СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ «Гимназия № 136»

Н.С. Лежнина

THE Reelel 2024r.

документов

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по производству

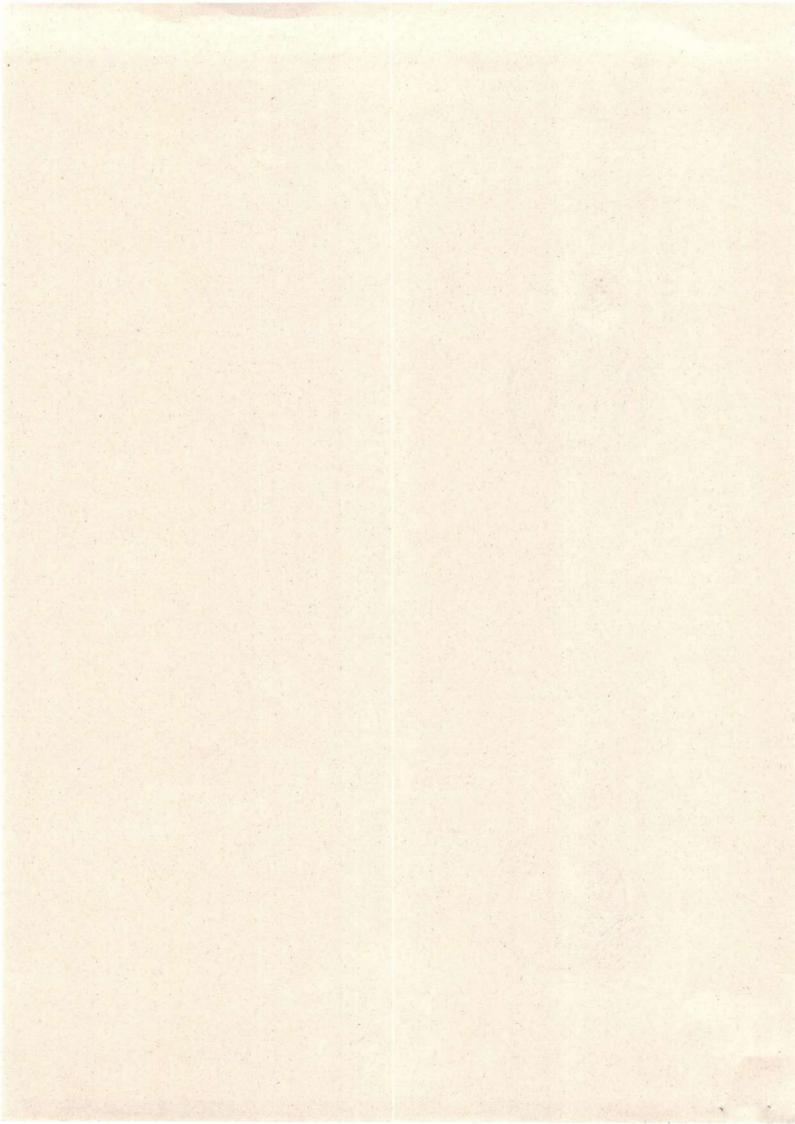
МБУ «Дирекция по организации питания»

Е.И. Корнева

2024г.

4-х недельное примерное цикличное меню трёхразового горячего питания учащихся 5-11 классов МБОУ «Гимназия № 136» с 5 февраля по 31 марта 2024 года.

Организатор питания МБУ «Дирекция по организации питания»



№ рецептуры		2.00	Пи	цевые вещ	ества	Энергетич	-10	Микроэле	ементы (мі)	Bi	итамины (Mr)
по Сборнику блюд 2015г	Наименование блюд	Выход порции (г)	белки	жиры	углеводы	еская ценность (ккал)	Ca	Mg	P	Fe	Bı	c	A
	Первая неделя												
	Понедельник												
	Завтрак				10.718								
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,02	0,01	0,00	0,04
TTK500	Шницель "Нежный"	90	15,0	12,2	11,9	219	9	29	72	1,20	0,20	0,30	0,00
310	Картофель отварной	180	3,5	5,7	18,4	138	18	35	95	1,40	0,20	17,60	0,00
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,89	0,00	2,90	0,00
	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00
	Всего:		20,9	25,8	55,0	536,0	47	69	180	4,01	0,49	20,80	0,04
	Обед												
112	Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	10/250	4,8	4,0	14,0	111	9	18	73	1,00	0,09	5,20	0,00
260	Гуляш из говядины	100	6,4	9,5	2,6	134	16	16	23	1,10	0,10	0,60	0,00
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,40	0,25	0,00	0,03
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,69	0,02	0,89	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,00
	Всего:		26,2	23,1	99,0	750,0	104	216	367	9,67	0,63	6,69	0,03
	Полдник			32				TE E					
TTK 27	Хачапури	70	9,0	10,6	19,5	227	181	14	126	0,66	0,06	0,06	0,09
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,65	0,01	20,00	0,00
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,90	0,00	13,00	0,00
	Всего:		10,2	11,4	56,8	389,0	212	29	143	4,21	0,07	33,06	0,09
	Итого:		57,3	60,3	210,8	1675,0	363	314	690	17,89	1,19	60,55	0,16
	Вторник												
	Завтрак			me i					Vinder of				
TTK 242	Филе куриное панированное	100	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,11	0,11	1,66	0,08
304	Рис отварной	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,62	0,03	0,00	0,04
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00
	Всего:		30,6	24,8	70,5	627,0	34	116	254	4,08	0,22	1,76	0,12
	Обед					Transite							
TTK 52	Борщ "Нижегородский" мясной со сметаной, зеленью	260	7,5	5,3	8,6	112	35	36	78	1,60	0,07	11,30	0,02
TTK 274	Ёжики "Аппетитные"	100/50	11,3	11,8	12,9	202	17	15	77	0,80	0,13	0,95	0,03
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,18	0,01	0,36	0,06
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,90	0,00	4,10	0,00

ый с микронутриентами/Батон с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,00
		26,6	24,4	75,0	625,0	133	88	258	5,96	0,38	16,71	0,11
												155
неный сдобный с мясом, рисом	80	9,7	10,7	21,7	222	23	17	99	0,99	0,14	0,04	0,0
блепихи	200	0,0	0,0	15,0	60	1	0	0	0,05	0,00	0,00	0,0
		9,7	10,7	36,7	282	24	17	99	1,04	0,14	0,04	0,0
		66,9	59,9	182,2	1534,0	191	221	611	11,08	0,74	18,51	0,2
Среда								-	Basis			
												100
очное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,02	0,01	0,00	0,0
нно	15	3,5	4,4	0,0	53	150	8	90	0,20	0,00	0,10	0,0
ашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,00	0,30	0,00	0,0
ные	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,0
OM	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,89	0,00	2,90	0,0
инный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,0
		26,2	29,3	68,3	642,0	188	32	198	3,52	0,46	3,00	0,0
льный с горохом, мясом, зеленью	10/250	8,8	4,1	14,5	127	24	33	107	2,14	0,23	5,00	0,0
ейки	200	11,4	18,6	41,6	380	13	31	82	1,50	0,04	2,35	0,0
глодов шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,65	0,01	20,00	0,0
ый с микронутриентами/Батон с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,0
		24,7	23,8	105,8	734,0	75	67	192	5,77	0,45	27,35	0,0
											Y de gra	
ченый сдобный с творогом	75	9,0	7,0	20,9	182	68	14	96	0,51	0,05	0,07	0,0
вый —	200	0,0	0,0	22,4	90	. 0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,0
кие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,90	0,00	13,00	0,0
		9,5	7,5	56,0	330,0	89	26	110	3,41	0,05	13,07	0,0
	Table 5	60,4	60,6	230,1	1706,0	352	125	500	12,70	0,96	43,42	0,0
Четверг												
			LO ESTANO							DEP.		
сные в соусе	100/50	13,8	16,6	15,0	264	31	13	72	0,10	0,17	0,26	0,0
й — — — — — — — — — — — — — — — — — — —	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,62	0,03	0,00	0,0
оком	200	3,9	3,1	21,1	128	126	31	116	1,03	0,04	1,30	0,0
инный с микронутриентами	25		0,5	14,3	70	10	0	0		0,08	0,00	0,0
		-		+			67	261	engen mananament	4		0,1
иннь	ій с микронутриентами	ій с микронутриентами 25	тй с микронутриентами 25 2,0 24,1									

88	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	4,0	3,9	6,9	78	28	14	66	0,88	0,06	17,37	0,00
TTK 242	Филе куриное панированное	100	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,11	0,11	1,66	0,0
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,0
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,69	0,02	0,89	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,0
	Всего:		39,3	27,1	91,1	795	114	133	310	6,07	0,43	19,92	0,1
	Полдник	(Colonial Colonia Colonia Colonia Colonia Colonia Colonia Colonia Colonia Colonia C				200		of the Park					
TTK 376	Пирожок печёный сдобный с курицей и капустой	75	8,8	5,6	18,6	160	28	25	57	0,72	0,06	0,90	0,0
700/2004	Напиток клюквенный	200	0,1	0,1	15,9	65	4	4	3	0,20	0,00	3,80	0,0
FEET	Всего:	Barren S	8,9	5,7	34,5	225	32	29	60	0,92	0,06	4,70	0,0
	Итого:		72,3	60,5	209,7	1702	315	229	631	9,24	0,81	26,18	0,2
	Пятница	1 18 5 7 6		in the late		12.50	17.13		TOTAL P		Figure	in zaka	
96964	Завтрак	A STATE OF THE STA						B. T. Park	That is	- Car		3.57.75	
15	Масло шоколадное	15	0,2	9,3	3,3	98	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,0
TTK 552	Индейка с булгуром	200	14,2	18,7	37,6	375	100	7	72	0,90	0,03	0,00	0,0
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,89	0,00	2,90	0,0
361812	Батон витаминный с микронутриентами	40	3,2	0,8	22,8	112	16	0	0	0,80	0,18	0,00	0,0
THE STATE OF	Всего:		17,9	28,9	74,0	628	124	12	82	2,59	0,21	2,90	0,0
	Обед						8.88					37.55	
177/2004	Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	25/15/250	9,5	0,8	13,7	100	12	23	37	0,79	0,11	0,66	0,0
259	Жаркое по-домашнему	200	10,1	12,0	19,3	226	16	40	165	1,99	0,17	8,16	0,0
342	Компот из груши	200	0,2	0,1	14,0	58	8	5	6	1,00	0,00	2,10	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,0
	Всего:		23,6	13,7	72,1	507	64	68	208	5,26	0,45	10,92	0,0
	Полдник	a TENTEDUN		The same	1.534					(T)			
TTK 357	Маковый рулетик посыпной	75	6,5	8,1	32,0	254	29	9	29	0,51	0,06	0,06	0,0
389	Сок фруктовый	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,0
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,90	0,00	13,00	0,0
	Всего:		7,0	8,6	67,1	402	50	21	43	3,41	0,06	13,06	0,0
THE REAL	Итого:		48,5	51,2	213,2	1537	238	101	333	11,26	0,72	26,88	0,0
	Суббота							200			2		15
i u-oraș	Завтрак			13-10-4									38.1
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,02	0,01	0,00	0,0
260	Гуляш из говядины	100	6,4	9,5	2,6	134	16	16	23	1,10	0,10	0,60	0,0
309	Рожки отварные	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,0
TTK 245	Кофейный напиток витаминизированный	200	2,3	1,4	22,0	110	60	7	45	0,10	0,02	0,65	0,0

The said	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00
FIXE PLE	Всего:		17,3	24,4	72,5	592	96	32	113	2,6	0,3	1,3	0,1
	Обед	S. C. Park		Physical Co.					1697.7				
	Суп гороховый с гренками	250/15	10,1	6,1	31,5	221	40	31	79	2,90	0,49	0,00	0,00
THE RESERVE AND ADDRESS OF THE PARTY.	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,00	0,30	0,00	0,00
Charles of the last of the las	Овощи тушёные	180	3,9	7,4	16,8	150	18	23	63	1,10	0,09	14,80	0,04
1 1 1/14	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,03	0,00	7,60	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,00
	Bcero:		31,6	25,6	111,5	804	99	64	201	6,51	1,05	22,40	0,04
	Полдник							1000				100	phase !
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
TTK 22	Плюшка Московская	75	5,7	5,9	34,1	212	25	10	54	0,60	0,10	0,00	0,00
	Всего:		7,7	6,9	56,1	312	25	10	54	0,60	0,10	0,00	0,00
Spirit and	Итого:	Personal I	56,6	56,9	240,1	1708	220	106	368	9,74	1,43	23,65	0,12
	Вторая неделя		TELLER!	K SERVE									
	Понедельник		7. 5.							10.15	no resi		
3777	Завтрак	100	0 2 3 7 1	Little St.			1				-		
TTK 473	Бефстроганов из филе индейки	100	11,0	12,5	5,5	179	20	8	17	0,90	0,03	0,80	0,01
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,18	0,01	0,36	0,06
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,89	0,00	2,90	0,00
3,,	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00
	Всего:		17,1	19,4	44,6	422	84	46	126	3,47	0,12	4,06	0,07
	Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/260	4,2	5,2	9,3	101	37	23	76	1,24	0,05	9,20	0,01
265	Плов из говядины	200	11,6	11,7	37,1	300	9	41	176	1,49	0,08	0,74	0,00
	Напиток из облепихи	200	0,0	0,0	15,0	60	1	0	0	0,05	0,00	0,00	0,00
111112	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,00
	Всего:	The same	19,6	17,7	86,5	584	75	64	252	4,26	0,30	9,94	0,01
	Полдник						The fact				THE STATE OF		
TTK 27		70	9,0	10,6	19,5	227	181	14	126	0,66	0,06	0,06	0,09
TTK 206		200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,20	0,01	4,50	0,00
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,90	0,00	13,00	0,00
330	Всего:	1 100	9,7	11,2	44,2	334	213	34	149	3,76	0,07	17,56	-
1	Итого:		46,4	48,3	175,3	1340	372	144	527	11,49	0,49	31,56	-
	Вторник	To Be and the	,.	- Uje						1 11 11		3 7 7	
	Завтрак					1000	1		1		P. T.	The state of	1

295	Котлета куриная	100	20,2	9,0	16,8	229	42	72	151	1,80	0,20	1,30	0,06
304	Рис отварной	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,62	0,03	0,00	0,04
TTK 245	Кофейный напиток витаминизированный	200	2,3	1,4	22,0	110	60	7	45	0,10	0,02	0,65	0,01
	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00
	Всего:		28,9	18,4	86,8	629	114	102	269	3,02	0,33	1,95	0,1
	Обед								-1				
102	Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	8,8	4,1	14,5	127	24	33	107	2,14	0,23	5,00	0,00
260	Гуляш из говядины	100	6,4	9,5	2,6	134	16	16	23	1,10	0,10	0,60	0,0
309	Рожки отварные	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,0
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,69	0,02	0,89	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,0
	Всего:		26,5	20,1	88,9	682	109	79	201	6,32	0,59	6,49	0,0
	Полдник							10					3
TTK 376	Пирожок печеный сдобный с творогом	75	9,0	7,0	20,9	182	68	14	96	0,51	0,05	0,07	0,0
389	Сок фруктовый	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,0
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,90	0,00	13,00	0,0
	Всего:		9,5	7,5	56,0	330	89	26	110	3,4	0,1	13,1	0,
	Итого:		64.9	46,0	231,7	1641	312	207	580	12,75	0,97	21,51	0,1
	Среда						10.00			1.0			
	Завтрак				7								
15	Масло шоколадное	15	0,2	9,3	- 3,3	98	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,0
TTK 12	Жаркое с индейкой	200	14,4	10,9	17,0	224	20	34	72	2,00	0,00	7,20	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,0
	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,0
	Всего:		16,8	20,8	44,7	433	35	38	80	3,35	0,08	7,30	0,0
	Обед						la con						
88	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	4,0	3,9	6,9	78	28	14	66	0,88	0,06	17,37	0,0
TTK 51	Биточки "Школьные"	100	16,5	17,1	9,3	257	32	16	107	1,20	0,20	0,20	0,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,40	0,25	0,00	0,0
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,90	0,00	4,10	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,0
	Всего:		34,7	30,8	99,3	812	113	195	419	9,86	0,68	21,67	0,0
	Полдник						- AMARIA			1			100
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,0
TTK 22	Плюшка Московская	65	4,9	5,1	29,6	184	22	8 .	47	0,50	0,10	0,20	0,0
	Всего:	S TEALS	6,9	6,1	51,6	284	22	8	47	0,5	0,1	0,2	0,

	Итого:		58,4	57,7	195,6	1529	170	241	546	13,71	0,86	29,17	0,0
	Четверг												
	Завтрак												
265	Плов из говядины	200	11,6	11,7	37,1	300	9	41	176	1,49	0,08	0,74	0,0
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,90	0,00	13,00	0,0
TTK 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,03	0,00	7,60	0,0
	Батон витаминный с микронутриентами	40	3,2	0,8	22,9	112	16	0	0	0,80	0,13	0,00	0,0
	Всего:		15,3	13,0	100,7	582	49	53	196	5,2	0,2	21,3	0,
	Обед										in the same		
96	Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью	10/260	4,7.	5,4	16,8	135	23	26	102	1,16	0,10	7,10	0,0
285	Макаронник с мясом	200	21,0	17,1	39,6	397	19	21	122	1,80	0,20	0,00	0,0
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,69	0,02	0,89	0,
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,
	Bcezo:		30,5	23,3	94,7	741	103	68	253	5,13	0,49	7,99	0,
	Полдник			PER LES	Line								
TTK 376	Пирожок печеный сдобный с мясом, рисом	80	9,7	10,7	21,7	222	23	17	99	0,99	0,14	0,04	0,
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,65	0,01	20,00	0,
	Всего:		10,4	11,0	46,3	326	33	20	102	1,64	0,15	20,04	0,
	Итого:		56,2	47,3	241,7	1649	185	141	551	11,99	0,85	49,37	0,
	Пятница						-						
	Завтрак			Te Zn El	Tanada.				7/11				
14	Масло шоколадное	10	0,1	6,2	2,2	65	0	- 0	0	0,00	0,00	0,00	0,
260	Гуляш из говядины	100	6,4	9,5	2,6	134	16	16	118	1,09	0,05	0,58	0,
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,40	0,25	0,00	0,
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	- 5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,
	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,
	Всего:		18,9	25,1	73,3	606	49	181	368	7,8	0,4	0,7	0
	Обед												
120	Суп молочный с вермишелью	250	5,8	4,8	21,6	153	154	21	131	0,45	0,05	1,60	0,
TTK 242	Филе куриное панированное	100	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,11	0,11	1,66	0,
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	- 130	46	33	99	1,18	0,01	0,36	0,
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,90	0,00	4,10	0,
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,
2	Всего:		37,6	28,8	87,5	760	252	147	407	6,12	0,34	7,72	0,
	Полдник												

TTK 376	Пирожок печёный сдобный с курицей и капустой	7.5	8,8	9,5	18,6	091	28	25	57	0,72	90'0	06'0	0,02
342	Компот из груши	200	0,2	0,1	14,0	58	8	5	9	1,00	00,00	2,10	0,00
338	Фрукты свежие	130	6,5	6,5	12,7	88	21	12	14	2,90	00'0	13,00	0,00
	Bcezo:		20,9	25,6	9,78	929	59	181	368	8,34	0,46	89'0	0,04
	Итого:		30,4	31,8	132,9	952,0	116,0	223,0	445,0	13,0	0.5	16,7	0,1
	Суббота												
	Завтрак				4								
14	Масло сливочное	01	0,1	7,3	0,1	99	2	0	3	0,02	0,01	00'0	0,04
280	Фрикадельки в соусе	100/20	13,7	19,4	19,7	308	49	24	165	1,74	0,01	0,26	0,01
304	Рис отварной	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,62	0,03	00'0	0,04
TTK 245	Кофейный напиток витаминизированный	200	2,3	1,4	22,0	110	09	7	45	0,10	0,02	0,65	0,01
	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	6,0	14,3	70	10	0	0	0,50	80,0	00'0	0,00
	Bcezo:		22,5	36,1	8,68	774	123	54	286	2,98	0,15	16'0	0,10
	Обед												
101	Суп картофельный с рисом с рыбными консервами, зеленью	275	6,1	7,7	8,91	191	8	20	51	0,73	60'0	7,50	00'0
259	Жаркое по-домашнему	200	10,1	12,0	19,3	226	91	40	165	1,99	0,17	8,16	0000
TTK 472	Напиток из облепихи	200	0,0	0,0	15,0	09	-	0	0	0,05	00'0	00'0	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	8,0	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0000	00,0
	Bcezo:		20,0	20,5	76,2	570	53	09	216	4,25	0,43	15,66	0,00
	Полдинк												
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином B ₂	200	2,0	6,4	0,61	140	0	0	0	0000	00'0	0000	000
TTK 22	Плюшка Московская	65	4,9	5,1	29,6	184	22	8	47	0,50	0,10	0,20	0,00
	Bcezo:		6,9	11,5	48,6	324	22	80	47	0,50	0,10	0,20	0,00
	Нтого:		49,4	68,1	214,6	8991	861	122	549	7,73	89,0	16,77	0,10
Carrie Annual	Третья неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
14	Котлета из индейки	06	12,5	8,3	3,9	140	9	17	46	08'0	0,20	00'0	0,00
310	Картофель отварной	180	3,5	5,7	18,4	138	18	35	95	1,40	0,20	17,60	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	000
	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	6,0	14,3	70	10	0	0	0,50	80,0	00,00	0,00
	Bcezo:		18,2	14,6	46,7	389	39	99	152	3,55	0,48	17,70	0,00
	Обед												
TTK 370	Суп сырный с гренками, зеленью	250/15	1,9	6,3	22,8	173	120	91	91	1,00	0,24	10,10	0,02
260	Гуляш из говядины	100	6,4	9,5	2,6	134	16	91	23	1,10	0,10	09'0	00,0
300	Вермищель отварная	180	6,5	5.7	33,5	212	8	6	42	0,91	0.07	0.00	0.03

TTK 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,20	0,01	4,50	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	ò	0	1,48	0,17	0,00	0,00
	Всего:		23,0	22,4	96,0	691	183	49	165	4,69	0,59	15,20	0,05
	Полдник											-	
TTK376	Пирожок печёный сдобный с яйцом	75	7,9	11,3	18,1	205	37	10	89	1,10	0,06	0,04	0,10
389	Сок фруктовый	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,90	0,00	13,00	0,00
	Всего:	1.00	8,4	11,8	53,2	353	58	22	103	4,00	0,06	13,04	0,10
	Итого:	1	49,6	48,8	195,9	1433	280	127	420	12,24	1,13	45,94	0,15
	Вторник				Tarre 1			Carrier .		Tabari			
	Завтрак						MARKET .						
14	Масло шоколадное	15	0,2	9,3	3,3	98	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
278	Тефтели мясные в соусе	100/50	13,8	16,6	15,0	264	31	13	72	0,10	0,17	0,26	0,04
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,40	0,25	0,00	0,03
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,89	0,00	2,90	0,00
	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00
	Всего:	1,000	26,5	35,3	87,0	771	67	179	324	6,89	0,50	3,16	0,07
	Обед									1		2	,,,,,
111/2004	Борщ "Сибирский" с мясом, со сметаной, зеленью	10/255	4,7	6,9	10,1	121	50	32	59	1,80	0,07	2,30	0,01
259	Жаркое по-домашнему	200	10,1	12,0	19,3	226	16	40	165	1,99	0,17	8,16	0,00
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,69	0,02	0,89	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,00
	Всего:		19,6	19,7	67,7	556	127	93	253	5,96	0,43	11,35	0,01
	Полдник								= = 623	Towns-			
TTK 27	Хачапури	70	9,0	10,6	19,5	227	181	14	126	0,66	0,06	0,06	0,09
TTK 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,03	0,00	7,60	0,00
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,90	0,00	13,00	0,00
	Всего:		9,5	11,1	60,2	397	205	26	146	3,59	0,06	20,66	0,09
	Итого:		55,6	66,1	214,9	1724	399	298	723	16,44	0.99	35,17	0,17
	Среда		13.00				1				3 3 40		in the
ambi are a source	Завтрак	E # 50 5 50		E Samuel			1						
14	Масло шоколадное	10	0,1	6,2	2,2	65	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,00	0,30	0,00	0,00
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,18	0,01	0,36	0,06
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
***************************************	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00

	Reeso.		19.9	24.4	51.2	504	71	47	160	3.5	0.4	0.5	0.1
	Обед												
66	Суп из овощей с мясом, зеленью	10/250	3,4	4,0	9,3	06	18	20	44	0,93	80,0	11,90	0,01
TTK 473	Бефстроганов из куриного филе	100	14,0	9,01	4,3	691	17	49	108	1,0	0,0	6,1	0,05
309	Рожки отварные	180	6,5	5,7	33,5	212	8	6	42	16'0	0,07	00,00	0,03
TTK 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	46	Ξ	8	6	0,20	00,00	4,50	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	8,0	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	00,00	00'0
	Bcezo:		27,9	21,2	84,2	643	82	98	203	4,52	0,36	18,30	0,09
	Полдник									7.8			
TTK 376	Пирожок печёный сдобный с курицей и капустой	75	8,8	9,6	18,6	160	28	25	57	0,72	90,0	06'0	0,02
700/2004	Напиток клюквенный	200	0,1	0,1	15,9	65	4	4	3	0,20	00,0	3,80	0,00
	Bcezo:		6,8	5,7	34,5	225	32	29	09	0,92	90,0	4,70	0,02
	Итого:		26,7	51,3	6,691	1372	185	162	423	8,97	18,0	23,46	91,0
	Четверг												
	Завтрак			-W	No.								15
260	Гуляш из говядины	100	6,4	5,6	2,6	134	91	16	23	1,10	0,10	09'0	0000
304	Рис отварной .	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,62	0,03	00'0	0,04
TTK 245	Кофейный напиток витаминизированный	200	2,3	1,4	22,0	110	09	7	45	0,10	0,02	0,65	0,01
	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	5,0	14,3	70	10	0	0	0,50	80,0	0,00	0,00
	Bcezo:		15,1	18,9	72,6	534	88	94	141	2,32	0,23	1,25	9,05
	Обед												
102	Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	8,8	4,1	14,5	127	24	33	107	2,14	0,23	2,00	00'0
TTK 56	Соте из индейки с овощами	200	14,3	6'01	16,0	220	24	30	19	2,00	0,15	39,00	0,02
342	Компот из груши	200	0,2	0,1	14,0	58	8	5	9	1,00	00,00	2,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/40	2,0	1,1	33,7	165	34.	0	0	1,78	0,22	0,00	0,00
	Bcezo:		28,3	16,2	78,2	270	06	89	180	6,92	09'0	46,10	0,02
	Полдник												
TTK 357	Маковый рулетик посыпной	75	6,5	8,1	32,0	254	29	6	- 29	0,51	90,0	90'0	0,01
389	Сок фруктовый	200	0,0	0,0	22,4	96	0	0	0	00,00	0000	000	0,00
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	- 12	14	2,90	0000	13,00	0000
	Bcezo:		7,0	9,8	1,79	402	50	21	43	3,4	0,1	13,1	0,0
	Итого:		50,4	43,7	217,9	1506	228	135	364	12,65	68'0	60,41	80,0
	Пятница												
	Завтрак												
295	Котлета куриная	100	20,2	0,6	8,91	229	42	7.7	151	1,80	0,20	1,30	90,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	191	242	5,40	0,25	000	0,03

338	Фрукты свежие •	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,90	0,00	13,00	0,00
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,89	0,00	2,90	0,00
	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00
	Всего:		33,2	18,9	98,2	696	99	250	417	11,49	0,53	17,20	0,09
	Обед	Edgard .											T in
157/2004	Солянка домашняя со сметаной, зеленью	255	6,8	6,2	7,0	112	20	32	99	1,20	0,10	5,30	0,00
284	Запеканка картофельная с мясом	200	14,6	12,2	21,0	252	19	44	143	1,80	0,17	4,30	0,00
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,69	0,02	0,89	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,00
	Всего:		26,2	19,2	66,3	573	100	97	271	5,17	0,46	10,49	0,00
	Полдник								16 - 10				
TTK 376	Пирожок печеный сдобный с мясом луком	75	9,7	9,3	18,2	195	23	16	96	1,00	0,10	0,20	0,01
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,90	0,00	4,10	0,00
	Всего:		9,9	9,5	32,1	253	30	20	100	1,90	0,10	4,30	0,01
	Итого:		69,3	47,6	196,6	1522	229	367	788	18,56	1,09	31,99	0,10
	Суббота										1		
	Завтрак												The state of
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,02	0,01	0,00	0,04
TTK 274	Ёжики "Аппетитные"	100/50	11,3	11,8	12,9	202	17	15	77	0,80	0,13	0,95	0,03
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,18	0,01	0,36	0,06
TTK 245	Кофейный напиток витаминизированный	200	2,3	1,4	22,0	110	60	7	45	0,10	0,02	0,65	0,01
Serent.	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00
	Bcero:		19,5	27,3	63,8	578	135	55	224	2,60	0,25	1,96	0,14
	Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/260	4,2	5,2	9,3	101	37	23	76	1,24	0,05	9,20	0,01
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,00	0,30	0,00	0,00
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,03
TTK 472	Напиток из облепихи	200	0,0	0,0	15,0	60	1	0	0	0,05	0,00	0,00	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,00
	Всего:		28,3	23,0	93,0	694	84	42	171	4,68	0,59	9,20	0,04
	Полдник	-											
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином B_2	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
TTK 22	Плюшка Московская	70	5,1	5,4	31,7	196	23	8	46	0,54	0,05	0,17	0,01
	Всего:		7,1	11,8	50,7	336	23	8	46	0,54	0,05	0,17	0,01
	Итого:		54,9	62,1	207,5	1608	242	105	441	7,82	0,89	11,33	0,19
	Четвертая неделя	Asset Land	1	PALE				1,6000	e de la companya de l				

	Понедельник												
	Завтрак												
265	Плов из говядины	200	11,6	11,7	37,1	300	9	41	176	1,49	0,08	0,74	0,0
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,90	0,00	13,00	0,0
TTK 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,20	0,01	4,50	0,0
	Батон витаминный с микронутриентами	40	3,2	0,8	22,9	112	16	0	0	0,80	0,13	0,00	0,0
	Всего:		15,5	13,1	84,7	519	57	61	199	5,39	0,22	18,24	0,0
	Обед												
96	Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью	10/260	4,7	5,4	16,8	135	23	26	102	1,20	0,10	7,10	0,0
TTK 55	Рагу из говядины	200	11,3	10,8	16,9	211	21	36	73	2,00	0,18	41,00	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,0
	Всего:		20,0	17,1	68,9	510	77	66	183	5,53	0,45	48,20	0,0
	Полдник				7 A SA				a lead to				
TTK 27	Хачапури	70	9,0	10,6	19,5	227	181	14	126	0,66	0,06	0,06	0,0
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,65	0,01	20,00	0,0
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,90	0,00	13,00	0,0
STEEL ST	Всего:		10,2	11,4	56,8	389	212	29	143	4,21	0,07	33,06	0,0
	Итого:		45,7	41,6	210,4	1418	346	156	525	15,13	0,74	99,50	0,1
	Вторник			(Establish			11111	THE ST				C. person	
	Завтрак наценка				E 35-7/12			Late					
TTK 35	Фрикассе из индейки	100	7,2	14,0	2,0	164	20	9	18	0,90	0,01	1,40	0,0
304	Рис отварной	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,62	0,03	0,00	0,0
TTK 245	Кофейный напиток витаминизированный	200	2,3	1,4	22,0	110	60	7	45	0,10	0,02	0,65	0,0
	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,0
	Всего:		15,9	23,4	72,0	564	92	39	136	2,12	0,14	2,05	0,0
	Обед		1900							1000			1
102	Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	8,8	4,1	14,5	127	24	33	107	2,14	0,23	5,00	0,0
260	Гуляш из говядины	100	6,4	9,5	2,6	134	16	16	23	1,10	0,10	0,60	0,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,40	0,25	0,00	0,0
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,69	0,02	0,89	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,0
	Всего:		30,2	23,2	99,5	766	119	231	401	10,81	0,77	6,49	0,0
	Полдник								100				1
TTK 376		75	9,0	7,0	20,9	182	- 68	14	96	0,51	0,05	0,07	0,0
389	Сок фруктовый	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,0

338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,90	0,00	13,00	0,00
	Всего:		9,5	7,5	56,0	330	89	26	110	3,41	0,05	13,07	0,0
	Итого:		55,6	54,1	227,5	1660	300	296	647	16,34	0,96	21,61	0,1
MILES S	Среда	MENTE	Table 1										
	Завтрак		Name of the last	100								ME- 17	
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,00	0,00	0,00	0,0
259	Жаркое по-домашнему	200	10,1	12,0	19,3	226	16	40	165	2,00	0,20	8,20	0,0
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,90	0,00	13,00	0,
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,
370	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,
		23	12,9	20,4	56,5	461	54	56	190	6,3	0,3	21,3	0,
	Всего:		12,7	20,4	30,3	401	34	30	190	0,5	0,5	21,5	0,
	Обед												-
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, зеленью	10/250	4,0	3,8	9,1	86	28	22	70	1,1	0,1	9,2	0,
TTK 242	Филе куриное панированное	100	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,11	0,11	1,66	0,
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,90	0,00	4,10	0,
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,
18-21	Всего:		38,5	27,2	94,0	775	88	124	289	6,53	0,40	14,96	0,
THE	Полдник		LEGICAL IS	Black		Treasure .				1 -5 1			
TTK 376	Пирожок печёный сдобный с курицей и капустой	75	8,8	5,6	18,6	160	28	25	57	0,72	0,06	0,90	0,
700/2004	Напиток клюквенный	200	0,1	0,1	15,9	65	4	4	3	0,20	0,00	3,80	0,
700/2001	Всего:		8,9	5,7	34,5	225	32	29	60	0,92	0,06	4,70	0,
N. P. C. C.	Итого:		60,3	53.3	185,0	1461	174	209	539	13,70	0,74	40,96	0,
	Четверг -		00,0	30,0	100,0	1401		205	307	15,70	0,7.4	40,70	0,
	Завтрак	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,00	0,00	0,00	0,
14	Масло сливочное	-	-		39,8	350	73	5	51	0,70	0,00	0,00	1
TTK 552	Индейка с булгуром	200	12,8	15,5	21,1	128	126	31	116	1,00	0,02	The American	0,
382	Какао с молоком	200	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	1,30	0,
	Батон витаминный с микронутриентами	25	-	-		614	211	36	170	-	-		
	Всего:	-	18,8	26,4	75,3	014	211	30	170	2,20	0,10	1,30	0,
	Обед	-				100	100	1.0		1.00	0.00	10.10	-
TTK 370		250/15	6,1	6,3	22,8	173	120	16	91	1,00	0,20	10,10	0,
TTK 51	Биточки "Школьные"	100	16,5	17,1	9,3	257	32	16	107	1,20	0,20	0,20	0,
TTK 54	Овощи тушёные	180	3,9	7,4	16,8	150	18	23	63	1,10	0,09	14,80	0,
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,69	0,02	0,89	0,
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,
	Bcezo:		31,3	31,6	87,2	789	231	76	290	5,47	0,68	25,99	0,

	Полдник									1			4
TTK 357	Маковый рулетик посыпной	75	6,5	8,1	32,0	254	29	9	29	0,51	0,06	0,06	0,0
389	Сок фруктовый	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	. 0	0,00	0,00	0,00	0,0
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,90	0,00	13,00	0,0
	Всего:		7,0	8,6	67,1	402	50	21	43	3,41	0,06	13,06	0,0
	Итого:		57,1	66,6	229,6	1805	492	133	503	11,08	0,84	40,35	0,0
	Пятница					7					- 3		
	Завтрак				To reduce (8-18-11	- 15-6	15.3	255			-
14	Масло шоколадное	10	0,1	6,2	2,2	65	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,0
278	Тефтели мясные в соусе	100/50	13,8	16,6	15,0	264	31	13	72	0,10	0,17	0,26	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,18	0,01	0,36	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,0
	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	-0	0,50	0,08	0,00	0,0
	Всего:		19,9	29,7	56,1	570	92	50	179	2,63	0,26	0,72	0,
	Обед		13,5	-23,	20,1	5,6	-	- 50		2,00	0,20	0,1.2	-,
88	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	4,0	3,9	6,9	78	28	14	66	0,88	0,06	17,37	0,0
285	Макаронник с мясом	200	21,0	17,1	39,6	397	19	21	122	1,80	0,20	0,00	0,
TTK 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,20	0,00	4,50	0,
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/40	5,0	1,1	33,7	165	34	0	0	1,78	0,22	0,00	0,
	Всего:		30,2	22,2	92,2	689	92	43	197	4,66	0,48	21,87	0,
	Полдник												
TTK 376	Пирожок печеный сдобный с мясом луком	75	9,7	9,3	18,2	195	23	16	96	1,00	0,10	0,20	0,0
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,90	0,00	4,10	0,0
	Bcero:	200	9,9	9,5	32,1	253	30	20	100	1,90	0,10	4,30	0,0
	Итого:		60,0	61,4	180,4	1512	214	113	476	9,19	0,10	26,89	0,
	Суббота		00,0	01,4	100,4	1312	214	113	470	2,17	0,04	20,09	0,
	Завтрак												
	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,00	0,00	0,00	0,0
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,00	0,30	0,00	0,
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,90	0,00	13,00	0,
TTK 245		200	2,3	1,4	22,0	110	60	7	45	0,10	0,02	0,65	0,
	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,
	Всего:		25,2	26,7	92,7	714	111	38	157	5,4	0,5	13,7	0
	Обед		7 11 6						7-11-11				
101	Суп картофельный с рисом с рыбными консервами, зеленью	275	6,1	7,7	16,8	161	8	20	51	0,73	0,09	7,50	0,0
259	Жаркое по-домашнему	200	10,1	12,0	19,3	226	16	40	165	2,00	0,20	8,20	0,0

TTK 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,03	0,00	7,60	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,00
	Всего:		20,0	20,5	89,2	622	55	60	222	4,24	0,46	23,30	0,00
	Полдник			6					533				
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
TTK 22	Плюшка Московская	65	4,9	5,1	29,6	184	22	8	47	0,50	0,10	0,20	0,00
	Всего:	4	6,9	6,1	51,6	284	22	8	47	0,50	0,10	0,20	0,00
	Итого:		52,1	53,3	233,5	1620	188	106	426	10,15	1,03	37,15	0,04
	Итого по меню:		808,0	798,0	2913,1	22346	3828	2758	7823	185,6	13,4	570,3	1,67
	среднее за день		33,7	33,3	121,4	931	159	115	326	7.73	0,56	23,76	0,07

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