Школа
 СОШ с. Полековское
 Утвердил: должность
 руководатель филмала

 Типовое примерное меню приготавливаемых блюд
 фамилия
 Суханова и

 Возрастная категория
 12-17 лет
 дате

воэрастная категория В правития в пратития в правития				12-17 лет		дата	2024-2025 день меряц мос				
еде кп	День недел и	Прием	Раздел меню	Блюда	Вес блюда. г	Белки	Жиры	N 10 U	Калорийн ость	Ия рецептуры	Цена
1 1	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша молочная из риса и пшена	250	16,6	10,1	30,8	230,1	8	
				Чай с сахаром	200	2.24	3.4	15.0	100.6	18	
			гор.напиток	наи с сахаром Бутерброд с маслом	40/10	2,24 6,44	2,1 17,5	15,9 39,56	225	14	
		1 3	хлеб фрукты	Буторород с маском	40/10	V,74	11,0	08,00	220	- 13	
			фрукты								
			итого		450	25,28	29,7	86,26	555,7		0
1 1	1	Обед	закуска	Салат из моркови	60	0,85	3,05	5,02	52,44	76	
			1 блюдо	Суп из овощей с бобовыми м/к бульон	200	9,27	8,64	14,6	173,96	102	
			2 блюдо	Котпета мясная говяжья	90	18.80	14.107	12.500	191	268	
			гарнир	Каша рассыпчатая гречневая	160	6.6	7,2	41.20	227,3	171	
			напиток	Компот из сухофруктов /витаминиз/ Хлеб пшеничный	200 45	0.6 2,3	0.9	16,5	128	349 ПР	
			хлеб бел. хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный Хлеб ржано-пшеничный	35	2,64	0,48	15.8 13,36	78,48 69.6	ПР	
			мео чери.	70,00 pageto-till etti telin	- 55	2,04	0,40	10,00	09,0	111	
			итого		790	22,26	34,377	65,28	920,78		0
	1	Итого	за день:		1240	47.54	64,077	151,54	1476,48		0
	2	Завтрак	гор.блюдо	опадыя со сметаной	260/20	35 ,90	29,51	67.7	423.80	219	
				Holi a coverno	200	224	2 400	45.0	400.0	40	
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	2,24	2.100	15,9	100,6	16	
			хлеб фрукты				-			-	
			ψργειοι					-			
			итого		200	2,24	29,51	83,6	100,6		0
	2	Обед	закуска	Салат из свеклы и зел горошком т\о	60	0,1	2,51	4 49	46,26	53	
1		0.5500	5000 M	Борщ на мясном бульоне с капустой и картофепем со	200	1,81	4,91	125,25	102,5	82 •	
	1		1 блюдо	сметаной	- 00	47.05	44.50	4.7	224	200	
			2 блюдо	Птица запеченная Макаронные изделия отварные	90 150	17.85	14,58	4.7	221 155	293 202-203	
			гарнир	Компот из смеси сухофруктов витаминиз/	200	5.8	0.00	16,5	128	349	
			напиток хлеб бел.	Хлеб пшеничный	45	2 300	0.9	15.80	78.48	ΠP	
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	35	2.64	0.48	13,36	69.60	ПР	_
			итого		780	28,6	22,98	190,81	652,76		0
1	2	The second second	за день:	Vanada and and and and and and and and an	980	30,84	52,49	274,41	753,36	0.7	0
1	3	Завтрак	гор.5людо	Каша молочная манная	250	21,8	18,08	19,84	298,7	27	
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0	0	10	38	16	
			хлеб	Бутерброд с маслом	49/10	6.44	17,5	39,56	225	32	
			фрукты								
		į.									
											distribution of the
			итого		450	28,24	35,58	69,4	561,7		0
	3	Обед	закуска	Салет из припущенной моркови с раст.маслом	60	0,2	2	3,07	35.6	14	
			1 блюдо	Сул картофельный с крупой (пшено) на м/к	200	2,18	2,84	14,29	91,5	101	
			2 блюдо	Картофель тушенный с пуком Котлета рыбная	150 90	3,2	5.2	22,89	151,36	145	
			гарнир напиток	Компот из смеси сухофруктов/ витаминиз/	200	11,5	8.8	12 16.50	102 128.00	234 349	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	45	2.3	0,9	15.80	78.48	ПР	
			хлеб черн.	Хлеб ржанс-пшеничный	35	2,64	0.48	13,36	69 60	ПР	
				Name (1997)				2000			
			итого		780	22,62	20,22	65,61	344,86		0
1	3	-	за день:		1230	50,86	55,8	135,01	906,56		0
1 4	4	Завтрак	гор.блюдо	Оладьи со сметаной	270/30	10,7	11,3	45,9	301,7	76	
			FR. 1	liaŭ e covanou	200	-	_	10	- 00	- 10	
			гор.напиток хлеб	Чай с сахаром	200	0	0	10	38	16	
			фрукты			-			-		
			Ablyton				—	_			_
			итого		200	10,7	11,3	65,9	339,7		0
1 4	4	Обед	закуска	Икра кабачковая т/с	60	1.25	5,48	8,7	89,08	73	
		0.000	1 блюдо	Суп вермишелевый на курином бульоне	200	фев.21	5,06	11,92	120,25	113-114	
			2 блюдо	Жаркое по домашнему	150/90	27,53	7,47	21,95	265	259	
		1	гарнир								
			напиток	чай с сахаром	200	0,6	0	16,5	128	349	
		1	хлеб бел.	Хлеб пшеничный	45	фев.30	0.90	15.80	78,48	ΠP	
			хлеб черн.	Хлеб ржа нс-яшеничный	35	2,64	0.48	13,36	69,6	ПР	
	I	1									

			итого		540	55250,02	18,49	72,43	750,41		0
1	4	Итого	за день:		740	55260,72	29,79	138,33	1090,11		0
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша молочная пшеничная	235	22,9	24,6	25,1	312,1	37	
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,1	0	10,2	42,3	16	
			хлеб	Бутерброд с маслом	40/10	3.900	0,46	22,6	278	14	
			фрукты								
			итого		435	23	25,06	57,9	632,4		0
1	5	Обед	закуска	Салат из свеклы и зел.горошком т\о	60/10	0.90	3,05	5,02	54,7	53	
			1 блюдо	Суп картофельный с бобовыми на м\к бульоне	1/250/10	1.750	4,89	8,49	84,78	87	
			2 блюдо	Рыба тушенная с овощами	90	13.85	7,85	6,53	150	229	
			гарнир	Каша рассыпчатая, перловая	150	3,54	2,9	21,14	122,4	302-171	
			напиток	Компот из сухофруктов витаминиз/	200	0.60	0	16,5	128	343	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	45	2,3	0.90	15,8	78,48	ПР	
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,64	0.43	13.36	69,6	ПР	
					500	0.40	40.00	70.40	007.00		
			итого		520	8,48	18,69	73,48	687,96		0
1	5		за день:	1/	955	31,48	43,75	131,38	1320,36	07	0
2	6	Завтрак	гор.блюдо	Каша молочная манная с маслом	250	5,1	10,25	38	277,5	27	
1				11-8	000	0.1		40.0	40.0	0.40	
1			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,1	0	10,2	42,3	943	
1			хлеб	Бутерброд с маслом	40/10	11,64	28,7	47,15	593	878/41	
1			фрукты								
1											
1					450	40.04	20.05	05.05	040.0		0
<u> </u>	_	06:	итого	Mypa us vafauvan T/s	450	16,84	38,95	95,35	912,8	70	0
2	6	Обед	закуска	Икра из кабачков т/о	60	1,75	5,89	8,7	89,09	73	
1			1 блюдо	Борщ из свежей капусты со сметаной	250/10	5.490	5,28	16,33	134,75	187 4	
1			2 блюдо	плов из мяса птицы	250	25,38	янв.00	44,61	471,25	4	
			гарнир	Very and the state of the state	200	0,6	0	10 F0	400.00	868	
			напиток	Компот из смеси сухофруктов/ витаминизац Хлеб пшеничный	45	2.300	0,9	16.50 15,8	128.00 78,48	ПР	
			хлеб бел.	Хлеб ржано-пшеничный	35	2.640	0.48	13,36	69.6	ПР	
			хлеб черн.	жано-пшеничный	33	2.040	0.46	13,30	09,0	HF	
					590	27,73	33,32	98,8	843,17		0
2	6	Итого	итого за день:		1040	44,57	72,27	194,15	1755,97		0
2	7	Завтрак	гор.блюдо	Каша молочная геркулес	240	7,9	7,9	36,2	240,8	37	Ū
	′	Завтрак	тор.олюдо	паша моло тал горкулес	240	7,0	7,0	00,2	240,0	- 01	
				U-X				45.0	400.0	40	
			TOD HARMTON	I Han C Caxadom	200	2 24	2 100	15.9	100 6	16	
			гор.напиток	Чай с сахаром Бутерброд с маслом	200 40\10	2,24 11.64	2.100	15,9 47.15	100,6 593	16 14	
			хлеб	чаи с сахаром Бутерброд с маслом	200 40\10	2,24 11,64	2.100	15,9 47,15	593	16	
				· ·							
			хлеб	· ·							
			хлеб фрукты	· ·							0
2	7	Обед	хлеб фрукты итого	· ·	40\10	11,64	28,7	47,15	593		0
2	7	Обед	хлеб фрукты	Бутерброд с маслом	40\10	21,78	28,7 36,6	47,15 99,25	593 934,4	14	0
2	7	Обед	хлеб фрукты <i>итого</i> закуска 1 блюдо	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о	40\10 440 60	21,78 0,9	28,7 36,6 3,05	99,25 5,02	934,4 54,7	53	0
2	7	Обед	хлеб фрукты <i>итого</i> закуска	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне	40\10 440 60 250/25	21,78 0,9 3,3	36,6 3,05 6,8	99,25 5,02 22,6	934,4 54,7 113,3	14 53 96	0
2	7	Обед	хлеб фрукты <i>итого</i> закуска 1 блюдо 2 блюдо	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне	440 60 250/25 200	21,78 0,9 3,3 27.53	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47	99,25 5,02 22,6 21,95	934,4 54,7 113,3 265	53 96 143	0
2	7	Обед	хлеб фрукты <i>итого</i> закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему	440 60 250/25 200 45	21,78 0,9 3,3 27.53 0,6 2,3	36,6 3,05 6,8 7,47	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 15.80	934,4 54,7 113,3 265 128 78.48	53 96 143 349	0
2	7	Обед	хлеб фрукты итого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир	440 60 250/25 200	21,78 0,9 3,3 27.53	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47	99,25 5,02 22,6 21,95	934,4 54,7 113,3 265	53 96 143	0
2	7	Обед	хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел.	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный	440 60 250/25 200 45	21,78 0,9 3,3 27.53 0,6 2,3	36,6 3,05 6,8 7,47	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 15.80	934,4 54,7 113,3 265 128 78.48	53 96 143 349	0
2	7	Обед	хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел.	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный	440 60 250/25 200 45 35	21,78 0,9 3,3 27.53 0,6 2,3 2,64	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47 0 0,9 0,48	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 13,36	934,4 54,7 113,3 265 128 78,48 69,60	53 96 143 349	
			хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб черн.	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный	40\10 440 60 250/25 200 45 35	21,78 0,9 3,3 27.53 0,6 2,3 2,64	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47 0 0,9 0,48	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 15.80 13,36	934,4 54,7 113,3 265 128 78.48 69.60	53 96 143 349	0
2	7	Итого	хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. штого за день:	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный	40\10 440 60 250/25 200 45 35 540 980	21,78 0,9 3,3 27.53 0,6 2,3 2,64	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47 0 0,9 0,48 18,7 55,3	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 15.80 13,36	934,4 54,7 113,3 265 128 78,48 69,60	53 96 143 349 ПР	
			хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб черн.	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный	40\10 440 60 250/25 200 45 35	21,78 0,9 3,3 27.53 0,6 2,3 2,64	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47 0 0,9 0,48	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 15.80 13,36	934,4 54,7 113,3 265 128 78.48 69.60	53 96 143 349	0
2	7	Итого	хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. штого за день: гор.блюдо	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный	440 60 250/25 200 45 35 540 980 250	21,78 0,9 3,3 27.53 0,6 2,3 2,64 9,74 31,52 16,6	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47 0 0,9 0,48 18,7 55,3 10,1	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 13,36 62,93 162,18 30,8	934,4 54,7 113,3 265 128 78,48 69,60 561 1495,4 230,1	14 53 96 143 349 ПР ПР	0
2	7	Итого	хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. штого за день: гор.блюдо	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Каша молочная из риса и пшена	40\10 440 60 250/25 200 200 45 35 540 980 250 200	21,78 0,9 3,3 27.53 0,6 2,3 2,64 9,74 31,52 16,6	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47 0 0,9 0,48 18,7 55,3 10,1	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 15.80 13,36 62,93 162,18 30,8	934,4 54,7 113,3 265 78,48 69,60 561 1495,4 230,1	14 53 96 143 349 ПР ПР	0
2	7	Итого	хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. штого за день: гор.блюдо	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный	440 60 250/25 200 45 35 540 980 250	21,78 0,9 3,3 27.53 0,6 2,3 2,64 9,74 31,52 16,6	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47 0 0,9 0,48 18,7 55,3 10,1	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 13,36 62,93 162,18 30,8	934,4 54,7 113,3 265 128 78,48 69,60 561 1495,4 230,1	14 53 96 143 349 ПР ПР	0
2	7	Итого	хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. штого за день: гор.блюдо	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Каша молочная из риса и пшена	40\10 440 60 250/25 200 200 45 35 540 980 250 200	21,78 0,9 3,3 27.53 0,6 2,3 2,64 9,74 31,52 16,6	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47 0 0,9 0,48 18,7 55,3 10,1	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 15.80 13,36 62,93 162,18 30,8	934,4 54,7 113,3 265 78,48 69,60 561 1495,4 230,1	14 53 96 143 349 ПР ПР	0
2	7	Итого	хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. штого за день: гор.блюдо	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Каша молочная из риса и пшена	40\10 440 60 250/25 200 200 45 35 540 980 250 200	21,78 0,9 3,3 27.53 0,6 2,3 2,64 9,74 31,52 16,6	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47 0 0,9 0,48 18,7 55,3 10,1	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 15.80 13,36 62,93 162,18 30,8	934,4 54,7 113,3 265 78,48 69,60 561 1495,4 230,1	14 53 96 143 349 ПР ПР	0
2	7	Итого	хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. штого за день: гор.блюдо	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Каша молочная из риса и пшена	40\10 440 60 250/25 200 45 35 540 980 250 200 40/10	21,78 0,9 3,3 27.53 0,6 2,3 2,64 9,74 31,52 16,6 2,24 6,44	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47 0 0,9 0,48 18,7 55,3 10,1 2,1 17,5	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 15.80 13,36 62,93 162,18 30,8 15,9 39,56	934,4 54,7 113,3 265 128 78,48 69,60 561 1495,4 230,1 100,6 225	14 53 96 143 349 ПР ПР	0
2 2	7 8	Итого Завтрак	хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. штого за день: гор.блюдо фрукты штого	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Каша молочная из риса и пшена Чай с сахаром Бутерброд с маслом	440 60 250/25 200 45 35 540 980 250 200 40/10	21,78 0,9 3,3 27.53 0,6 2,3 2,64 9,74 31,52 16,6 2,24 6,44	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47 0 0,9 0,48 18,7 55,3 10,1 17,5	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 15.80 13,36 62,93 162,18 30,8 15,9 39,56	934,4 54,7 113,3 265 128 78,48 69,60 561 1495,4 230,1 100,6 225	53 96 143 349 ПР ПР	0
2	7	Итого	хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. штого за день: гор.блюдо гор.напиток хлеб фрукты штого закуска	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Каша молочная из риса и пшена Чай с сахаром Бутерброд с маслом Салат из моркови	440 60 250/25 200 45 35 540 980 250 200 40/10	21,78 0,9 3,3 27.53 0,6 2,3 2,64 9,74 31,52 16,6 2,24 6,44	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47 0 0,9 0,48 18,7 55,3 10,1 17,5	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 15.80 13,36 62,93 162,18 30,8 15,9 39,56	934,4 54,7 113,3 265 128 78,48 69,60 561 1495,4 230,1 100,6 225 555,7 46,26	14 53 96 143 349 ПР ПР ПР	0
2 2	7 8	Итого Завтрак	хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. штого за день: гор.блюдо гор.напиток хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Каша молочная из риса и пшена Чай с сахаром Бутерброд с маслом Салат из моркови Суп с бобовыми на мясном бульоне	440 60 250/25 200 45 35 540 980 250 200 40/10	21,78 0,9 3,3 27.53 0,6 2,3 2,64 9,74 31,52 16,6 2,24 6,44 25,28 0,4 5,49	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47 0 0,9 0,48 18,7 55,3 10,1 17,5 29,7 2,51 5,280	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 15.80 13,36 62,93 162,18 30,8 15,9 39,56 86,26 4,49 16.33	593 934,4 54,7 113,3 265 128 78.48 69.60 561 1495,4 230,1 100,6 225 555,7 46,26 134,75	14 53 96 143 349 ПР ПР 16 16 17 16 102	0
2 2	7 8	Итого Завтрак	хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. штого за день: гор.блюдо гор.напиток хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Каша молочная из риса и пшена Чай с сахаром Бутерброд с маслом Салат из моркови Суп с бобовыми на мясном бульоне Рыба тушенная с овощами	440\10 440 60 250/25 200 45 35 540 980 250 200 40/10 450 60 200 90	21,78 0,9 3,3 27,53 0,6 2,3 2,64 9,74 31,52 16,6 2,24 6,44 25,28 0,4 5,49 13.85	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47 0 0,9 0,48 18,7 55,3 10,1 17,5 29,7 2,51 5,280 7,85	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 13,36 62,93 162,18 30,8 15,9 39,56 86,26 4,49 16.33 6,53	593 934,4 54,7 113,3 265 128 78,48 69,60 561 1495,4 230,1 100,6 225 555,7 46,26 134,75 150	14 53 96 143 349 ПР ПР 16 16 14 76 102 229	0
2 2	7 8	Итого Завтрак	хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. штого за день: гор.блюдо гор.напиток хлеб фрукты штого за день: гор.блюдо гор.напиток хлеб фрукты	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Каша молочная из риса и пшена Чай с сахаром Бутерброд с маслом Салат из моркови Сул с бобовыми на мясном бульоне Рыба тушенная с овощами Каша перловая рассыпчатая с маслом	440\10 440 60 250/25 200 200 45 35 540 980 250 200 40/10 450 60 200 90 160	21,78 0,9 3,3 27.53 0,6 2,3 2,64 9,74 31,52 16,6 2,24 6,44 5,49 13.85 6,6	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47 0 0,9 0,48 18,7 55,3 10,1 17,5 29,7 2,51 5,280 7,85 7,2	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 15.80 13,36 62,93 162,18 30,8 15,9 39,56 86,26 4,49 16.33 6,53 41.20	934,4 54,7 113,3 265 128 78.48 69.60 561 1495,4 230,1 100,6 225 555,7 46,26 134,75 150 227,3	14 53 96 143 349 ПР ПР 16 16 14 76 102 229 171	0
2 2	7 8	Итого Завтрак	хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. штого за день: гор.блюдо ор.напиток фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Каша молочная из риса и пшена Чай с сахаром Бутерброд с маслом Салат из моркови Сул с бобовыми на мясном бульоне Рыба тушенная с овощами Каша перловая рассыпчатая с маслом Компот из сухофруктов/ витаминиз/	440\10 440 60 250/25 200 45 35 540 980 250 40/10 450 60 200 90 160 200	21,78 0,9 3,3 27.53 0,6 2,3 2,64 9,74 31,52 16,6 2,24 6,44 5,49 13.85 6,6 0,6	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47 0 0,9 0,48 18,7 55,3 10,1 2,1 17,5 29,7 2,51 5,280 7,2 0	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 15.80 13,36 62,93 162,18 30,8 15,9 39,56 44,49 16.33 41.20 16.50	593 934,4 54,7 113,3 265 128 78,48 69,60 561 1495,4 230,1 100,6 225 555,7 46,26 134,75 150 227,3 128,00	14 53 96 143 349 ПР ПР 16 114 76 102 229 171 349	0
2 2	7 8	Итого Завтрак	хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. штого за день: гор.блюдо фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн.	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Каша молочная из риса и пшена Чай с сахаром Бутерброд с маслом Салат из моркови Суп с бобовыми на мясном бульоне Рыба тушенная с овощами Каша перловая рассыпчатая с маслом Компот из сухофруктов/ витаминиз/ Хлеб пшеничный	440\10 440 60 250/25 200 45 35 540 980 250 40/10 450 60 200 90 160 200 45	21,78 0,9 3,3 27.53 0,6 2,3 2,64 9,74 31,52 16,6 2,24 6,44 5,49 13.85 6,6 0,6 2,3	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47 0 0,9 0,48 18,7 55,3 10,1 17,5 29,7 2,51 5,280 7,85 7,2 0 0,9	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 15.80 13,36 62,93 162,18 30,8 15,9 39,56 86,26 4,49 16.33 6,53 6,53 41.20 16.50 15.80	593 934,4 54,7 113,3 265 128 78.48 69.60 561 1495,4 230,1 100,6 225 555,7 46,26 134,75 150 227,3 128.00 78481	14 53 96 143 349 ПР ПР 8 16 14 76 102 229 171 349 ПР	0
2 2	7 8	Итого Завтрак	хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. штого за день: гор.блюдо гор.напиток хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гор.напиток хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб бел.	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Каша молочная из риса и пшена Чай с сахаром Бутерброд с маслом Салат из моркови Сул с бобовыми на мясном бульоне Рыба тушенная с овощами Каша перловая рассыпчатая с маслом Компот из сухофруктов/ витаминиз/	440\10 440 60 250/25 200 200 45 35 540 980 250 200 40/10 450 60 200 90 160 200 45 35	21,78 0,9 3,3 27.53 0,6 2,3 2,64 9,74 31,52 16,6 2,24 6,44 5,49 13.85 6,6 0,6	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47 0 0,9 0,48 18,7 55,3 10,1 2,1 17,5 29,7 2,51 5,280 7,2 0	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 15.80 13,36 62,93 162,18 30,8 15,9 39,56 44,49 16.33 41.20 16.50	593 934,4 54,7 113,3 265 128 78,48 69,60 561 1495,4 230,1 100,6 225 555,7 46,26 134,75 150 227,3 128,00	14 53 96 143 349 ПР ПР 16 114 76 102 229 171 349	0
2 2	7 8	Итого Завтрак	хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. штого за день: гор.блюдо фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн.	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Каша молочная из риса и пшена Чай с сахаром Бутерброд с маслом Салат из моркови Суп с бобовыми на мясном бульоне Рыба тушенная с овощами Каша перловая рассыпчатая с маслом Компот из сухофруктов/ витаминиз/ Хлеб пшеничный	440\10 440 60 250/25 200 45 35 540 980 250 40/10 450 60 200 90 160 200 45	21,78 0,9 3,3 27.53 0,6 2,3 2,64 9,74 31,52 16,6 2,24 6,44 5,49 13.85 6,6 0,6 2,3	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47 0 0,9 0,48 18,7 55,3 10,1 17,5 29,7 2,51 5,280 7,85 7,2 0 0,9	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 15.80 13,36 62,93 162,18 30,8 15,9 39,56 86,26 4,49 16.33 6,53 6,53 41.20 16.50 15.80	593 934,4 54,7 113,3 265 128 78.48 69.60 561 1495,4 230,1 100,6 225 555,7 46,26 134,75 150 227,3 128.00 78481	14 53 96 143 349 ПР ПР 8 16 14 76 102 229 171 349 ПР	0
2 2	7 8	Итого Завтрак	хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. штого за день: гор.блюдо гор.напиток хлеб фрукты штого за день: гор.блюдо гор.напиток хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн.	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Каша молочная из риса и пшена Чай с сахаром Бутерброд с маслом Салат из моркови Суп с бобовыми на мясном бульоне Рыба тушенная с овощами Каша перловая рассыпчатая с маслом Компот из сухофруктов/ витаминиз/ Хлеб пшеничный	440\10 440 60 250/25 200 45 35 540 980 250 200 40/10 450 60 200 90 160 200 45 35 200	21,78 0,9 3,3 27,53 0,6 2,3 2,64 9,74 31,52 16,6 2,24 6,44 5,49 13.85 6,6 0,6 2,3 2,64	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47 0 0,9 0,48 18,7 55,3 10,1 17,5 29,7 2,51 5,280 7,85 7,2 0 0,9 0,48	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 13,36 62,93 162,18 30,8 15,9 39,56 86,26 4,49 16.33 6,53 41,20 15,80 13,36	593 934,4 54,7 113,3 265 128 78,48 69,60 561 1495,4 230,1 100,6 225 555,7 46,26 134,75 150 227,3 128,00 78,481 69,60	14 53 96 143 349 ПР ПР 8 16 14 76 102 229 171 349 ПР	0 0
2 2	8	Итого Завтрак Обед	хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. штого за день: гор.блюдо гор.напиток хлеб фрукты штого за день: гор.блюдо гор.напиток хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. штого закуска 1 блюдо 1 сарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. 1-4 класс итого	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Каша молочная из риса и пшена Чай с сахаром Бутерброд с маслом Салат из моркови Суп с бобовыми на мясном бульоне Рыба тушенная с овощами Каша перловая рассыпчатая с маслом Компот из сухофруктов/ витаминиз/ Хлеб пшеничный	40\10 440 60 250/25 200 200 45 35 540 980 250 200 40/10 450 60 200 90 160 200 45 35 200 990 990	21,78 0,9 3,3 27.53 0,6 2,3 2,64 9,74 31,52 16,6 2,24 6,44 5,49 13.85 6,6 0,6 2,3 2,64	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47 0 0,9 0,48 18,7 55,3 10,1 17,5 29,7 2,51 5,280 7,85 7,2 0 0,9 0,48	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 15.80 13,36 62,93 162,18 30,8 15,9 39,56 86,26 4,49 16.33 6,53 41.20 15.80 13,36	593 934,4 54,7 113,3 265 128 78.48 69.60 561 1495,4 230,1 100,6 225 555,7 46,26 134,75 150 227,3 128.00 78481 69.60	14 53 96 143 349 ПР ПР 8 16 14 76 102 229 171 349 ПР	0 0 0
2 2	8	Итого Завтрак Обед	хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. гор.блюдо гор.напиток хлеб фрукты штого за день: амуска 1 блюдо гор.напиток хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. 1-4 класс штого за день:	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Каша молочная из риса и пшена Чай с сахаром Бутерброд с маслом Салат из моркови Суп с бобовыми на мясном бульоне Рыба тушенная с овощами Каша перловая рассыпчатая с маслом Компот из сухофруктов/ витаминиз/ Хлеб пшеничный	440\10 440 60 250/25 200 45 35 540 980 250 200 40/10 450 60 200 90 160 200 45 35 200	21,78 0,9 3,3 27,53 0,6 2,3 2,64 9,74 31,52 16,6 2,24 6,44 5,49 13.85 6,6 0,6 2,3 2,64	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47 0 0,9 0,48 18,7 55,3 10,1 17,5 29,7 2,51 5,280 7,85 7,2 0 0,9 0,48	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 13,36 62,93 162,18 30,8 15,9 39,56 86,26 4,49 16.33 6,53 41,20 15,80 13,36	593 934,4 54,7 113,3 265 128 78,48 69,60 561 1495,4 230,1 100,6 225 555,7 46,26 134,75 150 227,3 128,00 78,481 69,60	14 53 96 143 349 ПР ПР 8 16 14 76 102 229 171 349 ПР	0 0
2 2	8	Итого Завтрак Обед	хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. гор.блюдо гор.напиток хлеб фрукты штого за день: гор.блюдо гарнир напиток хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. 1-4 класс штого за день: гор.блюдо	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Каша молочная из риса и пшена Чай с сахаром Бутерброд с маслом Салат из моркови Сул с бобовыми на мясном бульоне Рыба тушенная с овощами Каша перловая рассыпчатая с маслом Компот из сухофруктов/ витаминиз/ Хлеб ржано-пшеничный Хлеб ржано-пшеничный	40\10 440 60 250/25 200 45 35 540 980 250 200 40/10 450 60 200 90 160 200 45 35 200 990 1440	21,78 0,9 3,3 27.53 0,6 2,3 2,64 9,74 31,52 16,6 2,24 6,44 5,49 13.85 6,6 0,6 2,3 2,64	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47 0 0,9 0,48 18,7 55,3 10,1 2,1 17,5 29,7 2,51 5,280 7,2 0 0,9 0,48	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 15.80 13,36 62,93 162,18 30,8 15,9 39,56 4,49 16.33 41.20 16.50 15.80 13,36	593 934,4 54,7 113,3 265 128 78.48 69.60 561 1495,4 230,1 100,6 225 555,7 46,26 134,75 150 227,3 128.00 78481 69.60	14 53 96 143 349 ПР ПР 8 16 14 76 102 229 171 349 ПР ПР	0 0 0
2 2	8	Итого Завтрак Обед	хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. гор.блюдо гор.напиток хлеб фрукты штого за день: амуска 1 блюдо гор.напиток хлеб фрукты штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. 1-4 класс штого за день:	Бутерброд с маслом Салат из свеклы и зел.горошком т\о Рассольник Ленинградский на курином бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов/ витаминизир Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Каша молочная из риса и пшена Чай с сахаром Бутерброд с маслом Салат из моркови Суп с бобовыми на мясном бульоне Рыба тушенная с овощами Каша перловая рассыпчатая с маслом Компот из сухофруктов/ витаминиз/ Хлеб пшеничный	40\10 440 60 250/25 200 200 45 35 540 980 250 200 40/10 450 60 200 90 160 200 45 35 200 990 990	21,78 0,9 3,3 27.53 0,6 2,3 2,64 9,74 31,52 16,6 2,24 6,44 5,49 13.85 6,6 0,6 2,3 2,64	28,7 36,6 3,05 6,8 7,47 0 0,9 0,48 18,7 55,3 10,1 17,5 29,7 2,51 5,280 7,85 7,2 0 0,9 0,48	99,25 5,02 22,6 21,95 16.50 15.80 13,36 62,93 162,18 30,8 15,9 39,56 86,26 4,49 16.33 6,53 41.20 15.80 13,36	593 934,4 54,7 113,3 265 128 78.48 69.60 561 1495,4 230,1 100,6 225 555,7 46,26 134,75 150 227,3 128.00 78481 69.60	14 53 96 143 349 ПР ПР 8 16 14 76 102 229 171 349 ПР	0 0 0

I	1		хлеб								
			фрукты								
			фрукты								
			итого		7460	224,59	341,33	896,36	7870,53		0
2	9	Обед	закуска	Икра из кабачков т/о	60	1,25	5,48	8,7	89,09	73	
		1 1		суп картофельный пшенный на мясокосном бульоне	200/10	1,81	10.910	125,25	102.50	82	
				Макаронные изделия отварные	150	5,8	0.08	31	155	202/203	
			гарнир	Котлета мясная говяжья	90	18,8	14.100	12,5	191	268	
			напиток	Компот из с/ф витаминиз/	200	0.60	0.00	16,5	128	349	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	45	2,3	0,9	15,8	78,48	ПР	
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,64	0,48	13,36	69,6	ПР	
			итого		580	32,6	6,86	223,11	711,17		0
2	9	Итого	за день:		8040	257,19	348,19	1119,5	8581,7		0
2	10	Завтрак	гор.блюдо	Каша молочная пшенная	260	6	10,25	38	277.50	27	
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,1	0	10,2	42,3	16	
			хлеб	Бутерброд с маслом	40/10	13,78	12,64	60,11	158,3	34	
			фрукты								
			итого		460	19,88	22,89	108,31	200,6		0
2	10	Обед	закуска	Салат из свеклы с горошком т/о	60	0.10	2,51	4,49	46,26	20	
			1 блюдо	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/25	5.700	5,7	13,5	148,5	104/105	
			2 блюдо	Ленивые голубцы	200	15,6	20,3	43	301,5	291	
			гарнир								
			напиток	Напиток из шиповника витаминиз/	200	0,4	0,2	15,72	75,76	388	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	45	2.300	0,9	15,8	78,48	ПР	
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	35	2.640	0,48	13,36	69,6	ПР	
			итого		540	16	30,09	105,87	720,1		0
2	10				1000	35,88	52,98	214,18	920,7		0
		Среднее значение за период:			1764,5	5583,391	82,329	263,13	1941,47		#ДЕЛ/0!