

+



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ Киевская

ООШ № 8

_____ Долгова А.С.
15.08. 2024г.

10 - ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ
МБОУ Киевская ООШ № 8 на 2024-2025 учебный год

Основание:

1. СанПин 2.3/2.4.3590-20
2. Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания (изд. второе, переработанное и дополненное) - Уфа: 2013. - 351с.

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|--|----------|-------------|-------------|-------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| 311 | Каша пшенная жидкая с маслом | 180/5 | 6,8 | 8,9 | 33,4 | 241 | 0,49 | 0,04 | 0,38 | 0,0 | 212,0 | 121,0 | 24,4 | 0,32 |
| 1 | Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/15 | 6,7 | 6,9 | 10,6 | 111 | 0,14 | 0,04 | 0,18 | 0,07 | 259,65 | 216,4 | 10,39 | 0,70 |
| 630 | Чай с молоком | 200 | 2,8 | 3,2 | 20,1 | 120 | 0,4 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 186,6 | 136,8 | 21,2 | 0,2 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,5 | 0,4 | 10,8 | 57 | 0,0 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 9,9 | 65,4 | 18,6 | 1,3 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,9 | 0,2 | 8,7 | 41 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 3,6 | 17,4 | 3,8 | 0,6 |
| | Итого завтрак №2 | | 19,7 | 19,6 | 83,6 | 570 | 1,03 | 0,18 | 0,56 | 0,07 | 617,75 | 557,07 | 78,39 | 3,12 |
| 244 | ОБЕД 1 Кукуруза консервированная (после термической обработки) | 80 | 1,7 | 0,4 | 14,0 | 67 | 8,4 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 7,20 | 50,0 | 0,0 | 0,48 |
| 132 | Рассольник Ленинградский с мясом ,со сметаной | 250/10/5 | 4,5 | 4,0 | 13,4 | 108 | 2,5 | 0,3 | 0,2 | 0,3 | 20,7 | 79,4 | 23,4 | 1,1 |
| 423 | Бефстроганов | 80 | 11,5 | 18,1 | 6,3 | 234 | 1,5 | 0,05 | 0,21 | 2,9 | 30,6 | 175,0 | 11,50 | 1,30 |
| 516 | Макаронные изделия отварные | 150 | 4,8 | 3,0 | 36,1 | 193 | 0,00 | 0,05 | 0,10 | 0,81 | 18,26 | 52,50 | 6,85 | 0,71 |
| | Сок в ассортименте | 200 | 0,6 | 0,2 | 33,5 | 138 | 0,00 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 50,00 | 44,00 | 0,00 | 0,00 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,9 | 0,2 | 8,7 | 41 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 3,6 | 17,4 | 3,8 | 0,6 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,5 | 0,4 | 10,8 | 57 | 0,0 | 0,1 | 0,00 | 0,00 | 9,9 | 65,4 | 18,6 | 1,3 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|---------|-------------|-------------|-------------|------------|-------------|-------------|-------------|------------|--------------|---------------|--------------|-------------|
| Бутерброд с джемом | 30/20/5 | 2,3 | 4,6 | 29,3 | 169 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 6,4 | 16,0 | 2,8 | 0,2 |
| Чай с лимоном | 200/5 | 0,1 | 0,0 | 15,2 | 61 | 0,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 2,2 | 0,1 | 0,5 | 0,1 |
| Кондитерское изделие пром.пр | 20 | 1,2 | 1,0 | 14,2 | 70 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 115,0 | 135,0 | 0,0 | 0,0 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,6 | 0,3 | 7,2 | 38 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 6,6 | 43,6 | 12,4 | 0,8 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,9 | 0,2 | 8,7 | 41 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 3,6 | 17,4 | 3,8 | 0,6 |
| Итого завтрак №1 | | 20,2 | 19,5 | 80,9 | 573 | 3,4 | 0,1 | 0,0 | 1,6 | 224,2 | 420,1 | 28,8 | 3,0 |
| Завтрак №2 | | | | | | | | | | | | | |
| Вареники с капустой пром произв отварные с маслом | 150/5 | 11,4 | 8,4 | 36,1 | 271 | 3,15 | 0,11 | 0,02 | 0,0 | 59,80 | 67,95 | 16,65 | 1,35 |
| Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/15 | 6,7 | 6,9 | 10,6 | 111 | 0,14 | 0,04 | 0,18 | 0,07 | 259,65 | 216,4 | 10,39 | 0,70 |
| Чай с молоком | 200 | 2,8 | 3,2 | 20,1 | 120 | 0,4 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 186,6 | 136,8 | 21,2 | 0,2 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,6 | 0,3 | 7,2 | 38 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 6,6 | 43,6 | 12,4 | 0,8 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,9 | 0,2 | 8,7 | 41 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 3,6 | 17,4 | 3,8 | 0,6 |
| Итого завтрак №2 | | 20,1 | 18,9 | 79,7 | 565 | 3,55 | 0,12 | 0,02 | 0,3 | 263,6 | 304,75 | 60,05 | 3,45 |
| Обед №1 | | | | | | | | | | | | | |
| Овощи свежие(огурцы) | 100 | 0,7 | 0,1 | 1,9 | 11 | 5,60 | 0,02 | 0,00 | 0,0 | 13,60 | 24,00 | 11,20 | 0,40 |
| Суп крестьянский с крупой ,с мясом | 250/10 | 5,4 | 5,7 | 17,2 | 142 | 10,0 | 0,2 | 0,00 | 0,2 | 35,0 | 47,3 | 19,0 | 0,9 |
| Ежики из свинины и говядины пром. производства | 100/50 | 11,4 | 16,1 | 13,6 | 245 | 0,1 | 0,04 | 0,01 | 1,52 | 36,81 | 78,92 | 11,63 | 0,16 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|--------|-------------|-------------|--------------|------------|--------------|-------------|-------------|-------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| | ,запеченные с соусом томатным | | | | | | | | | | | | | |
| | Картофельное пюре | 150 | 3,9 | 4,9 | 22,3 | 146 | 11,6 | 0,15 | 0,06 | 0,15 | 40,5 | 70,5 | 12,50 | 1,0 |
| | Компот из сухофруктов + Вит «С» | 200 | 0,5 | 0,0 | 23,1 | 94 | 0,22 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 21,85 | 15,87 | 2,25 | 0,43 |
| | Фрукты в ассортименте | 100 | 0,4 | 0,1 | 15,6 | 65 | 8,5 | 0,00 | 0,00 | 0,5 | 16 | 11,0 | 2,8 | 0,0 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,4 | 0,4 | 10,8 | 47 | 0,00 | 0,01 | 0,0 | 0,0 | 19,8 | 130,8 | 37,2 | 2,55 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 5,4 | 26,1 | 5,7 | 0,8 |
| | Итого обед №1 | | 26,1 | 27,6 | 117,6 | 811 | 36,02 | 0,42 | 0,07 | 1,92 | 188,96 | 404,49 | 102,28 | 6,24 |
| | Обед №2 | | | | | | | | | | | | | |
| | Овощи консервированные без уксуса (огурцы) | 80 | 0,7 | 0,1 | 1,3 | 9 | 4,00 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 18,40 | 19,20 | 11,20 | 0,48 |
| | Суп крестьянский с крупой , мясом | 250/10 | 5,4 | 5,7 | 17,2 | 142 | 10,0 | 0,2 | 0,0 | 0,2 | 35,0 | 47,3 | 19,0 | 0,9 |
| | Наггетсы куриные, запеченные , пром. производства | 80 | 9,0 | 17,4 | 7,0 | 223 | 0,6 | 0,1 | 0,0 | 2,0 | 47,5 | 185,5 | 29,6 | 0,6 |
| 512 | Рис припущенный | 180 | 4,4 | 4,3 | 22,0 | 185 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 18,6 | 94,7 | 30,9 | 0,6 |
| 638 | Компот из кураги | 200 | 0,9 | 0,0 | 26,3 | 80 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| 458 | Фрукты в ассортименте | 100 | 0,4 | 0,1 | 11,8 | 65 | 22,6 | 0,0 | 0,0 | 0,8 | 42,6 | 29,3 | 7,4 | 0,0 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 4,0 | 0,6 | 23,4 | 95 | 0,0 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 26,4 | 17,4,4 | 49,6 | 3,4 |
| 346 | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 5,4 | 26,1 | 5,7 | 0,8 |
| | Итого обед №2 | | 26,2 | 28,5 | 122,1 | 860 | 37,2 | 0,52 | 0,0 | 3,3 | 193,9 | 419,54 | 153,4 | 6,78 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|--|----------|------|------|------|-----|------|------|------|------|------|--------|-------|------|
| 4 | Горошек консервированный (после термической обработки) | 60 | 0,9 | 3,8 | 5,7 | 61 | 22,2 | 0,0 | 0,0 | 4,2 | 41,2 | 33,5 | 15,0 | 0,4 |
| 34 | Свекольник с мясом, со сметаной | 250/10/5 | 5,7 | 5,4 | 14,5 | 129 | 6,45 | 0,06 | 0,01 | 0,56 | 34,6 | 76,84 | 21,16 | 1,0 |
| 437 | Гуляш из | 100 | 10,1 | 12,8 | 7,4 | 219 | 0,13 | 0,03 | 0,04 | 1,34 | 8,16 | 104,48 | 7,88 | 0,97 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|---|----------|-------------|-------------|--------------|------------|--------------|-------------|-------------|------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| 510 | Говядины Гречка вязкая отварная | 180 | 5,5 | 5,4 | 26,9 | 178 | 0,00 | 0,16 | 0,24 | 0,60 | 21,6 | 160,60 | 25,6 | 1,69 |
| | Сок в ассортименте | 200 | 0,4 | 0,0 | 27,6 | 98 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 50,00 | 44,00 | 8,0 | 0,0 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,4 | 0,4 | 10,8 | 57 | 0,0 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 109,0 | 31,0 | 2,1 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 2,3 | 0,5 | 26,0 | 120 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 5,4 | 26,1 | 5,7 | 0,8 |
| | Итого обед №1 | | 27,3 | 28,3 | 118,9 | 862 | 23,78 | 0,35 | 0,29 | 6,7 | 177,46 | 554,52 | 114,34 | 6,96 |
| 4 | ОБЕД №2 Кукуруза консервированная (после термической обработки) | 80 | 1,3 | 5,1 | 7,7 | 82 | 22,2 | 0,0 | 0,0 | 4,2 | 41,2 | 33,5 | 15,0,0 | 0,4 |
| 34 | Свекольник с мясным фаршем, со сметаной | 250/10/5 | 5,7 | 5,4 | 14,5 | 129 | 6,45 | 0,06 | 0,01 | 0,56 | 34,6 | 76,84 | 21,16 | 1,0 |
| 289 | Рагу из курицы | 50/150 | 15,1 | 17,4 | 35,1 | 349 | 0,53 | 0,03 | 0,04 | 2,05 | 13,36 | 201,50 | 10,77 | 1,09 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|----------|------|------|------|-----|-------|------|------|------|-------|--------|-------|------|
| 66 | Салат картофельный с огурцами | 100 | 1,7 | 6,0 | 9,3 | 98 | 10,48 | 0,08 | 0,00 | 1,92 | 15,20 | 44,50 | 16,80 | 0,56 |
| | Суп «Питательный» с мясом и сметаной | 250/15/5 | 5,5 | 6,1 | 20,1 | 157 | 4,25 | 0,07 | 0,19 | 0,23 | 18,54 | 76,13 | 20,31 | 1,07 |
| | Котлеты из говядины и свинины пром. производства | 80 | 13,5 | 11,8 | 13,6 | 218 | 0,71 | 0,03 | 0,00 | 0,23 | 17,60 | 135,50 | 10,36 | 0,71 |
| 585 | Картофель толченый по деревенски | 150 | 3,5 | 4,3 | 18,2 | 125 | 7,3 | 0,2 | 0,1 | 2,0 | 15,0 | 75,8 | 26,3 | 1,0 |
| | Компот из свежих плодов + Витамин «С» | 200 | 0,2 | 0,0 | 20,6 | 83 | 1,6 | 0,0 | 0,0 | 0,1 | 6,8 | 4,1 | 3,4 | 0,9 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,6 | 0,3 | 12,0 | 38 | 0,0 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 109,0 | 31,0 | 2,1 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|----------|-------------|-------------|--------------|------------|--------------|------------|------------|-------------|--------------|---------------|---------------|-------------|
| 440 | Хлеб ржаной | 40 | 1,8 | 0,3 | 17,5 | 81 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 5,4 | 26,1 | 5,7 | 0,8 |
| | Итого обед №1 | | 27,8 | 28,8 | 111,4 | 800 | 24,34 | 1,2 | 2,0 | 4,48 | 95,04 | 426,63 | 113,87 | 7,14 |
| | ОБЕД № 2 | | | | | | | | | | | | | |
| | Салат картофельный с огурцом | 80 | 1,4 | 4,0 | 7,4 | 71 | 10,48 | 0,08 | 0,00 | 1,92 | 15,20 | 44,50 | 16,80 | 0,56 |
| | Суп « Питательный» с мясом и сметаной | 250/15/5 | 5,5 | 6,1 | 20,1 | 157 | 4,25 | 0,07 | 0,19 | 0,23 | 18,54 | 76,13 | 20,31 | 1,07 |
| | Мясной фарш тушеный с капустой | 250 | 13,9 | 17,1 | 33,2 | 316 | 24,73 | 0,08 | 0,00 | 3,68 | 90,97 | 217,14 | 34,87 | 2,79 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-------|--|---------|-------------|-------------|--------------|-------------|--------------|-------------|-------------|-------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| 638 | Компот из свежих плодов + Витамин С | 200 | 0,2 | 0,0 | 20,6 | 83 | 1,6 | 0,0 | 0,0 | 0,1 | 6,8 | 4,1 | 3,4 | 0,9 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 4,1 | 0,7 | 18,1 | 95 | 0,0 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 109,0 | 31,0 | 2,1 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 5,4 | 26,1 | 5,7 | 0,8 |
| | Итого обед №2 | | 26,5 | 28,2 | 112,5 | 783 | 41,06 | 0,33 | 0,19 | 5,93 | 153,41 | 476,97 | 112,08 | 8,22 |
| 5день | Всего №1 | | 47,9 | 47,3 | 193,2 | 1378 | 24,94 | 1,3 | 2,3 | 5,48 | 353,54 | 665,03 | 154,47 | 8,64 |
| | Всего №2 | | 45,0 | 46,5 | 199,7 | 1352 | 42,8 | 0,41 | 0,46 | 7,0 | 454,0 | 743,47 | 158,68 | 9,82 |
| 311 | Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая с маслом | 200/5 | 6,9 | 7,7 | 37,3 | 234 | 0,9 | 0,2 | 0,0 | 0,6 | 233,9 | 227,8 | 56,4 | 1,0 |
| 3 | Бутерброд с сыром и маслом | 30/5/15 | 6,7 | 8,4 | 15,9 | 166 | 0,14 | 0,04 | 0,18 | 0,07 | 259,65 | 216,14 | 10,39 | 0,70 |
| 642 | Какао с молоком | 200 | 3,8 | 3,7 | 18,1 | 121 | 0,7 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 177,0 | 133,7 | 0,0 | 0,1 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,9 | 0,2 | 8,7 | 41 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 3,6 | 17,4 | 3,8 | 0,6 |
| | Итого завтрак №1 | | 18,3 | 20,0 | 80,0 | 562 | 1,74 | 0,26 | 0,18 | 1,3 | 674,15 | 595,3 | 70,59 | 2,4 |
| | ЗАВТРАК №2 | | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|--------------------------------------|---------|-----|-----|------|-----|------|------|------|------|--------|--------|-------|------|
| 161 | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 4,4 | 4,6 | 23,5 | 153 | 0,50 | 0,00 | 0,00 | 0,3 | 188,5 | 187,2 | 6,2 | 0,3 |
| | Мучное изделие пром произв. | 30 | 2,4 | 2,4 | 18,1 | 120 | 0,4 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 186,6 | 136,8 | 21,2 | 0,2 |
| | Какао с молоком | 200 | 3,8 | 3,7 | 18,1 | 121 | 0,7 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 177,0 | 133,7 | 0,0 | 0,1 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,9 | 0,2 | 8,7 | 41 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 3,6 | 17,4 | 3,8 | 0,6 |
| | Бутерброд с сыром и маслом | 30/5/15 | 6,7 | 8,4 | 15,9 | 166 | 0,14 | 0,04 | 0,18 | 0,07 | 259,65 | 216,14 | 10,39 | 0,70 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|-----------------------------------|--------|-------------|-------------|--------------|------------|--------------|-------------|-------------|-------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| | Итого завтрак №2 | | 18,2 | 19,3 | 84,3 | 601 | 1,74 | 0,04 | 0,18 | 1,0 | 815,35 | 691,24 | 41,59 | 1,9 |
| | ОБЕД №1 | | | | | | | | | | | | | |
| 16 | Нарезка из свежих овощей с маслом | 100 | 0,8 | 5,0 | 3,1 | 61 | 13,7 | 0,0 | 0,0 | 2,1 | 14,5 | 26,7 | 13,3 | 0,6 |
| 119 | Уха ростовская | 250/70 | 8,1 | 8,7 | 18,5 | 192 | 0,83 | 0,08 | 0,05 | 1,89 | 22,47 | 149,43 | 21,59 | 0,75 |
| 492 | Плов из птицы | 200 | 15,2 | 13,0 | 36,2 | 323 | 1,41 | 0,06 | 0,0 | 2,0 | 20,75 | 253,0 | 33,2 | 1,3 |
| | Компот из с/ф | 200 | 0,2 | 0,0 | 20,6 | 83 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 50,00 | 44,00 | 8,0 | 0,0 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,7 | 0,5 | 12,0 | 63 | 0,0 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 109,0 | 31,0 | 2,07 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 5,4 | 26,1 | 5,7 | 0,8 |
| | Фрукты св. яблоко | 100 | 0,4 | 0,0 | 12,6 | 52 | 17,0 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 32,0 | 22,0 | 5,6 | 0,0 |
| | Итого обед №1 | | 27,8 | 27,5 | 116,1 | 835 | 21,65 | 1,6 | 0,05 | 5,99 | 129,62 | 608,23 | 112,79 | 5,52 |
| | ОБЕД №2 | | | | | | | | | | | | | |
| 16 | Нарезка из свежих овощей | 80 | 0,7 | 4,0 | 2,5 | 49 | 13,7 | 0,0 | 0,0 | 2,1 | 14,5 | 26,7 | 13,3 | 0,6 |
| 119 | Уха ростовская | 250/70 | 8,1 | 8,7 | 18,5 | 172 | 0,83 | 0,08 | 0,05 | 1,89 | 22,47 | 149,43 | 21,59 | 0,75 |
| 443 | Плов из мяса | 180 | 14,2 | 12,5 | 36,6 | 312 | 1,41 | 0,07 | 0,00 | 2,10 | 23,0 | 244,0 | 23,0 | 1,80 |
| | Сок в ассортименте | 200 | 0,4 | 0,0 | 24,1 | 98 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 50,00 | 44,00 | 8,0 | 0,0 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 4,0 | 0,6 | 18,0 | 95 | 0,0 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 109,0 | 31,0 | 2,0 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 5,4 | 26,1 | 5,7 | 0,8 |
| | Итого обед №2 | | 28,8 | 26,1 | 112,8 | 787 | 18,83 | 0,34 | 1,4 | 5,8 | 211,59 | 535,38 | 95,83 | 5,55 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---------------------------------|--------|-------------|-------------|--------------|-------------|--------------|-------------|-------------|-------------|---------------|----------------|---------------|-------------|
| | Всего №1 | | 46,1 | 47,5 | 196,1 | 1397 | 23,39 | 1,86 | 0,23 | 7,29 | 803,77 | 1203,53 | 183,38 | 15,3 |
| | Всего №2 | | 47,0 | 45,4 | 197,1 | 1388 | 20,57 | 0,38 | 1,58 | 6,8 | 1023,9 | 1226,62 | 137,42 | 7,45 |
| 6 день | ЗАВТРАК №1 | | | | | | | | | | | | | |
| 210 | Вареники с творогом со сметаной | 150/10 | 10,9 | 11,8 | 17,2 | 215 | 3,1 | 0,1 | 0,0 | 1,6 | 108,5 | 250,0 | 11,1 | 1,5 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|--|-----------|-------------|-------------|-------------|------------|-------------|------------|------------|------------|--------------|--------------|-------------|------------|-----|
| | Огурцы консервированные без уксуса | 60 | 0,7 | 2,7 | 13,8 | 51 | | | | | | | | | |
| 3 | Бутерброд с сыром | 30/10 | 4,0 | 2,7 | 6,4 | 79 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| 685 | Чай с молоком | 200 | 2,8 | 3,2 | 20,1 | 120 | 13,6 | 0,0 | 0,0 | 0,6 | 30,0 | 20,0 | 4,5 | 0,0 | |
| 458 | Фрукты св. банан | 100 | 1,5 | 0,0 | 23,6 | 100 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 204,0 | 165,0 | 13,8 | 0,4 | |
| | Итого завтрак №1 | | 19,9 | 20,4 | 81,1 | 565 | 18,0 | 0,1 | 0,0 | 2,2 | 260,1 | 375,6 | 33,1 | 2,2 | |
| | ЗАВТРАК №2 | | | | | | | | | | | | | | |
| 210 | Вареники с творогом со сметаной | 150/10 | 10,9 | 11,8 | 17,2 | 215 | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 188,5 | 187,2 | 6,2 | 0,3 | |
| 3 | Бутерброд с сыром | 30/10 | 4,0 | 2,7 | 6,4 | 79 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| 685 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 61 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 3,6 | 17,4 | 3,8 | 0,6 | |
| 458 | Фрукты св. банан | 100 | 1,5 | 0,0 | 23,6 | 100 | 13,6 | 0,0 | 0,0 | 0,6 | 30,0 | 20,0 | 4,5 | 0,0 | |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 3,6 | 17,4 | 3,8 | 0,6 | |
| | Итого завтрак №2 | | 19,2 | 19,7 | 82,4 | 580 | 18,6 | 0,1 | 0,0 | 1,2 | 229,1 | 281,0 | 24,3 | 2,0 | |
| 5 | ОБЕД №1 Икра кабачковая консервированная(после термической обработки) | 80 | 1,2 | 4,0 | 2,9 | 52 | 10,60 | 0,03 | 0,0 | 2,09 | 27,36 | 34,20 | 12,92 | 0,61 | |
| 139 | Суп гороховый с гренками с мясом | 250/10/20 | 6,1 | 8,3 | 30,2 | 220 | 1,72 | 0,25 | 0,02 | 0,41 | 82,00 | 64,40 | 13,87 | 0,80 | |
| 436 | Жаркое подомашнему | 200 | 15,3 | 14,7 | 27,5 | 262 | 4,6 | 0,2 | 0,0 | 4,2 | 23,9 | 216,2 | 44,6 | 2,76 | |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-----------|-------------|-------------|--------------|-------------|--------------|-------------|-------------|------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| 354 | Кисель из яблок сушеных | 200 | 0,4 | 0,0 | 36,3 | 159 | 0,22 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 21,85 | 15,87 | 2,25 | 0,43 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,4 | 0,6 | 10,8 | 57 | 0,0 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 9,9 | 65,4 | 18,6 | 1,26 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 5,4 | 26,1 | 5,7 | 0,8 |
| | Итого обед №1 | | 26,8 | 27,9 | 120,8 | 811 | 17,14 | 0,58 | 0,02 | 6,7 | 170,41 | 422,17 | 97,94 | 6,66 |
| 5 | ОБЕД №2 | | | | | | | | | | | | | |
| | Горошек консервированный (после термической обработки) | 80 | 1,2 | 4,0 | 2,9 | 52 | 10,60 | 0,03 | 0,0 | 2,09 | 27,36 | 34,20 | 12,92 | 0,61 |
| 139 | Суп гороховый с гренками с мясом | 250/10/20 | 6,1 | 8,3 | 30,2 | 220 | 1,72 | 0,25 | 0,02 | 0,41 | 82,00 | 64,40 | 13,87 | 0,80 |
| 439 | Курица, тушённая в сметанном соусе | 100 | 11,2 | 8,3 | 3,4 | 133 | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 0,8 | 45,1 | 95,5 | 18,5 | 1,2 |
| 242 | Каша перловая рассыпчатая | 150 | 3,1 | 4,4 | 30,8 | 167 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,6 | 19,5 | 159,5 | 19,5 | 0,9 |
| 639 | Компот из сухофруктов + витамин С | 200 | 0,5 | 0,0 | 23,1 | 94 | 0,22 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 21,85 | 15,87 | 2,25 | 0,43 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 4,1 | 0,7 | 18,1 | 95 | 0,0 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 109,0 | 31,0 | 2,1 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 5,4 | 26,1 | 5,7 | 0,8 |
| | Итого обед №2 | | 27,6 | 26,0 | 121,6 | 822 | 13,04 | 0,38 | 0,02 | 3,9 | 217,71 | 504,57 | 103,74 | 6,84 |
| | Всего №1 | | 46,7 | 48,3 | 201,9 | 1376 | 35,14 | 0,68 | 0,02 | 8,9 | 430,51 | 797,77 | 131,04 | 8,86 |
| | Всего №2 | | 46,8 | 45,7 | 204,0 | 1402 | 31,64 | 0,48 | 0,02 | 5,1 | 446,81 | 785,57 | 128,04 | 8,84 |
| 7 день | ЗАВТРАК №1 | | | | | | | | | | | | | |
| 260 | Каша «Дружба» с | 200\5 | 7,4 | 9,2 | 24,9 | 212 | 1,7 | 0,2 | 0,1 | 0,3 | 258,3 | 217,0 | 38,3 | 0,7 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|----------|-------------|-------------|-------------|------------|-------------|-------------|-------------|------------|---------------|---------------|--------------|------------|
| | маслом | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Бутерброд с сыром | 30\15 | 6,1 | 4,1 | 10,5 | 119 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 204,0 | 165,0 | 13,8 | 0,4 |
| | Кондитерское изделие пром. производ. | 20 | 1,9 | 2,1 | 18,7 | 101 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 125,0 | 145,0 | 0,0 | 0,0 |
| 692 | Кофейный напиток | 200 | 3,2 | 3,1 | 19,0 | 117 | 1,3 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 118,0 | 88,2 | 13,7 | 0,1 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 3,6 | 17,4 | 3,8 | 0,6 |
| | Итого завтрак №1 | | 20,0 | 18,8 | 86,2 | 610 | 3,1 | 0,2 | 0,1 | 0,6 | 708,9 | 632,6 | 69,6 | 1,8 |
| | ЗАВТРАК №2 | | | | | | | | | | | | | |
| 311 | Каша рисовая жидкая с маслом | 200\5 | 7,8 | 9,2 | 36,7 | 265 | 0,6 | 0,1 | 0,4 | 0,2 | 230,3 | 215,0 | 28,3 | 0,4 |
| 1,2 | Бутерброд с сыром и маслом | 30\5\15 | 6,7 | 7,4 | 15,9 | 166 | 0,14 | 0,04 | 0,18 | 0,07 | 259,65 | 216,14 | 10,39 | 0,7 |
| 686 | Чай с молоком | 200\5 | 2,8 | 3,2 | 20,1 | 120 | 0,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 2,2 | 0,1 | 0,5 | 0,1 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,9 | 0,2 | 8,7 | 41 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 3,6 | 17,4 | 3,8 | 0,6 |
| | Итого завтрак №2 | | 18,2 | 20,0 | 81,4 | 592 | 1,54 | 0,15 | 0,58 | 0,9 | 495,75 | 488,64 | 42,99 | 1,8 |
| | ОБЕД №1 | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | Кукуруза консервированная(после термической обработки) | 100 | 0,9 | 5,0 | 14,2 | 90 | 1,8 | 0,0 | 0,0 | 2,1 | 17,8 | 31,6 | 12,5 | 0,8 |
| 135 | Суп из овощей с мясом со сметаной | 250/10/5 | 5,2 | 5,4 | 10,0 | 109 | 3,50 | 0,10 | 0,03 | 0,45 | 23,70 | 53,17 | 10,31 | 0,70 |
| 494 | Курица запеченная | 80 | 13,0 | 12,1 | 0,6 | 163 | 0,53 | 0,03 | 0,04 | 2,05 | 13,36 | 201,50 | 10,77 | 1,09 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|-----------------------------|-----|-----|-----|------|-----|-----|------|------|------|-------|-------|------|------|
| 516 | Макаронные изделия отварные | 150 | 4,2 | 3,2 | 38,7 | 203 | 0,0 | 0,05 | 0,10 | 0,81 | 18,26 | 52,50 | 6,85 | 0,71 |
|-----|-----------------------------|-----|-----|-----|------|-----|-----|------|------|------|-------|-------|------|------|

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------|---|----------|-------------|-------------|--------------|-------------|--------------|-------------|-------------|-------------|---------------|----------------|---------------|-------------|
| 638 | Компот из кураги + витамин «С» | 200 | 0,9 | 0,0 | 26,3 | 109 | 0,3 | 0,0 | 0,0 | 0,6 | 18,0 | 30,4 | 14,1 | 0,7 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,4 | 0,4 | 10,8 | 57 | 0,0 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 19,8 | 130,8 | 37,2 | 2,5 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 5,4 | 26,1 | 5,7 | 0,8 |
| | Итого обед №1 | | 28,0 | 26,4 | 113,7 | 792 | 5,7 | 0,35 | 0,38 | 3,98 | 151,36 | 531,47 | 103,77 | 6,9 |
| 9 | ОБЕД №2 Кукуруза консервированная(после термической обработки) | 80 | 0,9 | 3,6 | 11,4 | 72 | 1,8 | 0,0 | 0,0 | 2,1 | 17,8 | 31,6 | 12,5 | 0,8 |
| 135 | Суп из овощей с мясом со сметаной | 250/10/5 | 5,2 | 5,4 | 10,0 | 109 | 3,50 | 0,10 | 0,03 | 0,45 | 23,70 | 53,17 | 10,31 | 0,70 |
| 243 | Курица запеченная | 80 | 13,0 | 12,1 | 0,6 | 163 | 0,53 | 0,03 | 0,04 | 2,05 | 13,36 | 201,50 | 10,77 | 1,09 |
| 534 | Капуста тушеная | 150 | 3,6 | 5,4 | 28,7 | 104 | 55,83 | 0,08 | 0,0 | 0,37 | 85,58 | 55,60 | 3,17 | 1,26 |
| 638 | Компот из кураги + витамин «С» | 200 | 0,9 | 0,0 | 26,3 | 109 | 0,3 | 0,0 | 0,0 | 0,6 | 18,0 | 30,4 | 14,1 | 0,7 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,9 | 0,8 | 21,7 | 114 | 0,0 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 13,8 | 130,8 | 37,2 | 2,5 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 5,4 | 26,1 | 5,7 | 0,8 |
| | Итого обед №2 | | 26,3 | 28,9 | 112,2 | 853 | 61,96 | 0,31 | 0,07 | 5,57 | 177,64 | 529,17 | 93,75 | 7,85 |
| | Всего №1 | | 48,0 | 45,2 | 199,9 | 1402 | 8,18 | 0,53 | 0,76 | 5,34 | 539,71 | 1428,88 | 145,75 | 8,4 |
| | Всего №2 | | 44,5 | 48,9 | 193,9 | 1445 | 63,76 | 0,41 | 0,47 | 6,37 | 543,84 | 919,37 | 128,05 | 9,15 |
| 8день | ЗАВТРАК №1 | | | | | | | | | | | | | |
| 366 | Запеканка из творога с соусом сметанным | 150/30 | 16,2 | 10,7 | 40,2 | 364 | 0,6 | 0,1 | 0,3 | 0,7 | 248,7 | 205,0 | 34,0 | 0,7 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|-----------------------------|--------|-----|-----|------|-----|-----|------|-----|-----|------|-------|------|------|
| 3 | Бутерброд с маслом | 30/15 | 2,3 | 8,3 | 18,5 | 142 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 6,4 | 16,0 | 2,8 | 0,2 |
| | Чай с апельсином «Солнышко» | 200/20 | 0,2 | 0,0 | 12,7 | 52 | 1,1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 2,2 | 0,1 | 0,5 | 0,1 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,9 | 0,2 | 8,7 | 41 | 0,0 | 0,02 | 0,0 | 0,0 | 3,60 | 17,40 | 3,80 | 0,56 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|--|----------|-------------|-------------|-------------|------------|-------------|-------------|-------------|------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| | Итого завтрак №1 | | 19,6 | 19,2 | 80,1 | 599 | 1,7 | 0,12 | 0,3 | 1,0 | 260,9 | 238,5 | 41,1 | 1,56 |
| | ЗАВТРАК №2 | | | | | | | | | | | | | |
| | Вареники из творога пром.произв. со сгущенным молоком | 200/30 | 15,7 | 15,3 | 34,3 | 336 | 0,51 | 0,09 | 0,05 | 0,70 | 299,00 | 221,00 | 30,32 | 0,77 |
| 3 | Бутерброд с джемом | 30/20/5 | 2,3 | 4,6 | 29,3 | 169 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 6,4 | 16,0 | 2,8 | 0,2 |
| 630 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 61 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,9 | 0,2 | 8,7 | 41 | 0,0 | 0,02 | 0,0 | 0,0 | 3,60 | 17,40 | 3,80 | 0,56 |
| | Итого завтрак №2 | | 19,1 | 20,1 | 87,3 | 607 | 0,51 | 1,1 | 0,05 | 1,0 | 309,2 | 254,4 | 36,92 | 1,53 |
| | ОБЕД №1 | | | | | | | | | | | | | |
| 110 | Борщ с капустой и картофелем, с мясным фаршем, со сметаной | 250/10/5 | 5,4 | 5,7 | 15,6 | 135 | 2,19 | 0,06 | 0,02 | 0,56 | 46,13 | 69,87 | 15,49 | 1,91 |
| 423 | Бефстроганов | 80 | 11,5 | 18,1 | 6,3 | 234 | 1,50 | 0,05 | 0,21 | 2,90 | 30,60 | 175,00 | 11,50 | 1,30 |
| 510 | Гречка вязкая отварная | 150 | 4,5 | 3,8 | 21,4 | 137 | 0,00 | 0,14 | 0,20 | 0,50 | 18,00 | 150,50 | 21,37 | 1,41 |
| | Сок в ассортименте | 200 | 0,4 | 0,0 | 24,1 | 98 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 50,00 | 44,00 | 8,0 | 0,0 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|----------|-------------|-------------|--------------|------------|--------------|-------------|-------------|-------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| | Фрукты св. банан | 100 | 1,5 | 0,0 | 23,6 | 100 | 15,0 | 0,1 | 0,0 | 0,5 | 30,0 | 20,0 | 2,5 | 0,0 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,4 | 0,3 | 10,8 | 57 | 0,0 | 0,1 | 0,0 | 0,4 | 25,0 | 16,6 | 2,0 | 0,0 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,8 | 13,1 | 61 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 5,4 | 26,1 | 5,7 | 0,8 |
| | Итого обед №1 | | 27,1 | 28,7 | 114,9 | 822 | 18,69 | 1,44 | 0,43 | 4,86 | 204,13 | 502,07 | 66,56 | 5,42 |
| 110 | ОБЕД №2 Борщ с капустой и картофелем, с | 250/10/5 | 5,4 | 5,7 | 15,6 | 135 | 2,19 | 0,06 | 0,02 | 0,56 | 46,13 | 69,87 | 15,49 | 1,91 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------|--|---------|-------------|-------------|--------------|-------------|--------------|-------------|-------------|-------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| 266 | мясным фаршем, со сметаной Бифштекс рубленый пром.производства | 80 | 12,0 | 17,2 | 5,2 | 221 | 0,71 | 0,03 | 0,00 | 0,23 | 17,60 | 124,72 | 10,36 | 0,71 |
| 512 | Рис припущенный | 150 | 3,6 | 3,6 | 22,6 | 151 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 18,6 | 94,7 | 30,9 | 0,6 |
| | Сок в ассортименте | 200 | 0,4 | 0,0 | 24,1 | 98 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 50,00 | 44,00 | 8,0 | 0,0 |
| | Фрукты св. банан | 100 | 1,5 | 0,0 | 23,6 | 100 | 15,0 | 0,1 | 0,0 | 0,5 | 30,0 | 20,0 | 2,5 | 0,0 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 4,0 | 0,6 | 18,0 | 95 | 0,0 | 0,1 | 0,0 | 0,5 | 30,0 | 20,0 | 2,5 | 0,0 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,8 | 13,1 | 61 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 5,4 | 26,1 | 5,7 | 0,8 |
| | Итого обед №2 | | 28,3 | 27,9 | 122,2 | 861 | 17,9 | 1,1 | 0,02 | 2,09 | 167,73 | 399,39 | 75,45 | 4,02 |
| | Всего №1 | | 46,7 | 47,9 | 195,0 | 1421 | 20,39 | 1,56 | 0,73 | 5,16 | 465,03 | 740,57 | 107,66 | 6,98 |
| | Всего №2 | | 47,4 | 48,0 | 209,5 | 1468 | 18,41 | 2,2 | 0,07 | 3,09 | 476,93 | 653,79 | 112,37 | 5,55 |
| 9день | ЗАВТРАК №1 | | | | | | | | | | | | | |
| 161 | Суп молочный с крупой | 200 | 4,3 | 6,9 | 20,8 | 146 | 0,52 | 0,05 | 0,04 | 0,02 | 180,5 | 245,2 | 13,3 | 0,40 |
| 9 | Бутерброд с сыром и маслом | 30/5/15 | 6,7 | 7,4 | 15,9 | 166 | 0,14 | 0,04 | 0,18 | 0,07 | 259,65 | 216,14 | 10,39 | 0,7 |
| 642 | Какао с молоком | 200 | 3,8 | 3,7 | 12,1 | 121 | 0,7 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 177,0 | 133,7 | 0,0 | 0,1 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|--|-----|-------------|-------------|-------------|------------|--------------|-------------|-------------|-------------|---------------|---------------|--------------|------------|
| | Фрукты в ассортименте | 100 | 0,6 | 0,1 | 15,6 | 65 | 17,0 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 32,0 | 20,0 | 5,6 | 0,0 |
| | Мучное изделие пром. производ.(в ассортименте) | 20 | 1,8 | 1,9 | 10,1 | 73 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,9 | 0,2 | 8,7 | 41 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 3,6 | 17,4 | 3,8 | 0,6 |
| | Итого завтрак №1 | | 18,1 | 20,2 | 83,2 | 612 | 18,36 | 0,09 | 0,22 | 0,16 | 652,75 | 632,44 | 33,09 | 1,8 |
| 161 | ЗАВТРАК № 2 Суп молочный с | 200 | 4,4 | 5,0 | 23,5 | 149 | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 188,5 | 187,2 | 6,2 | 0,3 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|---------|-------------|-------------|-------------|------------|--------------|------------|-------------|-------------|---------------|---------------|--------------|------------|
| 9 | макаронными изделиями Бутерброд с сыром и маслом | 30/5/15 | 6,7 | 7,4 | 15,9 | 166 | 0,14 | 0,4 | 0,18 | 0,07 | 259,65 | 216,14 | 10,39 | 0,7 |
| 642 | Какао с молоком | 200 | 3,8 | 3,7 | 12,1 | 121 | 0,7 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 177,0 | 133,7 | 0,0 | 0,1 |
| | Фрукты в ассортименте | 100 | 0,6 | 0,1 | 15,6 | 65 | 17,0 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 32,0 | 20,0 | 5,6 | 0,0 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,9 | 0,2 | 8,7 | 41 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 3,6 | 17,4 | 3,8 | 0,6 |
| | Мучное изделие пром произв. в ассортименте | 20 | 1,8 | 1,9 | 10,1 | 73 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| | Итого завтрак №2 | | 18,2 | 18,3 | 85,9 | 615 | 18,34 | 0,4 | 0,18 | 1,07 | 660,75 | 574,44 | 25,99 | 1,7 |
| 101 | ОБЕД №1 Овощи консервирован. без уксуса | 80 | 0,7 | 0,1 | 1,3 | 9 | 4,0 | 0,02 | 0,0 | 0,0 | 18,4 | 19,2 | 11,2 | 0,48 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|--|--------|-------------|-------------|--------------|------------|--------------|------------|-------------|-------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| 104 | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 250/35 | 6,2 | 5,4 | 23,3 | 168 | 2,60 | 0,1 | 0,0 | 0,2 | 25,3 | 94,0 | 27,2 | 1,1 |
| 437 | Гуляш из говядины (фарш) | 100 | 12,2 | 16,9 | 4,9 | 221 | 0,19 | 0,04 | 0,05 | 1,91 | 11,66 | 149,27 | 11,26 | 1,39 |
| 520 | Картофельное пюре | 150 | 3,2 | 4,9 | 28,2 | 146 | 13,87 | 0,18 | 0,07 | 0,20 | 48,60 | 84,60 | 15,0 | 1,20 |
| 639 | Компот из сухофруктов + витамин «С» | 200 | 0,5 | 0,0 | 23,1 | 94 | 0,22 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 21,85 | 15,87 | 2,25 | 0,43 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 4,0 | 0,7 | 20,0 | 95 | 0,0 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 23,1 | 152,6 | 43,4 | 2,9 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 5,4 | 26,1 | 5,7 | 0,8 |
| | Итого обед №1 | | 28,2 | 28,3 | 111,9 | 794 | 20,88 | 0,6 | 0,09 | 1,99 | 190,91 | 502,37 | 114,97 | 3,91 |
| | ОБЕД №2 | | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|--------|------|------|------|-----|-------|------|-----|------|-------|--------|-------|------|
| 66 | Салат картофельный с зеленым горошком с р/м | 100 | 1,7 | 6,8 | 15,3 | 98 | 4,0 | 0,0 | 0,0 | 1,8 | 22,6 | 23,6 | 0,0 | 0,60 |
| 104 | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 250/40 | 6,2 | 5,4 | 23,3 | 191 | 2,60 | 0,1 | 0,0 | 0,2 | 25,3 | 94,0 | 27,2 | 1,1 |
| 436 | Жаркое подомашнему | 200 | 15,3 | 14,1 | 25,8 | 292 | 24,73 | 0,08 | 0,0 | 3,68 | 90,97 | 217,14 | 34,87 | 2,79 |
| 639 | Компот из сухофруктов + витамин «С» | 200 | 0,5 | 0,0 | 23,1 | 94 | 0,22 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 21,85 | 15,87 | 2,25 | 0,43 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,4 | 0,4 | 12,0 | 57 | 0,0 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 23,1 | 152,6 | 43,4 | 2,9 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 5,4 | 26,1 | 5,7 | 0,8 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|--|--------|-------------|-------------|--------------|-------------|--------------|-------------|-------------|-------------|---------------|----------------|---------------|-------------|
| 71 | Овощи консервирован. без уксуса | 100 | 1,5 | 6,3 | 14,9 | 121 | 41,8 | 0,0 | 0,0 | 0,1 | 42,1 | 26,6 | 3,6 | 0,5 |
| 133 | Суп с крупой , с мясом | 250/10 | 4,2 | 6,7 | 14,3 | 100 | 2,04 | 0,06 | 0,05 | 0,10 | 24,94 | 92,63 | 8,53 | 0,33 |
| 443 | Плов из мяса | 200 | 16,9 | 12,5 | 36,2 | 325 | 1,41 | 0,07 | 0,0 | 2,10 | 23,0 | 244,0 | 23,0 | 1,8 |
| | Сок в ассортименте | 200 | 0,4 | 0,0 | 24,1 | 98 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 50,0 | 44,0 | 8,0 | 0,0 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,3 | 0,6 | 14,4 | 76 | 0,0 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 13,2 | 87,2 | 24,8 | 1,7 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 1,9 | 0,4 | 17,5 | 81 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 7,2 | 34,8 | 7,6 | 1,1 |
| | Итого обед №1 | | 28,2 | 26,5 | 121,4 | 801 | 45,25 | 1,4 | 0,05 | 2,3 | 160,44 | 529,23 | 75,53 | 5,43 |
| | ОБЕД №2 | | | | | | | | | | | | | |
| 71 | Овощи консервирован. без уксуса | 100 | 1,5 | 6,3 | 14,9 | 121 | 41,8 | 0,0 | 0,0 | 0,1 | 42,1 | 26,6 | 3,6 | 0,5 |
| 133 | Суп с крупой, с мясом | 250/10 | 4,2 | 6,7 | 14,3 | 100 | 2,04 | 0,06 | 0,05 | 0,1 | 24,94 | 92,63 | 8,53 | 0,33 |
| 516 | Макаронные изделия отварные | 150 | 4,8 | 3,0 | 36,7 | 193 | 0,0 | 0,05 | 0,10 | 0,81 | 18,26 | 52,5 | 6,85 | 0,71 |
| 388 | Котлета рыбная, пом. произв., запеченная | 80/5 | 13,1 | 11,5 | 9,3 | 205 | 0,64 | 0,10 | 0,02 | 1,56 | 48,26 | 110,0 | 21,42 | 0,70 |
| | Сок в ассортименте | 200 | 0,4 | 0,0 | 24,1 | 98 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 50,0 | 44,0 | 8,0 | 0,0 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,4 | 0,5 | 10,8 | 57 | 0,0 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 13,2 | 87,2 | 24,8 | 1,7 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 7,2 | 34,8 | 7,6 | 1,1 |
| | Итого обед №2 | | 27,8 | 28,3 | 123,2 | 835 | 44,48 | 0,31 | 0,17 | 2,57 | 203,96 | 447,73 | 80,8 | 5,04 |
| | Всего №1 | | 48,2 | 45,4 | 203,9 | 1402 | 45,48 | 0,31 | 0,19 | 4,07 | 899,56 | 1064,33 | 151,0 | 6,94 |
| | Всего №2 | | 48,0 | 46,5 | 208,9 | 1418 | 46,85 | 1,4 | 0,07 | 3,8 | 665,74 | 987,43 | 123,53 | 6,93 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------------|--|--------------|--------------|---------------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ № 1: | | 468,3 | 470,3 | 2000,4 | 14035 | 365,3 | 7,82 | 5,08 | 55,5 | 6875,2 | 9672,1 | 1494,8 | 77,2 |
| ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ № 2 : | | 464,5 | 471,6 | 2008,0 | 14076 | 352,5 | 6,25 | 4,96 | 58,9 | 6892,7 | 9658,7 | 1526,8 | 79,9 |
| В среднем на 1 человека №1 | | 46,8 | 47,0 | 200,0 | 1403 | 36,5 | 0,7 | 0,5 | 5,5 | 668 | 967 | 149 | 7 |
| В среднем на 1 человека №2 | | 46,4 | 47,1 | 200,8 | 1407 | 35,2 | 0,6 | 0,49 | 5,8 | 689 | 965 | 152 | 7 |