

Утверждаю  
Директор ООО «ФУДСОЦСЕРВИС»

  
Харламова Э.Р.



Согласовано  
Руководитель \_\_\_\_\_

## Примерное меню для лагерей труда и отдыха 2025

Табл. 1 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	печень
		белки	жиры	угл-ды										
ЗАВТРАК	зутерброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 с6 2017 ук
	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180/5	7,75	6,93	52,04	0,07	0,82	32,69	0,31	118,09	130,59	27,09	1,46	№174 с6 ук 2017
	Зырянки творожные с молоком	60/20	12,78	8,76	18,61	0,05	0,36	34,20	1,72	158,56	181,50	20,65	0,45	№219 с6 2017 ук
	стуженым	150/40/10	1,46	1,08	11,96	0,02	0,67	8,00	0,00	63,02	48,36	12,20	1,30	№378 с6 ук 2017
	Чай с молоком, с сахаром	120	0,48	0,48	11,76	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 с6 2017 ук
	Фрукты свежие (Яблоко)	30	2,25	0,87	15,42	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	стр 134 табл. 6 Дели Плюс 2012г
Батон высшего сорт	655	27,05	26,24	125,34	0,24	13,85	114,89	3,39	372,66	415,65	78,54	6,59		
Итого:														
ОБЕД	Помидоры свежие порционно	100	1,10	0,20	3,80	0,06	25,00	0,00	0,70	14,00	26,00	20,00	0,90	№71 с6 ук 2017
	Пи из свежей капусты с картофелем,со сметаной	250/10	6,99	6,45	18,26	0,06	15,82	10,00	2,38	58,05	55,10	23,03	0,85	№68,105 с6 2017ук
	Жаркое по - домашнему с куриной грудкой	50/200	16,83	35,21	55,77	0,15	11,60	29,10	5,02	65,33	227,87	54,37	5,25	ТТК
	Нектар плодовый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 с6 2017 ук
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	стр 144 табл. 6 Дели Плюс 2012г
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	0,055	0	0	0,55	10	32,5	7	0,55	
Итого:	890	32,92	42,86	140,41	0,43	56,01	39,10	9,53	174,48	429,07	135,10	12,01		
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	2045	59,97	69,10	265,75	0,66	69,86	153,99	12,92	547,15	844,72	213,64	18,60		



Справка														Сборник рецептур	
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вl, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са	Р	Mg	Fe		
		белки	жиры	угл-ды											Ккал
ЗАВТРАК															
Омлет с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 от 2017 г.	
Каши пшеничная молочная с маслом	180/3	6,82	5,63	45,62	261,00	0,08	0,86	25,32	0,30	123,18	136,45	28,45	1,50	№223 от 2017 г.	
Зиничный	45/5	2,30	5,28	13,17	109,05	0,05	0,05	31,16	0,73	10,25	28,92	8,36	0,49	ТР №65 от 28.04.2020	
Эквипы с маслом сливочным	190/10	0,38	0,10	10,06	42,66	0,0019	0,19	0	0	18,939	15,656	8,36	1,588	№376 от 2017 г.	
Чай с сахаром	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№38 от 2017 г.	
Фрукты свежие (Яблоки)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	стр. 154 табл. 6 Дем. Писс 2012г.	
Батон пышный сорт	623	23,56	24,48	111,57	712,31	0,23	13,10	96,48	2,40	185,37	236,23	63,77	6,96		
Итого:															
Остатки свежие	100	0,80	0,10	2,50	14,00	0,03	10,00	0,00	0,10	23,00	42,00	14,00	0,60	№71 от 2017 г.	
Расходники ленинградский с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/10	5,67	9,88	12,42	145,02	0,10	8,47	12,20	2,45	40,32	85,67	28,62	1,12	№96 от 2017 г.	
Рыба тушеная с овощами	80/40	14,03	14,62	19,04	250,33	0,04	3,05	25,66	2,06	131,26	189,75	44,32	0,75	№229 от 2017 г.	
Пюре картофельное с капустой тушеной (доп. гарнир)	200/30	4,698	7,88	43,75	284,47	0,20	29,34	0,00	0,83	66,93	127,67	43,26	1,60	№312, 139 от 2017 г.	
Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,20	0,01	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63	№388 от 2017 г.	
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	стр. 144 табл. 6 Дем. Писс 2012г.	
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	стр. 134 табл. 6 Дем. Писс 2012г.	
Итого:	1021	32,98	33,76	142,87	998,52	0,52	150,86	37,86	7,44	307,34	556,03	164,14	7,20		
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
ВСЕГО:	2144	56,54	58,24	254,45	1710,83	0,76	163,96	134,34	9,85	492,71	792,25	227,90	14,16		

День 4 - мл														Сборник рецензур
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Вl, мг	С, мг	А, мкг	Е, мг	Са	Р	Mg	Fe	
		Белки	жиры	угл-ды										
<b>ЗАВТРАК</b>														
Бутерброд с сыром с маслом	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 сб 2017 шк ТТК №Д  №223 шк 2017 сб №379 шк 2017 сб стр 134 табл. 6 Деши Плюс 2017г.
Каши "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/3	5,17	5,55	37,18	219,51	0,09	0,82	24,69	0,10	113,25	132,66	31,90	0,71	
Запеканка из творога с повидлом	75/30	13,11	11,55	31,86	280,50	0,05	0,40	68,25	0,44	114,27	157,22	19,69	0,62	
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	5,97	60,60	0,04	1,30	20,00	0,00	125,48	90,00	14,00	0,10	
Вагон высшего сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	
<b>Итого:</b>	<b>573</b>	<b>29,97</b>	<b>32,75</b>	<b>105,98</b>	<b>835,31</b>	<b>0,25</b>	<b>2,63</b>	<b>184,44</b>	<b>1,72</b>	<b>516,79</b>	<b>511,88</b>	<b>81,64</b>	<b>2,27</b>	№71 сб шк 2017
Помидоры свежие порционно	100	1,10	0,20	3,80	24,00	0,06	25,00	0,09	0,70	14,00	26,00	20,00	0,90	№113,105 шк 2017 сб
Суп - лапша домашняя на курином бульоне с мясом птицы	250/10	5,20	7,48	12,65	181,95	0,05	0,74	18,32	2,67	33,91	54,90	12,70	0,84	№143, 241 шк 2017 сб
Овоши тушеные с говяжьим фаршем	50/200	18,64	24,98	61,85	496,95	0,05	20,52	44,25	1,07	72,31	178,17	41,23	2,17	№389 сб 2017 шк
Нектар плодовый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76,32	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	стр 144 табл. 6 Деши Плюс 2017г.
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	стр 134 табл. 6 Деши Плюс 2017г.
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	
<b>Итого:</b>	<b>890</b>	<b>32,94</b>	<b>33,66</b>	<b>140,88</b>	<b>995,72</b>	<b>0,32</b>	<b>-49,85</b>	<b>62,57</b>	<b>5,87</b>	<b>157,32</b>	<b>379,17</b>	<b>111,63</b>	<b>8,92</b>	
Вода питьева ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1963</b>	<b>62,91</b>	<b>66,41</b>	<b>246,86</b>	<b>1831,03</b>	<b>0,57</b>	<b>52,48</b>	<b>247,01</b>	<b>7,59</b>	<b>674,11</b>	<b>891,05</b>	<b>193,27</b>	<b>11,20</b>	

День 5 - ый													Среднее решение	
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В <sub>1</sub> ,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	P	Mg		Fe
		Белки	жиры	Угл-ды										
ЗАВТРАК														



утерброд с маслом каша пшеничная молочная с маслом ливочным Мигет натуральный лай с молоком, с сахаром Фрукты свежие (Яблоки) хатон высший сорт	30/10 180/5 75 150/40/10 120 30	2,33 9,18 6,97 1,46 0,48 2,25	8,12 6,90 12,41 1,08 0,48 0,87	15,55 46,50 1,32 11,96 11,76 15,42	144,60 278,14 144,83 63,70 56,40 78,60	0,03 0,12 0,05 0,02 0,036 0,03	0,00 0,82 0,13 0,67 12 0,00	40,00 32,69 162,28 8,00 0 0,00	0,62 0,62 0,38 0,00 0,24 0,51	8,10 125,20 51,54 63,02 19,2 5,70	22,50 188,61 112,89 48,36 13,2 19,50	3,90 38,00 8,07 12,20 10,8 3,90	0,38 2,02 1,32 1,30 2,64 0,36	№1 с6 2017 шк №173 с6 2017 шк №210 с6 2017 шк №378 СБ шк 2017 №338 с6 2017 шк срп 134 табл. 6 Деши Плюс 2012г.
Итого:	650	23,67	29,86	102,51	766,27	0,29	13,62	242,97	2,37	272,76	405,06	76,87	8,02	
ОБЕД														
Заплет из отварной свеклы с маслом ластительным Суп картофельный с мясными фрикадельками Биточки рыбные из минтая Макаронные изделия отварные с маслом сливочным Компот из свежих яблок Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	100 250/11 100 180/5 200 50 50	1,41 4,54 12,92 6,83 0,16 3,30 3,80	6,01 8,12 13,92 4,43 0,16 0,60 0,40	8,26 16,95 15,84 38,37 27,88 19,80 24,60	92,80 135,57 219,20 220,56 114,60 99,00 117,50	0,02 0,14 0,08 0,07 0,01 0,09 0,06	6,65 12,06 0,66 0,00 0,90 0,00 0,00	2,20 9,40 20,00 0,00 0,00 0,00 0,00	2,70 1,35 5,02 0,98 0,08 0,70 0,55	35,46 32,82 71,88 14,63 14,18 14,50 10,00	40,63 100,57 185,46 46,10 4,40 75,00 32,50	20,70 34,94 41,14 10,34 5,14 23,50 7,00	1,32 1,37 1,46 1,03 0,95 1,95 0,55	№52 с6 2017 шк №97 шк 2017 с6 № 234 шк 2017 с6 №202 с6 шк 2017 №342 с6 2017 шк срп 144 табл. 6 Деши Плюс срп 154 табл. 6 Деши Плюс 2012г.
Итого:	946	32,96	33,64	151,71	999,23	0,46	20,27	31,60	11,37	193,47	484,66	142,76	8,64	
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	2096	56,63	63,50	254,22	1765,50	0,75	33,89	274,57	13,74	466,23	889,72	219,63	16,66	

День 6 -ый															
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Сборник рецептур	
		белки	жиры	угл-ды											
ЗАВТРАК	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 с6 2017 шк №182 с6 шк 2017 ТТК №656 от 28.04.2020 №382 с6 шк 2017 №338 с6 2017 шк срп 134 табл. 6 Деши Плюс 2012г.	
	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/5	6,54	6,83	42,11	255,00	0,12	1,00	35,43	0,56	138,48	205,94	31,29		0,82
	Блины с маслом сливочным	45/5	2,30	5,28	13,17	109,05	0,05	0,05	31,16	0,73	10,25	28,92	8,36		0,49
	Каша с молоком	200	4,08	3,81	7,60	78,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,92	124,56	21,34		0,45
	Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8		2,64
		30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90		0,36
	Батон высший сорт														
Итого:	625	23,98	25,39	105,61	722,25	0,33	14,64	130,99	2,66	333,65	414,62	79,59	5,14		
ОБЕД	100	1,10	0,20	3,80	24,00	0,06	25,00	0,00	0,70	14,00	26,00	20,00	0,90	№71 с6 шк 2017 №99 шк 2017 с6 №291 шк 2017 с6 №389 с6 2017 шк срп 144 табл. 6 Деши Плюс 2012г. срп 134 табл. 6 Деши Плюс 2012г.	
	Помидоры свежие порционно	250/10	5,06	10,05	19,51	187,45	0,08	10,42	10,00	2,36	43,65	55,38	21,65		0,80
	Суп из овошей на курином бульоне, со сметаной	250	18,78	22,40	54,98	493,33	0,18	8,17	35,00	0,68	45,12	236,67	67,42		2,33
	Плов из отварных куриных грудок	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2		2,52
	Нектар плодовый (разливной)	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50		1,95
	Хлеб ржаной	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00		0,55
	Хлеб пшеничный														
Итого:	890	32,94	33,65	140,87	997,60	0,48	47,18	45,00	5,17	139,87	438,14	146,77	9,05		
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
ВСЕГО:	2015	56,92	59,04	246,48	1719,85	0,81	61,82	175,99	7,83	473,51	852,76	226,36	14,19		

День 7 -ый														
Наименование Блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Ca	P	Mg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды	Ккал									
ЗАВТРАК														
Бутерброд с сыром,с маслом Каша пшеничная молочная с маслом сливочным Сырники творожные с молоком сгущенным	30/15/10 180/5 60/20	6,28 6,41 12,71	12,11 7,46 10,76	15,55 40,27 18,30	196,10 254,14 221,20	0,04 0,16 0,05	0,11 1,00 0,36	71,50 35,43 44,28	0,68 0,14 1,76	158,10 117,77 156,16	112,50 156,96 179,10	12,15 40,80 20,65	0,49 1,07 0,45	№3 с6 2017 шк №182 с6 2017 шк №210 СБ шк 2017



Тай с сахаром с лимоном	185/10/5	0,13	0,02	10,20	42,00	0,12	2,00	51,70	4,02	34,97	301,50	52,71	3,56	№37/1, СБ 2017, шк
Затон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	ср 134 табл. 6 Десяти Плюс
Итого:	550	27,77	31,22	100,74	792,04	0,40	3,46	202,91	7,11	472,70	769,55	130,21	5,92	2012г.
ОБЕД														
Джурда соленые (доп гарнир)	50	0,40	0,05	0,85	5,00	0,01	1,75		0,05	11,50	12,00	7,00	0,30	№70 СБ шк 2017
Суп гороховый с мясными фрикадельками и гречками	250/1/1/10	8,93	6,72	24,22	206,64	0,26	5,88	2,20	2,70	48,67	124,65	44,32	2,54	№119,105 шк 2017 с6
Котлета из говядины с маслом сливочным	100/3	16,87	15,56	16,49	244,78	0,08	1,20	19,03	2,90	15,81	167,71	27,94	2,60	№271 шк 2017 с6
Картофель запеченный дольками	200	5,44	11,76	42,16	304,00	0,28	29,00		9,00	28,50	141,58	53,72	1,98	№314 с6 2017 шк
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	22,03	92,80	0,02	0,73	0,00	0,51	32,18	23,44	17,46	0,67	№349 с6 шк 2017
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	ср 144 табл. 6 Десяти Плюс
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	ср 134 табл. 6 Десяти Плюс
Итого:	924	39,40	35,18	150,16	1069,72	0,79	38,56	21,23	16,41	161,15	576,88	180,93	10,58	2012г.
Вода питьевая ПЦТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	1974	67,17	66,39	250,90	1861,76	1,19	42,02	224,13	23,52	633,85	1346,43	311,14	16,50	

День 8 - ой														
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Мg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды	Ккал									
ЗАВТРАК														
Бутерброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 с6 2017 шк
Каша пшеничная молочная с маслом	180/5	8,63	7,10	28,44	202,80	0,11	0,94	37,28	0,51	127,40	175,66	34,09	1,68	№173 с6 шк 2017
сливочным	50	6,35	5,75	0,35	78,75	0,04	0,00	125,00	0,30	27,50	96,00	6,00	1,25	№209 с6 шк 2017
Яйцо отварное	200	3,17	2,68	5,97	60,60	0,04	1,30	20,00	0,00	125,48	90,00	14,00	0,10	№379 шк 2017 с6
Кофейный напиток с молоком	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 с6 2017 шк
Фрукты свежие (Яблоки)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	7,60	26,00	5,20	0,48	ср 134 табл. 6 Десяти Плюс
Батон высший сорт														2012г.
Итого:	635	23,95	25,29	102,63	711,95	0,30	14,24	222,28	2,35	315,28	423,36	73,99	6,53	
ОБЕД														
Салат из зеленого горошка к/с	100	2,98	5,19	6,25	83,60	0,11	11,00		2,41	21,45	59,95	20,80	0,68	№10 с6 2016 дошк
Суп крестьянский с пшенной крупой	250	4,48	12,92	6,99	156,25	0,04	9,88	0,00	2,30	35,88	33,58	14,18	0,58	№58 с6 2017 шк
Филе куриной грудки тушеное с овощами	50/200	20,79	18,84	75,94	544,50	0,20	12,48	41,70	1,47	75,16	168,94	45,12	4,09	ТТК
Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,12	18,10	74,60	0,01	0,90	0,00	0,16	15,08	6,40	6,34	0,96	№342 с6 2017 шк
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	ср 144 табл. 6 Десяти Плюс
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	ср 134 табл. 6 Десяти Плюс
Итого:	900	35,51	38,07	150,78	1075,45	0,50	34,25	41,70	7,58	172,07	376,37	116,94	8,81	2012г.
Вода питьевая ПЦТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	2035	59,47	63,35	253,41	1787,40	0,80	48,49	263,98	9,93	487,34	799,73	190,93	15,34	

День 9- ый														
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Мg	Fe	Сборник рецептур
		белки	жиры	угл-ды	Ккал									
ЗАВТРАК														
Бутерброд с сыром,с маслом	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 с6 2017 шк
Каша манная молочная с маслом	200/5	5,78	6,93	40,29	247,29	0,08	1,11	37,14	0,45	126,60	111,20	19,33	0,47	№181 СБ шк 2017
сливочным	45/5	2,30	5,28	13,17	109,05	0,05	0,05	31,16	0,73	10,25	28,92	8,36	0,49	ТТК №656 сг 28.04.2020
Блины с маслом сливочным	150/40/10	1,46	1,08	11,96	63,70	0,02	0,67	8,00	0,00	63,02	48,36	12,20	1,30	№378 СБ шк 2017
Чай с молоком, с сахаром	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60	ср 134 табл. 6 Десяти Плюс
Батон высший сорт														2012г.
Итого:	560	23,57	26,85	106,67	747,14	0,24	1,93	147,80	2,71	367,46	333,49	58,54	3,34	
ОБЕД														
Салат из свеклы с маслом растительным	100	1,41	6,01	8,26	92,80	0,02	6,65	0,00	2,70	35,46	40,63	20,70	1,32	№52 с6 шк 2017
Борщ из свежей капусты на курином бульоне,с маслом птицы,со сметаной	250/10/10	6,68	16,50	26,93	251,75	0,06	10,95	15,82	2,52	63,89	77,10	29,05	1,43	№62 с6 шк 2017



иточки рыбные	100	12,92	13,92	15,84	219,20	0,08	0,66	9,40	5,02	71,88	185,46	41,14	1,46	№ 234 инк 2017/ср
арофенное пюре	200	4,09	6,40	27,25	183,00	0,19	24,21	0,00	0,24	49,30	115,46	37,00	1,35	№312 с6 инк 2017
лектар плодовый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	№389 с6 2017 инк
Глеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Деян Плюс 2012г.
Глеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	срп 134 табл. 6 Деян Плюс 2012г.
Итого:	950	33,09	43,83	140,86	1039,57	0,50	46,08	25,22	11,91	257,63	538,75	165,59	10,58	
Зода питания ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	2010	56,66	70,69	247,53	1786,71	0,74	48,01	173,02	14,63	625,09	872,24	224,13	13,93	

День 10 -ый														Сборник
Наименование блюд и продуктов														рецептур
ЗАВТРАК	Масса порции	Питательные вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	
		белки	жиры	угле-ды										
Бутерброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 с6 2017 инк
Кашиа пшеница молочная с маслом сливочным	180/4	6,40	6,74	40,26	247,54	0,16	1,00	31,43	0,13	117,53	156,66	40,80	1,07	№182 с6 2017 инк
Пудинг из творога с повидлом	75/30	11,49	10,58	39,26	298,50	0,06	0,89	62,55	0,71	99,02	147,56	20,84	0,92	№222 с6 2017 инк
Какао с молоком	200	4,08	3,81	7,60	78,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,92	124,56	21,34	0,45	№382 с6 инк 2017
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№338 с6 2017 инк
Батон высшего сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Деян Плюс 2012г.
Итого:	679	27,03	30,59	129,84	904,24	0,38	15,48	158,38	2,21	401,47	483,98	101,58	5,81	
Отруби свежие	100	0,80	0,10	2,50	14,00	0,03	10,00	0,00	0,10	23,00	42,00	14,00	0,60	№71 с6 инк 2017
Расолыник ленинградский на мясном бульоне, со сметаной	250/10	3,58	15,89	19,34	236,45	0,10	8,42	10,00	2,38	37,95	62,83	25,08	0,95	№96 с6 инк 2017
Бефстроганов из отварной говядины	50/50	14,44	12,25	3,78	181,00	0,03	0,37	16,90	0,49	33,58	124,92	19,81	1,98	№245, СБ инк 2017
Макаронные изделия (спагетти)	180/5	6,83	4,43	38,37	220,56	0,07	0,00	20,00	0,98	14,63	46,10	10,34	1,03	№202 с6 инк 2017
Отварные с маслом сливочным	200	0,35	0,08	31,85	130,20	0,02	0,00	0,00	0,08	20,38	19,36	8,12	0,46	срп 144 табл. 6 Деян Плюс
Компот из изюма и яблок	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 134 табл. 6 Деян Плюс 2012г.
Хлеб ржаной	50	3,8	0,4	24,6	118	0,055	0	0	0,55	10	32,5	7	0,55	
Хлеб пшеничный	945	33,10	33,75	140,24	998,71	0,39	18,79	46,90	5,27	154,04	402,71	107,85	7,51	
ВСЕГО:	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Вода питьевая ПЭТ	2124	60,13	64,34	270,08	1902,95	0,77	34,26	205,28	7,48	555,51	886,68	209,42	13,33	
ИТОГО за 10 дней														

День 11 -ый														Сборник
Наименование блюд и продуктов														рецептур
ЗАВТРАК	Масса порции	Питательные вещества			Энергетическая ценность	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	
		белки	жиры	угле-ды										
Бутерброд с сыром,с маслом	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 с6 2017 инк
Кашиа пшеница молочная с маслом сливочным	180/4	7,37	6,17	46,49	271,54	0,12	0,82	28,69	0,61	124,96	188,31	38,00	2,02	№173 с6 2017 инк
Омлет натуральный	75	6,97	12,41	1,32	144,83	0,05	0,13	162,28	0,38	51,54	112,89	8,07	1,32	№210 с6 2017 инк
Чай с сахаром	190/10	0,38	0,10	10,06	42,66	0,00	0,19	0,00	0,00	18,94	15,66	8,36	1,59	№376,СБ 2017 инк
Батон высшего сорт	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60	срп 134 табл. 6 Деян Плюс 2012г.
Итого:	564	24,74	32,24	100,11	786,13	0,27	1,25	262,47	2,52	363,04	461,86	73,08	6,01	
Кукуруза №с (дол.гаририр)	100	2,06	2,91	9,79	73,60	0,01	4,66	14,00	0,04	9,37	49,81	0,22	0,42	№12 с6 инк 2016
Пш из свежей капусты с картофелем, с куринными фрикадельками,со сметаной	250/11/10	4,52	7,90	13,14	128,61	0,06	15,93	14,38	2,40	63,11	66,55	24,61	0,97	№88 с6 инк 2017
Шиндель куринный натуральный	100	14,54	13,60	9,04	216,25	0,04	1,02	39,80	0,22	46,02	104,10	14,42	1,12	№306 с6 инк 2016
Рис отварной с маслом сливочным	180/5	4,42	10,08	44,09	284,64	0,03	0,00	20,00	0,39	2,84	74,63	19,60	0,64	№304 с6 инк 2017
Напиток из шиповника	200	0,678	0,28	20,76	88,2	0,01	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63	№388 инк 2017 с6



Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	ср 134 табл. 6 ДСанПиС 2017г.
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	ср 134 табл. 6 ДСанПиС 2017г.
Итого:	956	33,31	35,77	141,22	1007,80	0,30	121,60	88,18	5,06	167,18	406,04	92,79	6,28	
Итого за 11 дней	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за 11 дней	2020	58,06	68,01	241,33	1793,93	0,56	122,85	350,65	7,58	530,23	867,89	165,87	12,29	

Табл. 12 - вы														Содерж. ретинол
Наименование блюд и продуктов														
ЗАВТРАК	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	
		белки	жиры	угл-ды										
Бутерброд с маслом Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным Виница с маслом сливочным Кофейный напиток с молоком Фрукты свежие (Яблоки)	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 с6 2017 ук
	180/4	7,09	7,94	40,75	262,97	0,15	0,82	28,69	0,49	127,41	200,04	60,70	1,50	№173 с6 2017 ук
	45/5	2,30	5,28	13,17	109,05	0,05	0,05	31,16	0,73	10,25	28,92	8,36	0,49	ТТК №656 с7 28.04.2020
	200	3,17	2,68	5,97	60,60	0,04	1,30	20,00	0,00	125,48	90,00	14,00	0,10	№379 ук 2017 с6
	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	№338 с6 2017 ук
Батон высшего сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	ср 134 табл. 6 ДСанПиС 2017г.
Итого:	624	23,61	25,36	102,62	712,22	0,35	14,17	119,85	2,59	296,13	374,16	101,66	5,47	
Обед	Оурын свежие	100	0,80	0,10	2,50	0,03	10,00	0,00	0,10	23,00	42,00	14,00	0,60	№71 с6 ук 2017
	Суп картофельный с клецками, с мясными фрикадельками	250/11	5,75	20,88	18,87	0,11	5,81	23,25	1,70	35,77	95,07	28,89	1,35	№108 с6 ук 2017
	Терфели из говядины(без риса) в томатном соусе	80/40	10,05	9,78	10,31	0,06	0,33	34,13	0,63	30,97	108,03	19,51	0,99	№280 с6 ук 2017
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,52	2,76	47,68	0,25	3,6	0	0,47	28,79	248,82	168,62	5,65	№171 с6 ук 2017
	Нектар плодовый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	0,00	0,00	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	ср 144 табл. 6 ДСанПиС 2017г.
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,055	0	0	0,55	10	32,5	7	0,55	ср 134 табл. 6 ДСанПиС 2017г.
Итого:	941	35,13	34,52	141,94	998,80	0,61	19,73	57,38	4,33	155,63	614,02	268,73	13,61	
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Всего:	2065	58,74	59,89	244,56	1711,02	0,96	33,90	177,23	6,92	451,76	988,18	370,39	19,09	

День 13-ый														Среднее рейтинг
Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Вл,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	
		белки	жиры	угле- ды										
ЗАВТРАК														
Бутерброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 с6 2017 ук
Суп молочный с вермишелью	200	4,38	3,80	14,36	120,00	0,07	0,66	26,40	0,30	130,40	109,50	21,34	0,52	№174 с6 ук 2017
Сырники творожные с молоком	120/20	23,92	21,47	25,23	390,40	0,09	0,51	88,56	3,53	248,92	312,39	34,50	0,86	№219 С6 ук 2017
студенным	150/40/10	1,46	1,08	11,96	63,70	0,02	0,67	8,00	0,00	63,02	48,36	12,20	1,30	№378 С5 ук 2017
Чай с молоком , с сахаром	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60	ср 134 табл. 6 ДСанПиС 2017г.
Батон высшего сорт														
Итого:	630	35,83	35,91	102,81	849,70	0,26	1,84	162,96	5,30	459,94	525,25	78,44	3,66	
ОБЕД														
Помидоры свежие порционно	100	1,10	0,20	3,80	24,00	0,06	25,00	0,00	0,70	14,00	26,00	20,00	0,90	№71 с6 ук 2017
Суп картофельный с горохом на курином бульоне с мясом птицы	250/10	7,83	15,13	38,57	294,45	0,23	6,06	5,82	2,52	48,04	104,50	37,60	2,24	№102 с6 ук 2017
Рыба запеченная с луком	100/10	14,03	13,47	4,82	196,83	0,11	2,42	44,55	4,64	40,42	171,99	44,53	0,84	ТТК
Картофельное пюре	200	4,09	6,40	27,25	183,00	0,19	24,21	0,00	0,24	49,30	115,46	37,00	1,35	№312 с6 ук 2017
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	22,03	92,80	0,02	0,73	0,00	0,51	32,18	23,44	17,46	0,67	№349 с6 ук 2017
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	ср 144 табл. 6 ДСанПиС 2017г.
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	ср 134 табл. 6 ДСанПиС 2017г.
Итого:	970	34,81	36,29	140,88	1007,58	0,75	58,42	50,37	9,86	208,43	548,89	187,09	8,50	
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Всего:	2100	70,64	72,21	243,69	1857,28	1,01	60,26	213,33	15,15	668,37	1074,14	265,53	12,15	



Зень 14 - ый															
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Средняя погрешность	
		белки	жиры	угл-ды											
ЗАВТРАК	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	№3 от 2017 инв	
	Каша рисовая молочная с маслом	180/4	4,33	5,88	37,14	219,26	0,05	1,00	31,43	0,13	110,67	117,03	25,82	0,42	№174 от инв 2017
	Зиловым	50	6,35	5,75	0,35	78,75	0,04	0,00	125,00	0,30	27,50	96,00	6,00	1,25	№209 от инв 2017
	Яйцо отварное	200	4,08	3,81	7,60	78,60	0,056	1,588	24,4	0	151,92	124,56	13,2	0,448	№382 от инв 2017
	Карто с молоком	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,036	12	0	0,24	19,2	13,6	10,8	2,64	№338 от 2017 инв
	Фрукты свежие (яблоки)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 144 таблн. 6 деци лимонс 2012г.
Батон высшего сорт	639	23,77	28,90	100,82	717,71	0,25	14,70	252,33	1,86	473,09	482,79	80,01	5,60		
Итого:															
ОБЕД	100	1,09	6,04	3,78	73,90	0,03	13,21		0,55	25,43	35,63	18,84	0,66	№24 от инв 2017	
	250/11/10	7,85	9,76	29,93	268,36	0,11	13,28	14,38	2,43	53,61	83,38	30,56	1,22	№95 от инв 2017	
	100	9,75	12,48	6,40	143,75	0,07	2,00	16,10	1,58	18,82	146,40	18,93	2,00	ТТК	
	180/5	6,83	4,43	38,37	220,56	0,07	0,00	20,00	0,98	14,63	46,10	10,34	1,03	№202 от инв 2017	
	200	0,346	0,08	17,874	74,2	0,02	0,00	0,00	0,08	19,96	19,36	8,12	0,41	№348 от инв 2017	
	Компот из яблок	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 таблн. 6 деци лимонс 2012г.
Хлеб ржаной	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	срп 134 таблн. 6 деци лимонс 2012г.	
Хлеб пшеничный	956	32,97	33,79	140,75	997,27	-0,44	28,49	50,48	6,86	156,95	438,36	117,29	7,83		
Итого:	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Вода питьевая ПЭТ	2095	56,74	62,69	241,57	1714,98	0,69	43,19	302,81	8,73	630,03	921,16	197,30	13,43		
ВСЕГО:															

День 15 -ый															
Наименование блюда и продуктов	Масса порции	Питательные вещества			Энергетическая ценность Ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe	Содерж. рецептур	
		белки	жиры	угле-ды											
ЗАВТРАК	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	М1 с6 2017 ук	
	180/4	7,09	7,94	40,75	262,97	0,15	0,82	28,69	0,49	127,41	200,04	60,70	1,50	М173 с6 2017 ук	
	60/20	12,71	10,76	18,30	221,20	0,05	0,36	44,28	1,76	156,16	179,10	20,65	0,45	М219 С5 ук 2017	
	190/10	0,38	0,10	10,06	42,66	0,00	0,19	0,00	0,00	18,94	15,66	8,36	1,59	М376,С6 2017, ук	
	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60	срп 134 табл. 6 Делит Линос 2012г.	
Батон высшего сорт	554	26,25	28,36	110,36	802,43	0,29	1,37	112,97	3,72	320,10	449,79	100,11	4,52		
Итого:															
ОБЕД	100	0,80	0,10	2,50	14,00	0,03	10,00	0,00	0,10	23,00	42,00	14,00	0,60	М71 с6 ук 2017	
	250	5,06	8,12	15,67	165,75	0,05	0,50	12,50	2,58	28,55	38,50	10,68	0,65	М113 с6 ук 2017	
	50/50	14,82	18,50	15,50	273,80	0,13	7,84	41,56		81,72	55,67	37,57	3,05	ТТК	
	180	4,38	6,45	44,02	251,64	0,03			0,34	1,64	73,13	19,60	0,63	М304 с6 ук 2017	
	180	0,90	0,00	18,18	76	0,0198	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	2,52	М389 с6 2017 ук	
	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Делит Линос 2017г.	
	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	срп 134 табл. 6 Делит Линос 2012г.	
	Хлеб пшеничный	910	33,06	34,17	140,27	998,01	0,40	21,94	54,06	4,44	172,01	329,41	119,55	9,95	
	Итого:	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Вода питьевая ПЭТ	1964	59,32	62,53	250,63	1800,44	0,69	23,30	167,03	8,16	492,11	779,20	219,66	14,47	
ВСЕГО:															

День 16 - ый		Масса порции		Пищевые вещества		Энергетическая ценность		В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Мg	Fe	Средняя рецензия
Наименование блюд и продуктов			белки	жиры	угл-ды	Ккал										
<b>ЗАВТРАК</b>																



Утёрбод с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 сд 2017 ук
Шаа кукуррузная молочная с маслом	180/3	7,50	5,48	52,01	283,80	0,07	0,82	24,69	0,29	117,61	129,99	27,09	1,45	№174 сд ук 2017
Ливочным	45/5	2,30	5,28	13,17	109,05	0,05	0,05	31,16	0,73	10,25	28,92	8,36	0,49	ТТК №656 от 28.04.2020
Линия с маслом сливочным	200	3,17	2,68	5,97	60,60	0,04	1,30	20,00	0,00	125,48	90,00	14,00	0,10	№379 ук 2017 сд
Софейный напиток с молоком	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	№338 сд 2017 ук
Друкты свежые (Яблоки)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Деян Пинос 2012г.
Яттон высший сорт	623	23,53	24,91	113,88	733,05	0,26	14,17	115,85	2,39	286,33	304,12	68,05	5,43	
Итого:														№53 сд ук 2017
Запат из отварной свеклы с зеленым орошком	100	1,65	4,12	7,29	72,90	0,05	6,86	0,00	1,88	28,33	41,61	18,39	1,31	№88 сд 2017 ук
Ша из свежей капусты, с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/10	7,43	10,84	20,34	217,52	0,07	15,87	12,20	2,45	60,42	77,94	26,57	1,02	
Быточны рыбные из минтая с маслом сливочным	100/5	12,96	11,83	15,91	223,00	0,08	0,66	29,40	5,07	73,08	186,96	41,14	1,47	№ 234 ук 2017 сд
Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,70	0,17	21,79	0,00	0,22	44,37	103,91	33,30	1,21	№312 сд ук 2017
Комлот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,01	0,90	0,00	0,08	14,18	4,40	5,14	0,95	№342 сд 2017 ук
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Деян Пинос 2012г.
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	срп 134 табл. 6 Деян Пинос 2012г.
Итого:	956	32,97	33,71	140,36	1009,22	0,51	46,08	41,60	10,95	244,88	522,33	155,04	8,46	
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	2079	56,50	58,62	254,23	1742,27	0,78	60,25	157,45	13,34	531,21	826,44	223,09	13,89	

День 17 -ый															Сборник рецептур
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	В,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe		
		белки	жиры	угл-ды											
ЗАВТРАК	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10	0,04	0,11	71,50	0,68	158,10	112,50	12,15	0,49	М3 с6 2017 шк	
	180/4	7,37	6,17	46,49	271,54	0,12	0,82	28,69	0,61	124,96	188,31	38,00	2,02	М1/73 с6 ук 2017	
	75	6,97	12,41	1,32	144,83	0,05	0,13	162,28	0,38	51,54	112,89	8,07	1,32	М2/10 с6 2017 шк	
	150/40/10	1,46	1,08	11,96	63,70	0,02	0,67	8,00	0,00	63,02	48,36	12,20	1,30	М3/78 С6 ук 2017	
	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60	стр 134 табл. 6 Дени Линос 2017г.	
Битон высший сорт	564	25,82	33,22	101,02	807,17	0,28	1,73	270,47	2,52	407,12	494,56	76,92	5,73		
Итого:														ТТК М331	
ОБЕД	Салат из фасоли с кукурузой и соевыми отрудами	100	10,92	11,72	27,10	266,83	0,45	1,05	0,00	3,47	114,75	341,32	120,20	4,93	ТТК М331
	Суп картофельный на курином бульоне, с мясом птицы	250/10	4,68	4,68	16,90	140,20	0,14	12,24	5,82	1,37	35,81	94,13	33,43	1,39	М9/7 ук 2017 с6
	Куриная грудка запеченная с овощами и сыром	120	8,28	3,41	27,00	198,90	0,04	0,07	43,00	0,37	142,90	217,30	27,50	22,07	ТТК
	Овощное рагу	200	3,46	14,72	17,06	198,89	0,12	25,02	52,00	3,92	71,92	87,00	32,52	1,18	М1/43 с6 2017 шк
	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	22,03	92,80	0,02	0,73	0,00	0,51	32,18	23,44	17,46	0,67	М3/49 с6 ук 2017
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	стр 144 табл. 6 Дени Линос 2017г.
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,055	0	0	0,55	10	32,5	7	0,55	стр 134 табл. 6 Дени Линос 2017г.
	Итого:	980	35,10	35,62	154,50	1114,12	0,90	39,10	100,82	10,89	422,06	870,69	261,61	32,74	
	Вода питьевая П3Т	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ВСЕГО:	2044	60,93	68,84	255,51	1921,29	1,18	40,83	371,29	13,40	829,18	1365,25	338,52	38,46	

[illegible]

Бульбод с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60	0,03	0,00	40,00	0,62	8,10	22,50	3,90	0,38	№1 сд 2017 инк
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/5	5,18	7,00	37,21	232,71	0,09	0,82	32,69	0,12	113,73	133,26	31,90	0,71	ТТК №7д
Пудинг творожный с повидлом	75/30	11,49	10,58	39,26	298,50	0,06	0,89	62,55	0,71	99,02	147,56	20,84	0,92	№222 сд 2017 инк
Какшо с молоком	200	4,08	3,54	7,60	78,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,92	124,56	21,34	0,45	№382 сд инк 2017
Батон высшего сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	срп 134 табл. 6 Длени Плюс 2012г.
<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>25,33</b>	<b>30,11</b>	<b>115,03</b>	<b>833,01</b>	<b>0,27</b>	<b>3,30</b>	<b>139,64</b>	<b>1,95</b>	<b>378,46</b>	<b>447,38</b>	<b>81,88</b>	<b>2,82</b>	
<b>ОБЕД</b>														
Помидоры свежие порционно	100	1,10	0,20	3,80	24,00	0,06	25,00	0,00	0,70	14,00	26,00	20,00	0,90	№71 сд инк 2017
Суп гороховый на мясном бульоне, с тренками	250/10	6,73	5,43	24,14	185,07	0,25	5,83	0,00	2,63	46,30	101,80	40,77	2,37	№119 сд 2017 инк
Плов из отварной говядины	50/200	22,16	30,49	48,64	507,40	0,08	2,31	0,00	5,25	22,04	285,70	63,75	4,13	№265 сд 2017 инк
Компот из яблок и аблок	200	0,35	0,08	31,85	130,20	0,02	0,00	0,00	0,08	20,38	19,36	8,12	0,46	ТТК
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	срп 144 табл. 6 Длени Плюс 2012г.
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	срп 134 табл. 6 Длени Плюс 2012г.
<b>Итого:</b>	<b>910</b>	<b>37,44</b>	<b>37,19</b>	<b>152,83</b>	<b>1063,17</b>	<b>0,55</b>	<b>33,14</b>	<b>0,00</b>	<b>9,91</b>	<b>127,22</b>	<b>540,36</b>	<b>163,14</b>	<b>10,35</b>	
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1970</b>	<b>62,77</b>	<b>67,30</b>	<b>267,86</b>	<b>1896,18</b>	<b>0,82</b>	<b>36,43</b>	<b>159,64</b>	<b>11,86</b>	<b>505,68</b>	<b>987,73</b>	<b>245,02</b>	<b>13,17</b>	
<b>ВСЕГО ЗА 18 ДНЕЙ</b>														
	<b>36733</b>	<b>1078,78</b>	<b>1164,11</b>	<b>4539,17</b>	<b>32358,39</b>	<b>14,56</b>	<b>1000,16</b>	<b>4094,73</b>	<b>199,55</b>	<b>10246,65</b>	<b>16971,47</b>	<b>4274,21</b>	<b>283,66</b>	
<b>В среднем на 1 учащегося в день</b>	<b>2041</b>	<b>59,93</b>	<b>64,67</b>	<b>252,18</b>	<b>1797,69</b>	<b>0,81</b>	<b>55,56</b>	<b>224,82</b>	<b>11,09</b>	<b>569,26</b>	<b>942,86</b>	<b>237,46</b>	<b>15,76</b>	