

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: 7-11 лет

День: понедельник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возраст: 7-11 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (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														
413,00	Сосиска отварная	50/50	5,50	11,95	0,20	130,50	0,1	0,00	0,00	0,00	17,50	79,50	10,00	0,90
332,00	Макаронные изделия отварные	150	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09	0	22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88
*305,11	Чай с лимоном	200	0	0	9,7	39	0,15	10	0					
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,4	24,6	118	0,17	0	0	0,75	10	32,5	7	0,55
500			15,12	16,66	71,58	497,50	0,50	10,00	22,50	1,59	43,09	159,18	25,66	2,33
Обед ШК 7-11														
34,00	Кукуруза консервир сладкая	30	0,22	0,00	1,12	17,40	0,01	2,24	4,33	2,18	15,33	23,64	8,91	0,80
148,00	Суп лапша домашняя на мясном бульоне	200	11,8	11,30	16,63	219,4	0,09	13,2	161,8	1,11	15,1	50,84	19,42	0,81
492,00	Рис отварной	150	17,04	22,00	28,44	384,00	0,06	0,60	0,00	0,00	18,30	0,00	33,20	1,50
413,00	Сосиска отварная	50/50	5,50	11,95	0,20	130,50	0,1	0,00	0,00	0,00	17,50	79,50	10,00	0,90
282,11	Кисель	200	0	0	23,5	95	0,3	20,1	0	0	0	0	0	0
420,02	Хлеб ржаной	30	1	0,3	13,4	63	0,02	0	0	0,75	5	32,5	6	0,87
	Кондитерские изделия	15	2,5	1,3	22,5	104	0,16	0	0	0,68	11,6	52	16,8	1,2
Итого за Обед		705	33,03	34,85	105,63	882,80	0,64	36,14	166,13	4,72	65,73	158,98	84,33	5,18
Итого за день			48,15	51,51	177,21	1380,30	1,14	46,14	188,63	6,31	108,82	318,16	109,99	7,51

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 2)

Рацион: 7-11

День: вторник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возраст: 7-11 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (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														
440,00	Булочка " Творожная"	50	7,50	3,40	28,20	177,40	0,05	0,09	0,00	0,00	43,50	0,00	10,16	0,61
302,00	Каша "Артек" молочная вязкая	180/5	7,3	6,84	67,08	355,20	0,14	0,45	0,00	0,00	118,90	0,0	37,20	2,16
285	Чай с сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	0	6	0	4,2	0,33
27,01	Йогурт витаминизированный	100	3,00	3,00	5	60		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07
565			20,16	13,49	125,23	705,38	0,19	3,41	23,94	0,05	265,50	61,54	53,70	2,91
Обед														
ТТК №6	Салат из свеклы с черносливом	60	0,6	3	4,95	48	0,01	4,8	0	0	12,5	0	7,26	0,72
53,39	Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,55	4,11	7,18	72,63	0,05	24,02	167,27	1,54	33,58	38,47	16,71	0,61
96,19	Гуляш	45/45	13,78	15,03	3,18	203,03	0,06	2,21	8,7	1,96	16,88	143,25	19,18	2,14
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16	0	23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28	0	2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07
420,02	Хлеб ржаной	20	0,98	0,2	8,96	42	0,02	0	0	0	3,60	0	4	0,58
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	20г	1,5	0,2	10	47	0,02	0	0	0,0	4	0	2,8	0
725			23,26	27,37	65,78	603,49	0,32	33,83	199,36	3,86	85,30	296,51	125,97	6,89
Итого за день			43,42	40,86	191,01	1308,87	0,51	37,24	223,30	3,91	350,80	358,05	179,67	9,80

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 3)

Рацион: 7-11

День: среда

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возраст: 7-11 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (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														
502,5	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/40	10,05	9,58	9,1	162,56	0,09	3,09	81,19	1,17	35	98,19	15,8	1,05
302,00	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09	0	22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88
69	Компот из урюка	200	1	0	25,00	108,0	0,03	1	0	0	41,9	38	27,25	0,84
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,4	24,6	118	0,17	0	0	0,75	10	32,5	7	0,55
500			20,67	14,29	95,78	598,56	0,38	4,09	103,69	2,76	102,45	215,87	58,71	3,32
Обед														
37	Салат "Студенческий"	60	2,25	6,3	4,05	81,75	0,01	1,34	0	0	9,75	0	8,57	0,3
138,00	Суп картофельный с крупой	200	2,10	2,10	15,50	90,00	0,07	5,6	0,00	0,00	12,64	0,00	19,21	0,73
80,09	Рыба, тушенная в томатном соусе	45/45	9,32	4,33	2,64	87,53	0,08	3,61	412,33	1,97	33,36	150,31	40,92	0,74
610	Макаронные изделия отварные	150	3,77	4,37	38,92	209,86	0,04	0	23,85	0,26	10,99	80,34	26,58	0,58
283	Чай с сахаром	200	0	0	9,98	39,9	0	0	0	0	0,3	0	0	0,03
420,02	Хлеб ржаной	30	1	0,3	13,4	63	0,02	0	0	0,75	5	32,5	6	0,87
421,11	Кондитерские изделия	15	2,5	1,3	22,5	104	0,16	0	0	0,68	11,6	52	16,8	1,2
715			21,41	18,65	107,03	676,04	0,38	10,55	436,18	3,66	84,04	315,15	118,08	4,45
Итого за день			42,08	32,94	202,81	1274,60	0,76	14,64	539,87	6,42	186,49	531,02	176,79	7,77

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4)

Рацион: 7-11

День: четверг
Неделя: 1

Сезон: 01.01-12.31 (Все)
Возраст: 7-11 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	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														
366,0	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	130/15	21,90	15,80	27,60	341,0	0,06	0,43	0,00	0,00	216,46	0,00	31,96	0,75
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,07	0,01	11,06	45,87	0	3,04	0,15	0,01	3,36	1,67	0,91	0,08
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	0	6	0	4,2	0,33
38,59	Фрукт (банан)	200	0,5	0,5	12,25	58,75	0,04	12,5	6,25	0,25	20	13,75	11,25	2,75
570			24,75	16,55	65,67	516,12	0,10	15,97	6,40	0,26	239,82	15,42	44,12	3,58
Обед														
ТТК 3	Салат картофель с зеленым горош	60	1,95	6	6,07	86,25	0,03	39,9	0	0	9,81	0	11,6	0,4
56,64	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,55	4,08	8,02	75,64	0,04	15,9	174,15	1,56	33,58	41,79	19,27	0,9
302	Птица, тушенная в соусе с овощами	180	17,50	11,60	18,30	254,00	0,09	5,92	0,00	0,00	31,26	0,00	33,71	0,72
285	Чай с сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28	0	2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07
420,02	Хлеб ржаной	20	0,98	0,2	8,96	42	0,02	0	0	0	3,60	0	4	0,58
*117	Шанежка наливная	50	3,2	0,4	18,4	88	0,16	0	0	0,68	11,6	52	16,8	1,2
700			25,24	22,29	69,94	588,17	0,34	64,52	174,29	2,25	92,95	95,33	86,22	3,87
Итого за день			49,99	38,84	135,61	1104,29	0,44	80,49	180,69	2,51	332,77	110,75	130,34	7,45

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 5)

Рацион: 7-11

День: пятница

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возраст: 7-11 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность	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														
131,02	Плов из мяса птицы	180	18,64	25,85	46,06	490,77	0,13	4,96	303,82	6,38	29,71	224,55	52,25	1,88
283	Компот из ченоплод рябины и ябл	200			9,98	39,9	0	0	0		0,3	0	0	0,03
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	4	0,5	27,5	130	0,17	0	0	0,75	10	32,5	7	1,25
476,01	Кисломолочный продукт(Снежок)	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6	0	0	119	0	14	0,1
520			25,84	29,55	88,04	722,67	0,33	5,56	303,82	7,13	159,01	257,05	73,25	3,26
Обед														
34	Салат из свеклы с яблоками	60	0,6	3	4,95	48	0,01	4,8	0	0	12,5	0	7,26	0,72
140,00	Суп картофельный с макарон изд	200	12,00	9,00	12,12	187,00	0,09	21,02	168,23	1,91	31,37	54,81	23	0,88
159,0	Зразы школьные	50/40	8,20	10,00	8,2	156,00	0,05	0,5	0,00	0,00	15,57	0,00	16,97	0,97
107,00	Пюре гороховое	150	14,60	5,10	33,10	240,00	0,40	0	0,0	0,00	78,2	0,00	72,2	4,60
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28	0	2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07
420,02	Хлеб ржаной	20	0,98	0,2	8,96	42	0,02	0	0	0	3,60	0	4	0,58
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный	20г	1,5	0,2	10	47	0,02	0	0	0,0	4	0	2,8	0
720			37,96	27,47	87,36	762,28	0,59	29,12	168,37	1,92	148,34	56,35	127,07	8,04

Итого за день	63,80	57,02	175,40	1484,95	0,92	34,68	472,19	9,05	307,35	313,40	200,32	11,30
---------------	-------	-------	--------	---------	------	-------	--------	------	--------	--------	--------	-------

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 6)

Рацион: 7-11

День: понедельник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 2

Возраст: 7-11 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	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														
332,00	Макаронные изделия отварные	150	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09	0	22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88
39,00	Колбаса отварная	50/50	7,5	5,8	0,1	82	0,03	0	0	0	12	104	10	1,8
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	4	0,5	27,5	130	0,17	0	0	0,75	10	32,5	7	1,25
282,11	Чай витаминизированный	200	0,1	0	0,0	39	0,15	10	0	0	0	0	0	0
27,01	Сыр порционный	10	2,63	2,66	0	35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07
		500	20,05	13,27	64,68	496,50	0,44	10,07	46,30	1,63	137,59	243,68	31,16	4,00
Обед														
34,00	Кукуруза консервир сладкая	30	0,22	0,00	1,12	17,40	0,01	2,24	4,33	2,18	15,33	23,64	8,91	0,80
56,21	Суп куллама по- деревенски на мясном бульоне	200	13,00	12,00	9,26	210,50	0,07	17,08	175,58	1,55	29,34	47,33	18,34	0,66
332,00	Макаронные изделия отварные	150	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09	0	22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88
	Колбаса отварная	50/50	7,5	5,8	0,1	82	0,03	0	0	0	12	104	10	1,8
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28	0	2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07
420,02	Хлеб ржаной	20	0,98	0,2	8,96	42	0,02	0	0	0	3,60	0	4	0,58
421,11	Кондитерские изделия	15	2,5	1,3	22,5	104	0,16	0	0	0,68	11,6	52	16,8	1,2
		700	22,58	17,77	89,11	626,68	0,35	22,12	202,55	5,26	78,56	171,69	57,55	4,19
Итого за день			42,63	31,04	153,79	1123,18	0,79	32,19	248,85	6,89	216,15	415,37	88,71	8,19

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 7)

Рацион: 7-11

День: вторник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 2

Возраст: 7-11 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мп	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
181	Каша рисовая молочная вязкая с	180/5	4,56	6,33	32,19	204,42	0,06	0,96	38,82	0,18	95,97	118,23	27,21	0,45
*357	Напиток клюквенный	200	0	0	12,00	128,0	0	20,1	0	0	0,3	0	0	0,03
*2	Булочка сдобная	50	3,2	0,4	22	104	0,14	0	0	0,6	8	26	5,6	1
476,01	Йогурт детский питьевой ((витаминизированный)	100	3,00	3,00	5	60	0,03	0,6	0	0	119	0	14	0,1
535			9,5	9,73	71,19	496,42	0,23	21,66	38,82	0,78	223,29	144,23	46,81	1,58
Обед														
37	Салат " Студенческий"	60	2,25	6,3	4,05	81,75	0,01	1,34	0	0	9,75	0	8,57	0,3
53,39	Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,55	4,11	7,18	72,63	0,05	24,02	167,27	1,54	33,58	38,47	16,71	0,61
371,00	Рыба припущенная	45/45	5,30	6,60	3,90	98,00	0,02	6,60	0,00	0,00	19,50	0,00	10,86	0,50
138,05	Картофельное пюре	150	3,3	5,11	22,1	148,04	0,16	25,97	32,91	0,18	53,58	97,33	33,49	1,28
283	Чай с сахаром	200	0	0	9,98	39,9	0	0	0	0	0,3	0	0	0,03
420,02	Хлеб ржаной	20	0,98	0,2	8,96	42	0,02	0	0	0	3,60	0	4	0,58
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	20г	1,5	0,2	10	47	0,02	0	0	0,0	4	0	2,8	0
725			14,90	22,48	66,01	529,32	0,28	57,93	200,18	1,72	124,31	135,80	76,43	3,52
Итого за день			24,40	32,21	137,20	1025,74	0,51	79,59	239,00	2,50	347,60	280,03	123,24	5,10

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 8)

Рацион: 7-11

День: среда

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 2

Возраст: 7-11 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	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														
*462	Тефтели из говядины с рисом	60/40	6,84	9,48	7,68	144,00	0,02	0,3	0	0,00	7,13	0,00	10,67	0,46
297,00	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,40	5,40	34,60	224,00	0,18	0	0,00	0,0	12,90	0,00	121,84	4,18
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	3,2	0,4	22	104	0,14	0	0	0,6	8	26	5,6	1
500			18,50	15,29	74,47	514,28	0,34	3,10	0,60	0,61	31,13	27,54	138,95	5,71
Обед														
*78	Икра морковная	60	1,28	4,35	6,15	69,00	0,03	3,09	0,00	0,00	16,72	0,00	23,07	0,6
56,21	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	13,00	12,00	9,26	210,50	0,07	17,08	175,58	1,55	29,34	47,33	18,34	0,66
*278	Плов из отварной говядины	180	11,51	13,97	21,12	256,55	0,18	26,54	12,3	2,96	23,91	167,69	41,37	2,55
283	Чай с сахаром	200	0	0	9,98	39,9	0	0	0	0	0,3	0	0	0,03
420,02	Хлеб ржаной	20	0,98	0,2	8,96	42	0,02	0	0	0	3,60	0	4	0,58
421,11	Кондитерские изделия	15	2,5	1,3	22,5	104	0,16	0	0	0,68	11,6	52	16,8	1,2
700			26,50	31,82	69,01	679,95	0,44	46,71	187,88	5,19	81,87	267,02	99,58	5,08
Итого за день			45,00	47,11	143,48	1194,23	0,78	49,81	188,48	5,80	113,00	294,56	238,53	10,79

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 9)

Рацион: 7-11

День: четверг

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 2

Возраст: 7-11 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	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														
502,5	Биточки из рыбы с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53	0,08	2,19	63,17	2,27	29,87	109,59	16,87	1,65
138,22	Картофельное пюре	150	3,07	4,74	20,61	137,82	0,15	24,23	30,5	0,17	49,97	90,79	31,24	1,19
43	Чай с молоком	200	1,00	2,00	12,00	70,00	0,02	0,7	10,00	0,00	60,3	45,00	7,00	0,08
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130	0,17	0	0	0,75	10	32,5	7	1,25
500			18,04	19,14	68,98	520,35	0,42	27,07	103,67	3,19	150,14	277,88	62,11	4,17
Обед														
ТТК 3	Салат картофель с зеленым горош	60	1,95	6	6,07	86,25	0,03	39,9	0	0	9,81	0	11,6	0,4
67,29	Свекольник со сметаной	200/5	1,86	4,16	13,06	97,51	0,06	13,76	170,41	1,57	36,29	55,3	24,66	1,22
*462	Тефтели из говядины с рисом	50/50	8,22	4,48	2,17	82,36	0,07	2,15	444,92	2,01	31,23	134,9	36,73	0,64
211,05	Макаронные изделия отварные	150	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09	0	22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88
283	Компот из ченоплод рябины и ябл	200	0	0	9,98	39,9	0	0	0	0	0,3	0	0	0,03
420,02	Хлеб ржаной	20	0,98	0,2	8,96	42	0,02	0	0	0	3,60	0	4	0,58
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	20г	1,5	0,2	10	47	0,02	0	0	0,0	4	0	2,8	0
735			20,35	19,31	87,16	605,52	0,29	55,81	637,83	4,42	100,82	237,38	88,45	3,97
Итого за день			38,39	38,45	156,14	1125,87	0,71	82,88	741,50	7,61	250,96	515,26	150,56	8,14

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 10)

Рацион: 7-11

День: пятница

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 2

Возраст: 7-11 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность	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														
294	Сыр	15	8,92	10,6	14,88	191,6	0,04	0,32	0	0	100,3	0	15,68	0,4
493,02	Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5	4,86	6,72	26,35	185,91	0,1	1,01	39,98	0,14	102,15	124,11	29,46	0,65
283	Чай с сахаром	200	0	0	9,98	39,9	0	0	0	0	0,3	0	0	0,03
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный	25	3,2	0,4	22	104	0,14	0	0	0,6	8	26	5,6	1
101,06	Фрукт	150	2,0	0,0	14,0	68	0,10	68,4	0	0	63	30,6	20	0,2
545			10,06	7,12	72,33	397,81	0,34	69,41	39,98	0,74	173,45	180,71	54,86	1,86
Обед														
*78	Винегрет овощной	60	0,75	1,35	4,35	33	0,01	3,1	0	0	13,94	0	9,69	0,4
140,00	Суп картофельный с макарон изд	200	4,73	3,64	15,59	114,33	0,2	9,32	209,52	1,59	29,42	69,78	28,7	1,66
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02	0,09	2,59	66,19	1,1	34,14	96,72	14,95	1,01
297,00	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,40	5,40	34,60	224,00	0,18	0	0,00	0,0	12,90	0,00	121,84	4,18
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28	0	2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07
420,02	Хлеб ржаной	20	0,98	0,2	8,96	42	0,02	0	0	0	3,60	0	4	0,58
421,11	Кондитерские изделия	15	2,5	1,3	22,5	104	0,16	0	0	0,68	11,6	52	16,8	1,2
715			27,37	21,33	104,76	718,63	0,66	17,81	275,85	3,38	108,70	220,04	196,82	9,10
Итого за день			37,43	28,45	177,09	1116,44	1,00	87,22	315,83	4,12	282,15	400,75	251,68	10,96

Итого за период	409,45	368,88	1561,70	11415,80	7,23	539,32	3034,52	47,99	2337,08	3280,30	1576,58	83,75
Итого за период	40,95	36,89	156,17	1141,58	0,72	53,93	303,45	4,80	233,71	328,03	157,66	8,38

*витаминизация третьих блюд проводится специальными витаминно-минеральными премиксами.
Витаминизация третьих блюд осуществляется в соответствии с указаниями по применению премиксов.