

УТВЕРЖДЕНО:
Директор МБОУ ССХСНБ

ДНО.
мбш сссс
Дш О.Ю. Звинева.

0.10. Зависа.

01-08/92

02

ГОД

Циклическое двухнедельное меню для обучающихся 1-4 классов (в том числе обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, не являющихся учащимися с ограниченными возможностями здоровья) муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждений Белоглинского района (сезон зима-весна)

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества															
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Ce	F
Неделя 1 День 1																			
Завтрак																			
28	Икра кабачковая консервированная (промыш.производства)	10	60	0,8	4,2	4,4	58,2	0,0	0,0	0,0	3,0	23,2	30,4	10,1	0,5	25,3	0,0	0,0	1,4
35	Омлет натуральный	35	150	15,0	25,1	2,9	298,5	0,5	0,0	0,0	36,5	0,0	95,4	157,0	6,2	0,6	136,0	0,1	0,4
	Молоко	12	200	3,3	3,7	4,7	64,0	0,0	0,2	0,0	33,0	0,0	119,0	93,0	13,0	0,1	151,0	0,4	0,5
41	Фрукты свежие	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1	0,0	0,0	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	10,0
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	0,0	0,3	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	8,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	1,5	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	6,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	68,5	510	20,8	34,1	46,1	573,7	0,7	0,5	69,5	3,0	284,0	385,5	54,1	2,4	371,3	0,5	2,0	13,3
Обед																			
31	Салат витаминный	6	60	0,7	2,0	7,0	49,2	0,0	0,0	0,0	174,5	0,0	2,1	2,3	2,7	0,2	0,0	0,0	9,6
22	Свекольник	15	200	1,8	4,1	9,3	81,1	0,1	0,0	0,0	43,3	0,0	41,9	45,8	10,0	0,3	63,0	0,0	3,6
39	Шницель мясной	58	90	14,3	7,1	14,4	189,0	0,0	0,0	0,0	44,1	0,0	22,8	55,2	9,0	0,7	78,0	0,0	0,1
40	Рагу из овощей	5	150	3,0	8,3	11,5	187,5	0,0	0,0	0,0	43,6	2,0	141,7	48,4	12,5	0,7	170,0	0,0	10,2
	Сок фруктово-ягодный пром.производства	8,5	200	2,0	0,2	3,8	24,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	8,0
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,2	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	9,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	2,5	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	7,0	0,0	0,0	0,0
	пряник пром.производства	3,5	18	1,2	11,5	12,6	65,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
41	Фрукты свежие	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1	0,0	0,0	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	10,0
	ИТОГО	109,5	818	25,3	34,8	101,0	788,3	0,4	0,2	305,5	2,0	268,9	270,8	67,1	3,3	397,0	0,0	0,0	41,5

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Ce	F	C
Неделя 1 День 2																				
Завтрак																				
44	Зеленый горошек консервированный пром. производства	8,5	60	1,9	0,1	3,9	24,0	0,1	0,0	0,1	0,0	12,0	37,2	12,6	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	6,0
49	Плов из мяса птицы	55,5	240	17,8	17,8	32,6	369,6	0,1	0,0	23,4	0,0	18,9	86,0	8,0	0,5	12,0	0,0	0,0	0,2	4,7
12	Йогурт м.д.ж.2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0	0,0	0,0	0,1	0,0	212,2	112,0	24,3	0,2	54,0	0,0	0,0	1,0	0,0
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	0,0	0,3	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	1,5	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	101,5	500	31,0	23,6	67,2	619,6	0,3	0,3	23,6	0,0	253,5	279,1	57,8	2,1	80,0	0,0	0,0	1,2	10,7
Обед																				
55	Салат из свеклы	4	60	1,0	1,8	5,0	40,2	0,0	0,0	0,0	0,0	11,5	12,0	7,0	0,3	84,6	0,0	0,2	10,2	4,7
20	Суп крестьянский с крупой	15	200	2,1	4,2	11,4	92,8	0,0	0,0	43,3	1,5	21,3	12,0	4,2	0,3	15,6	0,0	0,0	0,0	4,0
38	Голубцы ленивые	12	90	6,1	7,0	5,6	112,5	0,1	0,0	47,6	0,0	16,8	42,4	7,8	0,4	125,0	0,0	0,0	0,2	2,0
23	Каша Ячневая рассыпчатая	6,5	150	4,7	9,2	30,9	231,0	0,0	0,0	2,2	0,0	2,0	65,0	9,4	0,3	98,0	0,0	0,0	0,0	0,0
9	Компот из свежих фруктов	5	200	0,2	0,0	3,6	140,0	0,0	0,0	0,0	0,0	23,7	18,4	13,4	0,7	13,0	0,0	0,0	0,0	2,5
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,2	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	9,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	2,5	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	49	700	16,0	23,4	88,6	762,9	0,3	0,2	93,1	1,5	85,6	193,7	54,6	3,0	352,2	0,0	0,2	10,4	13,2

№ ТК	Прим пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Ce	F	C
Неделя 1 День 3																				
Завтрак																				
45	Сыр порционный	20	30	5,7	7,5	0,1	91,0	0,0	0,0	9,9	0,0	276,7	127,0	10,0	0,4	240,0	0,0	0,0	1,5	0,2
23	Каша пшеничная рассыпчатая	6,5	150	6,2	10,4	37,2	268,5	0,0	0,0	6,7	0,0	9,8	50,3	15,0	0,5	1,2	0,0	0,0	0,0	0,0
39	Биточек мясной	25	90	14,3	7,1	14,4	189,0	0,0	0,0	44,1	0,0	22,8	55,2	9,0	0,7	78,0	0,0	0,0	0,0	0,1
5	Чай с сахаром	3	200	0,0	0,0	10,3	41,2	0,0	0,0	0,0	0,0	11,1	2,8	0,3	0,3	27,0	0,0	0,0	0,5	0,0
41	Фрукты свежие	28	200	1,0	0,0	54,8	218,0	0,1	0,1	0,1	0,0	36,0	61,2	10,8	0,3	85,0	0,0	0,0	0,0	90,0
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	0,0	0,3	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	1,5	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	87	670,0	28,5	25,7	140,5	915,7	0,3	0,3	60,8	0,0	366,8	340,4	57,9	3,2	445,2	0,0	0,0	2,0	90,3
Обед																				
32	Салат из белокочанной капусты	2,5	60	0,8	3,1	5,3	52,8	0,0	0,0	185,6	1,5	26,1	16,9	8,0	0,3	35,0	0,0	0,0	0,0	21,0
19	Суп картофельный с бобовыми (горох)	12	200	5,0	4,5	17,8	133,6	0,0	0,0	33,6	1,8	49,3	54,0	8,0	0,5	53,0	0,0	0,0	0,0	2,5
57	Рыба припущенная	19,5	95	9,3	8,4	0,8	79,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,7
26	Картофель отварной	9	150	3,0	6,4	19,9	151,3	0,0	0,0	2,0	1,0	13,7	55,8	10,3	0,8	16,0	0,0	0,0	0,0	15,3
8	Компот из смеси сухофруктов	5,5	200	0,3	0,0	31,4	124,0	0,0	0,0	0,0	0,0	65,0	23,4	17,5	0,7	38,0	0,0	0,0	0,0	0,1
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,0	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	9,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	2,5	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	55	705	20,3	23,5	107,3	687,9	0,2	0,2	221,2	4,3	164,4	194,0	56,6	3,3	158,0	0,0	0,0	0,0	39,6

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				Б	Ж	У	Ккал	В1		В2	A	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Ce	F	C
Неделя 1 День 4																					
Завтрак																					
31	Салат витаминный	6	60	0,7	2,0	7,0	49,2	0,0	0,0	174,5	1,2	2,1	2,3	2,7	0,2	3,2	0,0	0,0	0,0	9,6	
48	Тефтели мясные с рисом	35	90	8,4	10,0	10,1	165,6	0,0	0,0	0,0	2,0	56,8	88,0	10,8	1,6	15,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
25	Макароны отварные	8	150	5,1	9,2	34,2	244,5	0,1	0,0	0,0	0,0	18,1	47,5	10,0	0,5	16,3	0,0	0,0	0,0	0,0	
12	Йогурт м.д.ж.2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0	0,0	0,1	0,0	212,2	112,0	24,3	0,2	54,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	0,0	0,3	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
3	Хлеб ржаной	1,5	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	ИТОГО	86,5	500	25,5	26,8	82,0	685,3	0,3	0,3	174,6	3,2	299,6	293,7	60,7	3,5	102,5	0,0	0,0	1,0	9,6	
Обед																					
44	Зеленый горошек консервированный пром. производства	2,5	60	1,9	0,1	3,9	24,0	0,1	0,0	0,1	0,0	12,0	37,2	12,6	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	6,0	
15	Рассольник ленинградский	15	200	2,4	3,6	16,1	108,0	0,0	0,0	33,5	1,2	29,2	56,7	14,2	0,9	36,0	0,0	0,0	0,0	3,4	
51	Печень по-строгановски	45	90/40	17,7	17,7	5,1	253,5	0,1	0,0	501,9	1,0	42,6	108,3	11,8	0,4	25,0	0,0	0,0	0,0	12,1	
23	Каша гречневая рассыпчатая	12	150	8,4	10,8	41,3	303,0	0,0	0,0	6,7	0,0	9,8	50,3	15,0	0,5	10,2	0,0	0,0	0,0	0,0	
11	Сок фруктовый	28	200	1,0	0,0	21,2	88,0	0,0	0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	0,0	0,0	8,0	
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	99,0	0,2	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	9,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
3	Хлеб ржаной	2,5	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
41	Фрукты свежие	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1	0,0	0,0	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10,0	
	ИТОГО	116	840	33,6	33,8	129,9	967,9	99,4	0,2	542,2	2,2	154,0	371,6	86,4	3,6	157,2	0,0	0,0	0,0	39,5	

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																			
				Б	Ж	У	Ккал	В1	B2	A	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Ce	F	C			
Неделя 1 День 5																							
Завтрак																							
55	Салат из свеклы	4	60	1,0	1,8	5,0	40,2	0,0	0,0	0,0	11,5	12,0	7,0	0,3	84,6	0,0	0,2	10,2	4,7				
	Котлета рыбная	21	90	8,7	7,9	13,7	176,0	0,1	13,3	0,0	44,4	50,5	8,2	0,8	36,2	0,0	0,0	0,0	0,9				
26	Картофель отварной	9	150	3,0	6,4	19,9	151,3	0,0	2,0	1,0	13,7	55,8	10,3	0,8	16,0	0,0	0,0	0,0	15,3				
	сок фруктово-ягодный пром.произ-ва	8,5	200	2,0	0,2	3,8	24,9	0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	0,0	0,0	8,0				
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	0,0	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0				
3	Хлеб ржаной	1,5	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0				
	ИТОГО	47	500	16,0	17,0	66,1	500,4	0,3	15,3	1,0	93,9	176,2	46,4	3,1	175,8	0,0	0,2	10,2	28,9				
Обед																							
43	Кукуруза консервированная (пром.произ-ва)	13,5	60	1,6	1,1	2,8	27,0	0,0	0,0	0,0	6,7	2,1	7,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	3,4				
16	Щи из свежей капусты с картофелем	18	200	1,6	3,4	8,0	70,4	0,0	33,3	0,0	2,7	4,5	4,1	0,3	3,5	0,0	0,0	0,0	6,6				
46	Рагу из птицы	42	240	14,4	13,4	23,3	278,4	0,1	28,2	0,0	36,8	108,2	18,7	0,3	38,1	0,0	0,0	0,0	8,7				
7	Чай фруктовый	5	200	0,6	0,0	15,3	62,0	0,0	3,4	0,0	42,4	22,6	14,6	0,2	18,5	0,0	0,0	1,0	0,0				
	печенье пром.произ-ва	3	25	1,6	2,1	11,0	61,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0				
41	Фрукты свежие	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1	0,0	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10,0				
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	9,0	0,0	0,0	0,0	0,0				
3	Хлеб ржаной	2,5	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0				
	ИТОГО	95	825	22,1	21,7	102,8	690,5	0,4	64,9	0,0	135,0	242,5	69,3	2,2	121,1	0,0	0,0	1,0	28,7				

№ ТК	Примем пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	Вг	В2	А	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Ce	F	C
Неделя 2 День 6																				
Завтрак																				
36	Яйца вареные		8,5	50	5,1	4,6	0,3	63,0		0,0	100,0	0,0	22,0	76,8	4,8	0,5	19,5	0,0	0,0	0,0
1	Каша манная молочная жидкая		15	200	3,0	8,2	20,0	172,0		0,0	0,0	0,0	1,5	15,0	37,0	0,5	1,2	0,0	0,0	1,2
59	Кофейный напиток		12	200	2,5	1,8	24,8	121,7		0,1	0,0	0,0	82,4	45,5	8,7	0,3	73,0	0,0	0,0	0,3
	печенье пром.произ-ва		3	25	1,6	2,1	11,0	61,3		0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
11	Фрукты свежие		7	100	0,4	0,4	10,4	45,0		0,0	0,0	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	10,0
4	Хлеб пшеничный		3	35	0,3	0,0	17,0	73,0		0,3	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	8,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной		1,5	20	1,0	0,7	6,7	35,0		0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	6,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО		50	575	13,9	17,8	90,2	571,0		0,7	100,0	0,0	152,3	242,4	75,4	2,5	152,7	0,0	0,0	11,5
Обед																				
28	Икра кабачковая консервированная (промыш.производства)		4	60	0,2	4,2	4,4	58,2		0,0	0,0	3,0	23,2	30,4	10,1	0,5	25,3	0,0	0,0	1,4
17	Суп из овощей		13	200	1,8	3,5	9,9	79,2		0,0	33,3	2,1	34,9	49,3	18,1	0,8	27,8	0,0	0,0	4,2
	Котлеты рыбные		21	90	8,7	7,9	13,7	176,0		0,0	13,3	0,0	44,4	50,5	8,2	0,8	36,2	0,0	0,0	0,9
24	Рис отварной		9	150	3,6	9,0	35,7	244,5		0,0	0,0	0,0	64,1	108,9	8,3	0,5	75,2	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктово-ягодный пром.производства		8,5	200	2,0	0,2	3,8	24,9		0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	0,0	8,0
4	Хлеб пшеничный		4	45	0,4	0,1	21,9	93,9		0,2	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	9,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной		2,5	30	1,5	1,1	10,1	52,5		0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	7,0	0,0	0,0	0,0
	Слойка с начинкой фруктовой пром.произ-ва		8,5	60	0,5	1,2	13,6	92,0		0,0	4,0	0,0	3,1	10,1	7,1	6,1	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО		70,5	760	18,7	27,2	113,1	821,2		0,2	50,6	5,1	194,0	307,1	72,7	9,9	205,5	0,0	0,0	14,5

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества															
				Б	Ж	У	Ккал	В1	B2	A	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Ce	F
Неделя 2 День 7																			
Завтрак																			
32	Салат из белокочанной капусты	2,5	60	0,8	3,1	5,3	52,8	0,0	185,6	1,5	26,1	16,9	8,0	0,3	35,0	0,0	0,0	0,0	21,0
51	Печень по-строгановски	45	90/40	17,7	17,7	5,1	253,5	0,1	501,9	1,0	42,6	108,3	11,8	0,4	25,0	0,0	0,0	0,0	12,1
26	Картофель отварной	9	150	3,0	6,4	19,9	151,3	0,0	2,0	1,0	13,7	55,8	10,3	0,8	16,0	0,0	0,0	0,0	15,3
	Молоко	12	200	3,3	3,7	4,7	64,0	0,0	33,0	0,0	119,0	93,0	13,0	0,1	151,0	0,4	2,0	0,5	1,5
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	0,0	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	1,5	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	73	540	26,1	31,5	58,7	629,6	0,3	722,5	3,5	211,8	317,9	55,9	2,6	241,0	0,4	2,0	0,5	49,9
Обед																			
43	Кукуруза консервированная (пром. произ-ва)	13,5	60	1,6	1,1	2,8	27,0	0,0	0,0	0,0	6,7	2,1	7,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	3,4
14	Борщ с капустой и картофелем	18	200	1,6	4,2	10,5	84,8	0,0	33,3	0,0	2,7	4,5	3,1	0,5	3,2	0,0	0,0	0,0	4,4
46	Рагу из птицы	42	240	14,4	13,4	23,3	278,4	0,1	28,2	0,0	36,8	108,2	18,7	0,3	38,1	0,0	0,0	0,0	8,7
13	Чай с сахаром	3	200	0,0	0,0	42,2	162,0	0,0	0,0	0,0	36,5	22,5	7,3	0,2	36,0	0,0	0,0	0,0	2,4
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	9,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	2,5	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	83	700	19,5	19,9	110,8	698,6	0,3	61,5	0,0	93,1	181,2	48,9	2,2	93,3	0,0	0,0	0,0	18,9

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества															
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	D	Са	P	Mg	Fe	K	I	Ce	F
Неделя 2 День 8																			
Завтрак																			
28	Икра кабачковая консервированная (промыш.производства)	4	60	0,2	4,2	4,4	58,2	0,0	0,0	3,0	23,2	30,4	10,1	0,5	25,3	0,0	0,0	0,0	1,4
49	Плов из мяса птицы	55,5	240	17,8	17,8	32,6	369,6	0,1	0,0	23,4	0,0	18,9	86,0	8,0	0,5	12,0	0,0	0,0	4,7
13	Кисель	11	200	0,0	0,0	42,2	162,0	0,0	0,0	0,0	36,5	22,5	7,3	0,2	0,0	0,0	0,0	1,5	2,4
	печенье пром. произ-ва	3	25	1,6	2,1	11,0	61,3	0,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	0,0	0,3	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	8,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	1,5	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,3	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	78	525	20,9	24,8	113,9	759,1	0,3	0,6	23,4	3,0	89,0	182,8	38,3	1,7	51,3	0,0	0,0	8,5
Обед																			
44	Зеленый горошек консервированный пром. произ-ва	8,5	60	1,9	0,1	3,9	24,0	0,1	0,0	0,1	12,0	37,2	12,6	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	6,0
18	Суп картофельный с макаронными изделиями	10	200	2,3	2,0	16,8	96,0	0,0	67,1	1,0	52,8	30,8	8,5	0,5	25,3	0,0	0,0	0,0	3,7
39	Биточек мясной	16	90	14,3	7,1	14,4	189,0	0,0	44,1	0,0	22,8	55,2	9,0	0,7	78,0	0,0	0,0	0,0	0,1
42	Капуста тушеная	9	150	3,8	6,9	16,1	141,0	0,1	0,0	45,8	0,0	317,0	100,0	17,5	0,7	225,0	0,0	0,0	26,5
8	Компот из смеси сухофруктов	5,5	200	0,3	0,0	31,4	124,0	0,0	0,0	0,0	65,0	23,4	17,5	0,7	38,0	0,0	0,0	0,0	0,1
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,2	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	9,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	2,5	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,3	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
41	Фрукты свежие	28	200	1,0	0,0	54,8	218,0	0,1	0,0	0,1	36,0	61,2	10,8	0,3	85,0	0,0	0,0	0,0	90,0
	ИТОГО	83,5	900	25,4	17,3	169,4	938,4	0,4	0,2	157,2	1,0	516,0	351,7	88,7	3,8	467,3	0,0	0,0	126,4

№ ТК	Прим пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества															
				Б	Ж	У	Ккал	В1	А	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Ce	F	C
Неделя 2 День 9																			
Завтрак																			
43	Кукуруза консервированная пром.произ-ва	13,5	60	1,6	1,1	2,8	27,0	0,0	0,0	0,0	6,7	2,1	7,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	3,4
57	Рыба припущенная	19,5	95	9,3	8,4	0,8	79,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,7
26	Картофель отварной	9	150	3,0	6,4	19,9	151,3	0,0	2,0	1,0	13,7	55,8	10,3	0,8	16,0	0,0	0,0	0,0	15,3
11	Сок фруктовый	28	200	1,0	0,0	21,2	88,0	0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	0,0	0,0	8,0
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	0,3	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	1,5	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Слойка с начинкой фруктовой	8,5	60	0,5	1,2	13,6	92,0	0,0	4,0	0,0	3,1	10,1	7,1	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	83	565	16,7	17,8	82,0	546,1	0,3	6,0	1,0	47,8	125,9	45,3	2,8	55,0	0,0	0,0	0,0	27,4
Обед																			
31	Салат витаминный	2,5	60	0,7	2,0	7,0	49,2	0,0	174,5	0,0	2,1	2,3	2,7	0,2	3,2	0,0	0,0	0,0	9,6
19	Суп картофельный с бобовыми (горох)	12	200	5,0	4,5	17,8	133,6	0,0	33,6	1,8	49,3	54,0	8,0	0,5	53,0	0,0	0,0	0,0	2,5
50	Курица в соусе с томатом	52	90	7,9	6,8	3,9	108,0	0,0	0,2	0,0	85,2	54,2	10,0	0,5	88,0	0,0	0,0	0,0	1,7
25	Макароны отварные	8	150	5,1	9,2	34,2	244,5	0,0	0,0	0,0	18,1	47,5	10,0	0,5	16,3	0,0	0,0	0,0	0,0
5	Чай с сахаром	3	200	0,0	0,0	10,3	41,2	0,0	0,0	0,0	11,1	2,8	0,3	0,3	27,0	0,0	0,0	0,5	0,0
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,2	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	9,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	2,5	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	84	700	20,6	23,6	105,2	722,9	0,2	208,3	1,8	176,1	204,7	43,8	3,0	203,5	0,0	0,0	0,5	13,8

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				Б	Ж	У	Ккал	В1	B2	A	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Ce	F	C	
Неделя 2 /День 10																					
Завтрак																					
45	Сыр порционный	20	30	5,7	7,5	0,1	91,0		0,0	0,0	9,9	0,0	276,7	127,0	10,0	0,4	240,0	0,0	0,0	1,5	0,2
34	Запеканка из творога со сгущенным молоком	47,5	150	22,5	20,0	20,6	358,5		0,1	0,0	175,7	0,0	356,0	121,6	10,3	0,5	247,5	0,0	0,0	0,0	0,3
10	Какао с молоком	11	200	4,9	5,0	32,5	190,0		0,1	0,0	24,4	0,0	201,0	86,3	12,0	0,5	136,0	0,0	0,0	1,5	0,7
41	Фрукты свежие	28	200	1,0	0,0	54,8	218,0		0,1	0,0	0,1	0,0	36,0	61,2	10,8	0,3	85,0	0,0	0,0	0,0	90,0
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0		0,0	0,1	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	1,5	20	1,0	0,7	6,7	35,0		0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	111	580	35,4	33,2	131,7	965,5		0,4	0,1	210,1	0,0	880,1	440,0	56,0	2,7	722,5	0,0	0,0	3,0	91,2
Обед																					
55	Салат из свеклы	4	60	1,0	1,8	5,0	40,2		0,0	0,0	0,0	0,0	11,5	12,0	7,0	0,3	84,6	0,0	0,2	10,2	4,7
16	Щи из свежей капусты с картофелем	18	200	1,6	3,4	8,0	70,4		0,0	0,0	33,3	0,0	2,7	4,5	4,1	0,3	3,5	0,0	0,0	0,0	6,6
48	Тефтели мясные с рисом	35	90	8,4	10,0	10,1	165,6		0,0	0,0	0,0	2,0	56,8	88,0	10,8	1,6	15,0	0,0	0,0	0,0	0,0
23	Каша пшеничная рассыпчатая	10	150	6,2	10,4	37,2	268,5		0,0	0,0	6,7	0,0	9,8	50,3	15,0	0,5	1,2	0,0	0,0	0,0	0,0
5	Чай с сахаром	3	200	0,0	0,0	10,3	41,2		0,0	0,0	0,0	0,0	11,1	2,8	0,3	0,3	27,0	0,0	0,0	0,5	0,0
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9		0,0	0,1	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,5	9,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	2,5	30	1,5	1,1	10,1	52,5		0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	76,5	700	19,1	26,8	102,6	732,3		0,2	0,1	40,0	2,0	102,3	201,5	50,0	4,3	147,3	0,0	0,2	10,7	11,3