

СОГЛАСОВАНО

/ /

Меню питания для детей в период отдыха и оздоровления
(пришкольные лагеря) на 2026 г

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса* порций, г.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Са	Р	Мg	Fe			
	1 день																
	Завтрак																
338/17	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,00	10,0	0,30	16,00	11,00	9,0	2,2			
173/17	Каша молочная гречневая вязкая с маслом	200/5	9,09	12,99	35,18	295,00	0,21	0,65	1,64	1,74	183,58	245,75	32,10	2,87			
378/17	Чай полусладкий с молоком	200	1,67	1,25	7,53	48,09	0,01	0,01	2,10	0,00	76,50	48,70	8,8	0,4			
3/17	Бутерброд с сыром	30/15	5,80	5,30	15,40	133,20	0,00	0,02	0,10	0,00	138	26,4	9,20	0,50			
Пром.	Конфета Му 40 гр	1 шт	0,50	3,60	15,60	90,00	0,01	0,00	0,0	0,00	46,70	58,70	9,50	0,45			
			17,46	23,54	83,51	613,29	0,26	0,68	13,84	2,04	460,48	390,55	68,60	6,45			
	Обед																
71/17	Отурупы свежие порционно (доп. гарнир)	50	0,49	0,06	1,53	8,63	0,02	0,01	6,12	0,06	14,08	25,7	8,57	0,37			
139/04	Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне	250	11,17	6,73	22,20	196,00	0,31	0,27	4,6	0,6	139,46	160,04	29,69	2,69			
291	Плов из птицы	50/150	17,30	18,00	39,70	389,00	0,24	0	0,20	0,85	43,86	234,77	35,82	2,60			
349	Компот из сухофруктов полусладкий	200	0,5	0,02	19,43	79,92	0,00	0,02	0,03	0,00	8,25	2,97	1,46	0,05			
573/21	Хлеб Пшеничный	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48			
574/21	Хлеб Ржаной	1/30	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
			33,77	25,48	113,47	819,23	0,62	0,62	10,95	1,51	213,45	448,38	86,04	6,19			
Пром.	Сок фруктовый 0,200 гр	1 шт	1,4	0,00	24,4	103,2	0,02	0,00	14	0,00	34	36	12	0,6			
			1,40	0,00	24,40	103,20	0,02	0,00	14,00	0,00	34,00	36,00	12,00	0,60			
			52,63	49,02	221,38	1535,72	0,90	1,30	38,79	3,55	707,93	874,93	166,64	13,24			
	2 день																
	Завтрак																
1/17	Бутерброд с маслом	30/5	2,33	4,53	16,09	113,89	0,05	0,02	0,00	0,00	9	26,4	10,52	0,49			
209/17	Яйцо вареное	1 шт	5,52	5,04	0,00	67,44	0,03	0,27	0,00	0,29	26,4	92,16	5,76	1,2			

302/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	8,20	7,50	43,94	260,58	0,25	1,25	0,50	0,75	137,02	177,02	34,52	1,81
462	Какао с молоком полусладкое	200	3,39	3,1	16,98	106,66	0,04	2,21	0,5	0,11	108,20	103,1	15,8	0,54
			19,44	20,17	77,01	548,57	0,37	3,75	1,00	1,15	280,62	398,68	66,60	4,04
Обед														
6	Салат из белокочанной капусты с горошком зеленым консервированным	75	1,52	6,03	5,30	65,25	0,03	0,00	3,45	0,31	30,30	14,72	17,55	0,76
148/04	Суп - лапша домашняя с пышками	250/20	7,89	8,40	13,96	171	0,08	28,02	0,6	0,47	120,91	90,61	16,48	0,96
295	Котлеты куриные с соусом томатным	75/40	12,59	17,08	12,06	252,35	0,08	0,01	1,76	0,33	23,59	156,35	25,36	1,32
203/17	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,36	4,37	36,54	206,89	0,09	0,02	0,00	1,07	15,96	47,07	8,52	0,87
342/17	Компот "Плодово-ягодный" из свежих яблок	200	0,18	0,18	19,06	78,58	0,01	0,02	4,54	0,09	7,58	4,99	3,63	0,91
573/21	Хлеб Пшеничный	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
574/21	Хлеб Ржаной	1/30	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			31,85	36,73	117,53	919,75	0,34	28,07	10,35	2,27	206,14	338,64	82,04	5,30
Пром.	Сок фруктовый 0,200 гр	1 шт	1,4	0,00	24,4	103,2	0,02	0,00	14	0,00	34	36	12	0,6
			1,40	0,00	24,40	103,20	0,02	0,00	14,00	0,00	34,00	36,00	12,00	0,60
			52,69	56,90	218,94	1571,52	0,73	31,82	25,35	3,42	520,76	773,32	160,64	9,94
3 день														
Завтрак														
338/17	Фрукты свежие	150	0,60	0,45	15,45	70,50	0,03	0,00	7,50	0,15	28,50	24,00	18,00	3,45
175	Каша молочная вязкая "Дружба" с маслом	200/5	6,30	8,20	43,21	251,73	0,22	2,22	0,50	0,36	134,46	222,33	31,11	1,24
377/17	Чай с лимоном (полусладкий)	200/7	0,27	0,06	15,28	62,73	0,00	0,07	3,3	0,02	8,15	10,01	5,36	0,87
3/17	Бутерброд с сыром	30/15	5,80	5,30	15,40	133,20	0,00	0,02	0,10	0,00	138	26,4	9,20	0,50
			12,97	14,01	89,34	518,16	0,25	2,31	11,40	0,53	308,81	282,74	63,67	6,06
Обед														
71/17	Помидор свежий порционно (доп. тарпир)	50	0,31	0,10	2,45	13,00	0,00	0,02	8,26	0,31	6,12	14,72	6,67	0,18
96/17	Рассольник Ленинградский с пышл. со смет.	250/20/5	6,70	7,50	17,40	178,29	0,17	25,86	5,09	0,39	139,33	163,38	29,13	1,82
284	Запеканка картофельная с фаршем с маслом	200/5	15,29	22,95	25,86	371,14	0,41	0,06	5,43	0,62	59,86	329,39	42,21	4,72
494/21	Напиток "Плодово-ягодный" из изюма полусладкий	200	0,51	0,08	19,38	80,23	0,00	0,03	0,15	0,65	8,25	10,65	4,8	0,41
573/21	Хлеб Пшеничный	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
574/21	Хлеб Ржаной	1/30	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			27,12	31,30	95,70	788,34	0,63	25,97	18,93	1,97	221,36	543,04	93,31	7,61
Пром.	Сок фруктовый 0,200 гр	1 шт	1,4	0,00	24,4	103,2	0,02	0,00	14	0,00	34	36	12	0,6
			1,40	0,00	24,40	103,20	0,02	0,00	14,00	0,00	34,00	36,00	12,00	0,60
			41,49	45,31	209,44	1409,70	0,90	28,28	44,33	2,50	564,17	861,78	168,98	14,27
4 день														
Завтрак														
338/17	Фрукты свежие	170	1,53	0,30	17,50	76,00	0,07	0,00	60	0,37	57,8	39,1	22,1	0,51
240/10	Пудинг из творога с яблоками со стущ. молоком	150/30	18,00	27,80	40,08	452,00	0,13	4,19	0,70	0,33	206,07	278,02	33,35	2,25

376	Чай полусладкий	200	0,2	0,05	7,00	28,0	0,00	0,05	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4	0,82
576	Батон	30	2,30	0,90	15,00	81,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,6	19,5	3,9	0,60
			22,03	29,05	79,58	637,00	0,20	4,24	60,80	0,70	275,42	344,87	63,75	4,18
	Обед													
24/17	Салат из св.помидоров и огурцов	75	0,7	4,50	5,55	53,0	0,04	0,00	12,75	0,17	12,7	23,30	12,10	0,54
110/04	Борщ с капустой и картоф. с цыпл. со смет.	250/20/5	7,42	7,19	13,66	186,70	0,1	27,81	11,64	0,35	154,42	121,19	27,67	1,83
290	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	14,60	10,4	3,79	184,50	0,08	11,54	1,29	0,64	17,81	178,15	28,7	1,57
510/04	Каша гречневая вязкая	150	4,65	4,75	24,86	160,8	0,16	0,1	0,00	0,29	9,65	110,42	22,99	2,46
388/17	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,20	0,01	0,00	15,30	0,2	21,34	3,44	3,44	0,60
573/21	Хлеб Пшеничный	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
574/21	Хлеб Ржаной	1/30	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			32,33	27,79	99,23	818,88	0,44	39,45	40,98	1,69	223,72	461,40	105,40	7,48
Пром.	Сок фруктовый 0,200 гр	1 шт	1,4	0,00	24,4	103,2	0,02	0,00	14	0,00	34	36	12	0,6
580	Вафли	50	2,00	14,50	31,5	215,0	0,00	0,00	0,00	0,00	27,90	0,00	0,00	0,41
			3,40	14,50	55,90	318,20	0,02	0,00	14,00	0,00	61,90	36,00	12,00	1,01
			57,76	71,34	234,71	1774,08	0,66	43,69	115,78	2,39	561,04	842,27	181,15	12,67
	5 день													
	Завтрак													
338/17	Фрукты свежие	80	0,6	0,20	15,2	64,0	0,05	0,00	30,4	0,16	28,80	17	10	0,1
1/17	Бутерброд с маслом	30/5	2,33	4,53	16,09	113,89	0,05	0,02	0,00	0,00	9	26,4	10,52	0,49
209/17	Ййдо вареное	1 шт	5,52	5,04	0,00	67,44	0,03	0,27	0,00	0,29	26,4	92,16	5,76	1,2
181/17	Каша молочная манная вязкая с маслом	200/5	6,11	10,72	32,38	251,00	0,08	3,53	1,17	0,46	133,77	118,19	20,30	0,47
378/17	Чай полусладкий с молоком	200	1,67	1,25	7,53	48,09	0,01	0,01	2,10	0,00	76,50	48,70	8,8	0,4
			16,2	21,7	71,2	544,4	0,2	3,8	33,7	0,9	274,5	302,5	55,4	2,7
	Обед													
71/17	Огуры свежие порционно (люп. тарнир)	50	0,49	0,06	1,53	8,63	0,02	0,01	6,12	0,06	14,08	25,7	8,57	0,37
98/17	Суп крестьянский с крупой на м/к бульоне	250	6,90	11,1	15,70	191,00	0,04	27,79	5,8	0,00	135,87	184,5	50,17	1,9
234	Биточки рыбные с соусом сметанным с луком	75/40	11,01	9,26	8,39	211,36	0,07	0,03	3,59	0,17	69,47	124,87	38,15	0,88
520/04	Пюре картофельное	150	3,52	5,43	23,42	155,78	0,22	0,54	5,20	0,24	52,22	147,37	32,68	1,76
349	Компот из сухофруктов полусладкий	200	0,5	0,02	19,43	79,92	0,00	0,02	0,03	0,00	8,25	2,97	1,46	0,05
573/21	Хлеб Пшеничный	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
574/21	Хлеб Ржаной	1/30	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			26,73	26,54	99,08	792,37	0,40	28,39	20,75	0,47	287,69	510,31	141,53	5,44
Пром.	Сок фруктовый 0,200 гр	1 шт	1,4	0,00	24,4	103,2	0,02	0,00	14	0,00	34	36	12	0,6
			1,40	0,00	24,40	103,20	0,02	0,00	14,00	0,00	34,00	36,00	12,00	0,60
			44,32	48,28	194,71	1439,99	0,64	32,22	68,42	1,38	596,16	848,76	208,91	8,73
	6 день													
	Завтрак													

338/17	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,00	10,0	0,30	16,00	11,00	9,0	2,2
223/17	Запеканка из творога со ступенным молоком	150/30	26,30	19,9	50,40	564,00	0,11	4,54	0,85	0,57	352,05	334,26	40,73	1,16
376	Чай полуслидкий	200	0,2	0,05	7,00	28,0	0,00	0,05	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4	0,82
576	Батон	30	2,30	0,90	15,00	81,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,6	19,5	3,9	0,60
			29,20	21,25	82,20	720,00	0,14	4,59	10,95	0,87	379,60	373,01	58,03	4,78
Обед														
71/17	Помидор свежий порционно (доп. тарнир)	50	0,31	0,10	2,45	13,00	0,00	0,02	8,26	0,31	6,12	14,72	6,67	0,18
124/04	Щи из св кап с карт. на м/к бульоне со сметаной	250/5	8,34	9,11	9,21	182,22	0,12	27,34	6,30	0,59	156,8	163,84	24,33	1,71
347/21	Котлеты Школьные с соусом томатным	75/40	12,59	17,08	12,06	252,35	0,08	0,01	1,76	0,34	29,17	229,18	27,93	1,92
510/04	Каша рисовая вязкая	150	4,40	4,30	24,35	165,50	0,11	0,02	0,00	0,26	15,26	107,58	17,5	0,7
494/21	Напиток "Плодово-ягодный" из изюма полуслидкий	200	0,51	0,08	19,38	80,23	0,00	0,03	0,15	0,65	8,25	10,65	4,8	0,41
573/21	Хлеб Пшеничный	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
574/21	Хлеб Ржаной	1/30	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			30,46	31,34	98,06	838,98	0,36	27,42	16,47	2,15	223,40	550,87	91,73	5,40
Пром.	Сок фруктовый 0,200 гр	1 шт	1,4	0,00	24,4	103,2	0,02	0,00	14	0,00	34	36	12	0,6
			1,40	0,00	24,40	103,20	0,02	0,00	14,00	0,00	34,00	36,00	12,00	0,60
			61,06	52,59	204,66	1662,18	0,52	32,01	41,42	3,02	637,00	959,88	161,76	10,78
7 день														
Завтрак														
1/17	Бутерброд с маслом	30/5	2,33	4,53	16,09	113,89	0,05	0,02	0,00	0,00	9	26,4	10,52	0,49
209/17	Дйцо вареное	1 шт	5,52	5,04	0,00	67,44	0,03	0,27	0,00	0,29	26,4	92,16	5,76	1,2
173/17	Каша молочная Геркулесовая вязкая с маслом	200/5	8,01	9,75	36,60	262,70	0,24	1,28	0,20	0,81	143,47	235,90	41,10	1,72
378/17	Чай полуслидкий с молоком	200	1,67	1,25	7,53	48,09	0,01	0,01	2,10	0,00	76,50	48,70	8,8	0,4
Пром.	Батончик Бон-Тайм 20 гр	1 шт	0,50	3,60	15,60	108,30	0,01	0,00	0,0	0,00	46,70	0,00	9,50	0,45
			18,03	24,17	75,82	600,42	0,34	1,58	2,30	1,10	302,07	403,16	75,68	4,29
Обед														
2	Салат витаминный	75	1,35	3,07	6,52	59,12	0,02	0,23	4,45	0,08	37,1	23,48	12,07	0,46
101	Суп картофельный с крутой гречневой на м/к бульоне	250	9,25	8,64	20,8	232,00	0,22	26,64	6,60	0,65	193,90	213,83	20,73	2,56
297	Грудка, запеченая с сыром с горошком конс.	75/15	21,30	18,6	5,14	265,00	0,11	2,21	0,20	0,72	162,04	285,79	38,57	1,97
203/17	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,36	4,37	36,54	206,89	0,09	0,02	0,00	1,07	15,96	47,07	8,52	0,87
349	Компот из сухофруктов полуслидкий	200	0,5	0,02	19,43	79,92	0,00	0,02	0,03	0,00	8,25	2,97	1,46	0,05
573/21	Хлеб Пшеничный	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
574/21	Хлеб Ржаной	1/30	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			42,07	35,37	119,04	988,61	0,49	29,12	11,28	2,52	425,05	598,04	91,85	6,39
Пром.	Сок фруктовый 0,200 гр	1 шт	1,4	0,00	24,4	103,2	0,02	0,00	14	0,00	34	36	12	0,6
			1,40	0,00	24,40	103,20	0,02	0,00	14,00	0,00	34,00	36,00	12,00	0,60

			61,50	59,54	219,26	1692,23	0,85	30,70	27,58	3,62	761,12	1037,20	179,53	11,28
8 день														
Завтрак														
338/17	Фрукты свежие	150	0,60	0,45	15,45	70,50	0,03	0,00	7,50	0,15	28,50	24,00	18,00	3,45
175	Каша молочная вязкая "Дружба" с маслом	200/5	6,30	8,20	43,21	251,73	0,22	2,22	0,50	0,36	134,46	222,33	31,11	1,24
377/17	Чай с лимоном (полусладкий)	200/7	0,27	0,06	15,28	62,73	0,00	0,07	3,3	0,02	8,15	10,01	5,36	0,87
1/17	Бутерброд с маслом	30/5	2,33	4,53	16,09	113,89	0,05	0,02	0,00	0,00	9	26,4	10,52	0,49
			9,50	13,24	90,03	498,85	0,30	2,31	11,30	0,53	180,11	282,74	64,99	6,05
Обед														
71/17	Огуры свежие порционно (доп. гарнир)	50	0,49	0,06	1,53	8,63	0,02	0,01	6,12	0,06	14,08	25,7	8,57	0,37
96/17	Рассольник Ленинградский с пышл. со смет.	250/20/5	6,70	7,50	17,40	178,29	0,17	25,86	5,09	0,39	139,33	163,38	29,13	1,82
243/17	Сосиски отварные	100	9,24	13,70	1,50	168,70	0,05	0,02	0,00	0,15	172,17	113,19	16,63	0,15
211/22	Картофель запеченный из отварного	150	4,75	13,7	36,6	285,00	0,37	0,00	15,20	0,37	42,09	213,25	34,45	2,97
342/17	Компот "Плодово-ягодный" из свежих яблок	200	0,18	0,18	19,06	78,58	0,01	0,02	4,54	0,09	7,58	4,99	3,63	0,91
573/21	Хлеб Пшеничный	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
574/21	Хлеб Ржаной	1/30	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			25,67	35,81	106,70	864,88	0,67	25,91	30,95	1,06	383,05	545,41	102,91	6,70
Пром.	Сок фруктовый 0,200 гр	1 шт	1,4	0,00	24,4	103,2	0,02	0,00	14	0,00	34	36	12	0,6
			1,40	0,00	24,40	103,20	0,02	0,00	14,00	0,00	34,00	36,00	12,00	0,60
			36,6	49,1	221,1	1466,9	1,0	28,2	56,3	1,6	597,2	864,2	179,9	13,4
9 день														
Завтрак														
338/17	Фрукты свежие	110	0,60	0,60	13,05	76,50	0,04	0,07	14,5	0,29	24,22	15,95	11,6	2,9
210/17	Омлет натуральный с маслом	180/5	17,32	29,70	2,6	348,60	0,12	1,94	0,67	0,87	144,46	312,93	23,96	3,53
376	Чай полусладкий	200	0,2	0,05	7,00	28,0	0,00	0,05	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4	0,82
576	Батон	30	2,30	0,90	15,00	81,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,6	19,5	3,9	0,60
			20,42	31,25	37,65	534,10	0,16	2,06	15,27	1,16	180,23	356,63	43,86	7,85
Обед														
24/17	Салат из св. помидоров и огурцов	75	0,7	4,50	5,55	53,0	0,04	0,00	12,75	0,17	12,7	23,30	12,10	0,54
110/04	Борщ с капустой и картоф. с пышл. со смет.	250/20/5	7,42	7,19	13,66	186,70	0,1	27,81	11,64	0,35	154,42	121,19	27,67	1,83
370	Печка с фаршем по-купечески	200	21,75	15,90	39,10	386,50	0,17	0,10	4,39	0,86	23,63	184,20	61,15	3,56
494/21	Напиток "Плодово-ягодный" из изюма полусладкий	200	0,51	0,08	19,38	80,23	0,00	0,03	0,15	0,65	8,25	10,65	4,8	0,41
573/21	Хлеб Пшеничный	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
574/21	Хлеб Ржаной	1/30	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			34,66	28,34	108,30	852,11	0,36	27,94	28,93	2,03	206,80	364,24	116,22	6,82
Пром.	Сок фруктовый 0,200 гр	1 шт	1,4	0,00	24,4	103,2	0,02	0,00	14	0,00	34	36	12	0,6
			1,40	0,00	24,40	103,20	0,02	0,00	14,00	0,00	34,00	36,00	12,00	0,60
			56,48	59,59	170,35	1489,41	0,54	30,00	58,20	3,19	421,03	756,87	172,08	15,27

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

[illegible]

Пром.	Сок фруктовый 0,200 гр	1 шт	1,4	0,00	24,4	103,2	0,02	0,00	14	0,00	34	36	12	0,6
580	Вафли	50	2,00	14,50	31,5	215,0	0,00	0,00	0,00	0,00	27,90	0,00	0,00	0,41
			3,40	14,50	55,90	318,20	0,02	0,00	14,00	0,00	61,90	36,00	12,00	1,01
			60,09	73,48	238,55	1798,75	0,65	16,08	87,89	3,22	606,68	854,46	190,99	12,18
14 день														
Завтрак														
3/17	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	5,25	7,19	16,06	149,0	0,05	0,02	0,08	0,04	118	91,8	16,52	0,57
209/17	Яйцо вареное	1 шт	5,52	5,04	0,00	67,44	0,03	0,27	0,00	0,29	26,4	92,16	5,76	1,2
175	Каша молочная вязкая "Дружба" с маслом	200/5	6,30	8,20	43,21	251,73	0,22	2,22	0,50	0,36	134,46	222,33	31,11	1,24
648/04	Кисель из концентрата полусладкий	200	0,1	0,00	21,48	86,3	0,00	0,00	0,96	0,00	3,36	4,32	1,44	0,1
			17,2	20,4	80,8	554,4	0,3	2,5	1,5	0,7	282,2	410,6	54,8	3,1
Обед														
24/17	Салат из св. помидоров и огурцов	75	0,7	4,50	5,55	53,0	0,04	0,00	12,75	0,17	12,7	23,30	12,10	0,54
110/04	Борщ с капустой и картоф. с цыпл. со смет.	250/20/5	7,42	7,19	13,66	187	0,1	27,81	11,64	0,35	154,42	121,19	27,67	1,83
234	Биточки рыбные с соусом сметанным с луком	75/40	11,01	9,26	8,39	211,36	0,07	0,03	3,59	0,17	69,47	124,87	38,15	0,88
520/04	Пюре картофельное	150	3,52	5,43	23,42	155,78	0,22	0,54	5,20	0,24	52,22	147,37	32,68	1,76
349	Компот из сухофруктов полусладкий	200	0,5	0,02	19,43	79,92	0,00	0,02	0,03	0,00	8,25	2,97	1,46	0,05
573/21	Хлеб Пшеничный	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
574/21	Хлеб Ржаной	1/30	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			27,43	27,07	101,06	832,44	0,48	28,40	33,21	0,93	304,86	444,60	122,56	5,54
Пром.	Сок фруктовый 0,200 гр	1 шт	1,4	0,00	24,4	103,2	0,02	0,00	14	0,00	34	36	12	0,6
			1,40	0,00	24,40	103,20	0,02	0,00	14,00	0,00	34,00	36,00	12,00	0,60
			46,00	47,50	206,21	1490,06	0,80	30,91	48,75	1,62	621,08	891,21	189,39	9,25
15 день														
Завтрак														
338/17	Фрукты свежие	110	0,60	0,60	13,05	76,50	0,04	0,07	14,5	0,29	24,22	15,95	11,6	2,9
224	Запеканка из творога с морковью со ступенным молоком	150/30	26,70	21,2	51,60	566,70	0,11	4,55	0,86	0,60	352,70	335,10	41,20	1,30
376	Чай полусладкий	200	0,2	0,05	7,00	28,0	0,00	0,05	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4	0,82
576	Батон	30	2,30	0,90	15,00	81,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,6	19,5	3,9	0,60
			29,80	22,75	86,65	752,20	0,15	4,67	15,46	0,89	388,47	378,80	61,10	5,62
Обед														
71/17	Огуры свежие порционно (доп. гарнир)	50	0,49	0,06	1,53	8,63	0,02	0,01	6,12	0,06	14,08	25,7	8,57	0,37
139/04	Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне	250	11,17	6,73	22,20	196,00	0,31	0,27	4,6	0,6	139,46	160,04	29,69	2,69
347/21	Котлеты Школьные с соусом томатным	75/40	12,59	17,08	12,06	252,35	0,08	0,01	1,76	0,34	29,17	229,18	37,93	1,92
510/04	Каша рисовая вязкая	150	4,40	4,30	24,35	165,50	0,11	0,02	0,00	0,26	15,26	107,58	17,5	0,7
388/17	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,20	0,01	0,00	15,30	0,2	21,34	3,44	3,44	0,60
573/21	Хлеб Пшеничный	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
574/21	Хлеб Ржаной	1/30	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

			33,64	29,12	111,51	856,36	0,58	0,31	27,78	1,50	227,11	550,84	107,63	6,76
Пром.	Сок фруктовый 0,200 гр	1 шт	1,4	0,00	24,4	103,2	0,02	0,00	14	0,00	34	36	12	0,6
			1,40	0,00	24,40	103,20	0,02	0,00	14,00	0,00	34,00	36,00	12,00	0,60
			64,84	51,87	222,56	1711,76	0,75	4,98	57,24	2,39	649,58	965,64	180,73	12,98
16 день														
Завтрак														
1/17	Бутерброд с маслом	30/5	2,33	4,53	16,09	113,89	0,05	0,02	0,00	0,00	9	26,4	10,52	0,49
209/17	Йогурт вареное	1 шт	5,52	5,04	0,00	67,44	0,03	0,27	0,00	0,29	26,4	92,16	5,76	1,2
181/17	Каша молочная манная вязкая с маслом	200/5	6,11	10,72	32,38	251,00	0,08	3,53	1,17	0,46	133,77	118,19	20,30	0,47
376	Чай полусладкий	200	0,2	0,05	7,00	28,0	0,00	0,05	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4	0,82
Пром.	Конфета Му 40 гр	1 шт	0,50	3,60	15,60	90,00	0,01	0,00	0,0	0,00	46,70	58,70	9,50	0,45
			14,66	23,94	71,07	550,33	0,17	3,87	1,27	0,75	220,82	303,70	50,48	3,43
Обед														
2	Салат витаминный	75	1,35	3,07	6,52	59,12	0,02	0,23	4,45	0,08	37,1	23,48	12,07	0,46
101	Суп картофельный с крупной гречневой на м/к бульоне	250	9,25	8,64	20,8	232,00	0,22	26,64	6,60	0,65	193,90	213,83	20,73	2,56
297	Грудка, запеченная с сыром с горошком конс.	75/15	21,30	18,6	5,14	265,00	0,11	2,21	0,20	0,72	162,04	185,79	38,57	1,97
203/17	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,36	4,37	36,54	206,89	0,09	0,02	0,00	1,07	15,96	47,07	8,52	0,87
349	Компот из сухофруктов полусладкий	200	0,5	0,02	19,43	79,92	0,00	0,02	0,03	0,00	8,25	2,97	1,46	0,05
573/21	Хлеб Пшеничный	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
574/21	Хлеб Ржаной	1/30	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			42,07	35,37	119,04	988,61	0,49	29,12	11,28	2,52	425,05	498,04	91,85	6,39
Пром.	Сок фруктовый 0,200 гр	1 шт	1,4	0,00	24,4	103,2	0,02	0,00	14	0,00	34	36	12	0,6
			1,40	0,00	24,40	103,20	0,02	0,00	14,00	0,00	34,00	36,00	12,00	0,60
			58,13	59,31	214,51	1642,14	0,68	32,99	26,55	3,27	679,87	837,74	154,33	10,42
17 день														
Завтрак														
338/17	Фрукты свежие	150	0,60	0,45	15,45	70,50	0,03	0,00	7,50	0,15	28,50	24,00	18,00	3,45
173/17	Каша молочная гречневая вязкая	200/5	9,09	12,99	35,18	295,00	0,21	0,65	1,64	1,74	183,58	245,75	32,10	2,87
378/17	Чай полусладкий с молоком	200	1,67	1,25	7,53	48,09	0,01	0,01	2,10	0,00	76,50	48,70	8,8	0,4
3/17	Бутерброд с сыром	30/15	5,80	5,30	15,40	133,20	0,00	0,02	0,10	0,00	138	26,4	9,20	0,50
			17,16	19,99	73,56	546,79	0,25	0,68	11,34	1,89	426,28	344,85	68,10	7,25
Обед														
71/17	Помидор свежий порционно (доп. тарнир)	50	0,31	0,10	2,45	13,00	0,00	0,02	8,26	0,31	6,12	14,72	6,67	0,18
96/17	Рассольник Ленинградский с цыпл. со смет.	250/20/5	6,70	7,50	17,40	178,29	0,17	25,86	5,09	0,39	139,33	163,38	29,13	1,82
243/17	Сосиски отварные	100	9,24	13,70	1,50	168,70	0,05	0,02	0,00	0,15	172,17	113,19	16,63	0,15
211/22	Картофель запеченный из отварного	150	4,75	13,7	36,6	285,00	0,37	0,00	15,20	0,37	42,09	213,25	34,45	2,97
342/17	Компот "Плодово-ягодный" из свежих яблок	200	0,18	0,18	19,06	78,58	0,01	0,02	4,54	0,09	7,58	4,99	3,63	0,91

573/21	Хлеб Пшеничный	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
574/21	Хлеб Ржаной	1/30	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			25,49	35,85	107,62	869,25	0,65	25,92	33,09	1,31	375,09	534,43	101,01	6,51	
Пром.	Сок фруктовый 0,200 гр	1 шт	1,4	0,00	24,4	103,2	0,02	0,00	14	0,00	34	36	12	0,6	
			1,40	0,00	24,40	103,20	0,02	0,00	14,00	0,00	34,00	36,00	12,00	0,60	
			44,1	55,8	205,6	1519,2	0,9	26,6	58,4	3,2	835,4	915,3	181,1	14,4	
18 день															
Завтрак															
1/17	Бутерброд с маслом	30/5	2,33	4,53	16,09	113,89	0,05	0,02	0,00	0,00	0,00	9	26,4	10,52	0,49
173/17	Каша молочная Геркулесовая вязкая с маслом	200/5	8,01	9,75	36,60	262,70	0,24	1,28	0,20	0,81	143,47	235,90	41,10	1,72	
376	Чай полусладкий	200	0,2	0,05	7,00	28,0	0,00	0,05	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4	0,82	
Пром.	Батончик Бон-Тайм 20 гр	1 шт	0,50	3,60	15,60	108,30	0,01	0,00	0,0	0,00	46,70	0,00	9,50	0,45	
			11,04	17,93	75,29	512,89	0,30	1,35	0,30	0,81	204,12	270,55	65,52	3,48	
Обед															
24/17	Салат из св.помидоров и огурцов	75	0,7	4,50	5,55	53,0	0,04	0,00	12,75	0,17	12,7	23,30	12,10	0,54	
98/17	Суп крестьянский с крупной на м/к бульоне	250	6,90	11,1	15,70	191,00	0,04	27,79	5,8	0,00	135,87	184,5	50,17	1,9	
95/11	Зразы из говядины с овощами (зел.горошек)	75/15	10,7	18,28	8,19	274,03	0,09	0,04	2,9	0,25	107,39	182,94	29,09	1,37	
198	Пюре гороховое с маслом	150/5	16,96	6,70	37,41	262,3	0,50	0,3	0,00	1,03	94,70	213,07	31,70	4,70	
494/21	Напиток "Плодово-ягодный" из изюма полусладкий	200	0,51	0,08	19,38	80,23	0,00	0,03	0,15	0,65	8,25	10,65	4,8	0,41	
573/21	Хлеб Пшеничный	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48	
574/21	Хлеб Ржаной	1/30	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			40,05	41,33	116,84	1006,24	0,72	28,16	21,61	2,10	366,71	639,36	138,36	9,40	
Пром.	Сок фруктовый 0,200 гр	1 шт	1,4	0,00	24,4	103,2	0,02	0,00	14	0,00	34	36	12	0,6	
			1,40	0,00	24,40	103,20	0,02	0,00	14,00	0,00	34,00	36,00	12,00	0,60	
			52,49	59,26	216,53	1622,33	1,04	29,51	35,91	2,91	604,83	945,91	215,88	13,48	
19 день															
Завтрак															
338/17	Фрукты свежие	170	1,53	0,30	17,50	76,00	0,07	0,00	60	0,37	57,8	39,1	22,1	0,51	
210/17	Омлет натуральный с маслом	180/5	17,32	29,70	2,6	348,60	0,12	1,94	0,67	0,87	144,46	312,93	23,96	3,53	
378/17	Чай полусладкий с молоком	200	1,67	1,25	7,53	48,09	0,01	0,01	2,10	0,00	76,50	48,70	8,8	0,4	
576	Батон	30	2,30	0,90	15,00	81,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,6	19,5	3,9	0,60	
			22,82	32,15	42,63	553,69	0,20	1,95	62,77	1,24	285,36	420,23	58,76	5,07	
Обед															
71/17	Огурцы свежие порционно (доп. гарнир)	50	0,49	0,06	1,53	8,63	0,02	0,01	6,12	0,06	14,08	25,7	8,57	0,37	
148/04	Суп - лапша домашняя с пышками	250/20	7,89	8,40	13,96	171	0,08	28,02	0,6	0,47	120,91	90,61	16,48	0,96	
295	Котлеты куриные с соусом томатным	75/40	10,25	10,55	14,4	190,30	0,08	0,02	0,35	0,85	30,55	124,37	16,84	1,34	
510/04	Каша пшеничная вязкая	150	4,65	4,39	24,35	155,48	0,16	0,02	0,00	0,47	16,94	139,95	44,56	1,25	

648/04	Кисель из концентрата полусливочный	200	0,1	0,00	21,48	86,3	0,00	0,00	0,96	0,00	3,36	4,32	1,44	0,1
573/21	Хлеб Пшеничный	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
574/21	Хлеб Ржаной	1/30	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			27,69	24,07	106,33	757,39	0,39	28,07	8,03	1,85	193,64	409,85	98,39	4,50
Пром.	Сок фруктовый 0,200 гр	1 шт	1,4	0,00	24,4	103,2	0,02	0,00	14	0,00	34	36	12	0,6
			1,40	0,00	24,40	103,20	0,02	0,00	14,00	0,00	34,00	36,00	12,00	0,60
			51,91	56,22	173,36	1414,28	0,61	30,02	84,80	3,09	513,00	866,08	169,15	10,17
20 день														
Завтрак														
3/17	Бутерброд с сыром	30/15	5,80	5,30	15,40	133,20	0,00	0,02	0,10	0,00	138	26,4	9,20	0,50
209/17	Яйцо вареное	1 шт	5,52	5,04	0,00	67,44	0,03	0,27	0,00	0,29	26,4	92,16	5,76	1,2
173/17	Каша молочная пшениная вязкая с маслом	200/5	8,56	6,22	43,89	265,83	0,25	2,28	1,25	0,25	130,52	204,02	55,02	1,46
377/17	Чай с лимоном (полусливочный)	200/7	0,27	0,06	15,28	62,73	0,00	0,07	3,3	0,02	8,15	10,01	5,36	0,87
			20,15	16,62	74,57	529,20	0,28	2,64	4,65	0,56	302,77	332,59	75,34	4,03
Обед														
2	Салат витаминный	75	1,35	3,07	6,52	59,12	0,02	0,23	4,45	0,08	37,1	23,48	12,07	0,46
101	Суп картофельный с крупной гречневой на м/к бульоне	250	9,25	8,64	20,8	232,00	0,22	26,64	6,60	0,65	193,90	213,83	20,73	2,56
297	Грудка, запеченная с сыром с горошком конс.	75/15	21,30	18,6	5,14	265,00	0,11	2,21	0,20	0,72	162,04	185,79	38,57	1,97
203/17	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,36	4,37	36,54	206,89	0,09	0,02	0,00	1,07	15,96	47,07	8,52	0,87
349	Компот из сухофруктов полусливочный	200	0,5	0,02	19,43	79,92	0,00	0,02	0,03	0,00	8,25	2,97	1,46	0,05
573/21	Хлеб Пшеничный	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
574/21	Хлеб Ржаной	1/30	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			42,07	35,37	119,04	988,61	0,49	29,12	11,28	2,52	425,05	498,04	91,85	6,39
Пром.	Сок фруктовый 0,200 гр	1 шт	1,4	0,00	24,4	103,2	0,02	0,00	14	0,00	34	36	12	0,6
			1,40	0,00	24,40	103,20	0,02	0,00	14,00	0,00	34,00	36,00	12,00	0,60
			63,62	51,99	218,01	1621,01	0,79	31,76	29,93	3,08	761,82	866,63	179,19	11,02
21 день														
Завтрак														
338/17	Фрукты свежие	90	0,6	0,20	15,2	64,0	0,05	0,00	30,4	0,16	28,80	17	10	0,1
181/17	Каша молочная манная вязкая с маслом	200/5	6,11	10,72	32,38	251,00	0,08	3,53	1,17	0,46	133,77	118,19	20,30	0,47
465	Кофейный напиток полусливочный	200	3,02	5,22	15,9	122,65	0,04	1,41	0,83	0,06	93,98	86,76	23,07	0,31
1/17	Бутерброд с маслом	30/5	2,33	4,53	16,09	113,89	0,05	0,02	0,00	0,00	9	26,4	10,52	0,49
			12,02	20,67	79,60	551,54	0,22	4,96	32,40	0,68	265,55	248,35	63,89	1,37
Обед														
24/17	Салат из св.помидоров и огурцов	75	0,7	4,50	5,55	53,0	0,04	0,00	12,75	0,17	12,7	23,30	12,10	0,54
124/04	Шпи из св.кап с карт.с мясн фрик.со сметаной	250/20/5	8,34	9,11	9,21	182,22	0,12	27,34	6,30	0,59	156,8	163,84	24,33	1,71
229/17	Рыба, тушеная с овощами	50/50	8,24	10,72	5,18	183,00	0,09	0,46	0,00	1,07	31,50	149,60	28	0,80

520/04	Пюре картофельное	150	3,52	5,43	23,42	155,78	0,22	0,54	5,20	0,24	52,22	147,37	32,68	1,76
342/17	Компот "Плодово-ягодный" из свежих яблок	200	0,18	0,18	19,06	78,58	0,01	0,02	4,54	0,09	7,58	4,99	3,63	0,91
573/21	Хлеб Пшеничный	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
574/21	Хлеб Ржаной	1/30	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			25,26	30,61	93,03	798,26	0,53	28,36	28,79	2,16	268,60	514,00	110,84	6,20
Пром.	Сок фруктовый 0,200 гр	1 шт	1,4	0,00	24,4	103,2	0,02	0,00	14	0,00	34	36	12	0,6
Пром.	Шоколад 85 гр	1 шт	1,40	0,00	24,40	103,20	0,02	0,00	14,00	0,00	34,00	36,00	12,00	0,60
			38,68	51,28	197,03	1453,00	0,77	33,32	75,19	2,84	568,15	798,35	186,73	8,17

	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	A	C	E		Ca	P	Mg		Fe
		1170,90	1174,86	4820,82	34147,80	16,30	532,55	1168,24	58,91		15177,65	15177,65	3765,21	242,28	
		55,76	55,95	229,56	1626,09	0,78	25,36	55,63	2,81		722,75	722,75	179,30	11,54	
	ИТОГО за 21 дней														
	В среднем в день:														

Примечание:

- 1) С 1 марта заменяется на салат из овощей урожая прошлого года, в которых овощи проходят термическую обработку или используются овощи нового урожая.
- 2) Допускается изменение массы порции блюда в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 приложение 9, таблица 1
- 3) Разрешается проводить замену блюд, согласно ассортимента продукции, реализуемой в пищеблоках образовательных организаций (согласно п.8.1.5. СанПиН 2.3/2.4.3590-20)
- 4) При включении в меню яйца вареного норма выхода должна составлять не менее 1 шт яйца-40гр.