

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Ленинградской области
«Кировская школа-интернат, реализующая адаптированные образовательные
программы»**

ПРИКАЗ

от «02» сентября 2024

г. Кировск

№ 251

**«Об утверждении единого примерного меню на 10 дней в 2024-2025 учебном
году»**

В целях сохранения и укрепления здоровья детей и подростков, совершенствования и повышения эффективности системы организации школьного питания, улучшения качества питания, для организации полноценного здорового горячего питания обучающихся:

1. Утвердить меню на 10 дней для учащихся 7-11 лет
2. Утвердить меню на 10 дней для учащихся 12-18 лет
3. Утвердить меню на 10 дней для воспитанников 7-11 лет
4. Утвердить меню на 10 дней для воспитанников 12-18 лет
5. Назначить ответственной за размещение ежедневного меню на сайте школы – Жуковскую А.А. – учителя-логопеда.
6. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Директор школы



Ознакомлены:

_____ А.А. Жуковская

МЕНЮ

Интернат-воспитанники 7-11 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 200	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 200	-КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 200	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 180/20	-ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ 180/20	-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 200	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО ДЖЕМОМ 180/20	-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 200	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С КУКУРУЗОЙ (НАРЕЗКА) 100	-КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 200
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 50	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С СЫРОМ 200	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 40	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 40	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 30	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 20	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 20	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 20	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 20	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 20	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 20	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 40	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 20
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 230	-КАКАО С МОЛОКОМ 200	-ЧАЙ С САХАРОМ 200	АПЕЛЬСИН 250	-ЧАЙ С САХАРОМ 200	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	-КАКАО С МОЛОКОМ 200	-ЧАЙ С САХАРОМ 200	-КАКАО С МОЛОКОМ 200	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200
	АПЕЛЬСИН 250	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 230		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 230	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 230	АПЕЛЬСИН 250	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 230	АПЕЛЬСИН 250	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 230
Завтрак 2									
КЕФИР 180	-КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ 180	РЯЖЕНКА 180	ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ 180	КЕФИР 180	КЕФИР 180	-КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ 180	ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ 180	РЯЖЕНКА 180	КЕФИР 180
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 30
Обед									
-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ 100	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 100	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) 100	-САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ 100	-САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 100	-САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА С СВЕЖИМИ ОГУРЦАМИ 100	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) 100	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 100	-САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ 100	-САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 100
-СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ГРЕНКАМИ 250/10	-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ 250	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗД., С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ 250	-СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ 35	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 250	-СУП-ЛАПША С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ 250	-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 250	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ 250	-СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ 35	-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА БУЛЬОНЕ ИЗ ПТИЦЫ 250/5
-ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ 50/50	-ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С КАРТОФЕЛЕМ 300	-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ 100	-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 250/5	-ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ 120	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 20	-ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ 100	-ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 300	-СУП ФАСОЛЕВЫЙ С ГОВЯДИНОЙ 250	-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ 100
-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150/10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 55	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 200	-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 120	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) 200	-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ 120	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) 200	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 55	-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ 300	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 200
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 55	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 60	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 190/10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 60	-МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ 150	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 50	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 55	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 55
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 60	-НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 200	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 50	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 55	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 70	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 60	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 60
СОК ФРУКТОВЫЙ 200		-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 60	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 60	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200		-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	СОК ФРУКТОВЫЙ 200
			СОК ФРУКТОВЫЙ 200		СОК ФРУКТОВЫЙ 200				
Полдник									
-ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ 200	-ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ 200	-ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180
-БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ 80	-ВАТРУШКА С ЯБЛОКАМИ 100	ПРЯНИКИ 85	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 80	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 70	ПЕЧЕНЬЕ 80	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 80	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 70	ПРЯНИКИ 85	-ВАТРУШКА С ЯБЛОКАМИ 100
Ужин									
-САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 100	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛПАКОВКЕ 140	-ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ ГОРОШЕК С КАБАЧКОВОЙ ИКРОЙ 100	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С КУКУРУЗОЙ (НАРЕЗКА) 100	-САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 100	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С КУКУРУЗОЙ (НАРЕЗКА) 100	ИКРА КАБАЧКОВАЯ 100	-САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 100	-САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА С СВЕЖИМИ ОГУРЦАМИ 100	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛПАКОВКЕ 140
-ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ 290	-ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ И ТВОРОГА С ЯБЛОЧНЫМ СОУСОМ 180/25	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 120	-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) 100	-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 300	-СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 120	-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ 100	-КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ 100	-РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 120	-ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ И ТВОРОГА С ЯБЛОЧНЫМ СОУСОМ 180/25
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 50	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 50	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 200	-КАПУСТА ТУШЕНАЯ 200	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 50	-КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ 200	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 200	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 190/10	-РИС ОТВАРНОЙ 150/5	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 50	-КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 180	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 45	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40	-КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 180
-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	БАНАН 230	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 50	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БАНАН 230
		СОК ФРУКТОВЫЙ 200	-КАКАО С МОЛОКОМ 200		-КАКАО С МОЛОКОМ 200	-НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 200	-НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 200	-ЧАЙ С САХАРОМ 200	

МЕНЮ

Интернат-воспитанники от 12 лет и старше

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 250	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 250	-КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 250	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 180/20	-ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ 200/20	-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 250	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО ДЖЕМОМ 200/20	-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 250	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С КУКУРУЗОЙ (НАРЕЗКА) 120	-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ 250
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 50	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 50	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 50	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 50	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 50	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С СЫРОМ 220	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 50
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 50	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 50	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 50	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 50	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 220	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 25	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 20	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 220	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 25	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 220	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 25	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 20	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 50	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 25
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 230	-КАКАО С МОЛОКОМ 200	-ЧАЙ С САХАРОМ 200	АПЕЛЬСИН 250	-ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 230	-КАКАО С МОЛОКОМ 200	-ЧАЙ С САХАРОМ 200	-КАКАО С МОЛОКОМ 200	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 220
	АПЕЛЬСИН 250	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 230		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 230		АПЕЛЬСИН 250	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 230	АПЕЛЬСИН 250	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 230
Завтрак 2									
КЕФИР 200	-КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ 200	РЯЖЕНКА 200	ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ 200	КЕФИР 200	КЕФИР 200	-КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ 200	ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ 200	РЯЖЕНКА 200	КЕФИР 200
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 40
Обед									
-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ 120	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 120	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) 120	-САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ 120	-САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 120	-САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА С СВЕЖИМИ ОГУРЦАМИ 120	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) 120	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 120	-САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ 120	-САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 120
-СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ГРЕНКАМИ 250/10	-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ 300	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗД., С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ 300	-СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ 80	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 300	-СУП-ЛАПША С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ 300	-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 300	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ 300	-СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ 80	-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА БУЛЬОНЕ ИЗ ПТИЦЫ 300/5
-ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ 50/50	-ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С КАРТОФЕЛЕМ 350	-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ 120	-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 300/6	-ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ 150	-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ 150	-ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ 100	-ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 350	-СУП ФАСОЛЕВЫЙ С ГОВЯДИНОЙ 300	-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ 100
-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 220/10	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 80	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 250	-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 120	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) 250	-МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ 220	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) 250	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 80	-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ 320	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 250
ХЛЕБ РЖАНОЙ- 80	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 80	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 220/10	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 80	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 70	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 50	-НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 200	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 80	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 65	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 50	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 50	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 80	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 50	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 60
СОК ФРУКТОВЫЙ 200		-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 250	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 50	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 250	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 250		-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 250	СОК ФРУКТОВЫЙ 200
			СОК ФРУКТОВЫЙ 200						
Полдник									
-ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 230	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ 220	-ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 230	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ 220	-ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 230	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 230
-БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ 80	-ВАТРУШКА С ЯБЛОКАМИ 100	ПРЯНИКИ 75	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 80	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 70	ПЕЧЕНЬЕ 65	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 80	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 70	ПРЯНИКИ 75	-ВАТРУШКА С ЯБЛОКАМИ 100
Ужин									
-САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 120	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛПАКОВКЕ 140	-ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ ГОРОШЕК С КАБАЧКОВОЙ ИКРОЙ 120	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С КУКУРУЗОЙ (НАРЕЗКА) 120	-САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 120	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С КУКУРУЗОЙ (НАРЕЗКА) 120	ИКРА КАБАЧКОВАЯ 120	-САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 120	-САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА С СВЕЖИМИ ОГУРЦАМИ 120	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛПАКОВКЕ 140
-ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ 310	-ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ И ТВОРОГА С ЯБЛОЧНЫМ СОУСОМ 230/25	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 150	-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) 100	-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 300	-СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 120	-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ 120	-КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ 100	-РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 150	-ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ И ТВОРОГА С ЯБЛОЧНЫМ СОУСОМ 230/25
ХЛЕБ РЖАНОЙ- 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ- 40	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 250	-КАПУСТА ТУШЕНАЯ 250	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 50	-КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ 250	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 200	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 220/10	-РИС ОТВАРНОЙ 220/10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ- 40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ- 40	-КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 220	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ- 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 50	-КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 220
-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 250	БАНАН 250	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ- 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ- 45	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ- 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ- 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ- 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ- 50	БАНАН 250
		СОК ФРУКТОВЫЙ 200	-КАКАО С МОЛОКОМ 200			-КАКАО С МОЛОКОМ 200	-НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 200	-ЧАЙ С САХАРОМ 200	

МЕНЮ

Интернат-учащиеся 7-11 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Обед									
-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ 100	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 100	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) 100	-САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ 100	-САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 100	-САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА С СВЕЖИМИ ОГУРЦАМИ 100	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) 100	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 100	-САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ 100	-САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 100
-СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ГРЕНКАМИ 250/10	-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ 250	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗД., С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ 250	-СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ 35	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 250	-СУП-ЛАПША С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ 250	-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 250	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ 250	-СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ 35	-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА БУЛЬОНЕ ИЗ ПТИЦЫ 250/5
-ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ 50/50	-ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С КАРТОФЕЛЕМ 300	-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ 100	-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 250/5	-ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ 120	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 20	-ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ 100	-ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 300	-СУП ФАСОЛЕВЫЙ С ГОВЯДИНОЙ 250	-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ 100
-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150/10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 55	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 200	-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 120	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) 200	-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ 120	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) 200	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 55	-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ 300	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 200
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 55	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 60	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 190/10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 60	-МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ 150	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 50	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 55	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 55
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 60	-НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 200	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 50	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 55	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 70	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 60	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 60
СОК ФРУКТОВЫЙ 200		-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 60	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 60	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200		-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	СОК ФРУКТОВЫЙ 200
			СОК ФРУКТОВЫЙ 200		СОК ФРУКТОВЫЙ 200				
Полдник									
-ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ 200	-ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ 200	-ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180
-БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ 80	-ВАТРУШКА С ЯБЛОКАМИ 100	ПРЯНИКИ 85	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 80	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 70	ПЕЧЕНЬЕ 80	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 80	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 70	ПРЯНИКИ 85	-ВАТРУШКА С ЯБЛОКАМИ 100

МЕНЮ

Интернат-учащиеся от 12 лет и старше

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Обед									
-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ 120	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 120	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) 120	-САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ 120	-САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 120	-САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА С СВЕЖИМИ ОГУРЦАМИ 120	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) 120	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 120	-САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ 120	-САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 120
-СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ГРЕНКАМИ 300/15	-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ 300	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗД., С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ 300	-СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ 80	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 300	-СУП-ЛАПША С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ 300	-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 300	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ 300	-СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ 80	-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА БУЛЬОНЕ ИЗ ПТИЦЫ 300/5
-ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ 50/50	-ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С КАРТОФЕЛЕМ 350	-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ 120	-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 300/6	-ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ 150	-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ 150	-ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ 100	-ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 350	-СУП ФАСОЛЕВЫЙ С ГОВЯДИНОЙ 300	-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ 100
-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 220/10	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 80	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 250	-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 120	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) 250	-МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ 220	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) 250	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 80	-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ 320	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 250
ХЛЕБ РЖАНОЙ- 80	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 80	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 220/10	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 80	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 70	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 50	-НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 200	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 80	ХЛЕБ РЖАНОЙ- 65	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 50	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 50	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 80	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 50	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 60
СОК ФРУКТОВЫЙ 200		-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 250	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ 50	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 250	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 250		-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 250	СОК ФРУКТОВЫЙ 200
			СОК ФРУКТОВЫЙ 200						
Полдник									
-ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 230	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ 220	-ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 230	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ 220	-ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 230	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 230
-БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ 80	-ВАТРУШКА С ЯБЛОКАМИ 100	ПРЯНИКИ 75	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 80	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 70	ПЕЧЕНЬЕ 65	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 80	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 70	ПРЯНИКИ 75	-ВАТРУШКА С ЯБЛОКАМИ 100

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества								№ рецеп- туры	Сборник рецептур						
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мг	Se, мг			F, мг					
																					Э	В6	В12	С	К
Завтрак																									
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	9,80	6,21	29,00	170,25	0,49	0,20	0,34	0,05	3,48	157,06	203,11	54,58	1,65	24,28	7,73	0,00	0,01	189	2008					
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,08	1,40	20,60	101,20	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	28,80	0,00	0,00	0,00	TK №005						
БУТЕРБРОД С ПОВИДИЛОМ	50	1,40	9,86	16,28	129,80	0,08	0,03	0,02	0,07	0,15	9,00	18,00	4,95	0,47	24,60	0,00	0,00	0,00	2	2012					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	220	1,81	1,70	22,00	112,28	0,36	0,03	0,09	0,01	0,00	81,56	47,90	14,15	0,35	31,57	6,30	0,00	0,00	395	2012					
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	230	0,92	0,58	22,54	106,10	23,00	0,07	0,05	0,01	0,00	36,80	25,30	18,40	4,60	45,54	4,60	0,00	0,02	пром.	2008					
Итого за прием пищи:	790	16,01	19,75	110,42	621,63	23,93	0,37	0,51	0,14	3,63	292,02	320,31	97,28	7,47	154,79	18,63	0,00	0,03							
Завтрак 2																									
КЕФИР	200	3,02	3,42	14,50	89,88	2,11	0,09	0,00	0,00	0,00	265,73	206,68	31,64	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	435	2008					
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,08	1,40	20,60	101,20	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	28,80	0,00	0,00	0,00	TK №005						
Итого за прием пищи:	240	5,10	4,82	35,10	201,08	2,11	0,13	0,01	0,00	0,00	273,33	232,68	36,84	0,40	28,80	0,00	0,00	0,00							
Обед																									
САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	120	4,56	9,44	5,88	121,28	16,80	0,07	0,00	0,07	0,00	115,20	134,40	67,20	4,56	0,00	0,00	0,00	0,00	50	2008					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗД. С МЯСОМ (ПРАВИЛЬНО)	300	3,75	8,39	22,80	206,59	7,92	0,13	0,13	19,74	0,05	27,58	63,37	29,98	1,20	48,31	4,18	0,00	0,06	100	2008					
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	120	15,75	5,15	5,22	144,89	2,42	0,17	0,00	0,47	0,00	45,76	207,17	36,13	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	241	2008					
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	250	4,83	10,43	39,03	282,28	8,08	0,21	0,19	0,08	0,14	75,88	109,63	26,11	1,25	112,04	6,95	0,00	0,06	321	2012					
ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	5,76	2,00	39,60	163,17	0,00	0,28	0,10	0,00	0,00	14,40	61,60	13,60	1,60	68,80	3,68	0,00	0,00	TK №002						
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,60	1,75	25,75	126,50	0,00	0,08	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	6,50	0,50	36,00	0,00	0,00	0,00	TK №005						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	56,00	4,00	0,02	0,02	0,00	0,00	14,00	14,00	6,00	1,40	28,00	2,20	0,00	0,00	442	2008					
Итого за прием пищи:	1120	38,25	37,36	152,48	1100,71	39,22	0,92	0,46	20,34	0,19	302,23	622,67	185,52	11,71	230,15	17,61	0,00	0,12							
Полдник																									
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,56	2,80	12,94	68,00	0,58	0,03	0,12	0,02	0,00	112,65	63,84	10,85	0,65	123,60	6,27	0,00	0,00	394	2012					
БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	80	13,10	11,43	42,56	320,70	0,11	0,04	0,11	0,04	0,21	52,56	86,46	11,80	0,73	76,41	3,07	0,03	0,03	479	2008					
Итого за прием пищи:	280	15,66	14,23	55,50	388,70	0,69	0,07	0,23	0,06	0,21	165,21	150,30	22,65	1,38	200,01	9,34	0,03	0,03							
Ужин																									
САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	120	0,85	5,42	4,33	72,31	4,24	0,02	0,02	0,00	0,00	27,78	33,83	15,68	0,85	16,97	0,55	0,00	0,00	20	2008					
ГОЛУБИЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ	310	20,18	16,18	34,77	369,83	16,08	0,14	0,52	694,47	0,39	156,57	164,05	21,41	2,16	300,03	13,06	0,00	0,79	298	2012					
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,60	1,25	24,75	101,98	0,00	0,16	0,06	0,00	0,00	9,00	38,50	8,50	1,00	43,00	2,30	0,00	0,00	TK №002						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,08	1,40	20,60	101,20	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	28,80	0,00	0,00	0,00	TK №005						
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	250	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,80	0,00	2,34	0,00	79,83	0,00	0,00	0,00	402	2008					
Итого за прием пищи:	770	26,71	24,25	98,97	703,37	20,30	0,36	0,61	694,47	0,39	211,75	262,38	53,13	4,41	468,83	15,91	0,00	0,79							
Всего за день:		101,73	100,41	458,47	3015,49	86,25	1,85	1,82	715,01	4,42	1244,63	1588,34	395,42	25,37	#####	60,89	0,03	0,97							

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества								№ рецеп- туры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг
Завтрак																				
КАША СВИЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	7,81	9,95	23,00	185,33	0,86	0,16	0,01	0,05	0,14	123,51	122,69	16,19	1,00	26,85	7,75	0,00	0,04	189	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,60	1,75	25,75	126,50	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	6,50	0,50	36,00	0,00	0,00	0,00	TK №005	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,34	0,10	75,38	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	1,01	2,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	4,55	6,38	0,00	71,00	0,18	0,01	0,08	0,08	0,25	220,00	72,50	6,25	0,25	2,75	0,00	0,01	0,01	14	2008
МАКАО С МОЛОКОМ	200	1,97	1,97	14,82	86,40	0,30	0,01	0,07	0,01	0,00	69,21	40,14	17,84	0,70	49,50	5,13	0,00	0,00	433	2008
МАГЕЛЬСИН	250	2,25	0,50	20,25	107,50	105,00	0,10	0,08	0,03	0,00	85,00	57,50	32,50	0,50	49,25	5,00	0,00	0,05	пром.	2008
Итого за прием пищи:	785	19,28	38,89	83,72	652,11	196,34	0,34	0,28	0,24	0,39	598,23	327,34	79,28	2,95	164,35	17,88	0,91	0,10		
Завтрак 2																				
ХИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОЛАКТОЙ 2,9% ЖИРНОСТИ	200	2,89	4,85	12,94	99,33	0,56	0,31	0,28	0,03	0,00	183,60	152,00	25,60	0,16	258,00	0,00	0,00	0,00	401	2012
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,06	1,40	20,60	101,20	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	28,80	0,00	0,00	0,00	TK №005	
Итого за прием пищи:	240	4,97	6,25	33,54	200,53	0,56	0,35	0,29	0,03	0,00	191,20	178,00	30,80	0,56	286,80	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	120	1,92	6,12	11,14	75,60	18,00	0,02	0,00	0,02	0,00	58,80	33,60	18,00	0,84	0,00	0,00	0,00	0,00	40	2008
СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ	300	5,39	5,59	23,06	189,60	7,36	0,08	0,00	0,19	0,00	23,00	81,05	24,86	1,02	0,00	0,00	0,00	0,00	1007	2023
ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С КАРТОФЕЛЕМ	350	22,50	17,02	31,83	439,23	9,98	0,21	0,23	40,54	0,00	64,37	174,04	45,68	2,30	41,79	9,96	0,00	0,26	308	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	5,76	2,00	39,60	163,17	0,00	0,28	0,10	0,00	0,00	14,40	61,60	13,60	1,60	68,80	3,68	0,00	0,00	TK №002	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,60	1,75	25,75	126,50	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	6,50	0,50	36,00	0,00	0,00	0,00	TK №005	
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	1,31	0,00	5,93	50,20	9,92	0,01	0,00	0,00	0,00	7,96	4,97	2,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	436	2008
Итого за прием пищи:	1100	39,48	32,48	137,11	1044,30	45,26	0,64	0,35	40,74	0,00	178,06	387,76	111,63	6,26	146,58	13,64	0,00	0,26		
Полдник																				
МОЛОКО КИТАЙЧЕНОЕ	230	4,46	5,58	10,49	116,01	1,20	0,06	0,25	0,04	0,00	234,60	110,40	22,08	0,18	33,58	20,70	0,00	0,00	434	2008
ВАТРУШКА С	100	10,09	10,08	38,85	310,00	1,44	0,06	0,03	0,03	0,08	16,94	49,28	11,98	1,13	80,58	2,14	0,03	0,00	498	2012
Итого за прием пищи:	330	14,55	15,64	49,34	426,01	2,64	0,12	0,28	0,07	0,08	253,24	159,68	34,06	1,31	114,16	22,84	0,03	0,00		
Ужин																				
ИОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	140	1,54	3,50	6,31	79,11	0,98	0,04	0,24	0,04	0,00	95,20	77,00	16,80	0,00	20,44	0,00	0,00	0,03		2008
ЗАПЕКАНКА ИЗ КОРМОК И ТВОРОГА С ЯБЛОЧНЫМ СОУСОМ	230/25	17,80	17,40	24,22	302,33	1,39	0,14	0,39	93,45	1,81	266,43	182,90	18,73	1,39	53,58	6,51	0,00	0,93	238	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,08	1,40	20,60	101,20	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	28,80	0,00	0,00	0,00	TK №005	
НАИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	220	1,35	0,39	17,34	85,65	5,86	0,02	0,03	0,02	0,00	25,98	25,22	10,84	0,54	27,03	0,00	0,00	0,00	382	2012
БАНАН	250	2,75	0,00	33,00	122,50	25,00	0,10	0,13	0,06	0,00	20,00	57,50	85,00	1,50	87,00	0,00	0,00	0,00	пром.	2008
Итого за прием пищи:	905	25,52	22,69	101,47	690,79	33,23	0,34	0,89	93,57	1,81	415,21	368,62	136,57	3,83	216,85	6,51	0,00	0,96		
Всего за день:		103,80	105,95	405,18	3013,74	188,03	1,79	1,98	134,65	2,28	1545,94	1421,40	392,34	14,91	928,74	60,87	0,04	1,32		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп- туры	Сборник рецептур																																																																						
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мг	Se, мг	F, мг																																																																								
																					Э	В6	В12	В9	В5	В7	В11	В15	В17	В19	В20	В21	В22	В23	В24	В25	В26	В27	В28	В29	В30	В31	В32	В33	В34	В35	В36	В37	В38	В39	В40	В41	В42	В43	В44	В45	В46	В47	В48	В49	В50	В51	В52	В53	В54	В55	В56	В57	В58	В59	В60	В61	В62	В63	В64	В65	В66	В67	В68	В69	В70	В71	В72	В73	В74	В75	В76	В77	В78	В79
Завтрак																																																																																										
КАША ГРЕЧЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	9,71	7,79	29,95	217,50	1,61	0,15	0,00	0,06	0,00	190,28	288,64	43,54	1,61	0,00	0,00	0,00	0,00	184	2008																																																																						
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,60	1,75	25,75	126,50	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	6,50	0,50	36,00	0,00	0,00	0,00	TK №005																																																																							
МАСЛО (ГОРЧИЦАМИ)	10	0,10	8,34	0,10	75,38	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	1,01	2,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008																																																																						
ХЛЕБ ВАРЕНЫЕ	20	1,70	2,24	0,14	30,65	0,00	0,01	0,06	0,04	0,44	9,41	26,08	1,94	0,40	26,16	3,22	0,01	0,01	213	2012																																																																						
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,31	0,00	12,27	50,29	0,06	0,00	0,02	0,00	0,00	15,87	11,96	6,79	1,18	1,98	0,00	0,00	0,00	430	2008																																																																						
ПЕКО СВЕЖЕЕ	230	0,92	0,58	22,54	106,10	23,00	0,07	0,05	0,01	0,00	38,80	25,30	18,40	4,60	45,54	4,60	0,00	0,02	преж.	2008																																																																						
Итого за прием пищи:	760	15,34	20,70	89,85	608,42	24,87	0,29	0,15	0,18	0,44	282,87	386,39	77,17	8,29	109,09	7,82	0,01	0,03																																																																								
Завтрак 2																																																																																										
РЖЕНКА	200	2,97	3,32	14,50	99,93	1,00	0,04	0,00	0,00	0,00	248,44	184,33	28,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	435	2008																																																																						
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,08	1,40	20,60	101,20	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	28,80	0,00	0,00	0,00	TK №005																																																																							
Итого за прием пищи:	240	5,05	4,72	35,10	201,13	1,00	0,08	0,01	0,00	0,00	256,04	210,33	33,25	0,40	28,80	0,00	0,00	0,00																																																																								
Обед																																																																																										
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	120	1,08	0,17	5,47	42,70	21,52	0,05	0,00	0,12	0,00	28,68	34,66	19,13	1,08	0,00	0,00	0,00	0,00	23	2008																																																																						
СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ГРЕНКАМИ	250*10	4,71	6,67	18,53	171,64	5,98	0,16	0,00	0,21	0,00	49,80	138,44	37,65	1,89	0,00	0,00	0,00	0,00	99	2008																																																																						
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50*50	15,70	17,90	3,10	218,00	1,00	0,04	0,00	0,01	0,00	14,00	150,00	20,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	259	2008																																																																						
КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	220*10	3,72	9,26	40,78	209,36	0,00	0,19	0,08	0,08	0,13	16,94	120,26	18,65	0,10	26,38	1,07	0,00	0,01	414	2012																																																																						
ХЛЕБ РЖАНОЙ-	80	5,76	2,00	39,60	163,17	0,00	0,26	0,10	0,00	0,00	14,40	61,60	13,60	1,60	68,80	3,68	0,00	0,00	TK №002																																																																							
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	80	4,16	2,80	41,20	202,40	0,00	0,09	0,02	0,00	0,00	15,20	52,00	10,40	0,80	57,60	0,00	0,00	0,00	TK №005																																																																							
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	250	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,80	0,00	2,34	0,00	79,83	0,00	0,00	0,00	402	2008																																																																						
Итого за прием пищи:	1120	35,13	38,80	163,20	1065,32	28,50	0,79	0,20	0,42	0,13	149,82	556,96	121,97	7,47	232,61	4,75	0,00	0,01																																																																								
Полдник																																																																																										
МАСЛО МОЛОЧНЫЙ	220	6,63	7,39	22,40	172,29	1,10	0,04	0,00	0,00	0,00	141,76	92,31	15,37	0,88	0,00	0,00	0,00	0,00	414	2008																																																																						
ПРЯНИКИ	75	3,90	4,28	35,25	169,50	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	8,25	37,50	6,75	0,60	53,25	0,00	0,00	0,00	2008																																																																							
Итого за прием пищи:	295	10,52	11,67	57,65	341,79	1,10	0,10	0,02	0,00	0,00	150,01	129,81	22,12	1,48	53,25	0,00	0,00	0,00																																																																								
Ужин																																																																																										
ЗЕЛЕНЬ ОТВАРНОЙ	120	2,90	5,73	8,42	96,94	4,74	0,06	0,06	0,11	0,00	36,54	53,37	19,88	0,78	216,16	0,00	0,00	0,00	1088	2023																																																																						
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В	150	15,90	10,25	15,99	206,66	0,28	0,16	0,34	0,13	25,80	167,46	246,88	28,36	1,68	148,23	122,73	0,00	0,58	249	2012																																																																						
ПЮРЕ МАРГОВЕЛЬНОЕ	250	3,34	6,25	24,54	206,81	8,08	0,21	0,20	0,05	0,14	75,93	109,69	26,14	1,25	107,88	6,96	0,00	0,05	322	2012																																																																						
ХЛЕБ РЖАНОЙ-	40	2,89	1,00	19,80	81,58	0,00	0,13	0,05	0,00	0,00	7,20	30,80	6,80	0,80	34,40	1,84	0,00	0,00	TK №002																																																																							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ-	40	2,08	1,40	20,60	101,20	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	28,80	0,00	0,00	0,00	TK №005																																																																							
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	56,00	4,00	0,02	0,02	0,00	0,00	14,00	14,00	6,00	1,40	28,00	2,20	0,00	0,00	442	2008																																																																						
Итого за прием пищи:	800	27,70	24,83	109,54	749,19	17,10	0,62	0,68	0,29	25,94	308,73	460,74	92,38	6,31	563,47	133,73	0,00	0,00	0,63																																																																							
Всего за день:		93,74	100,72	455,34	2965,85	72,37	1,88	1,06	0,89	26,51	1127,47	1764,23	346,89	23,95	987,22	146,30	0,01	0,67																																																																								

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп- туры	Сборник рецептур				
		Белки, г	Жиры, г	Углевод- ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мг	Se, мг	F, мг						
																					Э, мг	В6, мг	В12, мкг	Сa, мг
Завтрак																								
ЗАПЕЧЕННЫЙ ТВОРОГ А СО СЛУЩЕНЫМ МОЛОКОМ	180,20	17,66	4,14	11,63	171,45	4,10	0,10	0,35	0,07	1,31	157,28	121,99	26,60	1,44	68,72	1,56	0,00	0,04	237	2012				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,08	1,40	20,60	101,20	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	28,80	0,00	0,00	0,00	TK №005					
БУТЕРБРОД С ПОМИДОМ	50	1,40	9,86	16,28	129,80	0,08	0,03	0,02	0,07	0,15	9,00	18,00	4,95	0,47	24,60	0,00	0,00	0,00	2	2012				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	220	1,81	1,70	22,00	112,28	0,36	0,03	0,09	0,01	0,00	81,56	47,90	14,15	0,35	31,57	6,30	0,00	0,00	395	2012				
АПЕЛЬСИН	250	2,25	0,50	20,25	107,50	105,00	0,10	0,08	0,03	0,00	85,00	57,50	32,50	0,50	49,25	5,00	0,00	0,05	прим.	2008				
Итого за прием пищи:	760	25,20	17,60	90,76	622,23	109,54	0,30	0,55	0,18	1,40	340,44	271,39	83,40	3,16	202,94	12,86	0,00	0,09						
Завтрак 2																								
КОГУРУТ 2,5% ЖИРНОСТИ	200	2,97	2,50	9,50	99,93	1,00	0,04	0,00	0,00	0,00	248,44	184,33	28,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	435	2008				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,08	1,40	20,60	101,20	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	28,80	0,00	0,00	0,00	TK №005					
Итого за прием пищи:	240	5,05	3,90	30,10	201,13	1,00	0,08	0,01	0,00	0,00	256,04	210,33	33,25	0,40	28,80	0,00	0,00	0,00						
Обед																								
САЛАТ КАРТОВЕЛЬНЫЙ	120	1,92	9,20	11,28	110,40	18,00	0,01	0,00	0,06	0,00	28,80	51,60	22,80	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	43	2008				
СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	80	5,33	5,33	2,55	118,00	3,19	0,03	0,00	0,01	0,00	41,50	126,08	20,75	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	60	2008				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	300,6	4,84	7,04	15,97	186,17	13,81	0,10	0,00	105,35	0,00	71,59	86,58	39,96	1,72	48,00	75,00	0,00	0,07	76	2008				
ПЛЕВЕНЬ ТЫ- СТРОГАНОВСКИ	120	13,28	10,11	11,47	166,79	12,93	0,32	0,02	817,61	0,21	98,91	131,34	20,43	1,85	235,16	3,84	0,02	6,33	256	2008				
МАКОРЯНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	220,10	4,40	10,02	37,79	241,94	0,00	0,10	0,01	0,01	0,13	6,36	25,43	11,13	1,26	9,06	6,03	0,00	0,01	205	2012				
ХЛЕБ РЖАНОЙ-	65	4,68	1,63	32,18	132,57	0,00	0,21	0,08	0,00	0,00	11,70	50,05	11,05	1,30	55,90	2,99	0,00	0,00	TK №002					
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,60	1,75	25,75	126,50	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	6,50	0,50	36,00	0,00	0,00	0,00	TK №005					
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	96,00	4,00	0,02	0,02	0,00	0,00	14,00	14,00	6,00	1,40	28,00	2,20	0,00	0,00	442	2008				
Итого за прием пищи:	1171	38,05	45,28	157,19	1138,37	51,93	0,88	0,15	823,94	0,34	282,36	517,58	138,62	10,93	412,12	90,06	0,02	6,41						
Полдник																								
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,56	2,80	12,84	68,00	0,58	0,03	0,12	0,02	0,00	112,65	63,84	10,85	0,65	123,60	6,27	0,00	0,00	394	2012				
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	80	12,86	15,90	24,92	283,20	1,15	0,05	0,02	0,02	0,06	14,91	39,42	9,58	0,90	64,48	1,71	0,02	0,00	458	2012				
Итого за прием пищи:	280	15,42	18,70	37,86	351,20	1,73	0,08	0,14	0,04	0,06	127,56	103,26	20,43	1,55	188,06	7,98	0,02	0,00						
Ужин																								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С КУКУРУЗОЙ (НАРЕЗКА)	120	1,08	0,12	3,48	77,20	21,60	0,05	0,00	0,12	0,00	28,80	34,80	19,20	1,08	0,00	0,00	0,00	0,00	23	2008				
ТЕВЕТБИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	100	9,91	10,27	11,84	185,59	0,54	0,09	0,06	451,18	0,34	46,72	13,57	15,44	1,14	69,81	5,72	0,00	4,20	287	2012				
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	250	4,40	7,40	14,10	120,00	44,00	0,08	0,00	0,14	0,00	144,00	96,00	48,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	131	2008				
ХЛЕБ РЖАНОЙ-	60	4,32	1,50	29,70	122,38	0,00	0,20	0,08	0,00	0,00	10,80	46,20	10,20	1,20	51,60	2,76	0,00	0,00	TK №002					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ-	45	2,24	1,58	23,18	113,85	0,00	0,05	0,01	0,00	0,00	9,55	29,25	5,85	0,45	32,40	0,00	0,00	0,00	TK №005					
МАКО С МОЛОКОМ	200	1,97	1,97	14,62	86,40	0,30	0,01	0,01	0,01	0,00	89,21	49,14	17,84	0,70	49,50	5,13	0,00	0,00	433	2008				
Итого за прием пищи:	775	24,02	22,84	96,92	714,42	66,44	0,48	0,22	451,45	0,34	308,08	259,96	116,53	6,57	203,31	13,61	0,00	4,20						
Всего за день:	107,74	108,32	412,83	3027,35	230,64	1,79	1,07	#####	2,20	1314,48	1362,52	392,23	21,71	#####	124,51	0,64	10,70							

5 день

Прием пищи, наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	200,20	15,92	10,98	16,62	236,43	1,52	0,14	0,00	385,61	0,13	137,04	110,16	29,06	1,39	46,70	6,77	0,00	0,12	409	2012
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,60	1,75	25,75	126,50	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	6,50	0,50	36,00	0,00	0,00	0,00	TK №005	
МАСЛО (ПОРЦИЙМИ)	10	0,10	8,34	0,10	75,38	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	1,01	2,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
СЫР (ПОРЦИЙМИ)	25	4,56	6,38	0,00	71,00	0,18	0,01	0,08	0,08	0,25	220,00	72,50	6,25	0,25	2,75	0,00	0,01	0,01	14	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,31	0,00	12,27	50,29	0,06	0,00	0,02	0,00	0,00	15,87	11,86	6,78	1,18	1,39	0,00	0,00	0,00	430	2008
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	230	0,92	0,58	22,54	106,10	23,00	0,07	0,05	0,01	0,00	36,80	25,30	16,40	4,60	45,54	4,60	0,00	0,02	пром.	2008
Итого за прием пищи:	735	24,40	28,03	77,28	667,70	24,76	0,28	0,17	385,77	0,38	420,22	254,33	67,00	7,92	132,38	11,37	0,01	0,15		
Завтрак 2																				
ЧЕБИР	200	3,02	3,42	14,50	99,88	2,11	0,09	0,00	0,00	0,00	265,73	206,68	31,64	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	435	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,08	1,40	20,60	101,20	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	28,80	0,00	0,00	0,00	TK №005	
Итого за прием пищи:	240	5,10	4,82	35,10	201,08	2,11	0,13	0,01	0,00	0,00	273,33	232,68	36,84	0,40	28,80	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
САЛАТ ИЗ БЕЛКОЖАЧНОЙ КАПУСТЫ	120	2,02	5,05	9,31	87,48	35,28	0,02	0,07	0,38	0,00	56,64	46,56	18,89	0,89	19,06	2,83	0,00	0,07	95	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	300	6,87	4,50	23,09	191,99	7,00	0,24	0,10	188,15	0,13	48,29	149,80	59,94	1,54	97,31	5,71	0,00	0,06	83	2012
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	150	15,21	13,54	12,38	227,30	0,60	0,21	0,25	0,13	21,75	104,23	169,21	67,23	1,78	39,25	45,50	0,03	1,06	269	2012
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	250	2,54	11,01	30,90	230,25	1,36	0,21	0,14	69,24	0,11	135,53	99,63	31,34	1,53	203,78	7,48	0,00	2,64	344	2012
ХЛЕБ РЖАНОЙ-	80	5,76	2,00	38,60	163,17	0,00	0,26	0,10	0,00	0,00	14,40	61,60	13,60	1,60	68,80	3,68	0,00	0,00	TK №002	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,60	1,75	25,75	126,50	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	6,50	0,50	36,00	0,00	0,00	0,00	TK №005	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	250	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,80	0,00	2,34	0,00	79,83	0,00	0,00	0,00	402	2008
Итого за прием пищи:	1200	35,00	37,85	155,55	1084,74	44,24	1,00	0,68	247,90	21,99	379,39	559,30	199,84	7,84	544,03	65,20	0,03	3,83		
Полдник																				
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	230	4,46	5,58	10,49	116,01	1,20	0,06	0,25	0,04	0,00	234,60	110,40	22,08	0,18	33,58	20,70	0,00	0,00	434	2008
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	70	6,24	6,21	33,01	255,58	0,00	0,09	0,00	0,05	0,00	10,54	39,38	6,34	0,51	0,00	0,00	0,00	0,00	479	2012
Итого за прием пищи:	300	10,70	11,79	43,50	371,59	1,20	0,15	0,25	0,09	0,00	245,14	149,78	28,42	0,69	33,58	20,70	0,00	0,00		
Ужин																				
САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	120	0,85	5,42	4,33	72,31	4,24	0,02	0,02	0,00	0,00	27,78	33,83	15,68	0,85	16,97	0,55	0,00	0,00	20	2008
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С	300	15,81	15,13	25,01	365,95	10,88	0,27	0,23	746,42	0,53	151,28	281,37	23,25	1,97	167,74	12,24	0,00	0,48	291	2012
ХЛЕБ РЖАНОЙ-	50	3,60	1,25	24,75	101,98	0,00	0,16	0,06	0,00	0,00	9,00	36,50	6,50	1,00	43,00	2,30	0,00	0,00	TK №002	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ-	50	2,60	1,75	25,75	126,50	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	6,50	0,50	36,00	0,00	0,00	0,00	TK №005	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	56,00	4,00	0,02	0,02	0,00	0,00	14,00	14,00	6,00	1,40	28,00	2,20	0,00	0,00	442	2008
Итого за прием пищи:	720	23,86	23,75	100,04	722,74	18,92	0,53	0,35	746,42	0,53	211,56	400,20	59,93	5,72	311,71	17,29	0,00	0,48		
Всего за день:		99,06	106,24	411,47	3047,85	91,23	2,09	1,46	#####	22,90	1529,64	1596,29	392,03	22,57	#####	114,56	0,04	4,46		

6 день

Прием пищи, наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод м, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	8,23	6,25	21,96	177,35	1,58	0,05	0,10	0,05	3,43	130,78	119,20	19,94	0,45	19,54	10,11	0,00	0,01	188	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,08	1,40	20,60	101,20	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	28,80	0,00	0,00	0,00	TK №005	
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	50	1,40	9,86	16,28	129,80	0,08	0,03	0,02	0,07	0,15	9,00	18,00	4,95	0,47	24,60	0,00	0,00	0,00	2	2012
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	220	1,81	1,70	22,00	112,28	0,36	0,03	0,09	0,01	0,00	81,56	47,90	14,15	0,35	31,57	6,30	0,00	0,00	395	2012
ЛЕБЛОКО СВЕЖЕЕ	230	0,92	0,58	22,54	108,10	23,00	0,07	0,05	0,01	0,00	36,90	25,30	18,40	4,60	45,54	4,60	0,00	0,02	прим.	2008
Итого за прием пищи:	790	14,44	19,79	103,38	628,73	25,02	0,22	0,27	0,14	3,58	265,74	236,40	62,64	6,27	150,05	21,01	0,00	0,03		
Завтрак 2																				
КЕФИР	200	3,02	3,42	14,50	99,88	2,11	0,09	0,00	0,00	0,00	265,73	206,68	31,64	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	435	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,08	1,40	20,60	101,20	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	28,80	0,00	0,00	0,00	TK №005	
Итого за прием пищи:	240	5,10	4,82	35,10	201,08	2,11	0,13	0,01	0,00	0,00	273,33	232,68	36,84	0,40	28,80	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРЕННОГО ГОРОШКА С СВЕЖИМИ ОГУРЦАМИ	120	2,24	0,99	5,37	64,65	5,32	0,07	0,05	0,02	0,00	14,75	34,20	16,23	0,49	18,50	1,23	0,00	0,01	1088	2023
СУП-ПАЛША С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	300	7,54	7,68	19,86	204,34	1,50	0,06	0,10	22,07	0,30	26,86	31,45	13,49	0,90	93,25	3,30	0,01	0,05	106	2008
РЫБА, ПРИТУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	150	15,96	12,64	12,25	297,03	3,00	0,21	0,00	0,03	0,00	81,00	237,00	36,00	1,50	0,00	0,00	0,00	0,00	229	2008
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ	220	3,11	8,22	42,48	218,03	7,01	0,08	0,00	2,13	0,00	57,83	110,41	61,34	1,78	0,00	0,00	0,00	0,00	136	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4,32	1,50	29,70	122,38	0,00	0,20	0,08	0,00	0,00	10,80	46,20	10,20	1,20	51,60	2,76	0,00	0,00	TK №002	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,60	1,75	25,75	126,50	0,00	0,08	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	6,50	0,50	36,00	0,00	0,00	0,00	TK №005	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	56,00	4,00	0,02	0,02	0,00	0,00	14,00	14,00	6,00	1,40	28,00	2,20	0,00	0,00	442	2008
Итого за прием пищи:	1100	36,77	32,98	155,61	1086,93	20,83	0,78	0,27	24,25	0,30	214,86	505,76	149,76	7,75	227,35	9,49	0,01	0,06		
Полдник																				
НИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	220	6,62	7,39	22,40	172,29	1,10	0,04	0,00	0,00	0,00	141,76	82,31	15,37	0,88	0,00	0,00	0,00	0,00	414	2008
ПЕЧЕНЬЕ	65	2,93	6,37	39,65	206,05	0,00	0,05	0,03	0,01	0,00	18,85	58,50	13,00	1,37	71,50	0,00	0,00	0,00	2008	
Итого за прием пищи:	285	9,55	13,76	62,05	378,34	1,10	0,09	0,03	0,01	0,00	160,61	150,81	28,37	2,25	71,50	0,00	0,00	0,00		
Ужин																				
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С КУКУРУЗОЙ	120	1,08	0,12	3,48	77,20	21,60	0,05	0,00	0,12	0,00	28,80	34,80	19,20	1,08	0,00	0,00	0,00	0,00	23	2008
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	120	13,66	6,07	9,85	180,55	0,06	0,17	0,00	9,41	0,00	51,28	280,75	19,75	6,95	0,00	0,00	0,00	0,00	1030	2023
НАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	250	3,06	10,00	28,23	171,40	29,33	0,25	0,00	0,09	0,00	124,09	180,48	51,89	2,26	0,00	0,00	0,00	0,00	319	2012
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,88	1,00	19,80	81,58	0,00	0,13	0,05	0,00	0,00	7,20	30,80	6,80	0,80	34,40	1,84	0,00	0,00	TK №002	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,60	1,75	25,75	126,50	0,00	0,08	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	6,50	0,50	36,00	0,00	0,00	0,00	TK №005	
КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,97	1,87	14,62	86,40	0,30	0,01	0,07	0,01	0,00	69,21	40,14	17,84	0,70	49,50	5,13	0,00	0,00	433	2008
Итого за прием пищи:	780	25,25	29,91	101,73	723,63	51,29	0,67	0,14	9,63	0,00	290,88	599,47	121,98	12,29	119,90	6,97	0,00	0,00		
Всего за день:	91,11	92,26	457,87	3020,71	100,35	1,81	0,72	34,03	3,88	1204,62	1725,12	399,59	28,96	597,60	37,47	0,01	0,09			

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп- туры	Сборник рецептур																																																																						
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг																																																																								
																					Э	В6	В12	В9	В5	В7	В11	В15	В17	В19	В20	В21	В22	В23	В24	В25	В26	В27	В28	В29	В30	В31	В32	В33	В34	В35	В36	В37	В38	В39	В40	В41	В42	В43	В44	В45	В46	В47	В48	В49	В50	В51	В52	В53	В54	В55	В56	В57	В58	В59	В60	В61	В62	В63	В64	В65	В66	В67	В68	В69	В70	В71	В72	В73	В74	В75	В76	В77	В78	В79
Завтрак																																																																																										
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО ДЖЕМОМ	200,20	14,94	5,20	25,06	190,31	4,55	0,11	0,39	0,08	1,45	174,58	135,41	29,53	1,60	76,28	1,73	0,00	0,04	237	2012																																																																						
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,60	1,75	25,75	126,50	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	6,50	0,50	36,00	0,00	0,00	0,00	TK Neo05																																																																							
МАСЛО (ГОРЧИЦЫ)	10	0,10	8,34	0,10	75,38	0,00	0,00	0,00	0,00	1,01	2,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008																																																																						
СЫР (ГОРЧИЦЫ)	25	4,55	8,38	0,00	71,00	0,18	0,01	0,08	0,08	0,25	220,00	72,50	6,25	0,25	2,75	0,00	0,01	0,01	14	2008																																																																						
КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,97	1,97	14,62	86,40	0,30	0,01	0,07	0,01	0,00	69,21	40,14	17,84	0,70	49,50	5,13	0,00	0,00	433	2008																																																																						
АПЕЛЬСИН	250	2,25	0,50	20,25	107,50	105,00	0,10	0,08	0,03	0,00	85,00	57,50	32,50	0,50	49,25	5,00	0,00	0,05	пром.	2008																																																																						
Итого за прием пищи:	755	26,41	24,14	85,78	657,09	110,03	0,29	0,64	0,27	1,70	559,30	340,06	92,62	3,55	213,78	11,86	0,01	0,10																																																																								
Завтрак 2																																																																																										
КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С ВИТАМИНОЛОМ 0,5% ЖИРНОСТИ	200	2,89	4,85	12,94	99,33	0,56	0,31	0,28	0,03	0,00	183,60	152,00	25,60	0,16	256,00	0,00	0,00	0,00	401	2012																																																																						
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,08	1,40	20,60	101,20	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	26,80	0,00	0,00	0,00	TK Neo05																																																																							
Итого за прием пищи:	240	4,97	6,25	33,54	200,53	0,56	0,35	0,29	0,03	0,00	191,20	178,00	30,80	0,56	286,80	0,00	0,00	0,00																																																																								
Обед																																																																																										
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	120	1,08	0,17	5,47	42,70	21,52	0,05	0,00	0,12	0,00	29,68	34,66	19,13	1,08	0,00	0,00	0,00	0,00	23	2008																																																																						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И «ФРИКАДЕЛЬКИ» МЯСНЫЕ	300	5,06	6,46	19,57	193,33	6,16	0,13	0,05	229,27	0,10	37,48	109,39	38,95	1,50	63,13	5,93	0,00	0,10	76	2012																																																																						
РАТУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	250	2,54	11,01	30,90	230,25	1,36	0,21	0,14	59,24	0,11	135,53	99,63	31,34	1,53	203,78	7,48	0,00	2,64	344	2012																																																																						
ХЛЕБ РЖАНОЙ:	70	5,04	1,75	34,65	142,77	0,00	0,23	0,09	0,00	0,00	12,60	53,90	11,90	1,40	60,20	3,22	0,00	0,00	TK Neo02																																																																							
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	80	4,16	2,80	41,20	202,40	0,00	0,09	0,02	0,00	0,00	15,20	52,00	10,40	0,80	57,60	0,00	0,00	0,00	TK Neo05																																																																							
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	250	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,80	0,00	2,34	0,00	79,83	0,00	0,00	0,00	402	2008																																																																						
Итого за прием пищи:	1170	32,52	34,67	158,41	1081,51	29,64	0,75	0,36	675,75	0,47	271,28	441,87	128,22	7,43	554,97	21,41	0,00	2,78																																																																								
Полдник																																																																																										
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,56	2,80	12,94	68,00	0,58	0,03	0,12	0,02	0,00	112,65	63,84	10,85	0,65	123,60	6,27	0,00	0,00	394	2012																																																																						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	80	12,88	15,90	24,92	283,20	1,15	0,05	0,02	0,02	0,06	14,91	39,42	9,58	0,90	64,46	1,71	0,02	0,00	458	2012																																																																						
Итого за прием пищи:	280	15,42	18,70	37,86	351,20	1,73	0,08	0,14	0,04	0,06	127,56	103,26	20,43	1,55	188,06	7,98	0,02	0,00																																																																								
Ужин																																																																																										
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	120	1,23	7,21	8,01	102,70	9,51	0,05	0,04	0,02	0,00	23,38	23,76	14,72	0,56	37,81	0,80	0,00	0,01	53	2012																																																																						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	120	15,75	5,15	5,22	144,89	2,42	0,17	0,00	0,47	0,00	45,76	207,17	36,13	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	241	2008																																																																						
ЮФЕЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	3,88	9,14	31,22	208,82	6,46	0,17	0,15	0,05	0,11	60,70	87,70	20,89	1,00	89,63	5,56	0,00	0,05	321	2012																																																																						
ХЛЕБ РЖАНОЙ:	50	3,60	1,25	24,75	101,98	0,00	0,16	0,05	0,00	0,00	9,00	36,50	6,50	1,00	43,00	2,30	0,00	0,00	TK Neo02																																																																							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ:	50	2,60	1,75	25,75	126,50	0,00	0,08	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	6,50	0,50	36,00	0,00	0,00	0,00	TK Neo05																																																																							
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	1,31	0,00	5,93	50,20	9,92	0,01	0,00	0,00	0,00	7,98	4,97	2,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	426	2008																																																																						
Итого за прием пищи:	740	28,35	24,50	100,88	736,09	28,31	0,62	0,27	0,54	0,11	156,30	394,60	89,73	4,26	206,44	8,66	0,00	0,06																																																																								
Всего за день:		107,67	108,26	417,47	3026,42	170,27	2,09	1,70	676,63	2,34	1305,64	1457,79	361,80	17,35	#####	49,91	0,03	2,94																																																																								

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	9,39	7,50	17,54	217,56	1,66	0,10	0,00	0,05	3,41	143,08	113,11	24,95	0,44	19,10	7,49	0,00	0,01	184	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,60	1,75	25,75	126,50	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	6,50	0,50	36,00	0,00	0,00	0,00	TK №005	
МАСЛО (ПОРЦИЙМА)	10	0,10	8,34	0,10	75,38	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	1,01	2,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
ЯИЦА ВАРЕННЫЕ	20	1,70	2,24	0,14	30,65	0,00	0,01	0,06	0,04	0,44	9,41	26,08	1,94	0,40	26,16	3,22	0,01	0,01	213	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,31	0,00	12,27	50,29	0,06	0,00	0,02	0,00	0,00	15,87	11,86	6,79	1,18	1,39	0,00	0,00	0,00	430	2008
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	230	0,92	0,58	22,54	108,10	23,00	0,07	0,05	0,01	0,00	36,80	25,30	18,40	4,80	45,54	4,80	0,00	0,02	пром.	2008
Итого за прием пищи:	760	15,02	20,41	78,34	608,48	24,72	0,24	0,18	0,17	3,85	215,85	210,86	58,58	7,12	128,19	15,31	0,01	0,04		
Завтрак 2																				
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	200	2,97	2,50	9,50	99,93	1,00	0,04	0,00	0,00	0,00	248,44	184,33	28,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	435	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,09	1,40	20,60	101,20	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	28,80	0,00	0,00	0,00	TK №005	
Итого за прием пищи:	240	5,05	3,90	30,10	201,13	1,00	0,08	0,01	0,00	0,00	256,04	210,33	33,25	0,40	28,80	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ "СУЛТАН" СОВЕТЬЕИ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	120	4,30	9,07	11,64	108,19	2,71	0,02	0,00	0,07	0,00	36,82	35,53	16,87	0,72	34,25	8,26	0,00	0,02	33	2012
ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	350	20,96	19,13	25,65	374,56	18,81	0,22	0,36	39,20	0,04	61,89	124,14	32,20	2,29	43,47	13,36	0,00	0,26	308	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ-	80	5,76	2,00	38,60	163,17	0,00	0,26	0,10	0,00	0,00	14,40	61,60	13,60	1,60	68,80	3,68	0,00	0,00	TK №002	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,12	2,10	30,90	151,80	0,00	0,07	0,02	0,00	0,00	11,40	39,00	7,80	0,60	43,20	0,00	0,00	0,00	TK №005	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	56,00	4,00	0,02	0,02	0,00	0,00	14,00	14,00	6,00	1,40	28,00	2,20	0,00	0,00	442	2008
Итого за прием пищи:	1110	41,73	38,62	150,11	1029,22	34,81	0,70	0,60	60,67	0,04	175,63	318,36	103,54	7,78	248,02	32,29	0,00	0,38		
Полдник																				
МОЛОКО КИРПИЧНОЕ	230	4,48	5,59	10,48	116,01	1,20	0,00	0,23	0,04	0,00	234,60	110,40	22,08	0,18	33,58	20,70	0,00	0,00	434	2008
БУЛСОНКА МОЛОЧНАЯ	70	6,24	8,21	33,01	252,58	0,00	0,09	0,00	0,05	0,00	10,54	39,38	6,34	0,51	0,00	0,00	0,00	0,00	479	2012
Итого за прием пищи:	300	10,70	11,79	43,50	371,59	1,20	0,15	0,25	0,09	0,00	245,14	149,78	28,42	0,69	33,58	20,70	0,00	0,00		
Ужин																				
САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	120	0,85	7,10	4,33	72,31	4,24	0,02	0,02	0,00	0,00	27,78	33,83	15,68	0,85	16,97	0,55	0,00	0,00	20	2008
КОТЛЕТКА ИЗ ПОВИДИНЫ	100	14,13	6,11	10,15	162,00	0,26	0,08	0,06	355,23	0,07	53,56	80,22	13,54	1,00	17,19	4,12	0,00	1,48	272	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	220*10	4,40	10,02	37,79	241,94	0,00	0,10	0,01	0,01	0,13	6,36	25,43	11,13	1,26	9,06	6,03	0,00	0,01	205	2012
ХЛЕБ РЖАНОЙ-	50	3,60	1,25	24,75	101,98	0,00	0,18	0,06	0,00	0,00	9,00	38,50	8,50	1,00	43,00	2,30	0,00	0,00	TK №002	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ-	40	2,08	1,40	20,60	101,20	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	28,80	0,00	0,00	0,00	TK №005	
НАПИТОК ИЗ ШИШОВНИКА	250	0,88	0,50	16,19	96,25	11,25	0,01	0,00	0,20	0,00	16,25	3,75	3,75	1,25	0,00	0,00	0,00	0,00	441	2008
Итого за прием пищи:	790	25,94	28,38	113,81	775,68	15,75	0,41	0,16	355,44	0,20	120,55	207,73	57,80	5,76	115,02	13,00	0,00	1,48		
Всего за день:		98,44	101,10	415,86	2986,10	77,48	1,58	1,17	416,37	4,08	1013,01	1097,06	281,59	21,75	553,61	81,30	0,01	1,91		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества								№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	С, мг		В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С КУКУРУЗНОЙ	120	1,08	0,12	3,48	77,20	21,60	0,05	0,00	0,12	0,00	28,80	34,80	19,20	1,08	0,00	0,00	0,00	0,00	23	2008
САМЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С СЫРОМ	220	17,95	12,69	2,59	229,72	0,00	0,08	0,00	0,26	0,00	108,92	235,99	18,16	2,59	0,00	0,00	0,00	0,00	1021	2023
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,60	1,25	24,75	101,98	0,00	0,16	0,06	0,00	9,00	38,50	8,50	1,00	43,00	2,30	0,00	0,00	TK №002		
БУТЕРБРОД С ПОВИДИМОМ	50	1,40	9,86	16,28	129,80	0,08	0,03	0,02	0,07	0,15	9,00	18,00	4,95	0,47	24,60	0,00	0,00	0,00	2	2012
КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,97	1,97	14,62	86,40	0,30	0,01	0,07	0,01	0,00	69,21	40,14	17,84	0,70	49,50	5,13	0,00	0,00	433	2008
АПЕЛЬСИН	250	2,25	0,50	20,25	107,50	105,00	0,10	0,08	0,03	0,00	85,00	57,50	32,50	0,50	49,25	5,00	0,00	0,05	прим.	2008
Итого за прием пищи:	890	28,25	26,39	81,97	732,60	128,96	0,43	0,23	0,49	0,15	309,93	424,93	101,15	6,34	166,35	12,43	0,00	0,05		
Завтрак 2																				
РЖЕНКА	200	2,97	3,32	14,50	99,93	1,00	0,04	0,00	0,00	0,00	246,44	184,33	26,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	435	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,08	1,40	20,60	101,20	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	28,80	0,00	0,00	0,00	TK №005	
Итого за прием пищи:	240	5,05	4,72	35,10	201,13	1,00	0,08	0,01	0,00	0,00	256,04	210,33	33,25	0,40	28,80	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
САЛАТ КАРТОВЕЛЬНЫЙ	120	1,92	9,20	11,28	110,40	18,00	0,01	0,00	0,06	0,00	28,80	51,60	22,80	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	43	2008
СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	80	5,33	5,33	2,55	118,00	3,18	0,03	0,00	0,01	0,00	41,50	126,08	20,75	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	60	2008
СУП ФАСОЛЕВЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	300	7,32	9,17	18,84	234,53	4,86	0,24	0,11	139,27	0,11	74,93	163,30	19,49	2,78	86,48	4,50	0,00	0,78	81	2012
ЗАПЕКАНКА КАРТОВЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	320	19,70	13,11	32,32	315,53	30,77	0,36	0,00	0,04	0,00	46,16	335,96	89,76	5,13	0,00	0,00	0,00	0,00	291	2012
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,32	1,50	29,70	122,38	0,00	0,20	0,08	0,00	0,00	10,80	46,20	10,20	1,20	51,60	2,78	0,00	0,00	TK №002	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,60	1,75	25,75	126,50	0,00	0,08	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	6,50	0,50	36,00	0,00	0,00	0,00	TK №005	
КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	250	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,80	0,00	2,34	0,00	79,83	0,00	0,00	0,00	402	2008
Итого за прием пищи:	1180	41,19	40,06	134,96	1085,39	56,76	0,90	0,21	139,38	0,11	222,49	755,64	171,84	11,59	252,91	7,26	0,00	0,76		
Полдник																				
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	56,00	4,00	0,02	0,02	0,00	0,00	14,00	14,00	6,00	1,40	28,00	2,20	0,00	0,00	442	2008
ПРЯНИКИ	75	3,90	4,28	35,25	169,50	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	8,25	37,50	6,75	0,60	53,25	0,00	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	275	4,90	4,48	55,45	225,50	4,00	0,08	0,04	0,00	0,00	22,25	51,50	12,75	2,00	81,25	2,20	0,00	0,00		
Ужин																				
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА С СВЕЖИМИ ОГУРЦАМИ	120	2,24	0,99	5,37	64,65	5,32	0,07	0,05	0,02	0,00	14,75	34,20	16,23	0,49	18,50	1,23	0,00	0,01	1088	2023
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	150	14,49	7,15	6,15	184,50	4,50	0,18	0,00	0,48	0,00	33,00	211,50	42,00	1,05	0,00	0,00	0,00	0,00	231	2008
РИС ОТВАРНОЙ	22010	1,92	10,33	26,50	185,87	0,00	0,03	0,00	0,09	0,00	4,63	94,30	29,37	0,93	0,00	0,00	0,00	0,00	325	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,60	1,25	24,75	101,98	0,00	0,16	0,06	0,00	0,00	9,00	38,50	8,50	1,00	43,00	2,30	0,00	0,00	TK №002	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,60	1,75	25,75	126,50	0,00	0,08	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	6,50	0,50	36,00	0,00	0,00	0,00	TK №005	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,31	0,00	12,27	50,23	0,08	0,00	0,02	0,00	0,00	16,27	11,86	6,88	1,18	1,42	0,00	0,00	0,00	430	2008
Итого за прием пищи:	800	25,16	21,47	100,79	713,79	9,88	0,50	0,15	0,59	0,00	87,15	422,86	109,48	5,15	88,92	3,53	0,00	0,01		
Всего за день:		104,55	97,12	408,27	2958,41	198,82	1,99	0,84	140,46	0,26	897,86	1865,26	428,47	25,48	628,23	25,42	0,00	0,82		

10 день

Прием пищи, наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
НАША ПШЕННАЯ МОШКАР	250	8,23	7,66	22,85	177,59	1,61	0,19	0,00	0,06	0,00	177,38	222,53	58,05	3,23	0,00	0,00	0,00	189	2008	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,60	1,75	25,75	126,50	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,50	32,50	6,50	0,50	36,00	0,00	0,00	TK №005		
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,34	0,10	75,38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,01	2,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	4,85	6,38	0,00	71,00	0,16	0,01	0,08	0,08	0,25	220,00	72,50	6,25	0,25	2,75	0,00	0,01	0,01	14	2008
КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	220	1,81	1,70	22,00	112,28	0,38	0,03	0,09	0,01	0,00	81,56	47,90	14,15	0,35	31,57	6,30	0,00	0,00	395	2012
МЯСНО-СВЕЖЕЕ	230	0,92	0,58	22,54	108,10	23,00	0,07	0,05	0,01	0,00	36,80	25,30	16,40	4,60	45,54	4,60	0,00	0,02	пром.	2008
Итого за прием пищи:	785	18,21	26,41	93,24	670,85	25,15	0,36	0,24	0,23	0,25	526,25	462,74	103,35	8,93	115,86	10,90	0,01	0,03		
Завтрак 2																				
КЕФИР	200	3,02	3,42	14,50	99,88	2,11	0,09	0,00	0,00	0,00	265,73	206,68	31,64	0,00	0,00	0,00	0,00	435	2008	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,08	1,40	20,60	101,20	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	28,80	0,00	0,00	TK №005		
Итого за прием пищи:	240	5,10	4,82	35,10	201,08	2,11	0,13	0,01	0,00	0,00	273,33	232,68	36,84	0,40	28,80	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛЮКСМ	120	0,85	5,42	4,33	72,31	4,24	0,02	0,02	0,00	0,00	27,78	33,83	15,68	0,85	16,97	0,55	0,00	0,00	20	2008
ПИЦЦА СВЕЖЕЕ	300	3,37	4,91	20,78	182,33	8,39	0,10	0,00	22,74	0,10	41,95	50,35	19,19	0,96	54,34	3,46	0,00	0,04	67	2012
КАПУСТЫ НА БУЛЬОНЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	16,79	12,20	9,61	210,37	0,00	0,00	0,00	360,00	0,00	16,65	84,40	22,97	2,27	25,57	3,90	0,00	2,80	272	2008
БИТТОЧКИ РУЧЕНЫЕ ИЗ ГОВДИЦЫ	250	4,83	10,43	39,03	282,28	8,08	0,21	0,19	0,06	0,14	75,88	109,63	26,11	1,25	112,04	6,95	0,00	0,06	321	2012
ЛЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	250	4,83	10,43	39,03	282,28	8,08	0,21	0,19	0,06	0,14	75,88	109,63	26,11	1,25	112,04	6,95	0,00	0,06	321	2012
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4,32	1,50	29,70	122,38	0,00	0,20	0,08	0,00	0,00	10,80	46,20	10,20	1,20	51,60	2,78	0,00	0,00	TK №002	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,12	2,10	30,96	151,80	0,00	0,07	0,02	0,00	0,00	11,40	39,00	7,80	0,60	43,20	0,00	0,00	TK №005		
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	56,00	4,00	0,02	0,02	0,00	0,00	14,00	14,00	6,00	1,40	28,00	2,20	0,00	0,00	442	2008
Итого за прием пищи:	1095	34,28	36,76	154,55	1077,47	24,71	0,62	0,33	382,80	0,24	198,46	377,41	107,95	8,53	331,72	19,82	0,00	2,90		
Полдник																				
МОЛОКО КИРЯЧЕНОЕ	230	4,40	5,59	19,49	116,01	1,20	0,00	0,23	0,04	0,00	234,60	110,40	22,08	0,18	33,58	20,70	0,00	0,00	434	2008
ВАТРУШКА С	100	10,09	10,06	38,85	310,00	1,44	0,06	0,03	0,03	0,08	18,64	49,28	11,98	1,13	80,58	2,14	0,03	0,00	458	2012
Итого за прием пищи:	330	14,55	15,64	49,34	426,01	2,64	0,12	0,26	0,07	0,08	253,24	159,68	34,06	1,31	114,16	22,84	0,03	0,00		
Ужин																				
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПАКЕТКЕ	140	1,54	3,50	6,31	79,11	0,98	0,04	0,24	0,04	0,00	95,20	77,00	16,80	0,00	20,44	0,00	0,00	0,03		2008
ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРОЖЕНОГО И ТВОРОГА С ЯБЛОЧНЫМ СОУСОМ	230	17,80	17,40	24,22	302,33	1,39	0,14	0,39	93,45	1,81	266,43	182,90	18,73	1,39	53,58	6,51	0,00	0,93	238	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,08	1,40	20,60	101,20	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	28,80	0,00	0,00	0,00	TK №005	
НИСЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	220	1,35	0,39	17,34	85,65	5,86	0,02	0,03	0,02	0,00	25,88	25,22	10,84	0,54	27,03	0,00	0,00	0,00	382	2012
БАНАН	250	2,75	0,00	33,00	122,50	25,00	0,10	0,13	0,06	0,00	20,00	57,50	85,00	1,50	87,00	0,00	0,00	0,00	пром.	2008
Итого за прием пищи:	905	25,52	22,69	101,47	690,79	33,23	0,34	0,60	93,57	1,81	415,21	368,62	136,57	3,83	216,85	6,51	0,00	0,96		
Всего за день:		97,66	106,32	433,70	3066,20	87,84	1,57	1,66	476,67	2,38	1666,49	1541,13	418,77	23,00	807,39	60,07	0,04	3,89		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Витамины					Минеральные вещества							
	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг
Итого за весь период	1303,06	18,44	13,28	5349,60	71,26	12848,78	15419,14	3809,13	225,05	9183,95	761,30	0,25	27,77
Среднее значение за период	130,31	1,84	1,33	534,96	7,13	1284,98	1541,91	380,91	22,51	918,40	76,13	0,03	2,78

Содержание белков, жиров, углеводов в меню.

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Категория питающихся	Полдник	Ужин
Интернат-воспитанники от 12 лет и старше	296	799