

"СОГЛАСОВАНО"

Директор *С.А. Лещенок*

"01"



"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор ООО "ЛАНЧ"

*В.В. Лещенок*

2023 г.



**Меню основного организованного питания  
для учащихся среднего образовательного учреждения в г. Калининграда и Калининградской области  
возрастная категория от 12 лет и старше  
2023-2024 г.**

Возрастная градация : от 12 лет ; 50-60 % от суточного рациона

	Наименование блюда	№ 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
<b>01 день (понедельник) 1 неделя</b>															
<b>Завтрак</b>															
1	Бутерброд с маслом и твердым сыром 1/20/10/20	117	50	6,660	12,490	10,540	181,210	0,089	0,140	0,082	0,218	202,425	123,026	19,240	0,740
2	Каша рисовая вязкая молочная с маслом 1/220	1721	220	5,214	7,453	35,727	230,836	0,113	1,216	0,045	0,330	135,405	195,198	52,573	0,849
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>570</b>	<b>14,338</b>	<b>21,754</b>	<b>74,746</b>	<b>552,123</b>	<b>0,237</b>	<b>37,140</b>	<b>0,142</b>	<b>0,755</b>	<b>442,765</b>	<b>390,121</b>	<b>92,853</b>	<b>2,953</b>
<b>Обед</b>															
1	Салат из моркови с кукурузой 1/100	1824	100	1,336	4,068	7,528	72,068	0,047	4,560	1,440	2,048	30,460	48,295	30,145	0,524
2	Суп с рисом и томатом на бульоне 1/250	1275	250	5,539	8,110	21,747	182,139	0,118	8,943	0,007	2,513	36,780	90,905	34,673	1,212
3	Биточек куриный запеченный в соусе 1/100	1432	100	15,499	16,337	15,869	272,500	0,114	2,045	0,032	3,536	14,295	101,531	56,568	1,519
4	Макароны отварные с маслом 1/180	1669	180	8,281	5,437	55,165	302,715	0,135		0,025	1,722	23,150	71,987	13,064	1,329
5	Компот из изюма 1/180	1201	180	0,392	0,081	22,410	91,935	0,027				18,900	17,420	7,380	0,448
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
<b>Итого:</b>			<b>850</b>	<b>33,447</b>	<b>34,433</b>	<b>143,519</b>	<b>1 017,758</b>	<b>0,564</b>	<b>15,547</b>	<b>1,505</b>	<b>10,318</b>	<b>130,210</b>	<b>368,964</b>	<b>161,431</b>	<b>6,652</b>
<b>Полдник</b>															
1	Йогурт фруктовый питьевой 1/180	121	180	5,274	4,500	20,322	142,884	0,054	1,080	0,018		223,200	171,000	27,000	0,180
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>380</b>	<b>12,534</b>	<b>11,750</b>	<b>85,170</b>	<b>496,566</b>	<b>0,203</b>	<b>36,080</b>	<b>0,308</b>	<b>2,900</b>	<b>266,400</b>	<b>194,800</b>	<b>49,300</b>	<b>2,330</b>
<b>Всего:</b>			<b>60,319</b>	<b>67,937</b>	<b>303,435</b>	<b>2 066,446</b>	<b>1,004</b>	<b>88,767</b>	<b>1,954</b>	<b>13,973</b>	<b>839,375</b>	<b>953,885</b>	<b>303,584</b>	<b>11,935</b>	
<b>02 день (вторник) 1 неделя</b>															
<b>Завтрак</b>															



1	Салат из моркови с маслом 1/100	1801	100	1,248	6,090	7,124	88,298	0,058	4,800	1,920	3,024	29,615	53,550	36,700	0,703
2	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
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 1/50	-/-	50	3,000	0,500	26,000	120,500	0,205			0,095	0,063	0,065	20,500	1,800
<b>Итого:</b>			<b>555</b>	<b>21,912</b>	<b>24,039</b>	<b>77,625</b>	<b>614,499</b>	<b>0,533</b>	<b>42,510</b>	<b>2,240</b>	<b>7,017</b>	<b>85,114</b>	<b>268,645</b>	<b>156,328</b>	<b>5,614</b>

**Обед**

1	Салат из свежей капусты с кукурузой и морковью 1/100	1819	100	1,710	6,074	7,710	92,346	0,030	32,768	0,200	2,750	44,875	34,135	17,190	0,506
2	Борщ со свежей капустой с картофелем и	1439	250	5,082	8,679	13,516	152,505	0,061	18,568	0,215	2,500	57,743	55,042	27,485	1,491
3	Мясо тушеное (свинина) 1/100	123	100	16,498	18,485	3,662	246,997	0,525	0,500		1,173	12,470	114,437	16,925	1,025
4	Каша гречневая с маслом 1/180	1680	180	8,253	6,143	42,928	260,007	0,272		0,025	4,253	26,406	190,984	127,681	4,287
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 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
<b>Итого:</b>			<b>850</b>	<b>34,159</b>	<b>39,799</b>	<b>103,400</b>	<b>908,423</b>	<b>1,010</b>	<b>51,872</b>	<b>0,440</b>	<b>11,173</b>	<b>158,065</b>	<b>436,395</b>	<b>212,190</b>	<b>9,267</b>

**Полдник**

1	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	116	180	0,000	0,000	23,400	93,602	0,036	1,620		0,018				
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>380</b>	<b>7,260</b>	<b>7,250</b>	<b>88,248</b>	<b>447,284</b>	<b>0,185</b>	<b>36,620</b>	<b>0,290</b>	<b>2,918</b>	<b>43,200</b>	<b>23,800</b>	<b>22,300</b>	<b>2,150</b>
<b>Всего:</b>				<b>63,332</b>	<b>71,087</b>	<b>269,273</b>	<b>1 970,207</b>	<b>1,728</b>	<b>131,002</b>	<b>2,971</b>	<b>21,108</b>	<b>286,379</b>	<b>728,840</b>	<b>390,818</b>	<b>17,031</b>

**03 день (среда) 1 неделя**

**Завтрак**

1	Омлет с сыром 1/200	1425	200	20,319	28,028	2,243	342,505	0,083	0,547	0,324	6,477	306,683	361,501	29,400	2,845
2	Какао с молоком 1/200	1707	200	3,522	2,740	20,302	119,956	0,002	1,300	0,020	0,006	127,510	103,103	23,500	0,586
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>550</b>	<b>27,491</b>	<b>31,568</b>	<b>57,495</b>	<b>624,061</b>	<b>0,325</b>	<b>36,847</b>	<b>0,344</b>	<b>6,778</b>	<b>459,256</b>	<b>481,669</b>	<b>84,400</b>	<b>6,481</b>

**Обед**

1	Салат овощной с яблоками 1/100	1422	100	1,480	6,104	7,530	90,976	0,033	26,000	0,400	2,800	39,455	36,025	20,560	0,846
2	Суп картофельный с вермишелью на бульоне 1/250	1587	250	5,647	8,077	16,731	162,202	0,080	9,053	0,207	2,650	33,218	46,268	18,860	1,036
3	Котлета рыбная запеченная в белом соусе 1/100	1767	100	13,141	11,126	25,024	252,800	0,101	1,080	0,027	3,807	35,544	174,584	35,913	1,406
4	Картофельное пюре с маслом 1/180	1720	180	4,084	5,885	27,528	179,413	0,193	32,463	0,031	0,224	56,592	120,665	41,130	1,537
5	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	116	180	0,000	0,000	23,400	93,602	0,036	1,620		0,018				
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
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
<b>Итого:</b>			<b>860</b>	<b>27,353</b>	<b>31,692</b>	<b>126,213</b>	<b>899,494</b>	<b>0,606</b>	<b>70,216</b>	<b>0,665</b>	<b>10,015</b>	<b>171,446</b>	<b>416,380</b>	<b>140,163</b>	<b>6,805</b>

**Полдник**

1	Йогурт фруктовый питьевой 1/180	121	180	5,274	4,500	20,322	142,884	0,054	1,080	0,018		223,200	171,000	27,000	0,180
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>380</b>	<b>12,534</b>	<b>11,750</b>	<b>85,170</b>	<b>496,566</b>	<b>0,203</b>	<b>36,080</b>	<b>0,308</b>	<b>2,900</b>	<b>266,400</b>	<b>194,800</b>	<b>49,300</b>	<b>2,330</b>
<b>Всего:</b>				<b>67,378</b>	<b>75,011</b>	<b>268,878</b>	<b>2 020,121</b>	<b>1,134</b>	<b>143,142</b>	<b>1,317</b>	<b>19,693</b>	<b>897,101</b>	<b>1 092,849</b>	<b>273,863</b>	<b>15,616</b>

**04 день (четверг) 1 неделя**

**Завтрак**

1	Салат из сырых овощей 1/100	1817	100	1,471	4,088	7,138	71,228	0,032	23,850	0,440	1,918	39,410	37,295	21,245	0,794
2	Котлета Домашняя с соусом сметанно-томатным 1/100	671	100	14,098	19,887	16,385	300,914	0,454	0,915	0,008	3,252	17,109	89,877	19,802	1,386
3	Макароны отварные с маслом 1/180	1669	180	8,281	5,437	55,165	302,715	0,135		0,025	1,722	23,150	71,987	13,064	1,329
4	Чай заварной с молоком 1/180	1665	180	1,458	1,153	15,652	78,814	0,000	0,639	0,009		63,250	44,954	10,048	0,530
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
<b>Итого:</b>			<b>590</b>	<b>27,108</b>	<b>30,865</b>	<b>109,940</b>	<b>825,971</b>	<b>0,745</b>	<b>25,404</b>	<b>0,482</b>	<b>6,949</b>	<b>142,956</b>	<b>244,152</b>	<b>76,459</b>	<b>5,120</b>

**Обед**

1	Винегрет овощной 1/100	462	100	1,286	8,132	7,909	109,968	0,047	10,120	0,311	3,660	23,086	42,956	19,488	0,869
2	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	1442	250	5,122	8,689	10,351	140,095	0,068	29,068	0,215	2,495	57,768	50,042	24,635	1,149
3	Плов с курицей 1/250	1443	250	21,130	20,880	52,470	482,320	0,280	4,170	0,400	5,150	56,625	340,629	140,600	2,597
4	Компот из ягод з/м 1/180	1658	180	0,144	0,054	15,228	61,974	0,011	1,800		0,108	11,700	3,605	3,330	0,133
5	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
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
<b>Итого:</b>			<b>820</b>	<b>30,082</b>	<b>38,155</b>	<b>106,758</b>	<b>890,757</b>	<b>0,528</b>	<b>45,158</b>	<b>0,926</b>	<b>11,911</b>	<b>155,804</b>	<b>476,058</b>	<b>207,653</b>	<b>6,367</b>

**Полдник**

1	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	116	180	0,000	0,000	23,400	93,602	0,036	1,620		0,018				
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>380</b>	<b>7,260</b>	<b>7,250</b>	<b>88,248</b>	<b>447,284</b>	<b>0,185</b>	<b>36,620</b>	<b>0,290</b>	<b>2,918</b>	<b>43,200</b>	<b>23,800</b>	<b>22,300</b>	<b>2,150</b>
<b>Всего:</b>				<b>64,450</b>	<b>76,270</b>	<b>304,946</b>	<b>2 164,013</b>	<b>1,457</b>	<b>107,182</b>	<b>1,698</b>	<b>21,778</b>	<b>341,960</b>	<b>744,010</b>	<b>306,412</b>	<b>13,636</b>

**05 день (пятница) 1 неделя**

**Завтрак**

1	Запеканка из творога с кисельным ягодным соусом 1/150/50	1755	200	24,442	17,696	54,724	475,922	3,213	1,901	0,082	2,756	227,611	314,029	35,965	1,002
2	Чай заварной с шиповником 1/200	1666	200	0,240	0,020	16,428	66,854	0,000	0,040	0,000		11,052	3,302	3,676	0,375
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>550</b>	<b>28,332</b>	<b>18,516</b>	<b>106,101</b>	<b>704,376</b>	<b>3,453</b>	<b>36,941</b>	<b>0,082</b>	<b>3,051</b>	<b>263,726</b>	<b>334,395</b>	<b>71,141</b>	<b>4,428</b>

**Обед**

1	Салат из свежей капусты с морковью 1/100	1672	100	1,571	4,088	6,633	69,608	0,033	34,600	0,340	1,903	45,050	33,470	18,755	0,604
2	Суп гороховый на бульоне 1/250	1764	250	9,197	8,289	19,656	190,015	0,236	11,553	0,207	2,540	53,968	108,442	40,885	2,309
3	Тефтеля мясная в соусе 1/100	1323	100	14,037	17,158	13,681	265,298	0,448	1,461	0,032	2,237	19,933	125,387	24,657	1,136
4	Картофель отварной с маслом 1/180	1711	180	3,645	5,284	29,282	179,261	0,216	35,820	0,025	0,242	29,358	107,793	41,812	1,703
5	Компот из яблок 1/180	1690	180	0,072	0,072	15,264	61,992	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



<b>Итого:</b>		<b>850</b>	<b>30,923</b>	<b>35,291</b>	<b>105,315</b>	<b>862,574</b>	<b>1,059</b>	<b>85,233</b>	<b>0,605</b>	<b>7,456</b>	<b>165,913</b>	<b>415,903</b>	<b>149,039</b>	<b>7,810</b>
---------------	--	------------	---------------	---------------	----------------	----------------	--------------	---------------	--------------	--------------	----------------	----------------	----------------	--------------

**Полдник**

1	Йогурт фруктовый питьевой 1/180	121	180	5,274	4,500	20,322	142,884	0,054	1,080	0,018		223,200	171,000	27,000	0,180
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>380</b>	<b>12,534</b>	<b>11,750</b>	<b>85,170</b>	<b>496,566</b>	<b>0,203</b>	<b>36,080</b>	<b>0,308</b>	<b>2,900</b>	<b>266,400</b>	<b>194,800</b>	<b>49,300</b>	<b>2,330</b>

**Всего:**

			<b>71,789</b>	<b>65,557</b>	<b>296,586</b>	<b>2 063,516</b>	<b>4,715</b>	<b>158,254</b>	<b>0,995</b>	<b>13,406</b>	<b>696,038</b>	<b>945,098</b>	<b>269,480</b>	<b>14,568</b>
--	--	--	---------------	---------------	----------------	------------------	--------------	----------------	--------------	---------------	----------------	----------------	----------------	---------------

**06 день (понедельник) 2 неделя**

**Завтрак**

1	Бутерброд с маслом и твердым сыром 1/20/10/20	117	50	6,660	12,490	10,540	181,210	0,089	0,140	0,082	0,218	202,425	123,026	19,240	0,740
2	Каша овсяная молочная с маслом 1/220	1694	220	7,161	9,103	31,767	237,634	0,149	1,216	0,045	1,122	139,365	195,198	56,863	1,344
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>570</b>	<b>16,285</b>	<b>23,404</b>	<b>70,786</b>	<b>558,921</b>	<b>0,274</b>	<b>37,140</b>	<b>0,142</b>	<b>1,547</b>	<b>446,725</b>	<b>390,121</b>	<b>97,143</b>	<b>3,448</b>

**Обед**

1	Салат из моркови с маслом 1/100	1801	100	1,248	6,090	7,124	88,298	0,058	4,800	1,920	3,024	29,615	53,550	36,700	0,703
2	Суп овощной с зеленым горошком со сметаной на бульоне 1/250	1454	250	5,182	9,459	10,188	146,615	0,076	18,833	0,222	2,462	49,418	52,242	22,185	1,029
3	Рагу овощное с мясом 1/250	1731	250	20,607	26,483	30,376	442,285	0,699	56,803	0,600	4,852	79,053	223,404	67,253	2,879
4	Компот из изюма 1/180	1201	180	0,392	0,081	22,410	91,935	0,027				18,900	17,420	7,380	0,448
5	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
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
<b>Итого:</b>			<b>820</b>	<b>29,829</b>	<b>42,514</b>	<b>90,899</b>	<b>865,533</b>	<b>0,982</b>	<b>80,435</b>	<b>2,742</b>	<b>10,836</b>	<b>183,610</b>	<b>385,442</b>	<b>153,118</b>	<b>6,678</b>

**Полдник**

1	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	116	180	0,000	0,000	23,400	93,602	0,036	1,620		0,018				
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>380</b>	<b>7,260</b>	<b>7,250</b>	<b>88,248</b>	<b>447,284</b>	<b>0,185</b>	<b>36,620</b>	<b>0,290</b>	<b>2,918</b>	<b>43,200</b>	<b>23,800</b>	<b>22,300</b>	<b>2,150</b>
<b>Всего:</b>				<b>53,375</b>	<b>73,168</b>	<b>249,932</b>	<b>1 871,738</b>	<b>1,441</b>	<b>154,195</b>	<b>3,174</b>	<b>15,301</b>	<b>673,535</b>	<b>799,363</b>	<b>272,561</b>	<b>12,276</b>

**07 день (вторник) 2 неделя**

**Завтрак**

1	Салат из свежей капусты с кукурузой 1/100	1819	100	1,621	4,068	7,471	72,980	0,030	27,360	0,300	1,877	42,430	34,615	17,605	0,467
2	Биточек куриный запеченный в соусе 1/100	1432	100	15,499	16,337	15,869	272,500	0,114	2,045	0,032	3,536	14,295	101,531	56,568	1,519
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
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
5	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
<b>Итого:</b>			<b>595</b>	<b>23,465</b>	<b>25,172</b>	<b>100,355</b>	<b>721,821</b>	<b>0,507</b>	<b>31,465</b>	<b>0,353</b>	<b>5,972</b>	<b>112,583</b>	<b>317,157</b>	<b>160,088</b>	<b>5,155</b>

**Обед**

1	Салат овощной с яблоками 1/100	1422	100	1,480	6,104	7,530	90,976	0,033	26,000	0,400	2,800	39,455	36,025	20,560	0,846
---	--------------------------------	------	-----	-------	-------	-------	--------	-------	--------	-------	-------	--------	--------	--------	-------



2	Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/250	1438	250	5,772	8,849	18,651	177,335	0,098	12,843	0,222	2,850	43,263	85,812	27,945	1,359
3	Шницель мясной с курицей с томатным соусом 1/100	783	100	21,813	21,213	7,541	308,332	0,238	1,059	0,018	2,579	23,496	154,881	57,784	1,387
4	Макароны отварные с маслом 1/180	1669	180	8,281	5,437	55,165	302,715	0,135		0,025	1,722	23,150	71,987	13,064	1,329
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 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
<b>Итого:</b>			<b>850</b>	<b>39,962</b>	<b>42,022</b>	<b>124,471</b>	<b>1 035,927</b>	<b>0,625</b>	<b>39,938</b>	<b>0,665</b>	<b>10,450</b>	<b>145,935</b>	<b>390,503</b>	<b>142,262</b>	<b>6,879</b>

**Полдник**

1	Йогурт фруктовый питьевой 1/180	121	180	5,274	4,500	20,322	142,884	0,054	1,080	0,018		223,200	171,000	27,000	0,180
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>380</b>	<b>12,534</b>	<b>11,750</b>	<b>85,170</b>	<b>496,566</b>	<b>0,203</b>	<b>36,080</b>	<b>0,308</b>	<b>2,900</b>	<b>266,400</b>	<b>194,800</b>	<b>49,300</b>	<b>2,330</b>
<b>Всего:</b>				<b>76,717</b>	<b>79,809</b>	<b>318,201</b>	<b>2 297,953</b>	<b>1,372</b>	<b>107,482</b>	<b>1,331</b>	<b>19,416</b>	<b>533,174</b>	<b>937,441</b>	<b>364,501</b>	<b>14,596</b>

**08 день (среда) 2 неделя**

**Завтрак**

1	Салат из моркови с маслом 1/100	1801	100	1,248	6,090	7,124	88,298	0,058	4,800	1,920	3,024	29,615	53,550	36,700	0,703
2	Омлет с сыром 1/200	1425	200	20,319	28,028	2,243	342,505	0,083	0,547	0,324	6,477	306,683	361,501	29,400	2,845
3	Какао с молоком 1/180	1707	180	3,170	2,466	18,272	107,960	0,002	1,170	0,018	0,005	114,759	92,793	21,150	0,528
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>600</b>	<b>26,587</b>	<b>37,084</b>	<b>46,989</b>	<b>628,063</b>	<b>0,260</b>	<b>41,517</b>	<b>2,262</b>	<b>9,744</b>	<b>476,082</b>	<b>524,870</b>	<b>106,450</b>	<b>6,045</b>

**Обед**

1	Салат из свеклы с сыром 1/100	387	100	2,717	7,346	8,078	109,294	0,020	9,215	0,011	2,752	87,646	70,224	23,166	1,314
2	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	1442	250	5,122	8,689	10,351	140,095	0,068	29,068	0,215	2,495	57,768	50,042	24,635	1,149
3	Картофель тушеный с печенью 1/250	1598	250	21,139	15,215	39,091	377,854	0,266	65,012	0,920	5,307	48,585	346,830	69,188	6,686
4	Кисель фруктово-ягодный 1/180	1670	180	0,065		28,548	114,451					7,582	0,005	1,620	0,033
5	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
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
<b>Итого:</b>			<b>820</b>	<b>31,443</b>	<b>31,650</b>	<b>106,868</b>	<b>838,094</b>	<b>0,475</b>	<b>103,295</b>	<b>1,145</b>	<b>11,052</b>	<b>208,205</b>	<b>505,927</b>	<b>138,209</b>	<b>10,802</b>

**Полдник**

1	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	116	180	0,000	0,000	23,400	93,602	0,036	1,620		0,018				
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>380</b>	<b>7,260</b>	<b>7,250</b>	<b>88,248</b>	<b>447,284</b>	<b>0,185</b>	<b>36,620</b>	<b>0,290</b>	<b>2,918</b>	<b>43,200</b>	<b>23,800</b>	<b>22,300</b>	<b>2,150</b>
<b>Всего:</b>				<b>65,290</b>	<b>75,985</b>	<b>242,105</b>	<b>1 913,442</b>	<b>0,920</b>	<b>181,431</b>	<b>3,698</b>	<b>23,714</b>	<b>727,487</b>	<b>1 054,597</b>	<b>266,959</b>	<b>18,997</b>

**09 день (четверг) 2 неделя**

**Завтрак**

1	Салат Осенний 1/100	665	100	1,181	6,136	7,821	91,239	0,055	6,672	1,200	2,925	28,492	42,249	26,946	0,889
2	Биточек мясной запеченный в соусе 1/90	1183	90	11,077	15,158	13,238	233,681	0,318	0,880	0,048	2,841	15,020	78,299	13,248	0,816
3	Макароны отварные с маслом 1/180	1669	180	8,281	5,437	55,165	302,715	0,135		0,025	1,722	23,150	71,987	13,064	1,329
4	Чай заварной с сахаром 1/180	1675	180	0,108	0,028	13,537	54,829	0,000	0,054	0,000		11,275	4,455	4,198	0,485



5	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
<b>Итого:</b>			<b>570</b>	<b>21,848</b>	<b>26,959</b>	<b>100,162</b>	<b>730,664</b>	<b>0,590</b>	<b>7,606</b>	<b>1,273</b>	<b>7,526</b>	<b>77,962</b>	<b>197,016</b>	<b>65,656</b>	<b>4,240</b>

**Обед**

1	Салат Овощной с картофелем 1/100	353	100	1,617	6,187	9,545	100,328	0,078	12,341	0,412	2,810	21,765	51,328	22,169	0,796
2	Суп с рисом и томатом на бульоне 1/250	1275	250	5,539	8,110	21,747	182,139	0,118	8,943	0,007	2,513	36,780	90,905	34,673	1,212
3	Каша гречневая с курицей 1/250	1115	250	25,049	21,972	46,094	482,318	0,336	4,063	0,400	8,806	43,818	322,864	193,785	5,476
4	Компот из ягод з/м 1/180	1658	180	0,144	0,054	15,228	61,974	0,011	1,800		0,108	11,700	3,605	3,330	0,133
5	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
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
<b>Итого:</b>			<b>820</b>	<b>34,749</b>	<b>36,723</b>	<b>113,414</b>	<b>923,160</b>	<b>0,666</b>	<b>27,146</b>	<b>0,819</b>	<b>14,735</b>	<b>120,687</b>	<b>507,528</b>	<b>273,556</b>	<b>9,237</b>

**Полдник**

1	Йогурт фруктовый питьевой 1/180	121	180	5,274	4,500	20,322	142,884	0,054	1,080	0,018		223,200	171,000	27,000	0,180
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>380</b>	<b>12,534</b>	<b>11,750</b>	<b>85,170</b>	<b>496,566</b>	<b>0,203</b>	<b>36,080</b>	<b>0,308</b>	<b>2,900</b>	<b>266,400</b>	<b>194,800</b>	<b>49,300</b>	<b>2,330</b>
<b>Всего:</b>				<b>69,130</b>	<b>75,432</b>	<b>298,746</b>	<b>2 150,390</b>	<b>1,458</b>	<b>70,832</b>	<b>2,401</b>	<b>25,161</b>	<b>465,049</b>	<b>899,344</b>	<b>388,512</b>	<b>15,806</b>

**10 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 шиповником 1/200	1666	200	0,240	0,020	16,428	66,854	0,000	0,040	0,000		11,052	3,302	3,676	0,375
3	Фрукты свежие по сезону (v)1/150	518	150	0,975	0,450	13,425	61,650	0,053	52,500		0,300	37,500	25,500	16,500	1,875
<b>Итого:</b>			<b>550</b>	<b>23,390</b>	<b>21,620</b>	<b>99,233</b>	<b>685,074</b>	<b>0,189</b>	<b>52,990</b>	<b>0,197</b>	<b>1,630</b>	<b>221,670</b>	<b>311,202</b>	<b>52,258</b>	<b>3,821</b>

**Обед**

1	Салат из свежей капусты с морковью 1/100	1672	100	1,571	4,088	6,633	69,608	0,033	34,600	0,340	1,903	45,050	33,470	18,755	0,604
2	Суп рыбный 1/250	339	250	8,754	5,824	28,455	201,248	0,701	21,658	0,203	2,555	48,003	155,466	44,518	1,611
3	Гуляш мясной 1/100	123	100	16,498	18,485	3,662	246,997	0,525	0,500		1,173	12,470	114,437	16,925	1,025
4	Картофель отварной с маслом 1/180	1711	180	3,645	5,284	29,282	179,261	0,216	35,820	0,025	0,242	29,358	107,793	41,812	1,703
5	Компот из яблок 1/180	1690	180	0,072	0,072	15,264	61,992	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
<b>Итого:</b>			<b>850</b>	<b>32,939</b>	<b>34,152</b>	<b>104,095</b>	<b>855,506</b>	<b>1,601</b>	<b>94,378</b>	<b>0,569</b>	<b>6,406</b>	<b>152,485</b>	<b>451,977</b>	<b>144,940</b>	<b>7,001</b>

**Полдник**

1	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	116	180	0,000	0,000	23,400	93,602	0,036	1,620		0,018				
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>380</b>	<b>7,260</b>	<b>7,250</b>	<b>88,248</b>	<b>447,284</b>	<b>0,185</b>	<b>36,620</b>	<b>0,290</b>	<b>2,918</b>	<b>43,200</b>	<b>23,800</b>	<b>22,300</b>	<b>2,150</b>
<b>Всего:</b>				<b>63,590</b>	<b>63,023</b>	<b>291,575</b>	<b>1 987,864</b>	<b>1,976</b>	<b>183,988</b>	<b>1,056</b>	<b>10,954</b>	<b>417,355</b>	<b>786,978</b>	<b>219,498</b>	<b>12,972</b>

**11 день (понедельник) 3 неделя**

**Завтрак**

1	Бутерброд с маслом и твердым сыром 1/20/10/20	117	50	6,660	12,490	10,540	181,210	0,089	0,140	0,082	0,218	202,425	123,026	19,240	0,740
2	Каша пшеничная молочная с маслом 1/220	1676	220	7,491	8,443	36,057	250,174	0,139	1,216	0,045	0,924	131,115	163,848	41,683	1,047



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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>570</b>	<b>16,615</b>	<b>22,744</b>	<b>75,076</b>	<b>571,461</b>	<b>0,264</b>	<b>37,140</b>	<b>0,142</b>	<b>1,349</b>	<b>438,475</b>	<b>358,771</b>	<b>81,963</b>	<b>3,151</b>

**Обед**

1	Салат из квашеной капусты со свеклой 1/100	664	100	1,577	6,101	7,080	89,537	0,023	11,780		2,763	35,190	34,945	17,650	6,673
2	Суп гороховый на бульоне 1/250	1764	250	9,197	8,289	19,656	190,015	0,236	11,553	0,207	2,540	53,968	108,442	40,885	2,309
3	Фрикаделька куриная в соусе 1/80	1736	80	16,185	14,810	15,701	260,831	0,120	2,149	0,032	2,665	14,543	106,989	59,524	1,599
4	Макароны отварные с маслом 1/180	1669	180	8,281	5,437	55,165	302,715	0,135		0,025	1,722	23,150	71,987	13,064	1,329
5	Компот из изюма 1/180	1201	180	0,392	0,081	22,410	91,935	0,027				18,900	17,420	7,380	0,448
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
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
<b>Итого:</b>			<b>840</b>	<b>38,632</b>	<b>35,217</b>	<b>146,012</b>	<b>1 055,533</b>	<b>0,704</b>	<b>25,481</b>	<b>0,265</b>	<b>10,207</b>	<b>152,387</b>	<b>378,623</b>	<b>162,204</b>	<b>14,336</b>

**Полдник**

1	Йогурт фруктовый питьевой 1/180	121	180	5,274	4,500	20,322	142,884	0,054	1,080	0,018		223,200	171,000	27,000	0,180
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>380</b>	<b>12,534</b>	<b>11,750</b>	<b>85,170</b>	<b>496,566</b>	<b>0,203</b>	<b>36,080</b>	<b>0,308</b>	<b>2,900</b>	<b>266,400</b>	<b>194,800</b>	<b>49,300</b>	<b>2,330</b>
<b>Всего:</b>				<b>67,781</b>	<b>69,711</b>	<b>306,258</b>	<b>2 123,560</b>	<b>1,170</b>	<b>98,701</b>	<b>0,714</b>	<b>14,456</b>	<b>857,262</b>	<b>932,193</b>	<b>293,467</b>	<b>19,818</b>

**12 день (вторник) 3 неделя**

**Завтрак**

1	Салат из моркови с маслом 1/100	1801	100	1,248	6,090	7,124	88,298	0,058	4,800	1,920	3,024	29,615	53,550	36,700	0,703
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 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 1/50	-/-	50	3,000	0,500	26,000	120,500	0,205			0,095	0,063	0,065	20,500	1,800
<b>Итого:</b>			<b>555</b>	<b>21,317</b>	<b>23,330</b>	<b>90,291</b>	<b>656,400</b>	<b>0,507</b>	<b>10,196</b>	<b>2,240</b>	<b>7,249</b>	<b>89,506</b>	<b>332,168</b>	<b>174,944</b>	<b>5,149</b>

**Обед**

1	Салат из свежей капусты с кукурузой и морковью 1/100	1819	100	1,710	6,074	7,710	92,346	0,030	32,768	0,200	2,750	44,875	34,135	17,190	0,506
2	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	1439	250	5,082	8,679	13,516	152,505	0,061	18,568	0,215	2,500	57,743	55,042	27,485	1,491
3	Мясо тушеное (свинина) 1/100	123	100	16,498	18,485	3,662	246,997	0,525	0,500		1,173	12,470	114,437	16,925	1,025
4	Каша гречневая с маслом 1/180	1680	180	8,253	6,143	42,928	260,007	0,272		0,025	4,253	26,406	190,984	127,681	4,287
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 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
<b>Итого:</b>			<b>850</b>	<b>34,159</b>	<b>39,799</b>	<b>103,400</b>	<b>908,423</b>	<b>1,010</b>	<b>51,872</b>	<b>0,440</b>	<b>11,173</b>	<b>158,065</b>	<b>436,395</b>	<b>212,190</b>	<b>9,267</b>

**Полдник**

1	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	116	180	0,000	0,000	23,400	93,602	0,036	1,620		0,018				
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>380</b>	<b>7,260</b>	<b>7,250</b>	<b>88,248</b>	<b>447,284</b>	<b>0,185</b>	<b>36,620</b>	<b>0,290</b>	<b>2,918</b>	<b>43,200</b>	<b>23,800</b>	<b>22,300</b>	<b>2,150</b>
<b>Всего:</b>				<b>62,736</b>	<b>70,378</b>	<b>281,940</b>	<b>2 012,108</b>	<b>1,702</b>	<b>98,688</b>	<b>2,971</b>	<b>21,340</b>	<b>290,771</b>	<b>792,363</b>	<b>409,434</b>	<b>16,566</b>



**13 день (среда) 3 неделя****Завтрак**

1	Омлет с кукурузой 1/200/30	17	230	16,860	20,644	5,738	276,188	0,090	1,882	0,307	5,040	128,560	274,801	23,900	3,092
2	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
3	Какао с молоком 1/200	1707	200	3,522	2,740	20,302	119,956	0,002	1,300	0,020	0,006	127,510	103,103	23,500	0,586
4	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	-/-	100	0,650	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>580</b>	<b>24,032</b>	<b>24,184</b>	<b>60,990</b>	<b>557,744</b>	<b>0,332</b>	<b>38,182</b>	<b>0,327</b>	<b>5,341</b>	<b>281,133</b>	<b>394,969</b>	<b>78,900</b>	<b>6,729</b>

**Обед**

1	Салат овощной с яблоками 1/100	1422	100	1,480	6,104	7,530	90,976	0,033	26,000	0,400	2,800	39,455	36,025	20,560	0,846
2	Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/250	1438	250	5,772	8,849	18,651	177,335	0,098	12,843	0,222	2,850	43,263	85,812	27,945	1,359
3	Котлета рыбная запеченная в белом соусе 1/100	1767	100	13,141	11,126	25,024	252,800	0,101	1,080	0,027	3,807	35,544	174,584	35,913	1,406
4	Картофельное пюре с маслом 1/180	1720	180	4,084	5,885	27,528	179,413	0,193	32,463	0,031	0,224	56,592	120,665	41,130	1,537
5	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	116	180	0,000	0,000	23,400	93,602	0,036	1,620		0,018				
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
<b>Итого:</b>			<b>850</b>	<b>26,878</b>	<b>32,365</b>	<b>122,933</b>	<b>890,527</b>	<b>0,583</b>	<b>74,006</b>	<b>0,680</b>	<b>10,196</b>	<b>181,478</b>	<b>455,912</b>	<b>145,148</b>	<b>6,767</b>

**Полдник**

1	Йогурт фруктовый питьевой 1/180	121	180	5,274	4,500	20,322	142,884	0,054	1,080	0,018		223,200	171,000	27,000	0,180
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>380</b>	<b>12,534</b>	<b>11,750</b>	<b>85,170</b>	<b>496,566</b>	<b>0,203</b>	<b>36,080</b>	<b>0,308</b>	<b>2,900</b>	<b>266,400</b>	<b>194,800</b>	<b>49,300</b>	<b>2,330</b>
<b>Всего:</b>				<b>63,444</b>	<b>68,299</b>	<b>269,093</b>	<b>1 944,837</b>	<b>1,118</b>	<b>148,268</b>	<b>1,314</b>	<b>18,437</b>	<b>729,011</b>	<b>1 045,680</b>	<b>273,348</b>	<b>15,826</b>

**14 день (четверг) 3 неделя****Завтрак**

1	Салат из свежей капусты с морковью 1/100	1672	100	1,571	4,088	6,633	69,608	0,033	34,600	0,340	1,903	45,050	33,470	18,755	0,604
2	Котлета Домашняя запеченная с соусом сметанно-томатным 1/90	671	90	11,233	16,698	14,121	251,694	0,357	0,723	0,011	2,862	17,771	73,602	16,365	1,119
3	Макароны отварные с маслом 1/180	1669	180	8,281	5,437	55,165	302,715	0,135		0,025	1,722	23,150	71,987	13,064	1,329
4	Чай заварной с молоком 1/180	1665	180	1,458	1,153	15,652	78,814	0,000	0,639	0,009		63,250	44,954	10,048	0,530
5	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
<b>Итого:</b>			<b>570</b>	<b>23,743</b>	<b>27,575</b>	<b>101,971</b>	<b>751,031</b>	<b>0,608</b>	<b>35,962</b>	<b>0,386</b>	<b>6,526</b>	<b>149,246</b>	<b>224,039</b>	<b>66,432</b>	<b>4,302</b>

**Обед**

1	Винегрет овощной 1/100	462	100	1,286	8,132	7,909	109,968	0,047	10,120	0,311	3,660	23,086	42,956	19,488	0,869
2	Суп овощной с зеленым горошком со сметаной на бульоне 1/250	1454	250	5,182	9,459	10,188	146,615	0,076	18,833	0,222	2,462	49,418	52,242	22,185	1,029
3	Бефстроганов из куриного филе 1/100	1283	100	17,843	14,574	3,305	215,757	0,060	2,273	0,011	1,326	19,309	131,586	62,662	1,112
4	Рис отварной с маслом 1/180	1700	180	4,536	5,198	49,228	261,834	0,215		0,025	0,567	49,536	209,891	77,101	1,392
5	Компот из ягод з/м 1/180	1658	180	0,144	0,054	15,228	61,974	0,011	1,800		0,108	11,700	3,605	3,330	0,133
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
<b>Итого:</b>			<b>850</b>	<b>31,392</b>	<b>37,816</b>	<b>106,659</b>	<b>892,549</b>	<b>0,531</b>	<b>33,025</b>	<b>0,570</b>	<b>8,622</b>	<b>159,673</b>	<b>479,106</b>	<b>204,366</b>	<b>6,155</b>



**Полдник**

1	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	116	180	0,000	0,000	23,400	93,602	0,036	1,620		0,018				
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>380</b>	<b>7,260</b>	<b>7,250</b>	<b>88,248</b>	<b>447,284</b>	<b>0,185</b>	<b>36,620</b>	<b>0,290</b>	<b>2,918</b>	<b>43,200</b>	<b>23,800</b>	<b>22,300</b>	<b>2,150</b>
<b>Всего:</b>				<b>62,395</b>	<b>72,641</b>	<b>296,878</b>	<b>2 090,864</b>	<b>1,324</b>	<b>105,607</b>	<b>1,246</b>	<b>18,066</b>	<b>352,119</b>	<b>726,945</b>	<b>293,098</b>	<b>12,607</b>

**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 шиповником 1/200	1666	200	0,240	0,020	16,428	66,854	0,000	0,040	0,000		11,052	3,302	3,676	0,375
3	Фрукты свежие по сезону (v)1/150	518	150	0,975	0,450	13,425	61,650	0,053	52,500		0,300	37,500	25,500	16,500	1,875
<b>Итого:</b>			<b>550</b>	<b>23,390</b>	<b>21,620</b>	<b>99,233</b>	<b>685,074</b>	<b>0,189</b>	<b>52,990</b>	<b>0,197</b>	<b>1,630</b>	<b>221,670</b>	<b>311,202</b>	<b>52,258</b>	<b>3,821</b>

**Обед**

1	Салат из моркови с маслом 1/100	1801	100	1,248	6,090	7,124	88,298	0,058	4,800	1,920	3,024	29,615	53,550	36,700	0,703
2	Суп с клецками на бульоне 1/250	1818	250	6,677	10,599	20,901	205,707	0,103	11,553	0,216	3,599	38,512	63,438	22,775	1,241
3	Тефтеля мясная в соусе 1/100	1323	100	14,037	17,158	13,681	265,298	0,448	1,461	0,032	2,237	19,933	125,387	24,657	1,136
4	Картофель отварной с маслом 1/180	1711	180	3,645	5,284	29,282	179,261	0,216	35,820	0,025	0,242	29,358	107,793	41,812	1,703
5	Компот из яблок 1/180	1690	180	0,072	0,072	15,264	61,992	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
<b>Итого:</b>			<b>850</b>	<b>28,079</b>	<b>39,604</b>	<b>107,052</b>	<b>896,956</b>	<b>0,951</b>	<b>55,433</b>	<b>2,194</b>	<b>9,636</b>	<b>135,022</b>	<b>390,978</b>	<b>148,873</b>	<b>6,841</b>

**Полдник**

1	Йогурт фруктовый питьевой 1/180	121	180	5,274	4,500	20,322	142,884	0,054	1,080	0,018		223,200	171,000	27,000	0,180
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>380</b>	<b>12,534</b>	<b>11,750</b>	<b>85,170</b>	<b>496,566</b>	<b>0,203</b>	<b>36,080</b>	<b>0,308</b>	<b>2,900</b>	<b>266,400</b>	<b>194,800</b>	<b>49,300</b>	<b>2,330</b>
<b>Всего:</b>				<b>64,003</b>	<b>72,974</b>	<b>291,454</b>	<b>2 078,596</b>	<b>1,344</b>	<b>144,503</b>	<b>2,699</b>	<b>14,166</b>	<b>623,092</b>	<b>896,980</b>	<b>250,431</b>	<b>12,992</b>

**16 день (понедельник) 4 неделя****Завтрак**

1	Бутерброд с маслом и твердым сыром 1/20/10/20	117	50	6,660	12,490	10,540	181,210	0,089	0,140	0,082	0,218	202,425	123,026	19,240	0,740
2	Каша овсяная вязкая молочная с маслом 1/220	1694	220	7,161	9,103	31,767	237,634	0,149	1,216	0,045	1,122	139,365	195,198	56,863	1,344
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>570</b>	<b>16,285</b>	<b>23,404</b>	<b>70,786</b>	<b>558,921</b>	<b>0,274</b>	<b>37,140</b>	<b>0,142</b>	<b>1,547</b>	<b>446,725</b>	<b>390,121</b>	<b>97,143</b>	<b>3,448</b>

**Обед**

1	Салат овощной с яблоками 1/100	1422	100	1,480	6,104	7,530	90,976	0,033	26,000	0,400	2,800	39,455	36,025	20,560	0,846
2	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	1442	250	5,122	8,689	10,351	140,095	0,068	29,068	0,215	2,495	57,768	50,042	24,635	1,149
3	Гуляш из курицы 1/100	1716	100	17,586	13,439	2,910	202,932	0,059	1,750		1,311	12,146	125,886	62,687	1,115
4	Макаронные отварные с маслом 1/180	1669	180	8,281	5,437	55,165	302,715	0,135		0,025	1,722	23,150	71,987	13,064	1,329
5	Компот из изюма 1/180	1201	180	0,392	0,081	22,410	91,935	0,027				18,900	17,420	7,380	0,448
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
<b>Итого:</b>			<b>850</b>	<b>35,261</b>	<b>34,150</b>	<b>119,166</b>	<b>925,054</b>	<b>0,443</b>	<b>56,818</b>	<b>0,640</b>	<b>8,827</b>	<b>158,043</b>	<b>340,187</b>	<b>147,926</b>	<b>6,506</b>

**Полдник**

1	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	116	180	0,000	0,000	23,400	93,602	0,036	1,620		0,018				
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>380</b>	<b>7,260</b>	<b>7,250</b>	<b>88,248</b>	<b>447,284</b>	<b>0,185</b>	<b>36,620</b>	<b>0,290</b>	<b>2,918</b>	<b>43,200</b>	<b>23,800</b>	<b>22,300</b>	<b>2,150</b>
<b>Всего:</b>				<b>58,806</b>	<b>64,804</b>	<b>278,200</b>	<b>1 931,259</b>	<b>0,902</b>	<b>130,578</b>	<b>1,072</b>	<b>13,292</b>	<b>647,968</b>	<b>754,107</b>	<b>267,370</b>	<b>12,104</b>

**17 день (вторник) 4 неделя**

**Завтрак**

1	Котлета куриная запеченная в соусе 1/100, подгарнировка из свежей капусты 1/30	1750	130	15,989	18,163	17,962	299,272	0,124	13,070	0,122	4,370	27,779	111,671	62,104	1,703
2	Каша гречневая с маслом 1/180	1680	180	8,253	6,143	42,928	260,007	0,272		0,025	4,253	26,406	190,984	127,681	4,287
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 1/40	-/-	40	2,400	0,400	20,800	96,400	0,164			0,076	0,050	0,052	16,400	1,440
<b>Итого:</b>			<b>555</b>	<b>26,807</b>	<b>24,741</b>	<b>96,881</b>	<b>717,426</b>	<b>0,580</b>	<b>15,130</b>	<b>0,148</b>	<b>8,709</b>	<b>68,763</b>	<b>308,756</b>	<b>211,450</b>	<b>8,000</b>

**Обед**

1	Салат Осенний 1/100	665	100	1,181	6,136	7,821	91,239	0,055	6,672	1,200	2,925	28,492	42,249	26,946	0,889
2	Суп картофельный с вермишелью на бульоне 1/250	1587	250	5,647	8,077	16,731	162,202	0,080	9,053	0,207	2,650	33,218	46,268	18,860	1,036
3	Рагу овощное с мясом 1/250	1731	250	20,607	26,483	30,376	442,285	0,699	56,803	0,600	4,852	79,053	223,404	67,253	2,879
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 пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,082			0,038	0,025	0,026	8,200	0,720
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
<b>Итого:</b>			<b>820</b>	<b>30,052</b>	<b>41,115</b>	<b>90,513</b>	<b>852,295</b>	<b>0,956</b>	<b>72,563</b>	<b>2,008</b>	<b>10,924</b>	<b>157,334</b>	<b>353,718</b>	<b>135,967</b>	<b>6,762</b>

**Полдник**

1	Йогурт фруктовый питьевой 1/180	121	180	5,274	4,500	20,322	142,884	0,054	1,080	0,018		223,200	171,000	27,000	0,180
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>380</b>	<b>12,534</b>	<b>11,750</b>	<b>85,170</b>	<b>496,566</b>	<b>0,203</b>	<b>36,080</b>	<b>0,308</b>	<b>2,900</b>	<b>266,400</b>	<b>194,800</b>	<b>49,300</b>	<b>2,330</b>
<b>Всего:</b>				<b>69,393</b>	<b>77,606</b>	<b>272,565</b>	<b>2 066,287</b>	<b>1,739</b>	<b>123,773</b>	<b>2,463</b>	<b>22,533</b>	<b>492,497</b>	<b>857,274</b>	<b>396,716</b>	<b>17,092</b>

**18 день (среда) 4 неделя**

**Завтрак**

1	Омлет с кукурузой 1/200/30	17	230	16,860	20,644	5,738	276,188	0,090	1,882	0,307	5,040	128,560	274,801	23,900	3,092
2	Какао с молоком 1/200	1707	200	3,522	2,740	20,302	119,956	0,002	1,300	0,020	0,006	127,510	103,103	23,500	0,586
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>580</b>	<b>24,032</b>	<b>24,184</b>	<b>60,990</b>	<b>557,744</b>	<b>0,332</b>	<b>38,182</b>	<b>0,327</b>	<b>5,341</b>	<b>281,133</b>	<b>394,969</b>	<b>78,900</b>	<b>6,729</b>

**Обед**

1	Салат из свежей капусты с кукурузой и морковью 1/100	1819	100	1,710	6,074	7,710	92,346	0,030	32,768	0,200	2,750	44,875	34,135	17,190	0,506
---	--	------	-----	-------	-------	-------	--------	-------	--------	-------	-------	--------	--------	--------	-------



2	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	1439	250	5,082	8,679	13,516	152,505	0,061	18,568	0,215	2,500	57,743	55,042	27,485	1,491
3	Суфле из печени 1/100	1714	100	21,714	7,576	12,600	205,438	1,063	26,045	0,632	1,012	33,333	276,361	19,326	5,632
4	Картофельное пюре с маслом 1/180	1720	180	4,084	5,885	27,528	179,413	0,193	32,463	0,031	0,224	56,592	120,665	41,130	1,537
5	Кисель фруктово-ягодный 1/180	1670	180	0,065		28,548	114,451					7,582	0,005	1,620	0,033
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
<b>Итого:</b>			<b>850</b>	<b>35,055</b>	<b>28,614</b>	<b>110,702</b>	<b>840,554</b>	<b>1,470</b>	<b>109,844</b>	<b>1,078</b>	<b>6,983</b>	<b>206,749</b>	<b>525,034</b>	<b>126,351</b>	<b>10,819</b>

**Полдник**

1	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	116	180	0,000	0,000	23,400	93,602	0,036	1,620		0,018				
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>380</b>	<b>7,260</b>	<b>7,250</b>	<b>88,248</b>	<b>447,284</b>	<b>0,185</b>	<b>36,620</b>	<b>0,290</b>	<b>2,918</b>	<b>43,200</b>	<b>23,800</b>	<b>22,300</b>	<b>2,150</b>
<b>Всего:</b>				<b>66,347</b>	<b>60,048</b>	<b>259,940</b>	<b>1 845,582</b>	<b>1,987</b>	<b>184,646</b>	<b>1,695</b>	<b>15,242</b>	<b>531,082</b>	<b>943,803</b>	<b>227,551</b>	<b>19,698</b>

**19 день (четверг) 4 неделя**

**Завтрак**

1	Салат из моркови с маслом 1/100	1801	100	1,248	6,090	7,124	88,298	0,058	4,800	1,920	3,024	29,615	53,550	36,700	0,703
2	Каша гречневая с мясом 1/200	1789	200	18,988	21,182	37,535	416,727	0,616	2,400	0,320	6,941	31,024	248,588	119,172	4,306
3	Чай заварной с молоком 1/200	1665	200	1,620	1,281	17,391	87,571	0,000	0,710	0,010		70,278	49,949	11,164	0,589
4	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
<b>Итого:</b>			<b>550</b>	<b>24,856</b>	<b>29,052</b>	<b>88,051</b>	<b>713,096</b>	<b>0,879</b>	<b>7,910</b>	<b>2,250</b>	<b>10,060</b>	<b>130,980</b>	<b>352,151</b>	<b>187,536</b>	<b>7,397</b>

**Обед**

1	Салат из квашеной капусты со свеклой 1/100	664	100	1,577	6,101	7,080	89,537	0,023	11,780		2,763	35,190	34,945	17,650	6,673
2	Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/250	1438	250	5,772	8,849	18,651	177,335	0,098	12,843	0,222	2,850	43,263	85,812	27,945	1,359
3	Котлета куриная запеченная в соусе 1/100	1698	100	15,499	16,337	15,869	272,500	0,114	2,045	0,032	3,536	13,935	101,531	56,488	1,519
4	Макароны отварные с маслом 1/180	1669	180	8,281	5,437	55,165	302,715	0,135		0,025	1,722	23,150	71,987	13,064	1,329
5	Компот из ягод з/м 1/180	1658	180	0,144	0,054	15,228	61,974	0,011	1,800		0,108	11,700	3,605	3,330	0,133
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
<b>Итого:</b>			<b>850</b>	<b>33,673</b>	<b>37,177</b>	<b>132,793</b>	<b>1 000,461</b>	<b>0,502</b>	<b>28,467</b>	<b>0,280</b>	<b>11,478</b>	<b>133,863</b>	<b>336,706</b>	<b>138,078</b>	<b>12,632</b>

**Полдник**

1	Йогурт фруктовый питьевой 1/180	121	180	5,274	4,500	20,322	142,884	0,054	1,080	0,018		223,200	171,000	27,000	0,180
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>380</b>	<b>12,534</b>	<b>11,750</b>	<b>85,170</b>	<b>496,566</b>	<b>0,203</b>	<b>36,080</b>	<b>0,308</b>	<b>2,900</b>	<b>266,400</b>	<b>194,800</b>	<b>49,300</b>	<b>2,330</b>
<b>Всего:</b>				<b>71,063</b>	<b>77,980</b>	<b>306,014</b>	<b>2 210,124</b>	<b>1,585</b>	<b>72,457</b>	<b>2,838</b>	<b>24,438</b>	<b>531,242</b>	<b>883,657</b>	<b>374,914</b>	<b>22,359</b>

**20 день (пятница) 4 неделя**

**Завтрак**

1	Масло сливочное порционное 1/10	22	10	0,100	7,250	0,140	66,210	0,001		0,040	0,100	2,400	3,000	0,040	0,020
2	Пудинг творожный запеченный с ягодным соусом 1/150/50	092	200	21,708	16,583	47,852	427,479	1,755	1,838	0,105	0,687	213,516	290,659	34,594	1,113



3	Чай заварной с шиповником 1/200	1666	200	0,240	0,020	16,428	66,854	0,000	0,040	0,000		11,052	3,302	3,676	0,375
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
5	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	-/-	100	0,650	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>550</b>	<b>25,098</b>	<b>24,553</b>	<b>94,169</b>	<b>698,043</b>	<b>1,955</b>	<b>36,878</b>	<b>0,145</b>	<b>1,063</b>	<b>252,018</b>	<b>314,012</b>	<b>65,710</b>	<b>4,198</b>

**Обед**

1	Салат из свежей капусты с морковью 1/100	1672	100	1,571	4,088	6,633	69,608	0,033	34,600	0,340	1,903	45,050	33,470	18,755	0,604
2	Суп овощной с зеленым горошком со сметаной на бульоне 1/250	1454	250	5,182	9,459	10,188	146,615	0,076	18,833	0,222	2,462	49,418	52,242	22,185	1,029
3	Жаркое по-домашнему с мясом 1/250	1728	250	20,774	26,805	37,388	473,887	0,779	43,312	0,400	4,721	49,615	249,316	71,415	3,072
4	Компот из яблок 1/180	1690	180	0,072	0,072	15,264	61,992	0,005	1,800		0,036	10,980	1,985	3,330	0,439
5	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
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
<b>Итого:</b>			<b>820</b>	<b>29,999</b>	<b>40,824</b>	<b>90,273</b>	<b>848,502</b>	<b>1,015</b>	<b>98,545</b>	<b>0,962</b>	<b>9,620</b>	<b>161,687</b>	<b>375,839</b>	<b>135,285</b>	<b>6,763</b>

**Полдник**

1	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	116	180	0,000	0,000	23,400	93,602	0,036	1,620		0,018				
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	0,300	8,950	41,100	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>380</b>	<b>7,260</b>	<b>7,250</b>	<b>88,248</b>	<b>447,284</b>	<b>0,185</b>	<b>36,620</b>	<b>0,290</b>	<b>2,918</b>	<b>43,200</b>	<b>23,800</b>	<b>22,300</b>	<b>2,150</b>
<b>Всего:</b>				<b>62,357</b>	<b>72,627</b>	<b>272,691</b>	<b>1 993,829</b>	<b>3,155</b>	<b>172,043</b>	<b>1,398</b>	<b>13,601</b>	<b>456,905</b>	<b>713,652</b>	<b>223,295</b>	<b>13,111</b>