МЕНЮ №_____ от "____" _____ 2009г горячих завтраков и обедов школьников с 11-18 лет

1 день Завтрак

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Наименование пищевых веществ							
										Витамины				Минералы			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Икра морковная (78-2004)			**80**	**1,1**	**3,6**	**7,1**	**65**		**3,85**	**2,06**	**0,03**	**0**	**2,09**	**19,26**	**38,21**	**23,09**	**0,53**
морковь - до 01.01 - 20%	75	61							0,00								
с 01.01 - 25%	82	61						25	2,04								
лук репчатый	17	14						25	0,42								
томатное пюре	7	7						152	1,01								
сахар	1	1						34	0,03								
масло растительное	4	4						85	0,34								
Биточки по белоруски с маслом (467-2004)			**70/5**	**13,3**	**16,1**	**1,26**	**203**		**23,84**	**0,32**	**0,04**	**34,82**	**1,83**	**44,48**	**123,73**	**30,83**	**3,68**
говядина п/ф	85	72						250	21,23								
или говядина 1 категории	97	72							0,00								
лук репчатый	11	9						25	0,28								
молоко	11	11							0,00								
или Молоко концентрированное	5	5						30	0,48								
или Молоко сухое	1	1							0,00								
яйца	7	7						5	0,93								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
масло растительное	4	4						85	0,36								
Макаронные изделия отварные (516-2004)			**150**	**5,1**	**3,5**	**29,1**	**170**		**4,70**	**0**	**0,04**	**10,08**	**0,76**	**11,12**	**34,13**	**6,15**	**0,63**
макаронные изделия	53	53						80	4,20								
масло сливочное	4,5	4,5						110	0,50								
Кондитерское изделие промышленного производства**			**30**	**1,9**	**5,2**	**19,7**	**133**	210	**6,30**	**0**	**0,02**	**0**	**0,3**	**13,5**	**55**	**39,8**	**1,42**
Молоко витаминизированное			**200**	**5,5**	**5,6**	**8,6**	**107**	16	**16,00**	**1,04**	**0,06**	**24,00**	**0,00**	**211,20**	**156,20**	**24,36**	**0,17**
Хлеб пшеничный	50	50	**50**	**3,7**	**0,3**	**24,2**	**118**	27,86	**1,39**	**0**	**0,05**	**0**	**0,55**	**9,80**	**31,85**	**6,87**	**0,53**
или хлеб витаминизированный			**50**														
ИТОГО:				***31***	***34***	***90***	***796***		***56,07***	***3,4***	***0,2***	***68,9***	***5,5***	***309,4***	***439,1***	***131,1***	***7,0***

1 день Обед

			Химический состав	Наименование пищевых веществ

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	Витамины				Минералы			
										С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Салат зимний (ТТК)			**80**	**2,9**	**5,3**	**7,5**	**89**		**5,63**	**3,7**	**0,05**	**24**	**1,97**	**16,52**	**57**	**15,61**	**0,8**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	53	40							0,00								
01.11.-31.12. -30%	57	40							0,00								
01.01-29.02 - 35%	61	40							0,00								
01.03 - 40%	104	40						25	2,60								
яйцо	16	16						5	2,00								
морковь** - до 01.01.-20%	20	16							0,00								
с 01.01. - 25 %	21	16						25	0,53								
лук репчатый	6	6						25	0,16								
масло растительное	4	4						85	0,34								
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной (124-2004)			**250/15/10**	**6,8**	**7,4**	**8,5**	**128**		**12,33**	**0,52**	**0,02**	**20,08**	**0,22**	**15,03**	**47,59**	**6,70**	**0,68**
говядина 1 категории	32	24							0,00								
или говядина п/ф	28	24						250	7,08								
капуста свежая белокочанная	63	50						30	1,89								
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	40	30							0,00								
01.11.-31.12. -30%	43	30							0,00								
01.01-29.02 - 35%	46	30							0,00								
01.03 - 40%	50	30						25	1,25								
морковь - до 01.01 - 20%	13	10							0,00								
с 01.01 - 25%	14	10						25	0,34								
лук репчатый	16	13						25	0,40								
масло сливочное	2,5	2,5						110	0,28								
сметана	10	10						110	1,10								
Котлета рыбная с маслом (388-2004)			**100/5**	**11,6**	**12,1**	**12,1**	**205**		**8,66**	**0,20**	**0,09**	**31,90**	**4,00**	**31,56**	**112,54**	**15,95**	**0,84**
горбуша потрошённая с головой	80	53							0,00								
или минтай потрош. Обезглавл.	63	53						95	6,02								
хлеб пшеничный	15	15						27,86	0,42								
молоко	22	22							0,00								
или Молоко концентрированное	10	10						30	0,93								
или Молоко сухое	3	3							0,00								
сухари	8	8						25	0,21								
масло растительное	6	6						85	0,53								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
Рис припущенный (512-2004)			**150**	**3,6**	**3,8**	**36,7**	**198**		**3,02**	**0,00**	**0,03**	**18,00**	**20,25**	**5,12**	**74,49**	**24,95**	**0,53**
крупа рисовая	52,5	52,5						48	2,52								
масло сливочное	4,5	4,5						110	0,50								
Сок витаминизированный	200	200	**200**	**0,2**	**0,1**	**22**	**89**	46	**9,20**	**0,8**	**0,01**	**0**	**0,16**	**7,22**	**5,57**	**4,18**	**0,85**
Хлеб пшеничный	70	70	**70**	**5,3**	**0,6**	**33,7**	**165**			**0**	**0,15**	**0**	**1,21**	**26,25**	**1,46**	**37,73**	**2,29**
Хлеб ржаной	70	70	**70**	**4,5**	**0,8**	**22,5**	**122**	27,86	**1,95**	**0**	**0,126**	**0**	**0,98**	**24,08**	**108,08**	**32,2**	**2,66**

или хлеб витаминизированный			**60**														
ИТОГО:				***35***	***30***	***143***	***996***		**40,79**	***5,2***	***0,5***	***94,0***	***28,8***	***125,8***	***406,7***	***137,3***	***8,6***

2 день Завтрак

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Наименование пищевых веществ							
										Витамины				Минералы			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Запеканка из творога со сгущённым молоком (366-2004)			**150/20**	**22,5**	**19,95**	**20,55**	**359**		**36,51**	**0,36**	**0,07**	**55,74**	**1,5**	**264,64**	**333,5**	**39,6**	**1,03**
творог	141	140						230	32,43								
крупа манная	10	10						30	0,29								
или мука пшеничная	12	12							0,00								
сахар	10	10						34	0,33								
яйца	6	6						5	0,19								
масло растительное	2	2						85	0,13								
сухари	5	5						70	0,37								
сметана	7	7						110	0,77								
сгущённое молоко	20	20						38	2,00								
Чай с сахаром (685-2004)			**200**	**0,2**	**0**	**13,7**	**53**		**0,68**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,2**	**0**	**0**	**0,02**
чай-заварка	0,4	0,4						420	0,17								
сахар	15	15						34	0,51								
Бутерброд с сыром (3-2004)			**30/25**	**8,6**	**8,3**	**14,1**	**166**		**8,18**	**0,22**	**0,06**	**66,03**	**0,67**	**321,31**	**215,38**	**27,67**	**0,85**
хлеб пшеничный	30	30						27,86	2,20								
сыр	26	25						230	5,98								
Йогурт			**125**	**4,08**	**1,52**	**5,92**	**56**		**9,00**	**0,6**	**0,03**	**10**	**0**	**124**	**95**	**15**	**0,1**
ИТОГО:				***35***	***30***	***54***	***633***		**54,36**	***1,2***	***0,2***	***131,8***	***2,2***	***710,2***	***643,9***	***82,3***	***2,0***

2 день Обед

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Наименование пищевых веществ							
										Витамины				Минералы			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Салат из белокочанной капусты с морковью (43-2004)			**80**	**1,3**	**4,0**	**4,4**	**59**		**3,28**	**28,2**	**0,02**	**0**	**1,82**	**30,4**	**19,52**	**10,04**	**0,38**
капуста белокочанная свежая***	79	63						30	2,38								
морковь*** - до 01.01 - 20%	21	16							0,00								
с 01.01 - 25%	21	16						25	0,52								
сахар	1	1						34	0,05								
масло растительное	4	4						85	0,34								
Суп картофельный с мясными фрикадельками (133-2004)			**250/15**	**6,1**	**5,1**	**22,1**	**160**		**11,17**	**9,83**	**0,09**	**12,35**	**0,33**	**21,64**	**84,02**	**28,17**	**1,33**
говядина 1 категории	23	17							0,00								

или говядина п/ф	21	17						250	5,13								
лук репчатый	3	2,5						25	0,08								
яйца	2	2						5	0,01								
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	150	113							0,00								
01.11.-31.12. -30%	161	113							0,00								
01.01-29.02 - 35%	174	113							0,00								
01.03 - 40%	188	113						25	4,71								
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10							0,00								
с 01.01 - 25%	13,3	10						25	0,33								
лук репчатый	12	10						25	0,30								
масло сливочное	2,5	2,5						110	0,28								
зелень суш.(петрушка, укроп)	0,6	0,6						600	0,34								
Гуляш (437-2004)			**50/50**	**14,6**	**11,2**	**1,1**	**164**		**25,11**	**3,49**	**0,14**	**15,52**	**3,53**	**18,84**	**237,15**	**14,30**	**5,06**
говядина п/ф	93	79						250	23,13								
или говядина 1 категории	107	79															
масло растительное	5	5						85	0,40								
лук репчатый	12	10						25	0,3								
томатное пюре	8	8						152	1,22								
мука пшеничная	3	3						25	0,07								
Гречка отварная (508-2004)			**150**	**8,7**	**7,8**	**42,6**	**279**		**2,68**	**0,00**	**0,23**	**15,93**	**0,62**	**12,89**	**183,53**	**122,67**	**4,11**
крупа гречневая	71	71						30	2,13								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
Компот из урюка (638-2004)			**200**	**0,3**	**0,0**	**30,2**	**116**		**3,35**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,53**	**0**	**0**	**0,05**
урюк	15	15						115	2,70								
сахар	15	15						34	0,65								
Хлеб пшеничный	70	70	**70**	**5,3**	**0,6**	**33,7**	**165**			**0**	**0,15**	**0**	**1,21**	**26,25**	**1,46**	**37,73**	**2,29**
Хлеб ржаной	70	70	**70**	**4,5**	**0,8**	**22,5**	**122**	27,86	**1,95**	**0**	**0,126**	**0**	**0,98**	**24,08**	**108,08**	**32,2**	**2,66**
или хлеб витаминизированный			**60**														
ИТОГО:				***41***	***30***	***157***	***1065***		***47,54***	***41,5***	***0,8***	***43,8***	***8,5***	***134,6***	***633,8***	***245,1***	***15,9***

3 день Завтрак

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Наименование пищевых веществ							
										Витамины				Минералы			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Огурец консервированный без уксуса			**30**	**0,24**	**0,0**	**1,0**	**5,0**		**1,93**	**0,60**	**0,01**	**0,00**	**0,03**	**6,07**	**6,26**	**3,65**	**0,16**
огурцы неочищенные	33	30						58,34	1,93								
Картофель тушеный (216-2004)			**100**	**2,1**	**3,2**	**15,0**	**98**		**5,25**	**7,76**	**0,08**	**14,16**	**0,22**	**15,04**	**0,87**	**22,79**	**0,87**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	113	85							0,00								
01.11.-31.12. -30%	122	85							0,00								
01.01-29.02 - 35%	131	85							0,00								
01.03 - 40%	142	85						25	3,55								

морковь - до 01.01 - 20%	13	10							0,00								
с 01.01 - 25%	13	10						25	0,33								
лук репчатый	19	16						25	0,48								
томатное пюре	3	3						152	0,46								
масло сливочное	4	4						110	0,44								
Курица запечённая (494-2004)			**70/5**	**17,5**	**26,3**	**0,3**	**309**		**18,69**	**0,73**	**0,06**	**73,36**	**2,45**	**20,23**	**149,58**	**16,27**	**1,43**
курица потрошеная 1 категории	113	100							0,00								
или окорочок куриный	107	100						160	17,14								
или грудка куриная замороженная	106	100							0,00								
сметана	7	7						110	0,77								
масло растительное	3	3						85	0,24								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
Напиток из плодов шиповника (705-2004)			**200**	**0,2**	**0,1**	**16,7**	**66**		**2,76**	**39,00**	**0,01**	**0,00**	**0,26**	**4,09**	**1,04**	**1,04**	**0,21**
шиповник	15	15						150	2,25								
сахар	15	15						34	0,51								
Хлеб пшеничный	50	50	**50**	**3,7**	**0,3**	**24,2**	**118**	27,86	**1,39**	**0**	**0,05**	**0**	**0,55**	**9,80**	**31,85**	**6,87**	**0,53**
или хлеб витаминизированный			**50**														
ИТОГО:				***24***	***30***	***57***	***596***		**30,02**	***48,1***	***0,2***	***87,5***	***3,5***	***55,2***	***189,6***	***50,6***	***3,2***

3 день обед

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	Витамины				Минералы			
										С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Помидор свежий			**30**	**0,3**	**0,1**	**1,1**	**7**		**3,72**	**7,35**	**0,018**	**0**	**0,21**	**4,116**	**7,64**	**5,88**	**0,26**
помидор свежий парниковый	31	30						**120**	3,72								
Рассольник ленинградский с мясом со сметаной (132-2004)			**250/15/10**	**9,0**	**7,3**	**19,5**	**183**		**12,87**	**6,61**	**0,07**	**22,29**	**0,24**	**19,45**	**58,70**	**22,90**	**0,82**
говядина 1 категории	32	24							0,00								
или говядина п/ф	28	24						250	7,08								
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75							0,00								
01.11.-31.12. -30%	103	75							0,00								
01.01-29.02 - 35%	115,5	75							0,00								
01.03 - 40%	125	75						25	3,13								
крупа рисовая или перловая, или пшеничная	5	5						30	0,15								
морковь - до 01.01 - 20%	12,5	10							0,00								
с 01.01 - 25%	13	10						25									
лук репчатый	6	5						25	0,15								
огурцы солёные	17	15						58,34	0,99								
масло сливочное	2,5	2,5						110	0,28								

сметана	10	10						110	1,10								
Овощи припущенные (524-2004)			**150**	**2,0**	**3,7**	**13,5**	**97**		**6,69**	**1,57**	**0,06**	**4,32**	**1,33**	**14,75**	**49,93**	**18,93**	**0,72**
морковь - до 01.01 - 20%	70	55							0,00								
с 01.01 - 25%	73	55						25	1,84								
горошек зел. Консервиров.	19	12						55	2,64								
капуста белокочанная	60	48						30	1,80								
бульон или вода	23	23							0,00								
масло сливочное	3	3						110	0,38								
мука пшеничная	1,5	1,5						25	0,04								
Сосиски, сардельки отварные с маслом (413-2004)			**100/5**	**11,5**	**22,8**	**1,5**	**257**		**19,74**	**0**	**0,14**	**29,5**	**0,6**	**20,96**	**2,08**	**11,26**	**1,46**
сардельки, сосиски молочные	101	100						190	19,19								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
Сок витаминизированный	200	200	**200**	**0,2**	**0,1**	**22**	**89**	46	**9,20**	**0,8**	**0,01**	**0**	**0,16**	**7,22**	**5,57**	**4,18**	**0,85**
Хлеб пшеничный	70	70	**70**	**5,3**	**0,6**	**33,7**	**165**			**0**	**0,15**	**0**	**1,21**	**26,25**	**1,46**	**37,73**	**2,29**
Хлеб ржаной	70	70	**70**	**4,5**	**0,8**	**22,5**	**122**	27,86	**1,95**	**0**	**0,126**	**0**	**0,98**	**24,08**	**108,08**	**32,2**	**2,66**
или хлеб витаминизированный			**60**														
ИТОГО:				***33***	***35***	***114***	***919***		**54,17**	***16,3***	***0,6***	***56,1***	***4,7***	***116,8***	***233,5***	***133,1***	***9,1***

4 день Завтрак

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	Витамины				Минералы			
										С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Икра свекольная (78-2004)			**80**	**1,2**	**6,13**	**7,2**	**88**		**3,91**	**2,2**	**0,04**	**0**	**3,253**	**22,0267**	**46,093**	**27,853**	**0,6667**
свекла - до 01.01 - 20%	79	63							0,00								
с 01.01 - 25%	84	63						25	2,10								
лук репчатый	17	14						25	0,42								
томатное пюре	7	7						152	1,01								
сахар	1	1						34	0,03								
масло растительное	4	4						85	0,34								
Рыба запечённая с маслом (377-2004)			**100/5**	**17,7**	**11,2**	**5,2**	**192**		**13,80**	**0,27**	**0,14**	**50,79**	**3,21**	**18,29**	**170,46**	**20,76**	**0,60**
горбуша потрош. с головой	163	119							0,00								
или минтай потрош. Обезглавл.	134	119						95	12,76								
или кета неразделанная	177	119							0,00								
мука пшеничная	7	7						25	0,18								
масло растительное	4	4						85	0,32								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
Пюре картофельное (520-2004)			**100**	**2,1**	**3,6**	**13**	**94**		**4,64**	**3,46**	**0,08**	**25,15**	**0,14**	**24,27**	**57,38**	**19,59**	**0,71**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	114	85							0,00								
01.11.-31.12. -30%	122	85							0,00								

01.01-29.02 - 35%	131	85							0,00								
01.03 - 40%	143	85						25	3,57								
молоко	16	15							0,00								
или Молоко концентрированное	7	7						30	0,69								
или Молоко сухое	2	2							0,00								
масло сливочное	3,5	3,5						110	0,39								
Сыр	26	25	**25**	**5,9**	**7,5**	**0,0**	**91**	**230**	**5,98**	**0,18**	**0,01**	**51,45**	**0,15**	**240,1**	**142,1**	**12,25**	**0,18**
Чай с сахаром, с лимоном (686-2004)			**200/7**	**0,1**	**0**	**14,9**	**59**		**1,48**	**3**	**0**	**0**	**0,01**	**3,19**	**1,51**	**0,82**	**0,09**
чай-заварка	0,4	0,4						420	0,17								
сахар	15	15						34	0,51								
лимон	8	7						100	0,8								
Фрукт	200	200	**200**	**1,4**	**0,8**	**19,6**	**90**	60	**12,00**	**20**	**0,06**	**0**	**0,4**	**32**	**22**	**18**	**4,4**
Хлеб пшеничный	50	50	**50**	**3,7**	**0,3**	**24,2**	**118**	27,86	**1,39**	**0**	**0,05**	**0**	**0,55**	**9,80**	**31,85**	**6,87**	**0,53**
или хлеб витаминизированный			**50**														
ИТОГО:				**32**	**30**	**84**	**732**		**43,20**	**29,1**	**0,4**	**127,4**	**7,7**	**349,7**	**471,4**	**106,1**	**7,2**

4 день Обед

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Наименование пищевых веществ							
										Витамины				Минералы			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Салат "Степной" из разных овощей (25-2004)			**80**	**1,3**	**6,7**	**6**	**89**		**5,35**	**2,27**	**0,05**	**0,00**	**3,08**	**14,43**	**38,28**	**15,75**	**0,49**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	32	24							0,00								
01.11.-31.12. -30%	34	24							0,00								
01.01-29.02 - 35%	37	24							0,00								
01.03 - 40%	40	24						25	1,00								
морковь - до 01.01 - 20%	20	16							0,00								
с 01.01 - 25%	21	16						25	0,53								
огурцы соленые	18	14						58,34	1,05								
лук репчатый	18	14						25	0,44								
горошек зеленый консерв.	14	10						55	1,98								
масло растительное	4	4						85	0,34								
Суп гороховый с мясными фрикадельками с гренками (139-2004)			**250/15/25**	**6,8**	**3,6**	**30,7**	**185**		**5,03**	**3,59**	**0,15**	**13,53**	**0,65**	**29,58**	**90,97**	**29,62**	**1,64**
говядина 1 категории	23	17							0,00								
или говядина п/ф	21	17						250	5,13								
лук репчатый	3	2,5						25	0,08								
яйца	2	2						5	0,01								
горох	21	20						30	0,64								
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	68	50							0,00								
01.11.-31.12. -30%	71	50							0,00								
01.01-29.02 - 35%	78	50							0,00								
01.03 - 40%	84	50						25	2,09								

морковь - до 01.01 - 20%	13	10							0,00								
с 01.01 - 25%	14	10						25	0,34								
лук репчатый	15	12,5						25	0,38								
масло сливочное	2,5	2,5						110	0,28								
хлеб пшеничный	47	40						27,86	1,31								
Рулет мясной с луком и яйцом (458-2004)			**70**	**9,2**	**9,1**	**6,7**	**130**		**14,35**	**0,93**	**0,03**	**19,03**	**0,6**	**30,52**	**102,6**	**14,83**	**1,38**
говядина 1 категории	52	38							0,00								
или говядина п/ф	45	38						250	11,25								
хлеб пшеничный	8	8						27,86	0,22								
молоко	12	12							0,00								
или Молоко концентрированное	6	6						30	0,52								
или Молоко сухое	0,7	0,7							0,00								
фарш:									0,00								
лук репчатый	29	24						25	0,73								
масло сливочное	3	3						110	0,33								
яйца	5	5						5	0,63								
зелень (петрушка)	3	2							0,00								
яйца для смазки	4	4						5	0,50								
сухари	2	2						70	0,14								
масло растительное	0,5	0,5						85	0,04								
Капуста тушённая (534-2004)			**150**	**3,8**	**6,9**	**16,1**	**141**		**8,78**	**32,25**	**0,05**	**10,62**	**0,32**	**77,46**	**58,31**	**29,67**	**1,14**
капуста белокочанная свежая	216	172						30	6,48								
масло растительное	5	5						85	0,43								
морковь** - до 01.01.-20%	4,0	3							0,00								
с 01.01. - 25 %	5,0	3						25	0,13								
лук репчатый	7	6						25	0,18								
томатное пюре	9	9						152	1,37								
мука пшеничная	2,0	2,0						25	0,05								
сахар	4,5	4,5						34	0,15								
Компот из изюма (638-2004)			**200**	**0,3**	**0**	**30,2**	**116**		**2,69**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,53**	**0**	**0**	**0,05**
изюм	15	15						145	2,18								
сахар	15	15						34	0,51								
Хлеб пшеничный	70	70	**70**	**5,3**	**0,6**	**33,7**	**165**			**0**	**0,15**	**0**	**1,21**	**26,25**	**1,46**	**37,73**	**2,29**
Хлеб ржаной	70	70	**70**	**4,5**	**0,8**	**22,5**	**122**	27,86	**1,95**	**0**	**0,126**	**0**	**0,98**	**24,08**	**108,08**	**32,2**	**2,66**
или хлеб витаминизированный			**60**														
ИТОГО:				***31***	***28***	***146***	***949***		***38,15***	***39,0***	***0,6***	***43,2***	***6,8***	***202,9***	***399,7***	***159,8***	***9,7***

5 день Завтрак

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Наименование пищевых веществ	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	Витамины	Минералы

			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Салат из свежих огурцов (16-2004)			**80**	**0,7**	**6,0**	**2,1**	**65**		**8,96**	**2,9**	**0,01**	**0**	**3,01**	**14,84**	**0,39**	**8,9**	**0,39**
огурец свежий	75	73						120	8,96								
масло растительное	7	7						85	0,57								
Плов (443-2204)			**200**	**21,6**	**11,8**	**37,8**	**344**		**36,92**	**0,67**	**0,11**	**99,85**	**1,00**	**22,64**	**134,16**	**58,18**	**3,15**
говядина п/ф	130	111						250	32,55								
или говядина 1 категории	150	111							0								
крупа рисовая	44	44						48	2,12								
масло сливочное	7	7						110	0,72								
морковь** - до 01.01.-20%	13	10							0								
с 01.01. - 25 %	14	10						25	0,3458								
лук репчатый	8	5						25	0,20								
томатное пюре	7	7						152	0,99								
Сок витаминизированный	200	200	**200**	**0,2**	**0,1**	**22**	**85**	46	**9,20**	**0,8**	**0,01**	**0**	**0,16**	**7,22**	**5,57**	**4,18**	**0,85**
Фрукт	150	150	**150**	**1,1**	**0,6**	**14,7**	**68**	60	**9,00**	**20**	**0,06**	**0**	**0,4**	**32**	**22**	**18**	**4,4**
Хлеб пшеничный	50	50	**50**	**3,7**	**0,3**	**24,2**	**118**	27,86	**1,39**	**0**	**0,05**	**0**	**0,55**	**9,80**	**31,85**	**6,87**	**0,53**
или хлеб витаминизированный			**50**														
ИТОГО:				***26***	***18***	***86***	***612***		***56,47***	***4,37***	***0,18***	***99,85***	***4,72***	***54,50***	***172,0***	***78,13***	***4,92***

5 день Обед

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Наименование пищевых веществ							
										Витамины				Минералы			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Салат из отварной моркови с зеленым горошком (92-2001)			**80**	**2,1**	**3,6**	**5,3**	**63**		**8,66**	**4,1**	**0,09**	**0**	**2**	**18,09**	**55,72**	**25,56**	**0,47**
морковь - до 01.01 - 20%	56	45							0,00								
с 01.01 - 25%	60	45						25	1,50								
горошек зел. Консервиров.	50	32						55	6,82								
масло растительное	4	4						85	0,34								
Борщ Сибирский с мясом, со сметаной (111-2004)			**250/15/10**	**6,6**	**7,0**	**17,1**	**154**		**12,81**	**8,87**	**0,05**	**29,72**	**0,25**	**41,04**	**53,00**	**23,79**	**1,10**
говядина 1 категории	32	24							0,00								
или говядина п/ф	28	24						250	7,08								
свекла до 01.01 -20%	50	40							0,00								
с 01.01 - 25%	53	40						25	1,33								
капуста свежая	25	20						30	0,75								
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	13	10							0,00								
01.11.-31.12. -30%	14	10							0,00								
01.01-29.02 - 35%	15	10							0,00								
01.03 - 40%	16	10						25	0,41								
фасоль	10	10															

морковь - до 01.01 - 20%	13	10							0,00								
с 01.01 - 25%	14	10						25	0,34								
лук репчатый	12	10						25	0,30								
томатное пюре	7,5	7,5						152	1,14								
масло сливочное	2,5	2,5						110	0,28								
сахар	3	3						34	0,09								
сметана	10	10						110	1,10								
Картофельная запеканка с мясом, с маслом (167-2001)			**180/5**	**22,9**	**22,3**	**16,6**	**360**		**21,85**	**8,96**	**0,12**	**16,25**	**0,50**	**19,25**	**174,65**	**38,19**	**2,62**
говядина 1 категории	54	40							0,00								
или говядина п/ф	47	40						250	11,79								
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	253	190							0,00								
01.11.-31.12. -30%	272	190							0,00								
01.01-29.02 - 35%	293	190							0,00								
01.03 - 40%	317	190						25	7,93								
масло сливочное	8	8						110	0,88								
яйца	4	4						5	0,50								
сухари	3	3						70	0,21								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
Чай с сахаром (685-2004)			**200**	**0,2**	**0**	**13,7**	**53**		**0,68**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,2**	**0**	**0**	**0,02**
чай-заварка	0,4	0,4						420	0,17								
сахар	15	15						34	0,51								
Кондитерское изделие промышленного производства**			**30**	**1,9**	**5,2**	**19,7**	**133**	210	**6,30**	**0**	**0,02**	**0**	**0,3**	**13,5**	**55**	**39,8**	**1,42**
Хлеб пшеничный	70	70	**70**	**5,3**	**0,6**	**33,7**	**165**			**0**	**0,15**	**0**	**1,21**	**26,25**	**1,46**	**37,73**	**2,29**
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**3,0**	**1,0**	**16,0**	**87,0**	27,86	**1,39**	**0**	**0,09**	**0**	**0,7**	**17,2**	**77,2**	**23**	**1,9**
или хлеб витаминизированный			**60**														
ИТОГО:				***42***	***40***	***122***	***1015***		***51,69***	***21,9***	***0,5***	***46,0***	***5,0***	***135,5***	***417,0***	***188,1***	***9,8***

6 день Завтрак

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Наименование пищевых веществ							
										Витамины				Минералы			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Каша "Янтарная" с яблоками (305-2004)			**200/5**	**7,5**	**8,1**	**36,9**	**251**	48	**9,39**	**0,3**	**0,13**	**32,1**	**0,21**	**135,32**	**165,13**	**42,62**	**1,37**
крупа пшено	40	40						30	1,14								
молоко	120	120							0,65								
или Молоко концентрированное	55	55						30	5,18								
или Молоко сухое	14	14							0,00								
сахар	4	4						34	1,14								
яблоки свежие	35	21						75	0,65								
масло сливочное	5	5						110	0,65								
Кофейный напиток (690-2004)			**200**	**3,4**	**3,3**	**19,3**	**117**		**6,10**	**1,27**	**0,04**	**19,6**	**0**	**118,04**	**88,2**	**13,72**	**0,14**
Кофейный напиток	3	3						250	1,14								

сахар	15	15						34	0,65								
молоко	100	100							0,00								
или Молоко концентрированное	46	23						30	4,31								
или Молоко сухое	12	12							0,00								
Ватрушка царская ТТК			**80**	**11,1**	**9,2**	**13,9**	**184**		**15,04**	0,1	0,03	50,88	0,34	84,23	126,75	12,95	0,52
творог	55	53						230	12,63								
крупа манная	3	3						30	0,08								
яйцо	11	11						5	1,33								
соль	0,2	0,2						14	0,002								
сахар-песок	8	8						34	0,27								
масло сливочное	5	5						110	0,59								
мука пшеничная	5	5						25	0,13								
Йогурт			**125**	**4,1**	**1,5**	**5,9**	**54**		**9,00**	**0,6**	**0,03**	**10**	**0**	**124**	**95**	**15**	**0,1**
ИТОГО:				***26***	***22***	***76***	***606***		***39,53***	***2,27***	***0,23***	***112,6***	***0,55***	***461,59***	***475,1***	***84,29***	***2,13***

6 день Обед

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Наименование пищевых веществ							
										Витамины				Минералы			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Салат "Несвижский" (63-2004)			**45/50**	**8,6**	**6,5**	**3,7**	**107**		**16,43**	**1,88**	**0,02**	**6**	**1,93**	**43,37**	**134,32**	**25,08**	**0,81**
сельдь слабого посола пресервы	53	50						280	14,84								
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	18	13							0,00								
01.11.-31.12. -30%	19	13							0,00								
01.01-29.02 - 35%	20	13							0,00								
01.03 - 40%	22	13						25	0,55								
свекла до 01.01 -20%	17	13							0,00								
с 01.01 - 25%	18	13						25	0,44								
морковь** - до 01.01.-20%	8	6							0,00								
с 01.01. - 25 %	8	6						25	0,20								
лук репчатый	6	5						25	0,15								
масло растительное	3	3						85	0,26								
Суп - лапша домашняя на курином бульоне (148-2004)			**250**	**6,7**	**7,1**	**12,2**	**140**		**2,18**	**0,3**	**0,03**	**27,66**	**0,56**	**14,65**	**56,38**	**10,28**	**0,7**
мука пшеничная	19	19						25	0,48								
яйца	5	5						5	0,63								
соль	0,5	0,5						14	0,18								
или лапша пром. производства	20	20							0,00								
морковь - до 01.01 - 20%	12	10							0,00								
с 01.01 - 25%	13	10						25	0,33								
лук репчатый	12	10						25	0,30								
масло сливочное	2,5	2,5						110	0,28								
Курица отварная с маслом (487-2004)			**70/5**	**16,38**	**18,06**	**0,28**	**229,6**		**17,83**	**0,62**	**0,04**	**55,44**	**0,57**	**14,08**	**116,87**	**13,72**	**1,30**

курица потрошённая 1 категории	113	99							0,00								
или окорочок куриный	107	99						160	17,17								
или грудка куриная замороженная	105	99							0,00								
лук репчатый	4,2	2,8						25	0,11								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
Картофель и овощи тушеные в соусе (217-2004)			**100**	**2**	**4**	**14**	**97**		**5,44**	**1,573**	**0,06**	**4,32**	**1,333**	**14,7533**	**49,927**	**18,927**	**0,72**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	123	92							0,00								
01.11.-31.12. -30%	131	92							0,00								
01.01-29.02 - 35%	142	92							0,00								
01.03 - 40%	153	92						25	3,83								
морковь - до 01.01 - 20%	5	4							0,00								
с 01.01 - 25%	5,3	4						25	0,13								
лук репчатый	4,8	4						25	0,12								
масло растительное	3	3						85	0,23								
сметана	10	10						110	1,10								
мука пшеничная	1	1						25	0,03								
Сок витаминизированный	200	200	**200**	**0,2**	**0,1**	**22**	**85**	46	**9,20**	**0,8**	**0,01**	**0**	**0,16**	**7,22**	**5,57**	**4,18**	**0,85**
Хлеб пшеничный	70	70	**70**	**5,3**	**0,6**	**33,7**	**165**			**0**	**0,15**	**0**	**1,21**	**26,25**	**1,46**	**37,73**	**2,29**
Хлеб ржаной	70	70	**70**	**4,5**	**0,8**	**22,5**	**122**	27,86	**1,95**	**0**	**0,126**	**0**	**0,98**	**24,08**	**108,08**	**32,2**	**2,66**
или хлеб витаминизированный			**60**														
ИТОГО:				***44***	***37***	***125***	***1011***		***55,79***	***44,2***	***0,4***	***93,4***	***7,0***	***148,5***	***473,6***	***143,2***	***9,5***

7 день Завтрак

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	Витамины				Минералы			
										С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Салат "Степной" из разных овощей (25-2004)			**80**	**1,3**	**6,7**	**6**	**89**		**5,35**	**2,27**	**0,05**	**0,00**	**3,08**	**14,43**	**38,28**	**15,75**	**0,49**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	32	24							0,00								
01.11.-31.12. -30%	34	24							0,00								
01.01-29.02 - 35%	37	24							0,00								
01.03 - 40%	40	24						25	1,00								
морковь - до 01.01 - 20%	20	16							0,00								
с 01.01 - 25%	21	16						25	0,53								
огурцы соленые	18	14						58,34	1,05								
лук репчатый	18	14						25	0,44								
горошек зеленый консерв.	14	10						55	1,98								
масло растительное	4	4						85	0,34								
Котлета по - хлыновски с маслом (453-2004)			**70/5**	**11,1**	**10,08**	**11,2**	**183**		**21,57**	**0,94**	**0,10**	**77,84**	**0,86**	**22,34**	**186,38**	**31,56**	**3,36**
говядина п/ф	68	58						250	17,04								
или говядина 1 категории	77	58							0,00								

картофель - 01.09.-31.10.- 25%	19	14							0,00								
01.11.-31.12. -30%	20	14							0,00								
01.01-29.02 - 35%	22	14							1,99								
01.03 - 40%	23	14						25	0,58								
лук репчатый	11	9						25	0,26								
яйца	5	5						5	0,66								
сухари	5	5						25	0,13								
масло растительное	4,2	4,2						85	0,36								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
Макаронные изделия отварные (516-2004)			**150**	**5,1**	**3,5**	**29,1**	**170**		**4,74**	**0**	**0,04**	**10,8**	**0,81**	**11,91**	**36,57**	**6,59**	**0,68**
макаронные изделия	52	52						80	4,16								
масло сливочное	5,25	5,25						110	0,58								
Молоко витаминизированное			**200**	**5,5**	**5,6**	**8,6**	**107**	16	**16,00**	**1,04**	**0,06**	**24,00**	**0,00**	**211,20**	**156,20**	**24,36**	**0,17**
Хлеб пшеничный	50	50	**50**	**3,7**	**0,3**	**24,2**	**118**	27,86	**1,39**	**0**	**0,05**	**0**	**0,55**	**9,80**	**31,85**	**6,87**	**0,53**
или хлеб витаминизированный			**50**						**0,00**								
ИТОГО:				***27***	***26***	***79***	***667***		***49,05***	***4,2***	***0,3***	***112,6***	***5,3***	***269,7***	***449,3***	***85,1***	***5,2***

7 день Обед

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Наименование пищевых веществ							
										Витамины				Минералы			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Овощи свежие			**20/20**	**0,4**	**0,1**	**1,3**	**7**		**5,04**	**2,8**	**0,01**	**0**	**0,16**	**6,51**	**11,83**	**5,92**	**0,26**
огурцы свежие парниковые	21	20						120	2,52								
помидоры свежие парниковые	21	20						120	2,52								
Суп из овощей с фрикадельками, со сметаной			**250/15/10**	**7,0**	**8,3**	**17,8**	**174**		**5,74**	**8,3**	**0,1**	**22,3**	**0,3**	**23,8**	**49,9**	**19,3**	**0,6**
говядина 1 категории	23	17							0,00								
или говядина п/ф	21	17						250	5,13								
лук репчатый	3	2,5						25	0,08								
яйца	2	2						5	0,01								
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	66	50							0,00								
01.11.-31.12. -30%	71	50							0,00								
01.01-29.02 - 35%	78	50							0,00								
01.03 - 40%	84	50						25	2,09								
капуста белокочанная свежая	25	20						30	0,75								
горошек зеленый консервированный	13	8						55	1,72								
или фасоль овощная	8	8							0,00								
морковь - до 01.01 - 20%	13	10							0,00								
с 01.01 - 25%	13	10						25	0,33								
лук репчатый	12	10						25	0,29								
масло сливочное	5	5						110	0,55								

сметана	10	10						110	1,10								
Рыба запечённая с маслом (377-2004)			**100/5**	**17,7**	**11,2**	**5,2**	**192**		**20,59**	**0,27**	**0,14**	**50,79**	**3,21**	**18,29**	**170,46**	**20,76**	**0,60**
горбуша потрош. с головой	163	119						120	19,54								
или минтай потрош. обезглавл.	134	119							0,00								
или кета неразделанная	177	119							0,00								
мука пшеничная	7	7						25	0,18								
масло растительное	4	4						85	0,32								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
Рис с овощами			**150**	**3,2**	**5,3**	**27,3**	**168**		**5,66**	**0,75**	**0,05**	**35,4**	**0,35**	**13,08**	**66,27**	**29,22**	**0,59**
крупа рис	33	33							0,00								
масло сливочное	6	6						110	0,66								
кукуруза консервированная	26	15						55	3,76								
морковь - до 01.01 - 20%	47	38							0,00								
с 01.01 - 25%	50	38						25	1,24								
Сок витаминизированный	200	200	**200**	**0,2**	**0,1**	**21,9**	**85**	46	**9,2**	**0,8**	**0,01**	**0**	**0,16**	**7,22**	**5,57**	**4,18**	**0,85**
Хлеб пшеничный	70	70	**70**	**5,3**	**0,6**	**33,7**	**165**			**0**	**0,15**	**0**	**1,21**	**26,25**	**1,46**	**37,73**	**2,29**
Хлеб ржаной	70	70	**70**	**4,5**	**0,8**	**22,5**	**122**	27,86	**1,95**	**0**	**0,126**	**0**	**0,98**	**24,08**	**108,08**	**32,2**	**2,66**
или хлеб витаминизированный			**60**														
ИТОГО:				***38***	***26***	***130***	***913***		***48,18***	***12,9***	***0,6***	***108***	***6,4***	***119,2***	***413,5***	***149,3***	***7,8***

8 день Завтрак

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Наименование пищевых веществ							
										Витамины				Минералы			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Огурец свежий			**40**	**0,3**	**0,0**	**1,0**	**6**		**4,92**	**4**	**0,01**	**0**	**0,04**	**9,2**	**16,8**	**5,6**	**0,24**
огурцы свежие парниковые	41	40						120	4,92								
Курица запечённая (494-2004)			**70/5**	**17,5**	**26,3**	**0,3**	**309**		**18,81**	**0,73**	**0,06**	**71,40**	**2,45**	**18,05**	**149,90**	**16,27**	**1,43**
курица потрошеная 1 категории	113	100							0,00								
или окорочок куриный	107	100						160	17,14								
или грудка куриная замороженная	106	100							0,00								
сметана	7	7						110	0,77								
масло растительное	4	4						85	0,36								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
Рагу из овощей (224-2004)			**150**	**3**	**4,4**	**21,6**	**140**		**7,18**	**137,9**	**0,11**	**0,00**	**2,30**	**20,25**	**76,76**	**33,03**	**1,20**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	138	104							0,00								
01.11.-31.12. -30%	149	104							0,00								
01.01-29.02 - 35%	159	104							0,00								
01.03 - 40%	173	104						25	4,31								
морковь - до 01.01 - 20%	24	20							0,00								
с 01.01 - 25%	26	20						25	0,64								
лук репчатый	15	12						25	0,37								

масло растительное	5	5						85	0,38								
для соуса																	
томат пюре	7	7						152	1,11								
мука пшеничная	2	2						25	0,06								
морковь - до 01.01 - 20%	4	4							0,00								
с 01.01 - 25%	5	4						25	0,13								
лук репчатый	5	4						25	0,12								
сахар	2	2						34	0,05								
Чай с сахаром (685-2004)			**200**	**0,2**	**0**	**13,7**	**53**		**0,68**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,2**	**0**	**0**	**0,02**
чай-заварка	0,4	0,4						420	0,17								
сахар	15	15						34	0,51								
Бутерброд с сыром (3-2004)			**30/25**	**8,6**	**8,3**	**14,1**	**166**		**8,18**	**0,22**	**0,06**	**66,03**	**0,67**	**321,31**	**215,38**	**27,67**	**0,85**
хлеб пшеничный	30	30						27,86	2,20								
сыр	26	25						230	5,98								
Фрукт	150	150	**150**	**1,1**	**0,6**	**14,7**	**68**	60	**9,00**	**20**	**0,06**	**0**	**0,4**	**32**	**22**	**18**	**4,4**
ИТОГО:				***31***	***40***	***65***	***741***		***48,77***	***162,9***	***0,3***	***137,4***	***5,9***	***401,0***	***480,8***	***100,6***	***8,1***

8 день Обед

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	Витамины				Минералы			
										С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Салат из свеклы с солёными огурцами (21-2004)			**80**	**1,1**	**3,6**	**5,3**	**59**		**3,63**	**2,85**	**0,01**	**0**	**1,84**	**23,9**	**27,1**	**14,11**	**0,85**
свекла - до 01.01 - 20%	78	62							0,00								
с 01.01 - 25%	83	62						25	2,06								
огурцы солёные	21	17						58,34	1,23								
масло растительное	4	4						85	0,34								
Рассольник "Домашний" с фрикадельками, со сметаной (131-2004)			**250/15/10**	**7,10**	**7,5**	**14,0**	**165**		**12,27**	**10,56**	**0,09**	**20,1**	**0,36**	**35,33**	**98**	**29,63**	**1,5**
капуста свежая белокочанная	25	20						30	0,75								
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75							0,00								
01.11.-31.12. -30%	107	75															
01.01-29.02 - 35%	116	75							0,00								
01.03 - 40%	125	75						25	3,13								
морковь - до 01.01 - 20%	13	10							0,00								
с 01.01 - 25%	14	10						25	0,34								
лук репчатый	12	10						25	0,30								
масло сливочное	2,5	2,5						110	0,28								
говядина 1 категории	23	17							0,00								
или говядина п/ф	21	17						250	5,13								

лук репчатый	3	2,5						25	0,08								
яйца	2	2						5	0,01								
огурцы соленые	20	17,5						58,34	1,17								
сметана 20 %	10	10						110	1,10								
Оладьи из печени с маслом (468-2004)			**70/5**	**12,6**	**15,7**	**4,9**	**211**		**18,15**	**9,24**	**0,15**	**38,14**	**3,81**	**6,58**	**192,96**	**10,96**	**4,21**
печень говяжья	84	70						195	16,38								
хлеб пшеничный	11	11						27,86	0,31								
масло сливочное	3	3						110	0,31								
масло растительное	7	7						85	0,60								
масло сливочное для полива	5	5						110	0,55								
Пюре картофельное (520-2004)			**100**	**2,1**	**3,6**	**13,0**	**94**		**4,64**	**3,46**	**0,08**	**25,15**	**0,14**	**24,27**	**57,38**	**19,59**	**0,71**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	114	85							0,00								
01.11.-31.12. -30%	122	85							0,00								
01.01-29.02 - 35%	131	85							0,00								
01.03 - 40%	143	85						25	3,57								
молоко	16	15							0,00								
или Молоко концентрированное	7	7						30	0,69								
или Молоко сухое	2	2							0,00								
масло сливочное	3,5	3,5						110	0,39								
Напиток из плодов шиповника (705-2004)			**200**	**0,2**	**0,1**	**16,7**	**66**		**2,76**	**39**	**0,01**	**0**	**0,26**	**4,09**	**1,04**	**1,04**	**0,21**
плоды сушёные шиповника	15	15						150	2,25								
сахар	15	15						34	0,51								
Хлеб пшеничный	70	70	**70**	**5,3**	**0,6**	**33,7**	**165**			**0**	**0,15**	**0**	**1,21**	**26,25**	**1,46**	**37,73**	**2,29**
Хлеб ржаной	70	70	**70**	**4,5**	**0,8**	**22,5**	**122**	27,86	**1,95**	**0**	**0,126**	**0**	**0,98**	**24,08**	**108,08**	**32,2**	**2,66**
или хлеб витаминизированный			**60**														
ИТОГО:				***33***	***32***	***110***	***882***		***43,40***	***65,1***	***0,6***	***83,4***	***8,6***	***144,5***	***486,0***	***145,3***	***12,4***

9 день Завтрак

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Наименование пищевых веществ							
										Витамины				Минералы			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Пудинг из творога со сгущенным молоком или джемом (362-			**180/20**	**24,2**	**19,7**	**37,3**	**427**		**38,37**	**0,40**	**0,07**	**111,7**	**0,60**	**243,24**	**290,01**	**36,32**	**1,02**
творог	136	134						230	31,21								
крупа манная	10	10						30	0,29								
сахар	7	7						34	0,24								
яйцо	13	13						5	1,58								
изюм	9,8	10						145	1,43								
масло сливочное	5	5						110	0,50								
ванилин	0,01	0,01						0	0,00								
сухари	4,8	4,8						70	0,34								
сметана	7	7						110	0,79								
молоко сгущенное	20	20						38	2,00								

или джем или повидло	20	20							0,00								
Бутерброд с колбасой вареной (6-2004)			**30/30**	**6,2**	**3,1**	**13,9**	**129**		**6,11**	0	0,01	0	0,1	5,52	0,83	4,99	0,83
колбаса вареная, или варено-копченая	31	30						170	5,27								
хлеб пшеничный	30	30						27,86	0,84								
Кофейный напиток (690-2004)			**200**	**3,4**	**3,3**	**19,3**	**117**		**2,64**	**1,27**	**0,04**	**19,6**	**0**	**118,04**	**88,2**	**13,72**	**0,14**
Кофейный напиток	3	3						250	0,75								
сахар	15	15						34	0,51								
молоко	100	100							0,00								
или Молоко концентрированное	46	46						30	1,38								
или Молоко сухое	12	12							0								
Йогурт			**125**	**4,08**	**1,52**	**5,92**	**56**		**9,00**	**0,6**	**0,03**	**10**	**0**	**124**	**95**	**15**	**0,1**
ИТОГО:				***38***	***28***	***76***	***729***		***56,11***	***2,3***	***0,2***	***141,3***	***0,7***	***490,8***	***474,0***	***70,0***	***2,1***

9 день Обед

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Наименование пищевых веществ							
										Витамины				Минералы			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Салат картофельный с сельдью (52,55-2004)			**30/35/3**	**6,0**	**6,5**	**7,2**	**111**		**10,16**	**0,87**	**0,02**	**3,78**	**2,39**	**26,46**	**98,60**	**20,69**	**0,68**
сельдь слабого посола (пресервы)	32	30						280	8,40								
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	48	36							0,00								
01.11.-31.12. -30%	52	36							0,00								
01.01-29.02 - 35%	55	36							0,00								
01.03 - 40%	60	36						25	1,50								
масло растительное	3	3						85	0,26								
Свекольник с мясом, со сметаной (35-2004)			**250/15/10**	**6,8**	**9,0**	**12,9**	**160**		**13,65**	**7,63**	**0,06**	**26,75**	**0,30**	**41,05**	**71,22**	**31,22**	**1,53**
говядина 1 категории	32	24							0,00								
или говядина п/ф	28	24						250	7,08								
свекла - до 01.01 - 20%	80	64							0,00								
с 01.01 - 25%	85	64						25	2,13								
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	58	44							0,00								
01.11.-31.12. -30%	63	44							0,00								
01.01-29.02 - 35%	68	44							0,00								
01.03 - 40%	73	44						25	1,83								
морковь - до 01.01 - 20%	13	10							0,00								
с 01.01 - 25%	14	10						25	0,34								
лук репчатый	14	11						25	0,34								
масло сливочное	2,5	2,5						110	0,28								
сахар	1,6	1,6						34	0,06								
томат-пюре	3	3						152	0,49								
сметана	10	10						110	1,10								
Ежики мясные с маслом (ТТК)			**70/5**	**12,0**	**18,1**	**6,2**	**235**		**20,31**	**0,70**	**0,04**	**25,66**	**2,24**	**16,09**	**128,0**	**18,02**	**1,71**

говядина 1 категории	88	64							0,00								
или говядина п/ф	76	64						250	18,90								
крупа рисовая	7	7						48	0,34								
лук репчатый	21	17						25	0,53								
молоко	5	5															
масло сливочное	5	5						110	0,55								
масло растительное	4	4															
Капуста тушённая (534-2004)			**150**	**3,8**	**6,9**	**16,1**	**141**		**8,65**	**32,25**	**0,045**	**10,62**	**0,315**	**77,46**	**58,31**	**29,67**	**1,14**
капуста белокочанная свежая	216	172						30	6,48								
масло растительное	5	5						85	0,43								
морковь** - до 01.01.-20%	4,0	3							0,00								
с 01.01. - 25 %	5,0	3						25									
лук репчатый	7	6						25	0,18								
томатное пюре	9	9						152	1,37								
мука пшеничная	2,0	2,0						25	0,05								
сахар	4,5	4,5						34	0,15								
Сок витаминизированный			**200**	**0,2**	**0,1**	**21,9**	**85**	46	**9,2**	**0,8**	**0,01**	**0**	**0,16**	**7,22**	**5,57**	**4,18**	**0,85**
Фрукт	**200**	**200**	**200**	**1,4**	**0,8**	**19,6**	**90**	60	**12,00**	**15**	**0,05**	**0**	**0,3**	**24**	**16,5**	**13,5**	**3,3**
Хлеб пшеничный	70	70	**70**	**5,3**	**0,6**	**33,7**	**165**			**0**	**0,15**	**0**	**1,21**	**26,25**	**1,46**	**37,73**	**2,29**
Хлеб ржаной	70	70	**70**	**4,5**	**0,8**	**22,5**	**122**	27,86	**1,95**	**0**	**0,126**	**0**	**0,98**	**24,08**	**108,08**	**32,2**	**2,66**
или хлеб витаминизированный			**60**														
ИТОГО:				***40***	***43***	***140***	***1109***		***75,92***	***57,2***	***0,5***	***66,8***	***7,9***	***242,6***	***487,7***	***187,2***	***14,2***

10 день Завтрак

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	Витамины				Минералы			
										С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Салат из консервированного огурца с луком (17-2004)			**80**	**0,7**	**3,6**	**1,9**	**43**		**5,45**	**1,79**	**0,01**	**0**	**185,3**	**16,49**	**19,76**	**9,41**	**0,43**
огурцы консервированные без уксуса	81	65						58,34	4,74								
лук репчатый	15	12						25	0,37								
масло растительное	4	4						85	0,34								
Жаркое по домашнему (436-2004)			**170**	**16,6**	**8,3**	**18,4**	**236**		**37,84**	**0,23**	**0,09**	**12,90**	**0,85**	**18,08**	**253,73**	**56,88**	**2,66**
говядина 1 категории	152	111							0,00								
или говядина п/ф	132	111						250	33,00								
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	106	80							0,00								
01.11.-31.12. -30%	114	80							0,00								
01.01-29.02 - 35%	123	80							0,00								
01.03 - 40%	134	80						25	3,34								
лук репчатый	12	10						25	0,30								
масло сливочное	4	4						110	0,44								
томатное пюре	5	5						152	0,76								

Компот из кураги (638-2004)			**200**	**0,3**	**0**	**30**	**122**		**3,35**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,53**	**0**	**0**	**0,05**
курага	15	15						170	2,70								
сахар	15	15						34	0,65								
Хлеб пшеничный	50	50	**50**	**3,7**	**0,3**	**24,2**	**118**	27,86	**1,39**	**0**	**0,05**	**0**	**0,55**	**9,80**	**31,85**	**6,87**	**0,53**
или хлеб витаминизированный			**50**						**0,00**								
ИТОГО:				***21***	***12***	***75***	***519***		***48,03***	***2,0***	***0,1***	***12,9***	***187***	***44,9***	***305,3***	***73,2***	***3,7***

10 день Обед

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Наименование пищевых веществ							
										Витамины				Минералы			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Борщ с картофелем и капустой с мясом, со сметаной (110-			**250/15/10**	**6,8**	**8,5**	**18,3**	**176**		**13,31**	**7,40**	**0,04**	**24,88**	**0,21**	**34,36**	**44,38**	**19,93**	**0,93**
говядина 1 категории	32	24							0,00								
или говядина п/ф	28	24						250	7,08								
свекла до 01.01 -20%	50	40							0,00								
с 01.01 - 25%	53	40						25	1,33								
капуста свежая	25	20						30	0,75								
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	27	20							0,00								
01.11.-31.12. -30%	29	20							0,00								
01.01-29.02 - 35%	31	20							0,00								
01.03 - 40%	34	20						25	0,84								
морковь - до 01.01 - 20%	16	13							0,00								
с 01.01 - 25%	17	13						25	0,41								
лук репчатый	12	10						25	0,30								
Томатное пюре	8	8						152	1,14								
масло сливочное	3	3						110	0,28								
сахар	2,5	2,5						34	0,09								
сметана	10	10						110	1,10								
Голубцы ленивые (160-2004)			**140**	**11,8**	**14,2**	**7,6**	**206**		**20,59**	**1,24**	**0,04**	**35,4**	**0,46**	**39,52**	**125,44**	**24,74**	**1,84**
говядина (полуфабрикат)	66	56						250	16,50								
или говядина 1 категории	76	56							0,00								
крупа рисовая	7	7						48	0,34								
лук репчатый	12	10						25	0,30								
масло сливочное	3	3						110	0,33								
капуста белокочанная	104	84						30	3,12								
Соус томатный (587-2004)			**50**	**0,8**	**2,2**	**4,2**	**44**		**2,21**	**1,98**	**0,02**	**10,62**	**0,2**	**4,38**	**11,92**	**7,1**	**0,28**
морковь** - до 01.01 - 20%	9	7							0,00								
с 01.01 - 25%	10	7						25	0,25								
лук репчатый	1,2	1						25	0,03								

томат-пюре	10	10						152	1,52								
мука пшеничная	2,2	2,2						25	0,06								
сахар	0,6	0,6						34	0,02								
бульон или отвар	45	45															
масло сливочное	3	3						110	0,33								
Яйцо отварное***	40	40	**40**	**4,8**	**4,6**	**2,2**	**69**	5	**5,00**	**0**	**0,02**	**60**	**0,24**	**19,36**	**66,82**	**4,18**	**0,87**
Чай с сахаром, с лимоном (686-2004)			**200/7**	**0,1**	**0**	**14,9**	**59**		**1,48**	**3**	**0**	**0**	**0,01**	**3,19**	**1,51**	**0,82**	**0,09**
чай-заварка	0,4	0,4						420	0,17								
сахар	15	15						34	0,51								
лимон	8	7						100	0,8								
Кондитерское изделие промышленного производства**			**30**	**1,9**	**5,2**	**19,7**	**133**	210	**6,30**	**0**	**0,02**	**0**	**0,3**	**13,5**	**55**	**39,8**	**1,42**
Хлеб пшеничный	70	70	**70**	**5,3**	**0,6**	**33,7**	**165**			**0**	**0,15**	**0**	**1,21**	**26,25**	**1,46**	**37,73**	**2,29**
Хлеб ржаной	70	70	**70**	**4,5**	**0,8**	**22,5**	**122**	27,86	**1,95**	**0**	**0,126**	**0**	**0,98**	**24,08**	**108,08**	**32,2**	**2,66**
или хлеб витаминизированный			**60**														
ИТОГО:				***36***	***36***	***123***	***974***		***50,82***	***13,6***	***0,4***	***130,9***	***3,6***	***164,6***	***414,6***	***166,5***	***10,4***

11 день Завтрак

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	Витамины				Минералы			
										С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Помидор свежий			**30**	**0,3**	**0,1**	**1,1**	**7**		**3,72**	**7,35**	**0,018**	**0**	**0,21**	**4,116**	**7,64**	**5,88**	**0,26**
помидор свежий парниковый	31	30						**120**	3,72								
Рыба, тушённая в томате с овощами (374-2004)			**100/50**	**23,9**	**8,8**	**1,7**	**176**		**22,36**	**0,94**	**0,18**	**21,96**	**2,77**	**26,20**	**221,56**	**36,87**	**0,76**
горбуша потрошённая с головой	174	122						120	20,88								
или минтай потрош. обезглавл.	140	122							0,00								
или кета с головой потрош.	176	122							0,00								
морковь** - до 01.01 - 20%	17	13							0,00								
с 01.01 - 25%	18	13						25	0,44								
лук репчатый	8	6						25	0,19								
томатное пюре	4	4						152	0,67								
масло растительное	2	2						85	0,17								
сахар	1	1						34	0,02								
Пюре картофельное (512-2004)			**100**	**2,1**	**3,6**	**13**	**94**		**4,64**	**3,46**	**0,08**	**25,15**	**0,14**	**24,27**	**57,38**	**19,59**	**0,71**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	114	85							0,00								
01.11.-31.12. -30%	122	85							0,00								
01.01-29.02 - 35%	131	85							0,00								
01.03 - 40%	143	85						25	3,57								
молоко	16	15							0,00								
или Молоко концентрированное	7	7						30	0,69								
или Молоко сухое	2	2							0,00								
масло сливочное	3,5	3,5						110	0,39								

Сок витаминизированный			**200**	**0,2**	**0,1**	**21,9**	**85**	46	**9,2**	**0,8**	**0,01**	**0**	**0,16**	**7,22**	**5,57**	**4,18**	**0,85**
Фрукт	**200**	**200**	**200**	**1,4**	**0,8**	**19,6**	**90**	60	**12,00**	**15**	**0,05**	**0**	**0,3**	**24**	**16,5**	**13,5**	**3,3**
Хлеб пшеничный	50	50	**50**	**3,7**	**0,3**	**24,2**	**118**	27,86	**1,39**	**0**	**0,05**	**0**	**0,55**	**9,80**	**31,85**	**6,87**	**0,53**
или хлеб витаминизированный			**50**														
ИТОГО:				***32***	***14***	***82***	***570***		***53,3***	***27,6***	***0,4***	***47,1***	***4,1***	***95,6***	***340,5***	***86,9***	***6,4***

11 день Обед

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Наименование пищевых веществ							
										Витамины				Минералы			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Винегрет с морской капустой (94-1997/2)			**80**	**1,9**	**6,7**	**6,7**	**94**		**4,96**	**3,7**	**0,0**	**0,0**	**3,1**	**17,9**	**29,0**	**13,9**	**0,5**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	22	16							0,00								
01.11.-31.12. -30%	23	16							0,00								
01.01-29.02 - 35%	25	16							0,00								
01.03 - 40%	26	16						25	0,66								
свекла - до 01.01 - 20%	20	16							0,00								
с 01.01 - 25%	22	16						25	0,54								
морковь - до 01.01 - 20%	10	8							0,00								
с 01.01 - 25%	11	8						25	0,28								
морская капуста	29	29						100	2,90								
лук репчатый	10	8						25	0,24								
масло растительное	4	4						85	0,34								
Суп из овощей с мясными фрикадельками, со сметаной (135-2004)			**250/15/10**	**7,0**	**8,3**	**17,8**	**174**		**6,93**	**8,3**	**0,1**	**22,3**	**0,3**	**23,8**	**49,9**	**19,3**	**0,6**
говядина 1 категории	23	17							0,00								
или говядина п/ф	21	17						250	5,13								
лук репчатый	3	2,5						25	0,08								
яйца	2	2						5	0,01								
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	66	50							0,00								
01.11.-31.12. -30%	71	50							0,00								
01.01-29.02 - 35%	78	50							0,00								
01.03 - 40%	84	50						25	2,09								
морковь - до 01.01 - 20%	13	10							0,00								
с 01.01 - 25%	14	10						25	0,34								
лук репчатый	12	10						25	0,30								
капуста белокочанная	25	20						30	0,75								
горошек зеленый консерв.	13	8						55	1,79								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
сметана	10	10						110	1,10								
Котлета из говядины с маслом (451-2004)			**70/5**	**11,2**	**16,8**	**9,7**	**235**		**18,72**	**0,1**	**0,0**	**26,8**	**2,3**	**25,8**	**115,6**	**16,8**	**1,7**
говядина 1 категории	70	52							0,00								
или говядина п/ф	62	52						250	15,40								

Хлеб пшеничный	13	13						27,86	0,35								
молоко	17	17							0,00								
или Молоко концентрированное	8	8						30	1,58								
или Молоко сухое	2	2							0,00								
сухари	7	7						70	0,49								
масло растительное	4	4						85	0,36								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
Каша ячневая рассыпчатая (508-2004)			**150**	**3,6**	**6,0**	**37,1**	**221**		**2,88**	**0**	**0,02**	**20,65**	**0,18**	**3,12**	**0,48**	**16,63**	**0,35**
крупа ячневая	48	48						48	2,30								
масло сливочное	5	5						110	0,58								
Компот из сухофруктов (638-2004)			**200**	**0,3**	**0**	**30,2**	**122**		**1,22**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,53**	**0**	**0**	**0,05**
сухофрукты	15	15						47	0,71								
сахар	15	15						34	0,51								
Хлеб пшеничный	70	70	**70**	**5,3**	**0,6**	**33,7**	**165**			**0**	**0,15**	**0**	**1,21**	**26,25**	**1,46**	**37,73**	**2,29**
Хлеб ржаной	70	70	**70**	**4,5**	**0,8**	**22,5**	**122**	27,86	**1,95**	**0**	**0,126**	**0**	**0,98**	**24,08**	**108,08**	**32,2**	**2,66**
или хлеб витаминизированный			**60**														
ИТОГО:				***34***	***39***	***158***	***1132***		**36,65**	***12,0***	***0,5***	***69,7***	***8,0***	***121,5***	***304,5***	***136,5***	***8,2***

12 день Завтрак

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	Витамины				Минералы			
										С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Каша пшеничная жидкая, с маслом (311-2004)			**200/5**	**4,2**	**8,4**	**26,2**	**202**		**9,33**	**0,4**	**0,163**	**40,13**	**0,263**	**169,15**	**206,41**	**53,275**	**1,7125**
крупа пшеничная	40	40						35	1,40								
сахар	4	4						34	0,14								
молоко	168	168							0,00								
или Молоко концентрированное	77	77						30	7,25								
или Молоко сухое	20	20							0,00								
вода	67	67															
масло сливочное	5	5						110	0,55								
Шанежка наливная (№306-2001)			**100**	**8,5**	**9,0**	**40,0**	**278**		**5,44**	**0,00**	**0,08**	**34,74**	**2,78**	**23,78**	**80,23**	**10,74**	**1,04**
для теста: мука пшеничная	60	60						25	1,50								
сахар	4	4						34	0,14								
масло сливочное	4	4						110	0,44								
яйцо	2	2						5,00	0,25								
соль	0,8	0,8						14,00	0,01								
дрожжи (прессованные)	2	2						50,00	0,10								
или дрожжи хлебопек. сухие	0,5	0,5							0,00								
для фарша: сметана	7	7						110	0,73								
мука пшеничная	3	3						25	0,08								
сахар	1	1						34	0,03								

масло растительное для смазки	3	3						85	0,28								
яйцо для смазки	15	15						5	1,88								
Чай с сахаром (685-2004)			**200**	**0,2**	**0**	**13,7**	**53**		**0,68**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0,2**	**0**	**0**	**0,02**
чай-заварка	0,4	0,4						420	0,17								
сахар	15	15						34	0,51								
Йогурт молочный			**125**	**4,1**	**1,5**	**5,9**	**56**			**0,6**	**0,03**	**10**	**0**	**124**	**95**	**15**	**0,1**
Хлеб пшеничный	50	50	**50**	**3,7**	**0,3**	**24,2**	**118**	27,86	**1,39**	**0**	**0,05**	**0**	**0,55**	**9,80**	**31,85**	**6,87**	**0,53**
или хлеб витаминизированный			**50**														
ИТОГО:				***21***	***19***	***110***	***707***		***16,84***	***1,0***	***0,3***	***84,9***	***3,6***	***326,9***	***413,5***	***85,9***	***3,4***

12 день обед

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	Сумма, р	Витамины				Минералы			
										С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Суп картофельный с крупой, с мясом (134-2004)			**250/15**	**6,8**	**5,5**	**18,0**	**150**		**11,44**	**7,9**	**0,11**	**12,04**	**0,36**	**18,64**	**113,01**	**41,86**	**1,86**
говядина 1 категории	32	24							0,00								
или говядина п/ф	28	24						250	7,08								
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	100	75							0,00								
01.11.-31.12. -30%	108	75							0,00								
01.01-29.02 - 35%	115	75							0,00								
01.03 - 40%	125	75						25	3,13								
крупа гречневая, или рисовая, или пшенная	10	10						30	0,30								
морковь - до 01.01 - 20%	13	10							0,00								
с 01.01 - 25%	14	10						25	0,34								
лук репчатый	13	10						25	0,31								
масло сливочное	2,5	2,5						110	0,28								
Курица отварная с маслом (487-2004)			**70/5**	**16,4**	**18,1**	**0,3**	**230**		**17,83**	**0,616**	**0,042**	**55,44**	**0,574**	**14,084**	**116,87**	**13,72**	**1,30**
курица потрошённая 1 категории	113	99							0,00								
или окорочок куриный	107	99						160	17,17								
или грудка куриная замороженная	105	99							0,00								
лук репчатый	4	3						25	0,11								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
Рагу овощное (540-2004)			**150**	**3**	**4,4**	**21,6**	**140**		**7,18**	**137,9**	**0,11**	**0,00**	**2,30**	**20,25**	**76,76**	**33,03**	**1,20**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	138	104							0,00								
01.11.-31.12. -30%	149	104							0,00								
01.01-29.02 - 35%	159	104							0,00								
01.03 - 40%	173	104						25	4,31								
морковь - до 01.01 - 20%	24	20							0,00								
с 01.01 - 25%	26	20						25	0,64								

лук репчатый	15	12						25	0,37								
масло растительное	5	5						85	0,38								
для соуса																	
томат пюре	7	7						152	1,11								
мука пшеничная	2	2						25	0,06								
морковь - до 01.01 - 20%	4	4							0,00								
с 01.01 - 25%	5	4						25	0,13								
лук репчатый	5	4						25	0,12								
сахар	2	2						34	0,05								
Сок витаминизированный			**200**	**0,2**	**0,1**	**21,9**	**85**	46	**9,2**	**0,8**	**0,01**	**0**	**0,16**	**7,22**	**5,57**	**4,18**	**0,85**
Фрукт	**200**	**200**	**200**	**3**	**0,2**	**42**	**182**	60	**12,00**	**20**	**0,06**	**0**	**0,4**	**32**	**22**	**18**	**4,4**
Хлеб пшеничный	70	70	**70**	**5,3**	**0,6**	**33,7**	**165**			**0**	**0,15**	**0**	**1,21**	**26,25**	**1,46**	**37,73**	**2,29**
Хлеб ржаной	70	70	**70**	**4,5**	**0,8**	**22,5**	**122**	27,86	**1,95**	**0**	**0,126**	**0**	**0,98**	**24,08**	**108,08**	**32,2**	**2,66**
или хлеб витаминизированный			**60**														
ИТОГО:				***39***	***30***	***160***	***1073***		***59,59***	***167,3***	***0,6***	***67,5***	***6,0***	***142,5***	***443,8***	***180,7***	***14,6***

соль поваренная йодированная за 12 дней ЗАВТРАКИ	25					14,00	**0,35**									
ИТОГО в расчете в среднем да день ЗАВТРАКИ							***46,01***									
соль поваренная йодированная за 12 дней ОБЕДЫ	50					14,00	**0,7**									
ИТОГО в расчете в среднем да день ОБЕДЫ							***50,28***									

* Кондитерские изделия разрешенные согласно "Ассортимента блюд, кулинарных изделий и пищевых продуктов для и школьного возраста в организованных коллективах"

** - подача фруктов, кондитерских и мучных изделий при наличии средств