



УТВЕРЖДЕНО:

Директор МБОУ СОШ № 12

И.С. Михайленко

" 30 " августа 2014 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 Белоглинского района (сезон осень)**

№ 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	Сe	F	С
<b>Неделя 1 День 1</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
28	Икра кабачковая консервированная (промыш.производства)		100	0,6	7,0	7,3	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
29	Омлет натуральный		200	18,0	30,1	3,4	358,2	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
21	Молоко		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
38	Фрукты свежие яблоки		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		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
2	Хлеб ржано-пшеничный		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
	<b>ИТОГО</b>		<b>685</b>	<b>24,5</b>	<b>42,5</b>	<b>61,8</b>	<b>729,8</b>	<b>0,9</b>	<b>0,6</b>	<b>76,8</b>	<b>5,0</b>	<b>337,6</b>	<b>485,5</b>	<b>70,4</b>	<b>3,6</b>	<b>441,4</b>	<b>0,5</b>	<b>2,0</b>	<b>0,5</b>	<b>14,2</b>
<b>Обед</b>																				
31	Салат витаминный		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		250	2,3	5,1	11,6	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
36	Котлета		100	14,3	7,1	14,4	189,0	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
37	Рагу из овощей		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 пром.производства		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
5	Хлеб пшеничный		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 ржано-пшеничный		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
38	Фрукты свежие яблоки		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
	<b>ИТОГО</b>		<b>1025</b>	<b>26,3</b>	<b>27,6</b>	<b>105,9</b>	<b>852,0</b>	<b>0,5</b>	<b>0,2</b>	<b>446,2</b>	<b>2,4</b>	<b>314,6</b>	<b>312,2</b>	<b>78,4</b>	<b>4,0</b>	<b>459,7</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>50,9</b>
	<b>ВСЕГО 1 день</b>		<b>1930</b>	<b>67,4</b>	<b>87,0</b>	<b>237,2</b>	<b>1978,8</b>	<b>2,1</b>	<b>0,9</b>	<b>529,1</b>	<b>7,4</b>	<b>816,0</b>	<b>860,7</b>	<b>167,1</b>	<b>8,2</b>	<b>916,1</b>	<b>0,5</b>	<b>2,0</b>	<b>0,5</b>	<b>65,2</b>

№ 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
<b>Неделя 1 День 2</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
41	Зеленый горошек консервированный пром. производства		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
45	Плов из мяса птицы		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		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		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
2	Хлеб ржано-пшеничный		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
	<b>ИТОГО</b>		<b>645</b>	<b>32,4</b>	<b>25,8</b>	<b>84,8</b>	<b>724,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,5</b>	<b>25,6</b>	<b>0,0</b>	<b>269,3</b>	<b>338,4</b>	<b>74,3</b>	<b>3,2</b>	<b>88,9</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,2</b>	<b>15,1</b>
<b>Обед</b>																				
48	Салат из свеклы		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		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
35	Голубцы ленивые		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		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		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
5	Хлеб пшеничный		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 ржано-пшеничный		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
	<b>ИТОГО</b>		<b>925</b>	<b>19,4</b>	<b>28,6</b>	<b>109,7</b>	<b>910,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,3</b>	<b>109,6</b>	<b>1,9</b>	<b>103,8</b>	<b>235,1</b>	<b>66,7</b>	<b>3,6</b>	<b>450,3</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>17,2</b>	<b>17,6</b>
	<b>ВСЕГО 2 день</b>		<b>1770</b>	<b>62,8</b>	<b>61,4</b>	<b>230,0</b>	<b>1953,0</b>	<b>1,6</b>	<b>0,7</b>	<b>140,6</b>	<b>1,9</b>	<b>625,5</b>	<b>760,1</b>	<b>186,8</b>	<b>7,6</b>	<b>638,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>19,4</b>	<b>42,6</b>

№ 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	Сe	F	С	
<b>Неделя 1 День 3</b>																					
<b>Завтрак</b>																					
42	Сыр порционный		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	
23	Каша гречневая рассыпчатая		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	
36	Биточек мясной		100	14,3	7,1	14,4	189,0	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	
6	Чай с сахаром		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	
38	Фрукты свежие яблоки		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		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	
2	Хлеб ржано-пшеничный		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	
	<b>ИТОГО</b>		<b>705</b>	<b>31,9</b>	<b>31,2</b>	<b>115,9</b>	<b>884,3</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>70,2</b>	<b>0,0</b>	<b>469,8</b>	<b>426,3</b>	<b>74,0</b>	<b>4,1</b>	<b>502,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>2,5</b>	<b>10,4</b>	
<b>Обед</b>																					
32	Салат из белокачанной капусты		100	1,4	5,1	8,9	88,0	0,0	0,0	309,3	2,5	43,5	28,1	13,3	0,6	58,3	0,0	0,0	0,0	35,0	
19	Суп картофельный с бобовыми (горох)		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	
49	Рыба припущенная		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		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	
10	Какао с молоком		200	4,9	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	
5	Хлеб пшеничный		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 ржано-пшеничный		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	
	<b>ИТОГО</b>		<b>930</b>	<b>28,9</b>	<b>35,1</b>	<b>128,8</b>	<b>899,5</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>378,1</b>	<b>6,0</b>	<b>335,8</b>	<b>305,4</b>	<b>64,0</b>	<b>4,0</b>	<b>300,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,5</b>	<b>58,0</b>	
	<b>ВСЕГО 3 день</b>		<b>1855</b>	<b>83,5</b>	<b>86,3</b>	<b>268,9</b>	<b>2282,3</b>	<b>0,9</b>	<b>0,7</b>	<b>615,9</b>	<b>6,0</b>	<b>1170,7</b>	<b>950,1</b>	<b>187,4</b>	<b>9,2</b>	<b>1145,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>8,2</b>	<b>71,3</b>	



№ 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	Г	Сс	F	С	
<b>Неделя 1 День 5</b>																					
<b>Завтрак</b>																					
31	Салат витаминный		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	
53	Котлета рыбная		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		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 пром.произ- ва		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		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	
2	Хлеб ржано-пшеничный		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	
	<b>ИТОГО</b>		<b>665</b>	<b>18,7</b>	<b>21,3</b>	<b>90,6</b>	<b>649,6</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>308,0</b>	<b>3,2</b>	<b>99,9</b>	<b>212,1</b>	<b>54,3</b>	<b>4,1</b>	<b>111,7</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>43,4</b>	
<b>Обед</b>																					
40	Кукуруза консервированная (пром. произ- ва)		100	0,9	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		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	
43	Рагу из птицы		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		200	0,6	0,0	15,3	62,0	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	
30	печенье пром.произ-ва		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	
38	Фрукты свежие яблоки		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	
5	Хлеб пшеничный		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 ржано-пшеничный		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	
	<b>ИТОГО</b>		<b>1030</b>	<b>23,6</b>	<b>24,7</b>	<b>116,8</b>	<b>787,7</b>	<b>0,5</b>	<b>0,6</b>	<b>75,6</b>	<b>0,0</b>	<b>146,2</b>	<b>245,1</b>	<b>80,0</b>	<b>2,8</b>	<b>129,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	<b>33,3</b>	
	<b>ВСЕГО 5 день</b>		<b>1915</b>	<b>73,7</b>	<b>70,8</b>	<b>266,4</b>	<b>2027,2</b>	<b>1,1</b>	<b>1,0</b>	<b>533,9</b>	<b>3,2</b>	<b>560,3</b>	<b>711,2</b>	<b>164,3</b>	<b>8,1</b>	<b>616,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	<b>85,4</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА 1 НЕДЕЛЮ</b>		<b>9480</b>	<b>369,1</b>	<b>385,0</b>	<b>1307,7</b>	<b>10628,5</b>	<b>6,8</b>	<b>4,3</b>	<b>2745,7</b>	<b>24,9</b>	<b>3923,3</b>	<b>4237,3</b>	<b>932,3</b>	<b>43,1</b>	<b>3716,4</b>	<b>0,5</b>	<b>2,3</b>	<b>31,1</b>	<b>340,5</b>	

№ 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
<b>Неделя 2 День 6</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
34	Яйца вареные		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		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
50	Кофейный напиток		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
30	печенье пром.произ-ва		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
38	Фрукты свежие яблоки		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		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
2	Хлеб ржано-пшеничный		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
	<b>ИТОГО</b>		<b>710</b>	<b>15,6</b>	<b>20,5</b>	<b>107,5</b>	<b>671,6</b>	<b>0,3</b>	<b>0,9</b>	<b>100,0</b>	<b>0,0</b>	<b>158,9</b>	<b>273,5</b>	<b>92,1</b>	<b>3,3</b>	<b>160,9</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>11,8</b>
<b>Обед</b>																				
28	Икра кабачковая консервированная (промыш.производства)		100	0,6	7,0	7,3	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		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
53	Котлеты рыбные		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		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 пром.производства		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
5	Хлеб пшеничный		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 ржано-пшеничный		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
	Пирожок промышленного производства		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
	<b>ИТОГО</b>		<b>985</b>	<b>21,8</b>	<b>33,9</b>	<b>135,3</b>	<b>986,6</b>	<b>1,0</b>	<b>0,0</b>	<b>60,4</b>	<b>7,6</b>	<b>238,9</b>	<b>379,7</b>	<b>90,0</b>	<b>10,9</b>	<b>252,7</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>16,6</b>
	<b>ВСЕГО 6 день</b>		<b>1915</b>	<b>52,9</b>	<b>66,5</b>	<b>309,2</b>	<b>1986,0</b>	<b>1,4</b>	<b>3,3</b>	<b>160,6</b>	<b>7,6</b>	<b>667,4</b>	<b>853,7</b>	<b>232,4</b>	<b>16,9</b>	<b>490,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,2</b>	<b>31,6</b>

№ 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	Сс	Г	С	
<b>Неделя 2 День 7</b>																					
<b>Завтрак</b>																					
32	Салат из белокачанной капусты		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	
47	Печень по-строгановски		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	
26	Картофель отварной		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 пром.производства		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		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	
2	Хлеб ржано-пшеничный		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	
	<b>ИТОГО</b>		<b>715</b>	<b>29,6</b>	<b>34,7</b>	<b>78,5</b>	<b>755,5</b>	<b>0,3</b>	<b>0,4</b>	<b>890,9</b>	<b>4,5</b>	<b>139,8</b>	<b>280,4</b>	<b>67,6</b>	<b>3,9</b>	<b>144,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>75,3</b>	
<b>Обед</b>																					
40	Кукуруза консервированная (пром. произ- ва)		100	0,9	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	
14	Борщ с капустой и картофелем		250	2,0	5,2	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	
43	Рагу из птицы		280	16,8	15,7	27,2	324,8	0,1	0,0	32,9	0,0	42,9	126,2	21,8	0,4	44,5	0,0	0,0	0,0	10,2	
6	Чай с сахаром		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	
5	Хлеб пшеничный		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 ржано-пшеничный		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	
	<b>ИТОГО</b>		<b>925</b>	<b>22,2</b>	<b>24,2</b>	<b>127,3</b>	<b>822,6</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>74,5</b>	<b>0,0</b>	<b>107,4</b>	<b>214,4</b>	<b>61,0</b>	<b>2,8</b>	<b>104,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>23,6</b>	
	<b>ВСЕГО 7 день</b>		<b>1960</b>	<b>63,2</b>	<b>69,8</b>	<b>319,7</b>	<b>2065,1</b>	<b>1,5</b>	<b>0,4</b>	<b>971,6</b>	<b>4,5</b>	<b>324,4</b>	<b>578,5</b>	<b>147,9</b>	<b>7,5</b>	<b>345,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>111,4</b>	



№ 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	Г	Се	F	С	
<b>Неделя 2 День 8</b>																					
<b>Завтрак</b>																					
32	Салат из белокачанной капусты		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	
45	Плов из мяса птицы		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		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	
30	печенье пром. произ-ва		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		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	
2	Хлеб ржано-пшеничный		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	
	<b>ИТОГО</b>		<b>670</b>	<b>24,5</b>	<b>27,8</b>	<b>133,4</b>	<b>877,3</b>	<b>0,3</b>	<b>0,7</b>	<b>334,7</b>	<b>2,5</b>	<b>117,1</b>	<b>215,1</b>	<b>49,6</b>	<b>3,0</b>	<b>93,3</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,7</b>	<b>42,5</b>	
<b>Обед</b>																					
41	Зеленый горошек консервированный пром. произ-ва		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 изделиями		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	
36	Биточек мясной		100	14,3	7,1	14,4	189,0	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	
39	Капуста тушеная		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	
9	Компот из смеси сухофруктов		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	
5	Хлеб пшеничный		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 ржано-пшеничный		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	
38	Фрукты свежие яблоки		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	
	<b>ИТОГО</b>		<b>1025</b>	<b>25,8</b>	<b>20,0</b>	<b>143,1</b>	<b>872,0</b>	<b>0,6</b>	<b>0,0</b>	<b>187,9</b>	<b>1,3</b>	<b>573,5</b>	<b>363,1</b>	<b>108,5</b>	<b>7,3</b>	<b>538,3</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>56,6</b>	
	<b>ВСЕГО 8 день</b>		<b>1915</b>	<b>81,7</b>	<b>70,2</b>	<b>316,6</b>	<b>2056,9</b>	<b>1,0</b>	<b>0,8</b>	<b>587,9</b>	<b>3,8</b>	<b>1006,9</b>	<b>981,7</b>	<b>214,8</b>	<b>11,2</b>	<b>949,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>3,5</b>	<b>99,3</b>	

№ 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	Сe	F	С
<b>Неделя 2 День 9</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
40	Кукуруза консервированная пром.произ- ва		100	0,9	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
49	Рыба припущенная		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		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		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		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
2	Хлеб ржано-пшеничный		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
38	Фрукты свежие яблоки		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
	<b>ИТОГО</b>		<b>770</b>	<b>20,7</b>	<b>22,8</b>	<b>93,0</b>	<b>660,5</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>2,4</b>	<b>1,2</b>	<b>94,3</b>	<b>216,9</b>	<b>64,4</b>	<b>3,5</b>	<b>111,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>42,7</b>
<b>Обед</b>																				
31	Салат витаминный		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)		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
48	Курица в соусе с томатом		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		180	6,1	9,2	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
6	Чай с сахаром		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
5	Хлеб пшеничный		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 ржано-пшеничный		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
	<b>ИТОГО</b>		<b>925</b>	<b>24,8</b>	<b>27,1</b>	<b>123,0</b>	<b>839,5</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>333,0</b>	<b>2,3</b>	<b>223,2</b>	<b>247,9</b>	<b>54,3</b>	<b>4,3</b>	<b>236,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,5</b>	<b>21,0</b>
	<b>ВСЕГО 9 день</b>		<b>1940</b>	<b>54,4</b>	<b>61,8</b>	<b>286,3</b>	<b>1905,3</b>	<b>0,9</b>	<b>1,2</b>	<b>338,9</b>	<b>3,5</b>	<b>368,5</b>	<b>510,6</b>	<b>154,7</b>	<b>9,8</b>	<b>374,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,5</b>	<b>65,0</b>

№ 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	Г	Сс	F	С
<b>Неделя 2 День 10</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
42	Сыр порционный		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
33	Запеканка из творога со сгущенным молоком		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		200	4,9	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
30	печенье пром. произ-ва		30	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
38	Фрукты свежие яблоки		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		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
2	Хлеб ржано-пшеничный		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
	<b>ИТОГО</b>		<b>655</b>	<b>39,2</b>	<b>38,8</b>	<b>110,6</b>	<b>941,7</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>271,9</b>	<b>0,0</b>	<b>972,6</b>	<b>488,2</b>	<b>71,4</b>	<b>3,6</b>	<b>688,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>3,5</b>	<b>11,4</b>
<b>Обед</b>																				
48	Салат из свеклы		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		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
44	Тефтели мясные с рисом		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		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
6	Чай с сахаром		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
5	Хлеб пшеничный		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 ржано-пшеничный		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
	<b>ИТОГО</b>		<b>925</b>	<b>22,9</b>	<b>32,3</b>	<b>124,7</b>	<b>887,2</b>	<b>0,3</b>	<b>0,0</b>	<b>49,7</b>	<b>2,2</b>	<b>121,9</b>	<b>243,1</b>	<b>63,4</b>	<b>5,2</b>	<b>210,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>17,5</b>	<b>16,1</b>
	<b>ВСЕГО 10 день</b>		<b>1780</b>	<b>81,9</b>	<b>87,2</b>	<b>282,8</b>	<b>2259,9</b>	<b>1,1</b>	<b>0,5</b>	<b>475,7</b>	<b>2,2</b>	<b>1291,7</b>	<b>899,4</b>	<b>163,1</b>	<b>21,8</b>	<b>1133,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>21,0</b>	<b>35,9</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 2 НЕДЕЛЮ</b>		<b>9510</b>	<b>334,0</b>	<b>355,5</b>	<b>1514,6</b>	<b>10273,1</b>	<b>5,9</b>	<b>6,2</b>	<b>2534,7</b>	<b>21,5</b>	<b>3658,8</b>	<b>3823,9</b>	<b>912,9</b>	<b>67,2</b>	<b>3293,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>27,2</b>	<b>343,3</b>
	<b>ВСЕГО за 10 дней</b>		<b>18990</b>	<b>703,1</b>	<b>740,5</b>	<b>2822,3</b>	<b>20901,7</b>	<b>12,8</b>	<b>10,5</b>	<b>5280,4</b>	<b>46,5</b>	<b>7582,1</b>	<b>8061,2</b>	<b>1845,2</b>	<b>110,3</b>	<b>7009,8</b>	<b>0,5</b>	<b>2,6</b>	<b>58,4</b>	<b>683,7</b>
	<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ</b>		<b>1899</b>	<b>70,3</b>	<b>74,0</b>	<b>282,2</b>	<b>2090,2</b>	<b>1,3</b>	<b>1,0</b>	<b>528,0</b>	<b>4,6</b>	<b>758,2</b>	<b>806,1</b>	<b>184,5</b>	<b>11,0</b>	<b>701,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>5,8</b>	<b>68,4</b>