

СОГЛАСОВАНО:



Директор

Приказ № 01-08/444

от 27.12.24

№ 5"

год

УТВЕРЖДЕНО:



Начальник

[Signature]

Т.В. Сорокина

"

"

год

Циклическое двухнедельное меню для обучающихся 5-11 классов (в том числе обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, не являющихся учащимися с ограниченными возможностями здоровья) муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждений Белогорского района (сезон зима-весна)

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С	
Неделя 1 День 1																					
Завтрак																					
28	Икра кабачковая консервированная	32	100	1,3	3,7	24,0	97,0	0,0	0,0	0,0	5,0	38,7	50,7	16,8	0,8	42,2	0,0	0,0	0,0	2,3	
35	Омлет натуральный	100	200	18,0	20,1	17,2	308,2	0,6	0,0	43,8	0,0	127,3	209,3	8,2	0,8	181,3	0,1	0,0	0,0	0,4	
	Молоко	23	200	3,3	3,7	4,7	64,0	0,0	0,2	33,0	0,0	119,0	93,0	13,0	0,1	151,0	0,4	2,0	0,5	1,5	
41	Фрукты свежие яблоки	10	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1	0,0	0,0	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10,0	
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0	
3	Хлеб ржаной	4	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2	0,0	0,0	0,0	10,1	46,4	10,9	1,4	10,5	0,0	0,0	0,0	0,0	
	ИТОГО	173	600	25,2	29,2	92,3	679,8	0,9	0,6	76,8	5,0	337,6	485,5	70,4	3,6	441,4	0,5	2,0	0,5	14,2	
Обед																					
31	Салат витаминный	30	100	1,2	3,3	11,7	82,0	0,0	0,0	290,8	0,0	3,5	3,8	4,5	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	16,0	
22	Свекольник	22	250	2,3	5,1	26,6	101,4	0,1	0,0	54,1	0,0	52,4	57,3	12,5	0,4	78,8	0,0	0,0	0,0	4,5	
39	Шницель мясной	65	100	15,9	7,9	16,0	210,0	0,0	0,0	49,0	0,0	25,3	61,3	10,0	0,8	86,7	0,0	0,0	0,0	0,1	
40	Рагу из овощей	14	180	3,6	10,0	13,8	225,0	0,0	0,0	52,3	2,4	170,0	58,1	15,0	0,8	204,0	0,0	0,0	0,0	12,2	
	Напиток фруктово-ягодный	10	200	2,0	0,2	3,8	24,9	0,0	0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	0,0	0,0	8,0	
4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,2	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
3	Хлеб ржаной	4,5	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0	
41	Фрукты свежие яблоки	10	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1	0,0	0,0	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10,0	
	ИТОГО	160,5	930	27,9	28,4	122,5	873,0	0,5	0,2	446,2	2,4	314,6	312,2	78,4	4,0	459,7	0,0	0,0	0,0	50,9	

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Се	F	С	
Неделя 1 День 2																					
Завтрак																					
44	Зеленый горошек консервированный	44	100	0,9	0,2	6,5	40,0	0,1	0,0	0,1	0,0	20,0	62,0	21,0	0,7	0,0	0,0	0,0	0,0	10,0	
49	Плов из мяса птицы	84	260	19,3	19,3	35,3	400,4	0,1	0,0	25,4	0,0	20,5	93,2	8,7	0,5	13,0	0,0	0,0	0,2	5,1	
12	Йогурт м.д.ж.2,5% в пром.упаковке	36	200	10,0	5,0	7,0	118,0	0,0	0,0	0,1	0,0	212,2	112,0	24,3	0,2	54,0	0,0	0,0	1,0	0,0	
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0	
3	Хлеб ржаной	4	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2	0,0	0,0	0,0	10,1	46,4	10,9	1,4	10,5	0,0	0,0	0,0	0,0	
	ИТОГО	172,5	560	32,4	25,8	84,8	724,0	0,4	0,5	25,6	0,0	269,3	338,4	74,3	3,2	88,9	0,0	0,0	1,2	15,1	
Обед																					
55	Салат из свеклы	30	100	1,7	3,0	8,4	67,0	0,0	0,0	0,0	0,0	19,2	20,0	11,7	0,5	141,0	0,0	0,3	17,0	7,8	
20	Суп крестьянский с крупой	19	250	2,6	5,3	14,3	116,0	0,0	0,0	54,1	1,9	26,6	15,0	5,3	0,3	19,5	0,0	0,0	0,0	5,0	
38	Голубцы ленивые	18	100	6,8	7,8	6,2	125,0	0,1	0,0	52,9	0,0	18,7	47,1	8,7	0,4	138,9	0,0	0,0	0,2	2,2	
23	Каша Ячневая рассыпчатая	15	180	5,6	11,0	37,1	277,2	0,0	0,0	2,7	0,0	2,4	78,0	11,3	0,4	117,6	0,0	0,0	0,0	0,0	
9	Компот из свежих фруктов	9	200	0,2	0,0	3,6	140,0	0,0	0,0	0,0	0,0	23,7	18,4	13,4	0,7	13,0	0,0	0,0	0,0	2,5	
4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,2	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
3	Хлеб ржаной	4,5	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0	
	ИТОГО	100,5	830	19,3	28,6	109,7	910,0	0,4	0,3	109,6	1,9	103,8	235,1	66,7	3,6	450,3	0,0	0,3	17,2	17,6	

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С
Неделя 1 День 3																				
Завтрак																				
45	Сыр порционный	36	40	7,6	5,1	8,9	88,0	0,0	0,0	13,2	0,0	368,9	169,3	13,3	0,5	320,0	0,0	0,0	2,0	0,3
23	Каша пшеничная рассыпчатая	17	180	7,4	5,6	22,3	167,0	0,0	0,0	8,0	0,0	11,8	60,4	18,0	0,6	1,4	0,0	0,0	0,0	0,0
39	Биточек мясной	65	100	15,9	10,1	1,0	88,2	0,0	0,0	49,0	0,0	25,3	61,3	10,0	0,8	86,7	0,0	0,0	0,0	0,1
5	Чай с сахаром	5	200	0,0	7,7	23,9	181,5	0,0	0,0	0,0	0,0	11,1	2,8	0,3	0,3	27,0	0,0	0,0	0,5	0,0
41	Фрукты свежие апельсин	10	100	0,4	0,0	31,4	124,0	0,1	0,0	0,1	0,0	36,0	61,2	10,8	0,3	85,0	0,0	0,0	0,0	90,0
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	26,8	114,8	0,0	0,4	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	3,5	35	1,8	1,5	13,5	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	10,1	46,4	10,9	1,4	10,5	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	141	620	33,5	32,0	117,5	905,3	0,4	0,4	70,4	0,0	469,8	426,3	72,8	4,2	542,0	0,0	0,0	2,5	90,4
Обед																				
32	Салат из белокачанной капусты	15	100	1,4	5,1	8,9	88,0	0,0	0,0	309,3	2,5	43,5	28,2	13,3	0,6	58,3	0,0	0,0	0,0	35,0
19	Суп картофельный с бобовыми (горох)	19	250	6,2	5,6	22,3	167,0	0,0	0,0	42,0	2,3	61,6	67,5	10,0	0,6	66,3	0,0	0,0	0,0	3,1
57	Рыба припущенная	45	105	10,3	10,1	1,0	88,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,8
26	Картофель отварной	29	180	3,6	7,7	23,9	181,5	0,0	0,0	2,4	1,2	16,4	66,9	12,4	1,0	19,2	0,0	0,0	0,0	18,4
8	Компот из смеси сухофруктов	5	200	0,3	0,0	31,4	124,0	0,0	0,0	0,0	0,0	65,0	23,4	17,5	0,7	38,0	0,0	0,0	0,0	0,1
4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,2	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	4,5	40	2,0	1,5	13,5	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	122,5	835	24,3	30,1	127,7	833,5	0,3	0,2	353,7	6,0	199,8	242,6	69,5	4,1	202,1	0,0	0,0	0,0	57,4

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С	
Неделя 1 День 4																					
Завтрак																					
31	Салат витаминный	30	100	1,2	3,3	11,7	82,0	0,0	0,0	290,8	2,0	3,5	3,8	4,5	0,3	5,3	0,0	0,0	0,0	16,0	
48	Тефтели мясные с рисом	50	100	9,3	11,1	11,2	184,0	0,0	0,0	0,0	2,2	63,1	97,8	12,0	1,8	16,7	0,0	0,0	0,0	0,0	
25	Макароны отварные	24	180	6,1	11,0	34,2	244,5	0,1	0,0	0,0	0,0	21,7	57,0	12,0	0,6	19,6	0,0	0,0	0,0	0,0	
12	Йогурт м.д.ж.2,5% в пром.упаковке	25	200	4,9	5,0	32,5	190,0	0,0	0,0	0,1	0,0	212,2	112,0	24,3	0,2	54,0	0,0	0,0	1,0	0,0	
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0	
3	Хлеб ржаной	3,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2	0,0	0,0	0,0	10,1	46,4	10,9	1,4	10,5	0,0	0,0	0,0	0,0	
	ИТОГО	137	580	23,7	31,7	125,6	866,1	0,4	0,4	290,9	4,2	317,2	341,9	73,1	4,6	117,5	0,0	0,0	1,0	16,0	
Обед																					
44	Зеленый горошек консервированный	44	100	0,9	0,2	6,5	40,0	0,1	0,0	0,1	0,0	20,0	62,0	21,0	0,7	0,0	0,0	0,0	0,0	10,0	
15	Рассольник ленинградский	19	250	3,0	4,5	20,1	135,0	0,0	0,0	41,9	1,5	36,5	70,9	17,8	1,2	45,0	0,0	0,0	0,0	4,3	
51	Печень по-строгановски	52	100/50	20,4	20,4	5,9	295,5	0,1	0,0	579,2	0,8	49,2	100,0	13,6	0,4	20,0	0,0	0,0	0,0	13,9	
23	Каша гречневая рассыпчатая	18	180	10,1	13,0	49,5	363,6	0,0	0,0	8,0	0,0	11,8	60,4	18,0	0,6	12,2	0,0	0,0	0,0	0,0	
11	Сок фруктовый (яблочный)	28	200	1,0	0,0	11,2	88,0	0,0	0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	0,0	0,0	8,0	
4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,2	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
3	Хлеб ржаной	4,5	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0	
41	Фрукты свежие яблоки	10	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1	0,0	0,0	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10,0	
	ИТОГО	180,5	980	38,3	40,0	143,7	1151,9	0,5	0,3	629,2	2,3	180,8	425,0	106,7	4,6	167,5	0,0	0,0	0,0	46,2	

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С	
Неделя 1 День 5																					
Завтрак																					
55	Салат из свеклы	30	100	1,7	3,0	8,4	67,0	0,0	0,0	0,0	0,0	19,2	20,0	11,7	0,5	141,0	0,0	0,3	17,0	7,8	
	Котлета рыбная	50	100	9,7	8,8	15,2	195,6	0,1	0,0	14,8	0,0	49,3	56,1	9,1	0,9	40,2	0,0	0,0	0,0	1,0	
26	Картофель отварной	29	180	3,6	7,7	23,9	181,5	0,0	0,0	2,4	1,2	16,4	66,9	12,4	1,0	19,2	0,0	0,0	0,0	18,4	
	Напиток фруктово-ягодный	10	200	2,0	0,2	3,8	24,9	0,0	0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	0,0	0,0	8,0	
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0	
3	Хлеб ржаной	3,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2	0,0	0,0	0,0	10,1	46,4	10,9	1,4	10,5	0,0	0,0	0,0	0,0	
	ИТОГО	127	580	19,1	21,0	87,3	634,6	0,4	0,5	17,2	1,2	115,6	228,3	61,5	4,3	247,4	0,0	0,3	17,0	35,2	
Обед																					
43	Кукуруза консервированная (пром. произ-ва)	28	100	2,7	1,8	4,7	45,0	0,1	0,0	0,0	0,0	11,2	3,5	11,7	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,6	
16	Щи из свежей капусты с картофелем	25	250	2,0	4,3	10,0	88,0	0,0	0,0	41,6	0,0	3,4	5,6	5,1	0,4	4,4	0,0	0,0	0,0	8,3	
46	Рагу из птицы	64	260	15,6	14,6	25,2	301,6	0,1	0,0	30,6	0,0	39,9	117,2	20,3	0,3	41,3	0,0	0,0	0,0	9,4	
7	Чай фруктовый	5	200	0,0	0,0	10,3	41,2	0,0	0,0	3,4	0,0	42,4	1,0	14,6	0,2	18,5	0,0	0,0	1,0	0,0	
	печенье пром.произ-ва	5	25	1,7	2,1	11,0	61,3	0,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
41	Фрукты свежие яблоки	10	100	0,4	0,4	10,4	11,0	0,1	0,0	0,0	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10,0	
4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,2	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
3	Хлеб ржаной	4,5	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0	
	ИТОГО	146,5	935	23,6	24,7	111,8	766,9	0,5	0,6	75,6	0,0	146,2	245,1	80,0	2,8	129,5	0,0	0,0	1,0	33,3	

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С	
Неделя 2 День 6																					
Завтрак																					
36	Яйца вареные	15	50	5,1	4,6	0,3	63,0	0,0	0,0	100,0	0,0	22,0	76,8	4,8	0,5	19,5	0,0	0,0	0,0	0,0	
1	Каша манная молочная жидкая	42	250	3,8	10,3	25,0	215,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,9	18,8	46,3	0,6	1,5	0,0	0,0	0,0	1,5	
59	Кофейный напиток	14	200	2,5	1,8	24,8	121,7	0,0	0,1	0,0	0,0	82,4	45,5	8,7	0,3	73,0	0,0	0,0	0,2	0,3	
	печенье пром.произ-ва	5	25	1,7	2,1	11,0	61,3	0,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
11	Фрукты свежие яблоки	10	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1	0,0	0,0	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10,0	
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0	
3	Хлеб ржаной	3,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2	0,0	0,0	0,0	10,1	46,4	10,9	1,4	10,5	0,0	0,0	0,0	0,0	
	ИТОГО	94	625	15,6	20,5	107,5	671,6	0,3	0,9	100,0	0,0	158,9	273,5	92,1	3,3	160,9	0,0	0,0	0,2	11,8	
Обед																					
28	Икра кабачковая консервированная	32	100	1,3	3,7	24,0	97,0	0,0	0,0	0,0	5,0	38,7	50,7	16,8	0,8	42,2	0,0	0,0	0,0	2,3	
17	Суп из овощей	19	250	2,2	4,4	12,4	99,0	0,1	0,0	41,6	2,6	43,6	61,6	22,6	1,0	34,8	0,0	0,0	0,0	5,3	
	Котлеты рыбные	50	100	9,7	8,8	15,2	195,6	0,1	0,0	14,8	0,0	49,3	56,1	9,1	0,9	40,2	0,0	0,0	0,0	1,0	
24	Рис отварной	32	180	4,3	10,8	42,8	293,4	0,0	0,0	0,0	0,0	76,9	130,7	10,0	0,6	90,2	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Напиток фруктово-ягодный	10	200	2,0	0,2	3,8	24,9	0,0	0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	0,0	0,0	8,0	
4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,0	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
3	Хлеб ржаной	4,5	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Слойка с начинкой фруктовой	23	60	0,5	1,2	13,6	92,0	0,5	0,0	4,0	0,0	3,1	10,1	7,1	6,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	ИТОГО	175,5	890	22,5	30,6	152,0	986,6	1,0	0,0	60,4	7,6	238,9	379,7	90,0	10,9	252,7	0,0	0,0	0,0	16,6	

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С	
Неделя 2 День 7																					
Завтрак																					
32	Салат из белокачанной капусты	15	100	1,4	5,1	8,4	67,0	0,0	0,0	309,3	2,5	43,5	28,2	13,3	0,6	58,3	0,0	0,0	0,0	35,0	
51	Печень по-строгановски	52	100/50	20,4	20,4	13,1	106,0	0,1	0,0	579,2	0,8	49,2	100,0	13,6	0,4	20,0	0,0	0,0	0,0	13,9	
26	Картофель отварной	29	180	3,6	7,7	23,9	181,5	0,0	0,0	2,4	1,2	16,4	66,9	12,4	1,0	19,2	0,0	0,0	0,0	18,4	
	Напиток фруктово-ягодный	10	200	2,0	0,2	3,8	24,9	0,0	0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	0,0	0,0	8,0	
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0	
3	Хлеб ржаной	3,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2	0,0	0,0	0,0	10,1	46,4	10,9	1,4	10,5	0,0	0,0	0,0	0,0	
	ИТОГО	114	630	29,6	34,7	78,5	755,5	0,3	0,4	890,9	4,5	139,8	280,4	67,6	3,9	144,5	0,0	0,0	0,0	75,3	
Обед																					
43	Кукуруза консервированная (пром. произ-ва)	30	100	1,7	3,0	8,4	67,0	0,1	0,0	0,0	0,0	11,2	3,5	11,7	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,6	
14	Борщ с капустой и картофелем	29	250	7,1	9,0	13,1	106,0	0,0	0,0	41,6	0,0	3,4	5,6	3,9	0,6	4,0	0,0	0,0	0,0	5,5	
46	Рагу из птицы	69	280	16,8	15,7	25,2	324,8	0,1	0,0	30,6	0,0	39,9	117,2	20,3	0,3	41,3	0,0	0,0	0,0	9,4	
13	Чай с сахаром	5	200	0,0	0,0	42,2	162,0	0,0	0,0	0,0	0,0	36,5	22,5	7,3	0,2	36,0	0,0	0,0	0,0	2,4	
4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,0	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
3	Хлеб ржаной	4,5	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0	
	ИТОГО	142,5	830	28,1	29,2	131,0	844,6	0,4	0,0	72,2	0,0	104,3	205,4	59,5	2,8	101,6	0,0	0,0	0,0	22,9	

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С	
Неделя 2 День 8																					
Завтрак																					
28	Икра кабачковая консервированная	32	100	1,3	3,7	24,0	97,0	0,0	0,0	0,0	5,0	38,7	50,7	16,8	0,8	42,2	0,0	0,0	0,0	2,3	
49	Плов из мяса птицы	84	260	19,3	19,3	35,3	400,4	0,1	0,0	25,4	0,0	20,5	93,2	8,7	0,5	13,0	0,0	0,0	0,2	5,1	
13	Кисель	10	200	0,0	0,0	42,2	162,0	0,0	0,0	0,0	0,0	36,5	22,5	7,3	0,2	0,0	0,0	0,0	1,5	2,4	
	печенье пром. произ-ва	5	25	1,6	2,1	11,0	61,3	0,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0	
3	Хлеб ржаной	3,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2	0,0	0,0	0,0	10,1	46,4	10,9	1,4	10,5	0,0	0,0	0,0	0,0	
	ИТОГО	139	585	24,4	26,4	148,5	886,3	0,3	0,7	25,4	5,0	112,3	237,6	53,1	3,3	77,1	0,0	0,0	1,7	9,8	
Обед																					
44	Зеленый горошек консервированный	44	100	0,9	0,2	6,5	40,0	0,1	0,0	0,1	0,0	20,0	62,0	21,0	0,7	0,0	0,0	0,0	0,0	10,0	
18	Суп картофельный с макаронными	14	250	2,9	2,5	21,0	120,0	0,0	0,0	83,9	1,3	66,0	38,5	10,7	1,4	31,6	0,0	0,0	0,0	4,6	
39	Биточек мясной	65	100	15,9	7,9	16,0	210,0	0,0	0,0	49,0	0,0	25,3	61,4	10,0	1,4	93,3	0,0	0,0	0,0	0,1	
42	Капуста тушеная	30	180	4,5	8,3	19,3	169,2	0,1	0,0	55,0	0,0	380,4	60,0	21,0	1,6	270,0	0,0	0,0	0,0	31,8	
8	Компот из смеси сухофруктов	5	200	0,3	0,0	31,4	124,0	0,0	0,0	0,0	0,0	32,5	23,4	17,5	0,7	78,0	0,0	0,0	0,0	0,1	
4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,0	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
3	Хлеб ржаной	4,5	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0	
41	Фрукты свежие	28	200	1,0	0,0	54,8	218,0	0,1	0,0	0,1	0,0	36,0	61,2	10,8	0,3	85,0	0,0	0,0	0,0	90,0	
	ИТОГО	195,5	1030	28,0	20,4	189,1	1066,0	0,6	0,0	188,1	1,3	573,5	363,1	107,3	7,4	578,3	0,0	0,0	0,0	136,6	

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С	
Неделя 2 День 9																					
Завтрак																					
43	Кукуруза консервированная	47	100	2,7	1,8	4,7	45,0	0,1	0,0	0,0	0,0	11,2	3,5	11,7	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,6	
57	Рыба припущенная	44	105	10,3	10,1	1,0	88,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,8	
26	Картофель отварной	29	180	3,6	7,7	23,9	181,5	0,0	0,0	2,4	1,2	16,4	66,9	12,4	1,0	19,2	0,0	0,0	0,0	18,4	
11	Сок фруктовый (мультифрукт)	28	200	1,0	0,0	11,2	88,0	0,0	0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	0,0	0,0	8,0	
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,0	24,3	104,3	0,0	0,4	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0	
3	Хлеб ржаной	3,5	35	4,1	2,8	17,5	108,5	0,2	0,0	0,0	0,0	10,1	46,4	10,9	1,4	10,5	0,0	0,0	0,0	0,0	
41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1	0,0	0,0	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10,0	
	ИТОГО	163	685	22,5	22,8	93,0	660,5	0,4	0,4	2,4	1,2	94,3	216,9	64,4	3,5	111,1	0,0	0,0	0,0	42,7	
Обед																					
31	Салат витаминный	30	100	1,2	3,3	11,7	82,0	0,0	0,0	290,8	0,0	3,5	3,8	4,5	0,3	5,3	0,0	0,0	0,0	16,0	
19	Суп картофельный с бобовыми (горох)	19	250	10,0	5,6	22,3	167,0	0,0	0,0	42,0	2,3	61,6	67,5	10,0	0,6	66,3	0,0	0,0	0,0	3,1	
50	Курица в соусе с томатом	89	100	8,8	7,5	4,3	120,0	0,1	0,0	0,2	0,0	112,0	60,2	11,1	1,2	97,8	0,0	0,0	0,0	1,9	
25	Макароны отварные	24	180	6,1	11,0	34,2	244,5	0,1	0,0	0,0	0,0	21,7	57,0	12,0	0,6	19,6	0,0	0,0	0,0	0,0	
5	Чай с сахаром	5	200	0,0	0,0	10,3	41,2	0,0	0,0	0,0	0,0	11,1	2,8	0,3	0,3	27,0	0,0	0,0	0,5	0,0	
4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,0	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
3	Хлеб ржаной	4,5	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0	
	ИТОГО	176,5	925	28,6	27,1	123,0	839,5	0,4	0,0	333,0	2,3	223,2	247,9	54,3	4,3	236,2	0,0	0,0	0,5	21,0	

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С	
Неделя 2 День 10																					
Завтрак																					
45	Сыр порционный	36	40	7,6	10,0	0,1	121,3	0,0	0,0	13,2	0,0	368,9	169,3	13,3	0,5	320,0	0,0	0,0	2,0	0,3	
34	Запеканка из творога со сгущенным молоком	84	200	22,5	20,0	20,6	358,5	0,1	0,0	234,3	0,0	350,0	100,1	13,7	0,7	165,1	0,0	0,0	0,0	0,4	
10	Какао с молоком	36	200	10,0	5,0	32,5	190,0	0,1	0,0	24,4	0,0	201,0	86,3	12,0	0,5	136,0	0,0	0,0	1,5	0,7	
41	Фрукты свежие	10	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1	0,0	0,1	0,0	36,0	61,2	10,8	0,3	85,0	0,0	0,0	0,0	90,0	
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,1	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0	
3	Хлеб ржаной	3,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2	0,0	0,0	0,0	10,1	46,4	10,9	1,4	10,5	0,0	0,0	0,0	0,0	
	ИТОГО	160	640	42,7	36,7	99,6	880,4	0,5	0,1	272,0	0,0	972,6	488,2	70,2	3,7	728,0	0,0	0,0	3,5	91,4	
Обед																					
55	Салат из свеклы	30	100	1,7	3,0	8,4	67,0	0,0	0,0	0,0	0,0	19,2	20,0	11,7	0,5	141,0	0,0	0,3	17,0	7,8	
16	Щи из свежей капусты с картофелем	25	250	2,0	4,3	10,0	88,0	0,0	0,0	41,6	0,0	3,4	5,6	5,1	0,4	4,4	0,0	0,0	0,0	8,3	
48	Тефтели мясные с рисом	50	100	9,3	11,1	11,2	184,0	0,0	0,0	0,0	2,2	63,1	97,8	12,0	1,8	16,7	0,0	0,0	0,0	0,0	
23	Каша пшеничная рассыпчатая	17	180	7,4	12,4	44,6	322,2	0,0	0,0	8,0	0,0	11,8	60,4	18,0	0,6	1,4	0,0	0,0	0,0	0,0	
5	Чай с сахаром	5	200	0,0	0,0	10,3	41,2	0,0	0,0	0,0	0,0	11,1	2,8	0,3	0,3	27,0	0,0	0,0	0,5	0,0	
4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,0	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,6	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
3	Хлеб ржаной	4,5	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0	
	ИТОГО	136,5	830	22,9	32,3	124,7	887,2	0,3	0,0	49,7	2,2	121,9	243,1	63,4	5,2	210,8	0,0	0,3	17,5	16,1	