


Муниципальное общеобразовательное учреждение Тушнинская средняя школа имени Ф.Е.Крайнова

СОГЛАСОВАНО


И.о. Главы Администрации  
муниципального образования  
«Сенгилеевский район»

  
Д.А.Цепцов  
26 августа 2024 года



УТВЕРЖДАЮ

Директор  
МОУ Тушнинская СШ

  
Т.А.Смирнова  
26 августа 2024 года



**ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ  
(ВОЗРАСТ 12-18 ЛЕТ)  
на период 2024-2025 учебного года**

Название меню: Образовательные учреждения Школьный Стандарт 12-18 лет

Возрастная категория: от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся: Без особенностей

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ**

| № рец.                       | Прием пищи, наименование блюда      | Масса      | Пищевые вещества |             |              | Энерг. ценность, | Витамины    |             |               |             |             | Минеральные вещества |                |               |               |               |              |              |              |               |
|------------------------------|-------------------------------------|------------|------------------|-------------|--------------|------------------|-------------|-------------|---------------|-------------|-------------|----------------------|----------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
|                              |                                     |            | Белки            | Жиры        | Углеводы     |                  | В1          | В2          | А             | Д           | С           | Na                   | К              | Ca            | Mg            | P             | Fe           | I            | Se           | F             |
|                              |                                     | г          | г                | г           | г            | ккал             | мг          | мг          | мкг           | мкг         | мг          | мг                   | мг             | мг            | мг            | мг            | мг           | мкг          | мкг          | мкг           |
| 1                            | 2                                   | 3          | 4                | 5           | 6            | 7                | 8           | 9           | 10            | 11          | 12          | 13                   | 14             | 15            | 16            | 17            | 18           | 19           | 20           | 21            |
| <b>Понедельник, 1 неделя</b> |                                     |            |                  |             |              |                  |             |             |               |             |             |                      |                |               |               |               |              |              |              |               |
| <b>Завтрак</b>               |                                     |            |                  |             |              |                  |             |             |               |             |             |                      |                |               |               |               |              |              |              |               |
| 54-1з                        | Сыр твердых сортов в нарезке        | 20         | 4,6              | 5,9         | 0            | 71,7             | 0,01        | 0,06        | 52            | 0,19        | 0,14        | 162                  | 17,6           | 176           | 7             | 100           | 0,2          | 0            | 2,9          | 0             |
| 53-19з                       | Масло сливочное (порциями)          | 10         | 0,1              | 7,3         | 0,1          | 66,1             | 0           | 0,01        | 45            | 0,13        | 0           | 1,5                  | 3              | 2,4           | 0             | 3             | 0,02         | 0            | 0,1          | 0,28          |
| 54-16к                       | Каша "Дружба"                       | 250        | 6,2              | 7,4         | 30           | 211,2            | 0,09        | 0,17        | 33,95         | 0,08        | 0,66        | 419,69               | 195,89         | 171,61        | 33,85         | 154,62        | 0,65         | 62,36        | 5,12         | 38,9          |
| 54-21гн                      | Какао с молоком                     | 200        | 4,7              | 3,5         | 12,5         | 100,4            | 0,04        | 0,16        | 17,25         | 0           | 0,68        | 49,95                | 220,33         | 167,68        | 34,32         | 130,28        | 1,09         | 11,7         | 2,29         | 38,25         |
| Пром.                        | Хлеб пшеничный                      | 70         | 5,3              | 0,6         | 34,4         | 164,1            | 0,08        | 0,02        | 0             | 0           | 0           | 349,3                | 65,1           | 14            | 9,8           | 45,5          | 0,77         | 2,24         | 4,2          | 10,15         |
|                              | <b>Итого за Завтрак</b>             | <b>550</b> | <b>20,9</b>      | <b>24,7</b> | <b>77</b>    | <b>613,5</b>     | <b>0,22</b> | <b>0,42</b> | <b>148,2</b>  | <b>0,4</b>  | <b>1,48</b> | <b>982,44</b>        | <b>501,92</b>  | <b>531,69</b> | <b>84,97</b>  | <b>433,4</b>  | <b>2,73</b>  | <b>76,3</b>  | <b>14,61</b> | <b>87,58</b>  |
| <b>Обед</b>                  |                                     |            |                  |             |              |                  |             |             |               |             |             |                      |                |               |               |               |              |              |              |               |
| 13                           | Овощная нарезка*                    | 30         | 0,3              | 0           | 1            | 5,8              | 0,01        | 0,01        | 30,95         | 0           | 6,75        | 1,99                 | 72,65          | 8             | 5,95          | 11,15         | 0,24         | 0,79         | 0,11         | 7,85          |
| 302-У                        | Каша гречневая рассыпчатая          | 180        | 9,3              | 8,4         | 40,6         | 275,3            | 0,24        | 0,13        | 26,86         | 0,12        | 0           | 37                   | 248,42         | 16,27         | 135,82        | 204,73        | 4,57         | 2,57         | 4            | 18,21         |
| 113                          | Суп -лапша домашняя                 | 250        | 7,1              | 9           | 15,1         | 169,9            | 0,05        | 0,05        | 18,06         | 0,11        | 0,57        | 18,54                | 81,36          | 13,21         | 8,59          | 64,41         | 0,74         | 2,59         | 2,58         | 41,68         |
| 33,1 Ш                       | Биточки "Детские" тушеные с овощами | 90         | 16,3             | 16,2        | 15,5         | 273,2            | 0,09        | 0,19        | 82,8          | 0,74        | 4,06        | 126,75               | 328,49         | 89,69         | 28,9          | 186,85        | 2,82         | 14,78        | 3,38         | 60,88         |
| 343-У                        | Компот из фруктовой ягодной смеси   | 200        | 0,5              | 0,1         | 12,8         | 54,6             | 0,01        | 0,02        | 18,66         | 0           | 16,62       | 5,91                 | 155,54         | 62,38         | 14,99         | 15,25         | 0,57         | 0,36         | 0,23         | 4,9           |
| Пром.                        | Хлеб ржано-пшеничный                | 60         | 4                | 0,7         | 23,8         | 117,4            | 0,1         | 0,05        | 0             | 0           | 0           | 243,6                | 141            | 17,4          | 28,2          | 90            | 2,34         | 2,64         | 3,3          | 14,4          |
|                              | <b>Итого за Обед</b>                | <b>810</b> | <b>37,5</b>      | <b>34,4</b> | <b>108,8</b> | <b>896,2</b>     | <b>0,5</b>  | <b>0,45</b> | <b>177,33</b> | <b>0,97</b> | <b>28</b>   | <b>433,79</b>        | <b>1027,46</b> | <b>206,95</b> | <b>222,45</b> | <b>572,39</b> | <b>11,28</b> | <b>23,73</b> | <b>13,6</b>  | <b>147,92</b> |
| <b>Полдник</b>               |                                     |            |                  |             |              |                  |             |             |               |             |             |                      |                |               |               |               |              |              |              |               |
| 21                           | Яблоко печеное                      | 50         | 0,2              | 0,2         | 6,7          | 29,3             | 0,01        | 0,01        | 1,5           | 0           | 2           | 9,9                  | 115,43         | 7,08          | 3,92          | 4,79          | 0,96         | 1            | 0,13         | 4             |
| 342-У                        | Компот из консервированных плодов   | 200        | 0,4              | 0           | 29,5         | 119,6            | 0,01        | 0,01        | 11,7          | 0           | 0,54        | 7,98                 | 90,89          | 29,04         | 5,22          | 9,14          | 0,26         | 0            | 0            | 0             |

| № рец.                   | Прием пищи, наименование блюда       | Масса       | Пищевые вещества |             |              | Энерг. ценность, ккал | Витамины    |             |               |             |              | Минеральные вещества |               |               |               |               |             |              |              |               |              |
|--------------------------|--------------------------------------|-------------|------------------|-------------|--------------|-----------------------|-------------|-------------|---------------|-------------|--------------|----------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|-------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
|                          |                                      |             | Белки            | Жиры        | Углеводы     |                       | B1          | B2          | A             | D           | C            | Na                   | K             | Ca            | Mg            | P             | Fe          | I            | Se           | F             |              |
|                          |                                      | г           | г                | г           | г            |                       | мг          | мг          | мкг           | мкг         | мг           | мг                   | мг            | мг            | мг            | мг            | мг          | мкг          | мкг          | мкг           |              |
| 1                        | 2                                    | 3           | 4                | 5           | 6            | 7                     | 8           | 9           | 10            | 11          | 12           | 13                   | 14            | 15            | 16            | 17            | 18          | 19           | 20           | 21            |              |
| 410-У                    | Ватрушка с творогом                  | 100         | 10,8             | 5,4         | 41,9         | 259,9                 | 0,08        | 0,1         | 21,71         | 0,07        | 0,08         | 71,16                | 96,7          | 59,4          | 14,76         | 105,7         | 0,79        | 4,17         | 10,72        | 23,1          |              |
|                          | <b>Итого за Полдник</b>              | <b>350</b>  | <b>11,4</b>      | <b>5,6</b>  | <b>78,1</b>  | <b>408,8</b>          | <b>0,1</b>  | <b>0,12</b> | <b>34,91</b>  | <b>0,07</b> | <b>2,62</b>  | <b>89,04</b>         | <b>303,02</b> | <b>95,52</b>  | <b>23,9</b>   | <b>119,63</b> | <b>2,01</b> | <b>5,17</b>  | <b>10,85</b> | <b>27,1</b>   |              |
|                          | <b>Итого за день</b>                 | <b>1710</b> | <b>69,8</b>      | <b>64,7</b> | <b>263,9</b> | <b>1918,5</b>         | <b>0,82</b> | <b>0,99</b> | <b>360,44</b> | <b>1,44</b> | <b>32,1</b>  | <b>1505,27</b>       | <b>1832,4</b> | <b>834,16</b> | <b>331,32</b> | <b>1125,4</b> | <b>2</b>    | <b>16,02</b> | <b>105,2</b> | <b>39,06</b>  | <b>262,6</b> |
| <b>Вторник, 1 неделя</b> |                                      |             |                  |             |              |                       |             |             |               |             |              |                      |               |               |               |               |             |              |              |               |              |
| <b>Завтрак</b>           |                                      |             |                  |             |              |                       |             |             |               |             |              |                      |               |               |               |               |             |              |              |               |              |
| 330                      | Соус сметанный                       | 30          | 0,8              | 2,4         | 2,3          | 33,9                  | 0,01        | 0,02        | 11,39         | 0           | 0,06         | 50,01                | 25,61         | 22,91         | 2,48          | 15,11         | 0,07        | 2,06         | 0,29         | 4,04          |              |
| 54-23гн                  | Кофейный напиток с молоком           | 200         | 3,9              | 2,9         | 11,2         | 86                    | 0,03        | 0,13        | 13,29         | 0           | 0,52         | 38,55                | 183,98        | 148,32        | 30,67         | 106,79        | 1,06        | 9            | 1,76         | 20            |              |
| 394-У                    | Вареники с картофелем                | 150         | 7,2              | 10,9        | 40,1         | 287,1                 | 0,12        | 0,1         | 33,28         | 0,2         | 5,4          | 136,99               | 372,93        | 50,35         | 23,89         | 102,18        | 1,23        | 7,18         | 4,29         | 41,09         |              |
| Пром.                    | Яблоко                               | 120         | 0,5              | 0,5         | 11,8         | 53,3                  | 0,04        | 0,02        | 6             | 0           | 12           | 31,2                 | 333,6         | 19,2          | 10,8          | 13,2          | 2,64        | 2,4          | 0,36         | 9,6           |              |
| Пром.                    | Хлеб пшеничный                       | 50          | 3,8              | 0,4         | 24,6         | 117,2                 | 0,06        | 0,02        | 0             | 0           | 0            | 249,5                | 46,5          | 10            | 7             | 32,5          | 0,55        | 1,6          | 3            | 7,25          |              |
|                          | <b>Итого за Завтрак</b>              | <b>550</b>  | <b>16,2</b>      | <b>17,1</b> | <b>90</b>    | <b>577,5</b>          | <b>0,26</b> | <b>0,29</b> | <b>63,96</b>  | <b>0,2</b>  | <b>17,98</b> | <b>506,25</b>        | <b>962,62</b> | <b>250,78</b> | <b>74,84</b>  | <b>269,78</b> | <b>5,55</b> | <b>22,24</b> | <b>9,7</b>   | <b>81,98</b>  |              |
| <b>Обед</b>              |                                      |             |                  |             |              |                       |             |             |               |             |              |                      |               |               |               |               |             |              |              |               |              |
| 17                       | Нарезка овощная "Ассорти"*           | 30          | 0,4              | 0           | 1,1          | 6,2                   | 0,01        | 0,01        | 14,6          | 0           | 8            | 2,4                  | 73,1          | 8,5           | 5             | 9,9           | 0,21        | 0,8          | 0,1          | 4,7           |              |
| 82-У                     | Борщ со свежей капустой и картофелем | 250         | 6,4              | 5,6         | 13,6         | 129,8                 | 0,05        | 0,05        | 162,79        | 0           | 10,66        | 24,18                | 399,56        | 38,65         | 28,06         | 58,13         | 1,28        | 6,51         | 0,55         | 34,19         |              |
| 304-У                    | Рис отварной                         | 180         | 4,2              | 5,2         | 42,9         | 235                   | 0,04        | 0,03        | 19,44         | 0,09        | 0            | 7,64                 | 54,58         | 6,01          | 27,67         | 84,88         | 0,57        | 0,89         | 8,51         | 32            |              |
| 295- У                   | Котлета куриная*                     | 100         | 19               | 25,7        | 25,1         | 407,6                 | 0,16        | 0,3         | 100,73        | 2,22        | 7,66         | 453,79               | 311,21        | 176,62        | 31,17         | 218,77        | 3,52        | 24,64        | 5,29         | 110,54        |              |
| 15                       | Компот из яблок и вишни              | 200         | 0,1              | 0,1         | 6,4          | 26,8                  | 0           | 0           | 1,34          | 0           | 1,52         | 3,58                 | 45,77         | 76,77         | 3,18          | 3,67          | 0,25        | 0,4          | 0,04         | 2,1           |              |
| Пром.                    | Хлеб ржано-пшеничный                 | 60          | 4                | 0,7         | 23,8         | 117,4                 | 0,1         | 0,05        | 0             | 0           | 0            | 243,6                | 141           | 17,4          | 28,2          | 90            | 2,34        | 2,64         | 3,3          | 14,4          |              |
|                          | <b>Итого за Обед</b>                 | <b>820</b>  | <b>34,1</b>      | <b>37,3</b> | <b>112,9</b> | <b>922,8</b>          | <b>0,36</b> | <b>0,44</b> | <b>298,9</b>  | <b>2,31</b> | <b>27,84</b> | <b>735,19</b>        | <b>1025,2</b> | <b>323,95</b> | <b>123,28</b> | <b>465,35</b> | <b>8,17</b> | <b>35,88</b> | <b>17,79</b> | <b>197,93</b> |              |
| <b>Полдник</b>           |                                      |             |                  |             |              |                       |             |             |               |             |              |                      |               |               |               |               |             |              |              |               |              |
| 520,2                    | Крокеты картофельные                 | 50          | 2,2              | 5,2         | 11,6         | 101,8                 | 0,06        | 0,05        | 8,79          | 0,11        | 4,4          | 193,91               | 272,13        | 10,36         | 13,08         | 41,53         | 0,66        | 27,8         | 2,19         | 19,91         |              |
| 342                      | Компот из свежих плодов              | 200         | 0,4              | 0           | 6,4          | 27,6                  | 0,01        | 0,02        | 72,09         | 0           | 1,9          | 1,06                 | 114,26        | 61,27         | 3,16          | 10,2          | 0,28        | 0,45         | 0,04         | 4,95          |              |
| 432,28                   | Эчпочмак                             | 100         | 8,6              | 6,8         | 33,4         | 229,4                 | 0,09        | 0,07        | 12,5          | 0,02        | 2,31         | 309,73               | 237,19        | 21,58         | 16,84         | 90,51         | 1,23        | 44,21        | 2,61         | 32,84         |              |
|                          | <b>Итого за Полдник</b>              | <b>350</b>  | <b>11,2</b>      | <b>12</b>   | <b>51,4</b>  | <b>358,8</b>          | <b>0,16</b> | <b>0,14</b> | <b>93,38</b>  | <b>0,13</b> | <b>8,61</b>  | <b>504,7</b>         | <b>623,58</b> | <b>93,21</b>  | <b>33,08</b>  | <b>142,24</b> | <b>2,17</b> | <b>72,46</b> | <b>4,84</b>  | <b>57,7</b>   |              |

| № рец.                   | Прием пищи, наименование блюда    | Масса       | Пищевые вещества |             |              | Энерг. ценность, | Витамины    |             |                |             |              | Минеральные вещества |               |               |               |               |               |              |               |               |               |
|--------------------------|-----------------------------------|-------------|------------------|-------------|--------------|------------------|-------------|-------------|----------------|-------------|--------------|----------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------------|---------------|---------------|---------------|
|                          |                                   |             | Белки            | Жиры        | Углеводы     |                  | В1          | В2          | А              | Д           | С            | Na                   | К             | Ca            | Mg            | P             | Fe            | I            | Se            | F             |               |
|                          |                                   | г           | г                | г           | г            | ккал             | мг          | мг          | мкг            | мкг         | мг           | мг                   | мг            | мг            | мг            | мг            | мг            | мг           | мкг           | мкг           | мкг           |
| 1                        | 2                                 | 3           | 4                | 5           | 6            | 7                | 8           | 9           | 10             | 11          | 12           | 13                   | 14            | 15            | 16            | 17            | 18            | 19           | 20            | 21            |               |
|                          | <b>Итого за день</b>              | <b>1720</b> | <b>61,5</b>      | <b>66,4</b> | <b>254,3</b> | <b>1859,1</b>    | <b>0,78</b> | <b>0,87</b> | <b>456,24</b>  | <b>2,64</b> | <b>54,43</b> | <b>1746,14</b>       | <b>2611,4</b> | <b>2</b>      | <b>667,94</b> | <b>231,2</b>  | <b>877,37</b> | <b>15,89</b> | <b>130,58</b> | <b>32,33</b>  | <b>337,61</b> |
| <b>Среда, 1 неделя</b>   |                                   |             |                  |             |              |                  |             |             |                |             |              |                      |               |               |               |               |               |              |               |               |               |
| <b>Завтрак</b>           |                                   |             |                  |             |              |                  |             |             |                |             |              |                      |               |               |               |               |               |              |               |               |               |
| 60                       | Салат из моркови с яблоками*      | 60          | 0,6              | 1,9         | 7,4          | 49,3             | 0,03        | 0,03        | 840,79         | 0           | 5,15         | 12,82                | 127,71        | 15,41         | 17,49         | 24,93         | 0,64          | 2,4          | 0,1           | 24,3          |               |
| 219-У                    | Сырники творожные                 | 170         | 33,6             | 15,2        | 25,6         | 373,8            | 0,08        | 0,35        | 41,34          | 0,16        | 0,31         | 55,51                | 176,42        | 228,38        | 34,9          | 323,9         | 0,97          | 15,57        | 43,65         | 58,47         |               |
| 330                      | Соус сладкий сметанный            | 60          | 2                | 5,3         | 8,2          | 88,4             | 0,02        | 0,07        | 27,79          | 0           | 0,22         | 105,5                | 69,72         | 58,19         | 6,89          | 43,86         | 0,15          | 5,46         | 0,94          | 12,2          |               |
| 375,01                   | Чай черный с лимоном              | 200         | 0,4              | 0,1         | 5,2          | 23,7             | 0           | 0,02        | 1,08           | 0           | 1,8          | 2,13                 | 56,27         | 11,6          | 9,28          | 17,38         | 1,68          | 0            | 0,02          | 0,4           |               |
| Пром.                    | Хлеб пшеничный                    | 60          | 4,6              | 0,5         | 29,5         | 140,6            | 0,07        | 0,02        | 0              | 0           | 0            | 299,4                | 55,8          | 12            | 8,4           | 39            | 0,66          | 1,92         | 3,6           | 8,7           |               |
|                          | <b>Итого за Завтрак</b>           | <b>550</b>  | <b>41,2</b>      | <b>23</b>   | <b>75,9</b>  | <b>675,8</b>     | <b>0,2</b>  | <b>0,49</b> | <b>911</b>     | <b>0,16</b> | <b>7,48</b>  | <b>475,36</b>        | <b>485,92</b> | <b>325,58</b> | <b>76,96</b>  | <b>449,07</b> | <b>4,1</b>    | <b>25,35</b> | <b>48,31</b>  | <b>104,07</b> |               |
| <b>Обед</b>              |                                   |             |                  |             |              |                  |             |             |                |             |              |                      |               |               |               |               |               |              |               |               |               |
| 50,08                    | Салат из свеклы с сыром           | 60          | 4,3              | 7,5         | 4,6          | 102,6            | 0,02        | 0,07        | 40,04          | 0,14        | 5,31         | 145,42               | 162,96        | 151,24        | 16,69         | 97,42         | 0,88          | 3,64         | 2,54          | 10,4          |               |
| 87-У                     | Щи из свежей капусты с картофелем | 250         | 5,5              | 6,6         | 8,5          | 115,7            | 0,05        | 0,04        | 151,26         | 0           | 10           | 7,24                 | 281,87        | 24,4          | 17,07         | 37,65         | 0,6           | 3,68         | 0,23          | 23,48         |               |
| 54-1г                    | Макароны отварные                 | 180         | 6,4              | 5,9         | 39,4         | 236,2            | 0,08        | 0,03        | 22,03          | 0,11        | 0            | 178,84               | 64,56         | 127           | 8,63          | 48,84         | 0,88          | 24,92        | 0,07          | 14,3          |               |
| 280-У                    | Фрикадельки "Школьные" в соусе    | 90          | 8,5              | 11          | 13,1         | 185,3            | 0,06        | 0,12        | 30,11          | 0,76        | 2,59         | 66,05                | 173,77        | 82,3          | 14,21         | 101,89        | 1,63          | 11,17        | 1,91          | 27,51         |               |
| 349                      | Компот из смеси сухофруктов       | 200         | 0,4              | 0           | 21,6         | 88,1             | 0           | 0           | 12             | 0           | 0,12         | 0,1                  | 0,56          | 39,99         | 1,71          | 3,47          | 0,08          | 0            | 0             | 0             |               |
| Пром.                    | Хлеб ржано-пшеничный              | 60          | 4                | 0,7         | 23,8         | 117,4            | 0,1         | 0,05        | 0              | 0           | 0            | 243,6                | 141           | 17,4          | 28,2          | 90            | 2,34          | 2,64         | 3,3           | 14,4          |               |
|                          | <b>Итого за Обед</b>              | <b>840</b>  | <b>29,1</b>      | <b>31,7</b> | <b>111</b>   | <b>845,3</b>     | <b>0,31</b> | <b>0,31</b> | <b>255,44</b>  | <b>1,01</b> | <b>18,02</b> | <b>641,25</b>        | <b>824,72</b> | <b>442,33</b> | <b>86,51</b>  | <b>379,27</b> | <b>6,41</b>   | <b>46,05</b> | <b>8,05</b>   | <b>90,09</b>  |               |
| <b>Полдник</b>           |                                   |             |                  |             |              |                  |             |             |                |             |              |                      |               |               |               |               |               |              |               |               |               |
| 102,20                   | Фруктовая нарезка                 | 50          | 0,3              | 0,2         | 6            | 26,5             | 0,02        | 0,01        | 3,25           | 0           | 17,5         | 9,77                 | 118,8         | 12,55         | 5,5           | 8,5           | 0,63          | 1            | 0,2           | 6,25          |               |
| 406                      | Пирожок с фруктовой начинкой      | 100         | 5,3              | 3,4         | 43,4         | 225,4            | 0,07        | 0,05        | 21,85          | 0,07        | 0,72         | 13,68                | 126,59        | 28,94         | 10,94         | 56,14         | 1,07          | 2,93         | 3,33          | 15,09         |               |
| Пром.                    | Сок яблочный                      | 200         | 1                | 0,2         | 20,2         | 86,6             | 0,02        | 0,02        | 0              | 0           | 4            | 12                   | 240           | 14            | 8             | 14            | 2,8           | 0            | 0             | 0             |               |
|                          | <b>Итого за Полдник</b>           | <b>350</b>  | <b>6,6</b>       | <b>3,8</b>  | <b>69,6</b>  | <b>338,5</b>     | <b>0,11</b> | <b>0,08</b> | <b>25,1</b>    | <b>0,07</b> | <b>22,22</b> | <b>35,45</b>         | <b>485,39</b> | <b>55,49</b>  | <b>24,44</b>  | <b>78,64</b>  | <b>4,5</b>    | <b>3,93</b>  | <b>3,53</b>   | <b>21,34</b>  |               |
|                          | <b>Итого за день</b>              | <b>1740</b> | <b>76,9</b>      | <b>58,5</b> | <b>256,5</b> | <b>1859,6</b>    | <b>0,62</b> | <b>0,88</b> | <b>1191,54</b> | <b>1,24</b> | <b>47,72</b> | <b>1152,06</b>       | <b>1796,0</b> | <b>3</b>      | <b>823,4</b>  | <b>187,91</b> | <b>906,98</b> | <b>15,01</b> | <b>75,33</b>  | <b>59,89</b>  | <b>215,5</b>  |
| <b>Четверг, 1 неделя</b> |                                   |             |                  |             |              |                  |             |             |                |             |              |                      |               |               |               |               |               |              |               |               |               |

| №<br>рец.                | Прием пищи, наименование<br>блюда        | Масса       | Пищевые<br>вещества |             |              | Энерг.<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Витамины    |             |               |             |              | Минеральные вещества |               |               |               |               |              |               |              |               |
|--------------------------|--|-------------|---------------------|-------------|--------------|----------------------------------|-------------|-------------|---------------|-------------|--------------|----------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------------|---------------|--------------|---------------|
|                          |  |             | Бел<br>ки           | Жи<br>ры    | Угле<br>воды |                                  | B1          | B2          | A             | D           | C            | Na                   | K             | Ca            | Mg            | P             | Fe           | I             | Se           | F             |
|                          |  | г           | г                   | г           | г            |                                  | мг          | мг          | мкг           | мкг         | мг           | мг                   | мг            | мг            | мг            | мг            | мг           | мкг           | мкг          | мкг           |
| 1                        | 2  | 3           | 4                   | 5           | 6            | 7                                | 8           | 9           | 10            | 11          | 12           | 13                   | 14            | 15            | 16            | 17            | 18           | 19            | 20           | 21            |
| <b>Завтрак</b>           |  |             |                     |             |              |                                  |             |             |               |             |              |                      |               |               |               |               |              |               |              |               |
| 173                      | Каша вязкая молочная<br>овсяная          | 220         | 8,7                 | 12,8        | 37           | 297,7                            | 0,19        | 0,18        | 44,22         | 0,14        | 0,57         | 50,45                | 268,74        | 140,73        | 67,72         | 227,12        | 1,65         | 12,8          | 14,34        | 44,09         |
| 381                      | Кофейный напиток                         | 200         | 0,5                 | 0,3         | 5,6          | 26,7                             | 0           | 0           | 0,04          | 0           | 0            | 0,24                 | 25,2          | 63,96         | 7,4           | 11,4          | 0,4          | 0             | 0            | 0             |
| 50,23                    | Лепешка с сыром                          | 100         | 9,6                 | 7,2         | 40,8         | 266,2                            | 0,09        | 0,07        | 35,1          | 0,23        | 0,03         | 99,48                | 87,25         | 92,86         | 13,43         | 108,32        | 0,94         | 2,22          | 6,29         | 17,34         |
| Пром.                    | Хлеб пшеничный                           | 30          | 2,3                 | 0,2         | 14,8         | 70,3                             | 0,03        | 0,01        | 0             | 0           | 0            | 149,7                | 27,9          | 6             | 4,2           | 19,5          | 0,33         | 0,96          | 1,8          | 4,35          |
|                          | <b>Итого за Завтрак</b>                  | <b>550</b>  | <b>21,1</b>         | <b>20,5</b> | <b>98,2</b>  | <b>660,9</b>                     | <b>0,31</b> | <b>0,26</b> | <b>79,36</b>  | <b>0,37</b> | <b>0,6</b>   | <b>299,87</b>        | <b>409,09</b> | <b>303,55</b> | <b>92,75</b>  | <b>366,34</b> | <b>3,32</b>  | <b>15,98</b>  | <b>22,43</b> | <b>65,78</b>  |
| <b>Обед</b>              |  |             |                     |             |              |                                  |             |             |               |             |              |                      |               |               |               |               |              |               |              |               |
| 16                       | Овощи натуральные,<br>порционно кукуруза | 30          | 0,6                 | 0,1         | 3,1          | 15,7                             | 0           | 0,01        | 0             | 0           | 0,58         | 91,2                 | 0             | 1,32          | 0             | 13,05         | 0,1          | 0             | 0            | 0             |
| 99-У                     | Суп овощной                              | 250         | 6,5                 | 5,6         | 11,3         | 121,6                            | 0,08        | 0,1         | 266,01        | 0           | 14,05        | 766,75               | 487,75        | 51,28         | 37,82         | 65,47         | 1,51         | 108           | 0,53         | 38,13         |
| 520,08                   | Картофельное пюре с маслом<br>сливочным  | 180         | 4,3                 | 13,1        | 25,1         | 235,4                            | 0,15        | 0,16        | 57,7          | 0,23        | 12,54        | 732,2                | 786,96        | 75,78         | 37,04         | 121,35        | 1,34         | 108           | 1,37         | 56,18         |
| 279-У                    | Тефтели "Детские" с<br>овощами тушёными  | 100         | 15,6                | 20,7        | 21,8         | 335,9                            | 0,11        | 0,19        | 137           | 1,23        | 5,74         | 308,23               | 347,6         | 95,69         | 31,65         | 189,81        | 3,19         | 50,42         | 3,26         | 64,1          |
| 54-<br>7хн               | Компот из смородины                      | 200         | 0,3                 | 0,1         | 8,4          | 35,5                             | 0,01        | 0,01        | 3,06          | 0           | 24           | 7,35                 | 87,32         | 61,37         | 8,09          | 8,61          | 0,36         | 0,3           | 0,29         | 5,1           |
| Пром.                    | Хлеб ржано-пшеничный                     | 60          | 4                   | 0,7         | 23,8         | 117,4                            | 0,1         | 0,05        | 0             | 0           | 0            | 243,6                | 141           | 17,4          | 28,2          | 90            | 2,34         | 2,64          | 3,3          | 14,4          |
|                          | <b>Итого за Обед</b>                     | <b>820</b>  | <b>31,3</b>         | <b>40,3</b> | <b>93,5</b>  | <b>861,5</b>                     | <b>0,45</b> | <b>0,52</b> | <b>463,77</b> | <b>1,46</b> | <b>56,91</b> | <b>2149,33</b>       | <b>1850,6</b> | <b>302,84</b> | <b>142,8</b>  | <b>488,29</b> | <b>8,84</b>  | <b>269,36</b> | <b>8,75</b>  | <b>177,91</b> |
| <b>Полдник</b>           |  |             |                     |             |              |                                  |             |             |               |             |              |                      |               |               |               |               |              |               |              |               |
| 3003,0<br>3              | Драники                                  | 50          | 1,7                 | 4           | 10,9         | 86,2                             | 0,06        | 0,04        | 4,25          | 0,04        | 5,2          | 151,7                | 307,2         | 9,54          | 13,68         | 39,04         | 0,6          | 23,7          | 0,81         | 21,68         |
| 234,04                   | Сметана порционо                         | 10          | 0,3                 | 1,5         | 0,4          | 16                               | 0           | 0,01        | 10,7          | 0           | 0,04         | 4                    | 11,6          | 8,8           | 0,9           | 6             | 0,02         | 0,9           | 0,04         | 1,4           |
| 377                      | Чай черный с лимоном                     | 200         | 0,5                 | 0,1         | 5,4          | 24,4                             | 0           | 0,02        | 1,16          | 0           | 3,4          | 2,57                 | 62,79         | 83,2          | 9,76          | 18,26         | 1,7          | 0,01          | 0,03         | 0,8           |
| 406                      | Пирожок с зелёным луком и<br>яйцом       | 100         | 9,7                 | 6,7         | 38,9         | 254,5                            | 0,09        | 0,16        | 95,65         | 0,7         | 2,43         | 212,68               | 147,56        | 50,08         | 15,3          | 105,85        | 1,47         | 31,71         | 11,23        | 43,88         |
|                          | <b>Итого за Полдник</b>                  | <b>360</b>  | <b>12,2</b>         | <b>12,3</b> | <b>55,6</b>  | <b>381,1</b>                     | <b>0,15</b> | <b>0,23</b> | <b>111,76</b> | <b>0,74</b> | <b>11,07</b> | <b>370,95</b>        | <b>529,15</b> | <b>151,62</b> | <b>39,64</b>  | <b>169,15</b> | <b>3,79</b>  | <b>56,32</b>  | <b>12,11</b> | <b>67,76</b>  |
|                          | <b>Итого за день</b>                     | <b>1730</b> | <b>64,6</b>         | <b>73,1</b> | <b>247,3</b> | <b>1903,5</b>                    | <b>0,91</b> | <b>1,01</b> | <b>654,89</b> | <b>2,57</b> | <b>68,58</b> | <b>2820,15</b>       | <b>2788,8</b> | <b>758,01</b> | <b>275,19</b> | <b>8</b>      | <b>15,95</b> | <b>341,66</b> | <b>43,29</b> | <b>311,45</b> |
| <b>Пятница, 1 неделя</b> |  |             |                     |             |              |                                  |             |             |               |             |              |                      |               |               |               |               |              |               |              |               |

| № рец.                   | Прием пищи, наименование блюда                        | Масса       | Пищевые вещества |             |              | Энерг. ценность, | Витамины    |             |               |             |              | Минеральные вещества |                |               |               |                |             |               |              |               |
|--------------------------|---|-------------|------------------|-------------|--------------|------------------|-------------|-------------|---------------|-------------|--------------|----------------------|----------------|---------------|---------------|----------------|-------------|---------------|--------------|---------------|
|                          |   |             | Белки            | Жиры        | Углеводы     |                  | В1          | В2          | А             | Д           | С            | Na                   | К              | Ca            | Mg            | P              | Fe          | I             | Se           | F             |
|                          |   | г           | г                | г           | г            | ккал             | мг          | мг          | мкг           | мкг         | мг           | мг                   | мг             | мг            | мг            | мг             | мг          | мкг           | мкг          | мкг           |
| 1                        | 2   | 3           | 4                | 5           | 6            | 7                | 8           | 9           | 10            | 11          | 12           | 13                   | 14             | 15            | 16            | 17             | 18          | 19            | 20           | 21            |
| <b>Завтрак</b>           |   |             |                  |             |              |                  |             |             |               |             |              |                      |                |               |               |                |             |               |              |               |
| 54-1о                    | Омлет натуральный                                     | 200         | 16,9             | 24          | 4,3          | 300,7            | 0,09        | 0,54        | 243,72        | 2,91        | 0,4          | 332,84               | 240,11         | 146           | 22,33         | 270,22         | 2,79        | 55,54         | 34,74        | 83,5          |
| 23                       | Чай витаминизированный                                | 200         | 0,5              | 0,1         | 4,6          | 21,1             | 0           | 0,02        | 0,73          | 0           | 3,69         | 1,6                  | 50,58          | 78,65         | 8,57          | 15,09          | 1,49        | 0             | 0,04         | 0             |
| Пром.                    | Банан   | 130         | 2                | 0,7         | 27,3         | 122,9            | 0,05        | 0,07        | 26            | 0           | 13           | 40,3                 | 452,4          | 10,4          | 54,6          | 36,4           | 0,78        | 0,07          | 1,3          | 2,86          |
| Пром.                    | Хлеб пшеничный  | 50          | 3,8              | 0,4         | 24,6         | 117,2            | 0,06        | 0,02        | 0             | 0           | 0            | 249,5                | 46,5           | 10            | 7             | 32,5           | 0,55        | 1,6           | 3            | 7,25          |
|                          | <b>Итого за Завтрак</b>                               | <b>580</b>  | <b>23,2</b>      | <b>25,2</b> | <b>60,8</b>  | <b>561,9</b>     | <b>0,2</b>  | <b>0,65</b> | <b>270,45</b> | <b>2,91</b> | <b>17,09</b> | <b>624,24</b>        | <b>789,59</b>  | <b>245,05</b> | <b>92,5</b>   | <b>354,21</b>  | <b>5,61</b> | <b>57,21</b>  | <b>39,08</b> | <b>93,61</b>  |
| <b>Обед</b>              |   |             |                  |             |              |                  |             |             |               |             |              |                      |                |               |               |                |             |               |              |               |
| 17                       | Нарезка овощная "Ассорти"*                            | 30          | 0,4              | 0           | 1,1          | 6,2              | 0,01        | 0,01        | 14,6          | 0           | 8            | 2,4                  | 73,1           | 8,5           | 5             | 9,9            | 0,21        | 0,8           | 0,1          | 4,7           |
| 304-У                    | Рис отварной  | 180         | 4,2              | 5,2         | 42,9         | 235              | 0,04        | 0,03        | 19,44         | 0,09        | 0            | 7,64                 | 54,58          | 6,01          | 27,67         | 84,88          | 0,57        | 0,89          | 8,51         | 32            |
| 234-У                    | Котлеты рыбные запеченные под сметанно-луковым соусом | 90          | 15,3             | 10,9        | 23,7         | 254,5            | 0,13        | 0,18        | 52,12         | 1,77        | 4,33         | 173,3                | 334,92         | 117,72        | 33,65         | 207,9          | 1,93        | 102,61        | 19,14        | 475,28        |
| 392,32-У                 | Пельмени "Детские" отварные с бульоном*               | 250         | 22,5             | 23,4        | 38,7         | 455,4            | 0,22        | 0,21        | 96,75         | 1,14        | 7,36         | 252,35               | 365,26         | 97,68         | 34,09         | 212,24         | 3,31        | 40,81         | 5,67         | 76,67         |
| 343-У                    | Компот из фруктовой ягодной смеси                     | 200         | 0,5              | 0,1         | 12,8         | 54,6             | 0,01        | 0,02        | 18,66         | 0           | 16,62        | 5,91                 | 155,54         | 62,38         | 14,99         | 15,25          | 0,57        | 0,36          | 0,23         | 4,9           |
| Пром.                    | Хлеб ржано-пшеничный                                  | 60          | 4                | 0,7         | 23,8         | 117,4            | 0,1         | 0,05        | 0             | 0           | 0            | 243,6                | 141            | 17,4          | 28,2          | 90             | 2,34        | 2,64          | 3,3          | 14,4          |
|                          | <b>Итого за Обед</b>                                  | <b>810</b>  | <b>46,9</b>      | <b>40,3</b> | <b>143</b>   | <b>1123,1</b>    | <b>0,51</b> | <b>0,5</b>  | <b>201,57</b> | <b>3</b>    | <b>36,31</b> | <b>685,2</b>         | <b>1124,4</b>  | <b>309,69</b> | <b>143,6</b>  | <b>620,17</b>  | <b>8,93</b> | <b>148,11</b> | <b>36,95</b> | <b>607,95</b> |
| <b>Полдник</b>           |   |             |                  |             |              |                  |             |             |               |             |              |                      |                |               |               |                |             |               |              |               |
| 401-У                    | Оладьи "Домашние" с маслом сливочным                  | 150         | 10,1             | 15,3        | 50,3         | 379,2            | 0,12        | 0,14        | 28,08         | 0,13        | 0,39         | 63,53                | 179,35         | 94,08         | 20,52         | 126,86         | 0,96        | 12,53         | 6,03         | 32,85         |
| Пром.                    | Ряженка 2.5%  | 200         | 5,8              | 5           | 8,4          | 101,8            | 0,04        | 0,26        | 44            | 0           | 0,6          | 100                  | 292            | 248           | 28            | 184            | 0,2         | 18            | 2            | 40            |
|                          | <b>Итого за Полдник</b>                               | <b>350</b>  | <b>15,9</b>      | <b>20,3</b> | <b>58,7</b>  | <b>481</b>       | <b>0,16</b> | <b>0,4</b>  | <b>72,08</b>  | <b>0,13</b> | <b>0,99</b>  | <b>163,53</b>        | <b>471,35</b>  | <b>342,08</b> | <b>48,52</b>  | <b>310,86</b>  | <b>1,16</b> | <b>30,53</b>  | <b>8,03</b>  | <b>72,85</b>  |
|                          | <b>Итого за день</b>                                  | <b>1740</b> | <b>86</b>        | <b>85,8</b> | <b>262,5</b> | <b>2166</b>      | <b>0,87</b> | <b>1,55</b> | <b>544,1</b>  | <b>6,04</b> | <b>54,39</b> | <b>1472,97</b>       | <b>2385,34</b> | <b>896,82</b> | <b>284,62</b> | <b>1285,24</b> | <b>15,7</b> | <b>235,85</b> | <b>84,06</b> | <b>774,41</b> |
| <b>Суббота, 1 неделя</b> |   |             |                  |             |              |                  |             |             |               |             |              |                      |                |               |               |                |             |               |              |               |
| <b>Завтрак</b>           |   |             |                  |             |              |                  |             |             |               |             |              |                      |                |               |               |                |             |               |              |               |
| 54-1з                    | Сыр твердых сортов в нарезке                          | 20          | 4,6              | 5,9         | 0            | 71,7             | 0,01        | 0,06        | 52            | 0,19        | 0,14         | 162                  | 17,6           | 176           | 7             | 100            | 0,2         | 0             | 2,9          | 0             |
| 53-19з                   | Масло сливочное (порциями)                            | 10          | 0,1              | 7,3         | 0,1          | 66,1             | 0           | 0,01        | 45            | 0,13        | 0            | 1,5                  | 3              | 2,4           | 0             | 3              | 0,02        | 0             | 0,1          | 0,28          |

| №<br>реп.                    | Прием пищи, наименование<br>блюда                     | Масс<br>а   | Пищевые<br>вещества |             |              | Энерг.<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Витамины    |             |               |             |              | Минеральные вещества |                |               |               |                |              |               |              |               |
|------------------------------|---|-------------|---------------------|-------------|--------------|----------------------------------|-------------|-------------|---------------|-------------|--------------|----------------------|----------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|---------------|
|                              |   |             | Бел<br>ки           | Жир<br>ы    | Угле<br>воды |                                  | B1          | B2          | A             | D           | C            | Na                   | K              | Ca            | Mg            | P              | Fe           | I             | Se           | F             |
|                              |   | г           | г                   | г           | г            |                                  | мг          | мг          | мкг           | мкг         | мг           | мг                   | мг             | мг            | мг            | мг             | мг           | мкг           | мкг          | мкг           |
| 1                            | 2   | 3           | 4                   | 5           | 6            | 7                                | 8           | 9           | 10            | 11          | 12           | 13                   | 14             | 15            | 16            | 17             | 18           | 19            | 20           | 21            |
| 2,35                         | Каша молочная манная с<br>маслом сливочным            | 250         | 7,9                 | 7,9         | 36,7         | 249                              | 0,08        | 0,19        | 37,08         | 0,09        | 0,72         | 177,13               | 215,13         | 156,89        | 23,52         | 141,65         | 0,52         | 29,17         | 2,51         | 36,31         |
| 54-<br>21гн                  | Какао с молоком                                       | 200         | 4,7                 | 3,5         | 12,5         | 100,4                            | 0,04        | 0,16        | 17,25         | 0           | 0,68         | 49,95                | 220,33         | 167,68        | 34,32         | 130,28         | 1,09         | 11,7          | 2,29         | 38,25         |
| Пром.                        | Хлеб пшеничный  | 70          | 5,3                 | 0,6         | 34,4         | 164,1                            | 0,08        | 0,02        | 0             | 0           | 0            | 349,3                | 65,1           | 14            | 9,8           | 45,5           | 0,77         | 2,24          | 4,2          | 10,15         |
|                              | <b>Итого за Завтрак</b>                               | <b>550</b>  | <b>22,6</b>         | <b>25,2</b> | <b>83,7</b>  | <b>651,3</b>                     | <b>0,21</b> | <b>0,44</b> | <b>151,33</b> | <b>0,41</b> | <b>1,54</b>  | <b>739,88</b>        | <b>521,16</b>  | <b>516,97</b> | <b>74,64</b>  | <b>420,43</b>  | <b>2,6</b>   | <b>43,11</b>  | <b>12</b>    | <b>84,99</b>  |
| <b>Обед</b>                  |   |             |                     |             |              |                                  |             |             |               |             |              |                      |                |               |               |                |              |               |              |               |
| 54-3с                        | Рассольник Ленинградский                              | 250         | 5,9                 | 7,2         | 17           | 156,9                            | 0,08        | 0,06        | 129,92        | 0           | 6,93         | 245,99               | 418,69         | 26,35         | 24,64         | 64,24          | 0,89         | 20,75         | 0,94         | 35,35         |
| 53,27                        | Каша пшенная рассыпчатая с<br>маслом сливочным        | 150         | 4,9                 | 6,4         | 27,3         | 186,7                            | 0,14        | 0,02        | 22,41         | 0,1         | 0            | 18,55                | 80,81          | 49,56         | 32,54         | 93,31          | 1,08         | 2,03          | 1,14         | 12,82         |
| 239,44<br>Ш                  | Закуска: Рыба тушеная в<br>томате с овощами           | 60          | 11,7                | 8,8         | 10,3         | 167,5                            | 0,09        | 0,11        | 160,99        | 1,33        | 5,16         | 193,03               | 301,44         | 71,91         | 28,82         | 163,88         | 1,27         | 115,25        | 14,39        | 473,39        |
| 279,36                       | Тефтели из говядины<br>(Халяль) с овощами<br>тушеными | 100         | 15,6                | 19,5        | 21,9         | 324,8                            | 0,11        | 0,2         | 95,15         | 1,23        | 5,19         | 229,97               | 342,25         | 105,56        | 30,84         | 189,31         | 3,1          | 39,64         | 3,72         | 57,58         |
| 12                           | Напиток из шиповника                                  | 200         | 0,6                 | 0,2         | 10,6         | 47,2                             | 0,01        | 0,05        | 98,04         | 0           | 80           | 1,69                 | 8,35           | 72,2          | 2,96          | 2,96           | 0,53         | 0             | 0            | 0             |
| Пром.                        | Хлеб ржано-пшеничный                                  | 60          | 4                   | 0,7         | 23,8         | 117,4                            | 0,1         | 0,05        | 0             | 0           | 0            | 243,6                | 141            | 17,4          | 28,2          | 90             | 2,34         | 2,64          | 3,3          | 14,4          |
|                              | <b>Итого за Обед</b>                                  | <b>820</b>  | <b>42,7</b>         | <b>42,8</b> | <b>110,9</b> | <b>1000,5</b>                    | <b>0,53</b> | <b>0,49</b> | <b>506,51</b> | <b>2,66</b> | <b>97,28</b> | <b>932,83</b>        | <b>1292,54</b> | <b>342,98</b> | <b>148</b>    | <b>603,7</b>   | <b>9,21</b>  | <b>180,31</b> | <b>23,49</b> | <b>593,54</b> |
| <b>Полдник</b>               |   |             |                     |             |              |                                  |             |             |               |             |              |                      |                |               |               |                |              |               |              |               |
| 13                           | Овощная нарезка*                                      | 50          | 0,5                 | 0,1         | 1,7          | 9,7                              | 0,02        | 0,02        | 51,58         | 0           | 11,25        | 3,32                 | 121,08         | 13,33         | 9,92          | 18,58          | 0,41         | 1,32          | 0,18         | 13,08         |
| 15                           | Напиток абрикосовый                                   | 200         | 0,3                 | 0           | 8,9          | 36,8                             | 0,01        | 0,02        | 48,08         | 0           | 1,72         | 0,78                 | 77,45          | 8,69          | 2,22          | 6,89           | 0,21         | 0,3           | 0,03         | 3,3           |
| 432,28                       | Эчпочмак  | 100         | 8,6                 | 6,8         | 33,4         | 229,4                            | 0,09        | 0,07        | 12,5          | 0,02        | 2,31         | 309,73               | 237,19         | 21,58         | 16,84         | 90,51          | 1,23         | 44,21         | 2,61         | 32,84         |
|                              | <b>Итого за Полдник</b>                               | <b>350</b>  | <b>9,4</b>          | <b>6,9</b>  | <b>44</b>    | <b>275,9</b>                     | <b>0,12</b> | <b>0,11</b> | <b>112,16</b> | <b>0,02</b> | <b>15,28</b> | <b>313,83</b>        | <b>435,72</b>  | <b>43,6</b>   | <b>28,98</b>  | <b>115,98</b>  | <b>1,85</b>  | <b>45,83</b>  | <b>2,82</b>  | <b>49,22</b>  |
|                              | <b>Итого за день</b>                                  | <b>1720</b> | <b>74,7</b>         | <b>74,9</b> | <b>238,6</b> | <b>1927,7</b>                    | <b>0,86</b> | <b>1,04</b> | <b>770</b>    | <b>3,09</b> | <b>114,1</b> | <b>1986,54</b>       | <b>2249,42</b> | <b>903,55</b> | <b>251,62</b> | <b>1140,11</b> | <b>13,66</b> | <b>269,25</b> | <b>38,31</b> | <b>727,75</b> |
| <b>Понедельник, 2 неделя</b> |   |             |                     |             |              |                                  |             |             |               |             |              |                      |                |               |               |                |              |               |              |               |
| <b>Завтрак</b>               |   |             |                     |             |              |                                  |             |             |               |             |              |                      |                |               |               |                |              |               |              |               |
| 102,20                       | Салат-коктейль фруктовый                              | 120         | 0,8                 | 0,4         | 14,3         | 63,7                             | 0,04        | 0,03        | 7,8           | 0           | 42           | 23,44                | 285,11         | 30,11         | 13,2          | 20,4           | 1,51         | 2,4           | 0,48         | 15            |
| 377                          | Чай фруктовый У                                       | 200         | 0,6                 | 0,2         | 7            | 32,4                             | 0,01        | 0,03        | 6,05          | 0           | 41,45        | 8,59                 | 130,95         | 82,2          | 16,1          | 24,95          | 1,98         | 0,22          | 0,23         | 3,55          |
| 396                          | Блины со сгущенным                                    | 200         | 15,6                | 13,7        | 87,5         | 535,5                            | 0,23        | 0,38        | 44,02         | 0           | 2,01         | 111,02               | 431,31         | 272,99        | 44,41         | 274,11         | 1,32         | 15,32         | 8,58         | 55,78         |

| № рец.                   | Прием пищи, наименование блюда           | Масса       | Пищевые вещества |             |              | Энерг. ценность, | Витамины    |             |               |             |               | Минеральные вещества |                |               |               |               |              |               |              |               |
|--------------------------|--|-------------|------------------|-------------|--------------|------------------|-------------|-------------|---------------|-------------|---------------|----------------------|----------------|---------------|---------------|---------------|--------------|---------------|--------------|---------------|
|                          |  |             | Белки            | Жиры        | Углеводы     |                  | В1          | В2          | А             | Д           | С             | Na                   | К              | Ca            | Mg            | P             | Fe           | I             | Se           | F             |
|                          |  | г           | г                | г           | г            | ккал             | мг          | мг          | мкг           | мкг         | мг            | мг                   | мг             | мг            | мг            | мг            | мг           | мкг           | мкг          | мкг           |
| 1                        | 2  | 3           | 4                | 5           | 6            | 7                | 8           | 9           | 10            | 11          | 12            | 13                   | 14             | 15            | 16            | 17            | 18           | 19            | 20           | 21            |
|                          | молоком                                  |             |                  |             |              |                  |             |             |               |             |               |                      |                |               |               |               |              |               |              |               |
| Пром.                    | Хлеб пшеничный                           | 30          | 2,3              | 0,2         | 14,8         | 70,3             | 0,03        | 0,01        | 0             | 0           | 0             | 149,7                | 27,9           | 6             | 4,2           | 19,5          | 0,33         | 0,96          | 1,8          | 4,35          |
|                          | <b>Итого за Завтрак</b>                  | <b>550</b>  | <b>19,3</b>      | <b>14,5</b> | <b>123,6</b> | <b>701,9</b>     | <b>0,31</b> | <b>0,45</b> | <b>57,87</b>  | <b>0</b>    | <b>85,46</b>  | <b>292,75</b>        | <b>875,27</b>  | <b>391,3</b>  | <b>77,91</b>  | <b>338,96</b> | <b>5,14</b>  | <b>18,9</b>   | <b>11,09</b> | <b>78,68</b>  |
| <b>Обед</b>              |  |             |                  |             |              |                  |             |             |               |             |               |                      |                |               |               |               |              |               |              |               |
| 20,14                    | Салат из свеклы с маслом растительным    | 60          | 0,9              | 1,6         | 5            | 37,5             | 0,01        | 0,02        | 1,14          | 0           | 5,7           | 103,64               | 164,18         | 21,83         | 12,58         | 24,69         | 0,8          | 11,99         | 0,4          | 11,4          |
| 54-1с                    | Щи из свежей капусты со сметаной         | 250         | 5,8              | 7           | 7,1          | 115,3            | 0,03        | 0,04        | 131,18        | 0           | 13,46         | 123,15               | 230            | 46,84         | 16,41         | 38,72         | 0,6          | 19,06         | 0,42         | 18,45         |
| 54-1г                    | Макароны отварные                        | 180         | 6,4              | 5,9         | 39,4         | 236,2            | 0,08        | 0,03        | 22,03         | 0,11        | 0             | 178,84               | 64,56          | 127           | 8,63          | 48,84         | 0,88         | 24,92         | 0,07         | 14,3          |
| 299-У                    | Крокеты "Детские"                        | 100         | 21,5             | 18,8        | 23,7         | 350,1            | 0,16        | 0,3         | 262,11        | 1,59        | 28,68         | 373,69               | 473,94         | 138,9         | 39,97         | 252,01        | 4,24         | 53,16         | 4,24         | 79,16         |
| 349,10                   | Компот из смеси сухофруктов              | 200         | 0,7              | 0           | 26,8         | 110              | 0,32        | 0,45        | 134,33        | 2,67        | 12,47         | 0,06                 | 0,2            | 69,35         | 2,95          | 6,03          | 0,11         | 0             | 0            | 0             |
| Пром.                    | Хлеб ржано-пшеничный                     | 60          | 4                | 0,7         | 23,8         | 117,4            | 0,1         | 0,05        | 0             | 0           | 0             | 243,6                | 141            | 17,4          | 28,2          | 90            | 2,34         | 2,64          | 3,3          | 14,4          |
|                          | <b>Итого за Обед</b>                     | <b>850</b>  | <b>39,3</b>      | <b>34</b>   | <b>125,8</b> | <b>966,5</b>     | <b>0,7</b>  | <b>0,89</b> | <b>550,79</b> | <b>4,37</b> | <b>60,31</b>  | <b>1022,98</b>       | <b>1073,88</b> | <b>421,32</b> | <b>108,74</b> | <b>460,29</b> | <b>8,97</b>  | <b>111,77</b> | <b>8,43</b>  | <b>137,71</b> |
| <b>Полдник</b>           |  |             |                  |             |              |                  |             |             |               |             |               |                      |                |               |               |               |              |               |              |               |
| 3003,03                  | Драники                                  | 50          | 1,7              | 4           | 10,9         | 86,2             | 0,06        | 0,04        | 4,25          | 0,04        | 5,2           | 151,7                | 307,2          | 9,54          | 13,68         | 39,04         | 0,6          | 23,7          | 0,81         | 21,68         |
| 234,04                   | Сметана порционно                        | 10          | 0,3              | 1,5         | 0,4          | 16               | 0           | 0,01        | 10,7          | 0           | 0,04          | 4                    | 11,6           | 8,8           | 0,9           | 6             | 0,02         | 0,9           | 0,04         | 1,4           |
| 15-У                     | Компот из яблок                          | 200         | 0,2              | 0,2         | 6,7          | 29,1             | 0,01        | 0,01        | 1,35          | 0           | 1,8           | 8,91                 | 103,91         | 6,39          | 3,52          | 4,31          | 0,87         | 0,9           | 0,12         | 3,6           |
| 456,31                   | Пирожок печёный мясо-овощной             | 100         | 11,6             | 7,9         | 41,9         | 284,9            | 0,13        | 0,09        | 19,19         | 0,04        | 9,87          | 104,11               | 240,1          | 32,47         | 20,23         | 118,91        | 1,62         | 12,36         | 4,11         | 34,43         |
|                          | <b>Итого за Полдник</b>                  | <b>360</b>  | <b>13,8</b>      | <b>13,6</b> | <b>59,9</b>  | <b>416,2</b>     | <b>0,2</b>  | <b>0,15</b> | <b>35,49</b>  | <b>0,08</b> | <b>16,91</b>  | <b>268,72</b>        | <b>662,81</b>  | <b>57,2</b>   | <b>38,33</b>  | <b>168,26</b> | <b>3,11</b>  | <b>37,86</b>  | <b>5,08</b>  | <b>61,11</b>  |
|                          | <b>Итого за день</b>                     | <b>1760</b> | <b>72,4</b>      | <b>62,1</b> | <b>309,3</b> | <b>2084,6</b>    | <b>1,21</b> | <b>1,49</b> | <b>644,15</b> | <b>4,45</b> | <b>162,68</b> | <b>1584,45</b>       | <b>2611,96</b> | <b>869,82</b> | <b>224,98</b> | <b>967,51</b> | <b>17,22</b> | <b>168,53</b> | <b>24,6</b>  | <b>277,5</b>  |
| <b>Вторник, 2 неделя</b> |  |             |                  |             |              |                  |             |             |               |             |               |                      |                |               |               |               |              |               |              |               |
| <b>Завтрак</b>           |  |             |                  |             |              |                  |             |             |               |             |               |                      |                |               |               |               |              |               |              |               |
| 2,47-У                   | Каша пшённая молочная с маслом сливочным | 250         | 8,9              | 12,2        | 40,4         | 306,8            | 0,19        | 0,18        | 51,15         | 0,16        | 0,65          | 163,09               | 242,31         | 178,62        | 51,4          | 202,74        | 1,33         | 28,5          | 3,5          | 39,35         |
| 381                      | Кофейный напиток                         | 200         | 0,5              | 0,3         | 5,6          | 26,7             | 0           | 0           | 0,04          | 0           | 0             | 0,24                 | 25,2           | 63,96         | 7,4           | 11,4          | 0,4          | 0             | 0            | 0             |
| 740.02-У                 | Шанежка наливная                         | 80          | 8                | 4,5         | 37,1         | 220,8            | 0,08        | 0,07        | 24,88         | 0,16        | 0,02          | 202,58               | 77,6           | 72,86         | 12,21         | 90,22         | 0,78         | 21,47         | 5            | 15,42         |



| № рец.                 | Прием пищи, наименование блюда | Масса       | Пищевые вещества |             |              | Энерг. ценность, | Витамины    |             |               |             |              | Минеральные вещества |                |               |               |               |              |               |              |               |  |
|------------------------|--------------------------------|-------------|------------------|-------------|--------------|------------------|-------------|-------------|---------------|-------------|--------------|----------------------|----------------|---------------|---------------|---------------|--------------|---------------|--------------|---------------|--|
|                        |                                |             | Белки            | Жиры        | Углеводы     |                  | В1          | В2          | А             | Д           | С            | Na                   | К              | Ca            | Mg            | P             | Fe           | I             | Se           | F             |  |
|                        |                                | г           | г                | г           | г            | ккал             | мг          | мг          | мкг           | мкг         | мг           | мг                   | мг             | мг            | мг            | мг            | мг           | мкг           | мкг          | мкг           |  |
| 1                      | 2                              | 3           | 4                | 5           | 6            | 7                | 8           | 9           | 10            | 11          | 12           | 13                   | 14             | 15            | 16            | 17            | 18           | 19            | 20           | 21            |  |
| Пром.                  | Хлеб пшеничный                 | 20          | 1,5              | 0,2         | 9,8          | 46,9             | 0,02        | 0,01        | 0             | 0           | 0            | 99,8                 | 18,6           | 4             | 2,8           | 13            | 0,22         | 0,64          | 1,2          | 2,9           |  |
|                        | <b>Итого за Завтрак</b>        | <b>550</b>  | <b>18,9</b>      | <b>17,2</b> | <b>92,9</b>  | <b>601,2</b>     | <b>0,29</b> | <b>0,26</b> | <b>76,07</b>  | <b>0,32</b> | <b>0,67</b>  | <b>465,71</b>        | <b>363,71</b>  | <b>319,44</b> | <b>73,81</b>  | <b>317,36</b> | <b>2,73</b>  | <b>50,61</b>  | <b>9,7</b>   | <b>57,67</b>  |  |
| <b>Обед</b>            |                                |             |                  |             |              |                  |             |             |               |             |              |                      |                |               |               |               |              |               |              |               |  |
| 13                     | Овощная нарезка*               | 50          | 0,5              | 0,1         | 1,7          | 9,7              | 0,02        | 0,02        | 51,58         | 0           | 11,25        | 3,32                 | 121,08         | 13,33         | 9,92          | 18,58         | 0,41         | 1,32          | 0,18         | 13,08         |  |
| 81-У                   | Свекольник                     | 300         | 6,8              | 9,4         | 14,6         | 170              | 0,03        | 0,05        | 168,25        | 0,06        | 11,13        | 450,78               | 306,48         | 49,02         | 25,38         | 48,61         | 1,27         | 5,45          | 0,56         | 27,1          |  |
| 391-У                  | Пельмени "Детские" отварные*   | 150         | 24,1             | 22,8        | 46,2         | 486,5            | 0,27        | 0,25        | 45,54         | 1,31        | 3,73         | 300,4                | 393,14         | 95,12         | 34,29         | 247,78        | 3,85         | 48,96         | 7,08         | 81,53         |  |
| 331                    | Соус сметано-томатный          | 50          | 1,6              | 4,3         | 3,4          | 59               | 0,01        | 0,02        | 26,1          | 0,04        | 0,54         | 4,13                 | 43,66          | 11,57         | 3,39          | 13,16         | 0,15         | 1,18          | 0,3          | 3,03          |  |
| 376                    | Чай с сахаром                  | 200         | 0,4              | 0,1         | 5,2          | 23,3             | 0           | 0,02        | 1,03          | 0           | 1,49         | 1,75                 | 51,35          | 81,34         | 8,95          | 16,62         | 1,66         | 0             | 0,01         | 0             |  |
| Пром.                  | Хлеб ржано-пшеничный           | 60          | 4                | 0,7         | 23,8         | 117,4            | 0,1         | 0,05        | 0             | 0           | 0            | 243,6                | 141            | 17,4          | 28,2          | 90            | 2,34         | 2,64          | 3,3          | 14,4          |  |
|                        | <b>Итого за Обед</b>           | <b>810</b>  | <b>37,4</b>      | <b>37,4</b> | <b>94,9</b>  | <b>865,9</b>     | <b>0,43</b> | <b>0,41</b> | <b>292,5</b>  | <b>1,41</b> | <b>28,14</b> | <b>1003,98</b>       | <b>1056,71</b> | <b>267,78</b> | <b>110,13</b> | <b>434,75</b> | <b>9,68</b>  | <b>59,55</b>  | <b>11,43</b> | <b>139,14</b> |  |
| <b>Полдник</b>         |                                |             |                  |             |              |                  |             |             |               |             |              |                      |                |               |               |               |              |               |              |               |  |
| 21                     | Яблоко печеное                 | 50          | 0,2              | 0,2         | 6,7          | 29,3             | 0,01        | 0,01        | 1,5           | 0           | 2            | 9,9                  | 115,43         | 7,08          | 3,92          | 4,79          | 0,96         | 1             | 0,13         | 4             |  |
| 15                     | Компот из яблок и вишни        | 200         | 0,1              | 0,1         | 6,4          | 26,8             | 0           | 0           | 1,34          | 0           | 1,52         | 3,58                 | 45,77          | 76,77         | 3,18          | 3,67          | 0,25         | 0,4           | 0,04         | 2,1           |  |
| 432,28                 | Эчпочмак                       | 100         | 8,6              | 6,8         | 33,4         | 229,4            | 0,09        | 0,07        | 12,5          | 0,02        | 2,31         | 309,73               | 237,19         | 21,58         | 16,84         | 90,51         | 1,23         | 44,21         | 2,61         | 32,84         |  |
|                        | <b>Итого за Полдник</b>        | <b>350</b>  | <b>8,9</b>       | <b>7,1</b>  | <b>46,5</b>  | <b>285,5</b>     | <b>0,1</b>  | <b>0,08</b> | <b>15,34</b>  | <b>0,02</b> | <b>5,83</b>  | <b>323,21</b>        | <b>398,39</b>  | <b>105,43</b> | <b>23,94</b>  | <b>98,97</b>  | <b>2,44</b>  | <b>45,61</b>  | <b>2,78</b>  | <b>38,94</b>  |  |
|                        | <b>Итого за день</b>           | <b>1710</b> | <b>65,2</b>      | <b>61,7</b> | <b>234,3</b> | <b>1752,6</b>    | <b>0,82</b> | <b>0,75</b> | <b>383,91</b> | <b>1,75</b> | <b>34,64</b> | <b>1792,9</b>        | <b>1818,81</b> | <b>692,65</b> | <b>207,88</b> | <b>851,08</b> | <b>14,85</b> | <b>155,77</b> | <b>23,91</b> | <b>235,75</b> |  |
| <b>Среда, 2 неделя</b> |                                |             |                  |             |              |                  |             |             |               |             |              |                      |                |               |               |               |              |               |              |               |  |
| <b>Завтрак</b>         |                                |             |                  |             |              |                  |             |             |               |             |              |                      |                |               |               |               |              |               |              |               |  |
| 1                      | Молоко сгущенное               | 30          | 2,2              | 2,6         | 16,7         | 98,2             | 0,02        | 0,11        | 14,1          | 0           | 0,3          | 39                   | 109,5          | 92,1          | 10,2          | 65,7          | 0,06         | 2,1           | 0,9          | 10,5          |  |
| 54-21гн                | Какао с молоком                | 200         | 4,7              | 3,5         | 12,5         | 100,4            | 0,04        | 0,16        | 17,25         | 0           | 0,68         | 49,95                | 220,33         | 167,68        | 34,32         | 130,28        | 1,09         | 11,7          | 2,29         | 38,25         |  |
| 394-У                  | Вареники с творогом            | 170         | 20,2             | 19,4        | 50,1         | 455,9            | 0,11        | 0,21        | 62,7          | 0,35        | 0,83         | 194,45               | 170,95         | 128,37        | 27,84         | 207,36        | 1,21         | 9,01          | 24,68        | 43,44         |  |
| Пром.                  | Хлеб пшеничный                 | 30          | 2,3              | 0,2         | 14,8         | 70,3             | 0,03        | 0,01        | 0             | 0           | 0            | 149,7                | 27,9           | 6             | 4,2           | 19,5          | 0,33         | 0,96          | 1,8          | 4,35          |  |
| Пром.                  | Яблоко                         | 120         | 0,5              | 0,5         | 11,8         | 53,3             | 0,04        | 0,02        | 6             | 0           | 12           | 31,2                 | 333,6          | 19,2          | 10,8          | 13,2          | 2,64         | 2,4           | 0,36         | 9,6           |  |
|                        | <b>Итого за Завтрак</b>        | <b>550</b>  | <b>29,9</b>      | <b>26,2</b> | <b>105,9</b> | <b>778,1</b>     | <b>0,24</b> | <b>0,51</b> | <b>100,05</b> | <b>0,35</b> | <b>13,81</b> | <b>464,3</b>         | <b>862,28</b>  | <b>413,35</b> | <b>87,36</b>  | <b>436,04</b> | <b>5,33</b>  | <b>26,17</b>  | <b>30,03</b> | <b>106,14</b> |  |

| № рец.                   | Прием пищи, наименование блюда        | Масса       | Пищевые вещества |             |              | Энерг. ценность, | Витамины    |             |                |             |              | Минеральные вещества |                |               |               |               |              |              |              |               |
|--------------------------|---------------------------------------|-------------|------------------|-------------|--------------|------------------|-------------|-------------|----------------|-------------|--------------|----------------------|----------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
|                          |                                       |             | Белки            | Жиры        | Углеводы     |                  | B1          | B2          | A              | D           | C            | Na                   | K              | Ca            | Mg            | P             | Fe           | I            | Se           | F             |
|                          |                                       | г           | г                | г           | г            | ккал             | мг          | мг          | мкг            | мкг         | мг           | мг                   | мг             | мг            | мг            | мг            | мг           | мкг          | мкг          | мкг           |
| 1                        | 2                                     | 3           | 4                | 5           | 6            | 7                | 8           | 9           | 10             | 11          | 12           | 13                   | 14             | 15            | 16            | 17            | 18           | 19           | 20           | 21            |
| <b>Обед</b>              |                                       |             |                  |             |              |                  |             |             |                |             |              |                      |                |               |               |               |              |              |              |               |
| 0,05-У                   | Закуска овощная*                      | 30          | 0,5              | 1           | 1,5          | 17,2             | 0,01        | 0,01        | 5,84           | 0           | 13,05        | 42,5                 | 87,9           | 15,31         | 4,77          | 9,17          | 0,19         | 4,86         | 0,09         | 3,85          |
| 102-У                    | Суп картофельный с горохом            | 250         | 9,1              | 5,9         | 18,8         | 164,8            | 0,17        | 0,06        | 136,26         | 0           | 5,16         | 11,09                | 424,57         | 32,06         | 34,3          | 95,4          | 1,74         | 4,64         | 2,48         | 34,41         |
| 54-26г                   | Рис с овощами                         | 180         | 3,8              | 6,8         | 31,2         | 201,4            | 0,05        | 0,04        | 322,42         | 0           | 1,59         | 288,31               | 111,85         | 20,82         | 31,39         | 80,96         | 0,69         | 25,87        | 5,57         | 37,56         |
| 23-У                     | Нагетсы "Детские"*                    | 100         | 19,7             | 18,9        | 19,2         | 325,5            | 0,12        | 0,23        | 79,5           | 1,22        | 4,18         | 271,73               | 255,14         | 98,01         | 27,48         | 198,7         | 2,83         | 15,04        | 5,96         | 123,07        |
| 375,01                   | Чай черный с лимоном                  | 200         | 0,4              | 0,1         | 5,2          | 23,7             | 0           | 0,02        | 1,08           | 0           | 1,8          | 2,13                 | 56,27          | 11,6          | 9,28          | 17,38         | 1,68         | 0            | 0,02         | 0,4           |
| Пром.                    | Хлеб ржано-пшеничный                  | 60          | 4                | 0,7         | 23,8         | 117,4            | 0,1         | 0,05        | 0              | 0           | 0            | 243,6                | 141            | 17,4          | 28,2          | 90            | 2,34         | 2,64         | 3,3          | 14,4          |
|                          | <b>Итого за Обед</b>                  | <b>820</b>  | <b>37,5</b>      | <b>33,4</b> | <b>99,7</b>  | <b>850</b>       | <b>0,45</b> | <b>0,41</b> | <b>545,1</b>   | <b>1,22</b> | <b>25,78</b> | <b>859,36</b>        | <b>1076,73</b> | <b>195,2</b>  | <b>135,42</b> | <b>491,61</b> | <b>9,47</b>  | <b>53,05</b> | <b>17,42</b> | <b>213,69</b> |
| <b>Полдник</b>           |                                       |             |                  |             |              |                  |             |             |                |             |              |                      |                |               |               |               |              |              |              |               |
| 102,20                   | Фруктовая нарезка                     | 50          | 0,3              | 0,2         | 6            | 26,5             | 0,02        | 0,01        | 3,25           | 0           | 17,5         | 9,77                 | 118,8          | 12,55         | 5,5           | 8,5           | 0,63         | 1            | 0,2          | 6,25          |
| 338                      | Компот из яблок и лимона              | 200         | 0,2              | 0,1         | 6,2          | 26,4             | 0,01        | 0,01        | 0,89           | 0           | 2,92         | 5,97                 | 74,02          | 7,81          | 3,21          | 4,69          | 0,55         | 0,51         | 0,11         | 3,2           |
| 406                      | Пирожок с фруктовой начинкой          | 100         | 5,3              | 3,4         | 43,4         | 225,4            | 0,07        | 0,05        | 21,85          | 0,07        | 0,72         | 13,68                | 126,59         | 28,94         | 10,94         | 56,14         | 1,07         | 2,93         | 3,33         | 15,09         |
|                          | <b>Итого за Полдник</b>               | <b>350</b>  | <b>5,8</b>       | <b>3,7</b>  | <b>55,6</b>  | <b>278,3</b>     | <b>0,1</b>  | <b>0,07</b> | <b>25,99</b>   | <b>0,07</b> | <b>21,14</b> | <b>29,42</b>         | <b>319,41</b>  | <b>49,3</b>   | <b>19,65</b>  | <b>69,33</b>  | <b>2,25</b>  | <b>4,44</b>  | <b>3,64</b>  | <b>24,54</b>  |
|                          | <b>Итого за день</b>                  | <b>1720</b> | <b>73,2</b>      | <b>63,3</b> | <b>261,2</b> | <b>1906,4</b>    | <b>0,79</b> | <b>0,99</b> | <b>671,14</b>  | <b>1,64</b> | <b>60,73</b> | <b>1353,08</b>       | <b>2258,42</b> | <b>657,85</b> | <b>242,43</b> | <b>996,98</b> | <b>17,05</b> | <b>83,66</b> | <b>51,09</b> | <b>344,37</b> |
| <b>Четверг, 2 неделя</b> |                                       |             |                  |             |              |                  |             |             |                |             |              |                      |                |               |               |               |              |              |              |               |
| <b>Завтрак</b>           |                                       |             |                  |             |              |                  |             |             |                |             |              |                      |                |               |               |               |              |              |              |               |
| 54-32з                   | Морковь в нарезке                     | 60          | 0,8              | 0,1         | 4,1          | 20,2             | 0,04        | 0,04        | 1200           | 0           | 3            | 12,6                 | 120            | 16,2          | 22,8          | 33            | 0,42         | 3            | 0,06         | 33            |
| 54-1г                    | Макароны отварные                     | 150         | 5,3              | 4,9         | 32,8         | 196,8            | 0,06        | 0,02        | 18,36          | 0,09        | 0            | 149,04               | 53,8           | 105,83        | 7,19          | 40,7          | 0,73         | 20,77        | 0,06         | 11,92         |
| 279-У                    | Тефтели "Детские" с овощами тушёными* | 80          | 12,5             | 16,6        | 17,4         | 268,7            | 0,09        | 0,15        | 109,6          | 0,99        | 4,59         | 246,58               | 278,08         | 76,55         | 25,32         | 151,85        | 2,55         | 40,33        | 2,61         | 51,28         |
| 377                      | Чай фруктовый У                       | 200         | 0,6              | 0,2         | 7            | 32,4             | 0,01        | 0,03        | 6,05           | 0           | 41,45        | 8,59                 | 130,95         | 82,2          | 16,1          | 24,95         | 1,98         | 0,22         | 0,23         | 3,55          |
| Пром.                    | Хлеб пшеничный                        | 60          | 4,6              | 0,5         | 29,5         | 140,6            | 0,07        | 0,02        | 0              | 0           | 0            | 299,4                | 55,8           | 12            | 8,4           | 39            | 0,66         | 1,92         | 3,6          | 8,7           |
|                          | <b>Итого за Завтрак</b>               | <b>550</b>  | <b>23,8</b>      | <b>22,3</b> | <b>90,8</b>  | <b>658,7</b>     | <b>0,27</b> | <b>0,26</b> | <b>1334,01</b> | <b>1,08</b> | <b>49,04</b> | <b>716,21</b>        | <b>638,63</b>  | <b>292,78</b> | <b>79,81</b>  | <b>289,5</b>  | <b>6,34</b>  | <b>66,24</b> | <b>6,56</b>  | <b>108,45</b> |
| <b>Обед</b>              |                                       |             |                  |             |              |                  |             |             |                |             |              |                      |                |               |               |               |              |              |              |               |
| 302-У                    | Каша гречневая рассыпчатая            | 180         | 9,3              | 8,4         | 40,6         | 275,3            | 0,24        | 0,13        | 26,86          | 0,12        | 0            | 37                   | 248,42         | 16,27         | 135,82        | 204,73        | 4,57         | 2,57         | 4            | 18,21         |

| № рец.                   | Прием пищи, наименование блюда           | Масса       | Пищевые вещества |             |              | Энерг. ценность, | Витамины    |             |                |             |              | Минеральные вещества |                |               |               |               |              |               |              |               |
|--------------------------|--|-------------|------------------|-------------|--------------|------------------|-------------|-------------|----------------|-------------|--------------|----------------------|----------------|---------------|---------------|---------------|--------------|---------------|--------------|---------------|
|                          |  |             | Белки            | Жиры        | Углеводы     |                  | В1          | В2          | А              | Д           | С            | Na                   | К              | Ca            | Mg            | P             | Fe           | I             | Se           | F             |
|                          |  | г           | г                | г           | г            | ккал             | мг          | мг          | мкг            | мкг         | мг           | мг                   | мг             | мг            | мг            | мг            | мг           | мкг           | мкг          | мкг           |
| 1                        | 2  | 3           | 4                | 5           | 6            | 7                | 8           | 9           | 10             | 11          | 12           | 13                   | 14             | 15            | 16            | 17            | 18           | 19            | 20           | 21            |
| 103                      | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250         | 6,7              | 6,9         | 19,4         | 166,7            | 0,08        | 0,06        | 122,43         | 0           | 6,6          | 6,04                 | 395,66         | 13,82         | 21,01         | 57,01         | 0,9          | 4,98          | 0,23         | 34,3          |
| 54-60                    | Яйцо вареное                             | 30          | 3,6              | 3           | 0,2          | 42,4             | 0,02        | 0,11        | 46,8           | 0,66        | 0            | 30,55                | 34,86          | 14,52         | 3,13          | 50,11         | 0,65         | 6             | 8,1          | 16,5          |
| 280-У                    | Фрикадельки "Детские"*                   | 90          | 10,1             | 13,2        | 14,2         | 215,7            | 0,08        | 0,14        | 125,18         | 0,89        | 3,77         | 68,19                | 230,99         | 79,64         | 20,08         | 122,86        | 2,04         | 12,61         | 2,03         | 38,31         |
| 519,01                   | Компот из фруктовой ягодной смеси        | 200         | 0,5              | 0,1         | 25,3         | 104,4            | 0,12        | 0,16        | 54,66          | 0,84        | 20,52        | 5,93                 | 155,38         | 16,02         | 14,96         | 15,23         | 0,57         | 0,36          | 0,23         | 4,9           |
| Пром.                    | Хлеб ржано-пшеничный                     | 60          | 4                | 0,7         | 23,8         | 117,4            | 0,1         | 0,05        | 0              | 0           | 0            | 243,6                | 141            | 17,4          | 28,2          | 90            | 2,34         | 2,64          | 3,3          | 14,4          |
|                          | <b>Итого за Обед</b>                     | <b>810</b>  | <b>34,2</b>      | <b>32,3</b> | <b>123,5</b> | <b>921,9</b>     | <b>0,64</b> | <b>0,65</b> | <b>375,93</b>  | <b>2,51</b> | <b>30,89</b> | <b>391,31</b>        | <b>1206,31</b> | <b>157,67</b> | <b>223,2</b>  | <b>539,94</b> | <b>11,07</b> | <b>29,16</b>  | <b>17,89</b> | <b>126,62</b> |
| <b>Полдник</b>           |  |             |                  |             |              |                  |             |             |                |             |              |                      |                |               |               |               |              |               |              |               |
| 401-У                    | Оладьи "Домашние" с маслом сливочным     | 150         | 10,1             | 15,3        | 50,3         | 379,2            | 0,12        | 0,14        | 28,08          | 0,13        | 0,39         | 63,53                | 179,35         | 94,08         | 20,52         | 126,86        | 0,96         | 12,53         | 6,03         | 32,85         |
| Пром.                    | Ряженка 2.5%                             | 200         | 5,8              | 5           | 8,4          | 101,8            | 0,04        | 0,26        | 44             | 0           | 0,6          | 100                  | 292            | 248           | 28            | 184           | 0,2          | 18            | 2            | 40            |
|                          | <b>Итого за Полдник</b>                  | <b>350</b>  | <b>15,9</b>      | <b>20,3</b> | <b>58,7</b>  | <b>481</b>       | <b>0,16</b> | <b>0,4</b>  | <b>72,08</b>   | <b>0,13</b> | <b>0,99</b>  | <b>163,53</b>        | <b>471,35</b>  | <b>342,08</b> | <b>48,52</b>  | <b>310,86</b> | <b>1,16</b>  | <b>30,53</b>  | <b>8,03</b>  | <b>72,85</b>  |
|                          | <b>Итого за день</b>                     | <b>1710</b> | <b>73,9</b>      | <b>74,9</b> | <b>273</b>   | <b>2061,6</b>    | <b>1,07</b> | <b>1,31</b> | <b>1782,02</b> | <b>3,72</b> | <b>80,92</b> | <b>1271,05</b>       | <b>2316,29</b> | <b>792,53</b> | <b>351,53</b> | <b>1140,3</b> | <b>18,57</b> | <b>125,93</b> | <b>32,48</b> | <b>307,92</b> |
| <b>Пятница, 2 неделя</b> |  |             |                  |             |              |                  |             |             |                |             |              |                      |                |               |               |               |              |               |              |               |
| <b>Завтрак</b>           |  |             |                  |             |              |                  |             |             |                |             |              |                      |                |               |               |               |              |               |              |               |
| 219- У                   | Сырники творожные                        | 150         | 29,7             | 13,4        | 22,6         | 329,9            | 0,07        | 0,31        | 36,48          | 0,14        | 0,27         | 48,98                | 155,67         | 201,51        | 30,8          | 285,8         | 0,85         | 13,74         | 38,52        | 51,59         |
| 334-У                    | Соус ягодный сладкий                     | 50          | 0,2              | 0           | 10,1         | 41,7             | 0,01        | 0,01        | 40,09          | 0           | 2,03         | 0,77                 | 66,27          | 18,25         | 2             | 6,53          | 0,19         | 0,25          | 0,03         | 2,75          |
| 376                      | Чай с сахаром                            | 200         | 0,4              | 0,1         | 5,2          | 23,3             | 0           | 0,02        | 1,03           | 0           | 1,49         | 1,75                 | 51,35          | 81,34         | 8,95          | 16,62         | 1,66         | 0             | 0,01         | 0             |
| Пром.                    | Хлеб пшеничный                           | 40          | 3                | 0,3         | 19,7         | 93,8             | 0,04        | 0,01        | 0              | 0           | 0            | 199,6                | 37,2           | 8             | 5,6           | 26            | 0,44         | 1,28          | 2,4          | 5,8           |
| Пром.                    | Банан                                    | 120         | 1,8              | 0,6         | 25,2         | 113,4            | 0,05        | 0,06        | 24             | 0           | 12           | 37,2                 | 417,6          | 9,6           | 50,4          | 33,6          | 0,72         | 0,06          | 1,2          | 2,64          |
|                          | <b>Итого за Завтрак</b>                  | <b>560</b>  | <b>35,1</b>      | <b>14,4</b> | <b>82,8</b>  | <b>602,1</b>     | <b>0,17</b> | <b>0,41</b> | <b>101,6</b>   | <b>0,14</b> | <b>15,79</b> | <b>288,3</b>         | <b>728,09</b>  | <b>318,7</b>  | <b>97,75</b>  | <b>368,55</b> | <b>3,86</b>  | <b>15,33</b>  | <b>42,16</b> | <b>62,78</b>  |
| <b>Обед</b>              |  |             |                  |             |              |                  |             |             |                |             |              |                      |                |               |               |               |              |               |              |               |
| 17                       | Нарезка овощная "Ассорти"*               | 30          | 0,4              | 0           | 1,1          | 6,2              | 0,01        | 0,01        | 14,6           | 0           | 8            | 2,4                  | 73,1           | 8,5           | 5             | 9,9           | 0,21         | 0,8           | 0,1          | 4,7           |
| 54-6с                    | Суп картофельный с клецками              | 250         | 5,8              | 4,1         | 14,2         | 117              | 0,06        | 0,05        | 126,79         | 0,06        | 4,61         | 72,52                | 277,65         | 16,6          | 15,93         | 44,96         | 0,68         | 12,86         | 1,18         | 26,53         |
| 311-У                    | Картофель отварной                       | 180         | 4,9              | 6           | 29,1         | 189,8            | 0,17        | 0,17        | 26,57          | 0,08        | 14,68        | 62,17                | 915,54         | 74,64         | 42,7          | 134,68        | 1,48         | 13,86         | 1,43         | 64,97         |
| 267.66                   | Крокеты с кабачком*                      | 100         | 13,6             | 19,3        | 17           | 295,9            | 0,16        | 0,19        | 166,57         | 1,31        | 6,03         | 63,59                | 272,02         | 95,41         | 24,7          | 154,95        | 2,39         | 15,26         | 3,36         | 83,39         |

| №<br>рец.                | Прием пищи, наименование<br>блюда  | Масса       | Пищевые<br>вещества |             |              | Энерг.<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Витамины    |             |               |             |               | Минеральные вещества |                |               |               |               |              |               |              |               |
|--------------------------|------------------------------------|-------------|---------------------|-------------|--------------|----------------------------------|-------------|-------------|---------------|-------------|---------------|----------------------|----------------|---------------|---------------|---------------|--------------|---------------|--------------|---------------|
|                          |                                    |             | Бел<br>ки           | Жи<br>ры    | Угле<br>воды |                                  | B1          | B2          | A             | D           | C             | Na                   | K              | Ca            | Mg            | P             | Fe           | I             | Se           | F             |
|                          |                                    | г           | г                   | г           | г            |                                  | мг          | мг          | мкг           | мкг         | мг            | мг                   | мг             | мг            | мг            | мг            | мг           | мкг           | мкг          | мкг           |
| 1                        | 2                                  | 3           | 4                   | 5           | 6            | 7                                | 8           | 9           | 10            | 11          | 12            | 13                   | 14             | 15            | 16            | 17            | 18           | 19            | 20           | 21            |
| - У                      |                                    |             |                     |             |              |                                  |             |             |               |             |               |                      |                |               |               |               |              |               |              |               |
| Пром.                    | Сок яблочный                       | 200         | 1                   | 0,2         | 20,2         | 86,6                             | 0,02        | 0,02        | 0             | 0           | 4             | 12                   | 240            | 14            | 8             | 14            | 2,8          | 0             | 0            | 0             |
| Пром.                    | Хлеб ржано-пшеничный               | 60          | 4                   | 0,7         | 23,8         | 117,4                            | 0,1         | 0,05        | 0             | 0           | 0             | 243,6                | 141            | 17,4          | 28,2          | 90            | 2,34         | 2,64          | 3,3          | 14,4          |
|                          | <b>Итого за Обед</b>               | <b>820</b>  | <b>29,7</b>         | <b>30,3</b> | <b>105,4</b> | <b>812,9</b>                     | <b>0,52</b> | <b>0,49</b> | <b>334,53</b> | <b>1,45</b> | <b>37,32</b>  | <b>456,28</b>        | <b>1919,31</b> | <b>226,55</b> | <b>124,53</b> | <b>448,49</b> | <b>9,9</b>   | <b>45,42</b>  | <b>9,37</b>  | <b>193,99</b> |
| <b>Полдник</b>           |                                    |             |                     |             |              |                                  |             |             |               |             |               |                      |                |               |               |               |              |               |              |               |
| 520,2                    | Крокеты картофельные               | 50          | 2,2                 | 5,2         | 11,6         | 101,8                            | 0,06        | 0,05        | 8,79          | 0,11        | 4,4           | 193,91               | 272,13         | 10,36         | 13,08         | 41,53         | 0,66         | 27,8          | 2,19         | 19,91         |
| 12                       | Напиток из шиповника               | 200         | 0,6                 | 0,2         | 10,6         | 47,2                             | 0,01        | 0,05        | 98,04         | 0           | 80            | 1,69                 | 8,35           | 72,2          | 2,96          | 2,96          | 0,53         | 0             | 0            | 0             |
| 406                      | Пирожок с зелёным луком и яйцом    | 100         | 9,7                 | 6,7         | 38,9         | 254,5                            | 0,09        | 0,16        | 95,65         | 0,7         | 2,43          | 212,68               | 147,56         | 50,08         | 15,3          | 105,85        | 1,47         | 31,71         | 11,23        | 43,88         |
|                          | <b>Итого за Полдник</b>            | <b>350</b>  | <b>12,5</b>         | <b>12,1</b> | <b>61,1</b>  | <b>403,5</b>                     | <b>0,16</b> | <b>0,26</b> | <b>202,48</b> | <b>0,81</b> | <b>86,83</b>  | <b>408,28</b>        | <b>428,04</b>  | <b>132,64</b> | <b>31,34</b>  | <b>150,34</b> | <b>2,66</b>  | <b>59,51</b>  | <b>13,42</b> | <b>63,79</b>  |
|                          | <b>Итого за день</b>               | <b>1730</b> | <b>77,3</b>         | <b>56,8</b> | <b>249,3</b> | <b>1818,5</b>                    | <b>0,85</b> | <b>1,16</b> | <b>638,61</b> | <b>2,4</b>  | <b>139,94</b> | <b>1152,86</b>       | <b>3075,44</b> | <b>677,89</b> | <b>253,62</b> | <b>967,38</b> | <b>16,42</b> | <b>120,26</b> | <b>64,95</b> | <b>320,56</b> |
| <b>Суббота, 2 неделя</b> |                                    |             |                     |             |              |                                  |             |             |               |             |               |                      |                |               |               |               |              |               |              |               |
| <b>Завтрак</b>           |                                    |             |                     |             |              |                                  |             |             |               |             |               |                      |                |               |               |               |              |               |              |               |
| 60                       | Салат из моркови с яблоками*       | 60          | 0,6                 | 1,9         | 7,4          | 49,3                             | 0,03        | 0,03        | 840,79        | 0           | 5,15          | 12,82                | 127,71         | 15,41         | 17,49         | 24,93         | 0,64         | 2,4           | 0,1          | 24,3          |
| 222                      | Пудинг из творога с рисом          | 180         | 28,8                | 12,8        | 19           | 306,4                            | 0,06        | 0,33        | 64,34         | 0,25        | 0,29          | 68,99                | 159,38         | 209,94        | 34            | 293,56        | 0,86         | 14,69         | 39,68        | 53,37         |
| 326                      | Соус молочный сладкий              | 60          | 2,1                 | 3,5         | 11,6         | 86,4                             | 0,02        | 0,07        | 15,23         | 0,04        | 0,28          | 21,04                | 72,41          | 58,71         | 7,41          | 47,55         | 0,13         | 4,95          | 1,29         | 12,2          |
| 54-21гн                  | Какао с молоком                    | 200         | 4,7                 | 3,5         | 12,5         | 100,4                            | 0,04        | 0,16        | 17,25         | 0           | 0,68          | 49,95                | 220,33         | 167,68        | 34,32         | 130,28        | 1,09         | 11,7          | 2,29         | 38,25         |
| Пром.                    | Хлеб пшеничный                     | 50          | 3,8                 | 0,4         | 24,6         | 117,2                            | 0,06        | 0,02        | 0             | 0           | 0             | 249,5                | 46,5           | 10            | 7             | 32,5          | 0,55         | 1,6           | 3            | 7,25          |
|                          | <b>Итого за Завтрак</b>            | <b>550</b>  | <b>40</b>           | <b>22,1</b> | <b>75,1</b>  | <b>659,7</b>                     | <b>0,21</b> | <b>0,61</b> | <b>937,61</b> | <b>0,29</b> | <b>6,4</b>    | <b>402,3</b>         | <b>626,33</b>  | <b>461,74</b> | <b>100,22</b> | <b>528,82</b> | <b>3,27</b>  | <b>35,34</b>  | <b>46,36</b> | <b>135,37</b> |
| <b>Обед</b>              |                                    |             |                     |             |              |                                  |             |             |               |             |               |                      |                |               |               |               |              |               |              |               |
| 33                       | Салат "Дальневосточный"            | 60          | 1                   | 2,5         | 16,3         | 91,1                             | 0,08        | 0,21        | 151,21        | 1,8         | 14,9          | 928,33               | 155,75         | 113,07        | 77,18         | 22,37         | 1,88         | 21433,94      | 1,95         | 8,98          |
| 99,21                    | Суп овощной "Летний"               | 200         | 4                   | 2,9         | 6,8          | 69,1                             | 0,05        | 0,05        | 166,06        | 0           | 18,1          | 485,41               | 252,9          | 23,65         | 19,09         | 34,15         | 0,84         | 67,78         | 0,28         | 20,67         |
| 54-12г                   | Каша пшеничная рассыпчатая         | 180         | 7,7                 | 7,8         | 42,6         | 271                              | 0,21        | 0,03        | 25,56         | 0,12        | 0             | 182,88               | 125,23         | 58,78         | 50,81         | 145,04        | 1,68         | 27,16         | 1,75         | 19,91         |
| 239-У                    | Тефтели из рыбы под соусом овощным | 100         | 21,3                | 12,8        | 26,6         | 307                              | 0,16        | 0,17        | 166,55        | 1,88        | 4,64          | 268,74               | 472,45         | 114,27        | 48,32         | 288,35        | 1,86         | 179,87        | 25,87        | 795,8         |
| 15                       | Напиток клюквенный                 | 200         | 0,1                 | 0,1         | 6,5          | 26,9                             | 0           | 0           | 0             | 0           | 1,8           | 0,27                 | 29,78          | 3,8           | 3,92          | 2,87          | 0,17         | 0,02          | 0,03         | 3             |

| №<br>рец.      | Прием пищи, наименование<br>блюда        | Масса         | Пищевые<br>вещества |              |               | Энерг.<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Витамины    |             |                |             |              | Минеральные вещества |                |               |               |               |              |                 |               |                |
|----------------|--|---------------|---------------------|--------------|---------------|----------------------------------|-------------|-------------|----------------|-------------|--------------|----------------------|----------------|---------------|---------------|---------------|--------------|-----------------|---------------|----------------|
|                |  |               | Бел<br>ки           | Жи<br>ры     | Угле<br>воды  |                                  | В1          | В2          | А              | Д           | С            | Na                   | К              | Ca            | Mg            | P             | Fe           | I               | Se            | F              |
|                |  | г             | г                   | г            | г             |                                  | мг          | мг          | мкг            | мкг         | мг           | мг                   | мг             | мг            | мг            | мг            | мг           | мкг             | мкг           | мкг            |
| 1              | 2  | 3             | 4                   | 5            | 6             | 7                                | 8           | 9           | 10             | 11          | 12           | 13                   | 14             | 15            | 16            | 17            | 18           | 19              | 20            | 21             |
| Пром.          | Хлеб ржано-пшеничный                     | 60            | 4                   | 0,7          | 23,8          | 117,4                            | 0,1         | 0,05        | 0              | 0           | 0            | 243,6                | 141            | 17,4          | 28,2          | 90            | 2,34         | 2,64            | 3,3           | 14,4           |
|                | <b>Итого за Обед</b>                     | <b>800</b>    | <b>38,1</b>         | <b>26,8</b>  | <b>122,6</b>  | <b>882,5</b>                     | <b>0,6</b>  | <b>0,51</b> | <b>509,38</b>  | <b>3,8</b>  | <b>39,44</b> | <b>2109,23</b>       | <b>1177,11</b> | <b>330,97</b> | <b>227,52</b> | <b>582,78</b> | <b>8,77</b>  | <b>21711,41</b> | <b>33,18</b>  | <b>862,76</b>  |
| <b>Полдник</b> |  |               |                     |              |               |                                  |             |             |                |             |              |                      |                |               |               |               |              |                 |               |                |
| 210-У          | Омлет натуральный                        | 150           | 13,8                | 16,4         | 2,7           | 213,8                            | 0,07        | 0,43        | 189,99         | 2,41        | 0,23         | 124,89               | 178,41         | 99,92         | 16,44         | 212,58        | 2,34         | 25,05           | 29,22         | 66,96          |
| 15             | Напиток абрикосовый                      | 200           | 0,8                 | 0,1          | 23,2          | 97,2                             | 0,18        | 0,25        | 214,2          | 1,26        | 10           | 2,3                  | 253,2          | 24,68         | 6,96          | 22,62         | 0,61         | 1               | 0,09          | 11             |
|                | <b>Итого за Полдник</b>                  | <b>350</b>    | <b>14,6</b>         | <b>16,5</b>  | <b>25,9</b>   | <b>311</b>                       | <b>0,25</b> | <b>0,68</b> | <b>404,19</b>  | <b>3,67</b> | <b>10,23</b> | <b>127,19</b>        | <b>431,61</b>  | <b>124,6</b>  | <b>23,4</b>   | <b>235,2</b>  | <b>2,95</b>  | <b>26,05</b>    | <b>29,31</b>  | <b>77,96</b>   |
|                | <b>Итого за день</b>                     | <b>1700</b>   | <b>92,7</b>         | <b>65,4</b>  | <b>223,6</b>  | <b>1853,2</b>                    | <b>1,06</b> | <b>1,8</b>  | <b>1851,18</b> | <b>7,76</b> | <b>56,07</b> | <b>2638,72</b>       | <b>2235,05</b> | <b>917,31</b> | <b>351,14</b> | <b>1346,8</b> | <b>14,99</b> | <b>21772,8</b>  | <b>108,85</b> | <b>1076,09</b> |
|                | <b>Средние показатели за<br/>Завтрак</b> | <b>553,33</b> | <b>26,02</b>        | <b>21,03</b> | <b>88,06</b>  | <b>645,22</b>                    | <b>0,24</b> | <b>0,42</b> | <b>270</b>     | <b>0,55</b> | <b>18,11</b> | <b>521,47</b>        | <b>360</b>     | <b>364,24</b> | <b>84,46</b>  | <b>381,04</b> | <b>4,22</b>  | <b>37,73</b>    | <b>24,34</b>  | <b>88,93</b>   |
|                | <b>Средние показатели за Обед</b>        | <b>819,17</b> | <b>36,48</b>        | <b>35,08</b> | <b>112,67</b> | <b>912,43</b>                    | <b>0,5</b>  | <b>0,51</b> | <b>375,98</b>  | <b>2,18</b> | <b>40,52</b> | <b>951,73</b>        | <b>540</b>     | <b>294,02</b> | <b>149,68</b> | <b>507,25</b> | <b>9,23</b>  | <b>1892,82</b>  | <b>17,2</b>   | <b>290,77</b>  |
|                | <b>Средние показатели за<br/>Полдник</b> | <b>351,67</b> | <b>11,52</b>        | <b>11,18</b> | <b>55,43</b>  | <b>368,3</b>                     | <b>0,15</b> | <b>0,23</b> | <b>100,41</b>  | <b>0,5</b>  | <b>16,89</b> | <b>233,15</b>        | <b>180</b>     | <b>132,73</b> | <b>31,98</b>  | <b>164,12</b> | <b>2,5</b>   | <b>34,85</b>    | <b>8,7</b>    | <b>52,93</b>   |
|                | <b>Средние показатели за<br/>период</b>  | <b>1724,2</b> | <b>74</b>           | <b>67,3</b>  | <b>256,2</b>  | <b>1926</b>                      | <b>0,9</b>  | <b>1,2</b>  | <b>746,4</b>   | <b>3,2</b>  | <b>75,5</b>  | <b>1706,4</b>        | <b>1080</b>    | <b>791</b>    | <b>266,1</b>  | <b>1052,4</b> | <b>16</b>    | <b>1965,4</b>   | <b>50,2</b>   | <b>432,6</b>   |

Прошито, пронумеровано и скреплено

печатью

8

листа(ов)

*Валентина*

Директор школы *Свет* Т.А. Смирнова

