

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель
В.Б. Карпачев

« 24 » _____ 2024 год



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ – РАСКЛАДКА

для организации питания детей обучающихся по программам начального общего образования, относящихся к льготным категориям, утвержденным постановлением администрации города Ставрополя от 29.04.2021 № 914 «Об утверждении Порядка обеспечения бесплатным горячим питанием отдельных категорий обучающихся по образовательным программам начального общего образования в муниципальных общеобразовательных организациях города Ставрополя или предоставления их родителям (законным представителям) денежной компенсации его стоимости и финансовых норм питания за счет средств бюджета города Ставрополя»
«на период с 02.09.2024 по 28.11.2024 - 01.04.2025 по 31.05.2025 и 29.11.2024 по 31.03.2025 2024/2025 учебного года»

СОГЛАСОВАНО:

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы с углубленным изучением отдельных предметов № 2 города Ставрополя



Л.В. Чернявская

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения гимназии № 3 города Ставрополя имени Героя Советского Союза Леонида Севрюкова



Н.П. Малюченко

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 4 города Ставрополя



М.А. Суркова

Директор муниципального автономного общеобразовательного учреждения лицея № 5 города Ставрополя



Н.В. Черемных

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы с углубленным изучением отдельных предметов № 6 города Ставрополя имени выдающегося разведчика Георгия Николаевича Косенко



 Е.Г. Шутова

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 7 города Ставрополя



 Р.В. Буряковский

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения лицея № 8 города Ставрополя имени генерал-майора авиации Н.Г. Голодников



 С.И. Карпенко

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения гимназии № 9 города Ставрополя имени Героя Советского Союза Владимира Ковалева





В.М. Сапунова

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения лицея № 10 города Ставрополя





М.А. Клещарь

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 11 им. И.А. Бурмистрова города Ставрополя



 Н.В. Малеева

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения гимназии № 12 имени Белокопя Владимира Эдуардовича города Ставрополя



 Е.В. Ремаренко

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения лицея № 16 города Ставрополя



 Л.О. Чернышева

Директор муниципального автономного общеобразовательного учреждения лица № 17 города Ставрополя

О.С. Попцова

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы с углубленным изучением отдельных предметов № 19 города Ставрополя

В.Е. Ворощенко

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 20 города Ставрополя

Г.Л. Пряхина

Директор муниципального автономного общеобразовательного учреждения гимназии № 24 города Ставрополя имени генерал-лейтенанта юстиции М.Г. Ядрова

Е.А. Выглазова

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 26 города Ставрополя

Н.А. Шишкин

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средняя общеобразовательная школа № 28 города Ставрополя

А.Н. Заверюха

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения гимназии № 30 города Ставрополя

Л.А. Шишкина

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения кадетской школы имени генерала Ермолова А.П. города Ставрополя

Н.А. Панин

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 32 города Ставрополя

Ю.Ю. Степанюк



Директор муниципального
бюджетного
общеобразовательного
учреждения средней
общеобразовательной
школы № 34 города
Ставрополя



Л.Х. Даутова

Директор муниципального
бюджетного
общеобразовательного
учреждения средней
общеобразовательной
школы № 37 с
углубленным изучением
отдельных предметов
города Ставрополя



Л.А. Карагодина

Директор муниципального
бюджетного
общеобразовательного
учреждения средней
общеобразовательной
школы № 41 города
Ставрополя



С.А. Жадан

Директор муниципального
бюджетного
общеобразовательного
учреждения средней
общеобразовательной
школы № 42 с
углубленным изучением
английского языка города
Ставрополя



Н.В. Воронина

Директор муниципального
бюджетного
общеобразовательного
учреждения средней
общеобразовательной
школы № 44 города
Ставрополя



Т.Г. Сергеева

Исполняющий
обязанности директора
муниципального
бюджетного
общеобразовательного
учреждения средней
общеобразовательной
школы № 45 города
Ставрополя



Н.Ю. Худякова

Директор муниципального
бюджетного вечернего
(сменного)
общеобразовательного
учреждения Центра
образования города
Ставрополя имени Героя
России Владислава
Духина



Л.М. Логвиненко

Заместитель начальника
отдела санитарного
надзора
Управления
Роспотребнадзора
по Ставропольскому краю



М.И. Сорокина

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6						
2	СУШКАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	1/250	5,6	5,4	17,5	140,7	№ 102 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1						
3	БЛЮЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "Крестьянский" 72,5%	1/90/9	16,5	24,2	14,3	314,9	№ 268 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8						
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ сливочным "Крестьянский" 72,5%	1/180	5,4	0,7	34,7	166,5	№ 309 2015г.	0,1	0,0	0,0	8,4	15,2	45,3	1,0						
5	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0						
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	Итого за прием пищи:	859	36,4	32,6	133,5	959,4		0,6	24,9	0,8	146,8	147,9	417,4	8,5						
							ПОЛДНИК (уплотненный)													
1	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ и МОЛОКОМ сухим	1/200/80	9,3	7,2	53,6	320,0	№ 188 2015г.	0,0	0,2	0,0	47,2	135,6	177,0	1,9						
2	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3						
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	1,0	2,0	2,0	0,0						
	Итого за прием пищи:	590	8,3	10,5	45,5	320,9		0,2	0,0	0,1	33,0	24,0	86,0	2,0						
	Всего за день:	1449	44,7	43,0	179,0	1 280,3		0,8	24,9	0,9	179,8	171,9	503,4	10,5						

ВТОРНИК 1 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4						
2	РЫБА С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ со сметаной	1/250/10	1,8	5,0	12,3	102,0	№ 82 2015г.	0,0	22,2	0,2	27,4	54,5	51,8	1,3						
3	СЛИВОЧНЫМ "Крестьянский" 72,5%	1/90/9	17,1	8,2	0,9	146,0	№ 227 2015г.	0,1	0,5	0,0	45,8	15,5	195,7	0,9						
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянский" 72,5%	1/180	3,6	7,1	25,2	189,0	№ 310 2015г.	0,2	25,9	0,0	36,6	24,6	100,4	1,5						
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШПИГОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6						
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	Итого за прием пищи:	899	32,0	22,8	106,1	780,7		0,5	152,5	0,2	157,5	152,5	459,3	6,7						
							ПОЛДНИК (уплотненный)													
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6						
2	ПЛОД ИЗ ЛИЧИИ	1/90/270	25,4	14,8	54,7	454,0	№ 291 2015г.	0,2	9,0	0,0	80,9	69,6	258,2	2,8						
3	ЧАЙ С ЛИМОННОМ*	1/200/15/7	0,4	0,0	11,7	49,5	№ 377 2015г.	0,0	3,3	0,0	11,7	27,2	15,5	1,5						
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	1,0	2,0	2,0	0,0						
	Итого за прием пищи:	629	176,3	141,2	673,0	4 677,4		11,6	368,8	12,6	776,3	863,8	2 211,8	52,0						
	Всего за день:	1528	208,3	164,1	779,1	5 456,1		12,1	521,3	12,8	933,8	1 016,3	2 671,2	58,7						

СРЕДН 1 недела

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества						Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины						Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Вит. А, мкг	С, мг	А, мг			Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Е, мг	Вит. В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Е, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6							
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ с мясной выской	1/250	1,7	2,7	13,3	85,2	№ 101 2015г.	0,1	16,5	0,2	24,3	23,6	55,1	1,0							
3	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ТОВАРИНЫ с соусом сметанным с томатом	1/90/50	16,5	24,2	14,3	309,5	№ 268, 331 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	169,2	2,8							
4	КАШКА ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	10,6	11,5	47,8	336,0	№ 302 2015г.	0,2	0,0	0,0	168,6	31,6	252,4	5,7							
5	Кисель из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 354 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0							
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0							
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0							
	Итого за прием пищи:	900	37,7	40,6	142,4	1 068,0		0,6	31,8	0,7	295,7	139,1	576,3	12,1							
ПОЛДНИК (уплотненный)																					
1	КАШКА ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ	1/200/10	8,0	10,2	33,2	256,7	№ 182 2015г.	0,2	1,3	0,1	68,4	140,6	224,5	2,6							
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0							
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0							
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0							
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0							
	Итого за прием пищи:	520	19,2	23,2	103,5	711,6		0,4	2,3	0,2	115,4	285,6	400,5	5,6							
	Всего за день:	1420	56,9	63,8	245,9	1 779,6		1,0	34,1	0,9	411,1	424,7	976,8	17,7							

ЧЕТВЕРГ 1 недела

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества						Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины						Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Вит. А, мкг	С, мг	А, мг			Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Е, мг	Вит. В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Е, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4							
2	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с картофелем	1/250	2,0	6,1	7,0	83,2	№ 88 2015г.	0,0	34,1	0,2	20,1	52,4	37,1	0,9							
3	ЩОВ ИЗ ПТИЦЫ	1/90/270	25,4	14,8	54,7	454,0	№ 291 2015г.	0,2	9,0	0,0	80,9	69,6	258,2	2,8							
4	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	77,4	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0							
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0							
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0							
	Итого за прием пищи:	880	36,2	23,2	128,0	870,1	0,0	47,0	0,2	147,2	168,0	403,3	6,1								
ПОЛДНИК (уплотненный)																					
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6							
2	ОМЛЕТ с жареным картофелем и маслом сливочным	1/180/10	12,6	32,4	18,8	420,0	№ 213 2015г.	0,2	5,6	235,4	22,6	89,4	224,2	2,8							
3	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	35,5	0,3							
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0							
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0							
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0							
	Итого за прием пищи:	560	23,9	37,0	81,4	769,4		0,4	6,9	235,4	74,3	174,5	361,7	5,1							
	Всего за день:	1440	60,1	60,1	209,4	1 639,5		0,8	53,9	235,6	221,5	342,5	765,0	11,2							

ПИТАНИЯ 1 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Объем	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6				
2	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	1/250	4,0	2,9	20,1	119,1	№ 112 2015г.	0,1	7,1	0,2	22,0	24,1	56,8	0,9				
3	ЗРАЗЫ рубленые из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/90/5	11,6	13,5	13,8	202,6	№ 274 2015г.	0,1	0,2	31,2	18,2	32,1	116,6	8,4				
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	3,9	11,5	22,7	217,8	№ 312 2015г.	0,1	22,4	0,0	34,5	52,5	109,7	1,3				
5	НАЛИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6				
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
	Итого за прием пищи:	855	29,1	30,4	125,0	887,6		0,5	144,7	31,5	123,1	161,4	386,1	13,8				
ПОДЛИНИК (уплотнитель)																		
1	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ отварные с молоком сухим	1/200/80	25,7	13,8	39,3	384,7	№ 218 2015г.	0,0	0,6	92,6	37,3	250,9	291,0	0,5				
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0				
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0				
	Итого за прием пищи:	572	36,8	18,5	109,5	764,6		0,2	1,6	92,6	84,3	394,9	465,0	3,5				
	Всего за день:	1427	65,9	48,9	234,5	1 652,2		0,7	146,3	124,1	207,4	556,3	851,1	17,3				

ПОДЕЛЬНИК 2 неделя

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Объем	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4				
2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ со сметаной	1/250/10	3,0	4,2	10,2	91,0	№ 99 2015г.	0,1	11,0	0,2	22,0	30,0	53,0	0,8				
3	ТВОРОГ из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	12,8	14,3	16,8	301,6	№ 278/331 2015г.	0,0	1,2	0,0	30,0	45,7	144,6	1,4				
4	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным	1/180	3,6	4,6	37,7	206,0	№ 302 2015г.	0,0	0,0	0,0	26,0	11,0	78,0	0,6				
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0				
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
	Итого за прием пищи:	960	28,2	25,4	131,0	931,5		0,3	16,1	0,2	124,2	132,7	383,6	5,2				
ПОДЛИНИК (уплотнитель)																		
1	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/197/32/8	10,8	12,0	27,2	267,5	№ 204 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,2	236,1	161,6	0,9				
2	КОФЕЙНЫЙ НАЛИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3				
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0				
	Итого за прием пищи:	607	22,1	16,6	89,8	616,9		0,3	1,3	0,0	67,9	321,2	299,1	3,2				
	Всего за день:	1567	50,3	41,9	220,8	1 548,4		0,6	17,4	0,2	192,1	453,9	682,7	8,4				

ВТОРНИК 2 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества						Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Обезжиренный	целлюлоза, г	Энергетическая ценность, ккал			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
Обед																				
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6						
2	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	1/250	2,3	5,3	16,4	122,4	№ 96 2015г.	0,1	16,8	0,2	27,8	28,0	71,8	1,2						
3	ТЕФТЕЛИ рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/90/50	13,2	12,9	18,8	244,0	№ 239/331 2015г.	0,1	2,3	29,0	32,6	102,1	195,8	1,0						
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	3,9	11,5	22,7	217,8	№ 312 2015г.	0,1	22,4	0,0	34,5	52,5	109,7	1,3						
5	НАПИТОК ИЗ ШЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6						
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
Итого за прием пищи:			930	29,0	32,2	932,3		0,5	156,5	29,3	143,3	235,3	480,3	6,7						
ПОЛДНИК (уплотненный)																				
1	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ и с молоком стручковым	1/200/80	12,3	13,6	64,6	434,9	№ 188 2015г.	0,0	0,2	0,0	47,2	-9,3	173,6	1,9						
2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/200/15/7	0,1	0,0	15,9	65,0	№ 377 2015г.	0,0	2,8	0,0	3,0	12,8	1,5	0,1						
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0						
Итого за прием пищи:			612	20,6	125,9	745,8		0,2	3,0	0,0	83,2	26,5	259,1	4,0						
Всего за день:			1542	49,6	48,0	252,2	1 678,1	0,0	0,7	159,5	29,3	226,5	261,8	739,4	10,7					

СРЕДА 2 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества						Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Обезжиренный	целлюлоза, г	Энергетическая ценность, ккал			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
Обед																				
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4						
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	1/250	5,6	5,4	17,5	140,7	№ 102 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1						
3	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/90/9	14,1	18,4	15,7	217,5	№ 295 2015г.	0,1	1,4	0,2	28,4	9,5	145,9	2,0						
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	5,4	0,7	34,7	166,5	№ 309 2015г.	0,1	0,0	0,0	8,4	15,2	45,3	1,0						
5	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	0,2	0,2	27,1	111,1	№ 342 2015г.	0,0	4,0	0,0	4,9	14,5	4,4	0,9						
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
Итого за прием пищи:			859	34,1	141,9	891,3		0,6	18,9	0,5	121,5	124,6	387,3	8,4						
ПОЛДНИК (уплотненный)																				
1	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/200/10	6,6	9,7	24,4	210,3	№ 183 2015г.	0,1	1,3	0,1	52,9	150,9	188,3	2,6						
2	КОФЕИНЫ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3						
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0						
Итого за прием пищи:			520	18,0	87,1	634,7	0,0	0,3	2,6	0,2	104,6	237,0	327,8	4,9						
Всего за день:			1379	52,1	49,5	229,0	1 526,0	0,9	21,5	0,7	226,1	361,6	715,1	13,3						

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества						Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витаминный состав						Минеральные вещества					
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Обезжиренный					В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг					
ЧЕТВЕРТ 2 недели																						
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/60	0,7	0,1	2,2				14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6					
2	ВОРИ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	1/250/10	1,8	5,0	12,3				102,0	№ 82 2015г.	0,0	22,2	0,2	27,4	54,5	51,8	1,3					
3	УРАЛЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	1/90/50	11,6	13,5	13,8				224,0	№ 274, 331 2015г.	0,1	0,2	31,2	18,2	32,1	116,6	8,4					
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "Крестьянский" 72,5%	1/180	3,6	7,1	25,2				189,0	№ 310 2015г.	0,2	25,9	0,0	36,6	24,6	100,4	1,5					
5	НАЛИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8				88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6					
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2				116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25				129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
Итого за прием пищи:			96,0	26,6	281	119,7	863,1				0,5	163,3	31,5	130,6	163,9	371,8	14,4					
ПОДЛИНК (уплотненный)																						
1	Пудинг из творога (запеченный) со стученым молоком	1/200/80	24,5	19,2	63,0				523,8	№ 222 2015г.	0,1	0,9	113,1	56,8	344,0	381,5	1,8					
2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/200/157	0,3	0,1	16,4				67,0	№ 377 2015г.	0,0	3,2	0,0	5,4	8,6	10,8	1,1					
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2				116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25				129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1				75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0					
Итого за прием пищи:			612	33,0	21,5	124,8	836,7				0,3	4,1	113,1	95,2	375,6	476,3	4,9					
Всего за день:			1572	59,6	49,6	244,4	1 699,8				0,8	167,4	144,6	225,8	539,5	848,1	19,3					

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества						Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витаминный состав						Минеральные вещества					
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Обезжиренный					В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг					
ПЯТНИЦА 2 недели																						
Обед																						
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/60	0,6	0,1	1,5				9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4					
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	1/250	5,6	4,8	10,2				115,0	№ 108 2015г.	0,1	0,8	5,9	16,8	23,7	56,6	0,6					
3	РЫБОЧКИ ИЗ ТОВАДИНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "Крестьянский" 72,5%	1/90/9	16,5	24,2	14,3				343,9	№ 268 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8					
4	КАША ПШЕНИЧНАЯ рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянский" 72,5%	1/180	7,1	10,1	40,3				268,0	№ 302 2015г.	0,1	0,0	41,0	51,4	29,3	141,0	1,7					
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4				77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0					
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2				116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25				129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
Итого за прием пищи:			859	38,0	41,4	131,1	1 059,8				0,4	5,1	47,3	170,1	142,1	494,4	7,4					
ПОДЛИНК (уплотненный)																						
1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "Крестьянский" 72,5%	1/200/10	6,8	10,1	25,6				212,4	№ 182 2015г.	0,1	1,7	0,0	53,8	160,2	191,2	2,9					
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8				134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0					
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2				116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25				129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1				75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0					
Итого за прием пищи:			520	18,0	23,1	95,9	667,3				0,3	2,7	0,1	100,8	305,2	367,2	5,9					
Всего за день:			1379	56,0	64,4	227,0	1 721,1				0,7	7,8	47,4	270,9	447,3	861,6	13,3					

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал			
703,3	633,1	2 821,3				
Среднее значение за период		70,3	63,3	282,1		
Итого		Витамины		Минеральные вещества		
В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	
18,9	1 154,1	596,5	3 095,0	4 576,0	9 614,4	
Среднее значение за период		1,9	115,4	59,6	309,5	457,6

*можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованной) или в сахарнице

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества				
			Ветки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	
НОНДЕКЛЕТНИК 1 день															
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (помидоры)	1/60	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6	
2	СУП КАРТОВЕДНЫЙ С БОБОВЫМИ	1/250	5,6	5,4	17,5	140,7	№ 102 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1	
3	БИТОЧКИ ИЗ ГОВАДИНЫ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	16,5	24,2	14,3	314,9	№ 268 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8	
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/150	5,4	0,7	34,7	166,5	№ 309 2015г.	0,1	0,0	0,0	8,4	15,2	45,3	1,0	
5	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
Итого за прием пищи:			89,9	36,3	32,5	957,4		0,6	16,2	0,7	143,8	148,5	417,4	8,5	
ПОДЛИНИК (уплотненный)															
1	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ и с молоком естественным	1/200/80	9,3	7,2	53,6	320,0	№ 188 2015г.	0,0	0,2	0,0	47,2	135,6	177,0	1,9	
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0	
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	1,0	1,0	2,0	0,0	
Итого за прием пищи:			59,9	8,3	45,5	320,9		0,2	0,0	0,1	33,0	24,0	86,0	2,0	
Всего за день:			144,9	44,6	42,9	1 278,3		0,8	16,2	0,8	176,8	169,5	503,4	10,5	

ВТОРНИК 1 НЕДЕЛИ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества				
			Ветки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (огурцы)	1/60	0,6	0,0	1,0	6,0	№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,4	
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ со сметаной	1/250/10	1,8	5,0	12,3	102,0	№ 82 2015г.	0,0	22,2	0,2	27,4	54,5	51,8	1,3	
3	РЫБА МИНТАЙ ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	17,1	8,2	0,9	146,0	№ 227 2015г.	0,1	0,5	0,0	45,8	15,5	195,7	0,9	
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	3,6	7,1	25,2	189,0	№ 310 2015г.	0,2	25,9	0,0	36,6	24,6	100,4	1,5	
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
Итого за прием пищи:			89,9	32,0	22,7	771,1		0,5	150,7	0,2	154,7	147,3	449,7	6,7	
ПОДЛИНИК (уплотненный)															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (помидоры)	1/60	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6	
2	ПЛОД ИЗ ШТИЛИ	1/90/270	25,4	14,8	54,7	454,0	№ 291 2015г.	0,2	9,0	0,0	80,9	69,6	258,2	2,8	
3	ЧАЙ С ДИМОНОМ*	1/200/15/7	0,4	0,0	1,17	49,5	№ 377 2015г.	0,0	3,3	0,0	11,7	27,2	15,5	1,5	
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	1,0	1,0	2,0	0,0	
Итого за прием пищи:			62,9	175,9	140,9	679,3		11,6	347,4	12,4	760,0	907,5	2 229,1	52,7	
Всего за день:			152,8	207,9	163,7	5 473,8		12,1	498,1	12,6	914,7	1 054,8	2 678,9	59,4	

СРЕДНІ несега

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины							Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Обес			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (помидоры)	1/60	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6						
2	СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ с яркой рисовой	1/250	1,7	2,7	13,3	85,2	№ 101 2015г.	0,1	16,5	0,2	24,3	23,6	55,1	1,0						
3	КОГТЕЛЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ с соусом сметанным с томатом	1/90/50	16,5	24,2	14,3	309,5	№ 268, 331 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	169,2	2,8						
4	КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	10,6	11,5	47,8	336,0	№ 302 2015г.	0,2	0,0	0,0	168,6	31,6	252,4	5,7						
5	Кекс из смеси сухобулочков	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 354 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0						
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	Итого за прием пищи:	900	37,6	40,5	142,3	1 066,0		0,6	23,1	0,6	292,7	136,7	576,3	12,1						
	Всего за день:	1420	56,8	63,7	245,8	1 777,6		1,0	25,4	0,8	408,1	422,3	976,8	17,7						

ЧЕТВЕРТ 1 несега

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины							Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Обес			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (огурцы)	1/60	0,6	0,0	1,0	6,0	№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,4						
2	ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с картофелем	1/250	2,0	6,1	7,0	83,2	№ 88 2015г.	0,0	34,1	0,2	20,1	52,4	37,1	0,9						
3	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	1/90/270	25,4	14,8	54,7	454,0	№ 291 2015г.	0,2	9,0	0,0	80,9	69,6	258,2	2,8						
4	Компот из смеси сухобулочков	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0						
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	Итого за прием пищи:	880	36,2	23,1	127,5	866,5	0,0	0,4	45,2	0,2	144,4	162,8	393,7	6,1						
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (помидоры)	1/60	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6						
2	ОМЛЕТ с жареным картофелем и маслом сливочным	1/180/10	12,6	32,4	18,8	420,0	№ 213 2015г.	0,2	5,6	235,4	22,6	89,4	224,2	2,8						
3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3						
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0						
	Итого за прием пищи:	560	23,9	37,0	81,4	769,4		0,4	6,9	235,4	74,3	174,5	361,7	5,1						
	Всего за день:	1440	60,1	60,0	208,9	1 635,9		0,8	52,1	235,6	218,7	337,3	755,4	11,2						

ТАБЛИЦА 1 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Объем	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины							Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (помятые)	1/60	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6						
2	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и картофелем	1/250	4,0	2,9	20,1	119,1	№ 112 2015г.	0,1	7,1	0,2	22,0	24,1	56,8	0,9						
3	ЗРАЗЫ рубленые из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянская" 72,5%	1/90/5	11,6	13,5	13,8	202,6	№ 274 2015г.	0,1	0,2	31,2	18,2	32,1	116,6	8,4						
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ с маслом сливочным "Крестьянская" 72,5%	1/180	3,9	11,5	22,7	217,8	№ 312 2015г.	0,1	22,4	0,0	34,5	52,5	109,7	1,3						
5	НАШТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6						
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	Итого за прием пищи:	855	29,0	30,3	124,9	856,6		0,5	136,0	31,4	120,1	159,0	386,1	13,8						
ПОДЛИНК (уплотненный)																				
1	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ отварные с молоком сливочным	1/200/40	25,7	13,8	39,3	384,7	№ 218 2015г.	0,0	0,6	92,6	37,3	250,9	291,0	0,5						
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0						
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0						
	Итого за прием пищи:	572	36,8	18,5	109,5	764,6		0,2	1,6	92,6	84,3	394,9	465,0	3,5						
	Всего за день:	1427	65,8	48,8	234,4	1 650,2		0,7	137,6	124,0	204,4	553,9	851,1	17,3						

ПОДЛИНК 2 неделя

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Объем	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины							Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (супрун)	1/60	0,6	0,0	1,0	6,0	№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,4						
2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ со сметаной	1/250/10	3,0	4,2	10,2	91,0	№ 99 2015г.	0,1	11,0	0,2	22,0	30,0	53,0	0,8						
3	ТЕФТЕЛИ из мяса говядины с соусом сметанным с томатам	1/90/50	12,8	14,3	16,8	301,6	№ 278/331 2015г.	0,0	1,2	0,0	30,0	45,7	144,6	1,4						
4	КАША ГРЕННЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным	1/180	3,6	4,6	37,7	206,0	№ 302 2015г.	0,0	0,0	0,0	26,0	11,0	78,0	0,6						
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0						
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	Итого за прием пищи:	960	28,2	25,3	130,5	927,9		0,3	14,3	0,2	121,4	127,5	374,0	5,2						
ПОДЛИНК (уплотненный)																				
1	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ШИРОМ с маслом сливочным "Крестьянская" 72,5%	1/197/32/8	10,8	12,0	27,2	267,5	№ 204 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,2	236,1	161,6	0,9						
2	КОФЕЙНЫЙ НАШТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3						
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0						
	Итого за прием пищи:	607	22,1	16,6	89,8	616,9		0,3	1,3	0,0	67,9	321,2	299,1	3,2						
	Всего за день:	1567	50,3	41,8	220,3	1 544,8		0,6	15,6	0,2	189,3	448,7	673,1	8,4						

ВТОРНИК 2 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Объем	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества						
			Велич, г	Жиры, г	Углеводы, г				В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (помидоры)	1/60	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6						
2	РАССОЛЕННИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	1/250	2,3	5,3	16,4	122,4	№ 96 2015г.	0,1	16,8	0,2	27,8	28,0	71,8	1,2						
3	ТЕФТЕЛИ рыбные на минтая с соусом сметанным с томатом	1/90/50	13,2	12,9	18,8	244,0	№ 239/331 2015г.	0,1	2,3	29,0	32,6	102,1	195,8	1,0						
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	3,9	11,5	22,7	217,8	№ 312 2015г.	0,1	22,4	0,0	34,5	52,5	109,7	1,3						
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6						
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	Итого за прием пищи:	930	28,9	32,1	126,2	930,3		0,5	147,8	29,2	140,3	232,9	480,3	6,7						
ПОДЛИНК (уплотненный)																				
1	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ и с молоком стручковым	1/200/80	12,3	13,6	64,6	434,9	№ 188 2015г.	0,0	0,2	0,0	47,2	-9,3	173,6	1,9						
2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/200/15/7	0,1	0,0	15,9	65,0	№ 377 2015г.	0,0	2,8	0,0	3,0	12,8	1,5	0,1						
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0						
	Итого за прием пищи:	612	20,6	15,8	125,9	745,8		0,2	3,0	0,0	83,2	26,5	259,1	4,0						
	Всего за день:	1542	49,5	47,9	252,1	1 676,1	0,0	0,7	150,8	29,2	223,5	259,4	739,4	10,7						

СРЕДА 2 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Объем	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества						
			Велич, г	Жиры, г	Углеводы, г				В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (огурцы)	1/60	0,6	0,0	1,0	6,0	№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,4						
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КОБОВЫМИ КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ РЫБДЕЛЕР-ЦЫПЛЯТ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/250	5,6	5,4	17,5	140,7	№ 102 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1						
3	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/90/9	14,1	18,4	15,7	217,5	№ 295 2015г.	0,1	1,4	0,2	28,4	9,5	145,9	2,0						
4	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/180	5,4	0,7	34,7	166,5	№ 309 2015г.	0,1	0,0	0,0	8,4	15,2	45,3	1,0						
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/200	0,2	0,2	27,1	111,1	№ 342 2015г.	0,0	4,0	0,0	4,9	14,5	4,4	0,9						
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
7	Итого за прием пищи:	859	34,1	26,9	141,4	887,7		0,6	17,1	0,5	118,7	119,4	377,7	8,4						
ПОДЛИНК (уплотненный)																				
1	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/200/10	6,6	9,7	24,4	210,3	№ 183 2015г.	0,1	1,3	0,1	52,9	150,9	188,3	2,6						
2	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3						
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0						
	Итого за прием пищи:	520	18,0	22,6	87,1	634,7	0,0	0,3	2,6	0,2	104,6	237,0	327,8	4,9						
	Всего за день:	1379	52,1	49,4	228,5	1 522,4		0,9	19,7	0,7	223,3	356,4	705,5	13,3						

ЧЕТВЕРТ 2 неделя

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Объем	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины							Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (пшеницы)	1/60	0,6	0,0	2,1		№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6						
2	ВОРТА С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	1/250/10	1,8	5,0	12,3		№ 82 2015г.	0,0	22,2	0,2	27,4	54,5	51,8	1,3						
3	ФРАЗЫ рубленные из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	11,6	13,5	13,8		№ 274, 331 2015г.	0,1	0,2	31,2	18,2	32,1	116,6	8,4						
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	3,6	7,1	25,2		№ 310 2015г.	0,2	25,9	0,0	36,6	24,6	100,4	1,5						
5	НАДИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8		№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6						
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2		№ 116,9	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25		№ 129,00	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	Итого за прием пищи:	960	26,5	28,0	119,6		№ 861,1	0,5	154,6	31,4	127,6	161,5	371,8	14,4						
ПОЛДНИК (уплотненный)																				
1	Пудинг из творога (запеченный) со сухим молоком	1/200/80	24,5	19,2	63,0		№ 523,8	0,1	0,9	113,1	56,8	344,0	381,5	1,8						
2	Компот из смеси сухофруктов	1/180	0,0	0,0	19,4		№ 77,4	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0						
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2		№ 116,9	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25		№ 129,00	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1		№ 75,0	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0						
	Итого за прием пищи:	612	32,7	21,4	127,8		№ 847,1	0,3	0,9	113,1	91,8	376,4	465,5	3,8						
	Всего за день:	1572	59,2	49,4	247,3		№ 1708,2	0,8	155,5	144,5	219,4	537,9	837,3	18,2						

ПЯТНИЦА 2 неделя

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Объем	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины							Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (огурцы)	1/60	0,6	0,0	1,0		№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,4						
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	1/250	5,6	4,8	10,2		№ 108 2015г.	0,1	0,8	5,9	16,8	23,7	56,6	0,6						
3	ВЫТОНКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/90/9	16,5	24,2	14,3		№ 343,9	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8						
4	КАША ПШЕНИЧНАЯ раскатывая с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	7,1	10,1	40,3		№ 268 2015г.	0,1	0,0	41,0	51,4	29,3	141,0	1,7						
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4		№ 77,4	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0						
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2		№ 116,9	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25		№ 129,00	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	Итого за прием пищи:	859	38,0	41,3	130,6		№ 1056,2	0,4	3,2	47,3	167,3	136,9	484,8	7,4						
ПОЛДНИК (уплотненный)																				
1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/200/10	6,8	10,1	25,6		№ 182 2015г.	0,1	1,7	0,0	53,8	160,2	191,2	2,9						
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8		№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0						
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2		№ 116,9	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25		№ 129,00	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1		№ 75,0	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0						
	Итого за прием пищи:	520	18,0	23,1	95,9		№ 667,3	0,3	2,7	0,1	100,8	305,2	367,2	5,9						
	Всего за день:	1379	56,0	64,3	226,5		№ 1723,5	0,7	5,9	47,4	268,1	442,1	852,0	13,3						

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого за весь период	702,1	631,7	2 827,5	19 990,8
Среднее значение за период	70,2	63,2	282,8	1 999,1
Итого	Витамины			Энергетическая ценность, ккал
	В1, мг	С, мг	А, мг	
Итого за весь период	18,9	1 077,0	595,8	4 582,5
Среднее значение за период	1,9	107,7	59,6	304,6
Итого	Минеральные вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	
Итого за весь период	458,2	488,2	957,3	18,0

*можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице