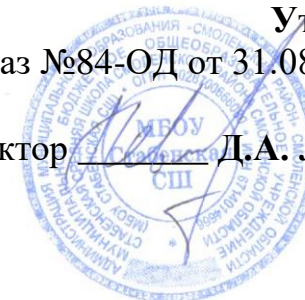


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СТАБЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА
СМОЛЕНСКОГО РАЙОНА СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ**

Утверждаю
Приказ №84-ОД от 31.08.2022 года

Директор  Д.А. Левшин



**ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК)
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ
ВОЗРАСТ 7 - 11 ЛЕТ**

Документ подписан простой электронной подписью
Дата, время подписания: 16.05.2023 12:02:26
Ф.И.О. должностного лица: Зайцева Алена Валерьевна
Должность: Заместитель директора
Уникальный программный ключ: bf69d7d6-71ff-42c2-9dcb-cc4ba80d1831

Примерное 10-дневное меню горячего завтрака для обучающихся с сахарным диабетом 7-11 лет

№ Справочник рецептуры блюд	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл	Витамины, мг на 100 г			Минеральные в-ва			
							В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
	ДЕНЬ № 1												
	Горячий завтрак												
Т.К № 6.9	Вермишель отварная с тертым сыром	100	7	6.1	20.6	168	0.10	0.70	0.00	6.80	107.30	12.40	0.60
Т.К № 11.6а	Компот из смеси сухофруктов без сахара	200	0	0	15.4	60	0.00	0.30	0.20	18.90	29.70	14.60	0.50
	Хлеб пшеничный	30	2.5	0.31	16.25	78.12							
№ 338 сборник	Фрукты свежие	100	0.40	0.40	9.80	47.00	0.03	10.00	0.00	16.00	11.00	9.00	2.20
	Итого:		9.90	6.81	62.05	353.12	0.13	11.00	0.20	41.70	148.00	36.00	3.30
	ДЕНЬ № 2												
	Горячий завтрак												
Т.К № 6.5а	Каша гречневая рассыпчатая	150	5.40	3.30	25.70	148.00	0.20	1.30	0.00	129.80	201.90	90.30	2.70
Т.К. № 2.4.	Гуляш из отварного мяса	50/70	15.70	17.70	4.00	237.00	0.10	12.50	0.80	28.00	202.90	27.20	1.30
Т.К. № 11.10а	Чай с лимоном без сахара	200/7	0	0	0.2	2	0.00	2.90	0.00	7.80	9.70	5.20	0.90
	Хлеб дарницкий	30	2.13	0.31	13.75	65.60							
	Итого:		23.23	21.31	43.65	452.60	0.30	16.70	0.80	165.60	414.50	122.70	4.90
	ДЕНЬ № 3												
	Горячий завтрак												
Т.К № 6.1	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7.10	7.20	27.80	220.00	0.20	1.70	0.20	129.10	176.40	45.10	2.10
Т.К. № 11.11а	Чай с молоком без сахара	200	1.60	1.60	3.40	26.00	0.02	3.60	0.01	67.80	54.70	12.20	0.90
	Батон нарезной	30	2.25	0.9	15.9	81							
№ 338 сборник	Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	47	0.03	10.00	0.00	16.00	11.00	9.00	2.20
	Итого:		11.35	10.10	56.90	374.00	0.25	15.30	0.21	212.90	242.10	66.30	5.20
	ДЕНЬ № 4												
	Горячий завтрак												
Т.К. № 2.11	Рагу из овощей с отварным мясом	200	15.80	16.90	20.10	298.00	0.20	35.80	0.70	91.60	238.70	61.60	2.40
Т.К № 11.6а	Компот из смеси сухофруктов без сахара	200	0	0	15.4	60	0	0.3	0.2	18.9	29.7	14.6	0.5
	Хлеб дарницкий	30	2.13	0.31	13.75	65.6							
№ 338 сборник	Фрукты свежие	120	0.48	0.36	12.36	56.4	0.02	6.00	0.00	22.80	19.20	14.40	2.76
	Итого:		18.41	17.57	61.61	480.00	0.22	42.10	0.90	133.30	287.60	90.60	5.66
	ДЕНЬ № 5												
	Горячий завтрак												
Т.К №5.46	Суфле творожное паровое без сахара	75	12.1	3	5.9	100	1.6	0.60	26.20	128.30	213.00	29.00	0.03
№ 338 сборник	Фрукты свежие	150	0.6	0.6	14.7	70.5	0.04	15.00	0.00	24.00	16.50	13.50	3.30
Т.К. № 11.11а	Чай с молоком без сахара	200	1.60	1.60	3.40	26.00	0.02	3.60	0.01	67.80	54.70	12.20	0.90
	Итого:		14.30	5.20	24.00	196.50	1.66	19.20	26.21	220.10	284.20	54.70	4.23
	ДЕНЬ № 6												
	Горячий завтрак												
Т.К № 6.1	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7.10	7.20	27.80	220.00	0.20	1.70	0.20	129.10	176.40	45.10	2.10
Т.К. № 11.10а	Чай с лимоном без сахара	200/7	0	0	0.2	2	0.00	2.90	0.00	7.80	9.70	5.20	0.90
	Батон подмосковный	30	2.3	0.75	16.8	83.5							
№ 338 сборник	Фрукты свежие	120	48.00	48.00	11.76	56.40	0.04	12.00	0.00	19.20	13.20	10.80	2.64
	Итого:		57.40	55.95	56.56	361.90	0.24	16.60	0.20	156.10	199.30	61.10	5.64
	ДЕНЬ № 7												
	Горячий завтрак												
Т.К № 2.10а	Плов из риса с отварным мясом	200	16.30	18.50	38.80	390.00	0.20	10.40	0.00	27.90	255.20	53.90	1.80
Т.К № 11.6а	Компот из смеси сухофруктов без сахара	200	0.00	0.00	15.40	60.00	0.00	0.30	0.20	18.90	29.70	14.60	0.5
	Хлеб пшеничный	30	2.05	0.31	26.25	78.12							
№ 338 сборник	Фрукты свежие	100	0.40	0.40	9.80	47.00	0.03	10.00	0.00	16.00	11.00	9.00	2.20
	Итого:		18.75	19.21	90.25	575.12	0.23	20.70	0.20	62.80	295.90	77.50	4.50
	ДЕНЬ № 8												
	Горячий завтрак												
Т.К № 7.1	Пюре картофельное	120	2.60	4.00	18.10	125.00	0.10	4.00	0.03	37.60	68.00	23.20	0.80
Т.К. № 2.4.	Гуляш из отварного мяса	50/70	15.70	17.70	4.00	237.00	0.10	12.50	0.80	28.00	202.90	27.20	1.30
Т.К № 11.15	Сок томатный	200	2	0.2	5.8	36	0	59.20	0.00	16.00	0.00	0.00	0.30

Примерное 10-дневное меню для школьников с 7-11 лет 2020/21 год

обед

	Наименование блюда	Выход с 7-11 лет	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл	Витамины, мг на 100 г			Минеральные в-ва			
							В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	ДЕНЬ № 1												
	Обед												
№70-75	Овощи по сезону	60	0.85	3.60	4.90	55.68	0,0,12	3.99	0.00	1.62	21.30	24.36	12.40
№108(2)	Суп крестьянский с крупой	200	1.80	4.20	11.00	90.00	0.05	6.43	0.00	6.62	25.93	9.91	0.41
№243	Сосиска отварная с соусом	70/30	5.55	15.55	0.25	164.00	0.09	0.00	20.00	18.50	81.00	10.00	0.90
№353(2)	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.40	7.65	40.50	264.00	0.11	0.00	0.00	14.82	203.93	135.83	4.56
№349	Компот из сухофруктов	200	0.66	0.09	32.01	132.80	0.02	0.73	0.00	32.48	23.44	17.46	0.70
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	13.86	70.14	0.30	0.00	0.00	6.90	26.10	9.90	0.33
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1.68	0.33	14.10	68.97	0.03	0.00	0.00	6.90	31.80	7.50	0.93
	ИТОГО:		21.31	31.72	116.62	845.59	0.60	11.15	20.00	87.84	413.50	214.96	20.23
	ДЕНЬ № 2												
	Обед												
№70-75	Овощи по сезону	60	0.85	3.60	4.90	55.68	0,0,12	3.99	0.00	1.62	21.30	24.36	12.40
№ 95(2)	Щи из свежей капусты	200	2.20	3.60	6.40	66.00	0.05	12.62	0.00	39.40	39.20	17.70	0.66
№285	Шницель рыбный рубленый с соусом	70/30	14.30	6.60	9.60	156.00	0.06	0.43	18.50	55.16	124.38	27.91	0.99
№360	Картофель отварной или пюре картофельное	150	2.89	5.66	20.01	150.15	0.16	20.62	28.60	19.53	79.78	29.06	1.17
№342	Компот из св. яблок	200	0.16	0.16	27.88	114.6	0.01	0.90	0.00	14.18	4.40	5.14	0.95
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	13.86	70.14	0.30	0.00	0.00	6.90	26.10	9.90	0.33
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1.68	0.33	14.10	68.97	0.03	0.00	0.00	6.90	31.80	7.50	0.93
	ИТОГО:		24.45	20.25	96.75	681.54	0.61	38.56	47.10	143.69	326.96	121.57	17.43
	ДЕНЬ № 3												
	Обед												
№70-75	Овощи по сезону	60	0.85	3.60	4.90	55.68	0,0,12	3.99	0.00	1.62	21.30	24.36	12.40
№115(2)	Суп картофельный с бобовыми	200	4.60	3.40	15.60	112.00	0.09	6.60	0.00	23.36	54.06	21.82	0.90
№311(2)	Биточки мясные с соусом	70/30	10.20	13.40	10.33	203.75	0.11	0.18	15.13	29.36	124.95	23.38	1.70
№353(1)	Каша перловая рассыпчатая	150	8.40	7.65	40.50	264.00	0.11	0.00	0.00	14.82	203.93	135.83	4.56
№432	Кисломолочный продукт	200	1.6	1.6	12.4	70	0.04	1.33	10.00	126.60	92.80	15.40	0.41
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	13.86	70.14	0.30	0.00	0.00	6.90	26.10	9.90	0.33
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1.68	0.33	14.10	68.97	0.03	0.00	0.00	6.90	31.80	7.50	0.93
	ИТОГО:		29.70	30.28	111.69	844.54	0.68	12.10	25.13	209.56	554.94	238.19	21.23
	ДЕНЬ № 4												
№70-75	Овощи по сезону	60	0.85	3.60	4.90	55.68	0,0,12	3.99	0.00	1.62	21.30	24.36	12.40
№116(2)	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.15	2.27	13.96	94.60	0.09	6.60	0.00	23.36	54.06	21.82	0.90
№304	Плов из птицы	230	21.90	13.57	35.64	304.57	0.11	6.01	19.42	46.23	174.90	53.90	1.97
№407	Сок	200	1.00	0.00	20.20	84.80	0.02	4.00	0.00	14.00	1.40	8.00	2.80
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	13.86	70.14	0.30	0.00	0.00	6.90	26.10	9.90	0.33
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1.68	0.33	14.10	68.97	0.03	0.00	0.00	6.90	31.80	7.50	0.93
	ИТОГО:		29.95	20.07	102.66	678.76	0.55	20.60	19.42	99.01	309.56	125.48	19.33
	ДЕНЬ № 5												
№70-75	Овощи по сезону	60	0.85	3.60	4.90	55.68	0,0,12	3.99	0.00	1.62	21.30	24.36	12.40
№82	Борщ из свежей капусты с картофелем	200	1.44	3.94	8.75	83.00	0.04	8.54	0.00	39.78	43.68	20.90	0.98
№283	Биточки рыбные школьные с соусом	70/30	8.26	8.05	11.76	152.50	0.08	1.44	18.50	63.81	122.38	20.35	0.63
№175	Рагу из овощей	150	2.89	5.66	20.01	150.15	0.16	20.62	28.60	19.53	79.78	29.06	1.17
№342	Компот из свежих фруктов	200	0.16	0.16	27.88	114.6	0.01	0.90	0.00	14.18	4.40	5.14	0.95
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	13.86	70.14	0.30	0.00	0.00	6.90	26.10	9.90	0.33
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1.68	0.33	14.10	68.97	0.03	0.00	0.00	6.90	31.80	7.50	0.93
	ИТОГО:		17.65	22.04	101.26	695.04	0.62	35.49	47.10	152.72	329.44	117.21	17.39
	ДЕНЬ № 6												
№70-75	Овощи по сезону	60	0.85	3.60	4.90	55.68	0,0,12	3.99	0.00	1.62	21.30	24.36	12.40
№108(2)	Суп крестьянский с крупой	200	1.80	4.20	11.00	90.00	0.05	6.43	0.00	6.62	25.93	9.91	0.41
№246	Макароны отварные	150	5.52	4.52	26.45	168.45	0.06	0.00	0.00	4.86	37.17	21.12	1.10

№255	Печень по-строгановски	100	15.60	11.23	3.52	185.00	0.20	5.61	5782.00	33.24	239.32	17.47	5.00
№349	Компот из сухофруктов	200	0.66	0.09	32.01	132.80	0.02	0.73	0.00	32.48	23.44	17.46	0.70
№338 Тутельян	Фрукты свежие	100	1.50	0.50	21.00	95.00	0.03	10.00	0.00		16.00	11.00	9.00
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	13.86	70.14	0.30	0.00	0.00	6.90	26.10	9.90	0.33
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1.68	0.33	14.10	68.97	0.03	0.00	0.00	6.90	31.80	7.50	0.93
	ИТОГО:		29.98	24.77	126.84	866.04	0.69	26.76	5782.00	92.62	421.06	118.72	29.87
	ДЕНЬ № 7												
	Обед												
№70-75	Овощи по сезону	60	0.85	3.60	4.90	55.68	0,0,12	3.99	0.00	1.62	21.30	24.36	12.40
№82	Борщ из свежей капусты с картофелем	200	1.44	3.94	8.75	83.00	0.04	8.54	0.00	39.78	43.68	20.90	0.98
№ 290	Птица тушеная	100	31.01	33.24	21.00	281.30	0.07	0.75	66.27	40.27	70.72	15.08	1.03
№353(2)	Крупа пшеничная	150	8.60	6.09	38.64	243.75	0.11	0.00	0.00	14.82	203.93	135.83	4.56
№ПР407	Сок фруктовый	200	1.00	0.00	20.20	84.80	0.02	4.00	0.00	14.00	1.40	8.00	2.80
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	13.86	70.14	0.30	0.00	0.00	6.90	26.10	9.90	0.33
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1.68	0.33	14.10	68.97	0.03	0.00	0.00	6.90	31.80	7.50	0.93
	ИТОГО:		46.95	47.50	121.45	887.64	0.57	17.28	66.27	124.29	398.93	221.57	23.03
	ДЕНЬ № 8												
	Обед												
№70-75	Овощи по сезону	60	0.85	3.60	4.90	55.68	0,0,12	3.99	0.00	1.62	21.30	24.36	12.40
№ 114(2)	Суп картофельный с крупой	200	2.20	1.80	16.40	90.00	0.07	6.60	0.00	21.36	44.78	18.22	0.70
№283	Тефтели рыбные в соусе	70/30	8.26	8.05	11.76	152.50	0.08	1.44	18.50	63.81	122.38	20.35	0.63
№353(2)	Каша рисовая рассыпчатая	150	8.60	6.09	38.64	243.75	0.11	0.00	0.00	14.82	203.93	135.83	4.56
№342	Компот из св. фруктов	200	0.16	0.16	27.88	114.6	0.01	0.90	0.00	14.18	4.40	5.14	0.95
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	13.86	70.14	0.30	0.00	0.00	6.90	26.10	9.90	0.33
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1.68	0.33	14.10	68.97	0.03	0.00	0.00	6.90	31.80	7.50	0.93
	ИТОГО:		24.12	20.33	127.54	795.64	0.60	12.93	18.50	129.59	454.69	221.30	20.50
	ДЕНЬ № 9												
	Обед												
№70-75	Овощи по сезону	60	0.85	3.60	4.90	55.68	0,0,12	3.99	0.00	1.62	21.30	24.36	12.40
№113	Суп-лапша по-домашнему	200	1.56	5.40	6.23	85.30	0.03	11.32	0.00	41.30	39.52	13.50	0.53
№311	Биточки мясные с соусом	70/30	10.20	13.40	10.33	203.75	0.11	0.18	15.13	29.36	124.95	23.38	1.70
№353(2)	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.60	6.09	38.64	243.75	0.11	0.00	0.00	14.82	203.93	135.83	4.56
№349	Напиток из сухофруктов	200	0.66	0.09	32.01	132.80	0.02	0.73	0.00	32.48	23.44	17.46	0.70
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	13.86	70.14	0.30	0.00	0.00	6.90	26.10	9.90	0.33
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1.68	0.33	14.10	68.97	0.03	0.00	0.00	6.90	31.80	7.50	0.93
	ИТОГО:		25.92	29.21	120.07	860.39	0.60	16.22	15.13	133.38	471.04	231.93	21.15
	ДЕНЬ № 10												
	Обед												
№70-75	Овощи по сезону	60	0.85	3.60	4.90	55.68	0,0,12	3.99	0.00	1.62	21.30	24.36	12.40
№155	Суп картофельный с горохом	200	4.39	2.27	13.96	94.60	0.09	6.60	0.00	23.36	54.06	21.82	0.90
№342	Рагу из птицы	250	25.50	18.00	16.66	377.50	3.30	18.88	3.20	1095.00	64.50	61.33	180.33
№407	Сок фруктовый	200	1.00	0.00	20.20	84.80	0.02	4.00	0.00	14.00	1.40	8.00	2.80
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	13.86	70.14	0.30	0.00	0.00	6.90	26.10	9.90	0.33
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1.68	0.33	14.10	68.97	0.03	0.00	0.00	6.90	31.80	7.50	0.93
	ИТОГО:		35.79	24.50	83.68	751.69	3.74	33.47	3.20	1147.78	199.16	132.91	197.69
	ВСЕГО:		285.82	270.67	1108.56	7906.87	9.26	224.56	6043.85	2320.48	3879.28	1743.84	387.85
	СРЕДНЕЕ ЗА 1 ДЕНЬ:		28.58	27.07	110.86	790.69	0.93	22.46	604.39	232.05	387.93	174.38	38.79

*Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях (Сборник технических нормативов) 2011 год. Могильный М. П.; Тутельян В. А.; Зайцева Т. А. ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРОИЗВОДСТВУ КУЛИНАРНОЙ ПРОДУКЦИИ ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ОРГАНИЗОВАННЫХ КОЛЛЕКТИВАХ (К ГОСТ 30390-95/ГОСТ Р 50763-95) ТИТОВ 2006 ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО ДЛЯ врачей-диетологов, медицинских сестер диетических, специалистов общественного питания. Тутельян В.А., Гаппаров М.М.Г., Батурич А.К., Погожева А.В., Шарафетдинов Х.Х., Плотникова О.А., Павлючкова М.С., Гроздова Т.Ю., Ким И.И., Шатурная И.В., Керимова М.Г. 2014г.

Примерное 10-дневное меню для школьников с 11 лет и старше 2020/21 год

№ ТК по сборнику	Наименование блюда	Выход с 11-17 лет	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл	Витамины, мг на 100 г			Минеральные в-ва			
							В1	С	А	Ca	Р	Mg	Fe
	ДЕНЬ № 1												
	Обед												
№70-75	Овощи по сезону	100	1.41	6.01	8.26	92.80	0.02	6.65	0.00	35.50	40.60	20.70	1.32
№108(2)	Суп крестьянский с крупой	250	2.25	5.25	13.75	112.50	0.06	8.04	0.00	8.27	32.41	12.38	0.51
№243	Сосиска отварная с соусом	70/30	5.55	15.55	0.25	164.00	0.09	0.00	20.00	18.50	81.00	10.00	0.90
№353(2)	Каша гречневая рассыпчатая	180	10.80	9.18	49.00	316.80	0.14	0.00	0.00	19.74	244.72	163.00	6.07
№349	Компот из сухофруктов	100	0.40	0.20	10.80	47.00	0.00	13.00	0.01	0.30	16.00	2.20	9.00
№ПР481	Хлеб пшеничный	200	0.66	0.09	32.01	132.80	0.02	0.73	0.00	32.48	23.44	17.46	0.70
№ПР481	Хлеб ржаной	40	3.16	0.40	18.48	93.52	0.04	0.00	0.00	9.20	34.80	13.20	0.44
	ИТОГО:		24.23	36.68	132.55	959.42	0.37	28.42	20.01	123.99	472.97	238.94	18.94
	ДЕНЬ № 2												
	Обед												
№70-75	Овощи по сезону	100	1.41	6.01	8.26	92.80	0.02	6.65	0.00	35.50	40.60	20.70	1.32
№ 95(2)	Щи из свежей капусты	250	2.75	4.50	8.00	82.50	0.08	19.73	0.00	61.56	61.25	27.66	1.04
№285	Шницель рыбный рубленый с соусом	100	13.70	7.00	3.70	132.00	0.06	0.43	18.50	55.16	124.38	27.91	0.99
№360	Картофель отварной или пюре картофельное	180	7.35	6.02	35.23	224.38	0.08	0.00	0.00	6.41	49.51	28.13	1.47
№342	Компот из св. яблок	200	0.16	0.16	27.88	114.6	0.01	0.90	0.00	14.18	4.40	5.14	1.05
№ПР481	Хлеб пшеничный	40	3.16	0.40	18.48	93.52	0.04	0.00	0.00	9.20	34.80	13.20	0.44
№ПР481	Хлеб ржаной	40	2.23	0.44	18.75	91.73	0.04	0.00	0.00	9.18	42.29	9.98	1.24
	ИТОГО:		30.76	24.53	120.30	831.53	0.32	27.71	18.50	191.20	357.23	132.72	7.55
	ДЕНЬ № 3												
	Обед												
№70-75	Овощи по сезону	100	1.41	6.01	8.26	92.80	0.02	6.65	0.00	35.50	40.60	20.70	1.32
№115(2)	Суп картофельный с бобовыми	250	6.86	3.55	21.81	147.81	0.14	10.31	0.00	36.56	84.48	34.10	1.41
№311(2)	Биточки мясные с соусом	70/30	10.20	13.40	10.33	203.75	0.11	0.18	15.13	29.36	124.95	23.38	1.70
№353(1)	Каша перловая рассыпчатая	180	5.94	5.78	42.21	244.56	0.06	0.00	0.00	25.69	206.34	25.30	1.15
№432	Кисломолочный продукт	200	1.6	1.6	12.4	70	0.04	1.33	10.00	126.60	92.80	15.40	0.41
№ПР481	Хлеб пшеничный	40	3.16	0.40	18.48	93.52	0.04	0.00	0.00	9.20	34.80	13.20	0.44
№ПР481	Хлеб ржаной	40	2.23	0.44	18.75	91.73	0.04	0.00	0.00	9.18	42.29	9.98	1.24
	ИТОГО:		31.40	31.18	132.25	944.17	0.44	18.47	25.13	272.09	626.25	142.06	7.68
	ДЕНЬ № 4												
	Обед												
№70-75	Овощи по сезону	100	1.41	6.01	8.26	92.80	0.02	6.65	0.00	35.50	40.60	20.70	1.32
№116(2)	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.68	2.84	17.46	118.25	0.11	8.30	0.00	29.20	67.57	27.27	1.13
№304	Плов из птицы	280	22.20	68.00	28.00	716.00	0.26	2.00	200.00	24.00	340.00	70.00	2.00
№407	Сок	200	1.00	0.00	20.20	84.80	0.02	4.00	0.00	14.00	1.40	8.00	2.80
№ПР481	Хлеб пшеничный	200	0.68	0.28	20.76	88.20	0.01	100.00	0.00	21.34	3.44	3.44	0.63
№ПР481	Хлеб ржаной	40	3.16	0.40	18.48	93.52	0.04	0.00	0.00	9.20	34.80	13.20	0.44
	ИТОГО:		31.13	77.53	113.16	1193.57	0.46	120.95	200.00	133.24	487.81	142.61	8.32
	ДЕНЬ № 5												
	Обед												
№70-75	Овощи по сезону	100	1.41	6.01	8.26	92.80	0.02	6.65	0.00	35.50	40.60	20.70	1.32
№82	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	1.99	6.24	11.43	119.06	0.10	12.98	0.00	43.56	61.60	25.94	0.98
№283	Биточки рыбные школьные с соусом	70/30	8.26	8.05	11.76	152.50	0.08	1.44	18.50	63.81	122.38	20.35	0.63
№175	Рагу из овощей	180	3.21	6.28	22.21	166.67	0.18	22.89	31.75	0.00	21.68	88.54	32.26
№342	Компот из свежих фруктов	200	0.68	0.28	20.76	88.20	0.01	0.90	0.00	21.34	3.44	3.44	0.63
№ПР481	Хлеб пшеничный	40	3.16	0.40	18.48	93.52	0.04	0.00	0.00	9.20	34.80	13.20	0.44

№ПР481	Хлеб ржаной	40	2.23	0.44	18.75	91.73	0.04	0.00	0.00	9.18	42.29	9.98	1.24
	ИТОГО:		18.71	27.26	92.90	712.75	0.43	44.86	50.25	173.41	284.50	172.17	36.26
	ДЕНЬ №6												
	Обед												
№70-75	Овощи по сезону	100	1.41	6.01	8.26	92.80	0.02	6.65	0.00	35.50	40.60	20.70	1.32
№108(2)	Суп крестьянский с крупой	250	2.25	5.25	13.75	112.50	0.06	8.04	0.00	8.27	32.41	12.38	0.51
№246	Макароны отварные	180	7.35	6.02	35.23	224.38	0.08	0.00	0.00	6.41	49.51	28.13	1.47
№255	Печень по-строгановски	100	15.60	11.23	3.52	185.00	0.20	5.61	5782.00	33.24	239.32	17.47	5.00
№349	Компот из сухофруктов	100	0.90	0.20	10.80	47.00	0.00	13.00	0.01	0.30	16.00	2.20	9.00
№338 Тутильян	Фрукты свежие	100	0.40	0.20	10.80	47.00	0.00	13.00	0.01	0.30	16.00	2.20	9.00
№ПР481	Хлеб пшеничный	40	3.16	0.40	18.48	93.52	0.04	0.00	0.00	9.20	34.80	13.20	0.44
№ПР481	Хлеб ржаной	40	2.23	0.44	18.75	91.73	0.04	0.00	0.00	9.18	42.29	9.98	1.24
	ИТОГО:		33.30	29.75	119.59	893.93	0.44	46.30	5782.02	102.40	470.93	106.26	27.98
	ДЕНЬ № 7												
	Обед												
№70-75	Овощи по сезону	100	1.41	6.01	8.26	92.80	0.02	6.65	0.00	35.50	40.60	20.70	1.32
№82	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	2.51	6.36	14.98	134.06	0.11	10.48	0.00	36.44	70.91	30.23	1.16
№ 290	Птица тушеная	50/50	31.01	33.24	21.00	281.30	0.07	0.75	66.27	40.27	70.72	15.08	1.03
№353(2)	Крупа пшеничная	150	8.60	6.09	38.64	243.75	0.11	0.00	0.00	14.82	203.93	135.83	4.56
№ПР407	Сок фруктовый	200	1.00	0.00	20.20	84.80	0.02	4.00	0.00	14.00	1.40	8.00	2.80
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	13.86	70.14	0.30	0.00	0.00	6.90	26.10	9.90	0.33
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1.68	0.33	14.10	68.97	0.03	0.00	0.00	6.90	31.80	7.50	0.93
	ИТОГО:		48.58	52.33	131.04	975.82	0.66	21.88	66.27	154.83	445.46	227.24	12.13
	ДЕНЬ № 8												
	Обед												
№70-75	Овощи по сезону	100	1.41	6.01	8.26	92.80	0.02	6.65	0.00	35.50	40.60	20.70	1.32
№ 114(2)	Суп картофельный с крупой	250	3.30	2.70	24.00	135.00	0.10	9.90	0.00	32.04	67.17	27.33	1.05
№283	Тефтели рыбные в соусе	70/30	8.26	8.05	11.76	152.50	0.08	1.44	18.50	63.81	122.38	20.35	0.63
№353(2)	Каша рисовая рассыпчатая	180	3.21	6.28	22.21	166.67	0.18	22.89	31.75	0.00	21.68	88.54	32.26
№342	Компот из св. фруктов	200	0.16	0.16	27.88	114.6	0.01	0.90	0.00	14.18	4.40	5.14	0.95
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	13.86	70.14	0.30	0.00	0.00	6.90	26.10	9.90	0.33
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1.68	0.33	14.10	68.97	0.03	0.00	0.00	6.90	31.80	7.50	0.93
	ИТОГО:		20.39	23.83	122.07	800.68	0.72	41.78	50.25	159.33	314.13	179.46	37.47
	ДЕНЬ №9												
	Обед												
№70-75	Овощи по сезону	100	1.41	6.01	8.26	92.80	0.02	6.65	0.00	35.50	40.60	20.70	1.32
№113	Суп-лапша по-домашнему	250	1.86	6.14	7.61	95.31	0.05	12.35	0.00	44.85	41.98	18.60	0.73
№311	Биточки мясные с соусом	70/30	10.20	13.40	10.33	203.75	0.11	0.18	15.13	29.36	124.95	23.38	1.70
№353(2)	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.60	6.09	38.64	243.75	0.11	0.00	0.00	14.82	203.93	135.83	4.56
№349	Напиток из сухофруктов	200	0.66	0.09	32.01	132.80	0.02	0.73	0.00	32.48	23.44	17.46	0.70
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	13.86	70.14	0.30	0.00	0.00	6.90	26.10	9.90	0.33
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1.68	0.33	14.10	68.97	0.03	0.00	0.00	6.90	31.80	7.50	0.93
	ИТОГО:		26.78	32.36	124.81	907.52	0.64	19.91	15.13	170.81	492.80	233.37	10.27
	ДЕНЬ № 10												
	Обед												
№70-75	Овощи по сезону	100	1.41	6.01	8.26	92.80	0.02	6.65	0.00	35.50	40.60	20.70	1.32
№155	Суп картофельный с горохом	250	6.86	3.55	21.81	147.81	0.14	10.31	0.00	36.56	84.48	34.10	1.41
№342	Рагу из птицы	250	25.50	18.00	16.66	377.50	3.30	18.88	3.20	1095.00	64.50	61.33	180.33
№407	Сок фруктовый	200	1.00	0.00	20.20	84.80	0.02	4.00	0.00	14.00	1.40	8.00	2.80
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	13.86	70.14	0.30	0.00	0.00	6.90	26.10	9.90	0.33
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1.68	0.33	14.10	68.97	0.03	0.00	0.00	6.90	31.80	7.50	0.93

ИТОГО:		38.82	28.19	94.89	842.02	3.81	39.84	3.20	1194.86	248.88	141.53	187.12
ВСЕГО:		304.10	363.63	1183.55	9061.41	8.30	410.10	6230.76	2676.15	4200.95	1716.35	353.70
СРЕДНЕЕ ЗА ДЕНЬ:		30.41	36.36	118.36	906.14	0.83	41.01	623.08	267.62	420.09	171.63	35.37