

Утверждено: ИП Резаева Ольга Львовна Резаева О.Л.

Меню

## для организованного горячего питания детей, учащихся с ОВЗ в 1-4 классах МБОУ СШ №1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич еская	№ рецепту
			Белки	Жиры	Углеводы	ценность	ры
	недельник)						,
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из						
	пшенной, овсяной, гречневой					<u> </u>	
	и других круп (с маслом)	215	9,14	9,68	50,85	319,4	173
	Хлеб пшеничный	40	2,60	0,52	17,36	86,28	878
	Чай с лимоном	230	0,16	Ü,00	15,75	62,38	377
	Печенье	15	1,08	1,02	11,28	57,67	451
ИТОГО ЗА	ЗАВТРАК	500	12,98	11,22	95,24	525,73	
ОБЕД	Суп с крупой (рисовой,						
	перловой, манной)	250	11,02	8,20	15,97	182,22	115
	Жаркое по-домашнему	180	18,61	11,81	17,60	251,37	259
	Кисель из сока плодового или						
	ягодного натурального	230	0,07	0,07	44,41	175,1	358
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,00	0,58	16,89	1	879
ИТОГО ЗА		700	31,70	20,66	94,87	689,89	
ИТОГО ЗА	ДЕНЬ:	1200	44,68	31,88	190,11	1215,62	
День 2 (вт	орник)				•		1
ЗАВТРАК		90	14,10	9,22	1,98	147,56	260
	Макаронные изделия						
	отварные	150	5,84	4,29	35,54	203,88	309
	Чай с сахаром	230	0,18	Ų,00	13,00	56,4	+
	Хлеб пшеничный	40	2,60	0,52	17,36	86,28	<del>                                     </del>
ИТОГО ЗА	ЗАВТРАК	510	22,72	14,03	67,88	494,12	<del>1</del>
ОБЕД		,					
	Суп картофельный с бобовыми	-200	9,70	6,28	15,70	159,52	102
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,00	0,58	16,89	81,2	
	Каша рассыпчатая	150	8,33	10,95	37,11	280,07	302
	Тефтели 2-й вариант	90	7,64	9,12	9,02	149,45	
	Компот из свежих плодов					i	
	(черешня, вишня, слива,				1	}	
	персики или абрикосы)	230	0,51	0,18	32,43	128,52	342
ИТОГО ЗА		710	28,18	27,11	111,15	798,76	<del></del>
ИТОГО ЗА		1220	50,90	41,14	179,03	1292,88	
День 3 (ср							
	Котлеты (биточки) рыбные	60	6,17	4,04	5,53	81,63	492
	Соус сметанный	30	0,44	0,77	1,85	16,44	
	Пюре картофельное	150	3,29	4,46	22,05	141,96	
	Хлеб пшеничный	40	2,60	0,52	17,36	86,28	

	Чай с сахаром	230	0,18	0,00	13,00	56,4	376
ИТОГО 34	А ЗАВТРАК	510	12,68	9,79	59,79	382,71	370
ОБЕД	Щи из свежей капусты	200	7,52	6,12	5,72	108,82	97
овщ	Каша рассыпчатая	150	8,33	10,95	37,11		302
	Котлеты рубленые из бройлер-	130	0,00	10,95	<u> </u>	280,07	302
		90	9,78	14,33	11.00	211,79	205
	цыплят (с соусом)	90	9,70	14,33	<u>1</u> 1,26	211,79	295
	Компот из свежих плодов						
	(черешня, вишня, слива,	000	0.54	0.40	20.40	400 -0	
	персики или абрикосы)	230	0,51	0,18	32,43	128,52	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,00	0,58	16,89	81,2	879
ИТОГО ЗА		710	28,14	32,16	103,41	810,4	
ИТОГО ЗА		1220	40,82	41,95	163,20	1193,11	
День 4 (че	1						
ЗАВТРАК	Todinonarina no respona (o						
	молоком сгущенным)	120	17,29	12,95	33,70	318,43	
	Чай с сахаром	230	0,18	0,00	13,00		376
	Хлеб пшеничный	40	2,60	0,52	17,36	86,28	
	Плоды или ягоды свежие	115	0,46	0,46	11,27	54,05	338
	ЗАВТРАК	505	20,53	13,93	75,33	515,16	
ОБЕД	Борщ	200	7,20	6,08	7,66	114,3	81_
	Сметана 20%	5	0,12	1,00	0,17	10,3	1
	Рагу из птицы	185	16,15	20,74	16,87	319,05	289
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,00	0,58	16,89	81,2	879
	Кукуруза консервированная	60	6,00	3,64	39,22	203,8	133
	Соки овощные, фруктовые и						
	ягодные	230	2,30	0,23	6,67	41,4	389
итого за		720	33,77	32,27	87,48	770,05	
ИТОГО ЗА	A ДЕНЬ:	1205	54,30	46,20	162,81	1285,21	
Пом Е /	TUMUA				_		
День 5 (пя	нтпица)						
ЗАВТРАК							
		215	6,06	9,89	42,85	282,38	175
	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром)	215 55	6,06 17.91	9,89	42,85 28.83	282,38 166.53	<del>-</del>
	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром) Булочка "К чаю" (масса 55 г)	55	17,91	2,34	28,83	166,53	442
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром)	55 230	17,91 0,18	2,34 0,00	28,83 13,00	<del> </del>	442
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром) Булочка "К чаю" (масса 55 г) Чай с сахаром	55	17,91	2,34	28,83	166,53 56,4	442
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром) Булочка "К чаю" (масса 55 г) Чай с сахаром  ЗАВТРАК	55 230 <b>500</b>	17,91 0,18 <b>24,15</b>	2,34 0,00 <b>12,23</b>	28,83 13,00 <b>84,68</b>	166,53 56,4 <b>505,31</b>	442 376
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром) Булочка "К чаю" (масса 55 г) Чай с сахаром А ЗАВТРАК Суп с макаронными изделиями	55 230 <b>500</b> 220	17,91 0,18 <b>24,15</b> 10,03	2,34 0,00 <b>12,23</b> 7,30	28,83 13,00 <b>84,68</b> 7,94	166,53 56,4 <b>505,31</b> 162,29	442 376 111
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром) Булочка "К чаю" (масса 55 г) Чай с сахаром А ЗАВТРАК Суп с макаронными изделиями Плов	55 230 <b>500</b>	17,91 0,18 <b>24,15</b>	2,34 0,00 <b>12,23</b>	28,83 13,00 <b>84,68</b>	166,53 56,4 <b>505,31</b>	376 111
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром) Булочка "К чаю" (масса 55 г) Чай с сахаром А ЗАВТРАК  Суп с макаронными изделиями Плов Овощи натуральные соленые	55 230 <b>500</b> 220 190	17,91 0,18 <b>24,15</b> 10,03 23,45	2,34 0,00 <b>12,23</b> 7,30 13,19	28,83 13,00 <b>84,68</b> 7,94 33,10	166,53 56,4 <b>505,31</b> 162,29 344,95	111 265
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром) Булочка "К чаю" (масса 55 г) Чай с сахаром А ЗАВТРАК Суп с макаронными изделиями Плов Овощи натуральные соленые (огурцы)	55 230 <b>500</b> 220 190	17,91 0,18 <b>24,15</b> 10,03 23,45 0,16	2,34 0,00 12,23 7,30 13,19 0,02	28,83 13,00 <b>84,68</b> 7,94 33,10	166,53 56,4 <b>505,31</b> 162,29 344,95	442 376 111 265 70
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром) Булочка "К чаю" (масса 55 г) Чай с сахаром А ЗАВТРАК  Суп с макаронными изделиями Плов Овощи натуральные соленые (огурцы) Хлеб ржано-пшеничный	55 230 <b>500</b> 220 190	17,91 0,18 <b>24,15</b> 10,03 23,45	2,34 0,00 <b>12,23</b> 7,30 13,19	28,83 13,00 <b>84,68</b> 7,94 33,10	166,53 56,4 <b>505,31</b> 162,29 344,95	442 376 111 265 70
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром) Булочка "К чаю" (масса 55 г) Чай с сахаром А ЗАВТРАК  Суп с макаронными изделиями Плов Овощи натуральные соленые (огурцы) Хлеб ржано-пшеничный Компот из плодов или ягод	55 230 500 220 190 60 40	17,91 0,18 24,15 10,03 23,45 0,16 2,00	2,34 0,00 12,23 7,30 13,19 0,02 0,58	28,83 13,00 <b>84,68</b> 7,94 33,10 0,34 16,89	166,53 56,4 505,31 162,29 344,95 2,6 81,2	111 265 70 879
ЗАВТРАК ИТОГО ЗА ОБЕД	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром) Булочка "К чаю" (масса 55 г) Чай с сахаром А ЗАВТРАК  Суп с макаронными изделиями Плов Овощи натуральные соленые (огурцы) Хлеб ржано-пшеничный Компот из плодов или ягод сушеных	55 230 500 220 190 60 40	17,91 0,18 24,15 10,03 23,45 0,16 2,00 0,25	2,34 0,00 12,23 7,30 13,19 0,02 0,58	28,83 13,00 <b>84,68</b> 7,94 33,10 0,34 16,89	166,53 56,4 505,31 162,29 344,95 2,6 81,2	111 265 70 879
ИТОГО ЗА ОБЕД	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром) Булочка "К чаю" (масса 55 г) Чай с сахаром А ЗАВТРАК  Суп с макаронными изделиями Плов Овощи натуральные соленые (огурцы) Хлеб ржано-пшеничный Компот из плодов или ягод сушеных А ОБЕД	55 230 500 220 190 60 40 230 740	17,91 0,18 24,15 10,03 23,45 0,16 2,00 0,25 35,89	2,34 0,00 12,23 7,30 13,19 0,02 0,58 0,25 21,34	28,83 13,00 <b>84,68</b> 7,94 33,10 0,34 16,89 29,26 <b>87,53</b>	166,53 56,4 505,31 162,29 344,95 2,6 81,2 117,44 708,48	111 265 70 879
ИТОГО 3A ИТОГО 3A ИТОГО 3A	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром) Булочка "К чаю" (масса 55 г) Чай с сахаром А ЗАВТРАК  Суп с макаронными изделиями Плов Овощи натуральные соленые (огурцы) Хлеб ржано-пшеничный Компот из плодов или ягод сушеных А ОБЕД	55 230 500 220 190 60 40	17,91 0,18 24,15 10,03 23,45 0,16 2,00 0,25	2,34 0,00 12,23 7,30 13,19 0,02 0,58	28,83 13,00 <b>84,68</b> 7,94 33,10 0,34 16,89	166,53 56,4 505,31 162,29 344,95 2,6 81,2	111 265 70 879
ИТОГО 3A ИТОГО 3A ИТОГО 3A День 6 (п	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром) Булочка "К чаю" (масса 55 г) Чай с сахаром А ЗАВТРАК  Суп с макаронными изделиями Плов Овощи натуральные соленые (огурцы) Хлеб ржано-пшеничный Компот из плодов или ягод сушеных А ОБЕД А ДЕНЬ: онедельник)	55 230 500 220 190 60 40 230 740	17,91 0,18 24,15 10,03 23,45 0,16 2,00 0,25 35,89	2,34 0,00 12,23 7,30 13,19 0,02 0,58 0,25 21,34	28,83 13,00 <b>84,68</b> 7,94 33,10 0,34 16,89 29,26 <b>87,53</b>	166,53 56,4 505,31 162,29 344,95 2,6 81,2 117,44 708,48	111 265 70 879
ИТОГО 3A ИТОГО 3A ИТОГО 3A	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром) Булочка "К чаю" (масса 55 г) Чай с сахаром А ЗАВТРАК  Суп с макаронными изделиями Плов Овощи натуральные соленые (огурцы) Хлеб ржано-пшеничный Компот из плодов или ягод сушеных А ОБЕД А ДЕНЬ: онедельник) Каша вязкая молочная из	55 230 500 220 190 60 40 230 740	17,91 0,18 24,15 10,03 23,45 0,16 2,00 0,25 35,89	2,34 0,00 12,23 7,30 13,19 0,02 0,58 0,25 21,34	28,83 13,00 <b>84,68</b> 7,94 33,10 0,34 16,89 29,26 <b>87,53</b>	166,53 56,4 505,31 162,29 344,95 2,6 81,2 117,44 708,48	111 265 70 879
ИТОГО 3A ИТОГО 3A ИТОГО 3A День 6 (п	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром) Булочка "К чаю" (масса 55 г) Чай с сахаром А ЗАВТРАК  Суп с макаронными изделиями Плов Овощи натуральные соленые (огурцы) Хлеб ржано-пшеничный Компот из плодов или ягод сушеных А ОБЕД А ДЕНЬ: онедельник) Каша вязкая молочная из пшенной, овсяной, гречневой	55 230 500 220 190 60 40 230 740	17,91 0,18 24,15 10,03 23,45 0,16 2,00 0,25 35,89	2,34 0,00 12,23 7,30 13,19 0,02 0,58 0,25 21,34	28,83 13,00 <b>84,68</b> 7,94 33,10 0,34 16,89 29,26 <b>87,53</b>	166,53 56,4 505,31 162,29 344,95 2,6 81,2 117,44 708,48	111 265 70 879
ИТОГО 3A ИТОГО 3A ИТОГО 3A День 6 (п	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром) Булочка "К чаю" (масса 55 г) Чай с сахаром А ЗАВТРАК  Суп с макаронными изделиями Плов Овощи натуральные соленые (огурцы) Хлеб ржано-пшеничный Компот из плодов или ягод сушеных А ОБЕД А ДЕНЬ: Онедельник) Каша вязкая молочная из пшенной, овсяной, гречневой и других круп (с маслом и	55 230 500 220 190 60 40 230 740 1200	17,91 0,18 24,15 10,03 23,45 0,16 2,00 0,25 35,89 60,04	2,34 0,00 12,23 7,30 13,19 0,02 0,58 0,25 21,34 33,57	28,83 13,00 84,68 7,94 33,10 0,34 16,89 29,26 87,53 172,21	166,53 56,4 505,31 162,29 344,95 2,6 81,2 117,44 708,48 1213,79	111 265 70 879 348
ИТОГО 3A ИТОГО 3A ИТОГО 3A День 6 (п	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром) Булочка "К чаю" (масса 55 г) Чай с сахаром А ЗАВТРАК  Суп с макаронными изделиями Плов Овощи натуральные соленые (огурцы) Хлеб ржано-пшеничный Компот из плодов или ягод сушеных А ОБЕД А ДЕНЬ: онедельник) Каша вязкая молочная из пшенной, овсяной, гречневой и других круп (с маслом и вареньем)	55 230 500 220 190 60 40 230 740 1200	17,91 0,18 24,15 10,03 23,45 0,16 2,00 0,25 35,89 60,04	2,34 0,00 12,23 7,30 13,19 0,02 0,58 0,25 21,34 33,57	28,83 13,00 <b>84,68</b> 7,94 33,10 0,34 16,89 29,26 <b>87,53</b> <b>172,21</b>	166,53 56,4 505,31 162,29 344,95 2,6 81,2 117,44 708,48 1213,79	111 265 70 879 348
ИТОГО 3A ИТОГО 3A ИТОГО 3A День 6 (п	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром) Булочка "К чаю" (масса 55 г) Чай с сахаром А ЗАВТРАК  Суп с макаронными изделиями Плов Овощи натуральные соленые (огурцы) Хлеб ржано-пшеничный Компот из плодов или ягод сушеных А ОБЕД А ДЕНЬ: Онедельник) Каша вязкая молочная из пшенной, овсяной, гречневой и других круп (с маслом и	55 230 500 220 190 60 40 230 740 1200	17,91 0,18 24,15 10,03 23,45 0,16 2,00 0,25 35,89 60,04	2,34 0,00 12,23 7,30 13,19 0,02 0,58 0,25 21,34 33,57	28,83 13,00 84,68 7,94 33,10 0,34 16,89 29,26 87,53 172,21	166,53 56,4 505,31 162,29 344,95 2,6 81,2 117,44 708,48 1213,79	111 265 70 879 348

1							
	Бутерброд с маслом			1			
	(сливочным или шоколадным)	50	3,01	7,99	18,67	158,88	1
	ЗАВТРАК	510	13,39	18,69	96,55	598,33	
ОБЕД	Суп с бобовыми	200	12,20	6,58	14,98	170,52	119
	Котлеты, биточки, шницели (с						
	соусом)	90	_10,90	8,91	11,54	167,36	
	Каша рассыпчатая	150	8,33	10,95	37,11	280,07	302
	Компот из плодов или ягод			·			
	сушеных	230	0,25	0,25	29,26	117,44	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,00	0,58	16,89	81,2	879
итого за		710	33,68	27,27	109,78	816,59	
итого за		1220	47,07	45,96	206,33	1414,92	
День 7 (вт							
SABIPAK	Котлеты рубленые из бройлер-						
	цыплят (с соусом)	90	9,78	14,33	11,26	211,79	
	Каша рассыпчатая	150	8,33	10,95	37,11		302
	Хлеб пшеничный	40	2,60	0,52	17,36	86,28	
	Чай с сахаром	230	0,18	0,00	13,00	56,4	376
	ЗАВТРАК	510	20,89	25,80	78,73	634,54	
ОБЕД	Уха	200	7,32	4,14	16,12	131,34	
	Гуляш	90	14,10	9,22	1,98	147,56	
	Картофель отварной	140	2,87	3,57	22,90	135,53	310
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,00	0,58	16,89	81,2	879
	Компот из свежих плодов					-	
	(яблоки, айва или груша)	230	0,18	0,18	32,06	126,22	342
ИТОГО ЗА		700	26,47	17,69	89,95	621,85	
ИТОГО ЗА		1210	47,36	43,49	168,68	1256,39	
День 8 (ср							
ЗАВТРАК	Оладьи со сгущеным молоком	105	23,45	13,19	33,10	344,95	265
	Плоды или ягоды свежие	165	0,65	0,78	24,80	99,8	338
<u>.</u>	Чай с сахаром	230	0,18	0,00	13,00	56,4	376
	ЗАВТРАК	500	35,11	14,25	71,40	501,15	
ОБЕД	Суп из овощей	205	8,55	6,29	12,24	139,56	99
	Рагу из птицы	185	16,15	20,74	16,87	319,05	289
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,00	0,58	16,89	81,2	879
	Кукуруза консервированная	40	6,00	3,64	39,22	203,8	133
	Компот из плодов или ягод						
	сушеных	230	0,25	0,25	29,26	117,44	348
ИТОГО ЗА	ОБЕД	700	32,95	31,50	114,48	861,05	
ИТОГО ЗА						40000	ì
71101036	\ <u>Д</u> ЕНЬ:	1200	68,06	45,75	185,88	1362,2	<u> </u>
День 9 (че	етверг)	1					
День 9 (че		<b>1200</b> 190	14,00	<b>45,75</b> 13,85	<b>185,88</b> 38,23	333,07	204
День 9 (че	етверг)	190 230	14,00 0,18	13,85 0,00	38,23 13,00	333,07 56,4	376
День 9 (че	етверг) Макароны отварные с сыром Чай с сахаром Яйца вареные	190 230 40	14,00 0,18 5,08	13,85 0,00 4,60	38,23 13,00 0,28	333,07 56,4 62,8	376 209
День 9 (че ЗАВТРАК	тверг) Макароны отварные с сыром Чай с сахаром Яйца вареные Хлеб пшеничный	190 230 40 40	14,00 0,18 5,08 2,60	13,85 0,00 4,60 0,52	38,23 13,00 0,28 17,36	333,07 56,4 62,8 86,28	376 209
День 9 (че ЗАВТРАК ИТОГО ЗА	тверг) Макароны отварные с сыром Чай с сахаром Яйца вареные Хлеб пшеничный	190 230 40 40 500	14,00 0,18 5,08 2,60 <b>21,86</b>	13,85 0,00 4,60 0,52 18,97	38,23 13,00 0,28 17,36 68,87	333,07 56,4 62,8 86,28 <b>538,55</b>	376 209 878
День 9 (че ЗАВТРАК	Макароны отварные с сыром Чай с сахаром Яйца вареные Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Щи из свежей капусты	190 230 40 40 500 200	14,00 0,18 5,08 2,60 <b>21,86</b> 7,52	13,85 0,00 4,60 0,52 18,97 6,12	38,23 13,00 0,28 17,36 <b>68,87</b> 5,72	333,07 56,4 62,8 86,28 <b>538,55</b> 108,82	376 209 878 87
День 9 (че ЗАВТРАК ИТОГО ЗА	макароны отварные с сыром Чай с сахаром Яйца вареные Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Щи из свежей капусты Плов	190 230 40 40 <b>500</b> 200 190	14,00 0,18 5,08 2,60 <b>21,86</b> 7,52 23,45	13,85 0,00 4,60 0,52 18,97 6,12 13,19	38,23 13,00 0,28 17,36 <b>68,87</b> 5,72 33,10	333,07 56,4 62,8 86,28 <b>538,55</b> 108,82 344,95	376 209 878 87 265
День 9 (че ЗАВТРАК ИТОГО ЗА	Макароны отварные с сыром Чай с сахаром Яйца вареные Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Щи из свежей капусты	190 230 40 40 500 200	14,00 0,18 5,08 2,60 <b>21,86</b> 7,52	13,85 0,00 4,60 0,52 18,97 6,12	38,23 13,00 0,28 17,36 <b>68,87</b> 5,72	333,07 56,4 62,8 86,28 <b>538,55</b> 108,82	376 209 878 87
День 9 (че ЗАВТРАК ИТОГО ЗА	макароны отварные с сыром Чай с сахаром Яйца вареные Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Щи из свежей капусты Плов	190 230 40 40 500 200 190	14,00 0,18 5,08 2,60 <b>21,86</b> 7,52 23,45	13,85 0,00 4,60 0,52 18,97 6,12 13,19	38,23 13,00 0,28 17,36 <b>68,87</b> 5,72 33,10	333,07 56,4 62,8 86,28 <b>538,55</b> 108,82 344,95	376 209 878 87 265
День 9 (че ЗАВТРАК ИТОГО ЗА	Макароны отварные с сыром Чай с сахаром Яйца вареные Хлеб пшеничный ЗАВТРАК Щи из свежей капусты Плов Зеленый горошек консерв.	190 230 40 40 500 200 190	14,00 0,18 5,08 2,60 <b>21,86</b> 7,52 23,45	13,85 0,00 4,60 0,52 18,97 6,12 13,19	38,23 13,00 0,28 17,36 <b>68,87</b> 5,72 33,10	333,07 56,4 62,8 86,28 <b>538,55</b> 108,82 344,95	376 209 878 87 265
День 9 (че ЗАВТРАК ИТОГО ЗА	Макароны отварные с сыром Чай с сахаром Яйца вареные Хлеб пшеничный АЗАВТРАК Щи из свежей капусты Плов Зеленый горошек консерв. Кисель из плодов или ягод	190 230 40 40 500 200 190	14,00 0,18 5,08 2,60 <b>21,86</b> 7,52 23,45	13,85 0,00 4,60 0,52 18,97 6,12 13,19	38,23 13,00 0,28 17,36 <b>68,87</b> 5,72 33,10	333,07 56,4 62,8 86,28 <b>538,55</b> 108,82 344,95	376 209 878 87 265

ИТОГО ЗА ОБЕД		720	22,23	18,81	103,90	659,75	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1220	44,09	37,78	172,77	1198,3	
День 10 (п							
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из пшенной, овсяной, гречневой и других круп (с маслом и						
	вареньем)	215	9,14	9,68	50,85	319,4	
	Сыр (порциями) (Российский)	10	2,32	2,95	0,00	36,4	15
	Хлеб пшеничный	40	2,60	0,52	17,36	86,28	878
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3	14
	Чай с сахаром	230	0,18	0,00	13,00	56,4	376
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	14,30	16,23	81,30	526,78	
ОБЕД	Борщ	200	7,20	6,08	7,66	114,3	81
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,00	0,58	16,89	81,2	879
	Котлеты, биточки, шницели (с соусом)	90	10,90	8,91	11,54	167,36	268
	Пюре картофельное	150	3,29	4,46	22,05	141,96	312
	Компот из свежих плодов (яблоки, айва или груша)	230	0,18	0,18	32,06	126,22	342
ИТОГО ЗА	ИТОГО ЗА ОБЕД		23,57	20,21	90,20	631,04	
ИТОГО ЗА	ДЕНЬ:	1210	37,87	36,44	171,5	1157,82	
ИТОГО ЗА	ВЕСЬ ПЕРИОД:	12105	495,19	404,2	1772,52	12590,24	
СРЕДНЕЕ	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		49,519	40,42	177,252	1259,024	