|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | | Наименование блюда | Масса блюда, г | Белки, г | Жиры, г | Угле-  воды, г | Энергетическая ценность  (Ккал) | Витамин  (мг) | | | Минеральные вещества  (мг) | | | | | | | |
| **B1** | **C** | **A** | **Ca** | | **P** | **Mg** | | **Fe** | | |
| **1 неделя** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Понедельник** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | | |  | |
| **Завтрак** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | | |  | |
| 43 | | Салат из белокочанной капусты | 60 | 0,85 | 3,05 | 5,19 | 51,54 | 14,83 | 26,80 | 0,00 | 20,97 | 14,83 | | 7,90 | | | 0,32 | |
| 304 | | Плов из мяса птицы | 210 | 23,85 | 17,45 | 35,69 | 377,00 | 0,06 | 1,01 | 48,00 | 45,10 | 199,30 | | 47,50 | | | 2,19 | |
| 943 | | Чай с сахаром | 200 | 0,04 | 0,00 | 24,76 | 94,20 | 0,01 | 1,08 | 0,00 | 6,40 | 3,6 | | 0,00 | | | 0,18 | |
| Г.Б. | | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 1,2 | 48,4 | 116,0 | 109,78 | 0,00 | 0,00 | 27,15 | 110,10 | | 29,55 | | | 2,41 | |
| 41 | | Масло сливочное (порциями) | 10 | 0,00 | 7,6 | 0,10 | 75,00 | 0,00 | 0,00 | 59,00 | 1,00 | 2,00 | | 0,00 | | | 0,00 | |
|  | | **Итого** | **530** | **28,54** | **28,55** | **114,14** | **713,74** | **124,68** | **28,89** | **107,00** | **100,62** | **329,83** | | **84,95** | | | **5,1** | |
| **Второй завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Г.Б. | | Кондитерское изделие (пряник) | 50 | 6,00 | 6,00 | 4,40 | 200,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | 0,00 | | | | 000 |
| Г.П. | | Сок фруктовый | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,60 | 110,00 | 0,04 | 9,36 | 0,00 | 56,51 | 2,40 | | 38,53 | | | | 0,80 |
|  | | **Итого** | **250** | **6,00** | **6,00** | **24,00** | **310,00** | **0,04** | **9,36** | **0,00** | **56,51** | **2,40** | | **38,53** | | | | **0,80** |
|  | | **Итого за день** | **780** | **34,54** | **34, 70** | **138,14** | **1023,71** | **124,72** | **38,25** | **107,00** | **157,13** | **332,23** | | **123,48** | | | | **5,90** |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | | | |  |
| **Вторник** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | | | |  |
| **Завтрак** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | | | |  |
| Г.Б. | | Салат из квашеной капусты | 60 | 0,7 | 0,00 | 1,8 | 7,20 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | 0,00 | | | | 0,00 |
| 436 | | Жаркое по-домашнему с курицей | 200 | 11,56 | 14,67 | 13,72 | 265,00 | 0,13 | 5,61 | 15,00 | 19,44 | 210,63 | | 41,06 | | | | 2,52 |
| 868 | | Компот из сухофруктов | 200 | 0,04 | 0,00 | 24,76 | 94,20 | 0,01 | 1,08 | 0,00 | 6,40 | 3,60 | | 0,00 | | | | 0,18 |
| Г.Б. | | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 1,40 | 24,20 | 116,0 | 54,89 | 0,00 | 0,00 | 13,57 | 55,05 | | 0,00 | | | | 0,00 |
|  | | **Итого** | **510** | **16,10** | **16,07** | **64,48** | **482,40** | **55,03** | **6,69** | **15,00** | **39,41** | **269,28** | | **41,06** | | | | **2,70** |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | | | |  |
| **Второй завтрак** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | | | |  |
| Г.Б. | | Яблоко | 200 | 2,45 | 2,45 | 9,80 | 44,0 | 0,03 | 10,00 | 0,00 | 16,00 | 0,00 | | 0,00 | | | | 2,20 |
|  | | **Итого** | **200** | **2,45** | **2,45** | **9,80** | **44,0** | **0,03** | **10,00** | **0,00** | **16,00** | **0,00** | | **0,00** | | | | **2,20** |
|  | | **Итого за день** | **815** | **20,17** | **20,16** | **80,57** | **705,40** | **55,12** | **17,83** | **40,33** | **239,04** | **427,05** | | **79,69** | | | | **4,26** |
| **Среда** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | | | |  |
| **Завтрак** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | | | |  |
| 37 | | Салат из сырых овощей с р/м | 60 | 1,44 | 3,55 | 7,43 | 55,79 | 0,04 | 12,25 | 0,00 | 10,55 | 19,73 | | 10,67 | | | | 0,50 |
| 516 | | Макаронные изделия отварные | 180 | 4,35 | 4,40 | 43,00 | 239,60 | 0,07 | 0,00 | 25,20 | 5,83 | 44,60 | | 25,34 | | | | 1,33 |
| 591 | | Гуляш из мяса говядины | 100 | 13,80 | 15,32 | 5,74 | 203,00 | 0,21 | 1,54 | 0,00 | 29,40 | 234,98 | | 31,39 | | | | 2,80 |
| 943 | | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 0,00 | | 0,00 | | | | 0,40 |
| Г.Б. | | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,2 | 116,0 | 54,89 | 0,00 | 0,00 | 13,57 | 55,05 | | 0,00 | | | | 0,00 |
|  | | **Итого** | **590** | **23,59** | **23,67** | **94,37** | **642,39** | **55,21** | **13,79** | **25,2** | **65,35** | **354,36** | | **67,40** | | | | **5,03** |
| **Второй завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Г.Б. | | Йогурт питьевой | 200 | 3,10 | 3,12 | 12,40 | 86,00 | 0,01 | 0,15 | 0,01 | 62,00 | | 46,00 | | 7,00 | | | 0,05 |
|  | | **Итого** | **200** | **3,10** | **3,12** | **12,40** | **86,00** | **0,01** | **0,15** | **0,01** | **62,00** | | **46,00** | | **7,00** | | | **0,05** |
|  | | **Итого за день** | **790** | **26,69** | **26,79** | **106,77** | **728,39** | **54,90** | **13,94** | **25,21** | **127,35** | | **400,36** | | **74,40** | | | **5,08** |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
| **Четверг** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
| **Завтрак** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
| 15 | | Салат из свежих помидоров и огурцов | 60 | 0,59 | 2,93 | 2,24 | 44,51 | 0,03 | 10,06 | 0,00 | 11,21 | | 20,77 | | 9,76 | | | 0,44 |
| 489 | | Рагу из овощей и птицы | 200 | 8,63 | 8,06 | 14,44 | 331,00 | 0,1 | 8,67 | 47,00 | 55,10 | | 169,05 | | 43,80 | | | 2,33 |
| 951 | | Кофе на молоке | 200 | 1,40 | 2,00 | 22,40 | 116,00 | 0,02 | 0,00 | 0,08 | 34,00 | | 45,00 | | 7,00 | | | 0,00 |
| Г.Б. | | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,2 | 116,0 | 54,89 | 0,00 | 0,00 | 13,57 | | 55,05 | | 0,00 | | | 0,00 |
| 42 | | Сыр порциями | 15 | 1,48 | 2,43 | 0,00 | 54,60 | 0,01 | 0,11 | 39,00 | 132,00 | | 75,00 | | 5,25 | | | 0,15 |
|  | | **Итого** | **525** | **15,90** | **15,82** | **63,28** | **662,11** | **55,04** | **18,84** | **86,08** | **245,88** | | **364,87** | | **65,81** | | | **8,92** |
| **Второй завтрак** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
| Г.Б. | | Печенье сдобное | 50 | 6,2 | 6,5 | 12,00 | 180,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | 0,00 | | 0,00 | | | 0,00 |
| 943 | | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | | 0,00 | | 0,00 | | | 0,40 |
|  | | **Итого** | **250** | **6,4** | **6,5** | **26,00** | **208,00** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **6,00** | | **0,00** | | **0,00** | | | **0,40** |
|  | | **Итого за день** | **825** | **22,3** | **22,32** | **89,28** | **870,11** | **55,04** | **18,84** | **86,08** | **251,88** | | **364,87** | | **65,81** | | | **9,32** |
| **Пятница** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
| **Завтрак** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
| 511 | | Рис отварной | 200 | 3,00 | 7,85 | 22,35 | 224,6 | 0,03 | 0,00 | 0,05 | 6,84 | | 30,0 | | 36,04 | | | 0,66 |
| 486 | | Рыба(минтай) тушеная в томатном соусе с овощами | 150 | 8,14 | 5,03 | 9,02 | 146,2 | 0,15 | 4,05 | 0,28 | 76,20 | | 263,00 | | 35,40 | | | 0,85 |
| 40 | | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/8 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 120,00 | 0,01 | 3,67 | 0,01 | 8,00 | | 4,00 | | 3,00 | | | 0,40 |
|  | | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,20 | 116,0 | 54,89 | 0,00 | 0,00 | 13,57 | | 55,05 | | 0,00 | | | 0,00 |
| 42 | | Сыр порциями | 15 | 2,48 | 4,43 | 0,00 | 54,60 | 0,01 | 0,11 | 39,00 | 132,00 | | 75,00 | | 5,25 | | | 0,15 |
|  | **Итого за день** | | **615** | **17,72** | **17,71** | **70,77** | **661,40** | **55,09** | **7,83** | **40,33** | **223,04** | | **427,05** | | **79,69** | | | **2,06** |
| Г.Б. | | Печенье с сахаром | 50 | 8,5 | 8,72 | 20,90 | 186,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | 0,00 | | 0,00 | | | 0,00 |
| 943 | | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | | 0,00 | | 0,00 | | | 0,40 |
|  | | **Итого** | **250** | **8,7** | **8,72** | **34,9** | **214,00** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **6,00** | | **0,00** | | **0,00** | | | **0,40** |
|  | | **Итого за день** |  | **24,8** | **24,79** | **99,38** | **696,40** | **55,03** | **6,69** | **15,00** | **45,41** | | **269,28** | | **41,06** | | | **3,10** |
|  | | **Итого за неделю** |  | **128,50** | **128,76** | **514,14** | **4024,01** | **344,81** | **95,55** | **439,42** | **820,81** | | **1793,79** | | **384,44** | | | **27,66** |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | | |  |
| **2 неделя** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Понедельник** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | | |  | |
| **Завтрак** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | | |  | |
| 15 | | Салат из свежих помидоров и огурцов | 60 | 0,59 | 2,93 | 2,24 | 44,51 | 0,03 | 10,06 | 0,00 | 11,21 | | 20,77 | 9,76 | | | 0,44 | |
| 679 | | Каша рассыпчатая гречневая | 150 | 7,46 | 5,61 | 35,84 | 230,45 | 0,18 | 0,00 | 0,02 | 12,98 | | 208,5 | 67,50 | | | 3,95 | |
| 463 | | Тефтели п/ф (говядина) | 100 | 15,68 | 14,84 | 26,32 | 197,25 | 0,07 | 1,13 | 51,00 | 57,80 | | 141,40 | 28,40 | | | 1,27 | |
| 43 | | Томатный соус | 50 | 0,49 | 3,60 | 4,10 | 51,45 | 0,10 | 0,60 | 0,00 | 0,10 | | 0,00 | 0,00 | | | 0,20 | |
| Г.Б. | | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 1,40 | 24,20 | 116,0 | 54,89 | 0,00 | 0,00 | 13,57 | | 55,05 | 0,00 | | | 0,00 | |
| Г.П. | | Сок фруктовый | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,60 | 110,00 | 0,04 | 9,36 | 0,00 | 56,51 | | 2,40 | 38,53 | | | 0,80 | |
|  | | **Итого** | **610** | **28,02** | **28,14** | **112,30** | **749,67** | **55,31** | **21,15** | **51,02** | **152,17** | | **428,17** | **144,19** | | | **6,66** | |
| **Второй завтрак** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | | |  | |
| Г.Б. | | Кондитерское изделие (печенье затяжное) | 50 | 19,60 | 20,00 | 66,00 | 150,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | 0,00 | 0,00 | | | 0,00 | |
| 943 | | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | | 0,00 | 0,00 | | | 0,40 | |
|  | | **Итого** | **250** | **19,80** | **20,00** | **80,00** | **178,00** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **6,00** | | **0,00** | **0,00** | | | **0,40** | |
|  | | **Итого за день** | **760** | **47,82** | **48,14** | **192,30** | **927,67** | **55,31** | **21,15** | **51,02** | **158,17** | | **428,17** | **144,19** | | | **7,06** | |
| **Вторник** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | | |  | |
| **Завтрак** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | | |  | |
| 34 | | Салат из картофеля с зеленым горошком | 60 | 1,00 | 2,51 | 4,91 | 46,26 | 0,03 | 5,88 | 0,00 | 16,76 | | 25,18 | 9,76 | | | 0,79 | |
| 81 | | Борщ с мясом птицы и сметаной | 200 | 8,30 | 8,28 | 13,80 | 164,37 | 0,04 | 8,23 | 0,00 | 35,50 | | 42,58 | 21,00 | | | 0,95 | |
| 868 | | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,04 | 0,00 | 24,76 | 94,20 | 0,01 | 1,08 | 0,00 | 6,40 | | 3,60 | 0,00 | | | 0,18 | |
| Г.Б. | | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 1,40 | 24,20 | 116,0 | 54,89 | 0,00 | 0,00 | 13,57 | | 55,05 | 0,00 | | | 0,00 | |
| 42 | | Сыр порциями | 15 | 1,48 | 2,43 | 0,00 | 54,60 | 0,01 | 0,11 | 39,00 | 132,00 | | 75,00 | 5,25 | | | 0,15 | |
|  | | **Итого** | **525** | **16,62** | **16,52** | **66,77** | **475,43** | **54,97** | **15,3** | **39,00** | **204,23** | | **201,41** | **36,01** | | | **2,07** | |
| **Второй завтрак** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | | |  | |
| 424 | | Булочка сдобная | 60 | 5,90 | 6,00 | 10,00 | 150,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | 0,00 | 0,00 | | | 0,00 | |
| 943 | | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | | 0,00 | 0,00 | | | 0,40 | |
|  | | **Итого** | **260** | **6,10** | **6,00** | **24,00** | **178,00** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **6,00** | | **0,00** | **0,00** | | | **0,40** | |
|  | | **Итого за день** | **775** | **22,71** | **22,52** | **90,77** | **653,43** | **54,97** | **15,30** | **39,00** | **210,23** | | **201,41** | **36,01** | | | **2,47** | |
| **Среда** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | | |  | |
| **Завтрак** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | | |  | |
| 168 | | Каша вязкая с маслом и сахаром молочная (манная) | 210 | 6,52 | 4,07 | 27,70 | 197,00 | 0,03 | 0,00 | 20,00 | 8,60 | | 29,40 | 5,90 | | | 0,36 | |
| 959 | | Какао с молоком | 200 | 5,52 | 3,72 | 15,49 | 145,20 | 0,04 | 1,30 | 0,01 | 122,00 | | 90,00 | 14,00 | | | 0,56 | |
| 41 | | Масло сливочное порциями | 10 | 0,00 | 8,20 | 0,10 | 75,00 | 0,00 | 0,00 | 59,00 | 1,00 | | 2,00 | 0,00 | | | 0,00 | |
| Г.Б. | | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 14,20 | 116,0 | 54,89 | 0,00 | 0,00 | 13,57 | | 55,05 | 0,00 | | | 0,00 | |
| 368 | | Яблоко | 100 | 0,65 | 0,40 | 9,80 | 44,00 | 0,02 | 10,00 | 0,00 | 16,00 | | 0,00 | 0,00 | | | 2,20 | |
|  | | **Итого** | **570** | **16,49** | **16,79** | **67,29** | **577,00** | **54,98** | **11,30** | **79,01** | **161,17** | | **176,45** | **19,90** | | | **3,12** | |
| **Второй завтрак** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | | |  | |
| Г.Б. | | Печенье с сахаром | 50 | 8,5 | 8,72 | 20,90 | 186,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | 0,00 | 0,00 | | | 0,00 | |
| 943 | | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | | 0,00 | 0,00 | | | 0,40 | |
|  | | **Итого** | **250** | **8,7** | **8,72** | **34,90** | **214,00** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **6,00** | | **0,00** | **0,00** | | | **0,40** | |
|  | | **Итого за день** | **820** | **25,19** | **25,51** | **102,19** | **791,00** | **54,98** | **11,30** | **79,01** | **167,17** | | **176,45** | **19,90** | | | **3,52** | |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | | |  | |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | | |  | |
| **Четверг** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | | |  | |
| **Завтрак** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | | |  | |
| 12 | | Салат из кукурузы консервированной | 60 | 1,73 | 3,71 | 4,82 | 59,58 | 0,06 | 5,58 | 0,00 | 11,20 | | 3,47 | 11,72 | | | 0,40 | |
| 516 | | Макаронные изделия отварные | 180 | 3,62 | 5,42 | 36,73 | 202,14 | 0,07 | 0,00 | 25,20 | 5,83 | | 44,60 | 25,34 | | | 1,33 | |
| 301 | | Птица тушеная с соусом сметанным | 100 | 18,45 | 18,23 | 7,50 | 276,25 | 0,06 | 0,03 | 53,75 | 68,13 | | 166,13 | 25,38 | | | 2,03 | |
| 943 | | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | | 0,00 | 0,00 | | | 0,40 | |
| Г.Б. | | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 14,20 | 116,0 | 54,89 | 0,00 | 0,00 | 13,57 | | 55,05 | 0,00 | | | 0,00 | |
|  | | **Итого** | **590** | **27,80** | **27,81** | **111,25** | **681,97** | **55,08** | **5,61** | **78,95** | **104,73** | | **269,25** | **62,44** | | | **4,16** | |
| **Второй завтрак** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | | |  | |
| Г.Б. | | Йогурт питьевой | 200 | 3,10 | 3,12 | 12,40 | 86,00 | 0,01 | 0,15 | 0,01 | 62,00 | | 46,00 | 7,00 | | | 0,05 | |
|  | | **Итого** | **200** | **3,10** | **3,12** | **12,40** | **86,00** | **0,01** | **0,15** | **0,01** | **62,00** | | **46,00** | **7,00** | | | **0,05** | |
|  | | **Итого за день** | **790** | **31,10** | **30,93** | **123,65** | **767,97** | **55,09** | **5,79** | **79,00** | **166,73** | | **315,25** | **69,44** | | | **4,21** | |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | | |  | |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | | |  | |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | | |  | |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | | |  | |
| **Пятница** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | | |  | |
| **Завтрак** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | | |  | |
| 520 | | Картофельное пюре | 200 | 4,02 | 5,00 | 29,00 | 252,00 | 0,18 | 24,22 | 34,00 | 49,30 | | 115,46 | 37,00 | | | 1,34 | |
| 608 | | Котлета п/ф (говядина) | 100 | 13,55 | 8,55 | 15,70 | 128,75 | 0,10 | 0,15 | 28,75 | 43,75 | | 166,38 | 32,13 | | | 1,50 | |
| 587 | | Томатный соус | 50 | 0,49 | 3,60 | 4,10 | 51,45 | 0,10 | 0,60 | 0,00 | 0,10 | | 0,00 | 0,00 | | | 0,20 | |
| Г.Б. | | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 14,20 | 116,0 | 54,89 | 0,00 | 0,00 | 13,57 | | 55,05 | 0,00 | | | 0,00 | |
| 41 | | Масло сливочное (порциями) | 10 | 0,00 | 8,20 | 0,10 | 75,00 | 0,00 | 0,00 | 59,00 | 1,00 | | 2,00 | 0,00 | | | 0,00 | |
| 377 | | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/8 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 120,00 | 0,01 | 3,67 | 0,01 | 8,00 | | 4,00 | 3,00 | | | 0,40 | |
|  | | **Итого** | **610** | **22,16** | **22,05** | **88,30** | **743,20** | **55,28** | **28,64** | **38,42** | **116,22** | | **343,89** | **72,13** | | | **3,44** | |
| **Второй завтрак** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | | |  | |
| Г.Б. | | Яблоко | 200 | 2,45 | 2,45 | 9,80 | 44,0 | 0,03 | 10,00 | 0,00 | 16,00 | | 0,00 | 0,00 | | | 2,20 | |
|  | | **Итого** | **200** | **2,45** | **2,45** | **9,80** | **44,0** | **0,03** | **10,00** | **0,00** | **16,00** | | **0,00** | **0,00** | | | **2,20** | |
|  | | **Итого за день** | **810** | **24,61** | **24,50** | **98,10** | **787,20** | **55,31** | **38,64** | **38,42** | **132,22** | | **343,89** | **72,13** | | | **5,64** | |
|  | | **Итого за неделю** |  | **151,43** | **151,60** | **607,01** | **3927,27** | **275,66** | **92,15** | **286, 45** | **834,52** | | **1455,89** | **498, 22** | | | **39,28** | |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | | |  | |

Примерное десятидневное меню составлено по « Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» под редакцией Лапшиной В.Т.; «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений» под редакцией Могильного М.П. и Тутельяна В.А.

Питание организовано с учетом времени пребывания детей в школе, соответствует СанПиН 2.4.5.2409-08 раздел 6

С учетом финансовой возможности приготовления горячего питания.