 83,948 | 9,107 |

Толдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----|------------|---------------|---------------|----------------|------------------|--------------|---------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 20,160 | 80,642 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | 12,600 | 12,600 | 7,200 | 2,520 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 380 | 7,260 | 7,050 | 85,008 | 432,524 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 55,800 | 36,400 | 29,500 | 4,670 |
| Всего: | | | | 57,193 | 60,047 | 276,830 | 1 876,511 | 1,350 | 63,062 | 2,009 | 20,527 | 228,356 | 600,061 | 314,108 | 20,605 |

10 день пятница (4 неделя)

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| 1 | Запеканка из творога с кисельным ягодным соусом 1/100/50 | 1755 | 150 | 16,334 | 11,772 | 40,422 | 332,970 | 2,145 | 1,684 | 0,055 | 1,862 | 153,226 | 210,186 | 24,485 | 0,695 |
| 2 | Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,020 | 2,060 | 0,000 | 0,010 | 14,528 | 6,050 | 5,264 | 0,569 |
| 3 | Хлеб пшеничный 1/50 | -/- | 50 | 3,000 | 0,500 | 26,000 | 120,500 | 0,205 | | | 0,095 | 0,063 | 0,065 | 20,500 | 1,800 |
| 4 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | | 505 | 20,149 | 12,408 | 90,563 | 554,516 | 2,405 | 38,744 | 0,055 | 2,167 | 192,817 | 233,301 | 61,249 | 4,314 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|------|-----|--------|--------|--------|---------|-------|--------|-------|-------|--------|---------|--------|-------|
| 1 | Салат из свеклы с маслом 1/60 | 1682 | 60 | 0,854 | 4,852 | 5,009 | 67,118 | 0,011 | 5,692 | | 2,169 | 23,267 | 24,924 | 12,654 | 0,814 |
| 2 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/200 | 1442 | 200 | 4,098 | 6,951 | 8,281 | 112,076 | 0,054 | 23,254 | 0,172 | 1,996 | 46,214 | 40,034 | 19,708 | 0,919 |
| 3 | Жаркое по-домашнему с мясом 1/200 | 1728 | 200 | 16,619 | 21,444 | 29,910 | 379,110 | 0,623 | 34,650 | 0,320 | 3,777 | 39,692 | 199,453 | 57,132 | 2,457 |
| 4 | Компот из яблок 1/180 | 1690 | 180 | 0,072 | | 15,264 | 61,344 | 0,005 | 1,800 | | 0,036 | 10,980 | 1,985 | 3,330 | 0,439 |
| 5 | Хлеб ржано-пшеничный 1/30 | -/- | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,060 | | | 0,690 | 9,900 | 58,200 | 17,100 | 1,350 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---------------------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|-------|
| 6 | Хлеб пшеничный 1/30 | 653 | 30 | 1,800 | 0,300 | 15,600 | 72,300 | 0,123 | | | 0,057 | 0,038 | 0,039 | 12,300 | 1,080 |
| Итого: | | 700 | 25,243 | 33,847 | 89,664 | 764,248 | 0,877 | 65,395 | 0,492 | 8,724 | 130,090 | 324,634 | 122,224 | 7,059 | |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|------------|---------------|---------------|----------------|------------------|--------------|----------------|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|-------|
| 1 | Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180 | 116 | 180 | 0,000 | 0,000 | 20,160 | 80,642 | 0,036 | 1,620 | | 0,018 | 12,600 | 12,600 | 7,200 | 2,520 |
| 2 | Выпечное изделие в ассортименте шт (v) | -/- | 100 | 6,610 | 6,950 | 55,898 | 312,582 | 0,114 | | 0,290 | 2,700 | 18,200 | 6,800 | 11,300 | 0,900 |
| 3 | Фрукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,650 | 0,100 | 8,950 | 39,300 | 0,035 | 35,000 | | 0,200 | 25,000 | 17,000 | 11,000 | 1,250 |
| Итого: | | 380 | 7,260 | 7,050 | 85,008 | 432,524 | 0,185 | 36,620 | 0,290 | 2,918 | 55,800 | 36,400 | 29,500 | 4,670 | |
| Всего: | | | 52,652 | 53,305 | 265,235 | 1 751,288 | 3,467 | 140,759 | 0,837 | 13,809 | 378,707 | 594,335 | 212,973 | 16,043 | |