

гласовано

ректор

«ОУ»Панкрушихинская СОШ

мени героя советского

юза Д.А.Бакурова»

Ермакова Е.А.

2024г

езон:осенний-зимний

Утверждаю

Директор ООО «Пищевик»

Улыбышева И.С.

«30»

08

2024г

Примерное циклическое двадцати дневное меню горячих завтраков для детей ОВЗ

МКОУ «Панкрушихинская СОШ имени героя советского союза Д.А.Бакурова»

| №рецептур<br>ы или<br>технологичес<br>кой<br>карты | Наименование блюда           | Масса<br>порции<br>(гр) | Пищевые вещества(г) |      |              | Энергетическая<br>ценность(к<br>кал) | Витамины (мг) |      |       |       | Минеральные вещества(мг) |       |       |      |
|----------------------------------------------------|------------------------------|-------------------------|---------------------|------|--------------|--------------------------------------|---------------|------|-------|-------|--------------------------|-------|-------|------|
|                                                    |                              |                         | Белки               | Жиры | Углевод<br>ы |                                      | B1            | C    | A     | B2    | Ca                       | Mg    | P     | Fe   |
| День 1(понедельник)                                |                              |                         |                     |      |              |                                      |               |      |       |       |                          |       |       |      |
| Завтрак                                            |                              |                         |                     |      |              |                                      |               |      |       |       |                          |       |       |      |
| 54-9к                                              | Каша вязкая молочная овсяная | 250                     | 10,7                | 15,9 | 42,7         | 357,1                                | 0,26          | 0,65 | 65,5  | 0,22  | 173                      | 79    | 291   | 2,3  |
| 54-2гн                                             | Чай с сахаром                | 200                     | 0,2                 | 0    | 6,5          | 26,8                                 | 0             | 0,04 | 0,3   | 0,01  | 4,5                      | 3,8   | 7,2   | 0,7  |
| пр                                                 | Хлеб пшеничный               | 50                      | 3,95                | 1    | 24,15        | 116,9                                | 0,05          | 0    | 0     | 0,65  | 11,5                     | 43,5  | 16,5  | 0,55 |
|                                                    | Итого:                       | 500                     | 14,85               | 16,9 | 73,35        | 500,8                                | 0,31          | 0,69 | 65,8  | 0,88  | 189                      | 126,3 | 314,7 | 3,55 |
| обед                                               |                              |                         |                     |      |              |                                      |               |      |       |       |                          |       |       |      |
| 54-8с                                              | Суп картофельный с горохом   | 300                     | 10,02               | 6,9  | 24,42        | 199,71                               | 0,22          | 7,14 | 145,8 | 0,084 | 40,5                     | 43,5  | 120,6 | 2,21 |
| 54-1г                                              | Макароны отварные с маслом   | 200                     | 6,2                 | 9,3  | 35,3         | 250,2                                | 0,08          | 2,68 | 405,5 | 0,05  | 24                       | 24    | 67    | 1,2  |
| 54-2м                                              | Гуляш из отаарной говядины   | 120                     | 20,4                | 20,4 | 4,7          | 283,6                                | 0,06          | 1,7  | 38,4  | 0,14  | 17                       | 28    | 199   | 3    |

|                 |         |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |       |       |
|-----------------|---------|------------------------------------------|------|-------|-------|--------|---------|-------|-------|--------|-------|--------|--------|-------|-------|
| Сб.202<br>1г    | 54-Згн  | Чай с лимоном                            | 200  | 0,3   | 0     | 6,7    | 27,9    | 0     | 1,16  | 0,38   | 0,01  | 6,9    | 4,6    | 8,5   | 0,8   |
|                 | пр      | Хлеб пшеничный                           | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5   | 43,5   | 16,5  | 0,55  |
| Сб.202<br>1г    | 54-2з   | Огурец в нарезке                         | 100  | 0,8   | 0,1   | 2,5    | 14,1    | 0,03  | 10    | 10     | 0,04  | 23     | 14     | 42    | 0,6   |
|                 | пр      | пряник                                   | 100  | 7,08  | 5,68  | 90     | 439,2   | 0,08  | 0     | 0      | 0,04  | 13,2   | 10,8   | 60    | 0,96  |
|                 |         | Итого:                                   | 1070 | 48,75 | 43,38 | 187,77 | 1331,61 | 0,52  | 22,68 | 600,08 | 1,014 | 136,1  | 168,4  | 513,6 | 9,32  |
|                 |         | Итого:                                   | 1570 | 63,6  | 60,28 | 261,12 | 1632,41 | 0,83  | 23,37 | 665,88 | 1,894 | 325,1  | 294,7  | 828,3 | 12,87 |
| День 2(вторник) |         |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |       |       |
| Завтрак         |         |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |       |       |
| Сб.202<br>1г    | 54-1о   | Омлет натуральный                        | 200  | 16,9  | 25,9  | 4,2    | 316,3   | 0,08  | 0,4   | 262,4  | 0,5   | 144    | 22     | 269   | 2,8   |
| Сб.202<br>1г    | 54-2гн  | Чай с сахаром                            | 200  | 0,2   | 0     | 6,5    | 26,8    | 0     | 0,04  | 0,3    | 0,01  | 4,5    | 3,8    | 7,2   | 0,7   |
|                 | пр      | Хлеб пшеничный                           | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5   | 43,5   | 16,5  | 0,55  |
|                 |         | Итого:                                   | 450  | 21,05 | 26,9  | 34,85  | 460     | 0,13  | 0,44  | 262,7  | 1,16  | 160    | 69,3   | 292,7 | 4,05  |
| обед            |         |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |       |       |
| Сб.202<br>1г    | 54-2с   | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 300  | 7,05  | 9,15  | 15,15  | 171,33  | 0,048 | 10,14 | 206,7  | 0,063 | 50,4   | 28,8   | 63,9  | 1,3   |
| Сб.202<br>1г    | 54-9м   | Жаркое по-домашнему                      | 250  | 25,1  | 24,2  | 21,5   | 403,7   | 0,17  | 11,9  | 44     | 0,23  | 32     | 56     | 288   | 4,3   |
| Сб.202<br>1г    | 54-23хн | Кисель из черной смородины               | 200  | 0,2   | 0,1   | 12,3   | 50,5    | 0,01  | 19,2  | 2,45   | 0,01  | 9,8    | 6,47   | 11    | 0,29  |
| Сб.200<br>7г    | 430     | Булочка «российская»                     | 60   | 4,3   | 4,81  | 29,22  | 177     | 0,07  | 0,01  | 9      | 0     | 16,4   | 43,7   | 15,1  | 0,74  |
|                 | пр      | Хлеб пшеничный                           | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5   | 43,5   | 16,5  | 0,55  |
|                 |         | Итого:                                   | 860  | 40,6  | 39,26 | 102,32 | 919,43  | 0,348 | 41,25 | 262,15 | 0,953 | 120,1  | 178,47 | 394,5 | 7,18  |
|                 |         | Итого:                                   | 1310 | 61,65 | 66,16 | 137,17 | 1579,43 | 0,478 | 41,69 | 524,85 | 2,113 | 280,1  | 247,77 | 687,2 | 11,23 |
| День 3(среда)   |         |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |       |       |
| Завтрак         |         |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |       |       |
| Сб.202<br>1г    | 54-2г   | Макароны отварные с овощами              | 200  | 6,2   | 9,3   | 35,3   | 250,2   | 0,08  | 2,68  | 405,5  | 0,05  | 24     | 24     | 67    | 1,2   |
| Сб.202<br>1г    | 54-2ги  | Чай с сахаром                            | 200  | 0,2   | 0,0   | 6,5    | 26,8    | 0,0   | 0,04  | 0,3    | 0,01  | 4,5    | 3,8    | 7,2   | 0,7   |
|                 | Пр      | Хлеб пшеничный                           | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5   | 43,5   | 16,5  | 0,55  |
|                 |         | Итого:                                   | 450  | 10,35 | 10,3  | 65,95  | 393,9   | 0,13  | 2,72  | 405,8  | 0,71  | 40     | 71,3   | 90,7  | 2,45  |
| обед            |         |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |       |       |
| Сб.202<br>1г    | 54-7с   | Суп картофельный с макаронными изделиями | 300  | 7,74  | 4,17  | 27,75  | 179,4   | 0,129 | 10,32 | 146,4  | 0,078 | 20,7   | 31,2   | 81,9  | 1,29  |
| Сб.202<br>1г    | 54-11м  | Плов из отварной говядины                | 250  | 19,1  | 19,3  | 48,2   | 443     | 0,08  | 0,9   | 339,2  | 0,14  | 24     | 55     | 241   | 2,8   |
| Сб.202<br>1г    | 54-1хн  | Компот из с/ф                            | 200  | 0,5   | 0     | 19,8   | 81      | 0     | 0     | 15     | 0     | 50     | 2      | 4     | 0,1   |
|                 | Пр      | Хлеб пшеничный                           | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5   | 43,5   | 16,5  | 0,55  |
|                 |         | Итого:                                   | 800  | 31,29 | 24,47 | 119,9  | 820,3   | 0,259 | 11,22 | 500,6  | 0,868 | 106,2  | 131,7  | 343,4 | 4,74  |
|                 |         | Итого:                                   | 1250 | 41,64 | 34,77 | 185,85 | 1214,2  | 0,389 | 13,94 | 906,4  | 1,578 | 146,2  | 203    | 434,1 | 7,19  |
| День 4(четверг) |         |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |       |       |
| Завтрак         |         |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |       |       |
| Сб.202<br>1г    | 54-6к   | Каша вязкая молочная пшенная             | 250  | 10,4  | 14,5  | 46,9   | 359,9   | 0,23  | 0,68  | 67,3   | 0,19  | 158    | 61     | 231   | 1,6   |
| Сб.200          | 16      | Бутерброд с маслом сыром                 | 50   | 13,78 | 12,64 | 60,11  | 394,35  | 0,17  | 0     | 2,15   | 0,44  | 215,99 | 42,91  | 217   | 1,74  |

|                     |          |                                             |      |       |       |        |         |       |        |        |       |        |        |        |       |
|---------------------|----------|---------------------------------------------|------|-------|-------|--------|---------|-------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|-------|
| 7г                  |          |                                             |      |       |       |        |         |       |        |        |       |        |        |        |       |
| С6.202<br>1г        | 54-2ги   | Чай с сахаром                               | 200  | 0,2   | 0,0   | 6,5    | 26,8    | 0,0   | 0,04   | 0,3    | 0,01  | 4,5    | 3,8    | 7,2    | 0,7   |
|                     | Пр       | Хлеб пшеничный                              | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0      | 0      | 0,65  | 11,5   | 43,5   | 16,5   | 0,55  |
|                     |          | Итого:                                      | 550  | 28,33 | 28,14 | 137,66 | 897,95  | 0,45  | 0,72   | 69,75  | 1,29  | 389,99 | 151,21 | 471,7  | 4,59  |
| обед                |          |                                             |      |       |       |        |         |       |        |        |       |        |        |        |       |
| С6.202<br>1г        | 54-15с   | Рассольник ленинградский с рисом            | 300  | 1,77  | 2,55  | 14,4   | 87,54   | 0,042 | 4,89   | 198,66 | 0,036 | 17,7   | 17,7   | 20,7   | 0,6   |
| С6.202<br>1г        | 54-4г    | Каша гречневая рассыпчатая                  | 200  | 11    | 9,3   | 47,9   | 318,5   | 0,28  | 0      | 36,6   | 0,16  | 19     | 160    | 240    | 5,4   |
| С6.202<br>1г        | 54-4м    | Котлеты из говядины                         | 75   | 13,7  | 13,6  | 12,2   | 226,3   | 0,05  | 0,09   | 23,1   | 0,11  | 29     | 20     | 137    | 1,9   |
| С6.202<br>1г        | 54-3соус | Соус красный основной                       | 100  | 3,3   | 2,7   | 8,9    | 73,1    | 0,02  | 2,68   | 131,8  | 0     | 9      | 12,2   | 23,6   | 0,5   |
| С6.202<br>1г        | 54-21гн  | Какао с молоком                             | 200  | 4,6   | 4,4   | 12,5   | 107,2   | 0,04  | 0,68   | 17,25  | 0,17  | 143    | 34,3   | 130    | 1,1   |
|                     | Пр       | Хлеб пшеничный                              | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0      | 0      | 0,65  | 11,5   | 43,5   | 16,5   | 0,55  |
|                     |          | Итого:                                      | 925  | 38,32 | 33,55 | 120,05 | 929,54  | 0,482 | 8,34   | 407,41 | 1,126 | 229,2  | 287,7  | 567,8  | 10,05 |
|                     |          | Итого:                                      | 1475 | 66,65 | 61,69 | 257,71 | 1627,49 | 0,932 | 9,06   | 477,16 | 2,416 | 619,19 | 438,91 | 1039,5 | 14,64 |
| 5 день (пятница)    |          |                                             |      |       |       |        |         |       |        |        |       |        |        |        |       |
| Завтрак             |          |                                             |      |       |       |        |         |       |        |        |       |        |        |        |       |
| С6.202<br>1г        | 54-3г    | Макароны отварные с сыром                   | 200  | 10,5  | 9,6   | 38,2   | 280,9   | 0,08  | 0,06   | 51,1   | 0,07  | 168    | 15     | 133    | 1,0   |
| С6.202<br>1г        | 54-2ги   | Чай с сахаром                               | 200  | 0,2   | 0,0   | 6,5    | 26,8    | 0,0   | 0,04   | 0,3    | 0,01  | 4,5    | 3,8    | 7,2    | 0,7   |
|                     | Пр       | Хлеб пшеничный                              | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0      | 0      | 0,65  | 11,5   | 43,5   | 16,5   | 0,55  |
|                     |          | Итого:                                      | 250  | 14,65 | 10,6  | 68,85  | 424,6   | 0,13  | 0,1    | 51,4   | 0,73  | 184    | 62,3   | 156,7  | 2,25  |
| обед                |          |                                             |      |       |       |        |         |       |        |        |       |        |        |        |       |
| С6.202<br>1г        | 54-9с    | Суп картофельный с фасолью                  | 300  | 10,17 | 6,87  | 21,6   | 188,85  | 0,14  | 5,58   | 18,12  | 0,08  | 45,6   | 40,2   | 144,3  | 1,91  |
| С6.202<br>1г        | 54-11г   | Картофельное пюре                           | 150  | 3,1   | 6     | 19,7   | 145,8   | 0,12  | 10,2   | 32,1   | 0,11  | 39     | 28     | 84     | 1     |
| С6.202<br>1г        | 54-8р    | Рыба ,запеченная в сметанном соусе(горбуша) | 80   | 18,7  | 24,1  | 4,3    | 309,3   | 0,14  | 0,38   | 86,9   | 0,16  | 95     | 27     | 197    | 0,6   |
| С6.202<br>1г        | 54-3з    | Помидор в нарезке                           | 80   | 0,9   | 0,2   | 3      | 17,1    | 0,05  | 20     | 106,4  | 0,03  | 11,2   | 16     | 20,8   | 0,7   |
| С6.202<br>1г        | 54-13хн  | Напиток из шиповника                        | 200  | 0,6   | 0,2   | 15,2   | 65,3    | 0,01  | 80,    | 98,04  | 0,05  | 11     | 3      | 3      | 0,5   |
|                     | Пр       | Хлеб пшеничный                              | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0      | 0      | 0,65  | 11,5   | 43,5   | 16,5   | 0,55  |
|                     |          | Итого:                                      | 860  | 37,42 | 38,37 | 87,95  | 843,25  | 0,51  | 116,16 | 341,56 | 1,08  | 213,3  | 157,7  | 465,6  | 5,26  |
|                     |          | Итого:                                      | 1110 | 52,07 | 48,97 | 156,8  | 1267,85 | 0,64  | 116,26 | 592,96 | 1,81  | 397,3  | 220    | 622,3  | 7,51  |
| 6 день(понедельник) |          |                                             |      |       |       |        |         |       |        |        |       |        |        |        |       |
| Завтрак             |          |                                             |      |       |       |        |         |       |        |        |       |        |        |        |       |
| С6.20<br>21г        | 54-19к   | Суп молочный с макаронными изделиями        | 300  | 8,25  | 8,37  | 26,58  | 214,53  | 0,09  | 1,09   | 39,48  | 0,26  | 227,1  | 29,1   | 183,3  | 0,54  |
| С6.202<br>1г        | 54-2гн   | Чай с сахаром                               | 200  | 0,2   | 0     | 6,5    | 26,8    | 0     | 0,04   | 0,3    | 0,01  | 4,5    | 3,8    | 7,2    | 0,7   |
|                     | пр       | Хлеб пшеничный                              | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0      | 0      | 0,65  | 11,5   | 43,5   | 16,5   | 0,55  |
|                     |          | Итого:                                      | 550  | 12,4  | 9,37  | 57,23  | 358,23  | 0,14  | 1,13   | 39,78  | 0,92  | 243,1  | 76,4   | 207    | 1,79  |
| обед                |          |                                             |      |       |       |        |         |       |        |        |       |        |        |        |       |
| С6.202              | 54-1с    | Щи из свежей капусты со сметаной            | 300  | 6,93  | 9,09  | 8,55   | 144,09  | 0,03  | 16,14  | 162,3  | 0,04  | 55,8   | 19,5   | 46,5   | 0,71  |

|                  |          |                                       |      |       |       |        |         |       |       |        |       |       |       |       |       |
|------------------|----------|---------------------------------------|------|-------|-------|--------|---------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1г               |          |                                       |      |       |       |        |         |       |       |        |       |       |       |       |       |
| С6.202<br>1г     | 54-4г    | Каша гречневая рассыпчатая            | 200  | 11    | 9,3   | 47,9   | 318,5   | 0,28  | 0     | 36,6   | 0,16  | 19    | 160   | 240   | 5,4   |
| С6.202<br>1г     | 54-25м   | Курица тушеная с морковью             | 100  | 14,1  | 6,3   | 4,4    | 131,3   | 0,04  | 1,3   | 291    | 0,05  | 22    | 54    | 112   | 1     |
| С6.202<br>1г     | 54-20з   | Горошек зеленый консервированный      | 40   | 1,2   | 0,1   | 2,4    | 14,8    | 0,01  | 0,77  | 0,5    | 0,02  | 14,8  | 4,5   | 14,3  | 0,13  |
| С6.202<br>1г     | 54-2ги   | Чай с сахаром                         | 200  | 0,2   | 0,0   | 6,5    | 26,8    | 0,0   | 0,04  | 0,3    | 0,01  | 4,5   | 3,8   | 7,2   | 0,7   |
|                  | Пр       | Хлеб пшеничный                        | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5  | 43,5  | 16,5  | 0,55  |
|                  |          | Итого:                                | 890  | 37,38 | 25,79 | 93,9   | 752,39  | 0,41  | 18,25 | 490,7  | 0,93  | 127,6 | 285,3 | 436,5 | 8,49  |
|                  |          | Итого:                                | 1440 | 49,78 | 35,16 | 151,13 | 1110,62 | 0,55  | 19,38 | 530,48 | 1,85  | 370,7 | 361,7 | 643,5 | 10,28 |
| 7 день (вторник) |          |                                       |      |       |       |        |         |       |       |        |       |       |       |       |       |
| Завтрак          |          |                                       |      |       |       |        |         |       |       |        |       |       |       |       |       |
| сб.202<br>1г     | 54-3г    | Макароны отварные с сыром             | 200  | 10,5  | 9,6   | 38,2   | 280,9   | 0,08  | 0,06  | 51,1   | 0,07  | 168   | 15    | 133   | 1     |
| С6.202<br>1г     | 54-2ги   | Чай с сахаром                         | 200  | 0,2   | 0,0   | 6,5    | 26,8    | 0,0   | 0,04  | 0,3    | 0,01  | 4,5   | 3,8   | 7,2   | 0,7   |
|                  | Пр       | Хлеб пшеничный                        | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5  | 43,5  | 16,5  | 0,55  |
|                  |          | Итого:                                | 450  | 14,65 | 10,6  | 68,85  | 424,6   | 0,13  | 0,1   | 51,4   | 0,73  | 184   | 62,3  | 156,7 | 2,25  |
| обед             |          |                                       |      |       |       |        |         |       |       |        |       |       |       |       |       |
| С6.202<br>1г     | 54-5с    | Суп из овощей с мясными фрикадельками | 300  | 12,96 | 6,48  | 20,88  | 193,5   | 0,13  | 11,19 | 153,6  | 0,12  | 26,1  | 38,7  | 138   | 2,07  |
| С6.202<br>1г     | 54-9м    | Жаркое по-домашнему                   | 200  | 20,1  | 19,3  | 17,1   | 323     | 0,13  | 9,5   | 35,2   | 0,19  | 25    | 45    | 230   | 3,4   |
| С6.202<br>1г     | 56       | Сок промышленного производства        | 200  | 1     | 0     | 21,2   | 88      | 0,01  | 2,0   | 0      | 0,01  | 7     | 1,4   | 0     | 0     |
| С6.202<br>1г     | 54-2з    | Огурец в нарезке                      | 80   | 0,6   | 0,1   | 2      | 11,3    | 0,02  | 8     | 8      | 0,03  | 18,4  | 11,2  | 33,6  | 0,48  |
|                  | Пр       | Хлеб пшеничный                        | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5  | 43,5  | 16,5  | 0,55  |
|                  |          | Итого:                                | 830  | 38,61 | 26,88 | 85,33  | 732,7   | 0,34  | 30,69 | 196,8  | 1     | 88    | 139,8 | 418,1 | 6,5   |
|                  |          | Итого:                                | 1280 | 53,26 | 37,48 | 154,18 | 1157,3  | 0,47  | 30,79 | 248,2  | 1,73  | 272   | 202,1 | 574,8 | 8,75  |
| 8 день(среда)    |          |                                       |      |       |       |        |         |       |       |        |       |       |       |       |       |
| Завтрак          |          |                                       |      |       |       |        |         |       |       |        |       |       |       |       |       |
| С6.202<br>1г     | 54-21к   | Каша молочная рисовая                 | 250  | 6,6   | 8,1   | 35,7   | 242,1   | 0,06  | 0,77  | 39,1   | 0,19  | 163   | 35    | 167   | 0,5   |
| С6.202<br>1г     | 425      | Булочка дорожная                      | 50   | 3,55  | 7,8   | 0,5    | 386     | 0,07  | 0     | 6      | 0,03  | 10,6  | 7,6   | 42,6  | 0,6   |
| С6.202<br>1г     | 54-3гн   | Чай с лимоном                         | 200  | 0,3   | 0     | 6,7    | 27,9    | 0     | 1,16  | 0,38   | 0,01  | 6,9   | 4,6   | 8,5   | 0,8   |
|                  | Пром     | Хлеб пшеничный                        | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5  | 43,5  | 16,5  | 0,55  |
|                  |          | Итого:                                | 550  | 14,4  | 16,9  | 67,05  | 772,9   | 0,18  | 1,93  | 45,48  | 0,88  | 192   | 90,7  | 234,6 | 2,45  |
| обед             |          |                                       |      |       |       |        |         |       |       |        |       |       |       |       |       |
| С6.202<br>1г     | 54-15с   | Рассольник ленинградский с рисом      | 300  | 1,77  | 2,55  | 14,4   | 87,54   | 0,042 | 4,89  | 198,66 | 0,036 | 17,7  | 17,7  | 20,7  | 0,6   |
| С6.202<br>1г     | 54-4г    | Каша гречневая рассыпчатая            | 200  | 11    | 9,3   | 47,9   | 318,5   | 0,28  | 0     | 36,6   | 0,16  | 19    | 160   | 240   | 5,4   |
| С6.202<br>1г     | 54-4м    | Котлеты из говядины                   | 75   | 13,7  | 13,6  | 12,2   | 226,3   | 0,05  | 0,09  | 23,1   | 0,11  | 29    | 20    | 137   | 1,9   |
| С6.202<br>1г     | 54-3соус | Соус красный основной                 | 100  | 3,3   | 2,7   | 8,9    | 73,1    | 0,02  | 2,68  | 131,8  | 0     | 9     | 12,2  | 23,6  | 0,5   |

|                      |             |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |       |        |       |       |
|----------------------|-------------|------------------------------------------|------|-------|-------|--------|---------|-------|-------|--------|-------|-------|--------|-------|-------|
| Сб.202<br>1г         | 54-<br>13хн | Напиток из шиповника                     | 200  | 0,6   | 0,2   | 15,2   | 65,3    | 0,01  | 80    | 98,04  | 0,05  | 11    | 3      | 3     | 0,5   |
|                      | Пром        | Хлеб пшеничный                           | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5  | 43,5   | 16,5  | 0,55  |
|                      |             | Итого:                                   | 925  | 34,32 | 29,35 | 122,75 | 887,64  | 0,452 | 87,66 | 488,2  | 1,006 | 97,2  | 256,4  | 440,8 | 9,45  |
|                      |             | Итого:                                   | 1475 | 48,72 | 46,25 | 189,8  | 1660,54 | 0,632 | 89,59 | 533,68 | 1,886 | 289,2 | 347,1  | 675,4 | 11,9  |
| 9 день(четверг)      |             |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |       |        |       |       |
| Завтрак              |             |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |       |        |       |       |
| Сб.202<br>1г         | 54-5о       | Омлет с сыром                            | 200  | 25,3  | 35,5  | 3,9    | 435,9   | 0,09  | 0,49  | 312,8  | 0,6   | 477   | 34     | 442   | 3,0   |
| Сб.202<br>1г         | 54-3гн      | Чай с лимоном                            | 200  | 0,3   | 0     | 6,7    | 27,9    | 0     | 1,16  | 0,38   | 0,01  | 6,9   | 4,6    | 8,5   | 0,8   |
|                      | пром        | Хлеб пшеничный                           | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5  | 43,5   | 16,5  | 0,55  |
|                      |             | Итого:                                   | 450  | 29,55 | 36,5  | 34,75  | 580,7   | 0,14  | 1,65  | 313,18 | 1,26  | 495,4 | 82,1   | 467   | 4,35  |
| обед                 |             |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |       |        |       |       |
| Сб.202<br>1г         | 54-8с       | Суп картофельный с горохом               | 300  | 10,02 | 6,9   | 24,42  | 199,71  | 0,22  | 7,14  | 145,8  | 0,084 | 40,5  | 43,5   | 120,6 | 2,21  |
| Сб.202<br>1г         | 54-11м      | Плов из отварной говядины                | 250  | 19,1  | 19,3  | 48,2   | 443     | 0,08  | 0,9   | 339,2  | 0,14  | 24    | 55     | 241   | 2,8   |
|                      | пром        | Пряник                                   | 50   | 3,54  | 2,82  | 45     | 219,6   | 0,04  | 0     | 0      | 0,02  | 6,6   | 5,4    | 30    | 0,48  |
| Сб.202<br>1г         | 54-<br>24хн | Кисель из облепихи                       | 200  | 0,3   | 1,1   | 11,9   | 58,8    | 0,01  | 19,2  | 36     | 0,01  | 6,90  | 6,26   | 5,9   | 0,31  |
|                      | Пром        | Хлеб пшеничный                           | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5  | 43,5   | 16,5  | 0,55  |
|                      |             | Итого:                                   | 850  | 36,91 | 31,12 | 153,67 | 1038,01 | 0,4   | 27,24 | 521    | 0,904 | 89,5  | 153,66 | 414   | 6,35  |
|                      |             | Итого:                                   | 1300 | 66,46 | 67,62 | 188,42 | 1618,71 | 0,54  | 30,54 | 634,18 | 2,164 | 584,9 | 235,76 | 881   | 10,7  |
| 10 день (пятница)    |             |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |       |        |       |       |
| Завтрак              |             |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |       |        |       |       |
| Сб.202<br>1г         | 54-6к       | Каша вязкая молочная пшенная             | 250  | 10,4  | 14,5  | 46,9   | 359,9   | 0,23  | 0,68  | 67,3   | 0,19  | 158   | 61     | 231   | 1,6   |
| Сб.202<br>1г         | 54-<br>23гн | Кофейный напиток                         | 200  | 3,8   | 3,5   | 11,2   | 91,2    | 0,03  | 0,52  | 13,29  | 0,13  | 111   | 30,7   | 107   | 1,1   |
|                      | Пром        | Хлеб пшеничный                           | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5  | 43,5   | 16,5  | 0,55  |
|                      |             | Итого:                                   | 500  | 18,15 | 19    | 82,25  | 568     | 0,31  | 1,2   | 80,59  | 0,97  | 280,5 | 135,2  | 354,5 | 3,25  |
| обед                 |             |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |       |        |       |       |
| Сб.202<br>1г         | 54-7с       | Суп картофельный с макаронными изделиями | 300  | 7,74  | 4,17  | 27,75  | 179,4   | 0,129 | 10,32 | 146,4  | 0,078 | 20,7  | 31,2   | 81,9  | 1,29  |
| Сб.202<br>1г         | 54-11г      | Картофельное пюре                        | 100  | 2,05  | 4,05  | 13,2   | 97,2    | 0,08  | 6,8   | 21,4   | 0,07  | 26    | 19     | 56    | 0,7   |
| Сб.202<br>1г         | 54-10м      | Капуста тушеная с мясом                  | 200  | 22,1  | 22,8  | 13,2   | 347,1   | 0,08  | 28,9  | 115,3  | 0,19  | 83    | 48     | 232   | 3,7   |
| Сб.202<br>1г         | 54-2хн      | Компот из кураги                         | 200  | 1,0   | 0,1   | 15,7   | 66,9    | 0,01  | 0,3   | 69,96  | 0,03  | 28    | 18     | 25    | 0,6   |
|                      | Пром        | Хлеб пшеничный                           | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5  | 43,5   | 16,5  | 0,55  |
|                      |             | Итого:                                   | 850  | 36,84 | 32,12 | 94     | 807,5   | 0,349 | 46,32 | 353,06 | 1,018 | 169,2 | 159,7  | 411,4 | 6,84  |
|                      |             | Итого:                                   | 1350 | 54,99 | 51,12 | 176,25 | 1375,5  | 0,659 | 47,52 | 433,65 | 1,988 | 449,7 | 294,9  | 765,9 | 10,09 |
| 11 день(понедельник) |             |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |       |        |       |       |
| Завтрак              |             |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |       |        |       |       |
| сб.202<br>1г         | 54-21к      | Каша вязкая молочная ячневая             | 250  | 9,1   | 11,6  | 42,5   | 311,4   | 0,15  | 0,71  | 51,9   | 0,21  | 196   | 41     | 277   | 1,08  |
| Сб.202               | 54-2гн      | Чай с сахаром                            | 200  | 0,2   | 0     | 6,5    | 26,8    | 0     | 0,04  | 0,3    | 0,01  | 4,5   | 3,8    | 7,2   | 0,7   |

|                  |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |         |      |
|------------------|----------|------------------------------------------|------|-------|-------|--------|---------|-------|-------|--------|-------|--------|--------|---------|------|
| 1г               |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |         |      |
|                  | Пром     | Хлеб пшеничный                           | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5   | 43,5   | 16,5    | 0,55 |
|                  |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |         |      |
|                  |          | Итого:                                   | 500  | 13,25 | 12,6  | 73,15  | 455,1   | 0,2   | 0,75  | 52,2   | 0,87  | 212    | 88,3   | 300,7   | 2,33 |
| Обед             |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |         |      |
| С6.202 1г        | 54-2с    | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 300  | 7,05  | 9,15  | 15,15  | 171,33  | 0,048 | 10,14 | 206,7  | 0,063 | 50,4   | 28,8   | 63,9    | 1,3  |
| С6.202 1г        | 54-6г    | Макароны отварные                        | 200  | 4,8   | 7,2   | 48,6   | 278,3   | 0,04  | 0     | 35,5   | 0,03  | 8      | 31     | 96      | 0,7  |
| С6.202 1г        | 54,1м    | Бефстроганов из отварной говядины        | 100  | 14,9  | 15,6  | 2,3    | 210,2   | 0,04  | 0,45  | 108,8  | 0,12  | 30     | 21     | 152     | 2    |
| С6.202 1г        | 54-2з    | Огурец в нарезке                         | 100  | 0,8   | 0,1   | 2,5    | 14,1    | 0,03  | 10    | 10     | 0,04  | 23     | 14     | 42      | 0,3  |
| С6.202 1г        | 54-3гн   | Чай с лимоном                            | 200  | 0,3   | 0     | 6,7    | 27,9    | 0     | 1,16  | 0,38   | 0,01  | 6,9    | 4,6    | 8,5     | 0,8  |
|                  | Пром     | Хлеб пшеничный                           | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5   | 43,5   | 16,5    | 0,55 |
|                  |          | Итого:                                   | 950  | 31,8  | 33,05 | 99,4   | 818,73  | 0,208 | 21,75 | 361,38 | 0,913 | 129,8  | 142,9  | 378,9   | 5,65 |
|                  |          | Итого:                                   | 1450 | 45,05 | 45,65 | 172,55 | 1273,83 | 0,408 | 22,5  | 413,58 | 1,783 | 341,8  | 231,2  | 679,6   | 7,98 |
| 12 день(вторник) |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |         |      |
| Завтрак          |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |         |      |
| С6.202 1г        | 54-1г    | Запеканка из творога                     | 150  | 25,6  | 16,1  | 25     | 347,8   | 0,06  | 0,29  | 71,8   | 0,31  | 212    | 32     | 290     | 0,9  |
| С6.200 7г        | 16       | Бутерброд с сыром маслом                 | 50   | 13,78 | 12,64 | 60,11  | 394,35  | 0,17  | 0     | 0,15   | 0,44  | 215,99 | 42,91  | 217     | 1,74 |
| С6.200 7г        | 54       | Молоко сгущенное с сахаром               | 60   | 4,2   | 4,94  | 32,3   | 190,9   | 0,04  | 0,24  | 0,04   | 0,18  | 165,78 | 18,36  | 118,26  | 0,1  |
| С6.202 1г        | 54-23гн  | Кофейный напиток                         | 200  | 3,8   | 3,5   | 11,2   | 91,2    | 0,03  | 0,52  | 13,29  | 0,13  | 111    | 30,7   | 107     | 1,1  |
|                  |          | Итого:                                   | 460  | 47,38 | 37,18 | 128,61 | 1024,25 | 0,3   | 1,05  | 85,28  | 1,06  | 704,77 | 123,97 | 732,26  | 3,84 |
| Обед             |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |         |      |
| С6.202 1г        | 54-18с   | Свекольник со сметаной                   | 300  | 2,7   | 6,42  | 15,99  | 132,45  | 0,072 | 8,76  | 89,7   | 0,06  | 37,8   | 31,2   | 71,1    | 1,51 |
| С6.202 1г        | 54-6г    | Рис отварной                             | 200  | 4,8   | 7,2   | 48,6   | 278,3   | 0,04  | 0     | 35,5   | 0,03  | 8      | 31     | 96      | 0,7  |
| С6.202 1г        | 54-21м   | Курица отварная                          | 80   | 25,7  | 2     | 0,9    | 123,8   | 0,06  | 2,9   | 24     | 0,06  | 17     | 89     | 176     | 1,5  |
| С6.202 1г        | 54-3соус | Соус красный основной                    | 100  | 3,3   | 2,7   | 8,9    | 73,1    | 0,02  | 2,68  | 131,8  | 2     | 9      | 12,2   | 23,6    | 0,5  |
| С6.202 1г        | 54-2з    | Огурец в нарезке                         | 100  | 0,8   | 0,1   | 2,5    | 14,1    | 0,03  | 10    | 10     | 0,04  | 23     | 14     | 42      | 0,6  |
|                  | пром     | Сок промышленного производства           | 200  | 1     | 0     | 21,2   | 88      | 0,01  | 2,    | 0      | 0,01  | 7      | 1,4    | 0       | 0    |
|                  | пром     | Хлеб пшеничный                           | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5   | 43,5   | 16,5    | 0,55 |
|                  |          | Итого:                                   | 1030 | 42,25 | 19,42 | 122,24 | 826,65  | 0,282 | 26,34 | 291    | 2,85  | 113,3  | 222,3  | 425,2   | 5,36 |
|                  |          | Итого:                                   | 1490 | 89,63 | 56,6  | 250,85 | 1850,9  | 0,582 | 27,39 | 576,28 | 3,91  | 618,07 | 546,27 | 1157,46 | 9,2  |
| 13 день(среда)   |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |         |      |
| Завтрак          |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |         |      |
| С6.202 1г        | 54-9к    | Каша молочная овсяная                    | 250  | 10,7  | 15,9  | 42,7   | 357,1   | 0,26  | 0,65  | 65,5   | 0,22  | 173    | 79     | 291     | 2,3  |
| С6.202 1г        | 54-21гн  | Какао с молоком                          | 200  | 4,6   | 4,4   | 12,5   | 107,2   | 0,04  | 0,68  | 17,25  | 0,17  | 143    | 34,3   | 130     | 1,1  |

|                  |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |       |        |       |
|------------------|----------|------------------------------------------|------|-------|-------|--------|---------|-------|-------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|                  | Пр       | Хлеб пшеничный                           | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5   | 43,5  | 16,5   | 0,55  |
|                  |          | Итого:                                   | 500  | 19,25 | 21,3  | 79,35  | 581,2   | 0,35  | 1,33  | 82,75  | 1,04  | 327,5  | 156,8 | 437,5  | 3,95  |
| Обед             |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |       |        |       |
| С6.202 1г        | 54-8с    | Суп картофельный с горохом               | 300  | 10,02 | 6,9   | 24,42  | 199,71  | 0,22  | 7,14  | 145,8  | 0,084 | 40,5   | 43,5  | 120,6  | 2,21  |
| С6.202 1г        | 54-1г    | Макароны отварные                        | 200  | 6,2   | 9,3   | 35,3   | 250,2   | 0,08  | 2,68  | 405,5  | 0,05  | 24     | 24    | 67     | 1,2   |
| С6.202 1г        | 54-8м    | Тефтели из говядины паровые              | 90   | 12,3  | 11    | 7,5    | 177,6   | 0,05  | 1,19  | 10,6   | 0,08  | 16     | 17    | 125    | 1,8   |
| С6.202 1г        | 54-3соус | Соус красный основной                    | 100  | 3,3   | 2,7   | 8,9    | 73,1    | 0,02  | 2,68  | 131,8  | 0     | 9      | 12,2  | 23,6   | 0,5   |
| С6.200 7г        | 44       | Салат свекла отварная с яблоками         | 100  | 1,07  | 4,7   | 10,6   | 86,41   | 0,02  | 9,16  | 0,01   | 0,03  | 33,86  | 16,7  | 30,78  | 1,55  |
| С6.202 1г        | 54-2ги   | Чай с сахаром                            | 200  | 0,2   | 0,0   | 6,5    | 26,8    | 0,0   | 0,04  | 0,3    | 0,01  | 4,5    | 3,8   | 7,2    | 0,7   |
|                  | Пр       | Хлеб пшеничный                           | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5   | 43,5  | 16,5   | 0,55  |
|                  |          | Итого:                                   | 1040 | 37,04 | 35,6  | 117,37 | 930,72  | 0,44  | 22,89 | 694,01 | 0,904 | 139,36 | 160,7 | 390,68 | 8,51  |
|                  |          | Итого:                                   | 1540 | 56,29 | 56,9  | 196,72 | 1511,92 | 0,79  | 24,22 | 776,76 | 1,944 | 466,86 | 317,5 | 628,18 | 12,46 |
| 14 день(четверг) |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |       |        |       |
| Завтрак          |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |       |        |       |
| С6.202 1г        | 54-2о    | Омлет с зеленым горошком                 | 200  | 12,9  | 15,3  | 6,2    | 214     | 0,09  | 1,97  | 173,1  | 0,4   | 132    | 25    | 219    | 2,1   |
| С6.202 1г        | 54-2ги   | Чай с сахаром                            | 200  | 0,2   | 0,0   | 6,5    | 26,8    | 0,0   | 0,04  | 0,3    | 0,01  | 4,5    | 3,8   | 7,2    | 0,7   |
|                  | Пр       | Хлеб пшеничный                           | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5   | 43,5  | 16,5   | 0,55  |
|                  |          | Итого:                                   | 450  | 17,05 | 16,3  | 36,85  | 357,7   | 0,14  | 2,01  | 173,4  | 1,06  | 148    | 72,3  | 242,7  | 3,35  |
| Обед             |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |       |        |       |
| С6.202 1г        | 54-15с   | Рассольник ленинградский с рисом         | 300  | 1,77  | 2,55  | 14,4   | 87,54   | 0,042 | 4,89  | 198,66 | 0,036 | 17,7   | 17,7  | 20,7   | 0,6   |
| С6.202 1г        | 54-11г   | Картофельное пюре                        | 200  | 4,1   | 8,1   | 26,4   | 194,4   | 0,16  | 13,6  | 42,8   | 0,14  | 52     | 38    | 112    | 1,4   |
| С6.202 1г        | 54-14р   | Котлета рыбная любительская              | 100  | 12,9  | 4     | 6,1    | 112,2   | 0,08  | 0,94  | 295    | 0,13  | 51     | 44    | 189    | 1,05  |
| С6.202 1г        | 54-3соус | Соус красный основной                    | 100  | 3,3   | 2,7   | 8,9    | 73,1    | 0,02  | 2,68  | 131,8  | 0     | 9      | 12,2  | 23,6   | 0,5   |
| С6.202 1г        | 54-6хн   | Компот из вишни                          | 200  | 0,3   | 0,1   | 10,3   | 42,8    | 0,01  | 2,5   | 4,08   | 0,01  | 13     | 9     | 10     | 0,2   |
|                  | пром     | Хлеб пшеничный                           | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5   | 43,5  | 16,5   | 0,55  |
|                  |          | Итого:                                   | 950  | 26,32 | 18,45 | 90,25  | 626,94  | 0,362 | 24,61 | 672,34 | 0,966 | 154,2  | 164,4 | 371,8  | 4,3   |
|                  |          | Итого:                                   | 1400 | 43,37 | 34,75 | 127,1  | 984,64  | 0,502 | 26,62 | 645,74 | 2,026 | 302,2  | 236,7 | 614,5  | 7,65  |
| 15 день(пятница) |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |       |        |       |
| Завтрак          |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |       |        |       |
| С6.202 1г        | 54-3г    | Макароны отварные с сыром                | 200  | 10,5  | 9,6   | 38,2   | 280,9   | 0,08  | 0,06  | 51,1   | 0,07  | 168    | 15    | 133    | 1     |
| С6.202 1г        | 54-2ги   | Чай с сахаром                            | 200  | 0,2   | 0,0   | 6,5    | 26,8    | 0,0   | 0,04  | 0,3    | 0,01  | 4,5    | 3,8   | 7,2    | 0,7   |
|                  | Пр       | Хлеб пшеничный                           | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5   | 43,5  | 16,5   | 0,55  |
|                  |          | Итого:                                   | 450  | 14,65 | 10,6  | 68,85  | 424,6   | 0,13  | 0,1   | 51,4   | 0,73  | 184    | 62,3  | 156,7  | 2,25  |
| Обед             |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |       |        |       |
| С6.202 1г        | 54-7с    | Суп картофельный с макаронными изделиями | 300  | 7,74  | 4,17  | 27,75  | 179,4   | 0,129 | 10,32 | 146,4  | 0,078 | 20,7   | 31,2  | 81,9   | 1,29  |

|                       |          |                                       |      |       |       |        |         |       |       |        |       |       |        |       |      |
|-----------------------|----------|---------------------------------------|------|-------|-------|--------|---------|-------|-------|--------|-------|-------|--------|-------|------|
| С6.202<br>1г          | 54-9м    | Жаркое по-домашнему                   | 250  | 25,1  | 24,2  | 21,5   | 403,7   | 0,17  | 11,9  | 44     | 0,23  | 32    | 56     | 288   | 4,3  |
| С6.202<br>1г          | 54-9в    | Булочка школьная                      | 60   | 5,2   | 1,9   | 31,0   | 173,8   | 0,07  | 0     | 6      | 0,03  | 10,6  | 7,6    | 42,6  | 0,6  |
| С6.202<br>1г          | 5423хн   | Кисель из смородины                   | 200  | 0,2   | 0,1   | 12,3   | 50,5    | 0,01  | 19,2  | 2,45   | 0,01  | 9,8   | 6,47   | 11    | 0,29 |
|                       | пром     | Хлеб пшеничный                        | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5  | 43,5   | 16,5  | 0,55 |
|                       |          | Итого:                                | 860  | 42,19 | 31,37 | 116,7  | 924,3   | 0,429 | 41,42 | 198,85 | 0,998 | 84,6  | 144,77 | 440   | 7,03 |
|                       |          | Итого:                                | 1310 | 56,84 | 41,97 | 185,55 | 1348,9  | 0,559 | 41,52 | 250,25 | 1,728 | 268,6 | 207,07 | 596,7 | 9,28 |
| 16 день (понедельник) |          |                                       |      |       |       |        |         |       |       |        |       |       |        |       |      |
| Завтрак               |          |                                       |      |       |       |        |         |       |       |        |       |       |        |       |      |
| С6.202<br>1г          | 54-19к   | Суп молочный с макаронными изделиями  | 300  | 8,25  | 8,37  | 26,58  | 214,53  | 0,09  | 1,09  | 39,48  | 0,26  | 227,1 | 29,1   | 183,3 | 0,54 |
| С6.202<br>1г          | 54-2гн   | Чай с сахаром                         | 200  | 0,2   | 0,0   | 6,5    | 26,8    | 0,0   | 0,04  | 0,3    | 0,01  | 4,5   | 3,8    | 7,2   | 0,7  |
|                       | Пр       | Хлеб пшеничный                        | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5  | 43,5   | 16,5  | 0,55 |
|                       |          | Итого:                                | 550  | 12,4  | 9,37  | 57,23  | 358,23  | 0,14  | 1,13  | 39,78  | 0,92  | 243,1 | 76,4   | 207   | 1,79 |
| обед                  |          |                                       |      |       |       |        |         |       |       |        |       |       |        |       |      |
| С6.202<br>1г          | 54-5с    | Суп из овощей с мясными фрикадельками | 300  | 12,96 | 6,48  | 20,88  | 193,5   | 0,13  | 11,19 | 153,6  | 0,12  | 26,1  | 38,7   | 138   | 2,07 |
| С6.202<br>1г          | 54-6г    | Рис отварной                          | 150  | 3,6   | 5,4   | 36,4   | 208,7   | 0,03  | 0     | 26,6   | 0,03  | 6     | 24     | 72    | 0,5  |
| С6.202<br>1г          | 54-21м   | Курица отварная                       | 80   | 25,7  | 2     | 0,9    | 123,8   | 0,06  | 2,9   | 24     | 0,06  | 17    | 89     | 176   | 1,5  |
| С6.202<br>1г          | 54-3соус | Соус красный основной                 | 100  | 3,3   | 2,7   | 8,9    | 73,1    | 0,02  | 2,68  | 131,8  | 2     | 9     | 12,2   | 23,6  | 0,5  |
| С6.202<br>1г          | 54-2з    | Огурец в нарезке                      | 80   | 0,6   | 0,1   | 2      | 11,3    | 0,02  | 8     | 8      | 0,03  | 18,4  | 11,2   | 33,6  | 0,48 |
| С6.202<br>1г          |          | Сок промышленного производства        | 200  | 1     | 0     | 21,2   | 88      | 0,01  | 2,0   | 0      | 0,01  | 7     | 1,4    | 0     | 0    |
|                       | пром     | Хлеб пшеничный                        | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5  | 43,5   | 16,5  | 0,55 |
|                       |          | Итого:                                | 960  | 51,11 | 17,68 | 114,43 | 815,3   | 0,32  | 26,77 | 344    | 2,9   | 95    | 220    | 459,7 | 5,6  |
|                       |          | Итого:                                | 1510 | 63,51 | 27,05 | 228,89 | 1173,53 | 0,46  | 27,9  | 383,78 | 3,82  | 338,1 | 296,4  | 666,7 | 7,39 |
| 17 день (вторник)     |          |                                       |      |       |       |        |         |       |       |        |       |       |        |       |      |
| Завтрак               |          |                                       |      |       |       |        |         |       |       |        |       |       |        |       |      |
| С6.202<br>1г          | 54-6к    | Каша вязкая молочная пшенная          | 250  | 10,4  | 14,5  | 46,9   | 359,9   | 0,23  | 0,68  | 67,3   | 0,19  | 158   | 61     | 231   | 1,6  |
| С6.202<br>1г          | 54-2гн   | Чай с сахаром                         | 200  | 0,2   | 0     | 6,5    | 26,8    | 0     | 0,04  | 0,3    | 0,01  | 4,5   | 3,8    | 7,2   | 0,7  |
|                       | пром     | Хлеб пшеничный                        | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5  | 43,5   | 16,5  | 0,55 |
|                       |          | Итого:                                | 500  | 14,55 | 15,5  | 77,55  | 503,6   | 0,28  | 0,72  | 67,6   | 0,85  | 174   | 108,3  | 254,7 | 2,85 |
| обед                  |          |                                       |      |       |       |        |         |       |       |        |       |       |        |       |      |
| С6.202<br>1г          | 54-15с   | Рассольник ленинградский с рисом      | 300  | 1,77  | 2,55  | 14,4   | 87,54   | 0,042 | 4,89  | 198,66 | 0,036 | 17,7  | 17,7   | 20,7  | 0,6  |
| С6.202<br>1г          | 54-5г    | Каша перловая рассыпчатая             | 200  | 5,9   | 7,9   | 40,6   | 257,2   | 0,06  | 0     | 39,2   | 0,04  | 25    | 23     | 189   | 1,1  |
| С6.202<br>1г          | 54-3м    | Голубцы ленивые                       | 100  | 8,4   | 7,9   | 6,4    | 130,7   | 0,03  | 11    | 12,8   | 0,07  | 32    | 19     | 92    | 1,4  |
| С6.202<br>1г          | 54-14в   | Ватрушка с повидлом                   | 60   | 3,7   | 1,7   | 38,9   | 185,4   | 0,04  | 0,1   | 12,4   | 0,02  | 15    | 7,5    | 37    | 0,53 |
| С6.202                | 54-3гн   | Чай с лимоном                         | 200  | 0,3   | 0     | 6,7    | 27,9    | 0     | 1,16  | 0,38   | 0,01  | 6,9   | 4,6    | 8,5   | 0,8  |

|                   |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |       |       |
|-------------------|----------|------------------------------------------|------|-------|-------|--------|---------|-------|-------|--------|-------|--------|--------|-------|-------|
|                   | пром     | Хлеб пшеничный                           | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5   | 43,5   | 16,5  | 0,55  |
|                   |          | Итого:                                   | 910  | 24,02 | 21,05 | 131,15 | 805,64  | 0,222 | 17,15 | 263,44 | 0,826 | 108,1  | 115,3  | 363,7 | 4,98  |
|                   |          | Итого:                                   | 1410 | 38,57 | 36,55 | 208,7  | 1309,24 | 0,502 | 17,87 | 331,04 | 1,676 | 282,1  | 223,6  | 618,4 | 7,83  |
| 18 день(среда)    |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |       |       |
| Завтрак           |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |       |       |
| С6.202<br>1г      | 54-4о    | Омлет с сыром                            | 200  | 25,3  | 35,5  | 3,9    | 435,9   | 0,09  | 0,49  | 312,8  | 0,6   | 477    | 34     | 442   | 3     |
| С6.202<br>1г      | 54-2гн   | Чай с сахаром                            | 200  | 0,2   | 0     | 6,5    | 26,8    | 0     | 0,04  | 0,3    | 0,01  | 4,5    | 3,8    | 7,2   | 0,7   |
|                   | пром     | Хлеб пшеничный                           | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5   | 43,5   | 16,5  | 0,55  |
|                   |          | Итого:                                   | 450  | 29,45 | 36,5  | 34,55  | 579,6   | 0,14  | 0,53  | 313,1  | 1,26  | 493    | 81,3   | 465,7 | 4,25  |
| Обед              |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |       |       |
| С6.202<br>1г      | 54-2с    | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 300  | 7,05  | 9,15  | 15,15  | 171,33  | 0,048 | 10,14 | 206,7  | 0,063 | 50,4   | 28,8   | 63,9  | 1,3   |
| С6.202<br>1г      | 54-4г    | Каша гречневая рассыпчатая               | 150  | 8,2   | 6,9   | 35,9   | 238,9   | 0,21  | 0     | 27,5   | 0,12  | 14     | 120    | 180   | 4     |
| С6.202<br>1г      | 54-6м    | Биточки из говядины                      | 75   | 13,7  | 13,6  | 12,2   | 226,3   | 0,05  | 0,09  | 23,1   | 0,11  | 29     | 20     | 137   | 1,9   |
| С6.202<br>1г      | 54-1соус | Соус сметанный                           | 100  | 1,5   | 8,4   | 3,2    | 94,9    | 0,01  | 0,08  | 41,9   | 0,04  | 39     | 4,3    | 28,4  | 0,1   |
| С6.202<br>1г      | 54-3з    | Помидор в нарезке                        | 80   | 0,9   | 0,2   | 3,0    | 17,1    | 0,05  | 20    | 106,4  | 0,03  | 11,2   | 16     | 20,8  | 0,7   |
| С6.202<br>1г      | 54-1хн   | Компот из с/ф                            | 200  | 0,5   | 0,0   | 19,8   | 81      | 0     | 0     | 15     | 0     | 50     | 2      | 4     | 0,1   |
|                   | пром     | Хлеб пшеничный                           | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 417,74  | 0,132 | 6,15  | 211,44 | 0,65  | 11,5   | 43,5   | 16,5  | 0,55  |
|                   |          | Итого:                                   | 955  | 35,8  | 39,25 | 113,4  | 1247,27 | 0,5   | 36,46 | 632,04 | 1,013 | 205,1  | 234,6  | 450,6 | 8,65  |
|                   |          | Итого:                                   | 1405 | 65,25 | 75,75 | 147,95 | 1626,87 | 0,64  | 36,99 | 945,14 | 2,273 | 698,1  | 315,9  | 916,3 | 12,9  |
| 19 день(четверг)  |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |       |       |
| Завтрак           |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |       |       |
| С6.202<br>1г      | 54-9к    | Каша молочная овсяная                    | 200  | 8,6   | 12,8  | 34,2   | 285,8   | 0,21  | 0,52  | 52,4   | 0,17  | 138    | 63     | 232   | 1,9   |
| С6.200<br>7г      | 6        | Бутерброд повидло с маслом               | 55   | 13,78 | 12,64 | 60,11  | 394,35  | 0,17  | 0     | 0,15   | 0,44  | 215,99 | 42,91  | 217   | 1,74  |
| С6.202<br>1г      | 54-2ги   | Чай с сахаром                            | 200  | 0,2   | 0,0   | 6,5    | 26,8    | 0,0   | 0,04  | 0,3    | 0,01  | 4,5    | 3,8    | 7,2   | 0,7   |
|                   | Пр       | Хлеб пшеничный                           | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5   | 43,5   | 16,5  | 0,55  |
|                   |          | Итого:                                   | 505  | 26,53 | 26,44 | 124,96 | 823,85  | 0,43  | 0,56  | 52,85  | 1,27  | 369,99 | 153,21 | 472,7 | 4,89  |
| обед              |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |       |       |
| С6.202<br>1г      | 54-8с    | Суп картофельный с горохом               | 300  | 10,02 | 6,9   | 24,42  | 199,71  | 0,22  | 7,14  | 145,8  | 0,084 | 40,5   | 43,5   | 120,6 | 2,21  |
| С6.202<br>1г      | 54-11м   | Плов из отварной говядины                | 250  | 19,1  | 19,3  | 48,2   | 443     | 0,08  | 0,9   | 339,2  | 0,14  | 24     | 55     | 241   | 2,8   |
| С6.202<br>1г      | 54-13хн  | Напиток из шиповника                     | 200  | 0,6   | 0,2   | 15,2   | 65,3    | 0,01  | 80    | 98,04  | 0,05  | 11     | 3      | 3     | 0,5   |
|                   | Пр       | Хлеб пшеничный                           | 50   | 3,95  | 1     | 24,15  | 116,9   | 0,05  | 0     | 0      | 0,65  | 11,5   | 43,5   | 16,5  | 0,55  |
|                   |          | Итого:                                   | 800  | 33,67 | 27,4  | 111,97 | 824,91  | 0,36  | 88,04 | 583,04 | 0,924 | 87     | 145    | 381,1 | 6,06  |
|                   |          | Итого:                                   | 1305 | 60,2  | 53,84 | 236,93 | 1648,76 | 0,79  | 88,6  | 635,89 | 2,194 | 456,99 | 298,21 | 853,8 | 10,95 |
| 20 день (пятница) |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |       |       |
| Завтрак           |          |                                          |      |       |       |        |         |       |       |        |       |        |        |       |       |
| С6.202<br>1г      | 54-21к   | Каша вязкая молочная ячневая             | 250  | 9,1   | 11,6  | 42,5   | 311,4   | 0,15  | 0,71  | 51,9   | 0,21  | 196    | 41     | 277   | 1,08  |

[illegible]