

Школа

ООО "Милланд-М"

Утвердил: должность

Ф.И.О. Исупов Андрей Александрович

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

стная

Начальная школа завтрак/обед 7-11 лет

дата

31

10

2024

день

месяц

год

Неделя	День недели	Прием пищи	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	4,8	7.83	29.67	209.01	189	33.00
		Завтрак	ОЛАДЬИ П/Ф СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	85	4,77	9.76	37.69	264.26	301	35.00
		Завтрак	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0.90	15.36	78.41	TK №1	3.40
		Завтрак	КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	200	0,05	0.00	17.18	68.79	93	11.30
1	1	Обед	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	215	4,02	5.07	7.28	93.87	88	22.00
		Обед	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	250	27,12	27.18	44.03	485.72	79	76.00
		Обед	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	3.50
		Обед	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0.00	6.78	27.09	TK №8	7.60
1	1	Итого за день:		1225	46,04	51,14	177,77	1318,93		191,8
1	2	Завтрак	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	90	16,81	19.26	0.23	244.26	36	58.50
		Завтрак	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	8,18	9.64	36.94	266.94	171.1	13.40
		Завтрак	СЫР СЛИВОЧНЫЙ 17гр	1	3,6	5.90	0.05	70.10		16.10
		Завтрак	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	4.40
		Завтрак	КИСЕЛЬ витаминизированный плодово-ягодный	200	0,1	0.00	91.00	364.40	517	8.50
1	2	Обед	СУП С РЫБНЫЙ С САЙРОЙ И КРУПОЙ	200	7,35	2.69	13.22	106.79	87	22.00
		Обед	ТЕФТЕЛИ СОЧНЫЕ	90	8,75	20.20	2.66	227.42	39	52.00
		Обед	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ/КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3,29	6.26	18.67	144.74	127	23.00
		Обед	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	70	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	6.10
		Обед	КИСЕЛЬ витаминизированный плодово-ягодный	200	0,1	0.00	91.00	364.40	517	8.50
1	2	Итого за день:		1201	54,14	64,75	293,33	1972,61		212,5
1	3	Завтрак	ЯБЛОКО	150	0,6	0.60	14.70	70.50	TK №2	28.00
		Завтрак	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	31,01	16.74	56.71	558.72	224	114.50
		Завтрак	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,06	1.20	20.48	104.54	TK №1	5.20
		Завтрак	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	204	0,27	0.00	7.38	31.30	TK № 31	4.60
1	3	Обед	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250	6,93	12.91	12.72	184.46	38	40.30
		Обед	ФИЛЕ ПТИЦЫ в кисло-сладком соусе	90	14,02	19.56	5.55	254.56	49	55.30
		Обед	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,6	0.66	35.90	172.13	202.1	12.60
		Обед	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	4.40
		Обед	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0.00	7.27	29.98	TK №7	2.60
1	3	Итого за день:		1284	64,7	52,07	180,49	1497,97		267,5
1	4	Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,14	5.34	4.62	71.40	135	17.40
		Завтрак	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	90	9,89	19.58	1.78	222.96	39	52.00
		Завтрак	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ/КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3,29	6.26	18.67	144.74	127	23.00
		Завтрак	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	3.50

		Завтрак	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0.00	6.78	27.09	TK №8	7.60
1	4	Обед	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	225	4,4	5.50	8.80	104.60	99	30.00
		Обед	ГУЛЯШ	90	10,51	27.37	3.26	301.99	260	61.70
		Обед	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	8,18	9.64	36.94	266.94	171.1	13.40
		Обед	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	3.50
		Обед	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	204	0,27	0.00	7.38	31.30	TK № 31	4.60
1	4	Итого за день:		1249	43,64	74,49	127,79	1354,58		216,7
1	5	Завтрак	ФИЛЕ ПТИЦЫ ТУШЕНОЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	90	15,11	13.80	4.78	175.50	80	43.00
		Завтрак	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,6	0.66	35.90	172.13	202.1	12.60
		Завтрак	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	3.50
		Завтрак	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,66	0.27	28.73	132.50	441	13.50
1	5	Обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	5,22	5.98	11.52	120.96	42	23.90
		Обед	ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ с маслом	205	20,37	26.54	38.44	475.29	391	80.20
		Обед	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	70	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	6.10
		Обед	КИСЕЛЬ витаминизированный плодово-ягодный	200	0,1	0.00	91.00	364.40	517	8.50
1	5	Итого за день:		1155	53,02	48,05	249,93	1624,34		191,3
1	6	Завтрак	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,43	8.26	26.32	205.99	189	33.90
		Завтрак	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,08	12.38	0.12	112.20	13	16.50
		Завтрак	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,64	5.90	0.00	72.80	15	19.00
		Завтрак	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,06	1.20	20.48	104.54	TK №1	5.20
		Завтрак	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0.00	7.27	29.98	TK №7	2.60
1	6	Обед	СУП КУРИНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200	8,2	8.86	9.60	151.05	28	29.00
		Обед	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	90	12,21	9.41	3.18	165.42	255	58.30
		Обед	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,66	6.12	38.43	223.47	325	17.10
		Обед	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	4.40
		Обед	КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	200	0,05	0.00	17.18	68.79	93	11.30
1	6	Итого за день:		1165	41,54	52,53	142,36	1226,02		197,3
1	7	Завтрак	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	250	26,51	29.95	44.03	552.09	79	76.00
		Завтрак	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	3.50
		Завтрак	КИСЕЛЬ витаминизированный плодово-ягодный	200	0,1	0.00	91.00	364.40	517	8.50
1	7	Обед	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	215	4,2	5.40	19.30	84.40	91	27.00
		Обед	ГУЛЯШ	90	10,51	27.37	3.26	301.99	260	61.70
		Обед	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,6	0.66	35.90	172.13	202.1	12.60
		Обед	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	70	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	6.10
		Обед	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0.00	7.27	29.98	TK №7	2.60
1	7	Итого за день:		1215	53,11	64,18	240,32	1688,55		198
1	8	Завтрак	СЫР СЛИВОЧНЫЙ 17гр	1	3,6	5.90	0.05	70.10		16.10
		Завтрак	ФИЛЕ МИНТАЯ ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ	90	12,54	0.71	2.77	68.29	53	54.00
		Завтрак	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3,54	5.19	20.51	150.14	151	25.00
		Завтрак	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	8,94	1.20	59.34	275.34	TK №21	5.40
		Завтрак	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0.00	6.78	27.09	TK №8	7.60

1	8	Обед	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	225	6,26	4.25	11.40	115.00	96	30.00
		Обед	ЖАРКОЕ СО СВИНИНОЙ	280	17,26	37.95	30.54	534.01	64	91.00
		Обед	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	70	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	6.10
		Обед	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	204	0,27	0.00	7.38	31.30	TK № 31	4.60
1	8	Итого за день:		1280	55,39	55,6	158,55	1363,05		239,8
1	9	Завтрак	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	5,76	9.42	15.46	170.60	3	23.00
		Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14	27.04	2.65	310.16	210	50.20
		Завтрак	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	2.70
		Завтрак	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,08	2.43	14.77	93.92	TK № 44	19.40
1	9	Обед	СУП ГОРОХОВЫЙ	200	9,05	6.46	14.49	152.48	33	22.00
		Обед	БИТОЧЕК КУРИНЫЙ	90	9,45	22.47	2.22	248.89	39	52.00
		Обед	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	8,18	9.64	36.94	266.94	171.1	13.40
		Обед	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	3.50
		Обед	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0.00	6.78	27.09	TK №8	7.60
1	9	Итого за день:		1110	55,48	78,26	132,87	1453,64		193,8
1	10	Завтрак	ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	60	1,8	0.12	3.78	23.28	172	19.00
		Завтрак	БИТОЧЕК КУРИНЫЙ	90	9,45	22.47	2.22	248.89	39	52.00
		Завтрак	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,66	6.12	38.43	223.47	325	17.10
		Завтрак	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	3.50
		Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,94	0.39	39.19	178.48		26.00
1	10	Обед	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	7,81	10.25	12.17	162.82	62	32.90
		Обед	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	90	14,69	6.13	2.89	125.76	249	53.30
		Обед	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ/КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3,29	6.26	18.67	144.74	127	23.00
		Обед	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	70	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	6.10
		Обед	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0.00	7.27	29.98	TK №7	2.60
1	10	Итого за день:		1250	48,83	52,54	164,18	1320,98		235,5
2	1	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	210	5,67	10.21	30.25	235.27	181	32.40
		Завтрак	ОЛАДЬИ П/Ф СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	85	4,77	9.76	37.69	264.26	301	35.00
		Завтрак	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,06	1.20	20.48	104.54	TK №1	5.20
		Завтрак	КОКТЕЙЛЬ МОЛОЧНЫЙ 0,2л	200	2,6	2.50	9.50	297.00		40.00
2	1	Обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	5,22	5.98	11.52	120.96	42	23.90
		Обед	ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ с маслом	218	21,36	27.83	40.32	498.47	391	80.20
		Обед	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	4.40
		Обед	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0.00	6.78	27.09	TK №8	7.60
2	1	Итого за день:		1203	45,66	57,88	176,32	1639,37		228,7
2	2	Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,14	5.34	4.62	71.40	135	17.40
		Завтрак	ЖАРКОЕ СО СВИНИНОЙ	240	14,8	32.49	26.18	457.34	64	78.00
		Завтрак	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	3.50
		Завтрак	КИСЕЛЬ витаминизированный плодово-ягодный	200	0,1	0.00	91.00	364.40	517	8.50
2	2	Обед	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	7,81	10.25	12.17	162.82	62	32.90
		Обед	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ С СОУСОМ И ЗЕЛЕНЬЮ	90	23,52	24.27	1.01	317.70	53	55.60
		Обед	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,6	0.66	35.90	172.13	202.1	12.60
		Обед	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	3.50

		Обед	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	204	0,27	0.00	7.38	31.30	TK № 31	4.60
2	2	Итого за день:		1224	59,27	73,81	217,82	1760,65		216,6
2	3	Завтрак	ЯБЛОКО	150	0,6	0.60	14.70	70.50	TK №2	28.00
		Завтрак	ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ ИЗ П/Ф	205	0,03	4.33	0.04	39.25	395	83.50
		Завтрак	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0.90	15.36	78.41	TK №1	3.40
		Завтрак	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,51	1.21	17.05	85.44	378	9.30
2	3	Обед	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	215	4,2	5.40	19.30	84.40	91	32.00
		Обед	ФИЛЕ МИНТАЯ ЗАПЕЧЕННОЕ ПОД СЫРНО-ОВОЩНОЙ ШАПКОЙ	90	28,94	19.52	6.79	323.92	51	82.00
		Обед	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ/КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3,29	6.26	18.67	144.74	127	23.00
		Обед	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	70	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	6.10
		Обед	КИСЕЛЬ витаминизированный плодово-ягодный	200	0,1	0.00	91.00	364.40	517	8.50
2	3	Итого за день:		1310	43,95	38,62	202,69	1282,84		275,8
2	4	Завтрак	ФИЛЕ ПТИЦЫ в кисло-сладком соусе	90	14,02	19.56	5.55	254.56	49	55.30
		Завтрак	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,6	0.66	35.90	172.13	202.1	12.60
		Завтрак	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	4.40
		Завтрак	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0.00	6.78	27.09	TK №8	7.60
2	4	Обед	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	200	2,15	2.24	14.70	87.98	112	22.00
		Обед	БИТОЧЕК КУРИНЫЙ	90	9,45	22.47	2.22	248.89	39	52.00
		Обед	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,66	6.12	38.43	223.47	325	17.10
		Обед	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	4.40
		Обед	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,66	0.27	28.73	132.50	441	13.50
2	4	Итого за день:		1180	41,5	52,12	171,87	1330,18		188,9
2	5	Завтрак	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	5,76	9.42	15.46	170.60	3	23.00
		Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14	27.04	2.65	310.16	210	50.20
		Завтрак	КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	200	0,05	0.00	17.18	68.79	93	11.30
2	5	Обед	СУП ГОРОХОВЫЙ	200	9,05	6.46	14.49	152.48	33	30.60
		Обед	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	90	16,81	19.26	0.23	244.26	36	58.50
		Обед	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3,54	5.19	20.51	150.14	151	25.00
		Обед	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	4.40
		Обед	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0.00	7.27	29.98	TK №7	2.60
2	5	Итого за день:		1090	52,42	67,77	97,57	1218,19		205,6
2	6	Завтрак	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,43	8.26	26.32	205.99	189	33.90
		Завтрак	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,08	12.38	0.12	112.20	13	16.50
		Завтрак	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,64	5.90	0.00	72.80	15	19.00
		Завтрак	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0.90	15.36	78.41	TK №1	3.40
		Завтрак	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0.00	7.27	29.98	TK №7	2.60
2	6	Обед	СУП С РЫБНЫЙ С САЙРОЙ И КРУПОЙ	200	7,35	2.69	13.22	106.79	87	22.00
		Обед	АЗУ	250	16,78	42.14	22.75	538.38	260	95.00
		Обед	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	4.40
		Обед	КИСЕЛЬ витаминизированный плодово-ягодный	200	0,1	0.00	91.00	364.40	517	8.50

2	6	Итого за день:		1165	40,89	72,67	195,82	1600,73		205,3
2	7	Завтрак	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,96	3.06	4.94	52.58	47	14.00
		Завтрак	ТЕФТЕЛИ СОЧНЫЕ	90	8,75	20.20	2.66	227.42	39	52.00
		Завтрак	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ/КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3,29	6.26	18.67	144.74	127	23.00
		Завтрак	КИСЕЛЬ витаминизированный плодово-ягодный	200	0,1	0.00	91.00	364.40	517	8.50
2	7	Обед	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	225	6,26	4.25	11.40	115.00	96	30.00
		Обед	ФИЛЕ ПТИЦЫ ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ	90	17,65	15.95	3.47	198.17	80	43.00
		Обед	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	8,18	9.64	36.94	266.94	171.1	13.40
		Обед	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	4.40
		Обед	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0.00	7.27	29.98	TK №7	2.60
2	7	Итого за день:		1215	48,4	59,76	196,13	1491,01		190,9
2	8	Завтрак	ЯБЛОКО	150	0,6	0.60	14.70	70.50	TK №2	28.00
		Завтрак	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	31,01	16.74	56.71	558.72	224	114.50
		Завтрак	СЫР СЛИВОЧНЫЙ 17гр	1	3,6	5.90	0.05	70.10		16.10
		Завтрак	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,06	1.20	20.48	104.54	TK №1	5.20
		Завтрак	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	204	0,27	0.00	7.38	31.30	TK № 31	4.60
2	8	Обед	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	7,81	10.25	12.17	162.82	62	32.90
		Обед	ЧАХОХБИЛИ	90	22,22	22.95	2.00	261.15	150	54.00
		Обед	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,6	0.66	35.90	172.13	202.1	12.60
		Обед	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	3.50
		Обед	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,94	0.39	39.19	178.48		26.00
2	8	Итого за день:		1225	79,09	59,09	208,36	1701,52		297,4
2	9	Завтрак	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	90	14,69	6.13	2.89	125.76	249	53.30
		Завтрак	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,66	6.12	38.43	223.47	325	17.10
		Завтрак	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	8,94	1.20	59.34	275.34	TK №21	5.40
		Завтрак	КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	200	0,05	0.00	17.18	68.79	93	11.30
2	9	Обед	СУП ОВОЩНОЙ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	5,41	6.95	11.86	136.48	36	28.00
		Обед	МЯСО ТУШЕНОЕ	90	11,09	27.18	2.81	300.42	65	60.30
		Обед	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ/КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3,29	6.26	18.67	144.74	127	23.00
		Обед	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	8,94	1.20	59.34	275.34	TK №21	5.40
		Обед	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0.00	6.78	27.09	TK №8	7.60
2	9	Итого за день:		1200	56,07	55,04	217,3	1577,43		211,4
2	10	Завтрак	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	70	2,1	7.54	38.55	231.33	2	34.80
		Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14	27.04	2.65	310.16	210	50.20
		Завтрак	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	2.70
		Завтрак	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,51	1.21	17.05	85.44	378	9.30
2	10	Обед	СУП КУРИНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200	8,2	8.86	9.60	151.05	28	29.00
		Обед	ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ с маслом	218	21,36	27.83	40.32	498.47	391	80.20
		Обед	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,98	0.40	19.78	91.78	TK №21	4.40
		Обед	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	204	0,27	0.00	7.38	31.30	TK № 31	4.60
2	10	Итого за день:		1122	53,4	73,28	155,11	1491,31		215,2
			Среднее значение за период:	1203	51,82	60,18	185,33	1495,70		219