Примерное десятидневное цикличное меню по обеспечению бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в возрасте от 7 до 11 лет включительно муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения основной общеобразовательной школы для учащихся с ограниченными возможностями здоровья № 39 г. Томска

Сезон – осенне-зимний, весенний

Пояснительная записка.

Организация горячего питания учащихся осуществляется на основе примерного десятидневного цикличного меню, разработанного с учетом необходимого количества основных пищевых веществ, сезонности, требуемой калорийности суточного рациона, дифференцированного по двум возрастным группам учащихся (от 7 до 11 лет включительно и 12 лет и старше).

Данное цикличное меню сформировано для организации питания детей с ограниченными возможностями здоровья от 7 до 11 лет включительно, обучающихся в общеобразовательных учреждениях.

В цикличном меню выполнен анализ потребления продуктов питания для детей от 7 до 11 лет включительно (завтрак, обед).

Меню обеспечивает потребности в основных пищевых веществах и энергии обучающихся соответствующих возрастных групп, распределение калорийности суточного рациона, фактические массы порций соответствуют рекомендуемым — СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» а так же Рекомендациям по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций МР 2.4.0179-20.

Технологические карты по технологической (кулинарной) обработке, срокам реализации, условиям хранения, температурой подачи блюд имеются в полном объеме.

При отсутствии каких-либо продуктов разрешается проводить их замену на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов (приложение 3) к MP 2.4.0179-20 в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания

В меню не содержатся продукты, не рекомендованные для питания детей школьного возраста.

Способы устранения витаминной и микронутриевой недостаточности, использование микронутриентов: в меню включены продукты с содержанием йода – йодированная соль, кисломолочные продукты, проводится С-витаминизация третьих блюд.

При составлении данного примерного десятидневного цикличного меню был использован: Сборник технологических нормативов - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2017. – 544 с.

Приложение 10 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Таблица 1

Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (суточная)

Показатели	Потребность в пищевых веществах					
	с 7 до11 лет	с 12 лет и старше				
Белки (г)	77	90				
Жиры (г)	79	92				
Углеводы (г)	335	383				
Энергетическая ценность (ккал)	2350	2720				
Витамин В1 (мг)	1,2	1,4				
Витамин В2 (мг)	1,4	1,6				
Витамин С (мг)	60	70				
Витамин А (мг рет. экв)	0,7	0,9				
Витамин D (мкг)	10	10				
Кальций (мг)	1100	1200				
Фосфор (мг)	1100	1800				
Магний (мг)	250	300				
Железо (мг)	12	18				
Калий (мг)	1100	1200				
Йод (мг)	0,1	0,1				
Селен (мг)	0,03	0,05				
Фтор (мг)	3,0	4,0				

Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи в зависимости от времени пребывания в организации

Общеобразовательные организации и организации профессионального образования с односменным режимом работы (первая смена)

Прием пищи	Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии
Завтрак в школе	20-25%
Обед в школе	30-35%
Итого	50-60%

MP 2.4.0179-20

Таблица 2

Рекомендуемая масса порций блюд (в граммах) для обучающихся различного возраста

Название блюд		в граммах, мл) для ух возрастных групп
	с 7 до 11 лет	с 12 лет и старше
Каша, овощное, яичное, творожное, мясное блюдо	150-200	200-250
Напитки (чай, какао, сок, компот молоко, кефир и др.)	200	200
Закуски (салат, овощи в нарезке и т.п.)	60-100	60-150
Суп	200-250	250-300
Мясо, котлета	80-120	100-120
Гарнир	150-200	180-230
Фрукты	100	100

Осенне-зимний сезон

		<u>имнии с</u>	ı	щевые вещ	ества	Энергетич	Nº
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	еская ценность	рецепту ры
День 1		•	•	•			
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	40	4,36	7,49	22,89	136	1
	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	5,56	9,74	28,50	224,54	181
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	376
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
ИТОГО ЗА	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		12,35	17,55	65,98	492,5	
ОБЕД	Салат из свеклы отварной	80	1,13	4,81	6,61	74,24	52
	Суп из овощей	200	1,28	4,00	7,32	76,2	99
	Котлеты домашние с соусом	80	6,32	6,49	6,58	107,72	271
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,33	7,95	22,11	209,57	302
	Соки фруктовые или ягодные	200	8,00	0,00	64,00	250	389
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	49,98	ПР
ИТОГО ЗА ОБЕД		760	28,55	23,77	107,73	843,85	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1230	40,90	41,32	173,71	1336,35	
День 2			<u> </u>	<u> </u>			
ЗАВТРАК	Плоды или ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	338
	Каша вязкая молочная из риса и пшена	200	5,52	10,16	39,50	272,72	175
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	382
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
ИТОГО ЗА		530	12,37	14,40	67,51	514,46	
ОБЕД	Салат картофельный с солеными огурцами						
• • •	и зеленым горошком	80	1,40	5,90	6,51	79,6	42
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	7,74	103	82
	Птица отварная	80	12,13	12,41	16,40	190	288
	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,51	32,44	186	309
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,08	32,02	152,8	349
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	49,98	ПР
ИТОГО ЗА		760	24,64	27,36	96,22	837,52	
ИТОГО ЗА	ДЕНЬ:	1290	37,01	41,76	163,73	1351,98	
День 3							
ЗАВТРАК	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157	3
	Каша вязкая молочная пшеничная	200	7,86	10,06	49,36	320	173
	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86	377
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
ИТОГО ЗА		480	16,15	18,68	78,52	609	
ОБЕД	Овощи натуральные соленые	60	0,48	0,06	1,02	6	70

	Суп картофельный с макаронными						
	изделиями	200	3,16	3,48	23,96	134,6	103
	Тефтели (мясные)	80	7,82	8,43	10,06	151,27	279
	Пюре картофельное	150	3,06	6,30	24,94	165,75	312
	Компот из кураги	200	0,32	0,02	28,84	158	348
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
<u> </u>	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	49,98	ПР
ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА		740 1220	18,33 34,48	18,81 37,49	89,93 168,45	741,74 1350,74	
<u>итого за</u> День 4	депь.	1220	34,40	37,49	100,45	1330,74	
день 4 ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	40	4,36	7,49	22,89	136	1
OABII AK	Запеканка из творога с морковью (с молоком	40	7,00	7,40	22,00	100	
	сгущенным)	120	12,49	11,84	39,25	313,72	224
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	376
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
ИТОГО ЗА		390	19,28	19,65	76,73	581,68	
ОБЕД	Кукуруза консервированная отварная (с						
	маслом)	40	1,15	0,98	2,19	34,19	133
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,42	4,76	7,72	71,8	88
	Суфле из кур	80	10,42	15,66	1,92	190,66	299
	Рис припущенный	150	5,52	5,80	48,52	217,95	305
	Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный	200 30	0,16 2,37	0,16 0,30	27,88 0,63	154,6 76,14	342 ПР
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,30	0,63	49,98	ПР
ИТОГО ЗА		720	22,16	27,88	89,34	795,32	LIF
<u>ИТОГО ЗА</u>	• •	1110	41,44	47,53	166,07	1377	
<u>итого од</u> День 5	n		,	,50	. 30,01		<u>I</u>
3ABTPAK	Бутерброды с джемом или повидлом	55	2,40	3,87	27,83	183,5	2
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,98	4,60	22,36	178	120
	Чай с молоком	200	1,42	1,26	14,80	75,34	378
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
итого за	ЗАВТРАК	485	12,17	10,03	65,62	512,98	
ОБЕД	Икра кабачковая (пром производства)	60	1,80	5,40	6,42	85,2	ПР
	Суп картофельный с бобовыми	200	5,40	5,02	23,22	158,6	102
	Рагу из птицы	200	16,36	20,40	43,38	308	289
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,08	32,02	152,8	349
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
147050 24	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	49,98	ПР
ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА		710 1195	27,71 39,88	31,42 41,45	106,15 171,77	830,72 1343,7	
<u>итого за</u> День 6	депь.	1195	39,00	41,43	171,77	1343,1	
3ABTPAK	Бутерброд с маслом	40	4,36	7,49	22,89	136	1
OABII AK	Каша жидкая молочная овсяная "Геркулес"	200	8,82	14,66	48,76	295,46	182
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	376
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
ИТОГО ЗА		470	15,61	22,47	86,24	563,42	
ОБЕД	Овощи натуральные соленые	60	0,48	0,06	1,02	6	70
	Суп картофельный с рыбными						
	фрикадельками	200	1,76	4,22	12,32	84,8	106
	Котлеты рубленые из птицы	80	7,96	8,68	8,29	147,2	294
	Каша перловая рассыпчатая	150	11,33	6,45	40,11	299,57	302
	Компот из ягод	200	0,52	0,18	28,86	132,6	345
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
итого за	Хлеб ржано-пшеничный ОБЕЛ	20 740	1,12 25,54	0,22 20,11	0,48 91,71	49,98 796,29	ПР
		1210	41,15	42,58	177,95	1359,71	
MII() () 3A		.2.0	1,10	,JU			<u>I</u>
День 7	Плоды или ягоды свежие	100	0.40	0.40	9.80	47	338
День 7	Плоды или ягоды свежие Каша жидкая молочная рисовая	100 200	0,40 6,64	0,40 13,74	9,80 55,46	47 284,54	338 182
День 7	Плоды или ягоды свежие Каша жидкая молочная рисовая Кофейный напиток с молоком	100 200 200	0,40 6,64 3,16	0,40 13,74 2,68	9,80 55,46 17,94	47 284,54 100,6	338 182 379
День 7	Каша жидкая молочная рисовая	200	6,64	13,74	55,46	284,54	182
День 7 ЗАВТРАК ИТОГО ЗА	Каша жидкая молочная рисовая Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный ЗАВТРАК	200 200	6,64 3,16	13,74 2,68	55,46 17,94	284,54 100,6	182 379
День 7 ЗАВТРАК ИТОГО ЗА	Каша жидкая молочная рисовая Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Горошек зеленый консервированный	200 200 30 530	6,64 3,16 2,37 12,57	13,74 2,68 0,30 17,12	55,46 17,94 0,63 83,83	284,54 100,6 76,14 508,28	182 379 ΠΡ
День 7 ЗАВТРАК ИТОГО ЗА	Каша жидкая молочная рисовая Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Горошек зеленый консервированный отварной (с маслом)	200 200 30 530 40	6,64 3,16 2,37 12,57	13,74 2,68 0,30 17,12	55,46 17,94 0,63 83,83 2,29	284,54 100,6 76,14 508,28 35,05	182 379 ΠP
День 7 ЗАВТРАК ИТОГО ЗА	Каша жидкая молочная рисовая Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Горошек зеленый консервированный отварной (с маслом) Борщ с капустой и картофелем	200 200 30 530 40 200	6,64 3,16 2,37 12,57 1,24 1,44	13,74 2,68 0,30 17,12 1,42 3,94	55,46 17,94 0,63 83,83 2,29 7,74	284,54 100,6 76,14 508,28 35,05 103	182 379 ΠP 131 82
День 7 ЗАВТРАК ИТОГО ЗА	Каша жидкая молочная рисовая Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Горошек зеленый консервированный отварной (с маслом) Борщ с капустой и картофелем Печень по-строгановски	200 200 30 530 40 200 100	6,64 3,16 2,37 12,57 1,24 1,44 14,26	13,74 2,68 0,30 17,12 1,42 3,94 12,83	55,46 17,94 0,63 83,83 2,29 7,74 10,72	284,54 100,6 76,14 508,28 35,05 103 235	182 379 ΠP 131 82 255
День 7 ЗАВТРАК ИТОГО ЗА	Каша жидкая молочная рисовая Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Горошек зеленый консервированный отварной (с маслом) Борщ с капустой и картофелем Печень по-строгановски Макаронные изделия отварные	200 200 30 530 40 200 100 150	6,64 3,16 2,37 12,57 1,24 1,44 14,26 5,52	13,74 2,68 0,30 17,12 1,42 3,94 12,83 4,51	55,46 17,94 0,63 83,83 2,29 7,74 10,72 32,44	284,54 100,6 76,14 508,28 35,05 103 235 186	182 379 ПР 131 82 255 309
<u>ИТОГО ЗА</u> <u>День 7</u> ЗАВТРАК <u>ИТОГО ЗА</u> ОБЕД	Каша жидкая молочная рисовая Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Горошек зеленый консервированный отварной (с маслом) Борщ с капустой и картофелем Печень по-строгановски	200 200 30 530 40 200 100	6,64 3,16 2,37 12,57 1,24 1,44 14,26	13,74 2,68 0,30 17,12 1,42 3,94 12,83	55,46 17,94 0,63 83,83 2,29 7,74 10,72	284,54 100,6 76,14 508,28 35,05 103 235	182 379 ΠP 131 82 255

	ИТОГО ЗА ОБЕД		26,61	23,30	86,32	837,97	
ИТОГО ЗА	ДЕНЬ:	1270	39,18	40,42	170,15	1346,25	
День 8							
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	40	4,36	7,49	22,89	136	1
К: Ч Х ИТОГО ЗА ЗА ОБЕД С Р Р К: X	Каша жидкая молочная пшенная	200	8,82	12,66	51,16	255,46	182
	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86	377
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
ИТОГО ЗА	ЗАВТРАК	470	15,67	20,47	88,38	523,46	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты	80	1,05	1,00	5,02	47,68	45
	Рассольник ленинградский	200	3,62	2,08	19,58	85,8	96
	Рагу из свинины	200	14,34	21,76	38,66	432	263
	Кисель из плодов или ягод	200	0,08	0,04	23,04	131,6	350
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	49,98	ПР
ИТОГО ЗА		730	22,58	25,40	87,41	823,2	
ИТОГО ЗА		1200	38,25	45,87	175,79	1346,66	
День 9		•		•	-		•
ЗАВТРАК	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157	3
	Каша вязкая молочная пшеничная	200	7,86	10,06	49,36	320	173
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	376
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		480	16,09	18,68	78,78	608,96	
ОБЕД	Салат из свеклы с огурцами солеными	80	1,14	4,82	6,62	84	55
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,42	4,76	7,72	71,8	88
	Шницель натуральный рубленный (свиной)	80	12,50	43,68	6,58	372	267
	Пюре картофельное	150	3,06	6,30	24,94	165,75	312
	Соки фруктовые или ягодные	200	8,00	0,00	64,00	250	389
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	49,98	ПР
ИТОГО ЗА		760	29,61	60,08	110,97	1069,67	
ИТОГО ЗА		1240	45,70	78,76	189,75	1678,63	
День 10	•			<u> </u>	,		ı
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	40	4,36	7,49	22,89	136	1
	Омлет натуральный	120	11,15	16,26	12,91	231,72	210
	Чай с молоком	200	1,42	1,26	14,80	75,34	378
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
ИТОГО ЗА		390	19,30	25,31	51,23	519,2	
ОБЕД	Икра кабачковая (пром производства)	60	1,80	5,40	6,42	85,2	ПР
• •	Суп картофельный с макаронными		, , , , ,	, -	,	,-	
	изделиями	200	3,16	3,48	23,96	134,6	103
	Плов из птицы	200	12,94	6,46	57,74	331,34	291
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	154,6	342
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	49,98	ПР
ИТОГО ЗА		710	21,55	16,02	117,11	831,86	
ИТОГО ЗА	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	1100	40,85	41,33	168,34	1351,06	
	ВЕСЬ ПЕРИОД:	12065	398,84	458,51	1725,71	13842,08	
	ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1206,5	39,88	45,85	172,57	1384,21	
СРЕДПЕЕ .	опачение за период.	1200,5	39,00	45,65	172,37	1304,21	

Весенний сезон

Прием	Наименование блюда	Bec	Пи	щевые вещ	Энергетич	Nº	
пищи		блюда	Белки	Жиры	Углеводы	еская ценность	рецепту ры
День 1							
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	40	4,36	7,49	22,89	136	1
	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	5,56	9,74	28,50	224,54	181
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	376
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
ИТОГО ЗА	ЗАВТРАК	470	12,35	17,55	65,98	492,5	
ОБЕД	Салат из свеклы отварной	80	1,13	4,81	6,61	74,24	52
	Суп из овощей	200	1,28	4,00	7,32	76,2	99
	Котлеты домашние с соусом	80	6,32	6,49	6,58	107,72	271
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,33	7,95	22,11	209,57	302
	Соки фруктовые или ягодные	200	8,00	0,00	64,00	250	389
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	49,98	ПР
ИТОГО ЗА		760	28,55	23,77	107,73	843,85	
ИТОГО ЗА	ДЕНЬ:	1230	40,90	41,32	173,71	1336,35	
День 2							

1	Плоды или ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	338
	Каша вязкая молочная из риса и пшена	200	5,52	10,16	39,50	272,72	175
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	382
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
ИТОГО ЗА		530	12,37	14,40	67,51	514,46	
ОБЕД	Винегрет овощной	80	1,11	8,02	5,24	97,6	67
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,42	4,76	7,72	71,8	88
	Птица отварная	80	12,13	12,41	16,40	190	288
	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,51	32,44	186	309
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,08	32,02	152,8	349
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	49,98	ПР
ИТОГО ЗА		760	24,33	30,30	94,93	824,32	
ИТОГО ЗА	день:	1290	36,70	44,70	162,44	1338,78	
День 3	F		<i>-</i> 00	0.00	44.00	457	2
ЗАВТРАК	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157	3
	Каша вязкая молочная пшеничная Чай с лимоном	200 200	7,86 0,12	10,06 0,02	49,36 13,70	320 55,86	173 377
	чаи с лимоном Хлеб пшеничный	30	2,37	0,02	0,63	76,14	<i>ПР</i>
ИТОГО ЗА		480	16,15	18,68	78,52	609	HP
ОБЕД					2,28	25,2	71
ОВЕД	Овощи натуральные свежие Суп картофельный с макаронными	60	0,66	0,12	۷,۷٥	∠5,∠	1.1
	суп картофельный с макаронными изделиями	200	3,16	3,48	23,96	134,6	103
	изделиями Тефтели (мясные)	80	7,82	8,43	10,06	151,27	279
	Пюре картофельное	150	3,06	6,30	24,94	165,75	312
	Компот из кураги	200	0,32	0,02	28,84	158	348
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	49,98	ПР
ИТОГО ЗА		740	18,51	18,87	91,19	760,94	
ИТОГО ЗА		1220	34,66	37,55	169,71	1369,94	
День 4			,	,	,	,	
3ABTPAK	Бутерброд с маслом	40	4,36	7,49	22,89	136	1
	Запеканка из творога с морковью (с молоком						
	сгущенным)	120	12,49	11,84	39,25	313,72	224
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	376
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
ИТОГО ЗА	ЗАВТРАК	390	19,28	19,65	76,73	581,68	
ОБЕД	Кукуруза консервированная отварная (с						
	маслом)	40	1,15	0,98	2,19	34,19	133
l	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	7,74	103	82
	Суфле из кур	80	10,42	15,66	1,92	190,66	299
	Суфле из кур Рис припущенный	150	5,52	5,80	48,52	217,95	305
	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок	150 200	5,52 0,16	5,80 0,16	48,52 27,88	217,95 154,6	305 342
	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный	150 200 30	5,52 0,16 2,37	5,80 0,16 0,30	48,52 27,88 0,63	217,95 154,6 76,14	305 342 ПР
MT050 24	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный	150 200 30 20	5,52 0,16 2,37 1,12	5,80 0,16 0,30 0,22	48,52 27,88 0,63 0,48	217,95 154,6 76,14 49,98	305 342
ИТОГО ЗА	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД	150 200 30 20 720	5,52 0,16 2,37 1,12 22,18	5,80 0,16 0,30 0,22 27,06	48,52 27,88 0,63 0,48 89,36	217,95 154,6 76,14 49,98 826,52	305 342 ПР
ИТОГО ЗА	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД	150 200 30 20	5,52 0,16 2,37 1,12	5,80 0,16 0,30 0,22	48,52 27,88 0,63 0,48	217,95 154,6 76,14 49,98	305 342 ПР
ИТОГО ЗА День 5	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ:	150 200 30 20 720 1110	5,52 0,16 2,37 1,12 22,18 41,46	5,80 0,16 0,30 0,22 27,06 46,71	48,52 27,88 0,63 0,48 89,36 166,09	217,95 154,6 76,14 49,98 826,52 1408,2	305 342 ПР ПР
ИТОГО ЗА День 5	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброды с джемом или повидлом	150 200 30 20 720 1110	5,52 0,16 2,37 1,12 22,18 41,46	5,80 0,16 0,30 0,22 27,06 46,71	48,52 27,88 0,63 0,48 89,36 166,09	217,95 154,6 76,14 49,98 826,52 1408,2	305 342 ПР ПР
ИТОГО ЗА	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброды с джемом или повидлом Суп молочный с макаронными изделиями	150 200 30 20 720 1110 55	5,52 0,16 2,37 1,12 22,18 41,46	5,80 0,16 0,30 0,22 27,06 46,71 3,87 4,60	48,52 27,88 0,63 0,48 89,36 166,09 27,83 22,36	217,95 154,6 76,14 49,98 826,52 1408,2	305 342 ПР ПР 2 120
ИТОГО ЗА День 5	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброды с джемом или повидлом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком	150 200 30 20 720 1110 55 200 200	5,52 0,16 2,37 1,12 22,18 41,46 2,40 5,98 1,42	5,80 0,16 0,30 0,22 27,06 46,71 3,87 4,60 1,26	48,52 27,88 0,63 0,48 89,36 166,09 27,83 22,36 14,80	217,95 154,6 76,14 49,98 826,52 1408,2 183,5 178 75,34	305 342 ПР ПР 2 120 378
ИТОГО ЗА День 5 ЗАВТРАК	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброды с джемом или повидлом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Хлеб пшеничный	150 200 30 20 720 1110 55 200 200 30	5,52 0,16 2,37 1,12 22,18 41,46 2,40 5,98 1,42 2,37	5,80 0,16 0,30 0,22 27,06 46,71 3,87 4,60 1,26 0,30	48,52 27,88 0,63 0,48 89,36 166,09 27,83 22,36 14,80 0,63	217,95 154,6 76,14 49,98 826,52 1408,2 183,5 178 75,34 76,14	305 342 ПР ПР 2 120
ИТОГО ЗА День 5 ЗАВТРАК ИТОГО ЗА	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброды с джемом или повидлом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Хлеб пшеничный ЗАВТРАК	150 200 30 20 720 1110 55 200 200 30 485	5,52 0,16 2,37 1,12 22,18 41,46 2,40 5,98 1,42 2,37 12,17	5,80 0,16 0,30 0,22 27,06 46,71 3,87 4,60 1,26 0,30 10,03	48,52 27,88 0,63 0,48 89,36 166,09 27,83 22,36 14,80 0,63 65,62	217,95 154,6 76,14 49,98 826,52 1408,2 183,5 178 75,34 76,14 512,98	305 342 ПР ПР 120 378 ПР
ИТОГО ЗА День 5 ЗАВТРАК	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброды с джемом или повидлом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Икра кабачковая (пром производства)	150 200 30 20 720 1110 55 200 200 30 485 60	5,52 0,16 2,37 1,12 22,18 41,46 2,40 5,98 1,42 2,37 12,17 1,80	5,80 0,16 0,30 0,22 27,06 46,71 3,87 4,60 1,26 0,30 10,03 5,40	48,52 27,88 0,63 0,48 89,36 166,09 27,83 22,36 14,80 0,63 65,62 6,42	217,95 154,6 76,14 49,98 826,52 1408,2 183,5 178 75,34 76,14 512,98 85,2	305 342 ПР ПР 2 120 378 ПР
ИТОГО ЗА День 5 ЗАВТРАК ИТОГО ЗА	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброды с джемом или повидлом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Хлеб пшеничный ЗАВТРАК	150 200 30 20 720 1110 55 200 200 30 485	5,52 0,16 2,37 1,12 22,18 41,46 2,40 5,98 1,42 2,37 12,17	5,80 0,16 0,30 0,22 27,06 46,71 3,87 4,60 1,26 0,30 10,03	48,52 27,88 0,63 0,48 89,36 166,09 27,83 22,36 14,80 0,63 65,62	217,95 154,6 76,14 49,98 826,52 1408,2 183,5 178 75,34 76,14 512,98	305 342 ПР ПР 120 378 ПР
ИТОГО ЗА День 5 ЗАВТРАК ИТОГО ЗА	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброды с джемом или повидлом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Икра кабачковая (пром производства) Суп картофельный с бобовыми Рагу из птицы	150 200 30 20 720 1110 55 200 200 30 485 60 200	5,52 0,16 2,37 1,12 22,18 41,46 2,40 5,98 1,42 2,37 12,17 1,80 5,40	5,80 0,16 0,30 0,22 27,06 46,71 3,87 4,60 1,26 0,30 10,03 5,40 5,02	48,52 27,88 0,63 0,48 89,36 166,09 27,83 22,36 14,80 0,63 65,62 6,42 23,22	217,95 154,6 76,14 49,98 826,52 1408,2 183,5 178 75,34 76,14 512,98 85,2 158,6	305 342 ПР ПР ПР 120 378 ПР
ИТОГО ЗА День 5 ЗАВТРАК ИТОГО ЗА	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброды с джемом или повидлом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Икра кабачковая (пром производства) Суп картофельный с бобовыми	150 200 30 20 720 1110 55 200 200 30 485 60 200 200 200	5,52 0,16 2,37 1,12 22,18 41,46 2,40 5,98 1,42 2,37 12,17 1,80 5,40 16,36	5,80 0,16 0,30 0,22 27,06 46,71 3,87 4,60 1,26 0,30 10,03 5,40 5,02 20,40	48,52 27,88 0,63 0,48 89,36 166,09 27,83 22,36 14,80 0,63 65,62 6,42 23,22 43,38	217,95 154,6 76,14 49,98 826,52 1408,2 183,5 178 75,34 76,14 512,98 85,2 158,6 308	305 342 ПР ПР 2 120 378 ПР ПР
ИТОГО ЗА День 5 ЗАВТРАК ИТОГО ЗА	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброды с джемом или повидлом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Икра кабачковая (пром производства) Суп картофельный с бобовыми Рагу из птицы Компот из смеси сухофруктов	150 200 30 20 720 1110 55 200 200 30 485 60 200 200	5,52 0,16 2,37 1,12 22,18 41,46 2,40 5,98 1,42 2,37 12,17 1,80 5,40 16,36 0,66	5,80 0,16 0,30 0,22 27,06 46,71 3,87 4,60 1,26 0,30 10,03 5,40 5,02 20,40 0,08	48,52 27,88 0,63 0,48 89,36 166,09 27,83 22,36 14,80 0,63 65,62 6,42 23,22 43,38 32,02	217,95 154,6 76,14 49,98 826,52 1408,2 183,5 178 75,34 76,14 512,98 85,2 158,6 308 152,8	305 342 ПР ПР 2 120 378 ПР ПР 102 289 349
ИТОГО ЗА День 5 ЗАВТРАК ИТОГО ЗА ОБЕД	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброды с джемом или повидлом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Икра кабачковая (пром производства) Суп картофельный с бобовыми Рагу из птицы Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный	150 200 30 20 720 1110 55 200 200 30 485 60 200 200 200 30 200 710	5,52 0,16 2,37 1,12 22,18 41,46 2,40 5,98 1,42 2,37 12,17 1,80 5,40 16,36 0,66 2,37	5,80 0,16 0,30 0,22 27,06 46,71 3,87 4,60 1,26 0,30 10,03 5,40 5,02 20,40 0,08 0,30	48,52 27,88 0,63 0,48 89,36 166,09 27,83 22,36 14,80 0,63 65,62 6,42 23,22 43,38 32,02 0,63	217,95 154,6 76,14 49,98 826,52 1408,2 183,5 178 75,34 76,14 512,98 85,2 158,6 308 152,8 76,14	305 342 ПР ПР 2 120 378 ПР ПР 102 289 349 ПР
ИТОГО ЗА День 5 ЗАВТРАК ИТОГО ЗА	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброды с джемом или повидлом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Икра кабачковая (пром производства) Суп картофельный с бобовыми Рагу из птицы Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный	150 200 30 20 720 1110 55 200 200 30 485 60 200 200 200 30 200	5,52 0,16 2,37 1,12 22,18 41,46 2,40 5,98 1,42 2,37 12,17 1,80 5,40 16,36 0,66 2,37 1,12	5,80 0,16 0,30 0,22 27,06 46,71 3,87 4,60 1,26 0,30 10,03 5,40 5,02 20,40 0,08 0,30 0,22	48,52 27,88 0,63 0,48 89,36 166,09 27,83 22,36 14,80 0,63 65,62 6,42 23,22 43,38 32,02 0,63 0,48	217,95 154,6 76,14 49,98 826,52 1408,2 183,5 178 75,34 76,14 512,98 85,2 158,6 308 152,8 76,14 49,98	305 342 ПР ПР 2 120 378 ПР ПР 102 289 349 ПР
ИТОГО ЗА День 5 ЗАВТРАК ИТОГО ЗА ОБЕД ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА День 6	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброды с джемом или повидлом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Икра кабачковая (пром производства) Суп картофельный с бобовыми Рагу из птицы Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный	150 200 30 20 720 1110 55 200 200 30 485 60 200 200 200 30 200 710 1195	5,52 0,16 2,37 1,12 22,18 41,46 2,40 5,98 1,42 2,37 12,17 1,80 5,40 16,36 0,66 2,37 1,12 27,71 39,88	5,80 0,16 0,30 0,22 27,06 46,71 3,87 4,60 1,26 0,30 10,03 5,40 5,02 20,40 0,08 0,30 0,22 31,42	48,52 27,88 0,63 0,48 89,36 166,09 27,83 22,36 14,80 0,63 65,62 6,42 23,22 43,38 32,02 0,63 0,48 106,15 171,77	217,95 154,6 76,14 49,98 826,52 1408,2 183,5 178 75,34 76,14 512,98 85,2 158,6 308 152,8 76,14 49,98 830,72	305 342 ПР ПР 2 120 378 ПР ПР 102 289 349 ПР
ИТОГО ЗА День 5 ЗАВТРАК ИТОГО ЗА ОБЕД ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброды с джемом или повидлом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Икра кабачковая (пром производства) Суп картофельный с бобовыми Рагу из птицы Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ:	150 200 30 20 720 1110 55 200 200 30 485 60 200 200 200 30 200 1195	5,52 0,16 2,37 1,12 22,18 41,46 2,40 5,98 1,42 2,37 12,17 1,80 5,40 16,36 0,66 2,37 1,12 27,71 39,88	5,80 0,16 0,30 0,22 27,06 46,71 3,87 4,60 1,26 0,30 10,03 5,40 5,02 20,40 0,08 0,30 0,22 31,42 41,45	48,52 27,88 0,63 0,48 89,36 166,09 27,83 22,36 14,80 0,63 65,62 6,42 23,22 43,38 32,02 0,63 0,48 106,15 171,77	217,95 154,6 76,14 49,98 826,52 1408,2 183,5 178 75,34 76,14 512,98 85,2 158,6 308 152,8 76,14 49,98 830,72 1343,7	305 342 ПР ПР 2 120 378 ПР ПР 102 289 349 ПР
ИТОГО ЗА День 5 ЗАВТРАК ИТОГО ЗА ОБЕД ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА День 6	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброды с джемом или повидлом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Икра кабачковая (пром производства) Суп картофельный с бобовыми Рагу из птицы Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброд с маслом Каша жидкая молочная овсяная "Геркулес"	150 200 30 20 720 1110 55 200 200 30 485 60 200 200 30 200 1195	5,52 0,16 2,37 1,12 22,18 41,46 2,40 5,98 1,42 2,37 12,17 1,80 5,40 16,36 0,66 2,37 1,12 27,71 39,88 4,36 8,82	5,80 0,16 0,30 0,22 27,06 46,71 3,87 4,60 1,26 0,30 10,03 5,40 5,02 20,40 0,08 0,30 0,22 31,42 41,45	48,52 27,88 0,63 0,48 89,36 166,09 27,83 22,36 14,80 0,63 65,62 6,42 23,22 43,38 32,02 0,63 0,48 106,15 171,77	217,95 154,6 76,14 49,98 826,52 1408,2 183,5 178 75,34 76,14 512,98 85,2 158,6 308 152,8 76,14 49,98 830,72 1343,7	305 342 ПР ПР 1 1 182
ИТОГО ЗА День 5 ЗАВТРАК ИТОГО ЗА ОБЕД ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА День 6	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброды с джемом или повидлом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Икра кабачковая (пром производства) Суп картофельный с бобовыми Рагу из птицы Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ:	150 200 30 20 720 1110 55 200 200 30 485 60 200 200 200 30 40 200 1195	5,52 0,16 2,37 1,12 22,18 41,46 2,40 5,98 1,42 2,37 12,17 1,80 5,40 16,36 0,66 2,37 1,12 27,71 39,88 4,36 8,82 0,06	5,80 0,16 0,30 0,22 27,06 46,71 3,87 4,60 1,26 0,30 10,03 5,40 5,02 20,40 0,08 0,30 0,22 31,42 41,45	48,52 27,88 0,63 0,48 89,36 166,09 27,83 22,36 14,80 0,63 65,62 6,42 23,22 43,38 32,02 0,63 0,48 106,15 171,77	217,95 154,6 76,14 49,98 826,52 1408,2 183,5 178 75,34 76,14 512,98 85,2 158,6 308 152,8 76,14 49,98 830,72 1343,7	305 342 ПР ПР 102 289 349 ПР ПР 1182 376
ИТОГО ЗА День 5 ЗАВТРАК ИТОГО ЗА ОБЕД ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА День 6 ЗАВТРАК	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброды с джемом или повидлом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Икра кабачковая (пром производства) Суп картофельный с бобовыми Рагу из птицы Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброд с маслом Каша жидкая молочная овсяная "Геркулес" Чай с сахаром Хлеб пшеничный	150 200 30 20 720 1110 55 200 200 30 485 60 200 200 200 30 40 200 1195 40 200 200 30	5,52 0,16 2,37 1,12 22,18 41,46 2,40 5,98 1,42 2,37 12,17 1,80 5,40 16,36 0,66 2,37 1,12 27,71 39,88 4,36 8,82 0,06 2,37	5,80 0,16 0,30 0,22 27,06 46,71 3,87 4,60 1,26 0,30 10,03 5,40 5,02 20,40 0,08 0,30 0,22 31,42 41,45 7,49 14,66 0,02 0,30	48,52 27,88 0,63 0,48 89,36 166,09 27,83 22,36 14,80 0,63 65,62 6,42 23,22 43,38 32,02 0,63 0,48 106,15 171,77	217,95 154,6 76,14 49,98 826,52 1408,2 183,5 178 75,34 76,14 512,98 85,2 158,6 308 152,8 76,14 49,98 830,72 1343,7 136 295,46 55,82 76,14	305 342 ПР ПР 1 1 182
ИТОГО ЗА День 5 ЗАВТРАК ИТОГО ЗА ОБЕД ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА День 6 ЗАВТРАК	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброды с джемом или повидлом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Икра кабачковая (пром производства) Суп картофельный с бобовыми Рагу из птицы Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброд с маслом Каша жидкая молочная овсяная "Геркулес" Чай с сахаром Хлеб пшеничный	150 200 30 20 720 1110 55 200 200 30 485 60 200 200 200 30 40 200 1195	5,52 0,16 2,37 1,12 22,18 41,46 2,40 5,98 1,42 2,37 12,17 1,80 5,40 16,36 0,66 2,37 1,12 27,71 39,88 4,36 8,82 0,06 2,37 15,61	5,80 0,16 0,30 0,22 27,06 46,71 3,87 4,60 1,26 0,30 10,03 5,40 5,02 20,40 0,08 0,30 0,22 31,42 41,45	48,52 27,88 0,63 0,48 89,36 166,09 27,83 22,36 14,80 0,63 65,62 6,42 23,22 43,38 32,02 0,63 0,48 106,15 171,77 22,89 48,76 13,96 0,63 86,24	217,95 154,6 76,14 49,98 826,52 1408,2 183,5 178 75,34 76,14 512,98 85,2 158,6 308 152,8 76,14 49,98 830,72 1343,7 136 295,46 55,82	305 342 ПР ПР 102 289 349 ПР ПР 1182 376 ПР
ИТОГО ЗА День 5 ЗАВТРАК ИТОГО ЗА ОБЕД ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА День 6	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброды с джемом или повидлом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Икра кабачковая (пром производства) Суп картофельный с бобовыми Рагу из птицы Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброд с маслом Каша жидкая молочная овсяная "Геркулес" Чай с сахаром Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Овощи натуральные соленые	150 200 30 20 720 1110 55 200 200 30 485 60 200 200 200 30 40 200 1195 40 200 200 30	5,52 0,16 2,37 1,12 22,18 41,46 2,40 5,98 1,42 2,37 12,17 1,80 5,40 16,36 0,66 2,37 1,12 27,71 39,88 4,36 8,82 0,06 2,37	5,80 0,16 0,30 0,22 27,06 46,71 3,87 4,60 1,26 0,30 10,03 5,40 5,02 20,40 0,08 0,30 0,22 31,42 41,45 7,49 14,66 0,02 0,30	48,52 27,88 0,63 0,48 89,36 166,09 27,83 22,36 14,80 0,63 65,62 6,42 23,22 43,38 32,02 0,63 0,48 106,15 171,77	217,95 154,6 76,14 49,98 826,52 1408,2 183,5 178 75,34 76,14 512,98 85,2 158,6 308 152,8 76,14 49,98 830,72 1343,7 136 295,46 55,82 76,14	305 342 ПР ПР 102 289 349 ПР ПР ПР 1182 376
ИТОГО ЗА День 5 ЗАВТРАК ИТОГО ЗА ОБЕД ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА День 6 ЗАВТРАК	Суфле из кур Рис припущенный Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброды с джемом или повидлом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Икра кабачковая (пром производства) Суп картофельный с бобовыми Рагу из птицы Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ОБЕД ДЕНЬ: Бутерброд с маслом Каша жидкая молочная овсяная "Геркулес" Чай с сахаром Хлеб пшеничный ЗАВТРАК	150 200 30 20 720 1110 55 200 200 30 485 60 200 200 30 20 710 1195 40 200 200 30 470	5,52 0,16 2,37 1,12 22,18 41,46 2,40 5,98 1,42 2,37 12,17 1,80 5,40 16,36 0,66 2,37 1,12 27,71 39,88 4,36 8,82 0,06 2,37 15,61	5,80 0,16 0,30 0,22 27,06 46,71 3,87 4,60 1,26 0,30 10,03 5,40 5,02 20,40 0,08 0,30 0,22 31,42 41,45 7,49 14,66 0,02 0,30 22,47	48,52 27,88 0,63 0,48 89,36 166,09 27,83 22,36 14,80 0,63 65,62 6,42 23,22 43,38 32,02 0,63 0,48 106,15 171,77 22,89 48,76 13,96 0,63 86,24	217,95 154,6 76,14 49,98 826,52 1408,2 183,5 178 75,34 76,14 512,98 85,2 158,6 308 152,8 76,14 49,98 830,72 1343,7	305 342 ПР ПР 102 289 349 ПР ПР 1182 376 ПР

	Котлеты рубленые из птицы	80	7,96	8,68	8,29	147,2	
	Каша перловая рассыпчатая	150	11,33	6,45	40,11	299,57	302
	Компот из ягод	200	0,52	0,18	28,86	132,6	345
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
147050.04	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	49,98	ПР
NTOFO 3A		740	25,54	20,11	91,71	796,29	
ИТОГО ЗА День 7	день:	1210	41,15	42,58	177,95	1359,71	
3ABTPAK	Плоды или ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	338
SABTI AK	Каша жидкая молочная рисовая	200	6,64	13,74	55,46	284,54	182
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	17,94	100,6	379
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
ИТОГО ЗА		530	12,57	17,12	83,83	508,28	
ОБЕД	Горошек зеленый консервированный					,	
	отварной (с маслом)	40	1,24	1,42	2,29	35,05	131
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	7,74	103	82
	Печень по-строгановски	100	14,26	12,83	10,72	235	255
	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,51	32,44	186	309
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,08	32,02	152,8	349
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
MTOFO	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	49,98	ПР
ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА		740 1270	26,61 39,18	23,30 40,42	86,32 170,15	837,97 1346,25	
День 8	дыю.	1210	J9,10	40,42	170,13	1340,23	<u> </u>
3ABTPAK	Бутерброд с маслом	40	4,36	7,49	22,89	136	1
OABTI AK	Каша жидкая молочная пшенная	200	8,82	12,66	51,16	255,46	182
	Чай с лимоном	200	0,02	0,02	13,70	55,86	377
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
ИТОГО ЗА		470	15,67	20,47	88,38	523,46	
ОБЕД	Овощи натуральные свежие	60	0,66	0,12	2,28	25,2	71
	Рассольник ленинградский	200	3,62	2,08	19,58	85,8	96
	Рагу из свинины	200	14,34	21,76	38,66	432	263
-	Кисель из плодов или ягод	200	0,08	0,04	23,04	131,6	350
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	49,98	ПР
ИТОГО ЗА		710	22,19	24,52	84,67	800,72	
ИТОГО ЗА	день:	1180	37,86	44,99	173,05	1324,18	
День 9		T 50	F 00	0.00	44.00	1.57	
ЗАВТРАК	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157	3
	Каша вязкая молочная пшеничная	200	7,86 0,06	10,06 0,02	49,36 13,96	320 55,82	173 376
	Чай с сахаром Хлеб пшеничный	30	2,37	0,02	0,63	76,14	ΠP
ИТОГО ЗА		480	16,09	18,68	78,78	608,96	TIF
ОБЕД	Салат из свеклы с огурцами солеными	80	1,14	4,82	6,62	84	55
о - -д	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,42	4,76	7,72	71,8	88
	Шницель натуральный рубленный (свиной)	80	12,50	43,68	6,58	372	267
	Пюре картофельное	150	3,06	6,30	24,94	165,75	312
	Соки фруктовые или ягодные	200	8,00	0,00	64,00	250	389
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	49,98	ПР
ИТОГО ЗА	• •	760	29,61	60,08	110,97	1069,67	
ИТОГО ЗА	ДЕНЬ:	1240	45,70	78,76	189,75	1678,63	
День 10		T	1	I =	00.00		Ι
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	40	4,36	7,49	22,89	136	1
	Омлет натуральный	120	11,15	16,26	12,91	231,72	210
	Чай с молоком	200	1,42	1,26	14,80	75,34	378 ПР
ИТОГО ЗА	Хлеб пшеничный ЗАВТРАК	30 390	2,37 19,30	0,30 25,31	0,63 51,23	76,14 519,2	1117
ОБЕД	Икра кабачковая (пром производства)	60	1,80	5,40	6,42	85,2	ПР
~~~ <u>~</u>	Суп картофельный с макаронными	- 00	1,00	J, <del>T</del> U	0,74	00,2	1 11
	изделиями	200	3,16	3,48	23,96	134,6	103
	Плов из птицы	200	12,94	6,46	57,74	331,34	291
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	154,6	342
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	76,14	ПР
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	49,98	ПР
ИТОГО ЗА		710	21,55	16,02	117,11	831,86	
ИТОГО ЗА		1100	40,85	41,33	168,34	1351,06	
ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА	ДЕНЬ: ВЕСЬ ПЕРИОД: ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1100 12045 1204,5	40,85 398,34 39,83	41,33 459,81 45,98	168,34 1722,96 172,30	1351,06 13856,8 1385,68	