

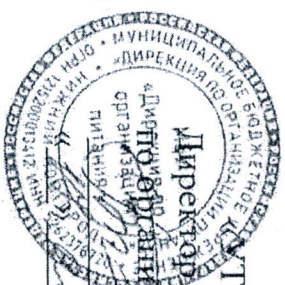
Сотникова

Директор

Сотникова

Сотникова

Сотникова



УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБУ «Дирекция

«Дирекция организации питания»

Е.И. Корнева

2021 г.

4-х недельное примерное циклическое меню трёхразового горячего питания учащихся начальных классов на первую четверть 2021-2022 учебного года в общеобразовательных учреждениях:

Канавинского района № 41, 51, 52, 55, 75, 96, 109, 109Ф, 110, 121, 167Ф, 168, 176, 181, гимназия №50

Ленинского района № 60, 62, 72, 91, 94, 97, 99, 101, 106, 120, 123, 138, 160, 175, 177, 182(1к), 182(2к), 185Ф, гимназия №184,

лицей №180

Московского района № 21, 64Ф, 66, 67, 69, 70, 74, 93, 115(1к), 115(2к), 118, 139, 146, 149, 172, 178, лицей №87

Сормовского района № 9, 26, 27, 76, 77, 78, 81, 82, 84, 85, 117, 141, 183

Нижегородского района № 3, 7, 14, 19, 22, 30, 33, 35, 42, 102, 103, 113, лицей №40Ф, гимназия №1Ф, гимназия №13Ф, лицей №8

Советского района № 18, 24, 29, 44, 46, 47, 49, 54, 122, 173, 151, гимназия №25, гимназия №53, лицей №28Ф

Приокского района №11, 17, 32, 34, 45, 48, 88, 88Ф, 89, 131, 134, 135, 140, 154, 174

Автозаводского района

№5, 6, 12, 15, 16, 20, 37, 43, 58, 59, 63, 105, 111, 114, 119, 124, 125, 126, 127, 127Ф, 128, 129, 130, 133, 137, 144, 145, 161, 165, 169, 170, 171, 179, 190, лицей №36, гимназия №136

Организатор питания МБУ «Дирекция по организации питания»

№ рецептуры по Сборнику блюд 2015г.	Наименование блюда	Выход порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Микроэлементы (мг)							Витамины (мг)				
			белки	жиры	углеводы		Са	Мг	Р	Fe	В <sub>1</sub>	С	А					
	<b>Первая неделя</b>																	
	<b>Понедельник</b>																	
	Завтрак																	
15	Сыр порционнно	10	2,3	3	0	36	88	3,5	50	0,1	0	0,07	0,03					
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,02	0	0	0,04					
212	Омлет с сосисками	150	15,42	24,8	3,8	283	200	16	197	2,07	0,07	0,3	0,22					
71	Помидоры свежие	70	0,8	0,14	2,7	17	10	14	18	0,63	0,04	17,5	0					
	Фруктовое пюре	90	0	0	15	60	0	0	0	0	0	0	0					
ТТК 245	Кофейный напиток витаминизированный	200	2,3	1,8	25	125	61	7	45	0,1	0,24	0,65	0,01					
	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,4	0,6	17,1	84	11,7	10	27	0,6	0,09	0	0					
	<b>Всего:</b>		<b>23,32</b>	<b>37,64</b>	<b>63,7</b>	<b>671</b>	<b>372,7</b>	<b>50,5</b>	<b>340</b>	<b>3,52</b>	<b>0,44</b>	<b>18,52</b>	<b>0,3</b>					
	Обед																	
101	Суп картофельный с пшеном, рыбными консервами, зеленью	280	7,3	8,8	17,1	181	15	27	67	0,96	0,11	8,25	0					
260	Гуляш из говядины	100	9,6	9,6	3,5	138	16	16	118	1,09	0,05	0,58	0,01					
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	7,3	36,6	251	15	133	201	4,5	0,21	0	0,03					
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	25	0,2	0,04	0,7	4	5	4	10	0,15	0,01	2,5	0					
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	20,9	83	23	18	38	0,6	0,01	1,09	0,2					
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	30/30	4,5	0,9	30	147	32,7	24	72	1,77	0,19	0	0					
	<b>Всего:</b>		<b>30,7</b>	<b>26,64</b>	<b>108,8</b>	<b>804</b>	<b>106,7</b>	<b>222</b>	<b>506</b>	<b>9,07</b>	<b>0,58</b>	<b>12,42</b>	<b>0,24</b>					
	Полдник																	
	Молоко витаминизированное	200	6	6,4	9,4	120	240	28	180	0,2	0,3	17	0,18					
ТТК 221	Плюшка с маком	80	6,5	7,3	34,9	260	27	11	58	0,66	0,07	0,04	0,04					
	<b>Всего:</b>		<b>12,5</b>	<b>13,7</b>	<b>44,3</b>	<b>380</b>	<b>267</b>	<b>39</b>	<b>238</b>	<b>0,86</b>	<b>0,37</b>	<b>17,04</b>	<b>0,22</b>					
	<b>Итого:</b>		<b>66,52</b>	<b>77,98</b>	<b>216,8</b>	<b>1855</b>	<b>746,4</b>	<b>311,5</b>	<b>1084</b>	<b>13,45</b>	<b>1,39</b>	<b>47,98</b>	<b>0,76</b>					
	Вторник																	
	Завтрак																	
14	Масло сливочное	15	0,15	11	0,15	99	3	0	4,5	0,03	0	0	0,06					
15	Сыр порционнно	25	5,8	7,5	0	90	220	9	125	0,25	0	0,18	0,08					
223	Запеканка из творога с вареньем	150/30	23,6	17,5	45,3	341	391	35	308	1,3	0,07	0,8	0,05					
338	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,5	0,5	11,7	57	19	11	14	2,7	0,04	12	0					
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	44	8	5	10	0,9	0	2,9	0					
	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,4	0,6	17,1	84	11,7	10	27	0,6	0,09	0	0					

	<b>Всего:</b>			<b>32,75</b>	<b>37,2</b>	<b>84,55</b>	<b>715</b>	<b>652,7</b>	<b>70</b>	<b>488,5</b>	<b>5,78</b>	<b>0,2</b>	<b>15,88</b>	<b>0,19</b>
	Обед													
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/255	4,8	3,6	9,9	100	38	25	53	1,12	0,05	10,04	0,01	
ТТК 242	Филе куриное панированное с маслом	100/5	23,8	13,9	10,7	335	15	83	107	1,99	0,1	0,83	0,09	
304	Рис отварной	150	3,7	6,3	28,5	216	1	19	62	0,52	0,03	0	0,03	
71	Морская капуста (доп. Гарнир)	30	0,18	0,6	1,44	12	0	0	0	0	0	0	0	
389	Сок фруктовый	200	0	0	22,4	90	0	0	0	0	0	0	0	
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	30/30	4,5	0,9	30	147	32,7	24	72	1,77	0,19	0	0	
	<b>Всего:</b>		<b>36,98</b>	<b>25,3</b>	<b>102,94</b>	<b>900</b>	<b>86,7</b>	<b>151</b>	<b>294</b>	<b>5,4</b>	<b>0,37</b>	<b>10,87</b>	<b>0,13</b>	
	Полдник													
386	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	5,6	5	22	156	242	30	188	0,2	0,06	1,8	0,04	
ТТК 376	Пирожок печёный сдобный с творогом	75	10,6	5,7	20,9	196	68	14	96	0,51	0,05	0,07	0,02	
	<b>Всего:</b>		<b>16,2</b>	<b>10,7</b>	<b>42,9</b>	<b>352</b>	<b>310</b>	<b>44</b>	<b>284</b>	<b>0,71</b>	<b>0,11</b>	<b>1,87</b>	<b>0,06</b>	
	<b>Итого:</b>		<b>85,93</b>	<b>73,2</b>	<b>230,39</b>	<b>1967</b>	<b>1049,4</b>	<b>265</b>	<b>1066,5</b>	<b>11,89</b>	<b>0,68</b>	<b>28,62</b>	<b>0,38</b>	
	Завтрак													
271	Биточки домашние	100	14,5	11	11,3	211	6	7,5	16	0,5	0,04	0,25	0	
309	Рожки отварные	150	5,5	4,9	28	186	6	8	36	0,77	0,05	0	0,02	
71	Помидоры свежие (доп. гарнир)	65	0,8	0,1	2,5	15	8,7	13	17,3	0,6	0	16,3	0	
	Кисломолочный напиток "Биолакт"	100	2,8	3,2	8,6	75	0	0	0	0	0	0	0	
ТТК 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0	0	33	132	0,3	0	0	0,03	0	0,01	0	
	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,4	0,6	17,1	84	11,7	10	27	0,6	0,09	0	0	
	<b>Всего:</b>		<b>26</b>	<b>19,8</b>	<b>100,5</b>	<b>703</b>	<b>32,7</b>	<b>38,5</b>	<b>96,3</b>	<b>2,5</b>	<b>0,18</b>	<b>16,56</b>	<b>0,02</b>	
	Обед													
102	Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	8,47	3,3	15,21	143	29	35	87	2,02	0,23	5,83	0,01	
ТТК 426	Рыба запечённая	90	17,1	10	4,4	179	15	21	141	0,7	0,23	0,56	0,02	
312	Пюре картофельное	150	3,1	5,4	12,1	138	37	28	82	0,99	0,14	5,18	0,03	
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0	0,1	0	
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	30/30	4,5	0,9	30	147	32,7	24	72	1,77	0,19	0	0	
	<b>Всего:</b>		<b>33,37</b>	<b>19,7</b>	<b>71,81</b>	<b>648</b>	<b>118,7</b>	<b>112</b>	<b>390</b>	<b>6,33</b>	<b>0,79</b>	<b>11,67</b>	<b>0,06</b>	
	Полдник													
401	Оладьи со стужённым молоком	100/20	8,8	9,4	47,7	308	135	24	148	0,86	0,13	0,93	0,03	
ТТК 206	Компот из вишни	200	0,2	0,1	18,2	76	20	10	9	0,2	0,01	4,5	0	

338	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,5	0,5	11,7	57	19	11	14	2,7	0,04	12	0
	<b>Всего:</b>		<b>9,5</b>	<b>10</b>	<b>77,6</b>	<b>441</b>	<b>174</b>	<b>45</b>	<b>171</b>	<b>3,76</b>	<b>0,18</b>	<b>17,43</b>	<b>0,03</b>
	<b>Итого:</b>		<b>68,87</b>	<b>49,5</b>	<b>249,91</b>	<b>1792</b>	<b>325,4</b>	<b>195,5</b>	<b>657,3</b>	<b>12,59</b>	<b>1,15</b>	<b>45,66</b>	<b>0,11</b>
	Четверг												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,02	0	0	0,04
15	Сыр порционнно	30	6,9	9	0	108	264	10,5	150	0,3	0	0,21	0,09
183	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/5	5,3	7,8	30	212	154	30	149	0,4	0,06	1,61	0,04
	Творог "Растишка"	100	6	3,5	10,1	96	240	0	0	0	0	0	0
338	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,5	0,5	11,7	57	19	11	14	2,7	0,04	12	0
382	Какао с молоком	200	3,9	3,8	24,1	143	126	31	116	1,03	0,05	1,3	0,02
	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,4	0,6	17,1	84	11,7	10	27	0,6	0,09	0	0
	<b>Всего:</b>		<b>25,1</b>	<b>32,5</b>	<b>93,1</b>	<b>766</b>	<b>816,7</b>	<b>92,5</b>	<b>459</b>	<b>5,05</b>	<b>0,24</b>	<b>15,12</b>	<b>0,19</b>
	Обед												
88	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	4,65	3	7,7	81	34	22	47	0,76	0,06	18,36	0
280	Фрикадельки в соусе	90/50	14	15,2	15,4	261	35	10	45	0,52	0,05	1,82	0,02
310	Картофель отварной	150	2,9	4,9	15,5	146	15	29	80	1,16	0,15	21	0,02
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	20,9	83	23	18	38	0,6	0,01	1,09	0,2
	Хлеб полезный с микроэлементами/батон витаминный с микроэлементами	30/30	4,5	0,9	30	147	32,7	24	72	1,77	0,19	0	0
	<b>Всего:</b>		<b>26,65</b>	<b>24</b>	<b>89,5</b>	<b>718</b>	<b>139,7</b>	<b>103</b>	<b>282</b>	<b>4,81</b>	<b>0,46</b>	<b>42,27</b>	<b>0,24</b>
	Полдник												
386	Йогурт фруктовый питьевой	200	6	5,6	19	150	238	28	182	0,2	0,06	1,2	0,04
ТТК 376	Пирожок печёный сдобный с джемом	75	3,6	3,9	36,6	224	24	9	36	0,75	0,04	0,07	0,01
	<b>Всего:</b>		<b>9,6</b>	<b>9,5</b>	<b>55,6</b>	<b>374</b>	<b>262</b>	<b>37</b>	<b>218</b>	<b>0,95</b>	<b>0,1</b>	<b>1,27</b>	<b>0,05</b>
	<b>Итого:</b>		<b>61,35</b>	<b>66</b>	<b>238,2</b>	<b>1858</b>	<b>1218,4</b>	<b>232,5</b>	<b>959</b>	<b>10,81</b>	<b>0,8</b>	<b>58,66</b>	<b>0,48</b>
	Пятница												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,02	0	0	0,04
ТТК 499	Котлета куриная	90	14,6	7,9	5,2	156	8	20	91	0,9	0,1	0,45	0,03
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	7,3	36,6	251	15	133	201	4,5	0,21	0	0,03
71	Помидоры свежие (доп. гарнир)	60	0,7	0,1	2,3	14	8	12	16	0,54	0,04	15	0
338	Фрукты свежие (груша)	170	0,7	0,6	17,6	80	32,8	20,4	27	3,91	0,04	8,5	0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0	0,1	0
	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,4	0,6	17,1	84	11,7	10	27	0,6	0,09	0	0
	<b>Всего:</b>		<b>27,2</b>	<b>23,9</b>	<b>89</b>	<b>692</b>	<b>82,5</b>	<b>199,4</b>	<b>373</b>	<b>11,32</b>	<b>0,48</b>	<b>24,05</b>	<b>0,1</b>



	<b>Всего:</b>		12,5	13,7	44,3	380	267	39	238	0,86	0,37	17,04	0,22
	<b>Итого:</b>		57,52	50,45	264,72	1800	567,5	185,4	756	13,62	1,18	52,27	0,44
		<b>Вторник</b>											
	Завтрак												
234	Биточки рыбные	100	12,3	9,8	17,3	214	46	29	153	0,95	0,09	0,59	0,01
304	Рис отварной	150	3,7	6,3	28,5	216	1	19	62	0,52	0,03	0	0,03
71	Помидоры свежие (доп. гарнир)	20	0,2	0,04	0,75	5	3	4	5,5	0,18	0,01	5	0
338	Фрукты свежие (груша)	170	0,7	0,6	17,6	80	32,8	20,4	27	3,91	0,04	8,5	0
382	Какао с молоком	200	3,9	3,8	24,1	143	126	31	116	1,03	0,05	1,3	0,02
	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,4	0,6	17,1	84	11,7	10	27	0,6	0,09	0	0
	<b>Всего:</b>		<b>23,2</b>	<b>21,14</b>	<b>105,35</b>	<b>742</b>	<b>220,5</b>	<b>113,4</b>	<b>390,5</b>	<b>7,19</b>	<b>0,31</b>	<b>15,39</b>	<b>0,06</b>
	Обед												
112	Суп с вермишелью и картофелем с мясными фрикадельками, зеленью	20/250	5,2	4,5	15	142	17	25	89	1,13	0,1	6,12	0
289	Рагу из птицы	200	18,6	7,3	15,1	267	23	85	180	1,9	0,13	8,96	0,05
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	45	0,5	3,5	6,9	61	30	10	19	0,38	0,01	18,6	0
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	20,9	83	23	18	38	0,6	0,01	1,09	0,2
338	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,5	0,5	11,7	57	19	11	14	2,7	0,04	12	0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	30/30	4,5	0,9	30	147	32,7	24	72	1,77	0,19	0	0
	<b>Всего:</b>		<b>29,9</b>	<b>16,7</b>	<b>99,6</b>	<b>757</b>	<b>144,7</b>	<b>173</b>	<b>412</b>	<b>8,48</b>	<b>0,48</b>	<b>46,77</b>	<b>0,25</b>
	Полдник												
386	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	5,6	5	22	156	242	30	188	0,2	0,06	1,8	0,04
ТТК 376	Пирожок печёный сдобный с творогом	75	10,6	5,7	20,9	196	68	14	96	0,51	0,05	0,07	0,02
	<b>Всего:</b>		<b>16,2</b>	<b>10,7</b>	<b>42,9</b>	<b>352</b>	<b>310</b>	<b>44</b>	<b>284</b>	<b>0,71</b>	<b>0,11</b>	<b>1,87</b>	<b>0,06</b>
	<b>Итого:</b>		<b>69,3</b>	<b>48,54</b>	<b>247,85</b>	<b>1851</b>	<b>675,2</b>	<b>330,4</b>	<b>1086,5</b>	<b>16,38</b>	<b>0,9</b>	<b>64,03</b>	<b>0,37</b>
		<b>Среда</b>											
	Завтрак												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,02	0	0	0,04
15	Сыр порционнно	10	2,3	3	0	36	88	3,5	50	0,1	0	0,07	0,03
ТТК 473	Бефстроганов из филе индейки	100	19	12,4	3,6	266	31	59	152	1,41	0,06	6,37	0,09
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	7,3	36,6	251	15	133	201	4,5	0,21	0	0,03
71	Помидоры свежие (доп. гарнир)	40	0,45	0,08	1,5	10	6	8	11	0,36	0,02	10	0
338	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,5	0,5	11,7	57	19	11	14	2,7	0,04	12	0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0	0,1	0
	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,4	0,6	17,1	84	11,7	10	27	0,6	0,09	0	0

	<b>Всего:</b>			<b>33,45</b>	<b>31,28</b>	<b>80,7</b>	<b>811</b>	<b>177,7</b>	<b>228,5</b>	<b>466</b>	<b>10,54</b>	<b>0,42</b>	<b>28,54</b>	<b>0,19</b>
	Обед													
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	<b>10/255</b>	4,8	3,6	9,9	100	38	25	53	1,12	0,05	10,04	0,01	
284	Запеканка картофельная с мясом	<b>200</b>	13,7	13,3	22	296	21	40	104	1,6	0,18	4,6	0	
71	Огурцы свежие (Доп.гарнир)	<b>30</b>	0,2	0,03	0,8	4	7	4	13	0,18	0,01	3	0	
700/2004	Напиток клюквенный	<b>200</b>	0,1	0,1	24,9	103	13	6	3	0,22	0,01	3,75	0	
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	<b>30/30</b>	4,5	0,9	30	147	32,7	24	72	1,77	0,19	0	0	
	<b>Всего:</b>		<b>23,3</b>	<b>17,93</b>	<b>87,6</b>	<b>650</b>	<b>111,7</b>	<b>99</b>	<b>245</b>	<b>4,89</b>	<b>0,44</b>	<b>21,39</b>	<b>0,01</b>	
	Полдник													
	Молоко витаминизированное	<b>200</b>	6	6,4	9,4	120	240	28	180	0,2	0,3	17	0,18	
ТТК 357	Маковый рулетик посыпной	<b>70</b>	6,5	7,2	30,6	239	9	8	42	0,62	0,06	0	0,02	
	<b>Всего:</b>		<b>12,5</b>	<b>13,6</b>	<b>40</b>	<b>359</b>	<b>249</b>	<b>36</b>	<b>222</b>	<b>0,82</b>	<b>0,36</b>	<b>17</b>	<b>0,2</b>	
	<b>Итого:</b>		<b>69,25</b>	<b>62,81</b>	<b>208,3</b>	<b>1820</b>	<b>538,4</b>	<b>363,5</b>	<b>933</b>	<b>16,25</b>	<b>1,22</b>	<b>66,93</b>	<b>0,4</b>	
	<b>Четверг</b>													
	Завтрак													
16	Ветчина порционно	<b>30</b>	4,9	3,09	1,26	54	2	5	47	0,25	0,18	0	0	
ТТК 147	Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом	<b>200/10</b>	6,2	12,6	31,6	266	170	36	171	0,63	0,11	1,76	0,029	
	Творог "Агуша"	<b>100</b>	7,4	3,9	9,4	102	240	0	0	0	0	0	0	
338	Фрукты свежие (груша)	<b>170</b>	0,7	0,6	17,6	80	32,8	20,4	27	3,91	0,04	8,5	0	
ТТК 245	Кофейный напиток витаминизированный	<b>200</b>	2,3	1,8	25	125	61	7	45	0,1	0,24	0,65	0,01	
	Батон витаминный с микроэлементами	<b>30</b>	2,4	0,6	17,1	84	11,7	10	27	0,6	0,09	0	0	
	<b>Всего:</b>		<b>23,9</b>	<b>22,59</b>	<b>101,96</b>	<b>711</b>	<b>517,5</b>	<b>78,4</b>	<b>317</b>	<b>5,49</b>	<b>0,66</b>	<b>10,91</b>	<b>0,039</b>	
	Обед													
177/2004	Бульон с куринным филе, грибами, зеленью	<b>30/15/250</b>	11	1,2	16,7	142	12	34	56	0,9	0,04	1,4	0,02	
ТТК 274	Ёжики "Аппетитные"	<b>100/50</b>	11,6	11,4	12,9	205	23	12	54	0,6	0,03	3,5	0,03	
312	Пюре картофельное	<b>150</b>	3,1	5,4	12,1	138	37	28	82	0,99	0,14	5,18	0,03	
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	<b>30</b>	0,2	0,03	0,8	4	7	4	13	0,18	0,01	3	0	
389	Сок фруктовый	<b>200</b>	0	0	22,4	90	0	0	0	0	0	0	0	
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	<b>30/30</b>	4,5	0,9	30	147	32,7	24	72	1,77	0,19	0	0	
	<b>Всего:</b>		<b>30,4</b>	<b>18,93</b>	<b>94,9</b>	<b>726</b>	<b>111,7</b>	<b>102</b>	<b>277</b>	<b>4,44</b>	<b>0,41</b>	<b>13,08</b>	<b>0,08</b>	
	Полдник													
386	Йогурт фруктовый питьевой	<b>200</b>	6	5,6	19	150	238	28	182	0,2	0,06	1,2	0,04	
ТТК 376	Пирожок печёный сдобный с джемом	<b>75</b>	3,6	3,9	36,6	224	24	9	36	0,75	0,04	0,07	0,01	
	<b>Всего:</b>		<b>9,6</b>	<b>9,5</b>	<b>55,6</b>	<b>374</b>	<b>262</b>	<b>37</b>	<b>218</b>	<b>0,95</b>	<b>0,1</b>	<b>1,27</b>	<b>0,05</b>	

		Пятница													
Итого:		63,9	51,02	252,46	1811	891,2	217,4	812	10,88	1,17	25,26	0,169			
Завтрак															
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,02	0	0	0,04		
ТТК 477	Бифтекс Домашний	90	13,1	10,5	16,3	191	11	16	49	1,26	0,17	1,4	0		
309	Рожки отварные	150	5,5	4,9	28	186	6	8	36	0,77	0,05	0	0,02		
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	0,4	0,06	1,6	8	14	8	26	0,36	0,02	6	0		
377	Кисломологичный напиток "Биолакт"	100	2,8	3,2	8,6	75	0	0	0	0	0	0	0		
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	44	8	5	10	0,9	0	2,9	0		
	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,4	0,6	17,1	84	11,7	10	27	0,6	0,09	0	0		
	<b>Всего:</b>		<b>24,6</b>	<b>26,66</b>	<b>82</b>	<b>654</b>	<b>52,7</b>	<b>47</b>	<b>151</b>	<b>3,91</b>	<b>0,33</b>	<b>10,3</b>	<b>0,06</b>		
	Обед.														
88	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	4,65	3	7,7	81	34	22	47	0,76	0,06	18,36	0		
ТТК 426	Рыба запечённая	90	17,1	10	4,4	179	15	21	141	0,7	0,23	0,56	0,02		
304	Рис отварной	150	3,7	6,3	28,5	216	1	19	62	0,52	0,03	0	0,03		
71	Помидоры свежие (доп. гарнир)	30	0,4	0,1	1,2	7	4	6	8	0,28	0,02	7,5	0		
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	20,9	83	23	18	38	0,6	0,01	1,09	0,2		
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	30/30	4,5	0,9	30	147	32,7	24	72	1,77	0,19	0	0		
	<b>Всего:</b>		<b>30,95</b>	<b>20,3</b>	<b>92,7</b>	<b>713</b>	<b>109,7</b>	<b>110</b>	<b>368</b>	<b>4,63</b>	<b>0,54</b>	<b>27,51</b>	<b>0,25</b>		
	Полдник														
	Сок фруктовый	200	0	0	22,4	90	0	0	0	0	0	0	0		
ТТК 27	Хачапури	75	9,7	11,4	20,9	243	194	15	136	0,71	0,06	0,07	0,09		
	<b>Всего:</b>		<b>9,7</b>	<b>11,4</b>	<b>43,3</b>	<b>333</b>	<b>194</b>	<b>15</b>	<b>136</b>	<b>0,71</b>	<b>0,06</b>	<b>0,07</b>	<b>0,09</b>		
	<b>Итого:</b>		<b>65,25</b>	<b>58,36</b>	<b>218</b>	<b>1700</b>	<b>356,4</b>	<b>172</b>	<b>655</b>	<b>9,25</b>	<b>0,93</b>	<b>37,88</b>	<b>0,4</b>		
	Третья неделя														
	Понедельник														
	Завтрак														
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,02	0	0	0,04		
211	Омлет с сыром	150	18,8	21,4	3,2	256	309	27	342	2,7	0,09	0,43	0,32		
71	Помидоры свежие (доп. гарнир)	25	0,3	0	1	6	4	5	6	0,25	0,02	6	0		
	Смузи-коктейль	250	1,5	0	31	130	0	0	0	0	0	0	0		
338	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,5	0,5	11,7	57	19	11	14	2,7	0,04	12	0		
382	Какао с молоком	200	3,9	3,8	24,1	143	126	31	116	1,03	0,05	1,3	0,02		
	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,4	0,6	17,1	84	11,7	10	27	0,6	0,09	0	0		
	<b>Всего:</b>		<b>27,5</b>	<b>33,6</b>	<b>88,2</b>	<b>742</b>	<b>471,7</b>	<b>84</b>	<b>508</b>	<b>7,3</b>	<b>0,29</b>	<b>19,73</b>	<b>0,38</b>		



	<b>Обед</b>																			
101	Суп картофельный с рисом, рыбными консервами, зеленью	<b>270</b>	5,4	6,7	17,4	155	14	25	64	0,88	0,09	8,25	0							
260	Гуляш из говядины	<b>100</b>	9,6	9,6	3,5	138	16	16	118	1,09	0,05	0,58	0,01							
302	Каша гречневая рассыпчатая	<b>150</b>	8,5	7,3	36,6	251	15	133	201	4,5	0,21	0	0,03							
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	<b>65</b>	0,43	0,07	1,73	9	15,1	8,6	28,1	0,39	0,02	6,5	0							
377	Компот из яблочек	<b>200</b>	0,2	0,2	13,9	59	7	4	4	0,93	0,014	4,09	0							
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	<b>30/30</b>	4,5	0,9	30	147	32,7	24	72	1,77	0,19	0	0							
	<b>Всего:</b>		<b>28,63</b>	<b>24,77</b>	<b>103,13</b>	<b>759</b>	<b>99,8</b>	<b>210,6</b>	<b>487,1</b>	<b>9,56</b>	<b>0,574</b>	<b>19,42</b>	<b>0,04</b>							
	<b>Полдник</b>																			
	Молоко витаминизированное	<b>200</b>	6	6,4	9,4	120	240	28	180	0,2	0,3	17	0,18							
ТТК 357	Маковый рулетик посыпной	<b>70</b>	6,5	7,2	30,6	239	9	8	42	0,62	0,06	0	0,02							
	<b>Всего:</b>		<b>12,5</b>	<b>13,6</b>	<b>40</b>	<b>359</b>	<b>249</b>	<b>36</b>	<b>222</b>	<b>0,82</b>	<b>0,36</b>	<b>17</b>	<b>0,2</b>							
	<b>Итого:</b>		<b>68,63</b>	<b>71,97</b>	<b>231,33</b>	<b>1860</b>	<b>820,5</b>	<b>330,6</b>	<b>1217,1</b>	<b>17,68</b>	<b>1,224</b>	<b>56,15</b>	<b>0,62</b>							
	<b>Вторник</b>																			
	<b>Завтрак</b>																			
14	Масло сливочное	<b>10</b>	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,02	0	0	0,04							
15	Сыр порционный	<b>25</b>	5,8	7,5	0	90	220	9	125	0,25	0	0,18	0,08							
182	Каша молочная пшённая жидкая с маслом	<b>200/10</b>	6,5	12	28	248	160	39	270	0,83	0,14	1,61	0,06							
	Кисломологичный напиток "Биолакт"	<b>100</b>	2,8	3,2	8,6	75	0	0	0	0	0	0	0							
338	Фрукты свежие (груша)	<b>170</b>	0,7	0,6	17,6	80	32,8	20,4	27	3,91	0,04	8,5	0							
376	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0	0,1	0							
	Батон витаминный с микроэлементами	<b>30</b>	2,4	0,6	17,1	84	11,7	10	27	0,6	0,09	0	0							
	<b>Всего:</b>		<b>18,5</b>	<b>31,3</b>	<b>81,5</b>	<b>684</b>	<b>431,5</b>	<b>82,4</b>	<b>460</b>	<b>6,46</b>	<b>0,27</b>	<b>10,39</b>	<b>0,18</b>							
	<b>Обед</b>																			
157/2004	Солёная домашняя со сметаной, зеленью	<b>260</b>	5,6	8	7,6	121	19	16	42	0,68	0,06	5,24	0,01							
294/2014	Запеканка из пшена с рисом	<b>90</b>	11,2	6,4	14,2	159	11	20,5	202	3,59	0,16	7,4	0,04							
312	Пюре картофельное	<b>150</b>	3,1	5,4	12,1	138	37	28	82	0,99	0,14	5,18	0,03							
71	Морская капуста (доп. гарнир)	<b>30</b>	0,18	0,6	1,44	12	0	0	0	0	0	0	0							
ТТК 206	Компот из ягод	<b>200</b>	0,2	0,1	17	70	12	8	9	0,2	0,01	4,5	0							
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	<b>30/30</b>	4,5	0,9	30	147	32,7	24	72	1,77	0,19	0	0							
	<b>Всего:</b>		<b>24,78</b>	<b>21,4</b>	<b>82,34</b>	<b>647</b>	<b>111,7</b>	<b>96,5</b>	<b>407</b>	<b>7,23</b>	<b>0,56</b>	<b>22,32</b>	<b>0,08</b>							
	<b>Полдник</b>																			
386	Кисломологичный напиток "Снежок"	<b>200</b>	5,6	5	22	156	242	30	188	0,2	0,06	1,8	0,04							



102	Супл картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	8,47	3,3	15,21	143	29	35	87	2,02	0,23	5,83	0,01
ТТК 242	Филе куриное панированное	100	23,8	10,3	10,7	302	14	83	106	1,98	0,1	0,83	0,07
312	Пюре картофельное	150	3,1	5,4	12,1	138	37	28	82	0,99	0,14	5,18	0,03
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	25	0,2	0,04	0,7	4	5	4	10	0,15	0,01	2,5	0
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	18,9	79	7	4	4	0,93	0,01	4,09	0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	30/30	4,5	0,9	30	147	32,7	24	72	1,77	0,19	0	0
	<b>Всего:</b>	<b>40,27</b>	<b>20,14</b>	<b>87,61</b>	<b>813</b>	<b>124,7</b>	<b>178</b>	<b>361</b>	<b>7,84</b>	<b>0,68</b>	<b>18,43</b>	<b>0,11</b>	
	<b>Полдник</b>												
401	Оладьи с вареньем	100/25	7,6	7,9	53,5	311	79	19,4	110,3	0,92	0,12	1,33	0,02
338	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,5	0,5	11,7	57	19	11	14	2,7	0,04	12	0
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	44	8	5	10	0,9	0	2,9	0
	<b>Всего:</b>	<b>8,4</b>	<b>8,5</b>	<b>75,5</b>	<b>412</b>	<b>106</b>	<b>35,4</b>	<b>134,3</b>	<b>4,52</b>	<b>0,16</b>	<b>16,23</b>	<b>0,02</b>	
	<b>Итого:</b>	<b>79,57</b>	<b>59,64</b>	<b>242,21</b>	<b>1907</b>	<b>649,2</b>	<b>646,3</b>	<b>962,3</b>	<b>18,85</b>	<b>1,06</b>	<b>43,83</b>	<b>0,27</b>	
	<b>Пятница</b>												
	<b>Завтрак</b>												
ТТК 500	Шницель "Нежный"	90	14,2	14,9	15,3	269	9	30	79	1,1	0,2	0,35	0,01
ТТК 555	Булгур с овощами, кукурузой	150	7,3	9,3	33,2	278	2	18	54	0,85	0,06	3,8	0,02
71	Помидоры свежие (доп. гарнир)	55	0,6	0,11	2,1	13	7,7	11	14,3	0,55	0,033	13	0
338	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,5	0,5	11,7	57	19	11	14	2,7	0,04	12	0
382	Какао с молоком	200	3,9	3,8	24,1	143	126	31	116	1,03	0,05	1,3	0,02
	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,4	0,6	17,1	84	11,7	10	27	0,6	0,09	0	0
	<b>Всего:</b>	<b>28,9</b>	<b>29,21</b>	<b>103,5</b>	<b>844</b>	<b>175,4</b>	<b>111</b>	<b>304,3</b>	<b>6,83</b>	<b>0,473</b>	<b>30,45</b>	<b>0,05</b>	
	<b>Обед</b>												
88	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	4,65	3	7,7	81	34	22	47	0,76	0,06	18,36	0
259	Жаркое по-домашнему	200	13,3	9,43	19,21	225	18	33	83	1,29	0,13	8,43	0
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	30	0,2	0,03	0,8	4	7	4	13	0,18	0,01	3	0
389	Сок фруктовый	200	0	0	22,4	90	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	30/30	4,5	0,9	30	147	32,7	24	72	1,77	0,19	0	0
	<b>Всего:</b>	<b>22,65</b>	<b>13,36</b>	<b>80,11</b>	<b>547</b>	<b>91,7</b>	<b>83</b>	<b>215</b>	<b>4</b>	<b>0,39</b>	<b>29,79</b>	<b>0</b>	
	<b>Полдник</b>												
386	Йогурт фруктовый питьевой	200	6	5,6	19	150	238	28	182	0,2	0,06	1,2	0,04
ТТК 376	Пирожок печёный сдобный с джемом	75	3,6	3,9	36,6	224	24	9	36	0,75	0,04	0,07	0,01
	<b>Всего:</b>	<b>9,6</b>	<b>9,5</b>	<b>55,6</b>	<b>374</b>	<b>262</b>	<b>37</b>	<b>218</b>	<b>0,95</b>	<b>0,1</b>	<b>1,27</b>	<b>0,05</b>	
	<b>Итого:</b>	<b>61,15</b>	<b>52,07</b>	<b>239,21</b>	<b>1765</b>	<b>529,1</b>	<b>231</b>	<b>737,3</b>	<b>11,78</b>	<b>0,963</b>	<b>61,51</b>	<b>0,1</b>	

		Четвертая неделя													
		Понедельник													
		Завтрак													
11/2004	Бутерброд горячий с колбасой варёной и сыром	55	8,9	10,1	14	182	147	17	135	1	0,1	0,11	0,04		
182	Каша молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая с маслом	200/5	6,3	12,4	28,5	250	151	48	183	1	0,14	1,4	0,06		
	Йогурт "Растишка"	110	4,2	3,3	14,1	102	264	0	0	0	0	0	0		
338	Фрукты свежие (груша)	170	0,7	0,6	17,6	80	32,8	20,4	27	3,91	0,04	8,5	0		
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	44	8	5	10	0,9	0	2,9	0		
	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,4	0,6	17,1	84	11,7	10	27	0,6	0,09	0	0		
	<b>Всего:</b>		<b>22,8</b>	<b>27,1</b>	<b>101,6</b>	<b>742</b>	<b>614,5</b>	<b>100,4</b>	<b>382</b>	<b>7,41</b>	<b>0,37</b>	<b>12,91</b>	<b>0,1</b>		
	Обед														
96	Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью	10/260	6	5,6	17,5	141	29	31	112	1,3	0,11	7,55	0,06		
265	Плов из говядины	200	14,72	9,75	36,72	309	12	35	95	0,82	0,05	1,21	0		
71	Помидоры свежие (доп. гарнир)	60	0,7	0,1	2,3	14	8	12	16	0,54	0,04	15	0		
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	20,9	83	23	18	38	0,6	0,01	1,09	0,2		
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	30/30	4,5	0,9	30	147	32,7	24	72	1,77	0,19	0	0		
	<b>Всего:</b>		<b>26,52</b>	<b>16,35</b>	<b>107,42</b>	<b>694</b>	<b>104,7</b>	<b>120</b>	<b>333</b>	<b>5,03</b>	<b>0,4</b>	<b>24,85</b>	<b>0,26</b>		
	Полдник														
386	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	5,6	5	22	156	242	30	188	0,2	0,06	1,8	0,04		
ТТК 27	Хачапури	60	8,4	8,4	16,7	190	155	12	108	0,57	0,05	0,06	0,07		
	<b>Всего:</b>		<b>14</b>	<b>13,4</b>	<b>38,7</b>	<b>346</b>	<b>397</b>	<b>42</b>	<b>296</b>	<b>0,77</b>	<b>0,11</b>	<b>1,86</b>	<b>0,11</b>		
	<b>Итого:</b>		<b>63,32</b>	<b>56,85</b>	<b>247,72</b>	<b>1782</b>	<b>1116,2</b>	<b>262,4</b>	<b>1011</b>	<b>13,21</b>	<b>0,88</b>	<b>39,62</b>	<b>0,47</b>		
	<b>Вторник</b>														
	Завтрак														
271	Биточки домашние	100	14,5	11	11,3	211	6	7,5	16	0,5	0,04	0,25	0		
309	Вермишель отварная	150	5,5	4,2	28,5	183	6	8	36	0,77	0,06	0	0,02		
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	30	0,2	0,03	0,8	4	7	4	13	0,18	0,01	3	0		
	Пюре фруктовое	90	0	0	15	60	0	0	0	0	0	0	0		
206	Компот из вишни (горячий напиток)	200	0,2	0,1	13,2	56	20	10	9	0,2	0,01	4,5	0		
	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,4	0,6	17,1	84	11,7	10	27	0,6	0,09	0	0		
	<b>Всего:</b>		<b>22,8</b>	<b>15,93</b>	<b>85,9</b>	<b>598</b>	<b>50,7</b>	<b>39,5</b>	<b>101</b>	<b>2,25</b>	<b>0,21</b>	<b>7,75</b>	<b>0,02</b>		
	Обед														
88	Ци из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	4,65	3	7,7	81	34	22	47	0,76	0,06	18,36	0		



14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,02	0	0	0,04
ТК 499	Котлета курдюная с маслом	90/5	14,6	7,9	9,3	193	8	20	92	0,9	0,1	0,45	0,27
304	Рис отварной	150	3,7	6,3	28,5	216	1	19	62	0,52	0,03	0	0,03
71	Помидоры свежие (Доп. гарнир)	50	0,55	0,1	1,95	12	7	10	13	0,5	0,03	12,5	0
	Кисломолочный напиток "Биолакт"	100	2,8	3,2	8,6	75	0	0	0	0	0	0	0
245	Кофейный напиток витаминизированный	200	2,3	1,8	25	125	61	7	45	0,1	0,24	0,65	0,01
	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,4	0,6	17,1	84	11,7	10	27	0,6	0,09	0	0
	<b>Всего:</b>		<b>26,45</b>	<b>27,2</b>	<b>90,55</b>	<b>771</b>	<b>90,7</b>	<b>66</b>	<b>242</b>	<b>2,64</b>	<b>0,49</b>	<b>13,6</b>	<b>0,35</b>
	Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/255	4,8	3,6	9,9	100	38	25	53	1,12	0,05	10,04	0,01
276	Рулет мясной с яйцом	100	14,5	10,8	8,2	191	41	22	157	1,71	0,07	0,2	0,1
309	Рожки отварные	150	5,5	4,2	28,5	183	6	8	36	0,77	0,06	0	0,02
71	Огурцы свежие (Доп. гарнир)	20	0,2	0,02	0,5	3	5	3	8	0,12	0,01	2	0
389	Сок фруктовый	200	0	0	22,4	90	0	0	0	0	0	0	0
338	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,5	0,5	11,7	57	19	11	14	2,7	0,04	12	0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	30/30	4,5	0,9	30	147	32,7	24	72	1,77	0,19	0	0
	<b>Всего:</b>		<b>30</b>	<b>20,02</b>	<b>111,2</b>	<b>771</b>	<b>141,7</b>	<b>93</b>	<b>340</b>	<b>8,19</b>	<b>0,42</b>	<b>24,24</b>	<b>0,13</b>
	Полдник												
	Молоко витаминизированное	200	6	6,4	9,4	120	240	28	180	0,2	0,3	17	0,18
410	Ватрушка с творогом	75	9,5	6,4	35,6	239	70	16	112	0,81	0,09	0,34	0,02
	<b>Всего:</b>		<b>15,5</b>	<b>12,8</b>	<b>45</b>	<b>359</b>	<b>310</b>	<b>44</b>	<b>292</b>	<b>1,01</b>	<b>0,39</b>	<b>17,34</b>	<b>0,2</b>
	<b>Итого:</b>		<b>71,95</b>	<b>60,02</b>	<b>246,75</b>	<b>1901</b>	<b>542,4</b>	<b>203</b>	<b>874</b>	<b>11,84</b>	<b>1,3</b>	<b>55,18</b>	<b>0,68</b>
	Пятница												
	Завтрак												
15	Сыр порционно	10	2,3	3	0	36	88	3,5	50	0,1	0	0,07	0,03
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,02	0	0	0,04
ТК 552	Индейка с булгуром	200	15	20,5	30,1	391	23	11	71	1,3	0,04	6	0
306	Кукуруза консервированная (Доп. гарнир)	40	4	2	24	130	14	42	120	1,4	0,16	0	0
338	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,5	0,5	11,7	57	19	11	14	2,7	0,04	12	0
382	Какао с молоком	200	3,9	3,8	24,1	143	126	31	116	1,03	0,05	1,3	0,02
	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,4	0,6	17,1	84	11,7	10	27	0,6	0,09	0	0
	<b>Всего:</b>		<b>28,2</b>	<b>37,7</b>	<b>107,1</b>	<b>907</b>	<b>283,7</b>	<b>108,5</b>	<b>401</b>	<b>7,15</b>	<b>0,38</b>	<b>19,37</b>	<b>0,09</b>
	Обед												
99	Суп из овощей с мясом, зеленью	10/250	4,7	5,4	9,3	111	22	21	51	0,77	0,07	12,75	0
ТК 274	Ёжики "Аппетитные"	100/50	11,6	11,4	12,9	205	23	12	54	0,6	0,03	3,5	0,03
312	Пюре картофельное	150	3,1	5,4	12,1	138	37	28	82	0,99	0,14	5,18	0,03

71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	20	0,2	0,02	0,5	3	5	3	8	0,12	0,01	2	0
700	Напиток клюквенный	200	0,1	0,1	24,9	103	13	6	3	0,22	0,01	3,75	0
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	30/30	4,5	0,9	30	147	32,7	24	72	1,77	0,19	0	0
	<b>Всего:</b>		<b>24,2</b>	<b>23,22</b>	<b>89,7</b>	<b>707</b>	<b>132,7</b>	<b>94</b>	<b>270</b>	<b>4,47</b>	<b>0,45</b>	<b>27,18</b>	<b>0,06</b>
	Полдник												
386	Йогурт фруктовый питьевой	200	6	5,6	19	150	238	28	182	0,2	0,06	1,2	0,04
ТТК 376	Пирожок печёный сдобный с джемом	75	3,6	3,9	36,6	224	24	9	36	0,75	0,04	0,07	0,01
	<b>Всего:</b>		<b>9,6</b>	<b>9,5</b>	<b>55,6</b>	<b>374</b>	<b>262</b>	<b>37</b>	<b>218</b>	<b>0,95</b>	<b>0,1</b>	<b>1,27</b>	<b>0,05</b>
	<b>Итого:</b>		<b>62</b>	<b>70,42</b>	<b>252,4</b>	<b>1988</b>	<b>678,4</b>	<b>239,5</b>	<b>889</b>	<b>12,57</b>	<b>0,93</b>	<b>47,82</b>	<b>0,2</b>
	<b>Итого по меню:</b>		<b>1350</b>	<b>1196</b>	<b>4799,24</b>	<b>36547</b>	<b>13786</b>	<b>5964</b>	<b>18329</b>	<b>273</b>	<b>21,7</b>	<b>1040</b>	<b>7,69</b>
	Среднее за день		67,5	59,8	240,0	1827,4	689,3	298,2	916,5	13,6	1,1	52,0	0,4

В меню используются следующие свежие фрукты: яблоки, груши

В меню включены витаминизированные напитки: кисель плодово-ягодный (витамины В1, В6, РР, С), кофейный напиток витаминизированный (витамины В1, В6, РР, С), молоко витаминизированное (витамины А, Е, В1, В6, В9, С, РР, а также железо, цинк)

Начальник производственно-технологического отдела МБУ "Дирекция по организации питания" Н.В. Решетникова