

Согласовано

Директор МБОУ СШ с-Зеленый
Климов А.А.



Утверждаю

Директор ООО «ОптТорг»

Набиуллин Р.Р.



Примерное 2-х недельное меню
для обучающихся в I смену (завтрак, обед)
с 5 по 11 классы
для детей категорий ОВЗ, ДИ
на осенне-зимний период

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)**

Сезон: **Осень-зима**
Категория: **ОВЗ и ДИ с 5-11 класс**

1-ая неделя/Понедельник

№ ред.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	6		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Завтрак															
ШКО0007	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	80	1,12	8,16	4,8	97	0,03	23,12	322,16		29,92	25,04	14,88	0,72		
ШКО0008	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,2	8,12	46,1	299	0,28		36,6		19	240	160	5,4		
ШКО00126	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27		0,04	0,3		4,5	7,2	3,8	0,7		
ШКО00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04		
СОЛЙ00Д	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06		
ШКО00001	Сыр твердых сортов в нарезке	12	2,8	3,52		42	0,01		31,2		105,6	60	4	0,16		
	Всего в Завтрак	554	20,73	22,99	85,6	633	0,39	23,21	390,26		346,38	603,74	183,12	7,08		
	Обед															
ШКО10031	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский	250	1,63	4,55	10,95	91	0,04	8,5	161,18		34	43,25	21,25	0,94		
ШКО00034	Сметана для заправки	5	0,13	0,75	0,18	8										
ШКО00107	Плов из отварной говядины	230	17,57	17,76	44,34	408	0,07	0,83	312,06		22,08	221,72	50,6	2,58		
ШКО00137	Компот из вишни	200	0,3	0,1	10,3	43	0,01	2,5	4,08		13	10	9	0,2		
ШКО00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04		
СОЛЙ00Д	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09		
ШКО00129	Хлеб ржаной(для детского питания)	40	3,47	1,33	17,07	95	0,04				35,56	80		2,8		
	Всего в Обед	788	29,5	27,68	111,04	812	0,23	11,88	477,32		295,68	627,22	81,51	6,65		
	Всего в день		50,23	50,67	196,64	1 446	0,62	35,08	867,58		642,06	1 230,96	264,63	13,72		

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	Б		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Завтрак															
000149	Яблоко запеченное с сахаром	70	0,7	4,2	21	39	0,01	2,72				17,5		10,18	1,01	
000151	Каша пшеничная молочная жидкая	230	11,65	12,44	23	250	0,2	0,61	0,38			148,58	424,32	51,67	1,38	
000127	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3		6,7	28		1,16	0,38			6,9	8,5	4,6	0,8	
000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04				150	225		0,03	
ОЛЬЮД	Соль йодированная	2														
000156	Кисломолочный напиток для детского питания	100	2,81	0,04	3,63	26	0,03	0,28				7,36	1,5	0,44	0,06	
000001	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,33	2,93		35	0,01					88	50	3,33	0,13	
	Всего в Завтрак		23,14	22,27	77,83	518	0,31	4,81	26,76			529,22	812,63	83,27	3,5	
	Обед															
000100	Суп картофельный с лапшой домашней (ПФ)	250	2,83	11,67	48,33	127	0,08	0,03	0,02			15,8	38,33	24	2,17	
000065	Картофельное пюре	150	3,08	6,08	21	146	0,12	10,2	32,1			39	84	28,5	1,05	
000015	Котлеты куриные с подливом овощным	60/40	13	8,7	10,2	161	0,09	0,27			0,41	18,47	100,53	43,35	451,9	
000044	Компот из свежесмороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)"С"	180	1,62	0,08	2,87	55	0,05	0,61				0,46		0,27	35,71	
000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05				180	270		0,04	
ОЛЬЮД	Соль йодированная	3														
000129	Хлеб ржаной(для детского питания)	40	3,47	1,33	17,07	95	0,04					11,04	2,25	0,66	0,09	
	Всего в Обед		30,4	31,05	127,67	751	0,45	11,16	32,12	0,41		300,33	575,11	96,78	493,76	
	Всего в день		53,54	53,32	205,5	1 269	0,76	15,97	58,88	0,41		829,55	1 387,74	180,05	497,26	

№ реч.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Завтрак															
K00156	Макароны отварные	200	4,96	6,3	43,7	269	0,08		35,5		14	53	10	1		
K00157	Голень куриная запеченная в соусе томатном	75/15	11,5	4,5	9,14	165	0,09	5,4	10,8		9,9	175,5	19,8	0,99		
K00126	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27		0,04	0,3		4,5	7,2	3,8	0,7		
K00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03		
ОЛЬЙОД	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06		
K00002	Масло сливочное (порциями)	12	0,12	8,7	1,68	79			78,36		1,2	2,4				
	Всего в Завтрак	554	22,12	22,16	84,52	680	0,23	5,48	124,96		186,96	464,6	34,04	2,78		
	Обед															
K00160	Рыбный суп	250	7,38	15,38	31,25	203	0,15	8,34	281,25	0,33	19,8	86,74	34,08	314,59		
K00161	Рагу овощное с мясом	240	12,84	11,3	32	302	0,11	12,37			42,8		54,78	3,5		
K00015	Напиток из свежемороженых плодов (яблоко/клубника)	200			17,6	67	1,4	1	65	0,3		0,4	0,01	1		
K00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04		
ОЛЬЙОД	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09		
K00129	Хлеб ржаной(для детского питания)	40	3,47	1,33	17,07	95	0,04				35,56	80		2,8		
	Всего в Обед	793	30,09	31,2	126,12	834	1,77	21,76	346,25	0,63	289,2	439,39	89,53	322,02		
	Всего в день		52,21	53,36	210,64	1514	2	27,24	471,21	0,63	476,16	903,99	123,57	324,8		

№ рецеп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	6		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Завтрак															
000153	Рис припущенный	200	4,4	6,8	19,4	258	0,04		35,5			8	92	30	0,6	
000182	Котлеты из говядины с томатным соусом	60/30	7,5	7,2	8	130	0,04	0,01				20		16	8,2	
00029	Инстантный напиток витаминизированный	200			40	130	0,23	0,2	3	2,48		24	55	18	67	
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04				150	225		0,03	
00065	Соль йодированная	2										7,36	1,5	0,44	0,06	
000001	Сыр твердых сортов в нарезке	12	2,8	3,52		42	0,01		31,2			105,6	60	4	0,16	
	Всего в Завтрак	564	20,04	20,18	90,9	700	0,38	0,25	69,7	2,48		314,96	433,5	68,44	76,05	
	Обед															
000026	Рассольник ленинградский с крупой перловой	250	5,93	7,8	17	161	0,08	6,93	134			26,25	64,25	24,5	0,89	
000026	Болоньезе с куриным фаршем, том. пастой и овощами	90	14,67	10,8	8,37	114	0,02	107,1	109,8	22,5		129,6	28,8	22,5	32,4	
000112	Картофель отварной с маслом	150	3	3,3	22,5	134	0,13	6,2				14,3	174,16	32	1,26	
000044	Компот из свежемороженных ягод (яблоко/черноплодная рябина)"С"	200	1,8	0,09	3,19	61	0,05	0,68				0,51		0,3	39,68	
000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05				180	270		0,04	
000065	Соль йодированная	3										11,04	2,25	0,66	0,09	
000129	Хлеб ржаной(для детского питания)	40	3,47	1,33	17,07	95	0,04					35,56	80		2,8	
	Всего в Обед	793	35,27	26,52	96,33	733	0,39	120,95	243,8	22,5		397,26	619,46	79,96	77,15	
	Всего в день		55,31	46,7	187,23	1434	0,76	121,2	313,5	24,98		712,22	1052,96	148,4	153,21	

№ рецеп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Завтрак																
00002	Запеканка из творога	100	15,25	19,2	17,1	205		0,05	0,15			180,38		26,63	0,62		
000110	Ягоды протертые в сорбитом	40	0,2	0,12	12	52		0,04	10,4	0,92		1,2	1,24	1,55	1,96		
000159	Каша пшеничная молочная	160	5,97	6,72	29,23	193		0,11	0,43	11,73		107,4	127,52	29,02	1,46		
000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140		0,06	0,04			150	225		0,03		
000104	Соль йодированная	2										7,36	1,5	0,44	0,06		
000126	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27			0,04	0,3		4,5	7,2	3,8	0,7		
	Всего в Завтрак	552	26,96	19,7	88,33	617		0,25	11,06	12,95		450,84	362,46	61,44	4,83		
	Обед																
000160	Салат "Студенческий" (картофель, морковь, зел.гор)	80	1,12	3,76	2	46		0,01	0,61			5,17	13,66	3,81	0,19		
000030	Щи из свежей капусты	250	1,68	3,93	7,33	71		0,05	13,45	140,28		33,25	37,5	19	0,68		
000034	Сметана для заправки	5	0,13	0,75	0,18	8											
000058	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,65	6,09	34,58	224		0,21	0,01	27,45		14,25	180	120	4,05		
000040	Котлеты из говядины с подливом овощным	60/40	7,5	7,2	8	130		0,04				20		16	8,2		
000137	Компот из вишни	200	0,3	0,1	10,3	43		0,01	2,5	4,08		13	10	9	0,2		
000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,41	3,19	28,2	168		0,07	0,05			180	270		0,04		
000104	Соль йодированная	3										11,04	2,25	0,66	0,09		
000129	Хлеб ржаной (для детского питания)	40	3,47	1,33	17,07	95		0,04				35,56	80		2,8		
	Всего в Обед	888	28,25	26,35	107,65	786		0,43	16,62	171,81		312,27	593,41	168,47	16,24		
	Всего в день		55,21	46,05	195,97	1402		0,68	27,67	184,76		763,11	955,87	229,91	21,08		

№ п/п	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	6		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Завтрак																
000163	Макаронь отварные	240	4,87	9,29	52,44	323	0,09		42,6		16,8	63,6	12	1,2		
000164	Болоньезе с куриным фаршем, том. пастой и овощами	60	9,78	7,2	5,58	76	0,01		71,4	15	86,4	19,2	15	21,6		
000126	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27		0,04	0,3		4,5	7,2	3,8	0,7		
000104	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06		
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03		
Всего в Завтрак			20,19	19,15	88,02	566	0,17	71,48	116,1	15	265,06	316,5	31,24	23,59		
Обед																
00013	Винегрет с растительным маслом	80	0,96	7,2	5,36	90	0,02	3,01	97,2		16,16	28,56	12,88	0,56		
000150	Суп крестьянский с крупой (ПШЕНО)	250	6,4	7,78	13,43	149	0,05	8,03	133,07		34,25	65,5	18,25	0,7		
00065	Картофельное пюре	150	3,08	6,08	21	146	0,12	10,2	32,1		39	84	28,5	1,05		
000164	Рыба припущенная(минтай,навага)	100	9,22	4,68	0,77	120	0,17	0,26	351,67		18,67	276,67	27,08	0,6		
00044	Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)"С"	200	1,8	0,09	3,19	61	0,05	0,68			0,51		0,3	39,68		
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04		
000129	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09		
	Хлеб ржаной(для детского питания)	40	3,47	1,33	17,07	95	0,04				35,56	80		2,8		
Всего в Обед			31,33	30,34	89,01	828	0,52	22,22	614,04		335,19	806,98	87,67	45,52		
Всего в день			51,52	49,5	177,03	1394	0,69	93,7	730,14	15	600,25	1123,48	118,91	69,11		

№ рецеп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б Ж У					B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
			Б	Ж	У	6										7
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Завтрак																
00156	Кисломолочный напиток для детского питания	100	2,81	0,04	3,63	26	0,03	0,28			110,88	103,31	13,05	0,09		
00042	Каша вязкая молочная овсяная	200	8,1	12,72	34,16	286	0,21	0,52	52,4		138,4	232,8	63,2	1,84		
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03		
ПЙОД	Соль йодированная	2							26		7,36	1,5	0,44	0,06		
00001	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,33	2,93		35	0,01				88	50	3,33	0,13		
00140	Кофейный напиток на молоке	200	3,6	3,6	10,5	97	0,04	0,68	17,25		143	130	34,3	1,1		
	Всего в Завтрак	562	22,18	21,95	71,79	584	0,34	1,52	95,65		637,64	742,61	114,32	3,25		
Обед																
10031	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский	250	1,63	4,55	10,95	91	0,04	8,5	161,18		34	43,25	21,25	0,94		
00034	Сметана для заправки	5	0,13	0,75	0,18	8										
00038	Каша пшеничная рассыпчатая	180	2,88	1,8	26,4	134	0,23	10,18	43,2		89,29	3,23	82,92	3,9		
БГМ01	Болоньезе с говяжьим фаршем, том. пастой и овощами	80	11,6	13,6	17,6	130	0,01	15,2	176,8	28,8	20	25,6	292,8	0,96		
00000	Компот из свежемороженой смородины	200	0,2	0,02	17	48		48			0,64			39,29		
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	70	7,48	3,72	32,9	196	0,08	0,06			210	315		0,05		
ПЙОД	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09		
00129	Хлеб ржаной(для детского питания)	45	3,9	1,5	19,2	107	0,05				40,01	90		3,15		
	Всего в Обед	833	27,81	25,94	124,23	714	0,4	81,93	381,18	28,8	404,98	479,33	397,63	48,38		
	Всего в день		49,99	47,9	196,02	1 298	0,74	83,45	476,83	28,8	1 042,62	1 221,94	511,95	51,63		

№ п/п	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)					ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			г						мг					мг				
			Б	Ж	У				В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
Завтрак																		
00062	Каша манная молочная	160	2,99	6,29	15,15	123	0,04	0,44			101,81	84,37	13,94	0,26				
00002	Запеканка из творога	100	15,25	10,2	17,1	205	0,05	0,15			180,38		26,63	0,62				
00108	Ягоды протертые в ассортименте	40	0,2	0,12	12	52	0,04	10,4	0,92		1,2	1,24	1,55	1,96				
00130	Чай со смородиной и сахаром	200	0,3	0,1	7,2	31		9,64	1,52		8,28	10,6	7,07	0,87				
00104	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06				
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03				
	Всего в Завтрак	552	24,08	19,37	74,95	550	0,19	20,67	2,44		449,03	322,71	69,63	3,8				
Обед																		
00020	Рассольник ленинградский	250	5,93	7,8	17	162	0,08	6,93	134		26,25	64,25	24,5	0,89				
00058	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,65	6,09	34,58	224	0,21		27,45		14,25	180	120	4,05				
00102	Болоньезе с куриным фаршем, том. пастой и овощами	70	11,41	8,4	6,51	89	0,01	83,3	85,4	17,5	100,8	22,4	17,5	25,2				
00121	Кисель фруктовый	200			20	76					0,48			0,05				
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04				
00104	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09				
00129	Хлеб ржаной(для детского питания)	40	3,47	1,33	17,07	95	0,04				35,56	80		2,8				
	Всего в Обед	773	34,86	26,82	123,35	814	0,42	90,27	246,85	17,5	368,38	618,9	162,66	33,11				
	Всего в день		58,94	46,19	198,3	1364	0,6	110,94	249,29	17,5	817,41	941,61	212,29	36,91				

№ реч.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Завтрак															
00065	Картофельное пюре	220	4,51	8,91	30,8	213	0,18	14,96	47,08		57,2	123,2	41,8	1,54		
00168	Гуляш из отварного мяса	60	8,28	8,52	13,44	126	0,08	2,38			3,48	6,24	4,2	1,8		
00128	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,4	8,6	53	0,01	0,31	6,91		57,3	46,3	9,9	0,8		
ПН/ОД	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06		
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04		
00002	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,25	1,4	66			65,3		1	2				
	Всего в Завтрак		20,9	29,27	82,44	627	0,35	17,69	119,29		306,34	449,24	56,34	4,24		
	Обед															
00148	Суп из овощей (В 2)	250	2	4,33	32,67	225	2	9			22,38	51,33	21,8	0,77		
00059	Каша перловая рассыпчатая	150	4,43	5,93	30,45	193	0,05		29,4		18,75	141,75	17,25	0,83		
00167	Куриное филе, тушенное с овощами	90	13,59	11	6,2	152	0,01	0,14	0,01	0,25	125	6,5	1,6	0,32		
00137	Компот из вишни	200	0,3	0,1	10,3	43	0,01	2,5	4,08		13	10	9	0,2		
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04		
ПН/ОД	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09		
00129	Хлеб ржаной(для детского питания)	40	3,47	1,33	17,07	95	0,04				35,56	80		2,8		
	Всего в Обед		30,19	25,88	124,88	875	2,18	11,69	33,49	0,25	405,73	561,83	50,31	5,04		
	Всего в день		51,09	55,16	207,32	1 502	2,52	29,38	152,78	0,25	712,07	1 011,07	106,65	9,28		

№ ред.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
															4	5	6
1	2	3				7											
	Завтрак																
00049	Каша "Дружба"	240	5,95	8,35	28,7	214	0,09	0,53	39,91		138,24	147,84	32,64	0,58			
000133	Какао с молоком	200	4,1	4,1	10,5	97	0,04	0,68	17,25		143	130	34,3	1,1			
10001	Сухофрукты в ассортименте	40	1	0,2	23,84	117	0,13	0,12			2,6	2,8	6,8	3,32			
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04			
ЛЙОД	Соль йодированная	2				35	0,01		26		7,36	1,5	0,44	0,06			
00001	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,33	2,93							88	50	3,33	0,13			
	Всего в Завтрак	552	19,79	18,78	91,24	631	0,34	1,48	63,16		559,2	602,14	77,51	5,23			
	Обед																
00158	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	6,56	7,54	33,01	250	0,21	75	81,25	0,45	31,1	43,75	37,5	1,22			
00055	Макаронны отварные	150	5,33	5,55	37,78	202	0,06		26,63		10,5	39,75	7,5	0,75			
02112	Тефтели из говядины с соусом томатным	60/40	8,7	9,2	6,5	120	0,2	1,03	8		14	1	12	1,3			
00000	Компот из свежемороженной смородины	200	0,2	0,02	17	48		48			0,64			39,29			
00065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,41	3,19	28,2	168	0,07	0,05			180	270		0,04			
ЛЙОД	Соль йодированная	3				95	0,04				11,04	2,25	0,66	0,09			
00129	Хлеб ржаной(для детского питания)	40	3,47	1,33	17,07						35,56	80		2,8			
	Всего в Обед	803	30,66	26,83	134,55	882	0,58	124,08	115,88	0,45	282,84	436,75	57,66	45,49			
	Всего в день		50,46	45,61	225,8	1514	0,92	125,56	199,04	0,45	842,04	1038,89	135,17	50,72			
	Итого		528,49	494,44	2 000,	14 136	10,3	670,19	3 704	88,02	7 437,49	10 868,5	2 031,5	1 227,7			
	Среднее за период		52,85	49,44	200,04	1 414	1,03	67,02	370,4	8,8	743,75	1 086,85	203,15	122,77			
	Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности		14,95	31,48	56,6												