

УТВЕРЖДАЮ:

Индивидуальный предприниматель



Шнурко Н.А.

2021 г.



СОГЛАСОВАНО:

Директор ОУ

В. В. Погосов

» 2021 г.

Примерное циклическое меню на обеспечение питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в общеобразовательных учреждениях г.Томска, обслуживаемых ИП Шнурко Н.А. (возрастная категория старше 12 лет)

№ Рец.	Рацион	Выход гр, мл, шт	Энерг. ценность ккал	Пищевые вещества (гр)			Витамины (мг)				Минеральные вещества			
				Белки гр	Жиры гр	Углев гр	В	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
	1 день													
	Завтрак													
№21	Яйцо вареное	1 шт	62,8	5,1	4,6	0,3	0,2	0,4	0,0	7,1	98,4	145,5	42,5	1,1
Сб.2007 №182	Каша молочная рисовая с маслом	200	256,0	4,9	11,8	32,1	0,3	0,9	0,1	9,5	147,6	253,0	50,4	1,3
Сб.2007 №382	Какао	200	205,6	5,8	5,8	34,4	0,1	0,2	0,0	0,4	172,2	178,4	24,8	1,0
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
	Итого		582,3	18,1	22,5	78,3	0,7	1,6	2,6	17,0	453,7	618,4	130,1	4,2
	Обед													
Сб.2007 №200 №201	Овощи свежие или консервированные	40	18,0	0,6	0,0	4,2	0,0	4,7	0,0	3,1	0,0	29,5	0,0	0,2
Сб.2007 № 88	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	146,9	2,4	6,8	12,2	0,2	41,5	0,0	2,5	55,8	65,4	31,8	1,4
Сб.2007 №243	Изделия колбасные (сосиска) отварные	1 шт	130,5	8,6	12,0	0,2	0,1	21,5	0,0	0,0	8,1	80,1	10,6	0,4
Сб.2007 №309	Макаронные изделия отварные	180	240,6	5,9	6,0	41,8	1,0	0,0	0,0	24,3	27,3	47,0	21,4	1,1
Сб.2007 №591	Кисель	200	119,0	0,0	0,0	30,6	8,6	5,0	0,6	0,0	15,0	10,5	7,5	2,2
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
Итого			749,0	20,7	25,2	108,3	10,0	72,8	3,1	23,7	141,7	267,4	78,6	5,6

Всего			1331,3	38,8	47,7	186,6	10,7	74,4	5,7	40,7	595,4	885,8	208,7	9,8
	2 день													
	Завтрак													
№5	Масло сливочное порционно	10	75,0	0,1	8,2	0,1	0,0	0,0	59,0	0,0	1,2	1,9	0,0	0,0
Сб.2007 №182	Каша молочная кукурузная с маслом	200	268,0	3,9	9,8	25,1	0,2	0,9	0,1	9,5	120,6	240,0	40,4	1,3
Сб.2007 №376	Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	2,8	2,6	2,0	0,0	20,4	32,6	17,7	3,3
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
	Итого		458,9	6,5	18,3	53,8	3,1	3,6	63,6	9,5	177,7	316,0	70,5	5,4
	Обед													
Сб.2007 №200 №201	Овощи свежие или консервированные	30	18,0	0,6	0,0	4,2	0,0	4,7	0,0	3,1	0,0	29,5	0,0	0,2
Сб.2007 №239	Суп картофельный с бобовыми	250	180,3	5,5	7,4	19,8	0,2	14,2	1,0	3,3	34,0	97,1	36,1	2,2
Сб.2007 №423	Тефтели (мясо или курица)	110	192,0	9,8	12,9	7,4	0,1	2,9	0,0	1,5	22,5	112,9	49,6	1,9
Сб.2007 №302	Каша гречневая	180	264,0	9,2	7,6	43,1	0,1	0,0	0,0	13,5	12,9	142,0	94,8	4,3
Сб.2007 №646	Компот из апельсинов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
Итого			881,3	28,8	28,3	127,8	0,5	22,3	3,7	20,7	128,6	458,9	210,0	8,8
Всего			1340,2	35,3	46,6	181,6	3,6	25,9	67,3	30,2	306,3	774,9	280,5	14,2
	3 день													
	Завтрак													
Сб.2007 №140	Макароны отварные с сыром	150/30	257,0	8,7	11,9	37,5	0,1	0,1	0,1	18,1	115,3	96,8	20,2	0,8
Сб.2007 №376	Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	2,8	2,6	2,0	0,0	20,4	32,6	17,7	3,3
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
Итого			372,9	11,2	12,2	64,0	3,0	2,8	4,6	18,1	171,2	170,9	50,3	4,9
	Обед													
Сб.2007 №129	Рассольник со сметаной	250	140,0	3,1	5,4	14,8	0,2	29,0	0,0	5,7	34,6	69,7	29,8	1,3
Сб.2007 №320	Рыба, запеченная в молочном соусе	80	119,0	15,8	15,5	3,2	0,1	0,9	0,1	2,5	51,8	73,7	26,0	0,7
Сб.2007 №304	Рис отварной рассыпчатый или припущенный (с овощами или томатом)	180	273,6	4,8	6,5	38,6	0,2	0,0	0,0	2,1	21,8	54,8	19,1	0,5

Сб.2007 №349	Компот из сухофруктов	200	140,0	0,6	0,0	35,4	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	226,5	5,2	1,0	46,0	0,2	0,1	5,0	0,1	71,0	83,0	24,8	1,6
Итого			899,1	29,5	28,4	138,0	0,7	30,4	5,3	10,4	204,4	320,8	119,1	4,7
Всего			1272,0	40,7	40,6	202,0	3,7	33,2	9,9	28,5	375,6	491,7	169,4	9,6
	День 4													
	Завтрак													
Сб.2007 №182	Каша молочная пшеничная с маслом	200	318,0	8,2	12,8	42,4	0,3	0,9	0,1	9,5	147,6	153,0	50,4	1,3
Сб.2007 №379	Кофейный напиток	200	144,0	3,8	21,8	14,2	0,0	0,4	0,2	0,6	98,8	74,4	20,0	0,6
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
	Итого		519,9	14,3	34,9	68,1	0,4	1,4	2,8	10,1	371,9	368,9	82,8	2,7
	Обед													
Сб.1996 № 131	Суп картофельный	250	121,0	5,4	4,8	16,8	0,2	14,2	0,1	3,3	34,0	97,1	36,1	2,1
Сб.1996 №401	Гуляш из курицы	80	201,0	29,4	19,0	18,0	0,0	5,1	0,0	3,3	23,2	150,9	66,0	1,3
Сб.2007 №312	Картофельное пюре	180	180,2	4,0	6,7	26,5	0,2	25,6	0,0	0,3	62,5	86,5	38,3	1,1
Сб.2007 №348	Компот из изюма	200	127,0	0,2	0,0	32,8	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
Итого			723,2	42,2	30,9	113,4	0,5	45,4	2,8	6,9	180,4	415,6	172,2	5,9
Всего			1243,1	56,5	65,8	181,5	0,9	46,8	5,6	17,0	552,3	784,5	255,0	8,6
	День 5													
	Завтрак													
№3	Сыр порционн	10	38,0	2,5	4,0	2,0	0,0	24,2	0,6	0,0	45,3	24,3	14,9	0,5
Сб.2007 №182	Каша молочная манная с маслом	200	286,0	4,9	11,8	32,1	0,3	0,9	0,1	9,5	147,6	253,0	50,4	1,3
Сб.2007 №376	Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	2,8	2,6	2,0	0,0	20,4	32,6	17,7	3,3
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
	Итого		439,9	9,9	16,1	60,6	3,2	27,8	5,2	9,5	248,8	351,4	95,4	5,9
	Обед													
Сб.2007 №200 №201	Овощи свежие или консервированные	40	18,0	0,6	0,0	4,2	0,0	4,7	0,0	3,1	0,0	29,5	0,0	0,2
Сб.2007 №82	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	135,0	3,0	5,8	17,6	0,3	38,8	0,0	3,8	40,5	52,8	24,5	1,2

С6.2007 №403	Плов с птицей	250	387,0	22,3	23,6	55,7	0,1	5,2	0,0	4,8	6,5	266,9	109,9	2,2
С6.2007 №646	Компот из лимона	200	96,0	0,1	0,0	25,2	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
Итого			730,0	29,2	29,8	122,0	0,5	49,2	2,7	11,7	107,7	430,3	166,2	5,0
Всего			1169,9	49,0	45,9	182,6	3,7	77,0	7,9	21,2	356,5	781,7	261,6	10,9
	День 6													
	Завтрак													
С6.2007 №211	Омлет с колбасными изделиями	150	280,0	16,0	16,2	37,4	0,1	2,0	0,2	13,1	80,8	180,9	18,2	2,2
С6.2007 №376	Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	2,8	2,6	2,0	0,0	20,4	32,6	17,7	3,3
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
Итого			395,9	18,5	16,5	63,9	3,0	4,7	4,7	13,1	136,7	255,0	48,3	6,0
	Обед													
С6.2004 №155	Суп с клецками	250	156,0	5,4	4,8	21,9	0,2	14,2	1,0	3,3	34,0	97,1	36,1	2,2
С6.2007 №159/1	Зраза рубленая	80	153,0	18,7	19,3	8,4	0,1	25,2	0,0	1,5	15,3	91,6	17,9	0,9
С6.2007 №309	Макаронные изделия отварные	180	240,6	5,9	6,0	41,8	1,0	0,0	0,0	24,3	27,3	47,0	21,4	1,1
С6.2007 №585	Компот или напиток из брусники (клюквы)	200	97,0	0,0	0,0	24,8	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
Итого			740,6	33,2	30,5	116,2	1,4	39,9	3,7	22,9	137,3	309,8	102,1	5,1
Всего			1136,5	51,7	47,0	180,3	4,4	44,6	8,4	36,0	274,0	564,8	150,4	11,1
	День 7													
	Завтрак													
С6.2007 №187	Каша молочная геркулесовая с маслом	200	284,0	7,4	13,9	31,9	0,3	0,9	0,1	9,5	147,6	253,0	50,4	1,3
С6.2007 №382	Какао	200	205,6	5,8	5,8	34,4	0,1	0,2	0,0	0,4	172,2	178,4	24,8	1,0
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
№760	Фрукт	1 шт	47,0	0,2	0,3	9,8	0,0	10,2	0,0	0,6	17,1	0,4	9,7	2,4
Итого			594,5	15,7	20,3	87,6	0,5	11,4	2,6	10,5	372,4	97,3	97,3	5,5
	Обед													
С6.2007 №162	Суп картофельный с крупяными изделиями	200	137,0	5,4	4,8	20,5	0,2	14,2	1,0	3,3	34,0	97,1	36,1	2,2

С6.2007 №379	Поджарка из курицы	80	246,0	12,8	13,9	4,5	0,1	11,0	0,1	2,4	30,3	93,4	17,1	0,6
С6.2007 №129	Рагу овощное	150	126,0	5,3	4,6	26,3	0,2	19,3	0,0	0,2	52,3	72,4	31,9	0,9
С6.2007 №348	Компот из сухофруктов	200	140,0	0,6	0,0	35,4	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
Итого			743,0	27,3	23,7	106,0	0,6	45,0	3,8	5,9	177,3	344,0	116,9	5,1
Всего			1337,5	43,0	44,0	193,6	1,1	56,4	6,4	16,4	549,7	441,3	214,2	10,6
	День 8													
	Завтрак													
№5	Масло сливочное порционно	10	75,0	0,1	8,2	0,1	0,0	0,0	59,0	0,0	1,2	1,9	0,0	0,0
С6.2007 №182	Каша молочная ячневая с маслом	200	268,0	3,9	9,8	25,1	0,2	0,9	0,1	9,5	120,6	240,0	40,4	1,3
С6.2007 №376	Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	2,8	2,6	2,0	0,0	20,4	32,6	17,7	3,3
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
Итого			458,9	6,5	18,3	51,7	3,1	3,6	63,6	9,5	177,7	316,0	70,5	5,4
	Обед													
С6.2007 №200 №201	Овощи свежие или консервированные	40	18,0	0,6	0,0	4,2	0,0	4,7	0,0	3,1	0,0	29,5	0,0	0,2
С6.2007 №88	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	146,9	2,4	6,8	12,2	0,2	41,5	0,0	2,5	55,8	65,4	31,8	1,4
С6.2007 №295/1	Биточек из курицы	80	249,0	37,4	18,1	18,7	0,1	0,2	0,1	3,8	15,6	137,7	15,5	1,2
С6.2007 №304	Рис отварной рассыпчатый или припущенный (с овощами или томатом)	180	273,6	4,8	6,5	38,6	0,2	0,0	0,0	2,1	21,8	54,8	19,1	0,5
С6.2007 №586	Компот или напиток из смородины	200	97,0	0,0	0,0	24,8	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
Итого			878,5	48,4	31,8	117,8	0,6	46,9	2,8	11,4	153,9	368,5	98,2	4,7
Всего			1337,4	54,9	50,1	169,5	3,7	50,5	66,4	20,9	331,6	684,5	168,7	10,1

	День 9													
	Завтрак													
С6.2007 №182	Каша молочная манная с маслом	200	256,0	4,9	11,8	32,1	0,3	0,9	0,1	9,5	147,6	253,0	50,4	1,3
С6.2007 №379	Кофейный напиток	200	144,0	3,8	21,8	14,2	0,0	0,4	0,2	0,6	98,8	74,4	20,0	0,6
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
	Итого		457,9	11,0	33,9	57,8	0,4	1,4	2,8	10,1	281,9	368,9	82,8	2,7
	Обед													
С6.2007 №200 №201	Овощи свежие или консервированные	30	18,0	0,6	0,0	4,2	0,0	4,7	0,0	3,1	0,0	29,5	0,0	0,2
С6.2007 №239	Суп картофельный с бобовыми	250	182,3	5,5	7,4	19,8	0,2	14,2	1,0	3,3	34,0	97,1	36,1	2,2
С6.2007 №159	Зрза «Школьная»	80	153,0	18,7	19,3	8,4	0,1	25,2	0,0	1,5	15,3	91,6	17,9	0,9
С6.2007 №302	Каша гречневая	180	264,0	9,2	7,6	43,1	0,1	0,0	0,0	13,5	12,9	142,0	94,8	4,3
С6.2007 №591	Кисель	200	119,0	0,0	0,0	30,6	8,6	5,0	0,6	0,0	15,0	10,5	7,5	2,2
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
Итого			868,3	37,7	37,7	128,5	10,1	52,2	10,1	27,7	114,2	411,5	166,4	11,9
Всего			1326,2	48,7	71,6	186,3	10,5	53,6	12,9	37,8	396,1	780,4	249,2	14,6
	День 10													
	Завтрак													
С6.2007 №140	Макароны отварные с сыром	150/30	257,0	8,7	11,9	37,5	0,1	0,1	0,1	18,1	115,3	96,8	20,2	0,8
С6.2007 №382	Какао	200	205,6	5,8	5,8	34,4	0,1	0,2	0,0	0,4	172,2	178,4	24,8	1,0
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
	Итого		520,5	16,8	18,0	83,4	0,3	0,4	2,6	18,5	323,0	316,7	57,4	2,6
	Обед													
С6.2007 №129	Рассольник со сметаной	250	140,0	3,1	5,4	14,8	0,2	29,0	0,0	5,7	34,6	69,7	29,8	1,3
С6.2007 №234	Биточек рыбный	80	236,0	11,8	9,9	8,5	0,1	0,5	0,0	2,4	30,3	93,4	17,1	0,6
С6.2007 №312	Картофельное пюре	180	180,2	4,0	6,7	26,5	0,2	25,6	0,0	0,3	62,5	86,5	38,3	1,1
С6.2007 №349	Компот из сухофруктов	200	140,0	0,6	0,0	35,4	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8

Итого			790,2	22,7	22,4	104,5	0,6	55,6	2,7	8,3	178,0	316,6	110,6	4,2
Всего			1310,7	39,5	40,4	187,9	0,9	56,0	5,3	26,8	501,0	633,3	168,0	6,8
	День 11													
	Завтрак													
№3	Сыр порционнo	10	38,0	2,5	4,0	2,0	0,0	24,2	0,6	0,0	45,3	24,3	14,9	0,5
№5	Масло сливочное порционнo	5	38,0	0,1	4,2	0,1	0,0	0,0	30,0	0,0	1,0	1,0	0,0	0,0
Сб.2007 №2534	Омлет натуральный	105	190,0	10,0	10,2	18,4	0,1	2,0	0,2	8,1	60,8	140,9	12,2	2,1
Сб.2007 №376	Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	2,8	2,6	2,0	0,0	20,4	32,6	17,7	3,3
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
	Итого		343,9	15,1	18,7	47,0	3,0	28,9	35,3	8,1	117,7	216,0	42,3	6,2
	Обед													
Сб.2007 №103 №162	Суп картофельный с макаронными или крупяными изделиями	250	181,0	7,1	6,2	25,8	0,3	16,2	0,1	3,3	34,0	97,1	36,1	2,2
Сб.2007 №403	Плов с птицей	250	387,0	22,3	23,6	55,7	0,1	5,2	0,0	4,8	6,5	266,9	109,9	2,2
Сб.2007 №342	Компот из яблок	200	116,0	0,3	0,0	19,2	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
Итого			778,0	32,9	30,2	120,0	0,5	21,9	2,8	8,1	101,2	445,1	177,8	5,7
Всего			1121,9	48,0	48,9	167,0	3,5	50,8	38,1	16,2	218,9	661,1	220,1	11,9
	День 12													
	Завтрак													
№5	Масло сливочное порционнo	10	75,0	0,1	8,2	0,1	0,0	0,0	59,0	0,0	1,2	1,9	0,0	0,0
№3	Сыр порционнo	10	38,0	2,5	4,0	2,0	0,0	24,2	0,6	0,0	45,3	24,3	14,9	0,5
Сб.2007 №182	Каша молочная рисовая с маслом	200	318,0	8,2	12,8	42,4	0,3	0,9	0,1	9,5	147,6	153,0	50,4	1,3
Сб.2007 №376	Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	2,8	2,6	2,0	0,0	20,4	32,6	17,7	3,3
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
	Итого		546,9	13,3	25,3	71,0	3,2	27,8	64,2	9,5	250,0	253,3	95,4	5,9
	Обед													
Сб.2007 №82	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	135,0	3,0	5,8	17,6	0,3	38,8	0,0	3,8	40,5	52,8	24,5	1,2

С6.2007 №387	Печень по-строгановски	100	190,0	14,6	10,8	7,9	0,3	26,1	6,1	3,1	91,7	251,2	18,1	5,4
С6.2007 №146	Картофель отварной	180	193,0	4,2	3,9	23,2	0,1	0,0	0,0	18,1	27,3	40,0	16,3	0,6
С6.2007 №348	Компот из кураги	200	129,0	1,0	0,0	33,0	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
Итого			741,0	26,0	20,9	101,0	0,8	65,4	8,8	25,0	220,2	425,1	90,7	8,6
Всего			1287,9	39,3	46,2	172,0	4,0	93,2	73,0	34,5	470,2	678,4	186,1	14,5
	День 13													
	Завтрак													
№5	Масло сливочное	5	75,0	0,1	8,2	0,1	0,0	0,0	59,0	0,0	1,2	1,9	0,0	0,0
С6.2007 №182	Каша молочная пшеничная с маслом	200	256,0	4,9	11,8	32,1	0,3	0,9	0,1	9,5	147,6	253,0	50,4	1,3
С6.2007 №376	Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	2,8	2,6	2,0	0,0	20,4	32,6	17,7	3,3
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
	Фрукт	1 шт	47,0	0,2	0,3	9,8	0,0	10,2	0,0	0,6	17,1	0,4	9,7	2,4
	Итого		555,9	11,0	21,6	78,8	3,2	13,8	63,6	10,1	426,5	229,4	90,2	7,8
	Обед													
С6.2007 №237	Суп с клецками	250	156,0	5,4	4,8	21,9	0,2	14,2	1,0	3,3	34,0	97,1	36,1	2,2
С6.2007 №295/1	Котлета или фрикадельки из курицы	80	249,0	37,4	18,1	18,7	0,1	0,2	0,1	3,8	15,6	137,7	15,5	1,2
С66.2007 №304	Рис отварной рассыпчатый или припущенный (с овощами или томатом)	180	273,6	4,8	6,5	38,6	0,2	0,0	0,0	2,1	21,8	54,8	19,1	0,5
С6.2007 №349	Компот из сухофруктов	200	140,0	0,6	0,0	35,4	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
Итого			912,6	51,4	29,8	133,9	0,6	14,9	3,8	9,1	132,1	370,7	102,5	5,3
Всего			1468,5	62,4	51,4	212,7	3,8	28,7	67,4	19,2	558,6	600,1	192,7	13,1
	День 14													
	Завтрак													
№5	Масло сливочное	10	75,0	0,1	8,2	0,1	0,0	0,0	59,0	0,0	1,2	1,9	0,0	0,0
С6.2007 №182	Каша молочная геркулесовая с маслом	200	284,0	7,4	13,9	31,9	0,3	0,9	0,1	9,5	147,6	253,0	50,4	1,3

С6.2007 №740	Чай с сахаром, лимоном	200/7	59,0	0,3	0,0	15,2	0,0	2,9	0,0	2,3	8,0	9,7	5,2	0,9
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
	Итого		475,9	10,1	22,4	58,7	0,4	3,9	61,6	11,5	192,3	306,1	68,0	3,0
	Обед													
С6.2007 №200 №201	Овощи свежие или консервированные	30	18,0	0,6	0,0	4,2	0,0	4,7	0,0	3,1	0,0	29,5	0,0	0,2
С6.2007 №88	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	146,9	2,4	6,8	12,2	0,2	41,5	0,0	2,5	55,8	65,4	31,8	1,4
С6.2007 №220	Чахохбили из птицы	80	198,0	12,4	13,6	4,4	0,1	11,1	0,1	2,4	31,2	129,9	21,7	1,4
С6.2007 №302	Каша гречневая	180	264,0	9,2	7,6	43,1	0,1	0,0	0,0	13,5	12,9	142,0	94,8	4,3
С6.2007 №646	Компот из апельсинов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
Итого			853,9	28,3	28,4	117,2	0,5	57,8	2,8	20,8	159,1	444,2	177,8	7,5
Всего			1329,8	38,4	50,8	175,9	0,9	61,7	64,4	32,3	351,4	750,3	245,8	10,5
	День 15													
	Завтрак													
№5	Масло сливочное порционно	10	75,0	0,1	8,2	0,1	0,0	0,0	59,0	0,0	1,2	1,9	0,0	0,0
№3	Сыр порционно	10	38,0	2,5	4,0	2,0	0,0	24,2	0,6	0,0	45,3	24,3	14,9	0,5
С6.2007 №182	Каша молочная кукурузная с маслом	200	268,0	3,9	9,8	25,1	0,2	0,9	0,1	9,5	120,6	240,0	40,4	1,3
С6.2007 №376	Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	2,8	2,6	2,0	0,0	20,4	32,6	17,7	3,3
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
	Итого		496,9	9,0	22,3	53,7	3,1	27,8	64,2	9,5	223,0	340,3	85,4	5,9
	Обед													
С6.2007 №239	Суп картофельный с бобовыми	250	182,3	5,5	7,4	19,8	0,2	14,2	1,0	3,3	34,0	97,1	36,1	2,2
С6.2007 №163	Котлета «Здоровье»	80	196,0	15,9	13,9	8,9	0,1	0,0	0,0	1,5	10,9	89,7	18,1	0,9
С6.2007 №309	Макаронные изделия отварные	180	240,6	5,9	6,0	41,8	1,0	0,0	0,0	24,3	27,3	47,0	21,4	1,1
С6.2007 №348	Компот из изюма	200	127,0	0,2	0,0	32,8	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
Итого			839,9	30,7	27,7	122,6	1,4	14,7	3,7	22,9	132,9	307,9	102,3	5,1
Всего			1336,8	39,7	50,0	176,3	4,5	42,5	67,9	32,4	355,9	648,2	187,7	11,0

	День 16													
	Завтрак													
№5	Масло сливочное порционно	10	75,0	0,1	8,2	0,1	0,0	0,0	59,0	0,0	1,2	1,9	0,0	0,0
С6.2007 №182	Каша молочная пшеничная с маслом	200	318,0	8,2	12,8	42,4	0,3	0,9	0,1	9,5	147,6	153,0	50,4	1,3
С6.2007 №379	Кофейный напиток	200	144,0	3,8	21,8	14,2	0,0	0,4	0,2	0,6	98,8	74,4	20,0	0,6
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
	Итого		594,9	14,4	43,1	68,2	0,4	1,4	61,8	10,1	283,1	270,8	82,8	2,7
	Обед													
С6.2007 №129	Рассольник со сметаной	250	140,0	3,1	5,4	14,8	0,2	29,0	0,0	5,7	34,6	69,7	29,8	1,3
С6.2007 №332	Тефтели рыбные	125	126,4	18,4	14,9	9,2	0,1	2,8	0,0	1,4	29,4	97,5	19,5	0,8
С6.2007 №312	Картофельное пюре	180	180,2	4,0	6,7	26,5	0,2	25,6	0,0	0,3	62,5	86,5	38,3	1,1
С6.2007 №591	Кисель	200	119,0	0,0	0,0	30,6	8,6	5,0	0,6	0,0	15,0	10,5	7,5	2,2
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
Итого			659,6	28,7	27,4	100,4	9,2	62,5	3,1	7,4	177,0	305,7	107,5	6,2
Всего			1254,5	43,1	70,5	168,6	9,6	63,9	64,9	17,5	460,1	576,5	190,3	8,9
	День 17													
	Завтрак													
№3	Сыр порционно	10	38,0	2,5	4,0	2,0	0,0	24,2	0,6	0,0	45,3	24,3	14,9	0,5
С6.2007 №182	Каша молочная манная с маслом	200	286,0	4,9	11,8	32,1	0,3	0,9	0,1	9,5	147,6	253,0	50,4	1,3
С6.2007 №740	Чай с сахаром, лимоном	200/7	59,0	0,3	0,0	15,2	0,0	2,9	0,0	2,3	8,0	9,7	5,2	0,9
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
	Итого		440,9	10,0	16,1	60,8	0,4	28,1	3,2	11,8	236,4	328,5	82,9	3,5
	Обед													
С6.2007 №103 №162	Суп картофельный с макаронными или крупяными изделиями	250	181,0	7,1	6,2	25,8	0,3	16,2	0,1	3,3	34,0	97,1	36,1	2,2
С6.2007 №394	Картофель, тушеный с птицей	250	325,8	22,7	19,5	36,3	0,1	26,2	0,0	4,8	28,5	220,2	87,5	3,1
С6.2007 №585	Компот или напиток из брусники (клюквы)	200	97,0	0,0	0,0	24,8	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6

№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
Итого			697,8	33,0	26,1	106,2	0,5	42,9	2,8	8,1	123,2	398,4	155,4	6,7
Всего			1138,7	43,0	42,2	167,0	0,9	71,0	6,0	19,9	359,6	726,9	238,3	10,2
	День 18													
	Завтрак													
Сб.2007 №532/1	Запеканка из творога со сгущенным молоком	130/20	421,0	30,0	21,6	45,0	1,9	11,9	1,7	2,7	288,0	258,9	39,5	0,8
Сб.2007 №376	Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	2,8	2,6	2,0	0,0	20,4	32,6	17,7	3,3
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
	Итого		536,9	32,5	21,9	71,5	4,8	14,6	6,2	2,7	343,9	331,0	69,6	4,9
	Обед													
Сб.2007 №82	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	135,0	3,0	5,8	17,6	0,3	38,8	0,0	3,8	40,5	52,8	24,5	1,2
Сб.2007 №403	Плов с птицей	250	387,0	22,3	23,6	55,7	0,1	5,2	0,0	4,8	6,5	266,9	109,9	2,2
Сб.2007 №646	Компот из лимона	200	96,0	0,1	0,0	25,2	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
Итого			712,0	28,6	29,8	117,8	0,5	44,5	2,7	8,6	107,7	400,8	166,2	4,8
Всего			1248,9	61,1	51,7	189,3	5,3	59,1	8,9	11,3	451,6	731,8	235,8	9,7