

	ИТОГО	100,0	1,50	0,50	21,00	94,50	31,000	348,000	8,000	42,000	28,000	0,600	0,050	1,000	2,200	10,000	0,040	0,050	0,000	20,000	
	Обед																				
т32	Салат из свежих с мясом	40,0	0,57	1,81	5,46	40,42	15,803	111,829	14,139	8,085	17,742	0,528	2,086	0,231	15,471	1,333	0,010	0,014	0,000	0,568	
т81	Суп картофельный с бобовыми и с гречками	160,0	4,61	2,43	20,75	123,14	193,857	273,027	23,575	23,025	70,069	1,267	13,554	2,717	18,972	2,872	0,124	0,045	0,039	80,809	
т276	Жаркое по-домашнему	160,0	16,26	15,25	18,74	269,57	236,797	744,310	23,023	41,302	194,634	2,852	33,320	0,306	80,124	9,020	0,133	0,163	0,000	133,890	
л648	Кисель фруктовый	150,0	0,05	0,00	23,78	93,48	0,075	0,225	0,150	0,000	0,000	0,023	0,000	0,000	0,000	0,216	0,252	0,000	68,400		
пром	Хлеб пшеничный	20,0	1,52	0,18	9,68	46,40	99,800	18,800	4,000	2,800	13,000	0,220	0,640	1,200	2,900	0,022	0,006	0,000	0,000		
пром	Хлеб ржаной	20,0	1,32	0,24	7,92	39,12	81,200	47,000	5,800	9,400	30,000	0,780	0,880	1,100	4,800	0,000	0,034	0,016	0,000		
ИТОГО		551,0	24,33	19,91	86,33	612,13	627,527	1194,991	70,686	84,612	325,446	5,670	50,459	5,554	122,267	31,225	0,339	0,495	0,039	283,667	
	Полдник																				
м630	Чай с молоком	150,0	2,10	1,67	10,81	66,62	28,809	98,829	80,984	10,571	61,417	0,358	5,940	1,320	13,200	0,405	0,022	0,093	0,000	10,013	
л67	Булочка ванильная	50,0	3,84	5,95	27,16	177,88	161,633	8,0512	8,204	25,840	6,635	0,543	16,399	7,354	1,452	0,041	0,013	0,012	0,066	5,556	
ИТОГО		200,0	5,93	7,61	37,97	244,20	190,441	109,341	89,187	36,410	68,052	0,901	22,339	8,674	14,652	0,446	0,035	0,105	0,066	15,949	
	Итого за день	1236,0	45,54	38,71	192,32	1290,36	1266,49	1940,78	325,29	203,88	678,45	10,41	111,18	49,76	184,29	43,05	0,77	0,98	1,16	417,06	

1 День	Завтрак	Л 302	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	155,0	4,46	5,72	24,21	166,06	116,422	148,524	114,503	23,277	115,003	0,328	17,411	5,082	29,163	0,546	0,045	0,138	0,065	27,360
Знеделя	Л 213	Яйцо вареное вкрутую	45,0	5,36	4,55	0,27	63,63	134,069	52,312	22,752	4,755	75,364	0,989	18,480	12,159	21,780	0,000	0,023	0,158	0,990	70,200	
	Л 685	Чай с сахаром	150,0	0,08	0,02	7,51	30,53	0,335	8,802	1,965	2,991	0,320	0,000	0,017	0,000	0,000	0,017	0,000	0,125	0,000	0,125	
	пром	Хлеб пшеничный	30,0	2,28	0,27	14,52	69,60	149,700	27,900	6,000	4,200	19,500	0,330	0,960	1,800	4,350	0,000	0,033	0,009	0,000	0,000	
	ИТОГО		380,0	12,17	10,55	46,51	329,82	400,525	237,538	145,219	33,827	212,858	1,967	36,851	19,041	55,293	0,563	0,100	0,309	1,055	97,685	
	2-й завтрак																					
л707	Сок фруктовый	180,0	0,90	0,18	18,36	82,80	10,800	181,800	14,400	7,200	25,200	0,360	1,800	0,000	0,000	0,000	0,000	3,600	0,000	0,000	0,000	
	ИТОГО		180,0	0,90	0,18	18,36	82,80	10,800	181,800	14,400	7,200	25,200	0,360	1,800	0,000	0,000	0,000	3,600	0,000	0,000	0,000	
	Обед																					
т34	Салат "Эндровье"	40,0	0,75	1,83	3,02	31,08	37,520	76,123	11,251	10,633	19,893	0,368	1,757	0,238	10,982	1,424	0,017	0,018	0,000	203,072		
Л 132	Расольник Ленинградский	150,0	1,21	2,60	7,74	58,98	156,472	194,023	12,548	11,725	34,862	0,438	10,045	1,135	13,267	3,150	0,038	0,032	0,039	83,421		
м63	Емчики с соусом	90,0	8,64	11,21	10,20	172,78	114,765	159,916	18,056	14,127	94,214	1,258	14,729	2,087	31,772	0,803	0,037	0,075	0,150	28,222		
л516	Макароны отварные	110,0	5,42	2,87	24,06	137,71	51,217	39,153	7,614	5,238	29,423	0,531	6,451	0,034	7,665	0,000	0,046	0,016	0,050	10,395		
л699	Напиток лимонный	150,0	0,11	0,01	10,34	41,90	1,420	19,860	5,000	2,640	0,102	0,012	0,048	1,200	4,800	0,005	0,002	0,000	0,240			
пром	Хлеб пшеничный	20,0	1,52	0,18	9,68	46,40	99,800	18,600	4,000	2,800	13,000	0,220	0,640	1,200	2,900	0,000	0,022	0,006	0,000	0,000		
пром	Хлеб ржаной	20,0	1,32	0,24	7,92	39,12	81,200	47,000	5,800	9,400	30,000	0,780	0,880	1,100	4,800	0,000	0,034	0,016	0,000	0,000		
	ИТОГО		580,0	18,97	18,94	72,95	527,97	542,395	64,269	55,364	224,033	3,698	34,514	5,841	72,586	10,177	0,198	0,165	0,209	325,350		
	Полдник																					
л 780	Булочка сырная	75,0	6,62	11,05	26,95	233,81	193,311	20,765	90,341	34,566	55,144	0,641	9,435	9,249	0,813	0,074	0,018	0,040	0,117	16,299		
л693	Напиток шоколадный	150,0	2,22	1,76	11,40	7,77	28,921	138,004	83,524	23,001	80,094	0,800	5,940	1,320	21,285	0,390	0,024	0,096	0,000	9,968		
	ИТОГО		225,0	8,84	12,81	38,35	304,58	222,232	158,769	173,865	57,566	135,239	1,442	15,375	10,569	22,098	0,464	0,136	0,117	26,266		
	Итого за день	1365,0	40,88	42,47	176,17	1245,17	1175,95	1132,28	397,75	153,96	597,33	7,47	88,54	35,45	149,98	14,80	0,34	0,61	1,38	449,30		

2 День	Завтрак	л94	Суп молочный с крупой	200,0	5,68	4,82	16,10	124,488	220,680	151,888	44,938	151,780	1,073	20,000	3,285	27,928	0,728	0,090	0,196	0,026	24,072
Знеделя	л96	Масло сливочное порциями	8,0	0,06	5,80	0,10	52,87	1,200	2,400	1,920	0,000	0,016	0,000	0,080	0,224	0,000	0,001	0,010	0,104	36,000	
	л692	Кофейный напиток	150,0	2,37	1,85	8,68	60,82	28,701	109,830	80,995	14,681	67,273	0,370	5,940	1,320	13,200	0,390	0,023	0,092	0,000	9,927
	пром	Хлеб пшеничный	30,0	2,28	0,27	14,52	69,60	149,700	27,900	6,000	4,200	19,500	0,330	0,960	1,800	4,350	0,000	0,033	0,009	0,000	0,000
	ИТОГО		388,0	10,40	12,74	39,40	304,089	360,810	240,802	63,819	240,953	1,789	26,900	6,485	45,702	1,118	0,147	0,307	0,130	69,999	
	2-й завтрак																				
т368	Фрукты мытые (бблоко)	120,0	0,48	0,48	11,76	53,28	31,200	333,600	19,200	10,800	13,200	2,640	2,400	0,360	9,600	12,000	0,036	0,024	0,000	6,000	
	ИТОГО		120,0	0,48	0,48	11,76	53,28	31,200	333,600	19,200	10,800	2,640	2,400	0,360	9,600	12,000	0,036	0,024	0,000	6,000	
	Обед																				
т42270	Салат "Эмминий"	40,0	1,10	1,95	6,80	48,96	9,592	207,661	9,595	13,524	31,754	0,463	2,144	0,227	15,584	3,980	0,045	0,032	0,000	123,753	
л80	Суп "Кудравый"	150,0	2,91	3,17	10,49	82,00	81,484	253,234	15,000	16,426	58,335	0,803	12,532	3,378	23,222	3,960	0,064	0,074	0,287	97,885	
л54-р	Котлеты или биточки рыбные (горбуша)	50,0	9,11	3,78	5,22	91,52	144,940	138,595	19,205	15,105	91,566	0,515	28,011	17,510	156,063	0,180	0,078	0,081	0,111	17,501	
л520	Картофельное пюре	110,0	2,39	2,61	15,68	95,38	110,263	495,953	28,435	22,275	65,032	0,814	17,685	0,565	29,632	8,143	0,092	0,079	0,037	11,814	
л707	Сок фруктовый	150,0	0,75	0,15	15,30	69,00	9,000	151,500	12,000	6,000	0,300	1,500	0,000	0,640	1,200	3,000	0,000	0,000	0,000	0,000	
пром	Хлеб пшеничный	20,0	1,52	0,18	9,68	46,40	99,800	18,600	4,000	2,800	13,000	0,220	0,640	1,200	2,900	0,000	0,022	0,006	0,000	0,000	
пром	Хлеб ржаной	20,0	1,32	0,24	7,92	39,12	81,200	47,000	5,800	9,400	30,000	0,780	0,880	1,100	4,800	0,000	0,034	0,016	0,000	0,000	
	ИТОГО		540,0	19,10	12,08	71,09	472,39	536,279	1312,543	94,535	310,687	3,894	63,392	23,980	232,201	19,264	0,335	0,289	0,435	250,953	
	Полдник																				
л780	Булочка с сахаром	70,0	4,94	7,33	31,91	213,51	57,949	44,229	33,656	29,982	30,411	0,643	4,719	8,681	6,851	0,166	0,023	0,052	0,121	12,722	

Итого за День	220,0	5,12	7,40	40,06	247,37	60,670	82,534	39,025	34,485	36,756	1,130	4,803	8,774	8,287	7,866	0,025	0,059	0,121	13,851
	1268,0	35,10	32,69	162,32	1086,85	932,24	2089,59	393,56	194,63	601,60	9,45	97,49	39,60	295,79	40,25	0,54	0,68	0,69	340,80

3 День Знеделя	Завтрак																				
	л365	Суфле творожное со стученным молоком	160,0	23,32	10,27	32,46	315,87	174,341	248,379	262,647	34,326	200,476	0,699	23,834	28,532	47,181	0,602	0,068	0,369	0,149	53,421
	л630	Чай с молоком	180,0	2,52	2,00	12,97	80,01	34,602	119,624	97,398	12,876	74,059	0,465	7,128	1,584	15,840	0,488	0,026	0,112	0,000	12,030
	пром	Хлеб пшеничный	30,0	2,28	0,27	14,52	69,60	149,700	27,900	6,000	4,200	19,500	0,330	0,960	1,800	4,350	0,000	0,033	0,009	0,000	0,000
	ИТОГО		370,0	28,13	12,54	59,95	465,48	358,643	395,903	366,045	51,402	294,034	1,494	31,922	31,916	67,371	1,090	0,128	0,490	0,149	65,451
	2-й завтрак																				
	л368	Фрукты мытые (яблоко)	120,0	0,48	0,48	11,76	53,28	31,200	333,600	19,200	10,800	13,200	2,640	2,400	0,360	9,600	12,000	0,036	0,024	0,000	6,000
	ИТОГО		120,0	0,48	0,48	11,76	53,28	31,200	333,600	19,200	10,800	13,200	2,640	2,400	0,360	9,600	12,000	0,036	0,024	0,000	6,000
	Обед																				
	л45	Винегрет овощной	40,0	0,66	2,09	3,97	37,28	89,975	124,005	10,212	9,263	19,985	0,378	1,746	0,133	10,947	2,460	0,021	0,018	0,000	91,390
л82	Суп картофельный с макаронными изделиями "Н"	158,0	2,96	2,29	11,56	77,78	73,343	258,450	9,696	14,077	46,098	0,700	10,912	0,153	21,899	3,973	0,054	0,042	0,020	77,104	
л54-27м	Копченая тушеная с курица	150,0	12,41	6,19	7,21	133,69	121,618	441,921	58,440	53,508	106,923	1,309	16,426	9,464	65,191	22,820	0,055	0,068	0,000	36,842	
л385	Компот из свежих замороженных ягод	150,0	0,11	0,00	8,48	34,31	2,127	22,448	2,922	1,666	2,153	0,140	0,198	0,079	3,564	1,350	0,003	0,004	0,000	0,000	
пром	Хлеб пшеничный	20,0	1,52	0,18	9,68	46,40	99,800	18,600	4,000	2,800	13,000	0,220	0,640	1,200	2,900	0,000	0,022	0,006	0,000	0,000	
пром	Хлеб ржаной	20,0	1,32	0,24	7,92	39,12	81,200	47,000	5,800	9,400	30,000	0,780	0,880	1,100	4,800	0,000	0,034	0,016	0,000	0,000	
ИТОГО		538,0	18,97	10,99	48,81	368,57	468,063	912,425	91,070	90,614	218,159	3,526	30,802	12,129	109,301	30,603	0,189	0,153	0,020	205,336	
Полдник																					
л698	Кисломолочный продукт	150,0	4,05	3,75	16,20	114,75	75,000	204,000	181,500	22,500	141,000	0,150	13,500	3,000	30,000	1,350	0,045	0,195	0,045	33,000	
л766	Лягушка Оренбургская	70,0	5,09	8,74	38,18	251,79	150,795	12,444	9,772	35,924	5,343	0,701	13,367	9,617	0,823	0,058	0,017	0,009	0,037	4,312	
ИТОГО		220,0	9,14	12,49	54,38	366,54	225,795	216,444	191,272	58,424	146,343	0,851	26,867	12,617	30,823	1,408	0,062	0,204	0,082	37,312	
Итого за День																					
		1248,0	56,72	36,49	174,91	1253,87	1083,70	1858,37	667,59	211,24	671,74	8,51	91,99	57,02	217,09	45,10	0,42	0,87	0,25	314,10	

4 День Знеделя	Завтрак																				
	л302	Каша молочная манная с маслом сливочным	155,0	5,43	5,74	24,94	173,04	129,542	156,986	117,604	16,965	103,165	0,350	18,876	1,892	23,232	0,546	0,057	0,139	0,065	27,360
	л693	Напиток шоколадный	180,0	2,67	2,11	13,68	84,93	34,705	165,605	100,229	27,601	96,113	0,960	7,128	1,584	25,542	0,468	0,029	0,115	0,000	11,961
	л7	Сыр порцирами	10,0	2,32	2,95	0,00	35,83	81,000	8,800	88,000	3,500	50,000	0,100	0,000	1,450	0,000	0,070	0,004	0,030	0,096	26,000
	пром	Хлеб пшеничный	30,0	2,28	0,27	14,52	69,60	149,700	27,900	6,000	4,200	19,500	0,330	0,960	1,800	4,350	0,000	0,033	0,009	0,000	0,000
	ИТОГО		375,0	12,69	11,06	53,14	363,40	394,947	359,290	311,833	52,266	268,778	1,740	26,964	6,726	53,124	1,084	0,124	0,293	0,161	65,321
	2-й завтрак																				
	л368	Фрукты мытые (банан)	100,0	1,50	0,50	21,00	94,50	31,000	348,000	8,000	42,000	28,000	0,600	0,050	1,000	2,200	10,000	0,040	0,050	0,000	20,000
	ИТОГО		100,0	1,50	0,50	21,00	94,50	31,000	348,000	8,000	42,000	28,000	0,600	0,050	1,000	2,200	10,000	0,040	0,050	0,000	20,000
	Обед																				
л78	Икра морковная	40,0	0,70	3,25	3,90	47,59	161,462	99,283	13,377	15,267	25,128	0,375	17,866	0,096	20,386	1,915	0,021	0,024	0,000	456,480	
л124	Щи из свежей капусты и картофеля со сметаной	138,0	1,36	3,04	5,46	54,47	74,729	208,473	27,837	12,416	30,556	0,448	10,752	0,229	13,832	8,644	0,031	0,036	0,039	86,819	
л443	Говя на говядины	160,0	13,68	12,97	24,79	264,79	214,843	243,357	17,085	33,124	161,250	1,977	26,575	4,359	60,585	0,714	0,057	0,104	0,065	230,100	
л639	Компот из смеси сухофруктов	150,0	0,26	0,00	13,99	56,96	0,068	0,203	26,830	1,139	2,326	0,055	0,000	0,000	0,011	0,000	0,001	0,000	8,100		
пром	Хлеб пшеничный	20,0	1,52	0,18	9,68	46,40	99,800	18,600	4,000	2,800	13,000	0,220	0,640	1,200	2,900	0,000	0,022	0,006	0,000	0,000	
пром	Хлеб ржаной	20,0	1,32	0,24	7,92	39,12	81,200	47,000	5,800	9,400	30,000	0,780	0,880	1,100	4,800	0,000	0,034	0,016	0,000	0,000	
ИТОГО		548,0	18,83	19,68	65,73	509,32	632,102	616,916	94,929	74,147	262,059	3,856	56,714	6,984	102,503	11,284	0,165	0,186	0,104	781,499	
Полдник																					
л685	Чай с сахаром	150,0	0,08	0,02	7,51	30,53	0,335	8,802	1,965	1,595	2,991	0,320	0,000	0,000	0,000	0,017	0,000	0,003	0,000	0,125	
пром	Печенье	50,0	5,00	7,17	46,67	263,33	165,000	55,000	14,500	10,000	45,000	1,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,025	0,025	0,000	5,500	
ИТОГО		200,0	5,08	7,19	54,18	293,86	165,335	63,802	16,465	11,595	47,991	1,320	0,000	0,000	0,000	0,017	0,025	0,028	0,000	5,625	
Итого за День																					
		1223,0	38,10	38,43	194,05	1261,08	1223,38	1388,007	431,227	180,008	606,828	7,516	83,728	14,710	157,827	22,385	0,354	0,538	0,265	872,445	

5 День Знеделя	Завтрак																				
	л302	Каша молочная ячневая	155,0	5,70	5,83	25,62	177,88	132,360	179,644	134,090	25,896	173,239	0,591	18,876	11,846	42,363	0,546	0,089	0,150	0,065	27,360
	л713	Яйцо вареное вкрутую	45,0	5,36	4,55	0,27	63,63	134,069	52,312	22,752	4,755	75,364	0,989	18,480	12,159	21,780	0,000	0,023	0,158	0,990	70,200
	л96	Масло сливочное порциями	8,0	0,06	5,80	0,10	52,87	1,200	2,400	1,920	0,000	0,224	0,016	0,000	0,080	0,000	0,001	0,010	0,104	36,000	
	л686	Чай с лимонной	155,0	0,18	0,04	5,47	22,97	0,938	22,362	5,133	3,393	6,340	0,577	0,005	0,018	0,440	0,830	0,002	0,007	0,000	0,285
	пром	Хлеб пшеничный	30,0	2,28	0,27	14,52	69,60	149,700	27,900	6,000	4,200	19,500	0,330	0,960	1,800	4,350	0,000	0,033	0,009	0,000	0,000
	ИТОГО		393,0	13,58	16,48	45,99	386,95	418,267	284,618	169,894	38,245	276,843	2,502	38,321	25,903	69,157	1,376	0,147	0,334	1,159	133,845
	2-й завтрак																				
	л368	Фрукты мытые (банан)	100,0	1,50	0,50	21,00	94,50	31,000	348,000	8,000	42,000	28,000	0,600	0,050	1,000	2,200	10,000	0,040	0,050	0,000	20,000
	ИТОГО		100,0	1,50	0,50	21,00	94,50	31,000	348,000	8,000	42,000	28,000	0,600	0,050	1,000	2,200	10,000	0,040	0,050	0,000	20,000
Обед																					
л35	Салат из свеклы с растительным маслом	30,0	0,55	3,20	3,14	43,61	13,739	93,943	12,796	7,522	14,765	0,479	2,421	0,244	6,917	1,572	0,006	0,013	0,000	0,472	

л482	Зеленка из риса и пшена	110,0	11,26	10,94	13,85	198,74	174,071	178,986	25,345	17,609	189,431	3,549	20,083	22,367	119,084	7,412	0,133	0,939	0,385	2561,756
л631	Компот из свежих плодов	150,0	0,14	0,14	13,01	53,64	6,828	78,867	4,994	2,666	3,259	0,680	0,599	0,089	2,397	1,362	0,007	0,005	0,000	1,022
пром	Хлеб пшеничный	20,0	1,52	0,18	9,68	46,40	99,800	18,600	2,800	13,000	0,220	0,640	1,200	2,900	0,000	0,022	0,006	0,000	0,000	
пром	Хлеб ржаной	20,0	1,32	0,24	7,92	39,12	81,200	47,000	5,800	9,400	30,000	0,780	0,880	1,100	4,800	0,000	0,034	0,016	0,000	0,000
ИТОГО		498,0	20,56	19,26	59,06	490,77	450,192	700,765	64,820	56,474	316,836	6,495	34,972	27,784	180,654	14,494	0,268	1,040	0,405	2645,749
Полдник																				
л640	Кисель фруктовый	150,0	0,05	0,00	23,78	93,48	0,075	0,225	0,150	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,023	0,000	0,000	0,000	68,400
пром	Печенье	50,0	5,00	7,17	46,67	263,33	165,000	55,000	14,500	10,000	45,000	1,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	5,500
ИТОГО		200,0	5,05	7,17	70,44	356,81	165,075	55,225	14,650	10,000	45,000	1,023	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	73,900
Итого за День		1191,0	40,68	43,41	196,49	1329,04	1064,53	1388,61	257,36	146,72	666,68	10,62	73,54	54,69	252,01	43,87	0,70	1,70	1,56	2873,49

Завтрак																				
л302	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	155,0	5,91	6,17	29,77	198,23	102,393	173,810	118,084	33,003	141,671	0,684	16,272	4,513	30,298	0,546	0,095	0,142	0,000	27,684
л56	Масло сливочное порциями	8,0	0,06	5,80	0,10	52,87	1,200	2,400	1,920	0,000	2,400	0,016	0,000	0,080	0,224	0,000	0,001	0,010	0,104	36,000
л685	Чай с сахаром	180,0	0,09	0,02	9,01	36,63	0,402	10,562	2,338	1,914	3,389	0,384	0,000	0,000	0,000	0,020	0,000	0,004	0,000	0,150
пром	Хлеб пшеничный	30,0	2,28	0,24	14,76	70,32	149,700	27,900	6,000	4,200	19,500	0,330	0,960	1,800	4,350	0,000	0,033	0,009	0,000	0,000
ИТОГО		373,0	8,35	12,23	53,65	358,05	233,695	214,672	128,362	39,117	167,160	1,414	17,232	6,393	34,872	0,566	0,129	0,164	0,159	63,834
2-й завтрак																				
л707	Сок фруктовый	180,0	0,90	0,18	18,36	82,80	10,800	181,800	14,400	7,200	25,200	0,360	1,800	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
ИТОГО		180,0	0,90	0,18	18,36	82,80	10,800	181,800	14,400	7,200	25,200	0,360	1,800	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
Обед																				
л101	Икра кабачковая	30,0	0,40	2,10	27,00	210,000	94,500	12,300	4,500	11,100	0,210	0,120	0,000	1,500	2,100	0,006	0,018	0,000	0,000	45,900
л110	Борщ из свежей капусты со сметаной	158,0	1,45	3,14	5,68	56,69	70,960	211,545	28,313	14,276	33,082	0,587	10,155	0,298	13,495	6,838	0,027	0,035	0,035	94,602
л484	Котлеты мясо-картофельные "по-хлыновски"	50,0	7,65	11,31	4,06	146,31	92,604	116,907	6,568	8,249	87,229	1,148	9,817	1,203	21,713	0,840	0,120	0,071	0,050	3,654
л516	Макаронные отварные	110,0	5,42	2,87	24,06	137,71	51,217	39,153	7,614	5,238	29,423	0,531	6,451	0,034	7,665	0,000	0,046	0,016	0,050	10,395
л699	Напиток лимонный	150,0	0,11	0,01	10,34	41,90	1,420	19,860	5,000	1,440	2,640	0,102	0,012	0,048	1,200	4,800	0,005	0,002	0,000	0,240
пром	Хлеб пшеничный	20,0	1,52	0,18	9,68	46,40	99,800	18,600	4,000	2,800	13,000	0,220	0,640	1,200	2,900	0,000	0,022	0,006	0,000	0,000
пром	Хлеб ржаной	20,0	1,32	0,24	7,92	39,12	81,200	47,000	5,800	9,400	30,000	0,780	0,880	1,100	4,800	0,000	0,034	0,016	0,000	0,000
ИТОГО		538,0	17,86	19,85	63,84	495,13	607,201	547,564	69,596	45,903	206,474	3,578	28,074	3,883	53,273	14,578	0,260	0,163	0,135	154,791
Полдник																				
л769	Булочка Домашняя	75,0	4,00	7,91	43,43	260,93	111,361	31,512	9,231	29,950	4,925	0,598	9,544	8,251	2,233	0,406	0,015	0,006	0,003	9,467
л693	Напиток шоколадный	150,0	2,22	1,76	11,40	70,77	28,921	138,004	83,524	23,001	80,094	0,800	5,940	1,320	21,285	0,390	0,024	0,096	0,000	9,968
ИТОГО		225,0	6,22	9,66	54,84	331,71	140,281	169,516	92,755	52,950	85,019	1,398	15,484	9,571	23,518	0,796	0,039	0,102	0,003	19,435
Итого за День		1316,0	33,33	41,93	190,68	1267,69	1011,98	1113,55	305,11	145,17	483,85	6,75	62,59	19,85	111,66	19,54	0,43	0,43	0,31	238,06

Завтрак																				
л10	Зеленый горошек бланшированный	30,0	0,80	0,10	1,76	11,07	109,653	32,895	7,035	7,344	21,723	0,249	0,000	0,456	0,000	1,602	0,030	0,021	0,000	12,000
54-10	Омлет натуральный	100,0	9,34	12,75	2,20	161,20	184,320	129,034	76,865	11,980	148,004	1,565	26,966	19,450	40,470	0,200	0,046	0,297	1,623	133,841
л86	Масло сливочное порциями	10,0	0,08	7,25	0,13	66,09	1,500	3,000	2,400	0,000	0,020	0,000	0,000	0,280	0,000	0,001	0,012	0,130	45,000	11,912
л692	Кафейный напиток	180,0	2,84	2,22	10,41	72,98	34,441	131,796	97,194	17,618	80,727	0,444	7,128	1,584	15,840	0,468	0,027	0,111	0,000	0,000
пром	Хлеб пшеничный	30,0	2,28	0,27	14,52	69,60	149,700	27,900	6,000	4,200	19,500	0,330	0,960	1,800	4,350	0,000	0,033	0,009	0,000	0,000
ИТОГО		350,0	15,34	22,58	29,02	380,94	479,614	324,625	189,493	41,142	277,954	2,609	35,054	23,390	60,940	2,270	0,138	0,450	1,753	202,753
2-й завтрак																				
л368	Фрукты мятые (яблоко)	120,0	0,48	0,48	11,76	53,28	31,200	333,600	19,200	10,800	13,200	2,640	2,400	0,360	9,600	12,000	0,036	0,024	0,000	6,000
ИТОГО		120,0	0,48	0,48	11,76	53,28	31,200	333,600	19,200	10,800	13,200	2,640	2,400	0,360	9,600	12,000	0,036	0,024	0,000	6,000
Обед																				
л57	Салат из фасоли	30,0	2,29	1,71	5,14	45,09	50,025	109,217	16,452	10,672	49,507	0,613	6,102	2,513	5,377	0,141	0,042	0,017	0,000	0,000
л148	Суп-лапша домашняя "Бабушкин"	150,0	4,29	4,12	8,08	85,16	71,355	74,645	8,713	7,472	44,782	0,624	9,137	1,515	16,604	0,360	0,026	0,040	0,104	83,628
л483	Рыба, запеченная с соусом	70,0	11,36	7,17	1,57	116,29	171,055	166,423	43,928	16,572	114,201	0,350	38,493	21,264	203,046	0,483	0,082	0,087	0,027	21,377
л520	Картофельное пюре	110,0	2,39	2,61	15,68	95,38	110,263	495,953	28,435	22,275	65,032	0,814	17,685	0,565	29,632	8,143	0,092	0,079	0,037	11,814
л631	Компот из свежих плодов	150,0	0,14	0,14	13,01	53,64	6,828	78,867	4,994	2,666	3,259	0,680	0,599	0,089	2,397	1,362	0,007	0,005	0,000	1,022
пром	Хлеб пшеничный	20,0	1,52	0,18	9,68	46,40	99,800	18,600	4,000	2,800	13,000	0,220	0,640	1,200	2,900	0,000	0,022	0,006	0,000	0,000
пром	Хлеб ржаной	20,0	1,32	0,24	7,92	39,12	81,200	47,000	5,800	9,400	30,000	0,780	0,880	1,100	4,800	0,000	0,034	0,016	0,000	0,000
ИТОГО		550,0	23,31	16,16	61,08	481,09	590,526	990,705	112,322	71,856	319,780	4,082	73,535	28,246	264,756	10,490	0,306	0,251	0,168	117,840
Полдник																				
л738	Курник с мясом и картофелем	68,0	5,76	9,23	17,80	176,27	176,311	129,143	9,468	22,266	48,045	0,903	19,196	4,236	14,275	1,692	0,074	0,040	0,013	2,446
л685	Чай с сахаром	150,0	0,08	0,02	7,51	30,53	0,335	8,802	1,965	1,595	2,991	0,320	0,000	0,000	0,000	0,017	0,000	0,003	0,000	0,125
ИТОГО		218,0	5,84	9,25	25,31	206,80	176,646	137,945	11,433	23,861	51,036	1,223	19,196	4,236	14,275	1,708	0,074	0,043	0,013	2,571

3 день Знеделя	13 день	Завтрак		Запеканка из творога со шпленным молоком	150,0	26,12	12,97	36,29	366,67	183,847	238,271	264,026	36,266	200,124	0,774	22,830	32,766	46,585	0,533	0,066	0,376	0,110	47,257	
		Чай с молоком		МБ30	180,0	2,52	2,00	12,97	80,01	34,602	119,624	97,398	12,876	74,059	0,465	7,128	1,584	15,840	0,488	0,026	0,112	0,000	12,030	
		Хлеб пшеничный		пром	30,0	2,28	0,27	14,52	69,60	149,700	27,900	6,000	4,200	19,500	0,330	0,960	1,800	4,350	0,000	0,033	0,009	0,000	0,000	59,287
		ИТОГО			360,0	30,92	15,24	63,78	516,28	368,149	385,795	367,424	53,342	293,683	1,569	30,918	36,150	66,775	1,021	0,125	0,497	0,110	0,000	59,287
		2-й завтрак																						
		Фрукты мытые (банан)		т368	120,0	0,48	0,48	11,76	53,28	31,200	333,600	19,200	10,800	13,200	2,640	2,400	0,360	9,600	12,000	0,036	0,024	0,000	6,000	
		ИТОГО			120,0	0,48	0,48	11,76	53,28	31,200	333,600	19,200	10,800	13,200	2,640	2,400	0,360	9,600	12,000	0,036	0,024	0,000	6,000	
		Обед																						
		Салат "Степной"		т25	40,0	0,73	1,48	3,91	31,52	127,127	102,750	9,257	9,051	21,043	0,308	5,428	0,157	10,439	2,439	0,024	0,017	0,000	117,708	
		Суп рыбный "Уха"		л181	122,5	6,83	2,51	9,65	88,37	80,474	359,119	21,111	31,132	111,575	0,762	58,354	5,339	240,029	3,913	0,083	0,064	0,000	59,134	
		Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят		л499	50,0	7,82	7,99	7,11	131,00	115,862	104,511	20,558	11,960	72,634	0,710	7,286	5,634	45,599	0,338	0,046	0,068	0,000	10,464	
		Сложный гарнир (капусты и картофель)		л553	120,0	3,30	3,75	17,92	118,28	95,027	454,411	48,726	61,554	23,783	61,554	0,897	24,222	17,423	0,074	0,069	0,027	0,000	25,261	
		Компот из смеси сухофруктов		т639	150,0	0,26	0,00	13,99	96,96	0,068	0,203	26,830	1,139	2,326	0,055	0,000	0,000	0,011	0,000	0,001	0,000	8,100		
Хлеб пшеничный		пром	20,0	1,52	0,18	9,68	46,40	99,800	18,600	4,000	2,800	13,000	0,220	0,640	1,200	2,900	0,000	0,022	0,006	0,000	0,000			
Хлеб ржаной		пром	20,0	1,32	0,24	7,92	39,12	81,200	47,000	5,800	9,400	30,000	0,780	0,880	1,100	4,800	0,000	0,034	0,016	0,000	0,000			
ИТОГО			572,5	21,78	16,15	70,17	511,65	599,557	1086,593	136,282	89,255	312,132	3,759	87,459	14,326	327,389	24,144	0,283	0,242	0,139	0,000	220,667		
Полдник																								
Булочка с сахаром		л780	70,0	4,94	7,33	31,91	213,51	57,949	44,229	33,656	29,982	30,411	0,643	4,719	8,681	6,851	0,166	0,023	0,052	0,121	12,722			
Кисломолочный продукт		л688	150,0	4,05	3,75	16,20	114,75	75,000	204,000	181,500	22,500	141,000	0,150	13,500	3,000	30,000	1,350	0,045	0,195	0,045	33,000			
ИТОГО			220,0	8,99	11,08	48,11	328,26	132,949	248,229	215,156	52,482	171,411	0,793	18,219	11,681	36,851	1,516	0,068	0,247	0,166	45,722			
Итого за День			1272,5	62,18	42,95	193,83	1409,47	1131,85	2054,22	738,06	205,88	790,43	8,76	139,00	62,52	441,21	38,68	0,51	1,01	0,41	331,67			

4 день Знеделя	14 день	Завтрак		Каша молочная манная с маслом сливочным	155,0	5,43	5,74	24,94	173,04	129,542	156,986	117,604	16,965	103,165	0,350	18,876	1,892	23,232	0,546	0,057	0,139	0,065	27,360	
		Сыр пошинни		л7	10,0	2,32	2,95	0,00	35,83	81,000	8,800	88,000	3,500	50,000	0,100	0,000	1,450	0,000	0,070	0,004	0,030	0,096	26,000	
		Чай с сахаром		л685	180,0	0,09	0,02	9,01	36,63	0,402	10,562	2,358	1,914	3,589	0,384	0,000	0,000	0,000	0,020	0,000	0,004	0,000	0,150	
		Хлеб пшеничный		пром	30,0	2,28	0,27	14,52	69,60	149,700	27,900	6,000	4,200	19,500	0,330	0,960	1,800	4,350	0,000	0,033	0,009	0,000	0,000	
		ИТОГО			375,0	10,12	8,98	48,47	315,11	360,644	204,248	213,962	26,579	176,253	1,163	19,836	5,142	27,582	0,636	0,095	0,182	0,161	53,510	
		2-й завтрак																						
		Фрукты мытые (банан)		т368	100,0	1,50	0,50	21,00	94,50	31,000	348,000	8,000	42,000	28,000	0,600	0,050	1,000	2,200	10,000	0,040	0,050	0,000	20,000	
		ИТОГО			100,0	1,50	0,50	21,00	94,50	31,000	348,000	8,000	42,000	28,000	0,600	0,050	1,000	2,200	10,000	0,040	0,050	0,000	20,000	
		Обед																						
		Салат из свежлы с растительным маслом		т35	30,0	0,55	3,20	3,14	43,61	13,739	93,943	12,796	7,522	14,765	0,479	2,421	0,244	6,917	1,572	0,006	0,013	0,000	0,472	
		Щи из свежей капусты и картофеля со сметаной		л124	158,0	1,36	3,04	5,46	54,47	74,729	208,473	27,837	12,416	30,356	0,448	10,752	0,229	13,832	8,644	0,031	0,036	0,039	86,819	
		Гуляш		л437	50,0	7,34	6,65	2,46	95,46	24,917	130,505	6,245	10,387	72,364	1,040	3,353	0,111	26,106	0,374	0,023	0,054	0,017	63,450	
		Пюре гороховое		л514	110,0	10,34	3,42	24,08	168,24	131,649	387,920	56,149	49,787	154,113	3,178	16,478	6,191	14,192	0,000	0,068	0,050	0,000	1,036	
Компот из свежих замороженных ягод(клубника)		т375	150,0	0,11	0,00	8,48	34,31	2,127	22,448	2,922	1,566	2,153	0,140	0,198	0,079	3,564	1,350	0,004	0,004	0,000	0,000			
Хлеб пшеничный		пром	20,0	1,52	0,18	9,68	46,40	99,800	18,600	4,000	2,800	13,000	0,220	0,640	1,200	2,900	0,000	0,022	0,006	0,000	0,000			
Хлеб ржаной		пром	20,0	1,32	0,24	7,92	39,12	81,200	47,000	5,800	9,400	30,000	0,780	0,880	1,100	4,800	0,000	0,034	0,016	0,000	0,000			
ИТОГО			538,0	22,54	16,73	61,22	481,60	428,162	908,889	115,749	93,877	316,750	6,285	34,722	9,154	72,311	11,940	0,430	0,195	0,106	161,776			
2-й завтрак																								
Блинчики (поштучно)		л727	55,0	4,04	5,85	16,85	136,22	163,335	72,269	62,120	22,390	49,197	0,431	20,001	6,067	11,211	0,296	0,024	0,081	0,153	26,604			
Чай с замороженными ягодами и сахаром		5д-блн	150,0	0,18	0,06	8,15	33,86	2,721	38,405	5,629	4,503	6,345	0,488	0,084	0,093	1,436	7,700	0,002	0,007	0,000	1,129			
Печенье (поштучно)		пром	22,0	2,20	3,15	20,53	115,87	72,600	24,200	6,380	4,400	19,800	0,440	0,000	0,000	0,011	0,000	0,011	0,011	0,000	2,420			
ИТОГО			1240,0	64,2	9,06	45,53	285,95	238,656	134,874	73,869	31,293	75,342	1,359	20,085	6,160	12,647	7,996	0,037	0,099	0,153	30,153			
Итого за День			1240,0	40,58	35,27	176,22	1177,15	1058,46	411,58	193,75	596,35	9,41	74,69	21,46	114,74	30,57	0,60	0,53	0,42	0,000	265,44			
Завтрак																								
Каша молочная пшеничная с маслом сливочным		л302	155,0	5,97	5,83	26,76	183,34	132,819	185,878	123,536	28,506	155,752	1,348	18,879	20,558	18,603	0,546	0,096	0,155	0,065	27,360			
Яйцо вареное вкрутую		т113	45,0	5,36	4,55	0,27	63,63	134,069	52,312	22,752	4,755	75,364	0,989	18,480	12,159	21,780	0,000	0,023	0,158	0,990	70,200			
Чай с лимоном		л686	155,0	0,18	0,04	5,47	22,97	0,938	5,133	3,393	6,340	0,577	0,005	0,018	0,440	0,830	0,002	0,007	0,000	0,285				
Хлеб пшеничный		пром	30,0	2,28	0,27	14,52	69,60	149,700	27,900	6,000	4,200	19,500	0,330	0,960	1,800	4,350	0,000	0,033	0,009	0,000	0,000			
ИТОГО			385,0	13,78	10,68	47,02	339,54	417,526	288,452	157,420	40,855	256,956	3,243	38,324	34,535	45,173	1,376	0,153	0,329	1,055	97,845			
2-й завтрак																								
Фрукты мытые (банан)		т368	100,0	1,50	0,50	21,00	94,50	31,000	348,000	8,000	42,000	28,000	0,600	0,050	1,000	2,200	10,000	0,040	0,050	0,000	20,000			

5 день Знеделя	15 день	Завтрак		Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	155,0	5,97	5,83	26,76	183,34	132,819	185,878	123,536	28,506	155,752	1,348	18,879	20,558	18,603	0,546	0,096	0,155	0,065	27,360
		Яйцо вареное вкрутую		т113	45,0	5,36	4,55	0,2															

		Обед																				
	т45	Винегрет овощной	40,0	0,66	2,09	3,97	37,28	89,975	124,005	10,212	9,263	19,985	0,378	1,746	0,133	10,947	2,460	0,021	0,018	0,000	91,390	
	т81	Суп картофельный с бобовыми и с грекками	161,0	4,61	2,43	20,75	123,14	193,852	273,027	23,575	23,026	70,069	1,267	13,543	2,717	18,972	2,872	0,124	0,045	0,039	80,809	
	т76	Жаркое по-домашнему	160,0	16,26	15,25	18,74	269,57	236,797	744,310	23,023	41,302	194,634	2,852	33,320	0,306	80,124	9,020	0,133	0,163	0,000	133,890	
	т369	Компот из смеси сухофруктов	150,0	0,26	0,00	13,99	56,96	0,068	0,203	26,830	1,139	0,055	0,000	0,000	0,011	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	8,100	
	пром	Хлеб пшеничный	20,0	1,52	0,18	9,68	46,40	99,800	18,600	4,000	2,800	13,000	0,220	0,640	1,200	2,900	0,000	0,022	0,006	0,000	0,000	
	пром	Хлеб ржаной	20,0	1,32	0,24	7,92	39,12	81,200	47,000	5,800	9,400	30,000	0,780	0,880	1,100	4,800	0,000	0,034	0,016	0,000	0,000	
	ИТОГО		551,0	24,62	20,19	75,05	572,46	701,691	1207,144	93,439	86,930	330,014	5,552	50,129	5,456	117,743	14,363	0,334	0,249	0,039	314,189	
	Полдник																					
	л640	Кисель фруктовый	150,0	0,05	0,00	23,78	93,48	0,075	0,225	0,150	0,000	0,000	0,023	0,000	0,000	0,000	18,000	0,216	0,252	0,000	68,400	
	л741	Ватрушка с творогом	75,0	8,98	6,52	25,89	198,26	83,091	44,815	55,823	31,081	37,287	0,552	8,207	13,628	9,488	0,147	0,022	0,071	0,001	7,917	
	ИТОГО		225,0	9,03	6,52	49,67	291,74	83,166	45,040	55,973	31,081	37,287	0,575	8,207	13,628	9,488	18,147	0,238	0,323	0,001	76,317	
	Итого за День																					
			1261,0	48,93	37,89	192,74	1298,24	1233,38	1888,64	314,83	200,87	652,26	9,97	96,71	54,62	174,60	43,89	0,77	0,95	1,10	508,35	

		Завтрак																				
	л302	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	155,0	4,46	5,72	24,21	166,06	116,422	148,524	114,503	23,277	115,003	0,328	1,7411	5,082	29,163	0,546	0,045	0,138	0,065	27,360	
	т13	Яйцо вареное вкрутую	45,0	5,36	4,55	0,27	63,63	134,069	52,312	22,752	4,755	75,364	0,989	18,480	12,159	21,780	0,000	0,023	0,158	0,990	70,200	
	л685	Чай с сахаром	150,0	0,08	0,02	7,51	30,53	0,335	8,802	1,965	1,595	2,991	0,320	0,000	0,000	0,017	0,000	0,003	0,000	0,125		
	пром	Хлеб пшеничный	30,0	2,28	0,27	14,52	69,60	149,700	27,900	6,000	4,200	19,500	0,330	0,960	1,800	4,350	0,000	0,033	0,009	0,000	0,000	
	ИТОГО		380,0	12,17	10,55	46,51	329,82	400,525	237,538	145,219	33,827	212,858	1,967	36,851	19,041	55,293	0,563	0,100	0,309	1,055	97,685	
	2-й завтрак																					
	л707	Сок фруктовый	180,0	0,90	0,18	18,36	82,80	10,800	181,800	14,400	7,200	25,200	0,360	1,800	0,000	0,000	3,600	0,000	0,000	0,000	0,000	
	ИТОГО		180,0	0,90	0,18	18,36	82,80	10,800	181,800	14,400	7,200	25,200	0,360	1,800	0,000	0,000	3,600	0,000	0,000	0,000	0,000	
	Обед																					
	л52	Салат картофельный	30,0	0,57	4,61	6,57	69,92	349,611	132,403	7,241	6,147	16,923	0,278	37,304	0,088	8,487	2,603	0,025	0,016	0,000	0,471	
	л787	Суп картофельный с рыбными консервами	150,0	5,91	6,95	8,79	121,22	180,605	284,524	11,817	17,880	84,862	0,626	22,158	0,215	118,253	3,672	0,056	0,030	0,779	77,670	
	л461	Тертые с соусом	90,0	8,28	11,36	10,50	174,04	115,906	161,167	17,442	14,226	88,635	1,294	10,846	0,870	29,897	0,912	0,046	0,062	0,008	8,114	
	л516	Макароны отварные	110,0	5,42	2,87	24,06	137,71	51,217	39,153	7,614	5,238	29,423	0,531	6,451	0,034	6,665	0,000	0,046	0,016	0,050	10,395	
	л699	Напиток лимонный	150,0	0,11	0,01	10,34	41,90	1,420	19,860	5,000	1,440	2,640	0,102	0,012	0,048	4,800	0,005	0,002	0,000	0,240		
	пром	Хлеб пшеничный	20,0	1,52	0,18	9,68	46,40	99,800	18,600	2,800	13,000	0,220	0,640	1,200	2,900	0,000	0,022	0,006	0,000	0,000	0,000	
	пром	Хлеб ржаной	20,0	1,32	0,24	7,92	39,12	81,200	47,000	5,800	9,400	30,000	0,780	0,880	1,100	4,800	0,000	0,034	0,016	0,000	0,000	
	ИТОГО		570,0	23,13	26,22	77,86	630,30	879,759	702,708	58,914	57,131	265,484	3,830	78,290	3,555	173,202	11,987	0,233	0,148	0,837	96,889	
	Полдник																					
	л780	Булочка сырная	75,0	6,62	11,05	26,95	233,81	193,311	20,765	90,341	34,566	55,144	0,641	9,435	9,249	0,813	0,074	0,018	0,040	0,117	16,299	
	л693	Напиток шоколадный	150,0	2,22	1,76	11,40	70,77	28,921	138,004	83,524	23,001	80,094	0,800	5,940	1,320	21,285	0,390	0,024	0,096	0,000	9,968	
	ИТОГО		225,0	8,84	12,81	38,35	304,58	222,232	158,769	173,865	57,566	135,239	1,442	15,375	10,569	22,088	0,464	0,043	0,136	0,117	26,266	
	Итого за День																					
			1355,0	45,04	49,76	181,08	1347,51	1513,316	1280,815	392,398	155,724	638,780	7,598	132,316	33,164	250,593	16,614	0,377	0,593	2,009	220,841	

		Завтрак																				
	л94	Суп молочный с крупой	200,0	5,68	4,82	16,10	130,53	124,488	220,680	151,888	44,938	151,780	1,073	20,000	3,285	27,928	0,728	0,090	0,196	0,026	24,072	
	л96	Маггио сливочное поплинами	8,0	0,06	5,80	0,10	52,87	1,200	2,400	1,920	0,000	2,400	0,016	0,000	0,080	0,224	0,000	0,001	0,010	0,104	36,000	
	л692	Кофейный напиток	150,0	2,37	1,85	8,68	60,82	28,701	109,830	80,995	14,681	67,273	0,370	5,940	1,320	13,200	0,390	0,023	0,092	0,000	9,977	
	пром	Хлеб пшеничный	30,0	2,28	0,27	14,52	69,60	149,700	27,900	6,000	4,200	19,500	0,330	0,960	1,800	4,350	0,000	0,033	0,009	0,000	0,000	
	ИТОГО		388,0	10,40	12,74	39,40	313,82	304,089	360,810	240,802	63,819	240,953	1,789	26,900	6,485	45,702	1,118	0,147	0,307	0,130	69,999	
	2-й завтрак																					
	т368	Фрукты мытые поштучно (яблоко)	120,0	0,48	0,48	11,76	53,28	31,200	333,600	19,200	10,800	13,200	2,640	2,400	0,360	9,600	12,000	0,036	0,024	0,000	6,000	
	ИТОГО		120,0	0,48	0,48	11,76	53,28	31,200	333,600	19,200	10,800	13,200	2,640	2,400	0,360	9,600	12,000	0,036	0,024	0,000	6,000	
	Обед																					
	л43	Салат из белокочанной капусты	40,0	0,54	2,03	3,39	33,92	96,057	79,346	14,375	4,501	8,962	0,180	10,445	0,084	2,901	5,719	0,007	0,010	0,000	0,568	
	т80	Суп "кудрявый"	150,0	2,91	3,17	10,49	82,00	81,484	253,234	15,000	16,426	58,335	0,803	12,532	3,378	23,222	3,960	0,064	0,074	0,287	97,885	
	л54Р	Котлеты или биточки рыбные (горбуша)	50,0	9,11	3,78	5,22	91,52	144,940	138,959	19,705	15,105	91,566	0,515	28,011	17,510	156,063	0,180	0,078	0,081	0,111	17,501	
	л520	Картофельное пюре	110,0	2,39	2,61	15,68	95,38	110,263	495,953	28,435	22,275	65,032	0,814	17,685	0,565	29,632	8,143	0,092	0,079	0,037	11,814	
	л707	Сок фруктовый	150,0	0,75	0,15	15,30	69,00	9,000	151,500	12,000	6,000	21,000	0,300	1,500	0,000	3,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	
	пром	Хлеб пшеничный	20,0	1,52	0,18	9,68	46,40	99,800	18,600	4,000	2,800	13,000	0,220	0,640	1,200	2,900	0,000	0,022	0,006	0,000	0,000	
	пром	Хлеб ржаной	20,0	1,32	0,24	7,92	39,12	81,200	47,000	5,800	9,400	30,000	0,780	0,880	1,100	4,800	0,000	0,034	0,016	0,000	0,000	

л692	Кофейный напиток	150,0	2,37	1,85	8,68	60,82	28,701	109,830	80,995	14,681	67,273	0,370	5,940	1,320	13,200	0,390	0,023	0,092	0,000	9,927
пром	Хлеб пшеничный	30,0	2,28	0,27	14,52	69,60	149,700	27,900	6,000	4,200	19,500	0,330	0,960	1,800	4,350	0,000	0,033	0,009	0,000	0,000
	ИТОГО	380,0	16,12	13,03	49,89	381,54	443,694	371,196	229,854	58,146	306,665	2,515	45,444	17,885	65,325	0,936	0,200	0,400	1,055	108,027
2-й завтрак																				
л368	Фрукты мытые (банан)	100,0	1,50	0,50	21,00	94,50	31,000	348,000	8,000	42,000	28,000	0,600	0,050	1,000	2,200	10,000	0,040	0,050	0,000	20,000
	ИТОГО	100,0	1,50	0,50	21,00	94,50	31,000	348,000	8,000	42,000	28,000	0,600	0,050	1,000	2,200	10,000	0,040	0,050	0,000	20,000
Обед																				
л25	Салат "Степной"	40,0	0,73	1,48	3,91	31,52	127,127	102,750	9,257	9,051	21,043	0,308	5,428	0,157	10,439	2,439	0,024	0,017	0,000	117,208
л124	Щи из свежей капусты и картофеля со сметаной	158,0	1,36	3,04	5,46	54,47	74,729	208,473	27,837	12,416	30,356	0,448	10,752	0,229	13,832	8,644	0,031	0,036	0,039	86,819
л431	Печень по-строгановски	50,0	7,89	4,83	3,89	90,45	272,776	121,752	12,885	8,763	129,812	2,767	31,281	15,691	92,719	6,162	0,102	0,787	0,007	2240,305
л520	Картофельное пюре	110,0	2,39	2,61	15,68	95,38	110,633	495,953	28,435	22,275	65,032	0,814	17,685	0,565	29,632	8,143	0,092	0,079	0,037	11,814
л631	Комлот из свежих плодов	150,0	0,14	0,14	13,01	53,64	6,828	78,867	4,994	2,666	3,259	0,680	0,599	0,089	2,397	1,362	0,007	0,005	0,000	1,022
пром	Хлеб пшеничный	20,0	1,52	0,18	9,68	46,40	99,800	18,600	4,000	2,800	13,000	0,220	0,640	1,200	2,900	0,000	0,022	0,006	0,000	0,000
пром	Хлеб ржаной	20,0	1,32	0,24	7,92	39,12	81,200	47,000	5,800	9,400	30,000	0,780	0,880	1,100	4,800	0,000	0,034	0,016	0,000	0,000
	ИТОГО	548,0	15,4	12,5	59,5	411,0	772,723	1073,395	93,209	67,371	292,501	6,018	67,265	19,030	156,719	26,750	0,312	0,946	0,083	2457,667
Полдник																				
пром	Печенье (поштучно)	50,0	5,00	7,17	46,67	263,33	165,000	55,000	14,500	10,000	45,000	1,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,025	0,025	0,000	5,500
л640	Кисель фруктовый	150,0	0,05	0,00	23,78	93,48	0,075	0,225	0,150	0,000	0,000	0,023	0,000	0,000	0,000	0,000	0,216	0,252	0,000	68,400
	ИТОГО	200,0	5,05	7,17	70,44	356,81	165,075	55,225	14,650	10,000	45,000	1,023	0,000	0,000	0,000	0,000	0,241	0,277	0,000	73,900
	Итого за день	1228,0	38,02	33,21	200,88	1243,83	1412,49	1847,82	345,71	177,52	672,17	10,16	112,76	37,92	224,24	55,69	0,79	1,67	1,14	2659,59
			Б	Ж	У	Кнал.	Na, мг	K, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг	D, мкг	A, мкг
	среднее в день	1263,68	43,63	40,51	175,10	1234,71	1180,734	1658,888	430,215	176,291	634,851	8,828	0,101	0,040	0,228	32,887	0,516	0,821	0,934	633,30
	среднесуточная норма по санитарии	1600,0	42,00	47,00	203,00	1400,00		400,000	800,000	80,000	700,000	10,000	0,150	0,0150	1,400	45,000	0,800	0,900	10,000	450,000
		79%	104%	86%	86%	88%		415%	54%	220%	91%	88%	144%	270%	16%	73%	65%	91%	9%	141%

Допускается выдача иных салатов из овощей, с том числе солёных, салатов по сезону.
Фрукты мытые -допускаются выдача иных фруктов

п.8.1.4 СанПин 2.3/2.4.3590-20 "Допускается замена одного вида продукции, блюда и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюда и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом её пищевой ценности.

п.8.1.5 СанПин 2.3/2.4.3590-20 " меню допускается корректировать с учетом климата при высоких температурах сложные салаты заменяются на овощи в нарезке.