

Согласовано

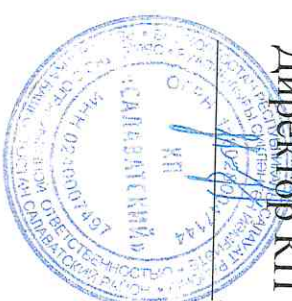
Директор _____

_____/_____

Утверждаю

Директор КП «Салаватский»

Набиуллин Р. Р.



Примерное 2-х недельное меню

для обучающихся в I смену (завтрак, обед)

с 1 по 4 классы

для детей категории ОВЗ, ДИ

на осенне-зимний период

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

Сезон: **Осень-зима**
Категория: **ОВЗ и ДИ с 1-4 юласс**

№ п/п.		Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
1	2			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
		Завтрак	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
ШКО0001		Сыр твердых сортов в нарезке	11	2,57	3,23		39	0,01		28,6		96,8	55	3,67	0,15		
ШКО0007		Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	60	0,84	6,12	3,6	73	0,02	17,34	241,62		22,44	18,78	11,16	0,54		
ШКО0058		Каша гречневая рассыпчатая	180	9,18	7,31	41,49	269	0,25		32,94		17,1	216	144	4,86		
ШКО0126		Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27		0,04	0,3		4,5	7,2	3,8	0,7		
СОЛЫЮД		Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06		
0000065		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		18,13	19,31	75,09	548	0,34	17,42	303,46		298,2	523,48	163,07	6,34		
ШКО10031		Обед															
		Борщ с капустой и картофелем вегетарианский	200	1,3	3,64	8,76	73	0,03	6,8	128,94		27,2	34,6	17	0,75		
0000034		Сметана для заправки	5	0,13	0,75	0,18	8										
ШКО0107		Плов из отварной говядины	200	15,28	15,44	38,56	354	0,06	0,72	271,36		19,2	192,8	44	2,24		
ШКО0137		Компот из вишни	180	0,27	0,09	9,27	39	0,01	2,25	3,67		11,7	9	8,1	0,18		
0000065		Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03		
СОЛЫЮД		Соль йодированная	3														
ШКО0129		Хлеб ржаной(для детского питания)	30	2,6	1	12,8	71	0,03				11,04	2,25	0,66	0,09		
		Всего в Обед		24,92	23,58	93,07	685	0,19	9,81	403,97		245,81	523,65	69,76	5,39		
		Всего в День		43,05	42,89	168,16	1 233	0,53	27,23	707,43		544,01	1 047,13	232,83	11,73		

№ п/п	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		
0000149	Завтрак															
	Яблоко запеченное с сахаром	50	0,5	3	15	28	0,01	1,94								
ШКО0151	Каша пшеничная молочная жидкая	200	10,13	10,81	20	217	0,17	0,53	0,33		12,5	368,97	7,27	0,72		
ШКО0127	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3		6,7	28		1,16	0,38		129,2		44,93	1,2		
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			6,9	8,5	4,6	0,8		
СОЛЫОД	Соль йодированная	2									150	225		0,03		
0000156	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		
											110,88	103,31	13,05	0,09		
	Всего в Завтрак		19,08	16,51	68,83	439	0,27	3,95	0,71		416,84	707,28	70,29	2,9		
	Обед															
0000100	Суп картофельный с лапшой домашней (ПФ)	200	2,27	9,33	38,67	101	0,07	0,03	0,01		12,64	30,67	19,2	1,73		
ШКО0065	Картофельное пюре	120	2,46	4,86	16,8	116	0,1	8,16	25,68		31,2	67,2	22,8	0,84		
ШКО50505	Котлеты куриные с подливом овощным	60/30	12,01	8,18	9,85	161	0,09	0,27		0,41	18,47	100,53	43,35	451,9		
0000044	Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)"С"	180	1,62	0,08	2,87	55	0,05	0,61			0,46		0,27	35,71		
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03		
СОЛЫОД	Соль йодированная	3														
ШКО0129	Хлеб ржаной(для детского питания)	35	3,03	1,17	14,93	83	0,04				11,04	2,25	0,66	0,09		
											31,12	70		2,45		
	Всего в Обед		26,73	26,28	106,62	656	0,39	9,11	25,69	0,41	254,92	495,65	86,28	492,76		
	Всего в День		45,81	42,79	175,45	1 096	0,67	13,06	26,41	0,41	671,76	1 202,93	156,57	495,66		

Приём пищи,

№ п.п.	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		
ШКО0156	Завтрак Макароны отварные	170	4,22	5,35	37,15	229	0,07		30,18		11,9	45,05	8,5	0,85		
ШКТКУР1	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		
ШКО0126	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27		0,04	0,3		4,5	7,2	3,8	0,7		
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	30	3,2	1,6	14,1	84	0,04	0,02			90	135		0,02		
СОЛЙОД	Соль йодированная	2														
ШКО0002	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,25	1,4	66			65,3		7,36	1,5	0,44	0,06		
	Всего в Завтрак		19,22	18,7	68,29	571	0,19	5,46	106,57		124,66	366,25	32,54	2,62		
ШКО0160	Обед Рыбный суп Рагу овощное с мясом Напиток из свежемороженых плодов (яблоко/клубника)	200	5,9	12,3	25	162	0,12	6,67	225	0,26	15,84	69,39	27,26	251,67		
ШКО0161		200	10,7	9,42	26,67	252	0,09	10,31			35,67		45,65	2,92		
Ш100015		180			15,84	60	1,26	0,9	58,5	0,27		0,36	0,01	0,9		
0000065		50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03		
СОЛЙОД	Соль йодированная	3														
ШКО0129	Хлеб ржаной(для детского питания)	35	3,03	1,17	14,93	83	0,04				11,04	2,25	0,66	0,09		
	Всего в Обед		24,97	25,54	105,94	697	1,57	17,92	283,5	0,53	243,66	367	73,58	258,06		
	Всего в День		44,19	44,24	174,23	1 267	1,76	23,38	390,08	0,53	368,32	733,25	106,12	260,68		

№ п/п	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																
ШКО0153	Рис припущенный	160	3,52	5,44	15,52	206	0,03		28,4								
ШКО0182	Котлеты из говядины с томатным соусом	60/30	7,5	7,2	8	130	0,04	0,01			6,4	73,6	24	0,48			
0000029	Инстантный напиток витаминизированный	200			40	130	0,23	0,2	3	2,48	20		16	8,2			
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	40	4,27	2,13	18,8	112	0,05	0,03			24	55	18	67			
СОЛЫЙОД	Соль йодированная	2									120	180		0,03			
ШКО0001	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,33	2,93		35	0,01		26		7,36	1,5	0,44	0,06			
	Всего в Завтрак		17,63	17,7	82,32	614	0,36	0,24	57,4	2,48	265,76	360,1	61,77	75,9			
ШКО0026	Обед																
	Рассольник ленинградский с крупой перловой	200	4,74	6,24	13,6	129	0,06	5,54	107,2		21	51,4	19,6	0,71			
ШКБГМ02	Болоньезе с куриным фаршем, том. пастой и овощами	50	8,15	6	4,65	64	0,01	59,5	61	12,5	72	16	12,5	18			
0000112	Картофель отварной с маслом	130	2,6	2,86	19,5	116	0,11	5,37			12,39	150,94	27,73	1,09			
0000044	Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)"С"	180	1,62	0,08	2,87	55	0,05	0,61			0,46		0,27	35,71			
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03			
СОЛЫЙОД	Соль йодированная	3												0,09			
ШКО0129	Хлеб ржаной(для детского питания)	35	3,03	1,17	14,93	83	0,04				11,04	2,25	0,66	2,45			
	Всего в Обед		25,48	19,01	79,05	586	0,32	71,07	168,2	12,5	298,01	515,59	60,76	58,08			
	Всего в День		43,11	36,71	161,37	1 200	0,68	71,31	225,6	14,98	563,77	875,69	122,54	133,98			

№ п/п	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		
0000002	Завтрак Запеканка из творога	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
ШК01110	Ягоды протертые в ассортименте	100	15,25	10,2	17,1	205	0,05	0,15			180,38		26,63	0,62		
ШК00159	Каша пшеничная молочная	30	0,15	0,09	9	39	0,03	7,8	0,69		0,9	0,93	1,16	1,47		
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	140	5,23	5,88	25,57	169	0,09	0,37	10,27		93,98	111,58	25,4	1,28		
СОЛЫЙОД	Соль йодированная	30	3,2	1,6	14,1	84	0,04	0,02			90	135		0,02		
ШК00126	Чай с сахаром	2	0,2		6,5	27		0,04	0,3		7,36	1,5	0,44	0,06		
Всего в Завтрак		200	24,03	17,77	72,27	524	0,21	8,39	11,26		4,5	7,2	3,8	0,7		
0000160	Обед Салат "Студенческий" (картофель,морковь,зел.гор)	60	0,84	2,82	1,5	35	0,01	0,46			3,88	10,25	2,86	0,14		
ШК00030	Щи из свежей капусты	200	1,34	3,14	5,86	57	0,04	10,76	112,22		26,6	30	15,2	0,54		
0000034	Сметана для заправки	5	0,13	0,75	0,18	8										
ШК00058	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,12	4,87	27,66	179	0,17	0,01	21,96		11,4	144	96	3,24		
ШК01049	Котлеты из говядины с подливом овощным	60/30	7,5	7,2	8	130	0,04	0,01			20		16	8,2		
ШК00137	Компот из вишни	180	0,27	0,09	9,27	39	0,01	2,25	3,67		11,7	9	8,1	0,18		
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03		
СОЛЫЙОД	Соль йодированная	3														
ШК00129	Хлеб ржаной(для детского питания)	35	3,03	1,17	14,93	83	0,04				11,04	2,25	0,66	0,09		
Всего в Обед			24,57	22,7	90,9	671	0,35	13,52	137,85		31,12	70		2,45		
Всего в День			48,6	40,46	163,18	1194	0,56	21,9	149,11		642,85	746,71	196,24	19,02		

2-ая неделя/Понедельник															
№ п.п.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
1	Завтрак	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
ШКО0163	Макароны отварные	190	3,85	7,36	41,52	255	0,07		33,73		13,3	50,35	9,5	0,99	
ШКБГМ02	Болоньезе с куриным фаршем, том. пастой и овощами	60	9,78	7,2	5,58	76	0,01	71,4	73,2	15	86,4	19,2	15	21,6	
ШКО0126	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27		0,04	0,3		4,5	7,2	3,8	0,7	
СОЛЫЙОД	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06	
3000065	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			19,17	17,22	77,1	499	0,15	71,48	107,23	15	261,56	303,25	28,74	23,34	
Обед															
ЛК10013	Винегрет с растительным маслом	60	0,72	5,4	4,02	67	0,02	2,26	72,9		12,12	21,42	9,66	0,42	
ЛК00150	Суп крестьянский с крупой (ПШЕНО)	200	5,12	6,22	10,74	119	0,04	6,42	106,46		27,4	52,4	14,6	0,56	
ЛК00065	Картофельное пюре	130	2,66	5,27	18,2	126	0,1	8,84	27,82		33,8	72,8	24,7	0,91	
ЛК00164	Рыба припущенная(минтай,навага)	70	6,46	3,27	0,54	84	0,12	0,18	246,17		13,07	193,67	18,96	0,42	
3000044	Компот из свежемороженных ягод (яблоки/черноплодная рябина)"С"	200	1,8	0,09	3,19	61	0,05	0,68			0,51		0,3	39,68	
3000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03	
СОЛЫЙОД	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09	
ЛК00129	Хлеб ржаной(для детского питания)	50	4,33	1,67	21,33	118	0,05				44,45	100		3,5	
Всего в Обед			26,43	24,58	81,52	716	0,44	18,41	453,35		292,39	667,54	68,88	45,61	
Всего в День			45,61	41,79	158,61	1 215	0,58	89,89	560,57	15	553,95	970,79	97,62	68,95	

2-ая неделя/Вторник														
№ п.п.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	Завтрак	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
0000156	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
ЛК000-42	Каша вязкая молочная овсяная	180	7,29	11,45	30,74	257	0,19	0,47	47,16		124,56	209,52	56,88	1,66
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03
СОЛЫЙОД	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06
ЛК001-40	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		19,04	17,75	68,37	520	0,32	1,47	64,41		535,8	669,33	104,67	2,94
	Обед													
ЛК10031	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский	200	1,3	3,64	8,76	73	0,03	6,8	128,94		27,2	34,6	17	0,75
0000034	Сметана для заправки	5	0,13	0,75	0,18	8								
0000038	Каша пшеничная рассыпчатая	130	2,08	1,3	19,07	97	0,16	7,35	31,2		64,49	2,33	59,89	2,82
ЛКБГМ01	Болоньезе с говяжьим фаршем, том. пастой и овощами	70	10,15	11,9	15,4	113	0,01	13,3	154,7	25,2	17,5	22,4	256,2	0,84
ЛЮ00000	Компот из свежемороженой смородины	180	0,18	0,02	15,3	43		43,2			0,58			35,36
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03
СОЛЫЙОД	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09
ЛК00129	Хлеб ржаной(для детского питания)	35	3,03	1,17	14,93	83	0,04				31,12	70		2,45
	Всего в Обед		22,21	21,43	97,14	558	0,29	70,69	314,84	25,2	301,92	356,58	333,75	42,34
	Всего в День		41,25	39,18	165,51	1 078	0,61	72,16	379,25	25,2	837,72	1 025,91	438,42	45,28

2-ая неделя/Среда															
№ п/п	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
1	Завтрак	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
0000062	Каша манная молочная	160	2,99	6,29	15,15	123	0,04	0,44			101,81	84,37	13,94	0,26	
0000002	Запеканка из творога	100	15,25	10,2	17,1	205	0,05	0,15			180,38		26,63	0,62	
ШКАП108	Ягоды протертые в ассортименте	30	0,15	0,09	9	39	0,03	7,8	0,69		0,9	0,93	1,16	1,47	
ШКО0130	Чай со смородиной и сахаром	180	0,27	0,09	6,48	28		8,68	1,37		7,45	9,54	6,36	0,78	
СОЛЫЙОД	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06	
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	30	3,2	1,6	14,1	84	0,04	0,02			90	135		0,02	
Всего в Завтрак			21,86	18,27	61,83	478	0,16	17,09	2,06		387,91	231,34	48,54	3,21	
Обед															
ШКО0020	Рассольник ленинградский	200	4,74	6,24	13,6	129	0,06	5,54	107,2		21	51,4	19,6	0,71	
ШКО0058	Каша гречневая рассыпчатая	130	6,63	5,28	29,97	194	0,18		23,79		12,35	156	104	3,51	
ШКАПМ02	Болоньезе с куринным 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	
0000121	Кисель фруктовый	180			18	68									
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			0,43	225		0,05	
СОЛЫЙОД	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,03	
ШКО0129	Хлеб ржаной(для детского питания)	35	3,03	1,17	14,93	83	0,04				31,12	70		0,09	
Всего в Обед			31,15	23,74	106,51	704	0,36	88,88	216,39	17,5	326,74	527,05	141,76	32,04	
Всего в День			53,01	42,01	168,34	1182	0,51	105,97	218,45	17,5	714,64	758,39	190,3	35,24	

№ п.п.	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	Завтрак	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
ШКО0065	Картофельное пюре	200	4,1	8,1	28	194	0,16	13,6	42,8		52	112	38	1,4		
ШКО0168	Гуляш из отварного мяса	50	6,9	7,1	11,2	105	0,07	1,98			2,9	5,2	3,5	1,5		
ШКО0128	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		
СОЛЫОД	Соль йодированная	2									7,36	1,5	0,44	0,06		
СО000065	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			17,94	19,26	71,3	492	0,3	15,93	49,71		269,56	390	51,84	3,79		
Обед																
СО000148	Суп из овощей (В 2)	200	1,6	3,47	26,13	180	1,6	7,2			17,91	41,07	17,44	0,61		
ШКО0059	Каша перловая рассыпчатая	130	3,84	5,14	26,39	167	0,04		25,48		16,25	122,85	14,95	0,72		
ШКО0167	Куриное филе, тушенное с овощами	60	9,06	7,33	4,13	101	0,01	0,09	0,01	0,17	83,33	4,33	1,07	0,21		
ШКО0137	Компот из вишни	180	0,27	0,09	9,27	39	0,01	2,25	3,67		11,7	9	8,1	0,18		
СО000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04			150	225		0,03		
СОЛЫОД	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09		
ШКО0129	Хлеб ржаной(для детского питания)	35	3,03	1,17	14,93	83	0,04				31,12	70		2,45		
Всего в Обед			23,14	19,85	104,36	710	1,75	9,58	29,16	0,17	321,35	474,5	42,22	4,29		
Всего в День			41,08	39,11	175,66	1 202	2,05	25,51	78,87	0,17	590,91	864,5	94,06	8,08		

№ п/п, наименование блюда		Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
ЛК00049	Завтрак	Каша "Дружба"	200	4,96	6,96	23,92	178	0,07	0,53	33,26							
ЛК00133		Какао с молоком	200	4,1	4,1	10,5	97	0,04	0,68	17,25							
ЛК10001		Сухофрукты в ассортименте	40	1	0,2	23,84	117	0,13	0,12								
Ю000065		Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04								
СОЛЫЮД	Соль йодированная	2															
ЛК00001	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,33	2,93		35	0,01		26								
Всего в Завтрак			17,73	16,85	81,76	568	0,31	1,37	76,51		506,16	532,5	72,07	5,12			
ЛК00158	Обед	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	5,25	6,03	26,41	200	0,17		60	65	0,36					
ЛК00055		Макароны отварные	120	4,26	4,44	26,22	161	0,05			21,3						
ЛК02ТГС		Тефтели из говядины с соусом томатным	60/30	8,7	9,2	6,5	120	0,2	1,03		8						
ЛЮ00000		Компот из свежемороженой смородины	180	0,18	0,02	15,3	43		43,2								
Ю000065		Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,34	2,66	23,5	140	0,06	0,04								
СОЛЫЮД	Соль йодированная	3															
ЛК00129	Хлеб ржаной(для детского питания)	30	2,6	1	12,8	71	0,03				11,04	2,25	0,66	0,09			
Всего в Обед			26,33	23,35	110,73	736	0,51	104,27	94,3	0,36	235,57	355,05	48,66	2,1			
Всего в День			44,06	40,2	192,49	1303	0,82	105,64	170,81	0,36	741,73	887,55	120,73	40,46			
Итого			449,78	409,41	1703	11970	8,78	556,05	2906,5	74,15	6229,65	9112,85	1755,4	45,59			
Среднее за период			44,98	40,94	170,3	1197	0,88	55,61	290,66	7,41	622,97	911,28	175,54	112,42			
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности			15,03	30,78	56,91												