

Утверждаю:

Директор МУП «База общепита»

(должность)

Л.М. Барина
Барина Л.М.

(ФИО)

(дата)



Согласованно:



(должность)

Д.С. Сиван
Д.С. Сиван

(ФИО)

(дата)

Примерное меню

Обеды 7-12 лет

2024-2025год



Примерное меню для учащихся с 7 до 12 лет обед 2024 - 2025г

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	A, мг.	Mg, мг.	D, мг.	K, мг.	P, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.
				Б	Ж	У														
День 1																				
№07 2005	ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями и фрикадельками	200/10	5,94	3,56	11,34	123,68	0,01	0,01	0,796	0,252	1,922	0,002	1,558	0	17,304	4,728	0	0	0,002
Акт прор. №1	ОБЕД	Омлет натуральный	150	14,22	18,18	3,13	215,36	0,09	0,525	0,3	2,58	117,825	0,27	19,08	0,03	190,035	237,285	0,03	0,03	0,06
гот. блюдо №1	ОБЕД	Сыр тост порционный	18	1,98	2,86	2,16	40,50	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
гот. блюдо №2	ОБЕД	Булочка витаминная	50	2,04	1,80	31,00	58,00	0,15	0,15	0,225	0,475	1,525	0	0,085	0	0,18	0,28	0	0	0
гот. блюдо №3	ОБЕД	Йогурт молочный с фруктовым наполнителем	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,15	0,6	0,1	119	0,02	14	0	140	91	0,01	0	0,02
Акт прор. №4	ОБЕД	Кавказ с молоком "Гандя"	200	2,98	3,24	10,74	99,78	0,08	0,16	1,4	0,12	125,1	0,02	15,1	0,06	100,16	90	0	0	0,12
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
гот. блюдо №4	ОБЕД	Фрукты свежие (яблоко, груша, янн, мандарин, авельсин, персик, абрикос, банан)	150	0,80	0,00	14,70	66,00	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			898	34,74	30,8	91,89	742,8	0,51	1,064	60,321	4,877	428,372	0,312	80,423	0,09	622,079	496,193	0,043	0,03	0,214
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			898	34,74	30,8	91,89	742,8	0,51	1,064	60,321	4,877	428,372	0,312	80,423	0,09	622,079	496,193	0,043	0,03	0,214
День 2																				
№62 2005	ОБЕД	Борщ из свежей капусты с говядиной и сметаной	200/12/5	4,32	4,96	8,84	97,50	0,001	0,001	0,17	0,014	0,573	0	0,2	0	2,523	0,471	0	0	0
№312 2005	ОБЕД	Картофельное пюре	200	4,42	6,00	29,46	190,18	0,22	0,18	18,98	1,62	60,72	0,02	43,98	0,02	462,36	128,32	0,02	0	0,06
№234 2005	ОБЕД	Шницель рыбный из щуки, трески	100	12,67	8,49	7,99	156,15	0,09	0,1	2,03	0,88	24,75	0,01	25,42	0	224,34	128,25	0,1	0	0,33
№71 2005	ОБЕД	Овощи сезонные	100	0,70	0,15	3,35	16,95	0,09	0,1	27,5	1,45	21,5	0,1	17	0	215,5	34	0	0	0,02
гот. блюдо №1	ОБЕД	Кондитерское изделие	35	2,62	4,13	26,22	131,60	0,028	0,028	0	0,35	7	0	4,55	0	31,5	24,15	0	0	0
№389 2005	ОБЕД	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0,02	0,02	4	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0	0,02
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,18	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			906	30,71	26,25	128,64	833,82	0,553	0,466	62,68	8,494	146,843	0,13	118,43	0,02	1242,423	402,591	0,123	0	0,442
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			906	30,71	26,25	128,64	833,82	0,553	0,466	62,68	8,494	146,843	0,13	118,43	0,02	1242,423	402,591	0,123	0	0,442
День 3																				
№96 2005	ОБЕД	Рассольник "Ленинградский" с говядиной и со сметаной	200/12/5	5,08	6,66	13,70	135,30	0,001	0,001	0,124	0,015	0,36	0	0,269	0	2,753	0,887	0	0	0
№223 2005	ОБЕД	Запеканка творожная с молоком стученым	200/50	37,92	28,20	40,20	560,38	0,002	0,012	0,019	0,024	6,617	0,004	0,971	0,002	5,065	8,888	0	0	0
№114 2016	ОБЕД	Кофейный напиток	200	3,36	3,68	16,28	110,30	0,04	0,16	1,3	0,14	125,74	0,02	15,2	0,06	146,34	90	0	0	0,14
гот. блюдо №1	ОБЕД	Фрукты свежие (яблоко, груша, янн, мандарин, авельсин, персик, абрикос, банан)	150	0,80	0,00	14,70	66,00	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0
гот. блюдо №2	ОБЕД	Булочка витаминная	50	2,04	1,80	31,00	58,00	0,15	0,15	0,225	0,475	1,525	0	0,085	0	0,18	0,28	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			830	60,96	40,5	125,9	982,18	0,343	0,392	66,668	1,704	197,242	0,024	47,125	0,062	228,738	172,955	0,063	0	0,152
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			830	60,96	40,5	125,9	982,18	0,343	0,392	66,668	1,704	197,242	0,024	47,125	0,062	228,738	172,955	0,063	0	0,152
День 4																				
№88 2005	ОБЕД	Щи рыбные	200/16	4,88	4,26	7,00	86,32	0,004	0,005	0,875	0,046	2,074	0	1,284	0	9,16	4,222	0,002	0	0,007
Акт прор. №1	ОБЕД	Слоžený гарнир № 1	150/50	4,20	5,07	24,72	162,17	0,003	0,003	0,285	0,024	0,905	0,001	0,86	0,002	6,967	1,956	0	0	0,001
№323 2016	ОБЕД	Биточек куриный	100	12,60	18,12	20,63	297,46	0,05	0	2	0,53	14,02	0	3,02	0	35,08	12,35	0	0	0,01
№349 2005	ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	17,88	67,96	0	0	0	0,04	9,44	0	2	0	0,44	0	0	0	0,2
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,18	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			720	26,7	28,97	100,81	770,91	0,161	0,044	3,16	2,02	44,539	0,001	26,244	0,002	117,857	91,928	0,005	0	0,23
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			720	26,7	28,97	100,81	770,91	0,161	0,044	3,16	2,02	44,539	0,001	26,244	0,002	117,857	91,928	0,005	0	0,23
День 5																				
№102 2005	ОБЕД	Суп картофельный с горохом и говядиной	200/12	7,14	6,36	15,64	148,56	0,015	0,005	0,467	0,133	2,498	0	0,875	0	9,573	2,37	0	0	0,002
Акт прор. №1	ОБЕД	Греч с говядиной и овощами	200	23,10	19,90	37,94	424,48	0,28	0,16	6,4	4,38	42,22	0,02	5,48	0,08	67,44	24,4	0	0	0,02
гот. блюдо №1	ОБЕД	Йогурт молочный с фруктовым наполнителем	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,15	0,6	0,1	119	0,02	14	0	140	91	0,01	0	0,02
№389 2005	ОБЕД	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0,02	0,02	4	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0	0,02
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,18	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			770	41,22	30,98	112,86	901,48	0,449	0,371	11,467	8,793	195,818	0,04	47,655	0,08	623,213	205,17	0,013	0	0,074
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			770	41,22	30,98	112,86	901,48	0,449	0,371	11,467	8,793	195,818	0,04	47,655	0,08	623,213	205,17	0,013	0	0,074

День 6																				
№135 2004	ОБЕД	Суп овощной с говядиной и сметаной	200/12/5	4,62	7,70	9,22	125,26	0,001	0,001	0,177	0,011	0,502	0,001	0,257	0,001	2,391	0,763	0	0	0
№175 2005	ОБЕД	Каша вязкая молочная из риса и пшена	200	6,06	3,96	33,68	194,34	0,14	0,16	0,6	0,8	133,04	0,02	37,64	0,06	121,68	156,02	0	0	0,1
№10 2004	ОБЕД	Бутерброды горячие с сыром	50	6,68	10,31	13,09	173,19	0,05	0,08	0,14	0,73	182,92	0,08	15,6	0,255	53,16	123,6	0	0	0,005
гот.блюдо	ОБЕД	Молоко витаминизированное 3,2 %	200	5,80	6,40	9,40	120,00	0,08	0,3	2,6	0,2	240	0	0	0	0	0	0	0	0
гот.блюдо	ОБЕД	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, персик, абрикос, банан)	150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			830	25,74	28,73	90,11	730,99	0,421	0,61	60,517	2,791	619,462	0,101	84,097	0,316	251,631	353,283	0,003	0	0,117
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			830	25,74	28,73	90,11	730,99	0,421	0,61	60,517	2,791	619,462	0,101	84,097	0,316	251,631	353,283	0,003	0	0,117
День 7																				
№96 2005	ОБЕД	Рассолыник "Ленинградский" с говядиной и со сметаной	200/12/5	5,06	6,66	13,70	135,30	0,001	0,001	0,124	0,015	0,36	0	0,269	0	2,753	0,887	0	0	0
№309 2005	ОБЕД	Макаронные изделия отварные	150	6,00	4,18	36,63	207,90	0,09	0,045	0	1,14	16,815	0	0,165	0	0,075	0,57	0	0	0
Акт прораб	ОБЕД	Мясо с овощами	100	10,22	16,14	5,37	208,05	0,06	0,06	13,6	0,89	20,47	0,03	7,01	0	93,1	19,3	0	0	0,01
№349 2005	ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	17,88	67,96	0	0	0	0,04	9,44	0	2	0	0,44	0	0	0	0,2
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			720	26,32	28,5	104,16	776,21	0,255	0,142	13,724	3,465	65,185	0,03	28,744	0	162,568	94,167	0,003	0	0,222
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			720	26,32	28,5	104,16	776,21	0,255	0,142	13,724	3,465	65,185	0,03	28,744	0	162,568	94,167	0,003	0	0,222
День 8																				
№88 2005	ОБЕД	Щи рыбные	200/16	4,86	4,26	7,00	86,32	0,004	0,005	0,875	0,046	2,074	0	1,264	0	9,16	4,222	0,002	0	0,007
№259 2005	ОБЕД	Картофель тушеный с филе куриным	200	21,52	8,42	24,00	258,48	0,18	0,1	19,28	1,48	22,3	0	31,86	0	350,64	84,12	0	0	0,04
№71 2005	ОБЕД	Овощи сезонные	100	0,70	0,15	3,35	16,95	0,09	0,1	27,5	1,45	21,5	0,1	17	0	215,5	34	0	0	0,02
№389 2005	ОБЕД	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0,02	0,02	4	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0	0,02
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			770	33,06	14,35	85,13	603,19	0,398	0,261	51,655	7,156	77,974	0,1	77,424	0	881,5	209,742	0,005	0	0,099
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			770	33,06	14,35	85,13	603,19	0,398	0,261	51,655	7,156	77,974	0,1	77,424	0	881,5	209,742	0,005	0	0,099
День 9																				
№82 2005	ОБЕД	Борщ из свежей капусты с говядиной и сметаной	200/12/5	4,32	4,96	8,84	97,50	0,001	0,001	0,17	0,014	0,573	0	0,2	0	2,523	0,471	0	0	0
№304 2005	ОБЕД	Рис отварной	150	3,84	5,43	40,05	224,43	0,045	0,03	0	0,57	8,7	0,03	27,195	0,09	56,1	83,58	0	0,015	0,03
Акт прораб	ОБЕД	Суфле рыбное	100	18,20	9,51	1,83	165,86	0,14	0,33	1,39	1,27	84,84	0,06	5,59	0,01	50,04	58,58	0,01	0,01	0,02
№396	ОБЕД	Кисель ягодный	200	0,20	0,08	20,34	81,30	0	0	40	0,3	18,46	0	8,16	0	71,2	10,46	0	0	0,2
гот.блюдо	ОБЕД	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, персик, абрикос, банан)	150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			870	32,14	21,5	116,34	792,09	0,38	0,442	98,56	3,684	183,173	0,09	76,945	0,1	291,063	251,991	0,013	0,025	0,262
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			870	32,14	21,5	116,34	792,09	0,38	0,442	98,56	3,684	183,173	0,09	76,945	0,1	291,063	251,991	0,013	0,025	0,262
День 10																				
№102- 2005	ОБЕД	Суп картофельный с горохом и говядиной	200/12	7,14	6,36	15,64	148,56	0,015	0,005	0,467	0,133	2,498	0	0,875	0	9,573	2,37	0	0	0,002
Акт прор.	ОБЕД	Сложный гарнир № 2	150/50	5,88	6,98	24,38	184,59	0,004	0,004	0,986	0,039	1,955	0,001	0,862	0,002	9,067	2,466	0	0	0,001
Акт прораб	ОБЕД	Котлета любительская из сердца говяжьего	100	14,02	13,54	11,55	216,43	0,32	0,6	6,35	4,11	50,72	0,02	25,15	0,01	273,36	196,6	0,01	0,02	0,05
Гот.блюдо	ОБЕД	Напиток кисло-молочный	250	1,00	0,02	12,50	130,00	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			770	33,02	28,42	94,65	836,58	0,443	0,645	7,803	5,662	73,273	0,021	46,187	0,012	358,2	274,836	0,013	0,02	0,065
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			770	33,02	28,42	94,65	836,58	0,443	0,645	7,803	5,662	73,273	0,021	46,187	0,012	358,2	274,836	0,013	0,02	0,065

День 11																				
№97 2005	ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями и фрикадельками	200/10	5,94	3,56	11,34	123,88	0,01	0,01	0,796	0,252	1,922	0,002	1,558	0	17,304	4,728	0	0	0,002
№223 2005	ОБЕД	Запеканка творожная с молоком густым	200/50	37,92	28,20	40,20	560,38	0,002	0,012	0,019	0,024	6,617	0,004	0,971	0,002	5,065	8,888	0	0	0
гот. блюдо	ОБЕД	Булочка витаминная	50	2,04	1,60	31,00	58,00	0,15	0,15	0,225	0,475	1,525	0	0,085	0	0,18	0,28	0	0	0
гот. блюдо	ОБЕД	Молоко витаминизированное 3,2 %	200	5,80	6,40	9,40	120,00	0,08	0,3	2,6	0,2	240	0	0	0	0	0	0	0	0
гот. блюдо	ОБЕД	Йогурт молочный с фруктовым наполнителем	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,15	0,6	0,1	119	0,02	14	0	140	91	0,01	0	0,02
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:																				
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:																				
День 12																				
№96 2005	ОБЕД	Рассольник "Ленинградский" с говядиной и со сметаной	200/12/5	5,06	6,66	13,70	135,30	0,001	0,001	0,124	0,015	0,36	0	0,269	0	2,753	0,887	0	0	0
№143 2005	ОБЕД	Рагу из овощей	200	4,90	14,44	23,04	243,78	0,16	0,18	28	1,44	102,12	0,04	33,98	0,1	250,44	105,2	0	0	0,04
№268 2005	ОБЕД	Котлеты, шинцели из говядины	100	12,19	13,35	10,33	206,62	0,05	0	2	0,53	14,02	0	3,02	0	35,09	12,35	0	0	0,01
№414 2016	ОБЕД	Кофейный напиток	200	3,36	3,68	16,28	110,30	0,04	0,16	1,3	0,14	125,74	0,02	15,2	0,06	146,34	90	0	0	0,14
гот. блюдо	ОБЕД	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, персик, абрикос, банан)	150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:																				
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:																				
День 13																				
№88 2005	ОБЕД	Щи рыбные	200/16	4,86	4,26	7,00	86,32	0,004	0,005	0,875	0,046	2,074	0	1,264	0	9,16	4,222	0,002	0	0,007
№309 2005	ОБЕД	Макаронные изделия отварные	150	6,00	4,18	36,63	207,90	0,09	0,045	0	1,14	16,815	0	0,165	0	0,075	0,57	0	0	0
Контр.прор.	ОБЕД	Филе куриное в панировке (трудка)	100	24,87	10,04	0,47	191,63	0,08	0,11	1,8	1,66	14,6	0,1	87,27	0	306,03	190,43	0,01	0	0,14
№349 2005	ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	17,88	67,96	0	0	0	0,04	9,44	0	2	0	0,44	0	0	0	0,2
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:																				
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:																				
День 14																				
№102-2005	ОБЕД	Суп картофельный с горохом и говядиной	200/12	7,14	6,36	15,64	148,56	0,015	0,005	0,467	0,133	2,498	0	0,875	0	9,573	2,37	0	0	0,002
Акт прор.	ОБЕД	Сложный гарнир № 3	150/50	4,59	6,58	27,49	188,60	0,004	0,003	0,603	0,034	1,517	0,001	0,85	0,002	7,4	2,351	0	0	0,001
№272	ОБЕД	Биточек Школьный	100	11,88	8,88	5,62	148,20	0,11	0,12	1,98	0,87	25,07	0,04	12,76	3,62	142,31	95,7	0,02	0,02	0,16
гот. блюдо	ОБЕД	Йогурт молочный с фруктовым наполнителем	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,15	0,6	0,1	119	0,02	14	0	140	91	0,01	0	0,02
№389 2005	ОБЕД	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0,02	0,02	4	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0	0,02
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:																				
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:																				
День 15																				
№82 2005	ОБЕД	Борщ из свежей капусты с говядиной и сметаной	200/12/5	4,32	4,96	8,84	97,50	0,001	0,001	0,17	0,014	0,573	0	0,2	0	2,523	0,471	0	0	0
№304 2005	ОБЕД	Рис отварной	150	3,84	5,43	40,05	224,43	0,045	0,03	0	0,57	8,7	0,03	27,195	0,09	56,1	83,58	0	0,015	0,03
№260 2005	ОБЕД	Гуляш из говядины	100	12,03	11,40	4,41	168,80	0,03	0,03	4,62	0,33	8,38	0	1,62	0	17,59	6,55	0	0	0
№71 2005	ОБЕД	Овощи сезонные	100	0,70	0,15	3,35	16,95	0,09	0,1	27,5	1,45	21,5	0,1	17	0	215,5	34	0	0	0,02
2005	ОБЕД	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	109,76	0,02	0	4	0,96	7,12	0	3,6	0	111,92	4,4	0	0	0
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:																				
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:																				

День 16																				
№135 2004	ОБЕД	Суп овощной с говядиной и сметаной	200/12/5	4,62	7,70	9,22	125,26	0,001	0,001	0,177	0,011	0,502	0,001	0,257	0,001	2,391	0,763	0	0	0
№183 2005	ОБЕД	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	200	9,04	5,78	35,06	228,70	0,22	0,28	1,82	2,84	181,14	0,04	20,12	0,08	204,66	126,76	0,02	0	0,06
гот.блюдо	ОБЕД	Молоко витаминизированное 3,2 %	200	5,80	6,40	9,40	120,00	0,08	0,3	2,6	0,2	240	0	0	0	0	0	0	0	0
гот.блюдо	ОБЕД	Булочка Витаминная	50	2,04	1,60	31,00	58,00	0,15	0,15	0,225	0,475	1,525	0	0,085	0	0,18	0,28	0	0	0
гот.блюдо	ОБЕД	Сыр тост порционный	18	1,98	2,66	2,16	40,50	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
гот.блюдо	ОБЕД	Кондитерское изделие	35	2,62	4,13	26,22	131,60	0,028	0,028	0	0,35	7	0	4,55	0	31,5	24,15	0	0	0
гот.блюдо	ОБЕД	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, персик, абрикос, банан)	150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			883	28,68	28,63	137,78	822,26	0,629	0,828	61,822	4,926	493,167	0,041	55,612	0,081	313,131	224,853	0,023	0	0,072
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			883	28,68	28,63	137,78	822,26	0,629	0,828	61,822	4,926	493,167	0,041	55,612	0,081	313,131	224,853	0,023	0	0,072
День 17																				
№96 2005	ОБЕД	Рассольник "Ленинградский" с говядиной и со сметаной	200/12/5	5,06	6,66	13,70	135,30	0,001	0,001	0,124	0,015	0,36	0	0,269	0	2,753	0,887	0	0	0
№312 2005	ОБЕД	Картофельное пюре	200	4,42	6,00	29,46	190,18	0,22	0,18	18,96	1,62	60,72	0,02	43,96	0,02	462,36	128,32	0,02	0	0,06
Акт прораб	ОБЕД	Суфле рыбное	100	18,20	9,51	1,83	165,86	0,14	0,33	1,39	1,27	84,84	0,06	5,59	0,01	50,04	58,58	0,01	0,01	0,02
№71 2005	ОБЕД	Овощи сезонные	100	0,70	0,15	3,35	16,95	0,09	0,1	27,5	1,45	21,5	0,1	17	0	215,5	34	0	0	0,02
№389 2005	ОБЕД	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0,02	0,02	4	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0	0,02
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			870	34,36	23,84	99,12	749,73	0,575	0,667	51,994	8,535	199,52	0,18	94,119	0,03	1036,853	309,187	0,033	0,01	0,132
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			870	34,36	23,84	99,12	749,73	0,575	0,667	51,994	8,535	199,52	0,18	94,119	0,03	1036,853	309,187	0,033	0,01	0,132
День 18																				
№102 2005	ОБЕД	Суп картофельный с горохом	200	4,30	4,50	15,64	120,52	0,18	0,06	5,6	1,6	29,98	0	10,5	0	114,88	28,44	0	0	0,02
№139 2005	ОБЕД	Калуста тушеная	200	4,58	6,08	17,38	144,48	0,08	0,12	58,24	1,56	117,82	0,04	37,92	0,1	87,28	78,86	0	0	0,02
Контр.прор.	ОБЕД	Филе куриное в паннировке	100	24,87	10,04	0,47	191,63	0,01	0,04	0	0,26	6,6	0,03	1,27	0	14,03	19,42	0	0	0,01
№349 2005	ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,00	17,88	67,96	0	0	0	0,04	9,44	0	2	0	0,44	0	0	0	0,2
гот.блюдо	ОБЕД	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, персик, абрикос, банан)	150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			920	39,39	22,14	96,65	747,59	0,464	0,301	120,84	4,99	234,44	0,07	87,49	0,1	327,83	225,62	0,003	0	0,262
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			920	39,39	22,14	96,65	747,59	0,464	0,301	120,84	4,99	234,44	0,07	87,49	0,1	327,83	225,62	0,003	0	0,262
День 19																				
№82 2005	ОБЕД	Борщ из свежей капусты с говядиной и сметаной	200/12/5	4,32	4,96	8,84	97,50	0,001	0,001	0,17	0,014	0,573	0	0,2	0	2,523	0,471	0	0	0
№304 2005	ОБЕД	Рис отварной	150	3,84	5,43	40,05	224,43	0,045	0,03	0	0,57	8,7	0,03	27,195	0,09	56,1	83,58	0	0,015	0,03
№268 2005	ОБЕД	Котлеты, шницели из говядины	100	12,19	13,35	10,33	206,62	0,05	0	2	0,53	14,02	0	3,02	0	35,09	12,35	0	0	0,01
гот.блюдо	ОБЕД	Йогурт молочный с фруктовым наполнителем	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,15	0,6	0,1	119	0,02	14	0	140	91	0,01	0	0,02
№396	ОБЕД	Кисель ягодный	200	0,20	0,08	20,34	81,30	0	0	40	0,3	18,46	0	8,16	0	71,2	10,46	0	0	0,2
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			820	30,53	28,54	118,64	853,85	0,23	0,217	42,77	2,894	178,853	0,05	71,875	0,09	371,113	271,261	0,013	0,015	0,272
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			820	30,53	28,54	118,64	853,85	0,23	0,217	42,77	2,894	178,853	0,05	71,875	0,09	371,113	271,261	0,013	0,015	0,272
День 20																				
№88 2005	ОБЕД	Щи рыбные	200/16	4,86	4,26	7,00	86,32	0,004	0,005	0,875	0,046	2,074	0	1,264	0	9,16	4,222	0,002	0	0,007
№312 2005	ОБЕД	Картофельное пюре	200	4,42	6,00	29,46	190,18	0,22	0,18	18,96	1,62	60,72	0,02	43,96	0,02	462,36	128,32	0,02	0	0,06
Акт прор.	ОБЕД	АЗУ из сердца говяжьего	100	13,56	7,84	6,25	144,78	0,32	0,62	7,94	4,19	17,43	0,02	22,98	0	258,46	179,98	0,01	0,02	0,04
Гот.блюдо	ОБЕД	Напиток кисло-молочный	250	1,00	0,02	12,50	130,00	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
гот.блюдо	ОБЕД	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, персик, абрикос, банан)	150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			970	29,42	19,64	100,49	774,28	0,738	0,886	84,795	7,386	150,824	0,04	104,004	0,02	841,18	411,422	0,035	0,02	0,119
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			970	29,42	19,64	100,49	774,28	0,738	0,886	84,795	7,386	150,824	0,04	104,004	0,02	841,18	411,422	0,035	0,02	0,119
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			16606	562,99	563,78	2243,06	16165,01	8,012	9,075	598,922	95,503	4258,994	3,807	1390,431	4,877	6029,065	5178,596	0,998	0,155	7,88
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			830,3	28,1495	27,789	112,153	808,2505	0,40006	0,45375	299461	4,77515	212,9497	0,19035	69,52155	0,24385	301,45325	258,9298	0,0499	0,00775	0,394
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности				17,10	30,94	52,85	16165,01	0,2	0,22	22,64	2,36	105,39	0,04	34,41	0,12	236,54	128,14	0,01	0	0,09