Таблица №
Приложения №

СОГЛАСОВАНО:
_____
(наименование общеобразовательного учреждения)
_____
(Ф.И.О. руководителя учреждения)
«____»_____2021

УТВЕРЖДАЮ:
_____
(наименование учреждения)
_____
(Ф.И.О. руководителя учреждения)
«____»_____2021

Меню приготавливаемых блюд
двухнедельное завтраков и обедов для питания учащихся
с ограниченными возможностями здоровья и детей- инвалидов
(возрастная категория 7-11 лет/ 12 лет и старше)

1 неделя
День 1 понедельник
Завтрак

N рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, гр		Белки, г		Жиры, г		Углеводы г		Эн. Цен, ккал.		Витамины				Минеральные вещества			
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
334	Макароны запечённые с сыром	140	155	4,78	5,3	12,01	13,3	32,52	36	277,29	307	0,2	10,4	35,6	0,2	38,1	87,7	29,8	1,2
684,685	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,2	0,2	0	0	15	15	58	58	0,00	2,20	0,00	0,00	18,10	9,60	7,30	0,90
	Батон нарезной с йодказеином	18	18	1,37	1,37	0,5	0,5	9,25	9,25	47,16	47,16	0,02	0	0	0	3,6	11,52	2,16	0,22
	Итого завтрак:			6,4	6,9	12,5	13,8	56,8	60,3	382,5	412,2	0,2	12,6	35,6	0,2	59,8	108,8	39,3	2,3

Обед

124	Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью	200/10/1	200/10/1	1,60	1,60	3,40	3,40	5,50	5,50	72,00	72,00	0,05	20,50	197,00	0,20	65,00	185,00	25,00	0,80
508	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	125/5	150/5	6,08	7,29	5,45	6,54	29,75	35,70	195,00	234,00	10,00	0,00	0,02	3,52	15,00	91,00	62,00	2,00
493	Цыплята тушеные в сметане	60/50	60/50	7,50	7,50	6,90	6,90	10,40	10,40	120,00	120	0,1	0,6	22,6	3,4	30,8	111,6	16,6	1
638	Компот из сухофруктов	200	200	0,40	0,40	0,00	0,00	29,60	29,60	116,00	116,00	0,02	5,40	0,00	0,00	12,00	4,00	4,00	0,80
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	32,5	40	2,38	2,93	0,43	0,53	11,80	14,52	13,22	16,27	0,1	0	0	0,7	5,85	28,3	6,2	1,3
	Итого обед			18,0	19,7	16,2	17,4	87,1	95,7	516,2	558,3	10,27	26,50	219,62	7,82	128,65	419,90	113,80	5,90
	Итого день:			24,3	26,6	28,7	31,2	143,8	156,0	898,7	970,4	20,5	53,0	439,2	15,6	257,3	839,8	227,6	11,8

День 2 вторник

Завтрак

N рецепт	Наименование блюда	Вес блюда, гр		Белки, г		Жиры, г		Углеводы,г		Эн. Цен, ккал.		Витамины				Минеральные вещества			
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
302	Каша молочная геркулесовая с маслом и сахаром	150/5/10	180/5/10	4,2	5,04	7,7	9,24	20	24	173,3	207,96	0,45	1,2	0	1,1	128,3	328	129	3,6
684,685	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,2	0,2	0	0	15	15	58	58	0,00	2,20	0,00	0,00	18,10	9,60	7,30	0,90
	Батон нарезной с йодказенном	18	18	1,37	1,37	0,5	0,5	9,25	9,25	47,16	47,16	0,02	0	0	0	3,6	11,52	2,16	0,22
	Итого завтрак:			5,8	6,6	8,2	9,7	44,3	48,3	278,5	313,1	0,5	3,4	0,0	1,1	150	349,12	138,46	4,72

Обед

43	Салат из свежей капусты с зеленью	50	50	0,7	0,7	2,55	2,55	4,45	4,45	44	44	0,02	8	30	1,3	23	27,5	7,5	0,4
139	Суп гороховый со сметаной и зеленью	200/1	200/10/1	5	5,00	4,5	4,50	17,9	17,90	133,7	133,70	0,15	1,00	0,00	2,10	82,00	328,00	48,00	2,20
383	Рыба, запеченная с овощами	60/40	75/50	17,2	21,5	18,8	24,8	15,84	19,8	311	389	0,07	3	20	0	34	113	28	0,7
520	Картофельное пюре	125	150	4,5	5,4	4	1,2	20,2	22,1	108,16	112,3	0,13	4,66	3,33	0,20	33,33	70,00	25,00	0,80
600	Компот из свежемор. ягод	200	200	0,6	0,6	0	0	46,6	46,6	182	182	0,02	26,00	0,00	0,00	18,00	18,00	12,00	0,80
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	32,5	40	2,38	2,93	0,43	0,53	11,80	14,52	13,22	16,27	0,1	0	0	0,7	5,85	28,3	6,2	1,3
	Итого обед:			30,4	36,1	30,3	33,6	116,8	125,4	792,1	877,3	0,5	42,7	53,3	4,3	196,18	584,8	126,7	6,2
	Итого день:			36,2	42,7	38,5	43,3	161,0	173,6	1070,5	1190,4	1,0	46,1	53,3	5,4	346,2	933,9	265,2	10,9

День 3 среда

Завтрак

N рецепт	Наименование	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы,г		Эн. Цен, ккал		Витамины				Минеральные вещества			
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
311	Каша молочная манная с маслом и сахаром	150/5/10	180/5/10	3,2	3,84	5,4	6,56	20,27	24,32	143	171,68	0,28	1,09	0,00	0,90	40,00	170,00	36,00	2,00
684,686	Чай с лимоном и сахаром	200/15/7	200/15/7	0,2	0,2	0	0	15	15	58	58	0,00	2,20	0,00	0,00	18,10	9,60	7,30	0,90
	Батон нарезной с йодказенном	18	18	1,37	1,37	0,5	0,5	9,25	9,25	47,16	47,16	0,02	0	0	0	3,6	11,52	2,16	0,22
	Итого завтрак:			4,8	5,4	5,9	7,1	44,5	48,6	248,2	276,8	0,3	3,3	0,0	0,9	61,70	191,12	45,46	3,12

Обед

132	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью	200/10/1	200/10/1	2,4	2,4	3,6	3,6	16,1	16,1	121,6	121,6	0,1	6,2	260,1	2,6	25,7	74,6	28,9	1,2
443	Плов из свинины	50/150	50/150	46,3	46,3	18,82	18,82	59,71	59,71	308	308	0,1	10	20	3,2	24,1	200	43,3	3,2
705	Напиток из шиповника	200	200	0,4	0,4	0	0	23,6	23,6	94	94	0,00	110,00	1,60	0,30	14,00	2,00	4,00	0,60
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	32,5	40	2,38	2,93	0,43	0,53	11,80	14,52	13,22	16,27	0,1	0	0	0,7	5,85	28,3	6,2	1,3
	Итого обед:			51,5	52,0	22,9	23,0	111,2	113,9	536,8	539,9	0,3	126,2	281,7	6,8	69,65	304,9	82,4	6,3
	Итого день:			56,3	57,4	28,8	30,0	155,7	162,5	785,0	816,7	0,6	129,5	281,7	7,7	131,4	496,0	127,9	9,4

День 4 четверг

Завтрак

N рецепт	Наименование	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы,г		Эн. Цен, ккал.		Витамины				Минеральные вещества			
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
302	Каша пшенная с маслом и сахаром	150/5/10	180/5/10	2,32	2,76	6,2	7,44	15,1	18,12	130	156	0,6	0,9	0	0,1	196,2	522	120	8,8
684,685	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,2	0,2	0	0	15	15	58	58	0,00	2,20	0,00	0,00	18,10	9,60	7,30	0,90
	Батон нарезной с йодказенном	18	18	1,37	1,37	0,5	0,5	9,25	9,25	47,16	47,16	0,02	0	0	0	3,6	11,52	2,16	0,22
	Итого завтрак:			3,9	4,3	6,7	7,9	39,4	42,4	235,2	261,2	0,6	3,1	0,0	0,1	217,9	543,12	129,46	9,92

Обед

137,112	Суп картофельный с фрикадельками и зеленью	200/25/1	200/25/1	2,00	2,00	2,40	2,40	14,80	14,80	90,00	90,00	0,13	12,00	179,00	0,30	35,00	205,00	38,00	1,20
383	Медальон из филе птицы	50	50	7,5	7,5	6,9	6,9	7,5	7,5	122,1	122,1	0,10	0,60	30,00	3,40	43,50	81,00	22,50	1,35
520	Картофельное пюре	125	150	4,5	5,4	1	1,2	20,2	22,1	108,16	112,3	0,13	4,66	3,33	0,20	33,33	70,00	25,00	0,80
701	Напиток яблочный	200	200	0,1	0,1	0	0	26,4	26,4	102	102	0,02	5,40	0,00	0,00	12,00	4,00	4,00	0,80

	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	32,5	40	2,38	2,93	0,43	0,53	11,80	14,52	13,22	16,27	0,1	0	0	0,7	5,85	28,3	6,2	1,3
	Итого обед:			16,48	17,93	10,73	11,03	80,70	85,32	435,48	442,67	0,48	22,66	212,33	4,60	129,68	388,30	95,70	5,45

	Итого день:			20,37	22,26	17,43	18,97	120,05	127,69	670,64	703,83	1,10	25,76	212,33	4,70	347,58	931,42	225,16	15,37

День 5 пятница

Завтрак

N рецепт	Наименование	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы,г		Эн. Цен, ккал.		Витамины				Минеральные вещества			
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
304	Каша молочная рисовая с маслом и сахаром	150/5/10	180/5/10	3,8	4,56	5,2	6,24	18,1	21,72	134,6	161,52	0,21	1,09	53,20	1,10	112,80	198,00	50,13	3,40
684,685	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,2	0,2	0	0	15	15	58	58	0,00	2,20	0,00	0,00	18,10	9,60	7,30	0,90
	Батон нарезной с йодказенном	18	18	1,37	1,37	0,5	0,5	9,25	9,25	47,16	47,16	0,02	0	0	0	3,6	11,52	2,16	0,22
	Итого завтрак:			5,4	6,1	5,7	6,7	42,4	46,0	239,8	266,7	0,2	3,3	53,2	1,1	134,50	219,12	59,59	4,52

Обед

111	Борщ со сметаной и зеленью	200/10/2	200/10/2	1,6	1,6	4,2	4,2	10,5	10,5	98,4	98,4	0,1	5,5	187	0,7	24,1	50,1	21,2	1,1
487	Цыплята отварные	60	60	12,7	12,7	8,16	8,16	0,3	0,3	126,6	126,6	0,1	0	20	3,4	39	143	20	1,8
516	Макароны отварные с маслом	125/5	150/5	4,44	5,30	5,20	6,20	29,61	35,30	185,00	220,50	0,10	0,05	0,00	0,00	10,06	29,50	6,70	0,70
638	Компот из сухофруктов	200	200	0,40	0,40	0,00	0,00	29,60	29,60	116,00	116,00	0,02	5,40	0,00	0,00	12,00	4,00	4,00	0,80
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	32,5	40	2,38	2,93	0,43	0,53	11,80	14,52	13,22	16,27	0,1	0	0	0,7	5,85	28,3	6,2	1,3
	Итого обед:			21,52	22,93	17,99	19,09	81,81	90,22	539,22	577,77	0,42	10,95	207,00	4,80	91,01	254,9	58,1	5,7
	Итого день:			26,89	29,06	23,69	25,83	124,16	136,19	778,98	844,45	0,65	14,24	260,20	5,90	225,51	474,02	117,69	10,22

2 неделя

День 6 понедельник

Завтрак

N рецепт	Наименование	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы,г		Эн. Цен, ккал.		Витамины				Минеральные вещества			
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
302	Каша молочная геркулесовая с маслом и сахаром	150/5/10	180/5/10	4,2	5,04	7,7	9,24	20	24	173,3	207,96	0,45	1,2	0	1,1	128,3	328	129	3,6
2	Бутерброд с джемом и маслом	,15/5/,20	,15/5/,20	1,7	1,7	2,8	2,8	19,7	19,7	111	111	0,10	0,08	20,00	0,70	90,40	70,50	7,40	0,46
684,686	Чай с лимоном и сахаром	200/15/7	200/15	0,2	0,2	0	0	15	15	58	58	0,00	2,20	0,00	0,00	18,10	9,60	7,30	0,90
	Итого завтрак:			6,1	6,9	10,5	12,0	54,7	58,7	342,3	377,0	0,6	3,5	20,0	1,8	236,8	408,1	143,7	4,96

Обед

147	Суп вермишелевый с зеленью	200/1	200/1	1,90	1,90	4,20	4,20	12,70	12,70	97,00	97,00	0,11	8,25	0,00	0,70	24,60	66,65	27,00	1,09
452	Котлеты особые (свинина)	50	50	7,45	7,45	10,60	10,60	6,90	6,90	153,50	153,50	0,04	0,00	0,00	0,20	11,00	65,00	13,00	0,80
508	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	125/5	150/5	6,08	7,29	5,45	6,54	29,75	35,70	195,00	234,00	10,00	0,00	0,02	3,52	15,00	91,00	62,00	2,00
639	Компот из изюма	200	200	0,4	0,4	0	0	27,4	27,4	105	106	0	1,6	0,3	0	13	4,1	4,3	0,8
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	32,5	40	2,38	2,93	0,43	0,53	11,80	14,52	13,22	16,27	0,1	0	0	0,7	5,85	28,3	6,2	1,3
	Батон нарезной с йодказенном	18	18	1,37	1,37	0,5	0,5	9,25	9,25	47,16	47,16	0,02	0	0	0	3,6	11,52	2,16	0,22
	Итого обед:			19,58	21,34	21,18	22,37	97,80	106,47	610,88	653,93	10,27	9,85	0,32	5,12	73,05	266,57	114,66	6,21
	Итого день:			25,68	28,28	31,68	34,41	152,50	165,17	953,18	1030,89	10,82	13,33	20,32	6,92	309,85	674,67	258,36	11,17

день 7 вторник

Завтрак

N рецепт	Наименование	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы,г		Эн. Цен, ккал.		Витамины				Минеральные вещества			
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
311	Каша молочная манная с маслом и сахаром	150/5/10	180/5/10	3,2	3,84	5,4	6,56	20,27	24,32	143	171,68	0,28	1,09	0,00	0,90	40,00	170,00	36,00	2,00
684,685	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,2	0,2	0	0	15	15	58	58	0,00	2,20	0,00	0,00	18,10	9,60	7,30	0,90
	Батон нарезной с йодказенном	18	18	1,37	1,37	0,5	0,5	9,25	9,25	47,16	47,16	0,02	0	0	0	3,6	11,52	2,16	0,22
	Итого завтрак:			4,8	5,4	5,9	7,1	44,5	48,6	248,2	276,8	0,3	3,3	0,0	0,9	61,70	191,12	45,46	3,12

Обед

124	Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью	200/10/1	200/10/1	1,60	1,60	3,40	3,40	5,50	5,50	72,00	72,00	0,05	20,50	197,00	0,20	65,00	185,00	25,00	0,80
461	Тефтели из свинины с томатным соусом	60/ 30	60/ 30	9,1	9,1	11,28	11,28	10,09	10,09	178,28	178,28	0,03	0,8	0	0	16,5	80,25	14,25	0,6

520	Картофельное пюре	125	150	4,5	5,4	1	1,2	20,2	22,1	108,16	112,3	0,13	4,66	3,33	0,20	33,33	70,00	25,00	0,80
701	Компот из свежих яблок	200	200	0,1	0,1	0	0	26,4	26,4	102	102	0,02	5,40	0,00	0,00	12,00	4,00	4,00	0,80
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	32,5	40	2,38	2,93	0,43	0,53	11,80	14,52	13,22	16,27	0,1	0	0	0,7	5,85	28,3	6,2	1,3
	Итого обед:			17,68	19,13	16,11	16,41	73,99	78,61	473,66	480,85	0,33	31,36	200,33	1,10	132,68	367,55	74,45	4,30

	Итого день:			22,45	24,54	22,01	23,47	118,51	127,18	721,82	757,69	0,63	34,65	200,33	2,00	194,38	558,67	119,91	7,42

День 8 среда

Завтрак

N рецепт	Наименование	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы,г		Эн. Цен, ккал.		Витамины				Минеральные вещества			
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
302	Каша пшенная с маслом и сахаром	150/5/10	180/5/10	2,32	2,76	6,2	7,44	15,1	18,12	130	156	0,6	0,9	0	0,1	196,2	522	120	8,8
684,685	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,2	0,2	0	0	15	15	58	58	0,00	2,20	0,00	0,00	18,10	9,60	7,30	0,90
	Батон нарезной с йодказенном	18	18	1,37	1,37	0,5	0,5	9,25	9,25	47,16	47,16	0,02	0	0	0	3,6	11,52	2,16	0,22
	Итого завтрак:			3,9	4,3	6,7	7,9	39,4	42,4	235,2	261,2	0,6	3,1	0,0	0,1	217,9	543,12	129,46	9,92

Обед

132	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью	200/10/1	200/10/1	2,4	2,4	3,6	3,6	16,1	16,1	121,6	121,6	0,1	6,2	260,1	2,6	25,7	74,6	28,9	1,2
499	Котлеты рубленные из бройлеров-цыплят	50	50	8,90	8,90	3,90	3,90	8,00	8,00	105,00	105,00	0,10	0,50	25,00	2,80	36,25	67,50	18,75	1,13
511	Рис отварной с маслом	125/5	150/5	2,90	3,60	7,50	9,00	29,94	35,70	205,00	244,50	0,10	0,00	19,80	1,20	8,05	35,56	6,45	0,84
638	Компот из сухофруктов	200	200	0,40	0,40	0,00	0,00	29,60	29,60	116,00	116,00	0,02	5,40	0,00	0,00	12,00	4,00	4,00	0,80
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	32,5	40	2,38	2,93	0,43	0,53	11,80	14,52	13,22	16,27	0,1	0	0	0,7	5,85	28,3	6,2	1,3
	Итого обед:			16,98	18,23	15,43	17,03	95,44	103,92	560,82	603,37	0,42	12,1	304,9	7,3	87,85	209,96	64,3	5,27
	Итого день:			20,9	22,6	22,1	25,0	134,8	146,3	796,0	864,5	1,0	15,2	304,9	7,4	305,8	753,1	193,8	15,2

День 9 четверг

Завтрак

№ сб.	Наименование	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы,г		Эн. Цен, ккал.		Витамины				Минеральные вещества			
		7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
340	Омлет натуральный с маслом	70/5	80/5	7,09	8,1	11,85	13,54	1,43	1,63	140,7	160,8	0,08	0,1	315	1,2	81	290	17	2,7
	Батон нарезной с йодказенном	18	18	1,37	1,37	0,5	0,5	9,25	9,25	47,16	47,16	0,02	0	0	0	3,6	11,52	2,16	0,22
684,686	Чай с лимоном и сахаром	200/15	200/15	0,2	0,2	0	0	15	15	58	58	0,00	2,20	0,00	0,00	18,10	9,60	7,30	0,90
	Итого завтрак:			8,7	9,7	12,4	14,0	25,7	25,9	245,9	266,0	0,1	2,3	315,0	1,2	102,7	311,12	26,46	3,82

Обед

139	Суп фасолевый с зеленью	200/1	200/1	3,9	3,9	4,6	4,6	14,6	14,6	116	116	0,15	1	0	2,1	8,2	328	48	2,2
493	Цыплята тушеные с овощами	60/50	60/50	7,5	7,5	6,9	6,9	10,4	10,4	120	120	0,1	0,6	22,6	3,4	30,8	111,6	16,6	1
520	Картофельное пюре	125	150	4,5	5,4	1	1,2	20,2	22,1	108,16	112,3	0,13	4,66	3,33	0,20	33,33	70,00	25,00	0,80
705	Напиток из шиповника	200	200	0,4	0,4	0	0	23,6	23,6	94	94	0,00	110,00	1,60	0,30	14,00	2,00	4,00	0,60
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	32,5	40	2,38	2,93	0,43	0,53	11,80	14,52	13,22	16,27	0,1	0	0	0,7	5,85	28,3	6,2	1,3
	Итого обед:			18,68	20,13	12,93	13,23	80,60	85,22	451,38	458,57	0,48	116,26	27,53	6,7	92,18	539,9	99,8	5,9
	Итого день:			27,34	29,80	25,28	27,27	106,28	111,10	697,24	724,53	0,58	118,56	342,53	7,90	194,88	851,02	126,26	9,72

День 10 пятница

Завтрак

№ сб.	Наименование	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы,г		Эн. Цен, ккал.		Витамины				Минеральные вещества			
		7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
304	Каша молочная рисовая с маслом и сахаром	150/5/10	180/5/10	3,8	4,56	5,2	6,24	18,1	21,72	134,6	161,52	0,21	1,09	53,20	1,10	112,80	198,00	50,13	3,40
684,686	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,2	0,2	0	0	15	15	58	58	0,00	2,20	0,00	0,00	18,10	9,60	7,30	0,90
	Батон нарезной с йодказенном	18	18	1,37	1,37	0,5	0,5	9,25	9,25	47,16	47,16	0,02	0	0	0	3,6	11,52	2,16	0,22
	Итого завтрак:			5,4	6,1	5,7	6,7	42,4	46,0	239,8	266,7	0,2	3,3	53,2	1,1	134,50	219,12	59,59	4,52

Обед

245	Суп "Харчо"	200/10/2	200/10/2	4,30	4,30	10,00	10,00	88,00	88,00	0,05	20,50	0,05	20,50	197,00	0,20	65,00	185,00	25	0,8
437	Гуляш из свинины	50/50	50/50	22,50	22,50	12,80	12,80	8,10	8,10	132,00	132,00	0,00	1,00	28,00	3,50	29,5	161,2	22	2,2
516	Макароны отварные с маслом	125/5	150/5	4,44	5,30	5,20	6,20	29,61	35,30	185,00	220,50	0,10	0,05	0,00	0,00	10,06	29,50	6,70	0,70
638	Компот из сухофруктов	200	200	0,40	0,40	0,00	0,00	29,60	29,60	116,00	116,00	0,02	5,40	0,00	0,00	12,00	4,00	4,00	0,80
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	32,5	40	2,38	2,93	0,43	0,53	11,80	14,52	13,22	16,27	0,1	0	0	0,7	5,85	28,3	6,2	1,3

	Итого обед:			34,02	35,43	28,43	29,53	167,11	175,52	446,27	505,27	0,27	26,95	225,00	4,40	122,41	408,00	63,9	5,8
	Итого день:			39,4	41,6	34,1	36,3	209,5	221,5	686,0	772,0	0,5	30,2	278,2	5,5	256,9	627,1	123,5	10,3