

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
(10 дневное)**

День:	Понедельник
Неделя:	Первая
Сезон:	Весенний
Категория:	с 7 до 11 лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
0000003	Бутерброды с сыром	35	5,22	8,12	5,6	116	0,04	0,42	0,05	0,1	164,85	121,9	11,57	0,76
0000686	Чай с лимоном	200	0,23	0,01	12,45	51		0,96		0,02	2,18	0,93	0,6	0,04
КАШ0173	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом и сахаром	200	7,37	9,32	43,16	286	0,13	0,47	0,04	1,2	97,7	176,45	11,11	1,84
ПОРЦ004	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,08	0,56	14,96	77	0,08			0,68	13,2	77,6	22,8	1,8
Всего Завтрак в			15,90	18,01	76,17	530	0,25	1,85	0,09	2	277,93	376,88	46,08	4,44
Обед														
0000050	Салат из свеклы с сыром	60	3,39	4,39	4,16	70	0,01	4,6	0,04	1,026	124,30	75,56	10,09	0,61
0000109	Борщ	250	1,7	3,5	9,99	93		10,23		0,57	41,63		18,59	0,98
0000442	Говядина в кисло-сладком соусе	100	14,81	16	4,6	222	0,04	0,87		1,1	8,32	141,13	16,01	2,11
0000633	Компот из яблок и слив	200	0,23	0,07	25,33	103	0,01	14		0,5	6,76	5,39	3,13	0,54
ГАРО304	Рис отварной	180	4,32	6,13	42,18	241	0,04		0,02	0,3	5,84	86,4	28,22	0,57
ПОРЦ004	Хлеб пшеничный	40	3,4	0,64	14,8	79	0,11			0,3	17,2	105,6	30,8	2
Всего Обед в			27,85	30,75	101,06	808	0,21	29,66	0,06	3,796	204,05	414,08	106,84	4,70
Полдник														
0000362	Пудинг из творога со сметаной	150	18,66	14,82	27,28	317	0,06	0,23	0,06	1,5	176,69	240,68	29,11	1,03
ПЛОД338	Яблоки свежие	100	0,38	0,35	8,92	40	0,02	66		0,6	14,08	9,57	7,83	1,91

Всего в	Полдник	19,04	15,17	36,20	357	0,08	66,23	0,06	2,1	190,77	250	36,94	2,94
Всего в	1 неделю понедельник	62,79	63,93	213,43	1694,600	0,54	97,74	0,21	7,896	672,75	1041,21	189,86	12,08

День:	Вторник
Неделя:	Первая
Сезон:	Весенний
Категория:	с 7 до 11 лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
0000685	Чай с медом	200	0,31		13,29	54				0,06				
КАШ0173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом и сахаром	200	6,50	10,98	27,16	234	0,15	0,47	0,04	0,018	115,83	187,38	56,0	1,32
ПЛОД338	Груши свежие	50	0,19	0,13	4,32	19	0,01	1		0,5	8,36	6,96	5,22	1
ПОРЦ003	Сыр (порциями)	15	3,74	4,77		58	0,01	0,23	0,04	0,11	150	88,5	8,25	0,17
ПОРЦ004	Хлеб пшеничный	40	3,4	0,64	14,8	79	0,11			0,3	17,2	105,6	30,8	2
Всего Завтрак в			14,14	16,52	59,57	444	0,3	1,70	0,08	0,988	291,39	388,44	100,27	4,49
Обед														
0000631	Компот из свежих яблок	200	0,15	0,14	25,36	103	0,01	26,4		0,3	6,05	3,83	3,13	0,83
ПОРЦ004	Хлеб пшеничный	40	3,4	0,64	14,8	79	0,11			0,3	17,2	105,6	30,8	2
ПОРЦ004	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,08	0,56	14,96	77	0,08			0,68	13,2	77,6	22,8	1,8
ПТИ0289	Рагу из курицы	200	16,52	19,71	17,75	314	0,14	8,87	0,04	1,65	32,86	184,35	39,15	2,18
САЛ0040	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	1,56	3,77	5,62	63	0,04	2,86	0,01	0,46	13,22	34,3	12,72	0,47

СУП0108	Суп картофельный с клецками	250	1,55	2,69	10,45	72	0,06	4,9		1,5	17,56	35,48	15,19	0,57
Всего Обед в			26,26	27,51	88,9	708	0,44	43,03	0,05	4,89	100,09	441,18	123,79	7,85
Полдник														
0000726	Блины с маслом	105	5,12	6,55	33,19	212	0,07		0,01	1,9	12,46	45,5	8,06	0,62
НАП0379	Кофейный напиток с молоком	200	2,63	2,82	22,44	126	0,03	0,52	0,01	0,28	105,95	78,3	12,18	0,1
Всего Полдник в			7,75	9,37	55,63	338	0,1	0,52	0,02	2,18	118,41	123,8	20,24	0,72
Всего 1 неделю вторник в			48,15	53,40	204,14	1489,640	0,82	45,25	0,14	8,058	509,9	953,42	244,30	13,06

День:	Среда
Неделя:	Первая
Сезон:	Весенний
Категория:	с 7 до 11 лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
0000692	Кофейный напиток	200	1,32	1,41	20,3	99	0,01	0,26	0,01	0,01	53,15	39,15	6,09	0,08
КАШ0175	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	200	5,68	10,36	30,42	238	0,09	0,52	0,04	0,32	112,79	137,35	32,02	0,64
ПОРЦ001	Масло сливочное (порциями)	15	0,11	11,7	0,15	106			0,07	0,03	2,7	3,9	0,06	0,02
ПОРЦ004	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,08	0,56	14,96	77	0,08			0,08	13,2	77,6	22,8	1,8
Всего Завтрак в			10,19	24,03	65,83	520	0,18	0,78	0,12	0,44	181,84	258,00	60,97	2,54
Обед														

0000297	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	150	5,97	4,58	30,2	186			0,01	1,02	0,92	1,31	0,02	0,01
0000638	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	1,04		36,52	150	0,01	0,74		0,51	665,55	29,61	37,02	61,86
МЯСО279	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	100	7,69	11,84	9,76	176	0,03	0,66		2,27	8,09	73,42	11,08	1,02
ПОРЦ004	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36	0,04			0,3	7,57	45,94	13,4	0,87
ПОРЦ004	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,48	39	0,04			0,68	6,6	38,8	11,4	0,9
0000071	Салат Винегрет овощной	60	0,66	6,07	4,27	74	0,02	5,07	0,		12,51	19,68	9,67	0,40
ЩИ00093	Щи по-уральски с перловой крупой	250	1,96	4,46	6,86	75	0,04	7,9		0,71	32,21	44,98	13,22	0,69
Всего Обед в			20,46	27,51	101,8	736	0,2	14,37	0,13	5,49	733,5	253,74	95,81	65,8
Полдник														
0000314	Запеканка манная со сметаной	140	3,78	5,89	22,96	160	0,03	0,02	0,02	0,07	21,23	38,2	6,22	0,39
0000702	Напиток из варенья (малина)	200	0,11		23,86	96		0,59		0,02	3,56	2,78	1,74	0,24
Всего Полдник в			3,89	5,89	46,82	256	0,03	0,61	0,02	0,09	24,79	40,98	7,96	0,63
Всего 1 неделю среда в			34,54	57,43	214,5	1512,000	0,39	15,76	0,27	6,02	940,08	552,72	164,74	68,92

День:	Четверг
Неделя:	Первая
Сезон:	Весенний
Категория:	с 7 до 11 лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														

0000333	Макароны с сыром	200	10,5	14,36	34,48	309	0,22	0,07	1,04	186,91	96,98	0,04	0,01	
0000685	Чай с сахаром	200	0,18		12,68	51			0,08	0,25			0,04	
ПОРЦ003	Сыр (порциями)	30	7,47	9,54		116	0,02	0,45	0,08	0,11	300	177	16,5	0,33
ПОРЦ004	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,48	39	0,04			0,68	6,6	38,8	11,4	0,9
Всего Завтрак в			19,69	24,18	54,64	515	0,1	0,67	0,15	1,91	493,76	312,78	27,94	1,28
Обед														
0000134	Суп крестьянский с крупой	250	1,89	4,61	12,98	101	0,05	8		0,77	22,79	43,59	18,05	0,57
0000520	Пюре картофельное	180	3,66	5,62	24,04	161	0,14	12,45	0,01	1,5	43,07	100,22	34,1	1,23
ПОРЦ004	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36	0,04			0,3	7,57	45,94	13,4	0,87
ПОРЦ004	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,48	39	0,04			0,68	6,6	38,8	11,4	0,9
РЫБА234	Котлеты или биточки из трески с соусом сметанным	100	8,05	8,07	6,61	131	0,06	0,25		1,88	30,49	113,94	20,29	0,72
0000045	Салат из квашеной капусты	60	1,00	3,00	4,60	49	0,01	15,20	0,		25,24	16,44	8,61	0,35
СЛАД352	Кисель из яблок	200	0,12	0,11	26,64	108	0,01	19,8		0,03	7,39	8,23	2,35	0,63
Всего Обед в			17,86	21,97	89,08	625	0,4	55,70	0,13	5,16	143,15	367,16	108,20	5,27
Полдник														
МУЧ0402	Оладьи с изюмом на молоке с маслом	160	10,32	17,63	66,78	467	0,02		0,03	1,82	15,66	24,71	7,34	0,53
НАПО386	Ряженка	200	5,64	10,56	7,46	147	0,03	0,24	0,05	0	218,24	160,08	24,36	0,17
Всего Полдник в			15,96	28,19	74,24	614	0,05	0,24	0,08	1,82	233,9	184,79	31,7	0,7
Всего 1 неделю четверг в			53,51	74,34	218,0	1754,000	0,46	56,61	0,36	8,89	870,81	864,73	167,84	7,25

День:	Пятница
Неделя:	Первая
Сезон:	Весенний
Категория:	с 7 до 11 лет

№ рец.	Приём пищи,	Масса	Пищевые вещества (г)	Энергетическая	Витамины (мг)	Минеральные вещества (мг)
--------	-------------	-------	----------------------	----------------	---------------	---------------------------

	наименование блюда	порции	Б	Ж	У	ценность (ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
0000340	Омлет натуральный	200	18,93	28,74	3,41	348	0,09	0,28	0,27	0,46	130,88	289,78	21,9	3,22
БУТ0002	Бутерброды с повидлом	55	2,51	3,85	22,03	133	0,06	0,04	0,01	0,09	14,61	71,6	21,33	1,54
НАП0379	Кофейный напиток с молоком	200	2,63	2,82	22,44	126	0,03	0,52	0,01	0,28	105,95	78,3	12,18	0,1
ПОРЦ004	Хлеб пшеничный	40	3,4	0,64	14,8	79	0,11			0,3	17,2	105,6	30,8	2
Всего Завтрак в			27,47	36,05	62,68	686	0,29	0,84	0,29	1,13	268,64	545,28	86,21	6,86
Обед														
0000332	Макаронные изделия отварные	200	2,35	0,24	14,43	69				1,6				
0000633	Компот из яблок и слив	200	0,23	0,07	25,33	103	0,01	14		0,5	6,76	5,39	3,13	0,54
МЯСО279	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	110	8,45	13,02	10,73	194	0,03	0,72		1,21	8,91	80,75	12,2	1,1
ПОРЦ004	Хлеб пшеничный	40	3,4	0,64	14,8	79	0,11			0,3	17,2	105,6	30,8	2
ПОРЦ004	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,48	39	0,04			0,68	6,6	38,8	11,4	0,9
САЛ0023	Салат из свежих помидоров	60	0,63	3,2	2,6	42	0,02	4,78		2,17	9,09	16,73	9,20	0,43
СУП0099	Суп из овощей с горошком зеленым консервированным	250	1,76	4,62	10,25	90	0,07	8,8		2,2	27,32	44,92	19,35	0,71
Всего Обед в			18,36	22,11	85,66	616	0,3	28,30		7,45	75,88	292,2	86,08	5,68
Полдник														
0000358	Сырники из творога со сметаной	110	17,6	12,17	10,29	221	0,04	0,21	0,05	4,45	155,87	212,04	22,84	0,57
0000693	Какао с молоком	200	3,54	3,43	23,82	140	0,03	0,52	0,01	0,26	107,89	101,09	18,83	0,62
Всего Полдник в			21,14	15,6	34,11	361	0,07	0,73	0,06	4,71	263,76	313,13	41,67	1,19
Всего 1 неделю пятница в			66,97	73,76	182,45	1663,000	0,64	29,87	0,35	13,29	608,28	1150,60	214,0	13,73

День:	Понедельник
Неделя:	Вторая
Сезон:	Весенний
Категория:	с 7 до 11 лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
0000297	Каша рассыпчатая пшениная с молоком	200	6,29	4,44	20,88	149	0,04	0,68	0,02	0,44	137,87	102,23	15,9	0,07
0000685	Чай с джемом	200	0,25		11,38	47		0,18		0,05	1,92	2,84	1,43	0,16
ПЛОД338	Яблоки свежие	100	0,38	0,35	8,92	40	0,02	66		0,6	14,08	9,57	7,83	1,91
ПОРЦ003	Сыр (порциями)	15	3,74	4,77		58	0,01	0,23	0,04	0,11	150	88,5	8,25	0,17
ПОРЦ004	Хлеб пшеничный	40	3,4	0,64	14,8	79	0,11			0,3	17,2	105,6	30,8	2
Всего Завтрак в			14,06	10,2	55,98	373	0,18	67,09	0,06	1,5	321,07	308,74	64,21	4,31
Обед														
0000016	Салат из свежих огурцов	60	0,72	2,44	1,65	32	0,02	4,89	0,02	1,476	21,49	27,61	7,76	0,32
0000157	Солянка домашняя	250	4,16	5,15	8,24	96	0,05	4,89	0,01	0,5	14,6	63,34	14,7	1,01
0000699	Напиток лимонный	200	0,13	0,02	22,23	90	0,01	2,43		0,1	5,35	2,37	1,53	0,08
МЯСО265	Плов из свинины	200	16,83	35,2	31,89	512	0,13	1,59	0,3	1,08	17,74	214,89	44,67	2,18
ПОРЦ004	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36	0,04			0,3	7,57	45,94	13,4	0,87
ПОРЦ004	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,48	39	0,04			0,68	6,6	38,8	11,4	0,9
Всего Обед в			24,98	43,37	78,22	805	0,3	13,80	0,33	4,136	73,35	392,95	93,46	5,36
Полдник														
0000337	Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63				0,2				
КАШ0171	Каша из гречневой крупы с маслом	200	10,6	11,16	50,27	344	0,28		0,04	1,2	17,6	232,93	154,47	5,19
НАП0376	Чай с сахаром	200	0,08	0,03	12,94	52				0,08	0,25			0,04

Всего в	Полдник	15,78	15,79	63,51	459	0,28		0,04	1,48	17,85	232,93	154,47	5,23
Всего в	2 неделю понедельник	54,82	69	197,71	1636,800	0,75	80,89	0,43	7,116	412,27	934,62	312,14	14,90

День:	Вторник
Неделя:	Вторая
Сезон:	Весенний
Категория:	с 7 до 11 лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
0000362	Пудинг из творога со сметаной	200	24,88	19,76	36,38	423	0,07	0,3	0,08	1,5	235,58	320,9	38,8	1,37
0000685	Чай с сахаром	215	0,19		13,62	55				0,08	0,26			0,04
ПОРЦ003	Сыр (порциями)	30	7,47	9,54		116	0,02	0,45	0,08	0,11	300	177	16,5	0,33
ПОРЦ004	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,08	0,56	14,96	77	0,08			0,68	13,2	77,6	22,8	1,8
Всего Завтрак в			35,62	29,86	64,96	671	0,17	0,75	0,16	2,37	549,04	575,5	78,1	3,54
Обед														
0000297	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	200	10,35	7,78	47,15	300			0,02	5,12	1,22	1,74	0,03	0,02
0000392	Зразы рыбные рубленые (треска)	100	10,66	8,03	7,26	144	0,08	1,04	0,04	0,7	26,58	159,77	29,11	1,18
ПОРЦ004	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36	0,04			0,3	7,57	45,94	13,4	0,87
ПОРЦ004	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,48	39	0,04			0,68	6,6	38,8	11,4	0,9
0000045	Салат из квашеной капусты	60	1,00	3,00	4,60	49	0,01	15,20	0,		25,24	16,44	8,61	0,35
СЛАД348	Компот из изюма	200	0,55		32,84	134	0,04			0,5	22,79	35,91	11,69	0,88
СУП0113	Суп-лапша домашняя	250	2,55	5,07	13,54	110	0,01	0,7		0,89	8,67	5,46	1,88	0,11
Всего Обед			28,25	24,44	119,60	812	0,22	16,94	0,18	8,19	98,67	304,06	76,12	4,31

В														
Полдник														
МАК0205	Макароны отварные с овощами	200	6,25	7,65	39,46	252	0,01	5,84		3,9	26,44	26,22	11,58	0,49
НАП0389	Сок яблочный	200	0,75		20,57	85	0,01	1,6		0,2	21,12	19,14	10,44	2,61
Всего Полдник			7	7,65	60,03	337	0,02	7,44		4,1	47,56	45,36	22,02	3,1
Всего 2 неделю вторник			70,87	61,95	244,59	1820,000	0,41	25,13	0,34	14,66	695,27	924,92	176,24	10,95

День:	Среда
Неделя:	Вторая
Сезон:	Весенний
Категория:	с 7 до 11 лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
0000160	Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,25	5,09	19,87	146	0,06	0,65	0,02	0,97	135,7	113,47	18,02	0,36
0000003	Бутерброды с сыром	35	5,22	8,12	5,6	116	0,04	0,42	0,05	0,1	164,85	121,9	11,57	0,76
0000686	Чай с лимоном	200	0,23	0,01	12,45	51		0,96		0,07	2,18	0,93	0,6	0,04
ПОРЦ004	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,08	0,56	14,96	77	0,08			0,68	13,2	77,6	22,8	1,8
Всего Завтрак			13,78	13,78	52,88	390	0,18	2,03	0,07	1,82	315,93	314	52,99	3,0
Обед														
0000050	Салат из свеклы с сыром	60	3,39	4,39	4,16	70	0,01	4,6	0,04	1,026	124,30	75,56	10,09	0,61
0000116	Борщ с фасолью и картофелем	250	3,9	5,4	16,7	131				1,01				
0000693	Какао с молоком	200	3,54	3,43	23,82	140	0,03	0,52	0,01	0,26	107,89	101,09	18,83	0,62

ПТИ0289	Рагу из курицы	200	16,52	19,71	17,75	314	0,14	8,87	0,04	1,65	32,86	184,35	39,15	2,18
ПОРЦ004	Хлеб пшеничный	40	3,4	0,64	14,8	79	0,11			0,3	17,2	105,6	30,8	2
Всего Обед в			30,8	33,57	77,23	734	0,29	13,95	0,09	4,246	282,25	466,60	98,87	5,41
Полдник														
0000632	Компот из смеси свежих плодов и бахчевых	200	0,34	0,1	32,35	132	0,03	15,22		0,45	9,06	6,13	33,28	0,77
МУЧ0402	Оладьи с изюмом на молоке с маслом	160	10,32	17,63	66,78	467	0,02		0,03	1,62	15,66	24,71	7,34	0,53
ПЛОД338	Груши свежие	100	0,4	0,3	9,5	42	0,02	5		0,5	19	16	12	2,3
Всего Полдник в			11,06	18,03	108,63	641	0,07	20,22	0,03	2,57	43,72	46,84	52,62	3,6
Всего 2 неделю среда в			55,59	65,38	238,74	1764,600	0,54	36,20	0,19	8,636	641,90	827,34	204,48	11,97

День:	Четверг
Неделя:	Вторая
Сезон:	Весенний
Категория:	с 7 до 11 лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
0000685	Чай с джемом	220	0,28		12,52	51		0,19		0,05	2,11	3,13	1,57	0,17
КАШ0173	Каша вязкая молочная пшеничная с сахаром	200	7,66	3,23	45,12	240	0,13	0,49	0,01	1,14	100,83	182,70	11,60	1,90
ПЛОД338	Груши свежие	100	0,4	0,3	9,5	42	0,02	5		0,5	19	16	12	2,3
ПОРЦ004	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,08	0,56	14,96	77	0,08			0,68	13,2	77,6	22,8	1,8
Всего Завтрак			11,4	4,09	82,10	410	0,23	5,68	0,01	2,37	135,14	279,43	47,97	6,17

Обед														
0000638	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	1,04		36,52	150	0,01	0,74		0,6	665,55	29,61	37,02	61,86
МЯСО265	Плов из свинины	200	16,83	35,2	31,89	512	0,13	1,59	0,3	1,08	17,74	214,89	44,67	2,18
ПОРЦ004	Хлеб пшеничный	40	3,4	0,64	14,8	79	0,11			0,3	17,2	105,6	30,8	2
ПОРЦ004	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,48	39	0,04			0,68	6,6	38,8	11,4	0,9
0000050	Салат из свеклы с сыром	60	3,39	4,39	4,16	70	0,01	4,6	0,04	1,026	124,30	75,56	10,09	0,61
ЩИ00093	Щи по-уральски с перловой крупой	250	1,96	4,46	6,86	75	0,04	7,9		0,71	32,21	44,98	13,22	0,69
Всего Обед в			28,16	44,97	101,7	925	0,34	14,79	0,34	4,396	863,60	509,44	147,20	68,24
Полдник														
СЛАД352	Кисель из яблок	200	0,12	0,11	26,64	108	0,01	19,8		0,1	7,39	8,23	2,35	0,63
ТВГО219	Сырники из творога с соусом сметанным	150	17,21	15,48	13,15	261	0,04	0,19	0,05	4,45	139,19	195,52	20,98	0,54
Всего Полдник в			17,33	15,59	39,79	369	0,05	19,99	0,05	4,55	146,58	203,75	23,33	1,17
Всего 2 неделю пятница в			57,39	79,66	186,9	1694,240	0,58	35,67	0,47	9,144	1291,11	1022,47	238,10	71,53
Итого			566,38	645,05	2090,49	16446,880	5,88	551,79	2,98	96,26	7055,7	9353,09	2113,56	243,3
Среднее за период			56,52	63,2	222,16	1684,000	0,61	65,68		11,23	705,35	917,06	271,45	26,45
Минимальные нормативные значения			77	79	335	2350,000	1,2	60	0,7	10	1100,000	1650,000	250	12