МЕНЮ № ___ от "___" _____ 2009г горячих завтраков и обедов школьников с 7-11 лет

1 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 морковная (78-2004)			**60**	**0,9**	**2,8**	**5,4**	**50**		**2,88**	**2,74**	**0,03**	**0**	**1,56**	**27,54**	**34,57**	**34,82**	**0,84**
морковь - до 01.01 - 20%	56	46							0,00								
с 01.01 - 25%	61	46						25	1,53								
лук репчатый	13	11						25	0,32								
томатное пюре	5	5						152	0,76								
сахар	1	1						34	0,02								
масло растительное	3	3						85	0,26								
Биточки по белоруски с маслом (467-2004)			**50/5**	**9,5**	**11,5**	**0,9**	**145**		**17,18**	**0,23**	**0,03**	**24,87**	**1,62**	**31,77**	**88,38**	**22,02**	**2,63**
говядина п/ф	61	51						250	15,17								
или говядина 1 категории	69	51							0,00								
лук репчатый	8	7						25	0,20								
молоко	8	8							0,00								
или Молоко концентрированное	4	4						30	0,35								
или Молоко сухое	1	1							0,00								
яйца	5	5						5	0,67								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
масло растительное	3	3						85	0,26								
Макаронные изделия отварные (516-2004)			**100**	**3,4**	**2,3**	**19,4**	**113**		**3,13**	**0**	**0,03**	**7,2**	**0,54**	**7,94**	**24,38**	**4,39**	**0,45**
макаронные изделия	35	35						80	2,80								
масло сливочное	3	3						110	0,33								
Молоко витаминизированное			**200**	**5,5**	**5,6**	**8,6**	**107**	16	**16,00**	**1,04**	**0,06**	**24,00**	**0,00**	**256,96**	**156,20**	**24,36**	**0,17**
Хлеб пшеничный	30	30	**30**	**2,2**	**0,2**	**14,5**	**71**	27,86	**0,84**	**0**	**0,03**	**0**	**0,33**	**5,88**	**19,11**	**4,12**	**0,32**
или хлеб витаминизированный			**30**														
ИТОГО:				***22***	***22***	***49***	***486***		***40,03***	***4,0***	***0,2***	***56,1***	***4,1***	***330,1***	***322,6***	***89,7***	***4,4***

1 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 зимний (ТТК)			**60**	**2,2**	**3,97**	**5,6**	**67**		**4,23**	**2,8**	**0,04**	**18**	**1,48**	**12,39**	**43**	**11,71**	**0,6**
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%	78	30						25	1,95								
яйцо	12	12						5	1,50								
морковь** - до 01.01.-20%	15	12							0,00								
с 01.01. - 25 %	16	12						25	0,40								
лук репчатый	5	4						25	0,12								
масло растительное	3	3						85	0,26								
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной (124-2004)			**200/15/10**	**5,4**	**5,9**	**6,8**	**102**		**11,50**	**0,412**	**0,012**	**16,08**	**0,176**	**12,02**	**38,07**	**5,36**	**0,54**
говядина 1 категории	32	24							0,00								
или говядина п/ф	28	24						250	7,08								
капуста свежая белокочанная	50	40						30	1,51								
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%	10	8							0,00								
с 01.01 - 25%	11	8						25	0,27								
лук репчатый	13	10						25	0,32								
масло сливочное	2	2						110	0,22								
сметана	10	10						110	1,10								
Котлета рыбная с маслом (388-2004)			**80/5**	**9,3**	**9,7**	**9,7**	**164**		**7,90**	**0,16**	**0,07**	**25,52**	**3,19**	**25,25**	**90,03**	**12,76**	**0,67**
горбуша потрошённая с головой	73	49							0,00								
или минтай потрош. Обезглавл.	58	49						95	5,50								
хлеб пшеничный	14	14						27,86	0,38								
молоко	20	20							0,00								
или Молоко концентрированное	9	9						30	0,85								
или Молоко сухое	2	2							0,00								
сухари	8	8						25	0,19								
масло растительное	5	5						85	0,43								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
Рис припущенный (512-2004)			**100**	**2,4**	**2,5**	**24,5**	**132**		**2,01**	**0,00**	**0,02**	**12,00**	**13,50**	**3,41**	**49,66**	**16,63**	**0,35**
крупа рисовая	35	35						48	1,68								
масло сливочное	3	3						110	0,33								
Сок витамизированный	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	60	60	**60**	**4,5**	**0,5**	**28,9**	**141**	27,86	**1,67**	**0**	**0,13**	**0**	**1,04**	**22,50**	**1,25**	**32,34**	**1,96**
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**3,2**	**0,6**	**16,1**	**87**	27,86	**1,39**	**0**	**0,09**	**0**	**0,7**	**17,2**	**77,2**	**23**	**1,9**
или хлеб витаминизированный			**60**														

ИТОГО:			***27***	***23***	***114***	***782***		**37,90**	***4,2***	***0,4***	***71,6***	***20,2***	***100,0***	***304,8***	***106,0***	***6,9***

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)			**140/20**	**21,0**	**18,6**	**19,2**	**335**		**34,21**	**0,336**	**0,065**	**52,024**	**1,4**	**247,00**	**311,27**	**36,96**	**0,96**
творог	132	130						230	30,27								
крупа манная	9	9						30	0,27								
или мука пшеничная	11	11							0,00								
сахар	9	9						34	0,31								
яйца	6	6						5	0,18								
масло растительное	1	1						85	0,12								
сухари	5	5						70	0,34								
сметана	7	7						110	0,72								
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)			**20/20**	**8,2**	**3,3**	**14,1**	**119**		**6,30**	**0,1633**	**0,047**	**48,02**	**0,49**	**233,683**	**156,64**	**20,125**	**0,6183**
хлеб пшеничный	20	20						27,86	1,47								
сыр	21	20						230	4,83								
Йогурт			**125**	**4,08**	**1,52**	**5,92**	**56**		**9,00**	**0,6**	**0,03**	**10**	**0**	**124**	**95**	**15**	**0,1**
ИТОГО:				***33***	***23***	***53***	***563***		**50,18**	***1,1***	***0,1***	***110,0***	***1,9***	***604,9***	***562,9***	***72,1***	***1,7***

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)			**60**	**1,0**	**3,0**	**3,3**	**44**		**2,51**	**21,2**	**0,015**	**0**	**1,365**	**22,8**	**14,64**	**7,53**	**0,285**
капуста белокочанная свежая***	61	50						30	1,83								
морковь*** - до 01.01 - 20%	16	12							0,00								
с 01.01 - 25%	16	12						25	0,39								
сахар	1	1						34	0,03								
масло растительное	3	3						85	0,26								
Суп картофельный с мясными фрикадельками (133-2004)			**200/15**	**4,9**	**4,1**	**17,7**	**128**		**9,98**	**7,86**	**0,07**	**9,88**	**0,26**	**17,31**	**67,22**	**22,54**	**1,06**
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%	120	90							0,00								
01.11.-31.12. -30%	129	90							0,00								
01.01-29.02 - 35%	139	90							0,00								
01.03 - 40%	151	90						25	3,77								
морковь - до 01.01 - 20%	10,0	8							0,00								
с 01.01 - 25%	10,6	8						25	0,27								
лук репчатый	10	8						25	0,24								
масло сливочное	2	2						110	0,22								
зелень суш.(петрушка, укроп)	0,5	0,5						600	0,27								
Гуляш (437-2004)			**50/50**	**14,6**	**11,2**	**1,1**	**164**		**24,99**	**3,49**	**0,14**	**15,52**	**3,53**	**18,84**	**237,15**	**14,3**	**5,06**
говядина п/ф	93	79						250	23,13								
или говядина 1 категории	107	79															
масло растительное	3	3						85	0,28								
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)			**100**	**5,8**	**5,2**	**28,4**	**186**		**1,79**	**0,00**	**0,15**	**10,62**	**0,41**	**8,59**	**122,35**	**81,78**	**2,74**
крупа гречневая	47	47						30	1,42								
масло сливочное	3	3						110	0,37								
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	60	60	**60**	**4,5**	**0,5**	**28,9**	**141**	27,86	**1,67**	**0**	**0,13**	**0**	**1,04**	**22,50**	**1,25**	**32,34**	**1,96**
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**3,2**	**0,6**	**16,1**	**87**	27,86	**1,39**	**0**	**0,09**	**0**	**0,7**	**17,2**	**77,2**	**23**	**1,9**
или хлеб витаминизированный			**60**														
ИТОГО:				***34***	***25***	***126***	***867***		***45,68***	***32,5***	***0,6***	***36,0***	***7,3***	***107,8***	***519,8***	***181,5***	***13,1***

3 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
Огурец консервированный без уксуса			**25**	**0,2**	**0,0**	**0,9**	**4,4**		**1,63**	**0,5**	**0,005**	**0**	**0,025**	**5,06**	**5,22**	**3,045**	**0,13**
огурцы неочищенные	28	25						58,34	1,63								
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)			**50/5**	**12,5**	**18,8**	**0,2**	**221**		**13,51**	**0,52**	**0,04**	**52,40**	**1,75**	**14,45**	**106,84**	**11,62**	**1,02**
курица потрошеная 1 категории	81	72							0,00								
или окорочок куриный	77	72						160	12,24								
или грудка куриная замороженная	75	72							0,00								
сметана	5	5						110	0,55								

масло растительное	2	2						85	0,17								
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	30	30	**30**	**2,2**	**0,2**	**14,5**	**71**	27,86	**0,84**	**0**	**0,03**	**0**	**0,33**	**5,88**	**19,11**	**4,12**	**0,32**
или хлеб витаминизированный			**30**														
ИТОГО:				***17***	***22***	***47***	***460***		**23,99**	***47,8***	***0,2***	***66,6***	***2,6***	***44,5***	***133,1***	***42,6***	***2,6***

3 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
Помидор свежий			**30**	**0,3**	**0,1**	**1,1**	**7**		**3,72**	**7,35**	**0,018**	**0**	**0,21**	**4,116**	**7,644**	**5,88**	**0,264**
помидор свежий парниковый	31	30						**120**	3,72								
Рассольник ленинградский с мясом со сметаной (132-2004)			**200/15/10**	**7,2**	**5,8**	**15,6**	**146**		**11,93**	**5,28**	**0,057**	**17,831**	**0,191**	**15,5564**	**46,956**	**18,318**	**0,66**
говядина 1 категории	32	24							0,00								
или говядина п/ф	28	24						250	7,08								
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	80	60							0,00								
01.11.-31.12. -30%	82,4	60							0,00								
01.01-29.02 - 35%	92,4	60							0,00								
01.03 - 40%	100	60						25	2,50								
крупа рисовая или перловая, или пшеничная	4	4						30	0,12								
морковь - до 01.01 - 20%	10	8							0,00								
с 01.01 - 25%	10,4	8						25									
лук репчатый	4,8	4						25	0,12								
огурцы солёные	13,6	12						58,34	0,79								
масло сливочное	2	2						110	0,22								
сметана	10	10						110	1,10								
Овощи припущенные (524-2004)			**100**	**1,3**	**2,4**	**9,0**	**64**		**4,46**	**1,05**	**0,04**	**2,88**	**0,89**	**9,84**	**33,28**	**12,62**	**0,48**
морковь - до 01.01 - 20%	46	37							0,00								
с 01.01 - 25%	49	37						25	1,22								
горошек зел. Консервиров.	12,8	8						55	1,76								
капуста белокочанная	40	32						30	1,20								
бульон или вода	15	15							0,00								
масло сливочное	2,3	2,3						110	0,25								
мука пшеничная	1	1						25	0,03								
Сосиски, сардельки отварные с маслом (413-2004)			**80/5**	**9,2**	**18,2**	**1,2**	**205**		**15,94**	**0**	**0,112**	**23,6**	**0,48**	**16,768**	**1,664**	**9,008**	**1,168**
сардельки, сосиски молочные	81	80						190	15,39								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
Сок витамизированный	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	60	60	**60**	**4,5**	**0,5**	**28,9**	**141**	27,86	**1,67**	**0**	**0,13**	**0**	**1,04**	**22,50**	**1,25**	**32,34**	**1,96**
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**3,2**	**0,6**	**16,1**	**87**	27,86	**1,39**	**0**	**0,09**	**0**	**0,7**	**17,2**	**77,2**	**23**	**1,9**
или хлеб витаминизированный			**60**														
ИТОГО:				***26***	***28***	***94***	***740***		**48,32**	***14,5***	***0,5***	***44,3***	***3,7***	***93,2***	***173,6***	***105,3***	***7,3***

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)			**60**	**0,9**	**4,6**	**5,4**	**66**		**2,93**	**1,65**	**0,03**	**0**	**2,44**	**16,52**	**34,57**	**20,89**	**0,5**
свекла - до 01.01 - 20%	59	47							0,00								
с 01.01 - 25%	63	47						25	1,58								
лук репчатый	13	11						25	0,32								
томатное пюре	5	5						152	0,76								
сахар	1	1						34	0,02								
масло растительное	3	3						85	0,26								
Рыба запечённая с маслом (377-2004)			**80/5**	**14,2**	**9,0**	**4,1**	**154**		**11,15**	**0,22**	**0,11**	**40,63**	**2,57**	**14,63**	**136,37**	**16,61**	**0,48**
горбуша потрош. с головой	130	95							0,00								
или минтай потрош. Обезглавл.	107	95						95	10,21								
или кета неразделанная	142	95							0,00								
мука пшеничная	6	6						25	0,14								
масло растительное	3	3						85	0,26								
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	21	20	**20**	**4,7**	**6,0**	**0,0**	**73**	**230**	**4,83**	**0,14**	**0,01**	**41,16**	**0,12**	**192,08**	**113,68**	**9,8**	**0,14**
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	30	30	**30**	**2,2**	**0,2**	**14,5**	**71**	27,86	**0,84**	**0**	**0,03**	**0**	**0,33**	**5,88**	**19,11**	**4,12**	**0,32**
или хлеб витаминизированный			**30**														
ИТОГО:				**26**	**24**	**72**	**607**		**37,87**	**28,2**	**0,3**	**106,9**	**6,0**	**288,6**	**384,6**	**89,8**	**6,6**

4 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 "Степной" из разных овощей (25-2004)			**60**	**1,0**	**5,0**	**4,5**	**67**		**4,01**	**1,7**	**0,04**	**0**	**2,31**	**10,82**	**28,71**	**11,81**	**0,37**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	24	18							0,00								
01.11.-31.12. -30%	25	18							0,00								
01.01-29.02 - 35%	28	18							0,00								
01.03 - 40%	30	18						25	0,75								

морковь - до 01.01 - 20%	15	12							0,00								
с 01.01 - 25%	16	12						25	0,40								
огурцы соленые	14	11						58,34	0,79								
лук репчатый	13	11						25	0,33								
горошек зеленый консерв.	11	7						55	1,49								
масло растительное	3	3						85	0,26								
Суп гороховый с мясными фрикадельками с гренками (139-2004)			**200/15/25**	**5,4**	**2,9**	**24,6**	**148**		**4,29**	**2,87**	**0,12**	**10,825**	**0,52**	**23,67**	**72,78**	**23,70**	**1,31**
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	17	16						30	0,51								
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	54	40							0,00								
01.11.-31.12. -30%	57	40							0,00								
01.01-29.02 - 35%	62	40							0,00								
01.03 - 40%	67	40						25	1,68								
морковь - до 01.01 - 20%	10	8							0,00								
с 01.01 - 25%	11	8						25	0,28								
лук репчатый	12	10						25	0,30								
масло сливочное	2	2						110	0,22								
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)			**100**	**2,5**	**4,6**	**10,7**	**94**		**5,85**	**21,5**	**0,03**	**7,08**	**0,21**	**51,64**	**38,87**	**19,78**	**0,76**
капуста белокочанная свежая	144	115						30	4,32								
масло растительное	3	3						85	0,28								
морковь** - до 01.01.-20%	2,7	2							0,00								
с 01.01. - 25 %	3,3	2						25	0,08								
лук репчатый	5	4						25	0,12								
томатное пюре	6	6						152	0,91								
мука пшеничная	1,3	1,3						25	0,03								

сахар	3	3						34	0,10								
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	60	60	**60**	**4,5**	**0,5**	**28,9**	**141**	27,86	**1,67**	**0**	**0,13**	**0**	**1,04**	**22,50**	**1,25**	**32,34**	**1,96**
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**3,2**	**0,6**	**16,1**	**87**	27,86	**1,39**	**0**	**0,09**	**0**	**0,7**	**17,2**	**77,2**	**23**	**1,9**
или хлеб витаминизированный			**60**														
ИТОГО:				***26***	***23***	***122***	***783***		***34,25***	***27,0***	***0,4***	***36,9***	***5,4***	***156,9***	***321,4***	***125,5***	***7,7***

5 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
Салат из свежих огурцов (16-2004)			**60**	**0,5**	**4,5**	**1,6**	**49**		**6,72**	**2,2**	**0,01**	**0**	**2,26**	**11,13**	**0,29**	**6,7**	**0,29**
огурец свежий	56	55						120	6,72								
масло растительное	5	5						85	0,43								
Плов (443-2004)			**150**	**16,20**	**8,90**	**28,40**	**262**		**26,61**	**0,50**	**0,09**	**74,89**	**0,75**	**16,98**	**100,62**	**43,63**	**2,36**
говядина п/ф	93	79						250	23,25								
или говядина 1 категории	107	79							0								
крупа рисовая	34	34						48	1,63								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
морковь** - до 01.01.-20%	10	8							0								
с 01.01. - 25 %	11	8						25	0,266								
лук репчатый	6	4						25	0,15								
томатное пюре	5	5						152	0,76								
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	30	30	**30**	**2,2**	**0,2**	**14,5**	**71**	27,86	**0,84**	**0**	**0,03**	**0**	**0,33**	**5,88**	**19,11**	**4,12**	**0,32**
или хлеб витаминизированный			**30**														
ИТОГО:				***19***	***14***	***66***	***467***		***43,36***	***3,50***	***0,14***	***74,89***	***3,50***	***41,21***	***125,6***	***58,63***	***3,82***

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)			**60**	**1,6**	**2,7**	**4,0**	**47**		**6,50**	**3,08**	**0,07**	**0**	**1,5**	**13,57**	**41,79**	**19,17**	**0,35**
морковь - до 01.01 - 20%	42	34							0,00								
с 01.01 - 25%	45	34						25	1,13								
горошек зел. Консервиров.	37	24						55	5,12								
масло растительное	3	3						85	0,26								
Борщ Сибирский с мясом, со сметаной (111-2004)			**200/15/10**	**5,3**	**5,6**	**12,8**	**123**		**11,88**	**7,10**	**0,04**	**23,77**	**0,20**	**32,83**	**42,40**	**19,03**	**0,88**
говядина 1 категории	32	24							0,00								
или говядина п/ф	28	24						250	7,08								

свекла до 01.01 -20%	40	32							0,00								
с 01.01 - 25%	42	32						25	1,06								
капуста свежая	20	16						30	0,60								
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	10	8							0,00								
01.11.-31.12. -30%	11	8							0,00								
01.01-29.02 - 35%	12	8							0,00								
01.03 - 40%	13	8						25	0,33								
фасоль	8	8															
морковь - до 01.01 - 20%	10	8							0,00								
с 01.01 - 25%	11	8						25	0,28								
лук репчатый	10	8						25	0,24								
томатное пюре	6	6						152	0,91								
масло сливочное	2	2						110	0,22								
сахар	2	2						34	0,07								
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			**30**	**1,9**	**10,6**	**14,5**	**159**	210	**6,30**	**0**	**0,01**	**0**	**0,24**	**13,5**	**51**	**39,9**	**1,68**
Хлеб пшеничный	60	60	**60**	**4,5**	**0,5**	**28,9**	**141**	27,86	**1,67**	**0**	**0,13**	**0**	**1,04**	**22,50**	**1,25**	**32,34**	**1,96**
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**3,2**	**0,6**	**16,1**	**87**	27,86	**1,39**	**0**	**0,09**	**0**	**0,7**	**17,2**	**77,2**	**23**	**1,9**
или хлеб витаминизированный			**60**														
ИТОГО:				***40***	***42***	***107***	***970***		***50,27***	***19,1***	***0,5***	***40,0***	***4,2***	***119,1***	***388,3***	***171,6***	***9,4***

6 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 "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			**60**	**8,3**	**6,9**	**10,4**	**138**		**11,28**	**0,08**	**0,02**	**38,16**	**0,26**	**63,17**	**95,06**	**9,71**	**0,39**
творог	41	40						230	9,48								
крупа манная	2	2						30	0,06								
яйцо	8	8						5	1,00								
соль	0,1	0,1						14	0,002								
сахар-песок	6	6						34	0,20								
масло сливочное	4	4						110	0,44								
мука пшеничная	4	4						25	0,10								
Йогурт			**125**	**4,1**	**1,5**	**5,9**	**54**		**9,00**	**0,6**	**0,03**	**10**	**0**	**124**	**95**	**15**	**0,1**
ИТОГО:				***23***	***20***	***73***	***560***		***35,77***	***2,25***	***0,22***	***99,86***	***0,47***	***440,53***	***443,4***	***81,05***	***2,00***

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)			**45/30**	**5,4**	**4,95**	**3,2**	**72**		**10,55**	**0,84**	**0,01**	**3,6**	**1,7**	**28,14**	**80,78**	**15,52**	**0,52**
сельдь слабого посола (прессервы)	32	30						280	8,96								
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)			**200**	**5,4**	**5,7**	**9,8**	**112**		**1,75**	**0,24**	**0,024**	**22,128**	**0,448**	**11,72**	**45,104**	**8,224**	**0,56**
мука пшеничная	15	15						25	0,38								
яйца	4	4						5	0,50								
соль	0,4	0,4						14	0,14								
или лапша пром. производства	16	16							0,00								
морковь - до 01.01 - 20%	10	8							0,00								
с 01.01 - 25%	11	8						25	0,27								
лук репчатый	10	8						25	0,24								
масло сливочное	2	2						110	0,22								
Курица отварная с маслом (487-2004)			**50/5**	**11,7**	**12,9**	**0,2**	**164**		**12,89**	**0,44**	**0,03**	**39,6**	**0,41**	**10,06**	**83,48**	**9,8**	**0,93**
курица потрошённая 1 категории	81	71							0,00								

или окорочок куриный	77	71						160	12,27								
или грудка куриная замороженная	75	71							0,00								
лук репчатый	3	2						25	0,08								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
Картофель и овощи тушеные в соусе (217-2004)			**100**	**2**	**4**	**14**	**97**		**5,44**	**1,5733**	**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	60	60	**60**	**4,5**	**0,5**	**28,9**	**141**	27,86	**1,67**	**0**	**0,13**	**0**	**1,04**	**22,50**	**1,25**	**32,34**	**1,96**
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**3,2**	**0,6**	**16,1**	**87**	27,86	**1,39**	**0**	**0,09**	**0**	**0,7**	**17,2**	**77,2**	**23**	**1,9**
или хлеб витаминизированный			**60**														
ИТОГО:				***33***	***28***	***110***	***824***		***45,66***	***42,9***	***0,4***	***69,6***	***6,1***	***115,7***	***344,4***	***113,0***	***7,7***

7 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
Салат "Степной" из разных овощей (25-2004)			**60**	**1,0**	**5,0**	**4,5**	**67**		**4,01**	**1,7**	**0,04**	**0**	**2,31**	**10,82**	**28,71**	**11,81**	**0,37**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	24	18							0,00								
01.11.-31.12. -30%	25	18							0,00								
01.01-29.02 - 35%	28	18							0,00								
01.03 - 40%	30	18						25	0,75								
морковь - до 01.01 - 20%	15	12							0,00								
с 01.01 - 25%	16	12						25	0,40								
огурцы соленые	14	11						58,34	0,79								
лук репчатый	13	11						25	0,33								
горошек зеленый консерв.	11	7						55	1,49								
масло растительное	3	3						85	0,26								
Котлета по - хлыновски с маслом (453-2004)			**50/5**	**7,9**	**7,2**	**8**	**131**		**15,56**	**0,94**	**0,10**	**77,84**	**0,86**	**22,34**	**186,38**	**31,56**	**3,36**
говядина п/ф	49	41						250	12,17								
или говядина 1 категории	55	41							0,00								
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							1,42								
01.03 - 40%	17	10						25	0,42								
лук репчатый	8	6						25	0,19								
яйца	4	4						5	0,47								

сухари	4	4						25	0,09								
масло растительное	3	3						85	0,26								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
Макаронные изделия отварные (516-2004)			**100**	**3,4**	**2,3**	**19,4**	**113**		**3,16**	**0**	**0,03**	**7,2**	**0,54**	**7,94**	**24,38**	**4,39**	**0,45**
макаронные изделия	35	35						80	2,77								
масло сливочное	3,5	3,5						110	0,39								
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	30	30	**30**	**2,2**	**0,2**	**14,5**	**71**	27,86	**0,84**	**0**	**0,03**	**0**	**0,33**	**5,88**	**19,11**	**4,12**	**0,32**
или хлеб витаминизированный			**30**						**0,00**								
ИТОГО:				***20***	***20***	***55***	***489***		***39,57***	***3,7***	***0,3***	***109,0***	***4,0***	***258,2***	***414,8***	***76,2***	***4,7***

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**	**0,05**	**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			**200/15/10**	**5,6**	**6,6**	**14,2**	**139**		**9,81**	**7,71**	**0,09**	**18,02**	**1,94**	**65,26**	**1,17**	**31,28**	**1,17**
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%	53	40							0,00								
01.11.-31.12. -30%	57	40							0,00								
01.01-29.02 - 35%	62	40							0,00								
01.03 - 40%	67	40						25	1,68								
капуста белокочанная свежая	20	16						30	0,60								
горошек зеленый консервированный	10	6						55	1,38								
или фасоль овощная	6	6							0,00								
морковь - до 01.01 - 20%	10	8							0,00								
с 01.01 - 25%	11	8						25	0,27								
лук репчатый	9	8						25	0,23								
масло сливочное	4	4						110	0,44								
сметана	10	10															
Рыба запечённая с маслом (377-2004)			**80/5**	**14,2**	**9,0**	**4,1**	**154**		**16,58**	**0,22**	**0,11**	**40,63**	**2,57**	**14,63**	**136,37**	**16,61**	**0,48**
горбуша потрош. с головой	130	95						120	15,63								
или минтай потрош. обезглавл.	107	95							0,00								
или кета неразделанная	142	95							0,00								
мука пшеничная	6	6						25	0,14								
масло растительное	3	3						85	0,26								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
Рис с овощами			**100**	**2,1**	**3,5**	**18,2**	**112**		**3,77**	**0,5**	**0,03**	**23,6**	**0,23**	**8,72**	**44,18**	**19,48**	**0,39**
крупа рис	22	22							0,00								
масло сливочное	4	4						110	0,44								

кукуруза консервированная	17	10						55	2,51								
морковь - до 01.01 - 20%	31	25							0,00								
с 01.01 - 25%	33	25						25	0,83								
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	60	60	**60**	**4,5**	**0,5**	**28,9**	**141**	27,86	**1,67**	**0**	**0,13**	**0**	**1,04**	**22,50**	**1,25**	**32,34**	**1,96**
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**3,2**	**0,6**	**16,1**	**87**	27,86	**1,39**	**0**	**0,09**	**0**	**0,7**	**17,2**	**77,2**	**23**	**1,9**
или хлеб витаминизированный			**60**														
ИТОГО:				***30***	***20***	***105***	***725***		***47,47***	***12,0***	***0,5***	***82,2***	***6,8***	***142,0***	***277,6***	***132,8***	***7,0***

8 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
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)			**50/5**	**12,5**	**18,8**	**0,2**	**221**		**13,51**	**0,52**	**0,04**	**52,40**	**1,75**	**14,45**	**106,84**	**11,62**	**1,02**
курица потрошеная 1 категории	81	72							0,00								
или окорочок куриный	77	72						160	12,24								
или грудка куриная замороженная	75	72							0,00								
сметана	5	5						110	0,55								
масло растительное	2	2						85	0,17								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
Рагу из овощей (224-2004)			**100**	**2**	**2,9**	**14,4**	**93**		**4,78**	**91,96**	**0,07**	**0,00**	**1,53**	**13,50**	**51,17**	**22,02**	**0,80**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	92	69							0,00								
01.11.-31.12. -30%	99	69							0,00								
01.01-29.02 - 35%	106	69							0,00								
01.03 - 40%	115	69						25	2,88								
морковь - до 01.01 - 20%	16	13							0,00								
с 01.01 - 25%	17	13						25	0,43								
лук репчатый	10	8						25	0,25								
масло растительное	3	3						85	0,26								
для соуса																	
томат пюре	5	5						152	0,74								
мука пшеничная	2	2						25	0,04								
морковь - до 01.01 - 20%	3,0	2,4							0,00								
с 01.01 - 25%	3,2	2,4						25	0,08								
лук репчатый	3	2,5						25	0,08								
сахар	1	1						34	0,03								
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)			**20/20**	**8,2**	**3,3**	**14,1**	**119**		**6,30**	**0,1633**	**0,047**	**48,02**	**0,49**	**233,683**	**156,64**	**20,125**	**0,6183**
хлеб пшеничный	20	20						27,86	1,47								
сыр	21	20						230	4,83								
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:				***24***	***26***	***58***	***560***		***39,18***	***116,6***	***0,2***	***100,4***	***4,2***	***303,0***	***353,4***	***77,4***	***7,1***

8 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 свеклы с солёными огурцами (21-2004)			**60**	**0,8**	**2,7**	**4,0**	**44**		**2,72**	**2,14**	**0,01**	**0**	**1,38**	**17,93**	**20,35**	**10,58**	**0,64**
свекла - до 01.01 - 20%	59	47							0,00								
с 01.01 - 25%	62	47						25	1,55								
огурцы солёные	16	13						58,34	0,92								
масло растительное	3	3						85	0,26								
Рассольник "Домашний" с фрикадельками, со сметаной (131-2004)			**200/15/10**	**5,70**	**6**	**11,2**	**132**		**11,04**	**8,45**	**0,07**	**16,08**	**0,29**	**28,26**	**78,41**	**23,7**	**1,2**
капуста свежая белокочанная	20	16						30	0,60								
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	80	60							0,00								
01.11.-31.12. -30%	86	60															
01.01-29.02 - 35%	93	60							0,00								
01.03 - 40%	100	60						25	2,50								
морковь - до 01.01 - 20%	10	8							0,00								
с 01.01 - 25%	11	8						25	0,27								
лук репчатый	10	8						25	0,24								
масло сливочное	2	2						110	0,22								
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	15	14						58,34	0,89								
сметана 20 %	10	10						110	1,10								
Оладьи из печени с маслом (468-2004)			**50/5**	**9**	**11,2**	**3,5**	**151**		**13,12**	**6,6**	**0,11**	**27,24**	**2,72**	**4,7**	**137,83**	**7,83**	**3,01**
печень говяжья	60	50						195	11,70								
хлеб пшеничный	8	8						27,86	0,22								
масло сливочное	2	2						110	0,22								
масло растительное	5	5						85	0,43								
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	60	60	**60**	**4,5**	**0,5**	**28,9**	**141**	27,86	**1,67**	**0**	**0,13**	**0**	**1,04**	**22,50**	**1,25**	**32,34**	**1,96**
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**3,2**	**0,6**	**16,1**	**87**	27,86	**1,39**	**0**	**0,09**	**0**	**0,7**	**17,2**	**77,2**	**23**	**1,9**
или хлеб витаминизированный			**60**														
ИТОГО:				***26***	***25***	***93***	***715***		***37,35***	***59,7***	***0,5***	***68,5***	***6,5***	***119,0***	***373,5***	***118,1***	***9,6***

9 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
Пудинг из творога со сгущенным молоком или джемом (362-			**140/20**	**18,8**	**15,3**	**29,0**	**332**		**30,29**	**0,31**	**0,06**	**86,84**	**0,47**	**189,19**	**225,56**	**28,25**	**0,79**
творог	106	104						230	24,27								
крупа манная	7	7						30	0,22								
сахар	6	6						34	0,19								
яйцо	10	10						5	1,23								
изюм	7,7	7						145	1,11								
масло сливочное	4	4						110	0,39								
ванилин	0,01	0,01						0	0,00								
сухари	3,7	3,7						70	0,26								
сметана	6	6						110	0,62								
молоко сгущенное	20	20						38	2,00								
джем или повидло	20	20							0,00								
Бутерброд с колбасой вареной (6-2004)			**30/25**	**5,7**	**2,8**	**12,8**	**118**		**5,26**	**0**	**0,01**	**0**	**0,1**	**5,06**	**0,76**	**4,57**	**0,76**
колбаса вареная, или варено-копченая	26	25						170	4,42								
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:				***32***	***23***	***67***	***623***		***47,18***	***2,2***	***0,1***	***116,4***	***0,6***	***436,3***	***409,5***	***61,5***	***1,8***

9 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 картофельный с сельдью (52,55-2004)			**20/35/3**	**4,0**	**4,3**	**4,8**	**74**		**7,64**	**0,58**	**0,02**	**2,52**	**1,59**	**17,64**	**65,73**	**13,79**	**0,45**
сельдь слабого посола (прессервы)	21,5	21						280	5,88								
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)			**200/15/10**	**5,4**	**7,2**	**10,3**	**128**		**12,56**	**6,10**	**0,05**	**21,40**	**0,24**	**32,84**	**56,98**	**24,97**	**1,23**
говядина 1 категории	32	24							0,00								
или говядина п/ф	28	24						250	7,08								
свекла - до 01.01 - 20%	64	51							0,00								
с 01.01 - 25%	68	51						25	1,71								
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	46	35							0,00								
01.11.-31.12. -30%	50	35							0,00								
01.01-29.02 - 35%	54	35							0,00								
01.03 - 40%	59	35						25	1,46								
морковь - до 01.01 - 20%	10	8							0,00								
с 01.01 - 25%	11	8						25	0,28								
лук репчатый	11	9						25	0,28								
масло сливочное	2	2						110	0,22								
сахар	1,3	1,3						34	0,04								
томат-пюре	3	3						152	0,40								
сметана	10	10						110	1,10								
Ежики мясные с маслом (ТТК)			**50/5**	**8,6**	**12,9**	**4,4**	**168**		**14,67**	**0,50**	**0,03**	**18,33**	**1,60**	**11,49**	**91,4**	**12,87**	**1,22**
говядина 1 категории	63	46							0,00								
или говядина п/ф	54	46						250	13,50								
крупа рисовая	5	5						48	0,24								
лук репчатый	15	12						25	0,38								
молоко	3,5	3,5															
масло сливочное	5	5						110	0,55								
масло растительное	3	3															
Капуста тушённая (534-2004)			**100**	**2,5**	**4,6**	**10,7**	**94**		**5,77**	**21,5**	**0,03**	**7,08**	**0,21**	**51,64**	**38,87**	**19,78**	**0,76**
капуста белокочанная свежая	144	115						30	4,32								
масло растительное	3	3						85	0,28								
морковь** - до 01.01.-20%	2,7	2							0,00								
с 01.01. - 25 %	3,3	2						25									
лук репчатый	5	4						25	0,12								
томатное пюре	6	6						152	0,91								
мука пшеничная	1,3	1,3						25	0,03								
сахар	3	3						34	0,10								
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	60	60	**60**	**4,5**	**0,5**	**28,9**	**141**	27,86	**1,67**	**0**	**0,13**	**0**	**1,04**	**22,50**	**1,25**	**32,34**	**1,96**
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**3,2**	**0,6**	**16,1**	**87**	27,86	**1,39**	**0**	**0,09**	**0**	**0,7**	**17,2**	**77,2**	**23**	**1,9**
или хлеб витаминизированный			**60**														
ИТОГО:				***30***	***31***	***117***	***867***		***64,89***	***44,5***	***0,4***	***49,3***	***5,8***	***184,5***	***353,5***	***144,4***	***11,7***

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)			**60**	**0,5**	**2,7**	**1,4**	**32**		**4,09**	**1,34**	**0,01**	**0**	**139**	**12,37**	**14,82**	**7,06**	**0,32**
огурцы консервированные без уксуса	61	49						58,34	3,56								
лук репчатый	11	9						25	0,28								
масло растительное	3	3						85	0,26								
Жаркое по домашнему (436-2004)			**150**	**14,7**	**7,3**	**16,2**	**208**		**28,41**	**0,20**	**0,08**	**11,38**	**0,75**	**15,95**	**223,88**	**50,19**	**2,35**
говядина 1 категории	109	79							0,00								
или говядина п/ф	94	79						250	23,57								
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	30	30	**30**	**2,2**	**0,2**	**14,5**	**71**	27,86	**0,84**	**0**	**0,03**	**0**	**0,33**	**5,88**	**19,11**	**4,12**	**0,32**
или хлеб витаминизированный			**30**						**0,00**								
ИТОГО:				***18***	***10***	***62***	***433***		***36,68***	***1,5***	***0,1***	***11,4***	***140,1***	***34,7***	***257,8***	***61,4***	***3,0***

10 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
Борщ с картофелем и капустой с мясом, со сметаной (110-2004)			**200/15/10**	**5,4**	**6,8**	**14,6**	**141**		**12,28**	**5,94**	**0,032**	**19,90**	**0,171**	**27,49**	**35,50**	**15,94**	**0,74**
говядина 1 категории	32	24							0,00								
или говядина п/ф	28	24						250	7,08								
свекла до 01.01 -20%	40	32							0,00								
с 01.01 - 25%	42	32						25	1,06								
капуста свежая	20	16						30	0,60								
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%	27	16						25	0,67								
морковь - до 01.01 - 20%	13	10							0,00								
с 01.01 - 25%	13	10						25	0,33								
лук репчатый	10	8						25	0,24								
Томатное пюре	6	6						152	0,91								
масло сливочное	2	2						110	0,22								

сахар	2,0	2,0						34	0,07								
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)			**25**	**0,4**	**1,1**	**2,1**	**22**		**1,10**	**0,99**	**0,01**	**5,31**	**0,1**	**2,19**	**5,96**	**3,55**	**0,14**
морковь** - до 01.01 - 20%	4,5	3,5							0,00								
с 01.01 - 25%	5	3,5						25	0,13								
лук репчатый	0,6	0,5						25	0,02								
томат-пюре	5	5						152	0,76								
мука пшеничная	1,1	1,1						25	0,03								
сахар	0,3	0,3						34	0,01								
бульон или отвар	22,5	22,5															
масло сливочное	1,5	1,5						110	0,17								
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**	**2,74**	**0,00**	**0,00**	**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**	**10,6**	**14,5**	**159**	210	**6,30**	**0**	**0,01**	**0**	**0,24**	**13,5**	**51**	**39,9**	**1,68**
Хлеб пшеничный	60	60	**60**	**4,5**	**0,5**	**28,9**	**141**	27,86	**1,67**	**0**	**0,13**	**0**	**1,04**	**22,50**	**1,25**	**32,34**	**1,96**
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**3,2**	**0,6**	**16,1**	**87**	27,86	**1,39**	**0**	**0,09**	**0**	**0,7**	**17,2**	**77,2**	**23**	**1,9**
или хлеб витаминизированный			**60**														
ИТОГО:				***32***	***38***	***101***	***885***		***49,81***	***10,9***	***0,3***	***120,6***	***3,0***	***144,9***	***364,7***	***144,5***	***9,2***

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**	**7,644**	**5,88**	**0,264**
помидор свежий парниковый	31	30						**120**	3,72								
Рыба, тушённая в томате с овощами (374-2004)			**50/50**	**11,3**	**6,0**	**4,0**	**115**		**11,92**	**0,58**	**0,16**	**18,94**	**2,31**	**14,51**	**86,35**	**20,08**	**0,51**
горбуша потрошённая с головой	87	61						120	10,44								
или минтай потрош. Обезглавл.	70	61							0,00								
или кета с головой потрош.	88	61							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	30	30	**30**	**2,2**	**0,2**	**14,5**	**71**	27,86	**0,84**	**0**	**0,03**	**0**	**0,33**	**5,88**	**19,11**	**4,12**	**0,32**
или хлеб витаминизированный			**30**														
ИТОГО:				***17***	***11***	***74***	***462***		***42,3***	***27,2***	***0,3***	***44,1***	***3,5***	***80,0***	***192,6***	***67,4***	***6,0***

11 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
Винегрет с морской капустой (94-1997/2)			**60**	**1,4**	**5,0**	**5,0**	**71**		**3,72**	**2,7**	**0,0**	**0,0**	**2,3**	**13,5**	**21,8**	**10,4**	**0,4**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	16	12							0,00								
01.11.-31.12. -30%	17	12							0,00								
01.01-29.02 - 35%	19	12							0,00								
01.03 - 40%	20	12						25	0,50								
свекла - до 01.01 - 20%	15	12							0,00								
с 01.01 - 25%	16	12						25	0,41								
морковь - до 01.01 - 20%	8	6							0,00								
с 01.01 - 25%	8	6						25	0,21								
морская капуста	22	22						100	2,18								
лук репчатый	7	6						25	0,18								
масло растительное	3	3						85	0,26								
(135-2004)			**200/15/10**	**5,6**	**6,6**	**14,2**	**139**		**5,38**	**6,6**	**0,1**	**17,8**	**0,2**	**19,0**	**39,9**	**15,4**	**0,5**
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%	53	40							0,00								
01.11.-31.12. -30%	57	40							0,00								
01.01-29.02 - 35%	62	40							0,00								
01.03 - 40%	67	40						25	1,68								
морковь - до 01.01 - 20%	10	8							0,00								
с 01.01 - 25%	11	8						25	0,28								
лук репчатый	10	8						25	0,24								
капуста белокочанная	20	16						30	0,60								
горошек зеленый консерв.	9	6						55	1,27								
масло сливочное	2	2						110	0,22								

сметана	10	10						110	1,10								
Котлета из говядины с маслом (451-2004)			**50/5**	**8,0**	**12,0**	**6,9**	**168**		**13,53**	**0,06**	**0,03**	**19,14**	**1,63**	**18,46**	**82,58**	**12,02**	**1,19**
говядина 1 категории	50	37							0,00								
или говядина п/ф	44	37						250	11,00								
Хлеб пшеничный	9	9						27,86	0,25								
молоко	12	12							0,00								
или Молоко концентрированное	6	6						30	1,13								
или Молоко сухое	1	1							0,00								
сухари	5	5						70	0,35								
масло растительное	3	3						85	0,26								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
Каша ячневая рассыпчатая (508-2004)			**100**	**2,4**	**4,0**	**24,7**	**147**		**1,92**	**0**	**0,01**	**13,77**	**0,12**	**2,08**	**0,32**	**11,09**	**0,23**
крупа ячневая	32	32						48	1,54								
масло сливочное	3,5	3,5						110	0,39								
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	60	60	**60**	**4,5**	**0,5**	**28,9**	**141**	27,86	**1,67**	**0**	**0,13**	**0**	**1,04**	**22,50**	**1,25**	**32,34**	**1,96**
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**3,2**	**0,6**	**16,1**	**87**	27,86	**1,39**	**0**	**0,09**	**0**	**0,7**	**17,2**	**77,2**	**23**	**1,9**
или хлеб витаминизированный			**60**														
ИТОГО:				***25***	***29***	***126***	***874***		**28,82**	***9,4***	***0,3***	***50,7***	***6,0***	***93,2***	***223,0***	***104,2***	***6,3***

12 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 пшеничная жидкая, с маслом (311-2004)			**200/5**	**4,2**	**8,4**	**26,2**	**202**		**9,33**	**0,4**	**0,163**	**40,125**	**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								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
Шанежка наливная (№306-2001)			**80**	**6,8**	**7,2**	**32,0**	**222**		**4,35**	**0,001**	**0,06**	**27,79**	**2,22**	**19,02**	**64,18**	**8,59**	**0,83**
для теста: мука пшеничная	48	48						25	1,20								
сахар	3	3						34	0,11								
масло сливочное	3	3						110	0,35								
яйцо	2	2						5,00	0,20								
соль	0,6	0,6						14,00	0,01								
дрожжи (прессованные)	2	2						50,00	0,08								
или дрожжи хлебопек. сухие	0,4	0,4							0,00								
для фарша: сметана	5	5						110	0,59								
мука пшеничная	2	2						25	0,06								
сахар	1	1						34	0,03								
масло растительное для смазки	3	3						85	0,23								
яйцо для смазки	12	12						5	1,50								
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	30	30	**30**	**2,2**	**0,2**	**14,5**	**71**	27,86	**0,84**	**0**	**0,03**	**0**	**0,33**	**5,88**	**19,11**	**4,12**	**0,32**
или хлеб витаминизированный			**30**														
ИТОГО:				***17***	***17***	***92***	***604***		***15,19***	***1,0***	***0,3***	***77,9***	***2,8***	***318,3***	***384,7***	***81,0***	***3,0***

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 с зеленью (134-2004)			**200/15**	**5,4**	**4,4**	**14,4**	**120**		**10,87**	**5,61**	**0,09**	**9,63**	**0,29**	**14,91**	**90,41**	**33,49**	**1,49**
говядина 1 категории	32	24							0,00								
или говядина п/ф	28	24						250	7,08								
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	80	60							0,00								
01.11.-31.12. -30%	86	60							0,00								
01.01-29.02 - 35%	92	60							0,00								
01.03 - 40%	100	60						25	2,50								
крупа гречневая, или рисовая, или пшенная	8	8						30	0,24								
морковь - до 01.01 - 20%	11	8							0,00								
с 01.01 - 25%	11	8						25	0,28								
лук репчатый	10	8						25	0,25								
масло сливочное	2	2						110	0,22								
Зелень сушеная (петрушка, укроп)	0,5	0,5						600	0,30								
Курица отварная с маслом (487-2004)			**50/5**	**11,7**	**12,9**	**0,2**	**164**		**12,89**	**0,44**	**0,03**	**39,6**	**0,41**	**10,06**	**83,48**	**9,8**	**0,93**
курица потрошённая 1 категории	81	71							0,00								
или окорочок куриный	77	71						160	12,27								
или грудка куриная замороженная	75	71							0,00								
лук репчатый	3	2						25	0,08								
масло сливочное	5	5						110	0,55								
Рагу овощное (540-2004)			**100**	**2**	**2,9**	**14,4**	**93**		**4,77**	**91,96**	**0,07**	**0,00**	**1,53**	**13,50**	**51,17**	**22,02**	**0,80**
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	92	69							0,00								
01.11.-31.12. -30%	99	69							0,00								
01.01-29.02 - 35%	106	69							0,00								
01.03 - 40%	115	69						25	2,88								
морковь - до 01.01 - 20%	16	13							0,00								
с 01.01 - 25%	17	13						25	0,43								
лук репчатый	10	8						25	0,25								
масло растительное	3	3						85	0,26								
для соуса																	
томат пюре	5	5						152	0,74								
мука пшеничная	2	2						25	0,04								
морковь - до 01.01 - 20%	3,0	24,0							0,00								
с 01.01 - 25%	3,2	24,0						25	0,08								
лук репчатый	3,0	2,5						25	0,08								
сахар	1	1						34	0,03								
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	60	60	**60**	**4,5**	**0,5**	**28,9**	**141**	27,86	**1,67**	**0**	**0,13**	**0**	**1,04**	**22,50**	**1,25**	**32,34**	**1,96**
Хлеб ржаной	50	50	**50**	**3,2**	**0,6**	**16,1**	**87**	27,86	**1,39**	**0**	**0,09**	**0**	**0,7**	**17,2**	**77,2**	**23**	**1,9**

или хлеб витаминизированный			**60**														
ИТОГО:				***30***	***22***	***138***	***872***		***52,79***	***118,8***	***0,5***	***49,2***	***4,5***	***117,4***	***331,1***	***142,8***	***12,3***

соль поваренная йодированная за 12 дней ЗАВТРАКИ	25					14,00	**0,35**									
ИТОГО в расчете в среднем да день ЗАВТРАКИ							***37,64***									
соль поваренная йодированная за 12 дней ОБЕДЫ	50					14,00	**0,7**									
ИТОГО в расчете в среднем да день ОБЕДЫ							***45,33***									

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

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