

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель  
В.Б. Карпачев

« 27 » июля 2024 год



### ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ – РАСКЛАДКА

для питания ребенка (детей) участника специальной военной операции, обучающегося (обучающихся) по образовательным программам основного общего или среднего общего образования в муниципальных образовательных организациях города Ставрополя

«на период с 02.09.2024 по 28.11.2024 - 01.04.2025 по 31.05.2025 и 29.11.2024 по 31.03.2025 2024/2025 учебного года»

#### СОГЛАСОВАНО:

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы с углубленным изучением отдельных предметов № 2 города Ставрополя



Л.В. Чернявская

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения гимназии № 3 города Ставрополя имени Героя Советского Союза Леонида Севрюкова



Н.П. Малюченко

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 4 города Ставрополя



М.А. Суркова

Директор муниципального автономного общеобразовательного учреждения лицея № 5 города Ставрополя



Н.В. Черемных

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы с углубленным изучением отдельных предметов № 6 города Ставрополя имени выдающегося разведчика Георгия Николаевича Косенко



С.Г. Шутова



Директор муниципального  
бюджетного  
общеобразовательного  
учреждения средней  
общеобразовательной  
школы № 7 города  
Ставрополя

Р.В. Буряковский

Директор муниципального  
бюджетного  
общеобразовательного  
учреждения лицея № 8  
города Ставрополя имени  
генерал-майора авиации  
Н.Г. Голодникова

С.И. Карпенко

Директор муниципального  
бюджетного  
общеобразовательного  
учреждения гимназии № 9  
города Ставрополя имени  
Героя Советского Союза  
Владимира Ковалева

В.М. Сапунова

Директор муниципального  
бюджетного  
общеобразовательного  
учреждения лицея № 10  
города Ставрополя

М.А. Клещарь

Директор муниципального  
бюджетного  
общеобразовательного  
учреждения средней  
общеобразовательной  
школы № 11 им. И.А.  
Бурмистрова города  
Ставрополя

Н.В. Малеева

Директор муниципального  
бюджетного  
общеобразовательного  
учреждения гимназии № 12  
имени Белокопя  
Владимира Эдуардовича  
города Ставрополя

Е.В. Ремаренко

Директор муниципального  
бюджетного  
общеобразовательного  
учреждения лицея № 16  
города Ставрополя

Л.О. Чернышева

Директор муниципального  
автономного  
общеобразовательного  
учреждения лицея № 17  
города Ставрополя

Попцова

Директор муниципального  
бюджетного  
общеобразовательного  
учреждения средней  
общеобразовательной  
школы с углубленным  
изучением отдельных  
предметов № 19 города  
Ставрополя

В.Е. Ворощенко





Директор муниципального  
бюджетного  
общеобразовательного  
учреждения средней  
общеобразовательной  
школы № 20 города  
Ставрополя

Г.Л. Пряхина

Директор муниципального  
автономного  
общеобразовательного  
учреждения гимназии № 24  
города Ставрополя имени  
генерал-лейтенанта  
юстиции М.Г. Ядрова

Е.А. Выглазова

Директор муниципального  
бюджетного  
общеобразовательного  
учреждения средней  
общеобразовательной  
школы № 26 города  
Ставрополя

Н.А. Шишкин

Директор муниципального  
бюджетное  
общеобразовательное  
учреждение средняя  
общеобразовательная  
школа № 28 города  
Ставрополя

А.Н. Заверюха

Директор муниципального  
бюджетного  
общеобразовательного  
учреждения гимназии  
№ 30 города Ставрополя

Л.А. Шишкина

Директор муниципального  
бюджетного  
общеобразовательного  
учреждения кадетской  
школы имени генерала  
Ермолова А.П. города  
Ставрополя

Н.А. Панин

Директор муниципального  
бюджетного  
общеобразовательного  
учреждения средней  
общеобразовательной  
школы № 32 города  
Ставрополя

Ю.Ю. Степанюк

Директор муниципального  
бюджетного  
общеобразовательного  
учреждения средней  
общеобразовательной  
школы № 34 города  
Ставрополя

Л.Х. Даутова

Директор муниципального  
бюджетного  
общеобразовательного  
учреждения средней  
общеобразовательной  
школы № 37 с  
углубленным изучением  
отдельных предметов  
города Ставрополя

Л.А. Карагодина





Директор муниципального  
бюджетного  
общеобразовательного  
учреждения средней  
общеобразовательной  
школы № 41 города  
Ставрополя

С.А. Жадан

Директор муниципального  
бюджетного  
общеобразовательного  
учреждения средней  
общеобразовательной  
школы № 42 с  
углубленным изучением  
английского языка города  
Ставрополя

Н.В. Воронина

Директор муниципального  
бюджетного  
общеобразовательного  
учреждения средней  
общеобразовательной  
школы № 44 города  
Ставрополя

Т.Г. Сергеева

Исполняющий  
обязанности директора  
муниципального  
бюджетного  
общеобразовательного  
учреждения средней  
общеобразовательной  
школы № 45 города  
Ставрополя

Н.Ю. Худякова

Директор муниципального  
бюджетного вечернего  
(сменного)  
общеобразовательного  
учреждения Центра  
образования города  
Ставрополя имени Героя  
России Владислава  
Духина

Л.М. Логвиненко

Заместитель начальника  
отдела санитарного  
надзора  
Управления  
Роспотребнадзора  
по Ставропольскому краю

М.И. Сорокина

Управление  
Роспотребнадзора  
по Ставропольскому краю  
355008, г. Ставрополь, пер. Фадеева, 4



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ - РАСКЛАДКА

для организации бесплатного горячего питания обучающихся 5-11 классов в муниципальных образовательных организациях города Ставрополя, относящихся к льготной категории, утвержденной постановлением Правительства Ставропольского края от 27 марта 2023 г. № 145-п  
на период с 02.09.2024 по 28.11.2024 – с 01.04.2025 по 31.05.2025 2024/2025 учебного года

ПОНЕДЕЛЬНИК 1 НЕДЕЛЯ														
№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
1	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/220/10	5,7	6,8	41,7	252,6	№ 174 2015г.	0,0	1,3	0,0	35,2	61,8	108,3	0,5
2	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт)	1/200	1,0	0,2	19,6	83,4		0,0	4,0	0,0	8,0	14,0	14,0	2,8
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0
6	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	1/15	3,5	4,4	0,0	54,0	№ 15 2015г.	0,0	0,2	78,0	10,5	264,0	150,0	0,3
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>695</b>	<b>18,9</b>	<b>21,2</b>	<b>118,5</b>	<b>758,3</b>		<b>0,2</b>	<b>17,5</b>	<b>118,0</b>	<b>86,8</b>	<b>384,4</b>	<b>371,3</b>	<b>8,0</b>
<b>Обед</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	1/250	5,6	5,4	17,5	140,7	№ 102 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1
3	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	16,5	24,2	14,3	343,9	№ 268 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	6,9	7,3	25,2	246,6	№ 309 2015г.	0,1	0,0	0,3	10,2	15,3	47,3	10,2
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>1110</b>	<b>37,2</b>	<b>39,2</b>	<b>123,7</b>	<b>1 066,5</b>		<b>0,5</b>	<b>14,8</b>	<b>1,0</b>	<b>150,6</b>	<b>156,6</b>	<b>433,8</b>	<b>17,6</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1805</b>	<b>56,1</b>	<b>60,3</b>	<b>242,2</b>	<b>1 824,8</b>		<b>0,8</b>	<b>32,3</b>	<b>119,0</b>	<b>237,4</b>	<b>541,0</b>	<b>805,1</b>	<b>25,6</b>
1														

ВТОРНИК 1 НЕДЕЛЯ														
№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/135/13	13,8	24,5	2,6	285,8	№ 210 2015г.	0,1	0,0	0,2	15,9	101,7	222,7	2,6
2	ИКРА КАБАЧКОВАЯ консервированная	1/100	1,3	1,0	6,4	45,2		0,0	3,5	0,0	14,3	19,8	23,4	0,6
3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>708</b>	<b>26,8</b>	<b>37,7</b>	<b>83,4</b>	<b>802,8</b>		<b>0,3</b>	<b>16,8</b>	<b>40,2</b>	<b>82,0</b>	<b>228,2</b>	<b>398,6</b>	<b>7,9</b>
<b>Обед</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	1/250/10	1,8	5,0	12,3	102,0	№ 82 2015г.	0,0	22,2	0,2	27,4	54,5	51,8	1,3
3	РЫБА МИНТАЙ ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	17,1	8,2	0,9	146,0	№ 227 2015г.	0,1	0,5	0,0	45,8	15,5	195,7	0,9
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	3,6	7,1	25,2	189,0	№ 310 2015г.	0,2	25,9	0,0	36,6	24,6	100,4	1,5
5	Компот из свежих яблок	1/200	0,8	0,8	139,4	573,0	№ 342 2015г.	0,1	4,5	0,0	25,7	70,9	22,0	4,8
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>1120</b>	<b>31,6</b>	<b>23,4</b>	<b>225,1</b>	<b>1 267,9</b>		<b>0,6</b>	<b>58,0</b>	<b>0,2</b>	<b>182,5</b>	<b>205,5</b>	<b>483,9</b>	<b>10,9</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1828</b>	<b>58,4</b>	<b>61,0</b>	<b>308,5</b>	<b>2 070,7</b>		<b>0,9</b>	<b>74,8</b>	<b>40,4</b>	<b>264,5</b>	<b>433,7</b>	<b>882,5</b>	<b>18,9</b>



СРЕДА 1 НЕДЕЛЯ														
№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
1	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ с маслом сливочным "Крес"	1/220/36/9	4,6	7,7	23,2	172,8	№ 204 2015г.	0,1	0	0	7,9	11,4	43,5	0,9
2	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно-виноградный, мультифру)	1/200	1	0,2	19,6	83,4		0	4	0	8	14	14	2,8
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,25	1,65	21,25	129		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,08	7,2	0,1	66	№ 14 2015г.	0	0	40	0	2,4	3	0,02
6	БИОЙОГУРТ фруктовый (яблочный, персиковый, абрикосовый, б	1/125	4,4	3	6,5	96,2		0,05	12,5		50	15	35	0,75
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>700</b>	<b>18,28</b>	<b>20,25</b>	<b>94,8</b>	<b>664,3</b>		<b>0,35</b>	<b>16,5</b>	<b>40</b>	<b>98,9</b>	<b>65,8</b>	<b>179,5</b>	<b>6,47</b>
<b>Обед</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/100	0,075	0,125	1,875	12	№ 71 2015г.	0	4,875	0	14	17	30	0,5
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ рисовой	1/250	1,7	2,7	13,3	85,2	№ 101 2015г.	0,1	16,5	0,2	24,3	23,6	55,1	1
3	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ с соусом сметанным с томатом	1/100/50	16,5	24,2	14,3	343,9	№ 268,331 2015г.	0,07	0,33	0,4	55,77	43,1	188,8	2,8
4	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Кре	1/200	10,62	11,465	47,8	336	№ 302 2015г.	0,2	0	0	168,6	31,6	252,4	5,7
5	КИСЕЛЬ из смеси сухофруктов	1/200	0,1	0	26,9	110,2	№ 354 2015г.	0	3	0	5	15,2	9,1	0,1
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,25	1,65	21,25	129		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,02	12	0,04	0,094	19,2	12	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>1160</b>	<b>37,195</b>	<b>40,64</b>	<b>149,575</b>	<b>1133,2</b>		<b>0,57</b>	<b>24,705</b>	<b>0,6</b>	<b>300,67</b>	<b>153,5</b>	<b>619,4</b>	<b>12,1</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1860</b>	<b>55,475</b>	<b>60,89</b>	<b>244,375</b>	<b>1797,5</b>		<b>0,92</b>	<b>41,205</b>	<b>40,6</b>	<b>399,57</b>	<b>219,3</b>	<b>798,9</b>	<b>18,57</b>

ЧЕТВЕРГ 1 НЕДЕЛЯ														
№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ и молоком сгущенным	1/220/80	29,2	27,6	91,6	732,0	№ 224 2015г.	0,2	2,2	0,1	75,5	480,2	492,2	2,0
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0
6	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	1/15	3,5	4,4	0,0	54,0	№ 15 2015г.	0,0	0,2	78,0	10,5	264,0	150,0	0,3
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>775</b>	<b>44,3</b>	<b>44,3</b>	<b>173,6</b>	<b>1 288,3</b>		<b>0,4</b>	<b>15,5</b>	<b>118,1</b>	<b>133,1</b>	<b>909,8</b>	<b>831,2</b>	<b>7,7</b>
<b>Обед</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с картофелем	1/250	2,0	6,1	7,0	83,2	№ 88 2015г.	0,0	34,1	0,2	20,1	52,4	37,1	0,9
3	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	1/100/300	25,4	14,8	54,7	454,0	№ 291 2015г.	0,2	9,0	0,0	80,9	69,6	258,2	2,8
4	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>1100</b>	<b>35,7</b>	<b>23,2</b>	<b>128,4</b>	<b>872,5</b>		<b>0,4</b>	<b>48,0</b>	<b>0,2</b>	<b>150,0</b>	<b>171,4</b>	<b>409,3</b>	<b>6,2</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1875</b>	<b>79,9</b>	<b>67,4</b>	<b>302,0</b>	<b>2 160,8</b>		<b>0,8</b>	<b>63,4</b>	<b>118,3</b>	<b>283,1</b>	<b>1 081,2</b>	<b>1 240,5</b>	<b>13,9</b>



ПЯТНИЦА 1 НЕДЕЛЯ														
№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	РАГУ из мяса птицы	1/100/300	25,30	20,1	27,1	374,1	№ 289 2011г.	0,20	6,50	29,00	67,10	63,00	222,00	3,20
3	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/200/15/7	0,4	0,0	11,7	49,5	№ 377 2015г.	0,0	3,3	0,0	11,7	27,2	15,5	1,5
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>882</b>	<b>34,5</b>	<b>30,0</b>	<b>97,9</b>	<b>803,9</b>		<b>0,4</b>	<b>26,7</b>	<b>69,0</b>	<b>125,9</b>	<b>151,8</b>	<b>366,5</b>	<b>9,6</b>
<b>Обед</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и картофелем	1/250	4,0	2,9	20,1	119,1	№ 112 2015г.	0,1	7,1	0,2	22,0	24,1	56,8	0,9
3	ЗРАЗЫ рубленые из мяса говядины с маслом сливочным Крестьянское" 72,5%	1/100/5	11,6	13,5	13,8	224,0	№ 274 2015г.	0,1	0,2	31,2	18,2	32,1	116,6	8,4
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	3,9	11,5	22,7	217,8	№ 312 2015г.	0,1	22,4	0,0	34,5	52,5	109,7	1,3
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>1105</b>	<b>28,4</b>	<b>30,4</b>	<b>124,6</b>	<b>907,0</b>		<b>0,5</b>	<b>134,6</b>	<b>31,4</b>	<b>125,1</b>	<b>170,0</b>	<b>400,5</b>	<b>13,7</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1987</b>	<b>62,9</b>	<b>60,4</b>	<b>222,5</b>	<b>1 710,9</b>		<b>0,9</b>	<b>161,3</b>	<b>100,4</b>	<b>251,0</b>	<b>321,8</b>	<b>767,0</b>	<b>23,3</b>



ПОНЕДЕЛЬНИК 2 НЕДЕЛЯ														
№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
1	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/220/10	6,8	10,1	25,6	212,4	№ 173 2015г.	0,1	1,7	0,0	53,8	160,2	191,2	2,9
2	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт)	1/200	1,0	0,2	19,6	83,4		0,0	4,0	0,0	8,0	14,0	14,0	2,8
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0
6	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	1/15	3,5	4,4	0,0	54,0	№ 15 2015г.	0,0	0,2	78,0	10,5	264,0	150,0	0,3
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>695</b>	<b>20,0</b>	<b>24,5</b>	<b>102,4</b>	<b>718,1</b>		<b>0,3</b>	<b>17,9</b>	<b>118,0</b>	<b>105,4</b>	<b>482,8</b>	<b>454,2</b>	<b>10,4</b>
<b>Обед</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ со сметаной	1/250/10	3,0	4,2	10,2	91,0	№ 99 2015г.	0,1	11,0	0,2	22,0	30,0	53,0	0,8
3	ТЕФТЕЛИ из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/50	12,8	14,3	16,8	301,6	№ 278/331 2015г.	0,0	1,2	0,0	30,0	45,7	144,6	1,4
4	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	10,6	11,5	47,8	336,0	№ 302 2015г.	0,2	0,0	0,0	168,6	31,6	252,4	5,7
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>1172</b>	<b>34,7</b>	<b>32,2</b>	<b>141,5</b>	<b>1 063,9</b>		<b>0,5</b>	<b>17,1</b>	<b>0,2</b>	<b>269,6</b>	<b>156,7</b>	<b>564,0</b>	<b>10,4</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1867</b>	<b>54,7</b>	<b>56,7</b>	<b>243,9</b>	<b>1 782,0</b>		<b>0,8</b>	<b>35,0</b>	<b>118,2</b>	<b>375,0</b>	<b>639,5</b>	<b>1 018,2</b>	<b>20,8</b>



ВТОРНИК 2 НЕДЕЛЯ														
№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ рубленные (из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/8	12,1	16,2	13,4	222,4	№ 237 2015г.	0,1	0,0	0,1	25,4	38,7	140,4	1,5
3	РАГУ из овощей	1/180	2,5	15,7	0,5	202,0	№ 143 2015г.	0,0	15,8	65,7	23,2	53,0	64,2	0,8
4	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	0,2	0,2	27,1	111,1	№ 342 2015г.	0,0	4,0	0,0	4,9	14,5	4,4	0,9
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>838</b>	<b>23,4</b>	<b>34,7</b>	<b>98,1</b>	<b>837,8</b>		<b>0,3</b>	<b>31,8</b>	<b>65,8</b>	<b>86,6</b>	<b>148,4</b>	<b>305,0</b>	<b>7,6</b>
<b>Обед</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	1/250	2,3	5,3	16,4	122,4	№ 96 2015г.	0,1	16,8	0,2	27,8	28,0	71,8	1,2
3	ТЕФТЕЛИ рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/100/60	13,2	12,9	18,8	244,0	№ 239, 331 2015г.	0,1	2,3	29,0	32,6	102,1	195,8	1,0
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	3,9	11,5	22,7	217,8	№ 312 2015г.	0,1	22,4	0,0	34,5	52,5	109,7	1,3
5	Компот из свежих яблок	1/200	0,8	0,8	139,4	573,0	№ 342 2015г.	0,1	4,5	0,0	25,7	70,9	22,0	4,8
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>1179</b>	<b>28,5</b>	<b>32,8</b>	<b>244,6</b>	<b>1 415,1</b>		<b>0,6</b>	<b>50,9</b>	<b>29,2</b>	<b>167,6</b>	<b>293,5</b>	<b>513,3</b>	<b>10,8</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>2017</b>	<b>51,9</b>	<b>67,4</b>	<b>342,7</b>	<b>2 252,9</b>		<b>0,9</b>	<b>82,7</b>	<b>95,0</b>	<b>254,2</b>	<b>441,9</b>	<b>818,3</b>	<b>18,4</b>



СРЕДА 2 НЕДЕЛЯ														
№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
1	Пудинг из творога (запечённый) со густым молоком	1/220/80	27,3	25,4	69,3	555,1	№ 222 2015г.	0,1	0,9	122,3	56,8	401,5	552,6	1,8
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0
6	БИОЙОГУРТ фруктовый (яблочный, персиковый, абрикосовый, банановый) в индивидуальной упаковке	1/125	4,4	3,0	6,5	96,2		0,1	12,5		50,0	15,0	35,0	0,8
7	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт)	1/200	1,0	0,2	19,6	83,4		0,0	4,0	0,0	8,0	14,0	14,0	2,8
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>735</b>	<b>43,9</b>	<b>40,5</b>	<b>165,7</b>	<b>1 180,6</b>		<b>0,4</b>	<b>18,4</b>	<b>162,3</b>	<b>161,8</b>	<b>576,9</b>	<b>778,6</b>	<b>8,4</b>
<b>Обед</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	1/250	5,6	5,4	17,5	140,7	№ 102 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1
3	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	14,1	18,4	15,7	241,7	№ 295 2015г.	0,1	1,4	0,2	28,4	9,5	145,9	2,0
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	6,9	7,3	25,2	246,6	№ 309 2015г.	0,1	0,0	0,3	10,2	15,3	47,3	10,2
5	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	0,2	0,2	27,1	111,1	№ 342 2015г.	0,0	4,0	0,0	4,9	14,5	4,4	0,9
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>1089</b>	<b>35,0</b>	<b>33,6</b>	<b>132,8</b>	<b>998,0</b>		<b>0,6</b>	<b>19,9</b>	<b>0,8</b>	<b>126,1</b>	<b>128,1</b>	<b>395,3</b>	<b>17,7</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1824</b>	<b>78,9</b>	<b>74,0</b>	<b>298,5</b>	<b>2 178,6</b>		<b>1,0</b>	<b>38,3</b>	<b>163,1</b>	<b>287,9</b>	<b>705,0</b>	<b>1 173,9</b>	<b>26,1</b>



ЧЕТВЕРГ 2 НЕДЕЛЯ														
№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ с соусом сметанным с томатом	1/100/60	14,1	18,4	15,7	241,7	№ 295 2015г.	0,1	1,4	0,2	28,4	9,5	145,9	2,0
3	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	10,6	11,5	47,8	336,0	№ 302 2015г.	0,2	0,0	0,0	168,6	31,6	252,4	5,7
4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/200/15/7	0,4	0,0	11,7	49,5	№ 377 2015г.	0,0	3,3	0,0	11,7	27,2	15,5	1,5
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>942</b>	<b>33,9</b>	<b>39,7</b>	<b>134,3</b>	<b>1 007,5</b>		<b>0,5</b>	<b>21,6</b>	<b>40,2</b>	<b>255,8</b>	<b>129,9</b>	<b>542,8</b>	<b>14,1</b>
<b>Обед</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	1/250/10	1,8	5,0	12,3	102,0	№ 82 2015г.	0,0	22,2	0,2	27,4	54,5	51,8	1,3
3	ЗРАЗЫ рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/80	11,6	13,5	13,8	224,0	№ 274 2015г.	0,1	0,2	31,2	18,2	32,1	116,6	8,4
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	3,6	7,1	25,2	189,0	№ 310 2015г.	0,2	25,9	0,0	36,6	24,6	100,4	1,5
4	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>1190</b>	<b>26,0</b>	<b>28,1</b>	<b>119,3</b>	<b>861,1</b>		<b>0,5</b>	<b>153,2</b>	<b>31,4</b>	<b>132,6</b>	<b>172,5</b>	<b>386,2</b>	<b>14,3</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>2132</b>	<b>59,9</b>	<b>67,9</b>	<b>253,6</b>	<b>1 868,6</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	<b>174,8</b>	<b>71,6</b>	<b>388,4</b>	<b>302,4</b>	<b>929,0</b>	<b>28,4</b>



ПЯТНИЦА 2 НЕДЕЛЯ														
№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
1	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ, маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% и повидлом яблочным	1/220/8/80	17,7	17,3	40,3	388,6	№ 208 2015г.	0,1	0,3	94,0	26,5	136,7	211,2	1,2
2	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК с молоком	1/200	2,9	1,9	20,9	113,4	№ 379 2015г.	0,0	0,2	1,0	1,3	128,7	86,5	0,0
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	4,0	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0
6	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	1/15	3,5	4,4	0,0	54,0	№ 15 2015г.	0,0	0,2	78,0	10,5	264,0	150,0	0,3
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>783</b>	<b>32,8</b>	<b>33,4</b>	<b>118,5</b>	<b>924,3</b>		<b>0,3</b>	<b>12,8</b>	<b>213,0</b>	<b>71,4</b>	<b>574,0</b>	<b>546,7</b>	<b>5,9</b>
<b>Обед</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	1/250	5,6	4,8	10,2	115,0	№ 108 2015г.	0,1	0,8	5,9	16,8	23,7	56,6	0,6
3	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	16,5	24,2	14,3	343,9	№ 268 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8
4	КАША ПШЕНИЧНАЯ рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	7,1	10,1	40,3	268,0	№ 302 2015г.	0,1	0,0	41,0	51,4	29,3	141,0	1,7
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>1110</b>	<b>37,5</b>	<b>41,4</b>	<b>131,4</b>	<b>1 062,2</b>		<b>0,4</b>	<b>6,0</b>	<b>47,3</b>	<b>172,9</b>	<b>145,5</b>	<b>500,4</b>	<b>7,5</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1893</b>	<b>70,2</b>	<b>74,7</b>	<b>249,9</b>	<b>1 986,5</b>		<b>0,7</b>	<b>18,8</b>	<b>260,3</b>	<b>244,3</b>	<b>719,5</b>	<b>1 047,1</b>	<b>13,4</b>

**ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ**

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого за весь период	628,4	650,9	2 708,0	19 633,3
Среднее значение за период	62,8	65,1	270,8	1 963,3

Итого	Витамины			Минеральные вещества			
	В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
Итого за весь период	8,6	722,4	1 127,2	2 985,4	5 405,4	9 480,5	207,4
Среднее значение за период	0,86	72,24	112,72	298,54	540,54	948,05	20,74

\*можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ - РАСКЛАДКА

для организации бесплатного горячего питания обучающихся 5-11 классов в муниципальных образовательных организациях города Ставрополя, относящихся к льготной категории, утвержденной постановлением Правительства Ставропольского края от 27 марта 2023 г. № 145-п на осенне-зимний период с 29.11.2024г. до 31.03.2025г. 2024-2025 уч.года

ПОНЕДЕЛЬНИК 1 НЕДЕЛЯ														
№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
1	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/220/10	5,7	6,8	41,7	252,6	№ 174 2015г.	0,0	1,3	0,0	35,2	61,8	108,3	0,5
2	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт)	1/200	1,0	0,2	19,6	83,4		0,0	4,0	0,0	8,0	14,0	14,0	2,8
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0
6	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	1/15	3,5	4,4	0,0	54,0	№ 15 2015г.	0,0	0,2	78,0	10,5	264,0	150,0	0,3
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>695</b>	<b>18,9</b>	<b>21,2</b>	<b>118,5</b>	<b>758,3</b>		<b>0,2</b>	<b>17,5</b>	<b>118,0</b>	<b>86,8</b>	<b>384,4</b>	<b>371,3</b>	<b>8,0</b>
<b>Обед</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (помидоры)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	1/250	5,6	5,4	17,5	140,7	№ 102 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1
3	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	16,5	24,2	14,3	343,9	№ 268 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	6,9	7,3	25,2	246,6	№ 309 2015г.	0,1	0,0	0,3	10,2	15,3	47,3	10,2
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>1110</b>	<b>37,2</b>	<b>39,2</b>	<b>123,7</b>	<b>1 066,5</b>		<b>0,5</b>	<b>14,8</b>	<b>1,0</b>	<b>150,6</b>	<b>156,6</b>	<b>433,8</b>	<b>17,6</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1805</b>	<b>56,1</b>	<b>60,3</b>	<b>242,2</b>	<b>1 824,8</b>		<b>0,8</b>	<b>32,3</b>	<b>119,0</b>	<b>237,4</b>	<b>541,0</b>	<b>805,1</b>	<b>25,6</b>



ВТОРНИК 1 НЕДЕЛЯ														
№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/135/13	13,8	24,5	2,6	285,8	№ 210 2015г.	0,1	0,0	0,2	15,9	101,7	222,7	2,6
2	ИКРА КАБАЧКОВАЯ консервированная	1/100	1,3	1,0	6,4	45,2		0,0	3,5	0,0	14,3	19,8	23,4	0,6
3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>708</b>	<b>26,8</b>	<b>37,7</b>	<b>83,4</b>	<b>802,8</b>		<b>0,3</b>	<b>16,8</b>	<b>40,2</b>	<b>82,0</b>	<b>228,2</b>	<b>398,6</b>	<b>7,9</b>
<b>Обед</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (огурцы)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	1/250/10	1,8	5,0	12,3	102,0	№ 82 2015г.	0,0	22,2	0,2	27,4	54,5	51,8	1,3
3	РЫБА МИНГАЙ ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	17,1	8,2	0,9	146,0	№ 227 2015г.	0,1	0,5	0,0	45,8	15,5	195,7	0,9
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	3,6	7,1	25,2	189,0	№ 310 2015г.	0,2	25,9	0,0	36,6	24,6	100,4	1,5
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1120</b>	<b>31,5</b>	<b>22,9</b>	<b>106,5</b>	<b>783,1</b>		<b>0,5</b>	<b>153,5</b>	<b>0,2</b>	<b>160,3</b>	<b>155,9</b>	<b>465,3</b>	<b>6,8</b>
	<b>Всего за день:</b>	<b>1828</b>	<b>58,3</b>	<b>60,5</b>	<b>189,9</b>	<b>1 585,9</b>		<b>0,8</b>	<b>170,3</b>	<b>40,4</b>	<b>242,3</b>	<b>384,1</b>	<b>863,9</b>	<b>14,7</b>

## СРЕДА 1 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
1	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/220/36/9	4,6	7,7	23,2	172,8	№ 204 2015г.	0,1	0,0	0,0	7,9	11,4	43,5	0,9
2	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт)	1/200	1,0	0,2	19,6	83,4		0,0	4,0	0,0	8,0	14,0	14,0	2,8
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0
6	БИОЙОГУРТ фруктовый (яблочный, персиковый, абрикосовый, банановый) в индивидуальной упаковке	1/125	4,4	3,0	6,5	96,2		0,1	12,5		50,0	15,0	35,0	0,8
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>18,3</b>	<b>20,3</b>	<b>94,8</b>	<b>664,3</b>		<b>0,4</b>	<b>16,5</b>	<b>40,0</b>	<b>98,9</b>	<b>65,8</b>	<b>179,5</b>	<b>6,5</b>
<b>Обед</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (помидоры)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ рисовой	1/250	1,7	2,7	13,3	85,2	№ 101 2015г.	0,1	16,5	0,2	24,3	23,6	55,1	1,0
3	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ с соусом сметанным с томатом	1/100/60	16,5	24,2	14,3	343,9	№ 268,331 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8
4	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	10,6	11,5	47,8	336,0	№ 302 2015г.	0,2	0,0	0,0	168,6	31,6	252,4	5,7
5	КИСЕЛЬ из смеси сухофруктов	1/200	0,1	0,0	26,9	110,2	№ 354 2015г.	0,0	3,0	0,0	5,0	15,2	9,1	0,1
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (мандарины 2 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1160</b>	<b>37,2</b>	<b>40,6</b>	<b>149,6</b>	<b>1 133,2</b>		<b>0,6</b>	<b>24,7</b>	<b>0,6</b>	<b>300,7</b>	<b>153,5</b>	<b>619,4</b>	<b>12,1</b>
	<b>Всего за день:</b>	<b>1860</b>	<b>55,5</b>	<b>60,9</b>	<b>244,4</b>	<b>1 797,5</b>		<b>0,9</b>	<b>41,2</b>	<b>40,6</b>	<b>399,6</b>	<b>219,3</b>	<b>798,9</b>	<b>18,6</b>



ЧЕТВЕРГ 1 НЕДЕЛЯ														
№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ и молоком сгущенным	1/220/80	29,2	27,6	91,6	732,0	№ 224 2015г.	0,2	2,2	0,1	75,5	480,2	492,2	2,0
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0
6	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	1/15	3,5	4,4	0,0	54,0	№ 15 2015г.	0,0	0,2	78,0	10,5	264,0	150,0	0,3
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>775</b>	<b>44,3</b>	<b>44,3</b>	<b>173,6</b>	<b>1 288,3</b>		<b>0,4</b>	<b>15,5</b>	<b>118,1</b>	<b>133,1</b>	<b>909,8</b>	<b>831,2</b>	<b>7,7</b>
<b>Обед</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (огурцы)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с картофелем	1/250	2,0	6,1	7,0	83,2	№ 88 2015г.	0,0	34,1	0,2	20,1	52,4	37,1	0,9
3	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	1/100/300	25,4	14,8	54,7	454,0	№ 291 2015г.	0,2	9,0	0,0	80,9	69,6	258,2	2,8
4	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1100</b>	<b>35,7</b>	<b>23,2</b>	<b>128,4</b>	<b>872,5</b>		<b>0,4</b>	<b>48,0</b>	<b>0,2</b>	<b>150,0</b>	<b>171,4</b>	<b>409,3</b>	<b>6,2</b>
	<b>Всего за день:</b>	<b>1875</b>	<b>79,9</b>	<b>67,4</b>	<b>302,0</b>	<b>2 160,8</b>		<b>0,8</b>	<b>63,4</b>	<b>118,3</b>	<b>283,1</b>	<b>1 081,2</b>	<b>1 240,5</b>	<b>13,9</b>

ПЯТНИЦА 1 НЕДЕЛЯ														
№ в/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (огурцы)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	РАГУ из мяса птицы	1/100/300	25,30	20,1	27,1	374,1	№ 289 2011г.	0,20	6,50	29,00	67,10	63,00	222,00	3,20
3	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/200/15/7	0,4	0,0	11,7	49,5	№ 377 2015г.	0,0	3,3	0,0	11,7	27,2	15,5	1,5
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>882</b>	<b>34,5</b>	<b>30,0</b>	<b>97,9</b>	<b>803,9</b>		<b>0,4</b>	<b>26,7</b>	<b>69,0</b>	<b>125,9</b>	<b>151,8</b>	<b>366,5</b>	<b>9,6</b>
<b>Обед</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (помидоры)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и картофелем	1/250	4,0	2,9	20,1	119,1	№ 112 2015г.	0,1	7,1	0,2	22,0	24,1	56,8	0,9
3	ЗРАЗЫ рубленые из мяса говядины с маслом сливочным Крестьянским" 72,5%	1/100/5	11,6	13,5	13,8	224,0	№ 274 2015г.	0,1	0,2	31,2	18,2	32,1	116,6	8,4
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	3,9	11,5	22,7	217,8	№ 312 2015г.	0,1	22,4	0,0	34,5	52,5	109,7	1,3
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1105</b>	<b>28,4</b>	<b>30,4</b>	<b>124,6</b>	<b>907,0</b>		<b>0,5</b>	<b>134,6</b>	<b>31,4</b>	<b>125,1</b>	<b>170,0</b>	<b>400,5</b>	<b>13,7</b>
	<b>Всего за день:</b>	<b>1987</b>	<b>62,9</b>	<b>60,4</b>	<b>222,5</b>	<b>1 710,9</b>		<b>0,9</b>	<b>161,3</b>	<b>100,4</b>	<b>251,0</b>	<b>321,8</b>	<b>767,0</b>	<b>23,3</b>



ПОНЕДЕЛЬНИК 2 НЕДЕЛЯ														
№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
1	КАША вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/220/10	6,8	10,1	25,6	212,4	№ 173 2015г.	0,1	1,7	0,0	53,8	160,2	191,2	2,9
2	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт)	1/200	1,0	0,2	19,6	83,4		0,0	4,0	0,0	8,0	14,0	14,0	2,8
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0
6	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	1/15	3,5	4,4	0,0	54,0	№ 15 2015г.	0,0	0,2	78,0	10,5	264,0	150,0	0,3
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>695</b>	<b>20,0</b>	<b>24,5</b>	<b>102,4</b>	<b>718,1</b>		<b>0,3</b>	<b>17,9</b>	<b>118,0</b>	<b>105,4</b>	<b>482,8</b>	<b>454,2</b>	<b>10,4</b>
<b>Обед</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (огурцы)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ со сметаной	1/250/10	3,0	4,2	10,2	91,0	№ 99 2015г.	0,1	11,0	0,2	22,0	30,0	53,0	0,8
3	ТЕФТЕЛИ из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/50	12,8	14,3	16,8	301,6	№ 278/331 2015г.	0,0	1,2	0,0	30,0	45,7	144,6	1,4
4	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	10,6	11,5	47,8	336,0	№ 302 2015г.	0,2	0,0	0,0	168,6	31,6	252,4	5,7
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>1172</b>	<b>34,7</b>	<b>32,2</b>	<b>141,5</b>	<b>1 063,9</b>		<b>0,5</b>	<b>17,1</b>	<b>0,2</b>	<b>269,6</b>	<b>156,7</b>	<b>564,0</b>	<b>10,4</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1867</b>	<b>54,7</b>	<b>56,7</b>	<b>243,9</b>	<b>1 782,0</b>		<b>0,8</b>	<b>35,0</b>	<b>118,2</b>	<b>375,0</b>	<b>639,5</b>	<b>1 018,2</b>	<b>20,8</b>

ВТОРНИК 2 НЕДЕЛЯ														
№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (огурцы)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ рубленые (из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/8	12,1	16,2	13,4	222,4	№ 237 2015г.	0,1	0,0	0,1	25,4	38,7	140,4	1,5
3	РАГУ из овощей	1/180	2,5	15,7	0,5	202,0	№ 143 2015г.	0,0	15,8	65,7	23,2	53,0	64,2	0,8
4	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	0,2	0,2	27,1	111,1	№ 342 2015г.	0,0	4,0	0,0	4,9	14,5	4,4	0,9
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>838</b>	<b>23,4</b>	<b>34,7</b>	<b>98,1</b>	<b>837,8</b>		<b>0,3</b>	<b>31,8</b>	<b>65,8</b>	<b>86,6</b>	<b>148,4</b>	<b>305,0</b>	<b>7,6</b>
<b>Обед</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (ОГУРЦЫ)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	1/250	2,3	5,3	16,4	122,4	№ 96 2015г.	0,1	16,8	0,2	27,8	28,0	71,8	1,2
3	ТЕФТЕЛИ рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/100/60	13,2	12,9	18,8	244,0	№ 239, 331 2015г.	0,1	2,3	29,0	32,6	102,1	195,8	1,0
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	3,9	11,5	22,7	217,8	№ 312 2015г.	0,1	22,4	0,0	34,5	52,5	109,7	1,3
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>1179</b>	<b>28,3</b>	<b>32,2</b>	<b>125,9</b>	<b>930,3</b>		<b>0,5</b>	<b>146,4</b>	<b>29,2</b>	<b>145,3</b>	<b>243,9</b>	<b>494,7</b>	<b>6,6</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>2017</b>	<b>51,7</b>	<b>66,9</b>	<b>224,0</b>	<b>1 768,1</b>		<b>0,8</b>	<b>178,2</b>	<b>95,0</b>	<b>231,9</b>	<b>392,3</b>	<b>799,7</b>	<b>14,2</b>



СРЕДА 2 НЕДЕЛЯ														
№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
1	Пудинг из творога (запечённый) со сгущенным молоком	1/220/80	27,3	25,4	69,3	555,1	№ 222 2015г.	0,1	0,9	122,3	56,8	401,5	552,6	1,8
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0
6	БИОЙОГУРТ фруктовый (яблочный, персиковый, абрикосовый,	1/125	4,4	3,0	6,5	96,2		0,1	12,5		50,0	15,0	35,0	0,8
7	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт)	1/200	1,0	0,2	19,6	83,4		0,0	4,0	0,0	8,0	14,0	14,0	2,8
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>735</b>	<b>43,9</b>	<b>40,5</b>	<b>165,7</b>	<b>1 180,6</b>		<b>0,4</b>	<b>18,4</b>	<b>162,3</b>	<b>161,8</b>	<b>576,9</b>	<b>778,6</b>	<b>8,4</b>
<b>Обед</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (огурцы)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	1/250	5,6	5,4	17,5	140,7	№ 102 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1
3	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	14,1	18,4	15,7	241,7	№ 295 2015г.	0,1	1,4	0,2	28,4	9,5	145,9	2,0
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	6,9	7,3	25,2	246,6	№ 309 2015г.	0,1	0,0	0,3	10,2	15,3	47,3	10,2
5	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	0,2	0,2	27,1	111,1	№ 342 2015г.	0,0	4,0	0,0	4,9	14,5	4,4	0,9
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (мандарины 2 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>1089</b>	<b>35,0</b>	<b>33,6</b>	<b>132,8</b>	<b>998,0</b>		<b>0,6</b>	<b>19,9</b>	<b>0,8</b>	<b>126,1</b>	<b>128,1</b>	<b>395,3</b>	<b>17,7</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1824</b>	<b>78,9</b>	<b>74,0</b>	<b>298,5</b>	<b>2 178,6</b>		<b>1,0</b>	<b>38,3</b>	<b>163,1</b>	<b>287,9</b>	<b>705,0</b>	<b>1 173,9</b>	<b>26,1</b>

ЧЕТВЕРГ 2 НЕДЕЛЯ														
№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (огурцы)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ с соусом сметанным с томатом	1/100/60	14,1	18,4	15,7	241,7	№ 295 2015г.	0,1	1,4	0,2	28,4	9,5	145,9	2,0
3	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	10,6	11,5	47,8	336,0	№ 302 2015г.	0,2	0,0	0,0	168,6	31,6	252,4	5,7
4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/200/15/7	0,4	0,0	11,7	49,5	№ 377 2015г.	0,0	3,3	0,0	11,7	27,2	15,5	1,5
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>942</b>	<b>33,9</b>	<b>39,7</b>	<b>134,3</b>	<b>1 007,5</b>		<b>0,5</b>	<b>21,6</b>	<b>40,2</b>	<b>255,8</b>	<b>129,9</b>	<b>542,8</b>	<b>14,1</b>
<b>Обед</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (помидоры)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	1/250/10	1,8	5,0	12,3	102,0	№ 82 2015г.	0,0	22,2	0,2	27,4	54,5	51,8	1,3
3	ЗРАЗЫ рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/80	11,6	13,5	13,8	224,0	№ 274 2015г.	0,1	0,2	31,2	18,2	32,1	116,6	8,4
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	3,6	7,1	25,2	189,0	№ 310 2015г.	0,2	25,9	0,0	36,6	24,6	100,4	1,5
4	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>1190</b>	<b>26,0</b>	<b>28,1</b>	<b>119,3</b>	<b>861,1</b>		<b>0,5</b>	<b>153,2</b>	<b>31,4</b>	<b>132,6</b>	<b>172,5</b>	<b>386,2</b>	<b>14,3</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>2132</b>	<b>59,9</b>	<b>67,9</b>	<b>253,6</b>	<b>1 868,6</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	<b>174,8</b>	<b>71,6</b>	<b>388,4</b>	<b>302,4</b>	<b>929,0</b>	<b>28,4</b>



ПЯТНИЦА 2 НЕДЕЛЯ														
№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
1	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ, маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% и повидлм яблочным	1/220/8/80	17,7	17,3	40,3	388,6	№ 208 2015г.	0,1	0,3	94,0	26,5	136,7	211,2	1,2
2	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК с молоком	1/200	2,9	1,9	20,9	113,4	№ 379 2015г.	0,0	0,2	1,0	1,3	128,7	86,5	0,0
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	4,0	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0
6	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	1/15	3,5	4,4	0,0	54,0	№ 15 2015г.	0,0	0,2	78,0	10,5	264,0	150,0	0,3
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>783</b>	<b>32,8</b>	<b>33,4</b>	<b>118,5</b>	<b>924,3</b>		<b>0,3</b>	<b>12,8</b>	<b>213,0</b>	<b>71,4</b>	<b>574,0</b>	<b>546,7</b>	<b>5,9</b>
<b>Обед</b>														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (огурцы)	1/100	0,1	0,1	1,9	12,0	№ 71 2015г.	0,0	4,9	0,0	14,0	17,0	30,0	0,5
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	1/250	5,6	4,8	10,2	115,0	№ 108 2015г.	0,1	0,8	5,9	16,8	23,7	56,6	0,6
3	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	16,5	24,2	14,3	343,9	№ 268 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8
4	КАША ПШЕНИЧНАЯ рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	7,1	10,1	40,3	268,0	№ 302 2015г.	0,1	0,0	41,0	51,4	29,3	141,0	1,7
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>1110</b>	<b>37,5</b>	<b>41,4</b>	<b>131,4</b>	<b>1 062,2</b>		<b>0,4</b>	<b>6,0</b>	<b>47,3</b>	<b>172,9</b>	<b>145,5</b>	<b>500,4</b>	<b>7,5</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1893</b>	<b>70,2</b>	<b>74,7</b>	<b>249,9</b>	<b>1 986,5</b>		<b>0,7</b>	<b>18,8</b>	<b>260,3</b>	<b>244,3</b>	<b>719,5</b>	<b>1 047,1</b>	<b>13,4</b>

**ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ**

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого за весь период	628,1	649,8	2 470,7	18 663,7
Среднее значение за период	62,8	65,0	247,1	1 866,4

Итого	Витамины			Минеральные вещества			
	В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг
Итого за весь период	8,5	913,4	1 127,2	2 940,9	5 306,3	9 443,4	199,1
Среднее значение за период	0,85	91,34	112,72	294,09	530,63	944,34	19,91

\*можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице