



Примерное меню

№ рецеп	Наименование блюд	Масса порций	Пищевая ценность			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В ₁	В ₂	А	С	Са	Р	Mg	К	Fe	I	Se
	Понедельник, 1первая																
	Завтрак																
235/09	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,50	7,60	26,60	201,60	0,06	0,23	0,04	0,90	186,00	238,00	24,30	223,00	0,42	13,50	1,55
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00	0,00	25,00	0,00	1,00	1,00	0,00	1,00	0,01	0,00	0,00
958/09	Кофейный напиток с молоком	200	1,29	1,89	16,80	79,70	0,01	0,07	0,01	0,30	60,50	73,00	7,00	73,50	0,10	4,50	0,50
	Всего за завтрак	435	9,84	14,04	55,35	377,50	0,27	0,30	25,05	1,20	253,79	328,78	35,50	320,58	0,73	19,05	3,73
	Завтрак 2																
Пром.	Сок или фрукт	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Всего за завтрак 2	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Обед																
10/11.	Салат из зеленого горошка или <u>кукурузы</u> <u>консервированной</u>	45	1,40	2,30	2,90	37,70	0,00	0,01	0,00	3,50	8,60	27,10	8,20	45,60	0,60	0,00	0,60
132/04	Рассольник Ленинградский с мясом	200	6,55	6,81	16,20	149,00	0,11	0,06	0,10	13,90	22,00	91,00	24,70	451,00	1,10	4,89	4,50
467/04	Биточки по-белоруски	50	10,60	10,00	1,10	137,00	0,04	0,03	0,01	0,75	22,40	123,00	13,50	197,00	1,30	5,70	1,60
715/09	Овощное рагу	150	2,79	6,60	17,80	145,40	0,13	0,11	0,23	53,00	52,70	81,80	32,00	680,00	1,35	5,90	0,70
160218/12	Кисель из повидла в ассортименте	200	0,12	0,00	27,50	105,60	0,00	0,00	0,00	0,10	3,90	6,10	1,70	31,40	0,30	0,00	0,00
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4,00	0,80	23,80	117,40	0,40	0,00	0,00	0,00	12,60	33,60	8,40	46,20	0,40	2,20	3,40
	Всего за обед	705	25,46	26,51	89,30	692,10	0,68	0,21	0,34	71,25	122,20	362,60	88,50	1451,20	5,05	18,69	10,80
	Полдник																
438/09	Омлет натуральный	150	10,41	12,24	6,84	179,40	0,07	0,38	0,18	0,54	142,30	250,00	20,84	220,00	1,63	20,20	18,70
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
943/09	Чай с сахаром	200	0,25	0,05	15,00	57,60	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	8,20	4,40	25,30	0,90	0,00	0,00
	Всего за полдник	380	12,66	12,69	33,74	295,70	0,27	0,39	0,18	0,64	153,99	274,98	29,44	268,38	2,73	21,25	20,38
	Всего за день	1620	48,86	53,44	186,49	1408,30	1,26	0,93	33,57	133,09	563,98	989,36	166,44	2237,16	8,81	60,99	34,91
	Вторник (неделя первая) день 2																
	Завтрак																
384/09	Каша манная	200	5,22	6,27	24,60	171,00	0,05	0,15	0,03	0,60	129,00	165,00	17,60	174,00	0,35	9,00	1,05
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40	0,00	54,60	0,01	0,05	0,04	0,11	132,00	75,00	5,30	13,20	0,15	0,00	2,20
959/09	Какао с молоком	200	2,86	3,30	26,40	141,40	0,02	0,13	0,01	0,60	123,00	151,00	22,50	177,00	0,59	9,00	1,00
	Всего за завтрак	445	13,58	14,37	62,90	425,70	0,28	0,33	0,08	1,31	390,29	407,78	49,60	387,28	1,29	19,05	5,93
	Завтрак 2																

Пром.	Сок или фрукт	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Всего за завтрак 2	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Обед																
70/05	Овощи натуральные соленные или свежие	45	0,36	0,00	1,35	6,75	0,01	0,01	0,00	4,50	10,40	13,50	6,30	88,20	0,27	0,05	0,10
80/1/11	"Кудрявый" суп с вермишелью и яйцом	200	8,90	6,60	19,30	169,50	0,10	0,10	0,10	13,70	30,50	117,00	23,90	450,00	1,40	7,80	10,70
488/09	Рыба запеченная	50	9,90	3,50	2,10	98,30	0,08	0,07	0,01	0,00	24,80	148,00	33,90	259,00	0,50	91,70	9,80
694/09	Картофельное пюре	150	3,25	5,57	22,13	149,40	0,16	0,15	0,03	26,00	62,10	135,00	35,30	793,00	1,21	10,10	0,80
859/09	Компот из яблок	200	0,17	0,12	19,40	74,41	0,02	0,01	0,00	3,10	5,40	3,40	2,80	86,70	0,70	0,60	0,10
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4,00	0,80	23,80	117,40	0,40	0,00	0,00	0,00	12,60	33,60	8,40	46,20	0,40	2,20	3,40
	Всего за обед	705	26,58	16,59	88,08	615,76	0,77	0,34	0,14	47,30	145,80	450,50	110,60	1723,10	4,48	112,45	24,90
	Полдник																
395/09	Запеканка со свежими плодами	150	4,16	4,97	35,90	201,60	0,07	0,09	0,03	2,01	56,04	109,00	24,26	136,00	1,01	5,14	6,30
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
943/09	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	1,70	1,30	17,40	84,60	0,01	0,08	0,01	0,40	65,40	81,20	11,40	98,30	0,90	4,50	0,50
	Всего за полдник	380	7,86	6,67	65,20	344,90	0,28	0,17	0,04	2,41	127,73	206,98	39,86	257,38	2,11	10,69	8,48
	Всего за день	1630	48,92	37,83	224,28	1429,36	1,37	0,87	8,26	111,02	697,82	1088,26	213,06	2564,76	8,18	144,19	39,31
	Среда (неделя первая) день 3																
	Завтрак																
384/09	Каша пшеничная	200	5,96	6,86	27,20	189,30	0,13	0,15	0,03	0,60	132,00	207,00	35,00	201,00	0,84	10,10	1,73
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
958/09	Кофейный напиток с молоком	200	1,29	1,89	16,80	79,70	0,01	0,07	0,01	0,30	60,50	73,00	7,00	73,50	0,10	4,50	0,50
	Всего за завтрак	435	9,30	13,30	55,95	365,20	0,34	0,22	25,04	0,90	199,79	297,78	46,20	298,58	1,15	15,65	3,91
	Завтрак 2																
Пром.	Сок или фрукт	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Всего за завтрак 2	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Обед																
92/09	Салат морковный	45	0,60	2,60	4,10	41,10	0,03	0,03	0,40	2,70	15,30	15,90	5,40	144,00	0,10	0,00	0,10
171/09	Борщ с картофелем	200	6,40	6,80	14,60	141,80	0,09	0,06	0,12	9,30	18,90	85,20	24,50	447,00	1,20	4,20	3,30
б/н/02	Соте мясное (с печенью)	200	21,30	11,10	18,20	257,10	0,32	2,21	7,89	31,20	98,90	448,00	37,80	397,00	7,05	14,80	44,90
867/09	Компот из изюма	200	0,50	0,00	28,70	110,00	0,10	0,03	0,00	0,00	23,50	37,30	12,10	248,00	0,90	0,00	0,00
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4,00	0,80	23,80	117,40	0,40	0,00	0,00	0,00	12,60	33,60	8,40	46,20	0,40	2,20	3,40
	Всего за обед	705	32,80	21,30	89,40	667,40	0,94	2,33	8,41	43,20	169,20	620,00	88,20	1282,20	9,65	21,20	51,70
	Полдник																
204/11	Макароны, запеченные с яйцом и сыром	150	9,06	7,55	33,00	239,50	0,09	0,15	0,07	0,16	129,00	137,00	14,40	50,90	0,95	3,46	5,15
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
943/09	Чай с сахаром	200	0,25	0,05	15,00	57,60	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	8,20	4,40	25,30	0,90	0,00	0,00
	Всего за полдник	380	11,31	8,00	59,90	355,80	0,29	0,16	0,07	0,26	140,69	161,98	23,00	99,28	2,05	4,51	6,83
	Всего за день	1620	54,31	42,80	213,35	1431,40	1,61	2,74	41,52	104,36	543,68	1102,76	170,40	1877,06	13,15	43,36	62,44
	Четверг (неделя первая) день 4																
	Завтрак																
384/09	Каша ячневая	200	5,04	6,39	24,20	170,20	0,07	0,16	0,03	0,60	141,00	197,00	24,30	189,00	0,52	9,00	8,59
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40	0,00	54,60	0,01	0,05	0,04	0,11	132,00	75,00	5,30	13,20	0,15	0,00	2,20
959/09	Какао с молоком	200	2,86	3,30	26,40	141,40	0,02	0,13	0,01	0,60	123,00	151,00	22,50	177,00	0,59	9,00	1,00
	Всего за завтрак	445	13,40	14,49	62,50	424,90	0,30	0,34	0,08	1,31	402,29	439,78	56,30	402,28	1,46	19,05	13,47
	Завтрак 2																
Пром.	Сок или фрукт	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Всего за завтрак 2	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Обед																

79/09	Салат из свежей капусты	45	0,80	2,50	4,40	42,20	0,01	0,03	0,00	22,10	19,30	14,20	6,50	117,00	0,30	1,20	0,10
200/09	Суп картофельный	200	6,37	6,75	10,20	125,30	0,07	0,05	0,12	18,40	24,72	78,00	22,83	381,00	1,06	3,74	3,44
593/09	Сердце в соусе или гуляш	50	8,80	6,50	0,90	97,70	0,23	0,48	0,04	3,22	6,30	133,00	15,40	183,00	3,00	4,65	13,60
378/679/09	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,70	6,30	37,80	243,30	0,30	0,13	0,00	0,00	15,20	183,70	122,10	233,00	4,10	2,00	3,50
868/09	Компот из с/ф	200	0,45	0,00	27,70	113,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,50	0,10	0,00	0,00
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4,00	0,80	23,80	117,40	0,40	0,00	0,00	0,00	12,60	33,60	8,40	46,20	0,40	2,20	3,40
	Всего за обед	705	28,12	22,85	104,80	739,70	1,01	0,69	0,16	43,72	78,62	442,50	175,23	960,70	8,96	13,79	24,04
	Полдник																
467/09	Запеканка творожная с изюмом	150	27,90	11,80	35,20	359,30	0,14	0,40	0,07	0,80	273,00	341,00	43,30	347,00	1,40	14,20	36,70
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
943/09	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	1,70	1,30	17,40	84,60	0,01	0,08	0,01	0,40	65,40	81,20	11,40	98,30	0,90	4,50	0,50
	Всего за полдник	380	31,60	13,50	64,50	502,60	0,35	0,48	0,08	1,20	344,69	438,98	58,90	468,38	2,50	19,75	38,88
	Всего за день	1630	74,02	51,04	239,90	1710,20	1,70	1,54	8,32	106,23	859,60	1344,26	303,43	2028,36	13,22	54,59	76,39
	Пятница (неделя первая) день 5																
	Завтрак																
384/09	Каша пшеничная	200	5,50	6,35	24,00	170,80	0,08	0,16	0,03	0,60	133,00	204,00	26,30	194,00	1,09	9,00	15,20
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00	0,00	25,00	0,00	1,00	1,00	0,00	1,00	0,01	0,00	0,00
958/09	Кофейный напиток с молоком	200	1,29	1,89	16,80	79,70	0,01	0,07	0,01	0,30	60,50	73,00	7,00	73,50	0,10	4,50	0,50
	Всего за завтрак	435	8,84	12,79	52,75	346,70	0,29	0,23	25,04	0,90	200,79	294,78	37,50	291,58	1,40	14,55	17,38
	Завтрак 2																
Пром.	Сок или фрукт	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Всего за завтрак 2	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Обед																
33/11	Салат свекольный	45	0,64	1,80	6,73	44,60	0,01	0,02	0,00	2,10	6,98	17,30	9,89	140,00	0,36	0,00	0,30
144/04	Суп из овощей с фасолью	200	7,20	6,10	11,90	128,20	0,07	0,05	0,06	24,20	25,20	68,80	17,00	324,00	0,90	3,90	3,00
54-29м/2020	Жаркое по-домашнему с маслом	200	14,70	14,90	17,80	259,90	0,16	0,07	0,20	17,70	31,60	187,00	36,40	749,00	2,30	8,90	0,30
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4,00	0,80	23,80	117,40	0,40	0,00	0,00	0,00	12,60	33,60	8,40	46,20	0,40	2,20	3,40
867/09	Компот из кураги	200	1,10	2,00	30,90	122,60	0,00	0,05	0,00	1,10	43,10	38,90	27,80	458,00	3,00	0,00	0,00
	Всего за обед	705	27,64	25,60	91,13	672,70	0,64	0,19	0,26	45,10	119,48	345,60	99,49	1717,20	6,96	15,00	7,00
	Полдник																
672/04	Гренки молочные	150	12,70	16,90	42,10	381,10	0,16	0,33	0,16	0,50	131,00	251,00	38,50	262,00	2,50	17,00	17,40
943/09	Чай с сахаром	200	0,25	0,05	15,00	57,60	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	8,20	4,40	25,30	0,90	0,00	0,00
	Всего за полдник	350	12,95	16,95	57,10	438,70	0,16	0,34	0,16	0,60	136,40	259,20	42,90	287,30	3,40	17,00	17,40
	Всего за день	1590	50,33	55,54	209,08	1501,10	1,13	0,79	33,46	106,60	490,67	922,58	192,89	2493,08	12,06	48,55	41,78
	Понедельник (неделя вторая) день 6																
	Завтрак																
390/09	Каша рисовая	200	4,71	6,28	28,30	186,50	0,04	0,15	0,03	0,60	127,00	186,00	26,80	173,00	0,41	9,35	4,85
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00	0,00	25,00	0,00	1,00	1,00	0,00	1,00	0,01	0,00	0,00
959/09	Какао с молоком	200	2,86	3,30	26,40	141,40	0,02	0,13	0,01	0,60	123,00	151,00	22,50	177,00	0,59	9,00	1,00
	Всего за завтрак	435	9,62	14,13	66,65	424,10	0,26	0,28	25,04	1,20	257,29	354,78	53,50	374,08	1,21	19,40	7,53
	Завтрак 2																
Пром.	Сок или фрукт	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Всего за завтрак 2	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Обед																
402/04	Морская капуста	45	0,40	0,09	0,00	2,43	0,02	0,03	0,00	0,90	0,10	0,18	0,56	3,10	0,05	0,11	0,00
209/09	Суп картофельный с фрикадельками	200	6,64	4,71	14,90	132,00	0,13	0,07	0,09	18,60	10,40	104,00	27,00	597,00	1,40	2,90	1,00
554/22	Чевапчичи	50	12,70	7,60	1,70	130,90	0,01	0,01	0,00	1,90	16,30	10,60	12,60	184,00	1,40	0,50	0,10
688/09	Макароны отварные	150	6,58	5,40	34,70	215,30	0,10	0,05	0,00	0,00	13,10	48,00	8,60	7,00	0,70	0,00	0,10

160218/12	Кисель из повидля в ассортименте	200	0,12	0,00	27,50	105,60	0,00	0,00	0,00	0,10	3,90	6,10	1,70	31,40	0,30	0,00	0,00
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4,00	0,80	23,80	117,40	0,40	0,00	0,00	0,00	12,60	33,60	8,40	46,20	0,40	2,20	3,40
	Всего за обед	705	30,44	18,60	102,60	703,63	0,66	0,16	0,09	21,50	56,40	202,48	58,86	868,70	4,25	5,71	4,60
	Полдник																
438/09	Омлет натуральный	150	10,60	15,30	2,90	172,60	0,07	0,38	0,54	0,20	142,00	250,00	20,80	220,00	1,60	20,20	18,70
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
943/09	Чай с сахаром	200	0,25	0,05	15,00	57,60	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	8,20	4,40	25,30	0,90	0,00	0,00
	Всего за полдник	380	12,85	15,75	29,80	288,90	0,27	0,39	0,54	0,30	153,69	274,98	29,40	268,38	2,70	21,25	20,38
	Всего за день	1620	53,81	48,68	207,15	1459,63	1,23	0,86	33,67	83,00	501,38	855,24	154,76	1708,16	8,46	48,36	32,51
	Вторник (неделя вторая) день 7																
	Завтрак																
384/09	Каша кукурузная	200	4,62	6,37	24,90	170,80	0,05	0,15	0,04	0,60	129,00	170,00	10,30	177,00	0,69	9,00	1,05
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
54-13-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40	0,00	54,60	0,01	0,05	0,04	0,11	132,00	75,00	5,30	13,20	0,15	0,00	2,20
958/09	Кофейный напиток с молоком	200	1,29	1,89	16,80	79,70	0,01	0,07	0,01	0,30	60,50	73,00	7,00	73,50	0,10	4,50	0,50
	Всего за завтрак	445	11,41	13,06	53,60	363,80	0,27	0,27	0,09	1,01	327,79	334,78	26,80	286,78	1,14	14,55	5,43
	Завтрак 2																
Пром.	Сок или фрукт	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Всего за завтрак 2	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Обед																
88/09	Салат из свеклы с чесноком	45	0,73	2,25	4,37	40,00	0,01	0,02	0,00	2,30	8,60	18,90	10,60	148,00	0,37	0,07	0,43
197/09	Рассольник петербургский с мясом	200	6,80	6,80	17,20	154,30	0,11	0,07	0,11	16,20	22,90	95,00	27,20	495,00	1,30	5,30	4,80
268/11	Суфле "Золотая рыбка"	50	6,10	6,60	5,10	102,90	0,05	0,10	0,04	0,60	25,20	104,00	22,00	159,00	0,50	46,80	7,30
694/09	Картофельное пюре	150	3,25	5,57	22,10	149,40	0,16	0,15	0,03	26,00	62,10	135,00	35,30	793,00	1,20	10,10	0,80
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4,00	0,80	23,80	117,40	0,40	0,00	0,00	0,00	12,60	33,60	8,40	46,20	0,40	2,20	3,40
859/09	Компот из яблок	200	0,17	0,12	19,40	74,41	0,02	0,01	0,00	3,10	5,40	3,40	2,80	86,70	0,70	0,60	0,10
	Всего за обед	705	21,05	22,14	91,97	638,41	0,75	0,35	0,18	48,20	136,80	389,90	106,30	1727,90	4,47	65,07	16,83
	Полдник																
297/04	Каша рассыпчатая (гречневая, пшенная,	100	7,03	5,51	33,30	243,10	0,21	0,15	0,03	0,25	59,48	198,00	97,76	236,10	3,13	5,21	3,08
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
965/09	Молоко	200	5,80	5,00	9,60	108,00	0,04	0,26	0,02	1,20	240,00	292,00	28,00	292,00	0,20	18,00	2,00
	Всего за полдник	330	14,83	10,91	54,80	409,80	0,45	0,41	0,05	1,45	305,77	506,78	129,96	551,18	3,53	24,26	6,76
	Всего за день	1580	48,19	46,31	208,47	1455,01	1,51	1,06	8,32	110,66	804,36	1254,46	276,06	2762,86	9,44	105,88	29,02
	Среда (неделя вторая) день 8																
	Завтрак																
384/09	Каша манная	200	5,22	6,27	24,60	171,00	0,05	0,15	0,03	0,60	129,00	165,00	17,60	174,00	0,35	9,00	1,05
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
53-193-2020	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00	0,00	25,00	0,00	1,00	1,00	0,00	1,00	0,01	0,00	0,00
959/09	Какао с молоком	200	2,86	3,30	26,40	141,40	0,02	0,13	0,01	0,60	123,00	151,00	22,50	177,00	0,59	9,00	1,00
	Всего за завтрак	435	10,13	14,12	62,95	408,60	0,27	0,28	25,04	1,20	259,29	333,78	44,30	375,08	1,15	19,05	3,73
	Завтрак 2																
Пром.	Сок или фрукт	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Всего за завтрак 2	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Обед																
36/04	Салат картофельный с зеленым горошком	45	1,30	4,90	5,50	72,10	0,04	0,04	0,02	5,70	7,60	28,10	7,90	152,00	0,50	2,00	1,30
208/09	Суп картофельный с вермишелью	200	6,90	4,60	19,00	142,00	0,11	0,06	0,09	13,70	16,20	85,60	21,10	424,00	1,10	4,60	2,90
871/09	Запеканка из капусты с мясом	200	18,20	14,20	23,10	289,10	0,12	0,23	0,05	105,00	149,00	254,00	49,50	801,00	4,10	14,90	4,03
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4,00	0,80	23,80	117,40	0,40	0,00	0,00	0,00	12,60	33,60	8,40	46,20	0,40	2,20	3,40
867/09	Компот из изюма	200	0,50	0,00	28,70	110,00	0,10	0,03	0,00	0,00	23,50	37,30	12,10	248,00	0,90	0,00	0,00
	Всего за обед	705	30,90	24,50	100,10	730,60	0,77	0,36	0,16	124,40	208,90	438,60	99,00	1671,20	7,00	23,70	11,63

	Полдник																
151/11	Картофель, запеченный в сметанном соусе	150	3,80	5,50	25,30	159,80	0,14	0,10	0,04	21,50	53,80	91,70	28,40	635,00	1,10	6,80	1,10
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
943/09	Чай с сахаром	200	0,25	0,05	15,00	57,60	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	8,20	4,40	25,30	0,90	0,00	0,00
	Всего за полдник	380	6,05	5,95	52,20	276,10	0,34	0,11	0,04	21,60	65,49	116,68	37,00	683,38	2,20	7,85	2,78
	Всего за день	1620	47,98	44,77	223,35	1458,30	1,42	0,78	33,24	207,20	567,68	912,06	193,30	2926,66	10,65	52,60	18,14
	Четверг (неделя вторая) день 9																
	Завтрак																
384/09	Каша ассорти	200	5,20	6,55	24,00	171,40	0,09	0,15	0,03	0,63	136,00	196,00	27,60	189,00	0,61	9,45	5,09
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40	0,00	54,60	0,01	0,05	0,04	0,11	132,00	75,00	5,30	13,20	0,15	0,00	2,20
958/09	Кофейный напиток с молоком	200	1,29	1,89	16,80	79,70	0,01	0,07	0,01	0,30	60,50	73,00	7,00	73,50	0,10	4,50	0,50
	Всего за завтрак	445	11,99	13,24	52,70	364,40	0,31	0,27	0,08	1,04	334,79	360,78	44,10	298,78	1,06	15,00	9,47
	Завтрак 2																
Пром.	Сок или фрукт	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Всего за завтрак 2	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Обед																
70/05	Овощи натуральные соленные или свежие	45	0,36	0,00	1,35	6,75	0,01	0,01	0,00	4,50	10,40	13,50	6,30	88,20	0,27	0,05	0,10
202/09	Суп из овощей	200	6,60	6,30	12,00	129,00	0,09	0,05	0,15	21,90	27,90	85,80	21,90	411,00	1,10	4,70	3,20
454/04	Котлета мясо-картофельные по -хлыноски	50	9,10	10,70	4,90	137,40	0,07	0,03	0,01	2,70	15,20	100,00	13,80	208,00	1,30	5,20	1,10
684/09	Рис с овощами	150	4,26	8,51	39,20	252,30	0,06	0,04	0,11	4,50	10,40	96,00	31,60	158,00	0,80	1,97	8,11
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4,00	0,80	23,80	117,40	0,40	0,00	0,00	0,00	12,60	33,60	8,40	46,20	0,40	2,20	3,40
868/09	Компот из с/ф	200	0,45	0,00	27,70	113,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,50	0,10	0,00	0,00
	Всего за обед	705	24,77	26,31	108,95	756,65	0,63	0,13	0,27	33,60	77,00	328,90	82,00	911,90	3,97	14,12	15,91
	Полдник																
128/01	Пудинг творожный	150	18,60	16,70	20,30	302,30	0,08	0,42	0,10	0,70	226,40	330,00	33,46	200,00	1,11	16,20	40,86
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
943/09	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	1,70	1,30	17,40	84,60	0,01	0,08	0,01	0,40	65,40	81,20	11,40	98,30	0,90	4,50	0,50
	Всего за полдник	380	22,30	18,40	49,60	445,60	0,29	0,50	0,11	1,10	298,09	427,98	49,06	321,38	2,21	21,75	43,04
	Всего за день	1630	59,96	58,15	219,35	1609,65	1,27	0,93	8,46	95,74	743,88	1140,66	188,16	1729,06	7,54	52,87	68,42
	Пятница (неделя вторая) день 10																
	Завтрак																
86/01	Каша гречневая	200	5,80	6,70	24,80	178,20	0,11	0,18	0,03	0,60	129,00	214,00	58,30	231,00	1,60	9,70	2,30
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00	0,00	25,00	0,00	1,00	1,00	0,00	1,00	0,01	0,00	0,00
959/09	Какао с молоком	200	2,86	3,30	26,40	141,40	0,02	0,13	0,01	0,60	123,00	151,00	22,50	177,00	0,59	9,00	1,00
	Всего за завтрак	435	10,71	14,55	63,15	415,80	0,33	0,31	25,04	1,20	259,29	382,78	85,00	432,08	2,40	19,75	4,98
	Завтрак 2																
Пром.	Сок или фрукт	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Всего за завтрак 2	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Обед																
126/09	Икра морковная	45	0,80	3,60	5,80	57,60	0,04	0,01	0,40	4,40	18,90	22,50	7,60	181,00	0,30	0,40	0,20
246/09	Суп-поре гороховый с гренками и окорочками	200	11,80	6,51	28,60	218,30	0,28	0,09	0,09	6,83	34,44	131,00	39,44	482,00	2,59	4,23	4,47
311/11	Суфле куриное с рисом	50	19,00	16,00	3,20	232,40	0,08	0,20	0,07	0,01	30,60	141,00	19,80	230,00	1,90	6,00	2,40
694/09	Картофельное пюре	150	3,25	5,57	22,10	149,40	0,16	0,15	0,03	26,00	62,10	135,00	35,30	793,00	1,20	10,10	0,80
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4,00	0,80	23,80	117,40	0,40	0,00	0,00	0,00	12,60	33,60	8,40	46,20	0,40	2,20	3,40
867/09	Компот из кураги	200	1,10	2,00	30,90	122,60	0,00	0,05	0,00	1,10	43,10	38,90	27,80	458,00	3,00	0,00	0,00
	Всего за обед	705	39,95	34,48	114,40	897,70	0,96	0,50	0,59	38,34	201,74	502,00	138,34	2190,20	9,39	22,93	11,27
	Полдник																

235/09	Вермишель молочная	200	7,54	7,71	33,80	236,00	0,08	0,23	0,04	0,90	188,00	247,00	25,90	224,00	0,54	13,50	1,55
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
943/09	Чай с сахаром	200	0,25	0,05	15,00	57,60	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	8,20	4,40	25,30	0,90	0,00	0,00
	Всего за полдник	430	9,79	8,16	60,70	352,30	0,28	0,24	0,04	1,00	199,69	271,98	34,50	272,38	1,64	14,55	3,23
	Всего за день	1670	61,35	57,39	246,35	1708,80	1,61	1,08	33,67	100,54	694,72	1179,76	270,84	3091,66	13,73	59,23	19,48
	Понедельник (неделя третья) день 11																
	Завтрак																
84/01	Каша нежность	200	6,04	6,99	27,20	191,10	0,10	0,16	0,03	0,60	134,00	201,00	33,20	206,00	0,80	9,80	4,80
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00	0,00	25,00	0,00	1,00	1,00	0,00	1,00	0,01	0,00	0,00
958/09	Кофейный напиток с молоком	200	1,29	1,89	16,80	79,70	0,01	0,07	0,01	0,30	60,50	73,00	7,00	73,50	0,10	4,50	0,50
	Всего за завтрак	435	9,38	13,43	55,95	367,00	0,31	0,23	25,04	0,90	201,79	291,78	44,40	303,58	1,11	15,35	6,98
	Завтрак 2																
Пром.	Сок или фрукт	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Всего за завтрак 2	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Обед																
пром	Икра кабачковая	45	0,90	4,00	3,50	53,60	0,02	0,03	0,02	6,80	12,40	14,60	20,60	192,00	0,41	0,23	0,00
87/11	Суп картофельный из рыбных консервов	200	6,86	8,40	14,50	164,00	0,09	0,12	0,08	14,20	16,10	105,00	21,90	468,00	0,83	17,30	0,27
591/09	Гуляш мясной	50	9,70	6,10	2,50	122,80	0,04	0,01	0,02	2,20	9,30	108,00	13,80	213,00	1,30	4,30	0,25
688/09	Макароны отварные	150	6,58	5,40	34,70	215,30	0,10	0,05	0,00	0,00	13,10	48,00	8,60	7,00	0,70	0,00	0,10
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4,00	0,80	23,80	117,40	0,40	0,00	0,00	0,00	12,60	33,60	8,40	46,20	0,40	2,20	3,40
160218/12	Кисель из повидла в ассортименте	200	0,12	0,00	27,50	105,60	0,00	0,00	0,00	0,10	3,90	6,10	1,70	31,40	0,30	0,00	0,00
	Всего за обед	705	28,16	24,70	106,50	778,70	0,65	0,21	0,12	23,30	67,40	315,30	75,00	957,60	3,94	24,03	4,02
	Полдник																
345/09	Омлет с картофелем	150	12,60	20,60	14,00	288,80	0,10	0,47	0,30	11,70	106,60	256,00	29,10	505,10	2,60	22,90	38,10
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
943/09	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	1,70	1,30	17,40	84,60	0,01	0,08	0,01	0,40	65,40	81,20	11,40	98,30	0,90	4,50	0,50
	Всего за полдник	380	16,30	22,30	43,30	432,10	0,31	0,55	0,31	12,10	178,29	353,98	44,70	626,48	3,70	28,45	40,28
	Всего за день	1620	54,74	60,63	213,85	1620,80	1,31	1,02	33,47	96,30	481,48	984,06	177,10	2084,66	9,05	69,83	51,28
	Вторник (неделя третья) день 12																
	Завтрак																
384/09	Каша ячневая	200	5,04	6,39	24,20	170,20	0,07	0,16	0,03	0,60	141,00	197,00	24,30	189,00	0,52	9,00	8,59
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40	0,00	54,60	0,01	0,05	0,04	0,11	132,00	75,00	5,30	13,20	0,15	0,00	2,20
54-7гн-2020	Какао с молоком	200	2,86	3,30	26,40	141,40	0,02	0,13	0,01	0,60	123,00	151,00	22,50	177,00	0,59	9,00	1,00
	Всего за завтрак	445	13,40	14,49	62,50	424,90	0,30	0,34	0,08	1,31	402,29	439,78	56,30	402,28	1,46	19,05	13,47
	Завтрак 2																
Пром.	Сок или фрукт	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Всего за завтрак 2	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Обед																
100/09	Винегрет	45	0,60	2,70	4,50	44,20	0,02	0,02	0,06	4,20	9,50	19,30	7,70	139,00	0,30	0,80	0,10
201/09	Суп крестьянский с крупой	200	6,84	6,80	17,50	155,80	0,15	0,08	0,13	23,30	30,20	91,00	23,90	382,00	1,00	4,60	4,50
504/798/09	Рыба, тушенная в сметане	50	9,60	5,60	3,20	122,70	0,08	0,08	0,02	0,80	29,40	148,00	33,60	264,00	0,60	86,70	9,40
694/09	Картофельное пюре	150	3,25	5,57	22,10	149,40	0,16	0,15	0,03	26,00	62,10	135,00	35,30	793,00	1,20	10,10	0,80
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4,00	0,80	23,80	117,40	0,40	0,00	0,00	0,00	12,60	33,60	8,40	46,20	0,40	2,20	3,40
859/09	Компот из яблок	200	0,17	0,12	19,40	74,41	0,02	0,01	0,00	3,10	5,40	3,40	2,80	86,70	0,70	0,60	0,10
	Всего за обед	705	24,46	21,59	90,50	663,91	0,83	0,34	0,24	57,40	149,20	430,30	111,70	1710,90	4,20	105,00	18,30
	Полдник																
236/09	Суп молочный с крупой	200	3,65	4,97	15,29	120,20	0,03	0,21	0,04	0,90	182,20	237,00	26,53	232,00	0,29	13,70	3,21
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68

943/09	Чай с сахаром	200	0,25	0,05	15,00	57,60	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	8,20	4,40	25,30	0,90	0,00	0,00
	Всего за полдник	430	5,90	5,42	42,19	236,50	0,23	0,22	0,04	1,00	193,89	261,98	35,13	280,38	1,39	14,75	4,89
	Всего за день	1680	44,66	41,70	203,29	1368,31	1,40	0,93	8,36	119,71	779,38	1155,06	216,13	2590,56	7,35	140,80	36,66
	Среда (неделя третья) день 13																
	Завтрак																
390/09	Каша кукурузная	200	4,62	6,37	24,90	170,80	0,05	0,15	0,04	0,60	129,00	170,00	10,30	177,00	0,69	9,00	1,05
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
53-193-2020	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00	0,00	25,00	0,00	1,00	1,00	0,00	1,00	0,01	0,00	0,00
958/09	Кофейный напиток с молоком	200	1,29	1,89	16,80	79,70	0,01	0,07	0,01	0,30	60,50	73,00	7,00	73,50	0,10	4,50	0,50
	Всего за завтрак	435	7,96	12,81	53,65	346,70	0,26	0,22	25,05	0,90	196,79	260,78	21,50	274,58	1,00	14,55	3,23
	Завтрак 2																
Пром.	Сок или фрукт	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Всего за завтрак 2	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Обед																
27/12.	Салат из отварной моркови с зеленым горошком	45	0,38	2,33	1,95	20,00	0,03	0,02	0,24	2,80	11,90	19,00	6,10	102,00	0,34	0,00	0,20
213/09	Суп с галушками	200	9,40	8,20	25,80	212,10	0,12	0,11	0,12	12,10	28,80	114,00	22,90	422,00	1,50	6,90	7,30
595/09	Овощное рагу с мясом	200	17,50	15,40	20,30	322,20	0,18	0,09	0,24	40,80	52,40	217,00	44,50	863,00	2,80	10,70	0,65
867/09	Компот из изюма	200	0,50	0,00	28,70	110,00	0,10	0,03	0,00	0,00	23,50	37,30	12,10	248,00	0,90	0,00	0,00
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4,00	0,80	23,80	117,40	0,40	0,00	0,00	0,00	12,60	33,60	8,40	46,20	0,40	2,20	3,40
	Всего за обед	705	31,78	26,73	100,55	781,70	0,83	0,25	0,60	55,70	129,20	420,90	94,00	1681,20	5,94	19,80	11,55
	Полдник																
105/04	Плов фруктовый	150	3,50	6,20	41,30	231,80	0,08	0,07	0,03	0,50	39,70	111,00	43,00	415,00	2,50	0,60	6,90
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
965/09	Молоко	200	5,80	5,00	9,60	108,00	0,04	0,26	0,02	1,20	240,00	292,00	28,00	292,00	0,20	18,00	2,00
	Всего за полдник	380	11,30	11,60	62,80	398,50	0,32	0,33	0,05	1,70	285,99	419,78	75,20	730,08	2,90	19,65	10,58
	Всего за день	1620	51,94	51,34	225,10	1569,90	1,45	0,83	33,70	118,30	645,98	1124,46	203,70	2882,86	10,14	56,00	25,36
	Четверг (неделя третья) день 14																
	Завтрак																
384/09	Каша пшеничная	200	5,50	6,35	24,00	170,80	0,08	0,16	0,03	0,60	133,00	204,00	26,30	194,00	1,09	9,00	15,20
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
54-13-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40	0,00	54,60	0,01	0,05	0,04	0,11	132,00	75,00	5,30	13,20	0,15	0,00	2,20
959/09	Какао с молоком	200	2,86	3,30	26,40	141,40	0,02	0,13	0,01	0,60	123,00	151,00	22,50	177,00	0,59	9,00	1,00
	Всего за завтрак	445	13,86	14,45	62,30	425,50	0,31	0,34	0,08	1,31	394,29	446,78	58,30	407,28	2,03	19,05	20,08
	Завтрак 2																
Пром.	Сок или фрукт	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Всего за завтрак 2	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Обед																
73/09	Салат картофельный с соленым огурцом	45	0,63	2,35	5,14	45,40	0,04	0,02	0,00	6,40	7,10	21,60	8,40	174,00	0,35	1,50	0,11
170/09	Борщ с картофелем и капустой, с мясом	200	6,37	6,75	10,20	125,00	0,07	0,05	0,12	18,40	24,70	78,00	22,80	381,00	1,06	3,74	3,44
582/09	Печень по-строгиновски	50	7,70	11,10	2,10	111,90	0,16	0,97	3,65	16,40	13,90	153,00	11,90	173,00	3,21	3,90	17,90
378/679/09	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,70	6,30	37,80	243,30	0,30	0,13	0,00	0,00	15,20	183,70	122,10	233,00	4,10	2,00	3,50
868/09	Компот из с/ф	200	0,45	0,00	27,70	113,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,50	0,10	0,00	0,00
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4,00	0,80	23,80	117,40	0,40	0,00	0,00	0,00	12,60	33,60	8,40	46,20	0,40	2,20	3,40
	Всего за обед	705	26,85	27,30	106,74	756,80	0,97	1,17	3,77	41,20	74,00	469,90	173,60	1007,70	9,22	13,34	28,35
	Полдник																
6/н/02	Лакомка из творога	150	28,20	24,40	39,10	490,10	0,10	0,40	0,14	0,60	200,00	290,00	31,90	187,00	1,30	14,50	41,10
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
943/09	Чай с сахаром	200	0,25	0,05	15,00	57,60	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	8,20	4,40	25,30	0,90	0,00	0,00
	Всего за полдник	380	30,45	24,85	66,00	606,40	0,30	0,41	0,14	0,70	211,69	314,98	40,50	235,38	2,40	15,55	42,78

	Всего за день	1630	72,06	66,80	243,14	1831,70	1,62	1,95	11,99	103,21	713,98	1254,66	285,40	1847,36	13,95	49,94	91,21
	Пятница (неделя третья) день 15																
	Завтрак																
390/09	Каша рисовая	200	4,71	6,28	28,30	186,50	0,04	0,15	0,03	0,60	127,00	186,00	26,80	173,00	0,41	9,35	4,85
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00	0,00	25,00	0,00	1,00	1,00	0,00	1,00	0,01	0,00	0,00
958/09	Кофейный напиток с молоком	200	1,29	1,89	16,80	79,70	0,01	0,07	0,01	0,30	60,50	73,00	7,00	73,50	0,10	4,50	0,50
	Всего за завтрак	435	8,05	12,72	57,05	362,40	0,25	0,22	25,04	0,90	194,79	276,78	38,00	270,58	0,72	14,90	7,03
	Завтрак 2																
Пром	Сок или фрукт	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Всего за завтрак 2	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Обед																
402/04	Морская капуста	45	0,40	0,09	0,00	2,43	0,02	0,03	0,00	0,90	0,10	0,18	0,56	3,10	0,05	0,11	0,00
101/05	Суп "Харчо"	200	6,80	6,00	18,20	150,60	0,11	0,06	0,10	15,10	24,90	93,60	24,80	462,00	6,10	5,60	4,30
626/02	Запеканка картофельная с мясом	200	19,40	18,40	28,10	349,00	0,21	0,23	0,08	26,20	92,40	310,00	53,30	1054,00	3,20	19,60	6,10
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4,00	0,80	23,80	117,40	0,40	0,00	0,00	0,00	12,60	33,60	8,40	46,20	0,40	2,20	3,40
867/09	Компот из кураги	200	1,10	2,00	30,90	122,60	0,00	0,05	0,00	1,10	43,10	38,90	27,80	458,00	3,00	0,00	0,00
	Всего за обед	705	31,70	27,29	101,00	742,03	0,74	0,37	0,18	43,30	173,10	476,28	114,86	2023,30	12,75	27,51	13,80
	Полдник																
333/04	Макароны отварные с сыром	150	7,40	5,70	32,00	205,30	0,10	0,08	0,00	0,10	89,50	88,30	10,90	17,90	0,70	0,00	1,40
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
943/09	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	1,70	1,30	17,40	84,60	0,01	0,08	0,01	0,40	65,40	81,20	11,40	98,30	0,90	4,50	0,50
	Всего за полдник	380	11,10	7,40	61,30	348,60	0,31	0,16	0,01	0,50	161,19	186,28	26,50	139,28	1,80	5,55	3,58
	Всего за день	1620	51,75	47,61	227,45	1496,03	1,34	0,78	33,23	104,70	563,08	962,34	192,36	2630,16	15,57	49,96	24,41
	Понедельник (неделя четвертая) день 16																
	Завтрак																
384/09	Каша дружба 6	200	5,40	6,70	23,60	172,10	0,10	0,20	0,03	0,60	130,00	201,00	42,60	207,00	1,10	9,80	1,90
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00	0,00	25,00	0,00	1,00	1,00	0,00	1,00	0,01	0,00	0,00
959/09	Какао с молоком	200	2,86	3,30	26,40	141,40	0,02	0,13	0,01	0,60	123,00	151,00	22,50	177,00	0,59	9,00	1,00
	Всего за завтрак	435	10,31	14,55	61,95	409,70	0,32	0,33	25,04	1,20	260,29	369,78	69,30	408,08	1,90	19,85	4,58
	Завтрак 2																
Пром	Сок или фрукт	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Всего за завтрак 2	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Обед																
б/н/03	Салат картофельный со свеклой	45	1,80	9,60	4,80	113,70	0,04	0,06	0,03	4,30	9,60	35,10	8,50	142,00	0,60	2,50	2,90
187/09	Щи из свежей капусты с мясом	200	6,09	6,72	7,93	115,00	0,06	0,06	0,10	29,90	34,30	71,50	17,70	327,00	0,87	4,26	3,04
203/11	Кулеш с мясом	200	17,50	11,70	26,30	273,40	0,14	0,17	0,03	1,20	26,00	175,00	41,90	288,00	2,30	4,30	12,90
160218/12	Кисель из повидла в ассортименте	200	0,12	0,00	27,50	105,60	0,00	0,00	0,00	0,10	3,90	6,10	1,70	31,40	0,30	0,00	0,00
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4,00	0,80	23,80	117,40	0,40	0,00	0,00	0,00	12,60	33,60	8,40	46,20	0,40	2,20	3,40
	Всего за обед	705	29,51	28,82	90,33	725,10	0,64	0,29	0,16	35,50	86,40	321,30	78,20	834,60	4,47	13,26	22,24
	Полдник																
442/09	Омлет с сыром	150	15,50	24,70	3,10	299,10	0,10	0,50	0,30	12,00	107,00	256,00	29,10	505,00	2,60	22,90	38,10
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
943/09	Чай с сахаром	200	0,25	0,05	15,00	57,60	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	8,20	4,40	25,30	0,90	0,00	0,00
	Всего за полдник	380	17,75	25,15	30,00	415,40	0,30	0,51	0,30	12,10	118,69	280,98	37,70	553,38	3,70	23,95	39,78
	Всего за день	1620	58,47	68,72	190,38	1593,20	1,30	1,16	33,50	108,80	499,38	995,06	198,20	1993,06	10,37	59,06	66,60
	Вторник (неделя четвертая) день 17																
	Завтрак																
235/09	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,50	7,60	26,60	201,60	0,06	0,23	0,04	0,90	186,00	238,00	24,30	223,00	0,42	13,50	1,55

Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
54-13-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40	0,00	54,60	0,01	0,05	0,04	0,11	132,00	75,00	5,30	13,20	0,15	0,00	2,20
958/09	Кофейный напиток с молоком	200	1,29	1,89	16,80	79,70	0,01	0,07	0,01	0,30	60,50	73,00	7,00	73,50	0,10	4,50	0,50
	Всего за завтрак	445	13,29	14,29	55,30	394,60	0,28	0,35	0,09	1,31	384,79	402,78	40,80	332,78	0,87	19,05	5,93
	Завтрак 2																
Пром	Сок или фрукт	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Всего за завтрак 2	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Обед																
пром	Икра кабачковая	45	0,90	4,00	3,50	53,60	0,02	0,03	0,02	6,80	12,40	14,60	20,60	192,00	0,41	0,23	0,00
196/09	Рассольник домашний	200	6,50	7,60	14,50	142,40	0,10	0,07	0,10	23,90	31,20	90,10	24,80	495,00	1,20	5,50	3,10
144/01	Рыба под овощами	200	13,20	4,43	20,30	169,70	0,20	0,19	0,16	54,60	73,50	224,00	64,40	914,00	1,70	98,80	10,60
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4,00	0,80	23,80	117,40	0,40	0,00	0,00	0,00	12,60	33,60	8,40	46,20	0,40	2,20	3,40
859/09	Компот из яблок	200	0,17	0,12	19,40	74,41	0,02	0,01	0,00	3,10	5,40	3,40	2,80	86,70	0,70	0,60	0,10
	Всего за обед	705	24,77	16,95	81,50	557,51	0,74	0,30	0,28	88,40	135,10	365,70	121,00	1733,90	4,41	107,33	17,20
	Полдник																
300/04	Каша рисовая с изюмом	150	3,47	8,95	51,90	295,10	0,08	0,06	0,05	0,00	31,02	104,00	33,20	294,00	1,34	0,59	6,46
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
943/09	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	1,70	1,30	17,40	84,60	0,01	0,08	0,01	0,40	65,40	81,20	11,40	98,30	0,90	4,50	0,50
	Всего за полдник	380	7,17	10,65	81,20	438,40	0,29	0,14	0,06	0,40	102,71	201,98	48,80	415,38	2,44	6,14	8,64
	Всего за день	1630	46,13	42,09	226,10	1433,51	1,35	0,82	8,43	150,11	656,60	993,46	223,60	2679,06	8,02	134,52	31,77
	Среда (неделя четвертая) день 18																
	Завтрак																
384/09	Каша манная	200	5,22	6,27	24,60	171,00	0,05	0,15	0,03	0,60	129,00	165,00	17,60	174,00	0,35	9,00	1,05
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
53-193-2020	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00	0,00	25,00	0,00	1,00	1,00	0,00	1,00	0,01	0,00	0,00
959/09	Какао с молоком	200	2,86	3,30	26,40	141,40	0,02	0,13	0,01	0,60	123,00	151,00	22,50	177,00	0,59	9,00	1,00
	Всего за завтрак	435	10,13	14,12	62,95	408,60	0,27	0,28	25,04	1,20	259,29	333,78	44,30	375,08	1,15	19,05	3,73
	Завтрак 2																
Пром	Сок или фрукт	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Всего за завтрак 2	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Обед																
157/22	Салат "Степной"	45	0,70	6,90	3,90	79,90	0,03	0,02	0,08	4,20	60,10	18,30	6,60	120,00	0,30	0,70	0,10
204/09	Суп картофельный с крупой и с окорочком	200	6,30	4,53	16,20	127,60	0,09	0,05	0,09	13,70	14,90	84,60	21,80	427,00	1,00	4,36	3,60
608/09	Биточки мясные	50	8,50	4,80	9,00	113,80	0,10	0,03	0,00	0,40	18,40	114,00	16,80	183,00	1,60	5,30	0,70
715/09	Овощное рагу	150	2,79	6,60	17,80	145,40	0,13	0,11	0,23	53,00	52,70	81,80	32,00	680,00	1,35	5,90	0,70
867/09	Компот из изюма	200	0,50	0,00	28,70	110,00	0,10	0,03	0,00	0,00	23,50	37,30	12,10	248,00	0,90	0,00	0,00
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4,00	0,80	23,80	117,40	0,40	0,00	0,00	0,00	12,60	33,60	8,40	46,20	0,40	2,20	3,40
	Всего за обед	705	22,79	23,63	99,40	694,10	0,85	0,24	0,40	71,30	182,20	369,60	97,70	1704,20	5,55	18,46	8,50
	Полдник																
205/01	Картофель аппетитный	150	3,50	4,80	23,40	148,60	0,27	0,20	0,03	46,00	67,00	180,00	56,60	636,00	2,12	14,10	1,00
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
943/09	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	1,70	1,30	17,40	84,60	0,01	0,08	0,01	0,40	65,40	81,20	11,40	98,30	0,90	4,50	0,50
	Всего за полдник	380	7,20	6,50	52,70	291,90	0,48	0,28	0,04	46,40	138,69	277,98	72,20	757,38	3,22	19,65	3,18
	Всего за день	1620	41,02	44,45	223,15	1437,60	1,64	0,83	33,48	178,90	614,18	1004,36	227,20	3033,66	10,22	59,16	15,41
	Четверг (неделя четвертая) день 19																
	Завтрак																
390/09	Каша рисовая	200	4,71	6,28	28,30	186,50	0,04	0,15	0,03	0,60	127,00	186,00	26,80	173,00	0,41	9,35	4,85
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
54-13-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40	0,00	54,60	0,01	0,05	0,04	0,11	132,00	75,00	5,30	13,20	0,15	0,00	2,20
958/09	Кофейный напиток с молоком	200	1,29	1,89	16,80	79,70	0,01	0,07	0,01	0,30	60,50	73,00	7,00	73,50	0,10	4,50	0,50

	Всего за завтрак	445	11,50	12,97	57,00	379,50	0,26	0,27	0,08	1,01	325,79	350,78	43,30	282,78	0,86	14,90	9,23
	Завтрак 2																
Пром	Сок или фрукт	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Всего за завтрак 2	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Обед																
70/05	Овощи натуральные соленные или свежие	45	0,36	0,00	1,35	6,75	0,01	0,01	0,00	4,50	10,40	13,50	6,30	88,20	0,27	0,05	0,10
220/90	Свекольник	200	6,53	6,76	14,10	140,80	0,08	0,06	0,11	11,60	23,60	84,20	26,40	446,00	1,18	3,70	3,50
121/07	Кнели из кур с рисом	55	10,20	9,25	3,69	138,40	0,04	0,02	0,07	0,85	9,56	86,40	10,70	97,80	0,81	2,88	6,72
166/07	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	8,10	7,80	43,70	266,50	0,30	0,10	0,20	1,90	24,60	196,00	127,00	309,00	4,20	2,30	3,60
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4,00	0,80	23,80	117,40	0,40	0,00	0,00	0,00	12,60	33,60	8,40	46,20	0,40	2,20	3,40
859/09	Компот из яблок	200	0,17	0,12	19,40	74,41	0,02	0,01	0,00	3,10	5,40	3,40	2,80	86,70	0,70	0,60	0,10
	Всего за обед	710	29,36	24,73	106,04	744,26	0,85	0,20	0,38	21,95	86,16	417,10	181,60	1073,90	7,56	11,73	17,42
	Полдник																
355/09	Запеканка творожная с морковью	150	25,50	12,30	22,40	302,00	0,06	0,40	0,06	0,70	225,00	306,00	31,10	183,00	0,70	14,00	35,70
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
943/09	Чай с сахаром	200	0,25	0,05	15,00	57,60	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	8,20	4,40	25,30	0,90	0,00	0,00
	Всего за полдник	380	27,75	12,75	49,30	418,30	0,26	0,41	0,06	0,80	236,69	330,98	39,70	231,38	1,80	15,05	37,38
	Всего за день	1635	69,51	50,65	220,44	1585,06	1,41	0,91	8,52	83,76	682,64	1121,86	277,60	1785,06	10,52	43,68	64,03
	Пятница (неделя четвертая) день 20																
	Завтрак																
384/09	Каша кукурузная	200	4,62	6,37	24,90	170,80	0,05	0,15	0,04	0,60	129,00	170,00	10,30	177,00	0,69	9,00	1,05
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
53-193-2020	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00	0,00	25,00	0,00	1,00	1,00	0,00	1,00	0,01	0,00	0,00
959/09	Какао с молоком	200	2,86	3,30	26,40	141,40	0,02	0,13	0,01	0,60	123,00	151,00	22,50	177,00	0,59	9,00	1,00
	Всего за завтрак	435	9,53	14,22	63,25	408,40	0,27	0,28	25,05	1,20	259,29	338,78	37,00	378,08	1,49	19,05	3,73
	Завтрак 2																
Пром	Сок или фрукт	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Всего за завтрак 2	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Обед																
127/09	Сельдь соленая	25	4,25	2,13	0,00	36,30	0,02	0,06	0,01	0,13	12,50	55,00	8,75	83,75	0,33	10,00	9,10
246/09	Суп-пюре гороховый с гречками и окорочками	200	11,80	6,51	28,60	218,30	0,28	0,09	0,09	6,83	34,44	131,00	39,44	482,00	2,59	4,23	4,47
287/11	Суфле мясное с рисом	50	6,62	5,18	3,53	84,80	0,03	0,07	0,03	0,30	36,00	102,00	11,00	130,00	0,80	5,80	3,60
694/09	Картофельное пюре	150	3,25	5,57	22,10	149,40	0,16	0,15	0,03	26,00	62,10	135,00	35,30	793,00	1,20	10,10	0,80
867/09	Компот из кураги	200	1,10	2,00	30,90	122,60	0,00	0,05	0,00	1,10	43,10	38,90	27,80	458,00	3,00	0,00	0,00
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4,00	0,80	23,80	117,40	0,40	0,00	0,00	0,00	12,60	33,60	8,40	46,20	0,40	2,20	3,40
	Всего за обед	685	31,02	22,19	108,93	728,80	0,89	0,42	0,16	34,36	200,74	495,50	130,69	1992,95	8,32	32,33	21,37
	Полдник																
422/09	Макаронник	150	9,29	10,10	44,70	309,40	0,14	0,23	0,07	0,50	131,00	201,00	23,10	155,00	1,10	11,30	4,70
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,00	0,40	11,90	58,70	0,20	0,00	0,00	0,00	6,29	16,78	4,20	23,08	0,20	1,05	1,68
943/09	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	1,70	1,30	17,40	84,60	0,01	0,08	0,01	0,40	65,40	81,20	11,40	98,30	0,90	4,50	0,50
	Всего за полдник	380	12,99	11,80	74,00	452,70	0,35	0,31	0,08	0,90	202,69	298,98	38,70	276,38	2,20	16,85	6,88
	Всего за день	1600	54,44	48,41	254,28	1632,90	1,55	1,04	33,29	96,46	696,72	1156,26	219,39	2844,41	12,31	70,23	31,98
	Среднее за завтрак	439	10,81	13,81	59,02	392,20	0,29	0,28	15,06	1,13	288,24	352,38	46,60	345,11	1,28	17,50	7,68
	Среднее за завтрак 2	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	8,00	60,00	34,00	23,00	13,00	197,00	0,30	2,00	0,00
	Среднее за обед	704	28,41	24,14	98,61	714,38	0,79	0,45	0,84	49,45	129,98	408,25	111,24	1461,23	6,53	34,27	17,07
	Среднее за полдник	381	14,51	12,77	54,52	387,46	0,31	0,33	0,12	5,36	187,84	293,42	46,66	386,15	2,53	16,42	18,31
	Средняя за 20 дней	1624	54,62	50,92	220,25	1537,04	1,42	1,09	24,02	115,93	640,06	1077,05	217,50	2389,48	10,64	70,19	43,06