

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 1 г.
Аткисай Имени Р. К. Холбана

Баширова Л. М.

"01" сентябрь 2002 год.

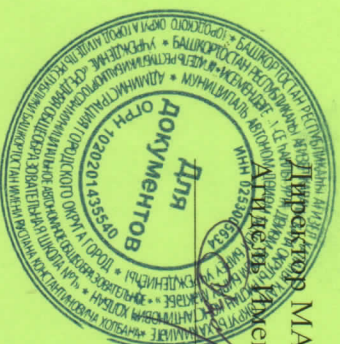
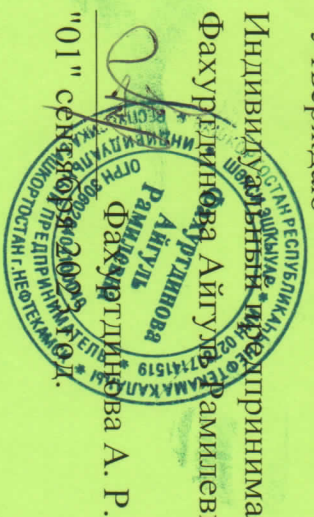
Основное (организованное) двухнедельное меню для организации питания обучающихся общеобразовательных учреждений

Города Атидель

2023-2024 учебный год

Возраст с 12 лет и старше

Осенне-зимний сезон



Номер рецепта	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	В2	Са	Р	Mg	Fe	
2		1	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Неделя: 1 День недели: Понедельник																
Завтрак																
Старшие классы																
тгк №12	Котлеты куриные (филе птицы)/из говядины	50	10,49	6,02	9,63	135,37	0,07		5,72	2,71		8,77	75,93	35,91	1,04	
227	Макаронные изделия отварные	250	9,44	19,21	60,07	361,66	0,15		45,00	1,39		28,05	79,20	14,15	1,46	
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51	
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	60	4,86	0,84	31,86	154,80	0,20			0,90					1,50	
Итого		560/0	24,90	26,10	116,57	712,55	0,42	0,06	50,72	5,00		40,09	159,83	52,57	4,51	
Обед																
Старшие классы																
248	Салат из б/коч. Капусты с морковью/Свежая отварная	30	0,58	0,04	3,38	16,13	0,01	3,84		0,04		14,21	16,51	8,45	0,54	
63	Щи из свежей капусты с картоф. со сметаной	250/10	2,48	6,72	10,58	114,10	0,08	33,23	10,00	2,39		60,26	62,26	26,93	0,97	
171	Рыба, тушёная в смет/соусе, горбуша	30/30	11,43	7,77	2,25	124,80	0,12	2,05	26,12	2,07		27,54	124,80	23,31	0,53	
183	Каша гречневая расщипчатая	150/5	9,03	5,33	40,82	247,01	0,31		16,40	0,61		20,78	215,13	143,13	4,84	
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51	
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	70	5,67	0,98	37,17	180,60	0,24			1,05					1,75	
0	Хлеб ржано-пшеничный с витаминами и железом, для детского питания	50	3,30	0,55	23,15	110,50	0,20			0,85					1,50	
Итого		780/45	32,60	21,42	132,36	853,86	0,96	39,18	52,52	7,01		126,06	423,40	204,33	10,64	
Итого		1 340/45	57,50	47,52	248,93	1566,41	1,38	39,24	103,24	12,01		166,15	583,23	256,90	15,15	

Номер рецепта	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	В2	Са	Р	Mg	Fe			
2	1	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16			
Неделя: 1 День недели: Вторник																		
Завтрак																		
Старшие классы																		
234	Омлет натуральный с маслом	200/5	21,12	30,21	3,94	372,46	0,13	0,74	452,15	1,06		159,45	348,97	26,48	3,92			
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51			
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	60	4,86	0,84	31,86	154,80	0,20			0,90					1,50			
0	Фрукт	150																
Итого		610/5	26,09	31,08	50,81	587,98	0,33	0,80	452,15	1,96		162,72	353,67	28,99	5,93			
Обед																		
Старшие классы																		
25	Овощи свежие/Салат из свежых с раст.маслом	50	0,88	4,25	5,17	62,41	0,01	5,87		1,91		23,56	25,70	13,02	0,84			
45	Суп картофельный с бобовыми	250	6,27	8,64	20,47	157,58	0,27	12,03		2,44		39,37	94,47	38,33	2,20			
58	Гренки из пшеничного хлеба с витаминами и железом	15	2,28	0,39	14,94	72,58	0,10			0,42					0,70			
тгк №12	Котлеты куриные (филе птицы)	50	10,49	6,02	9,63	135,37	0,07		5,72	2,71		8,77	75,93	35,91	1,04			
137	Картофельное пюре с маслом	120	2,64	4,07	17,74	118,47	0,13	20,85	20,60	0,15		37,05	78,70	26,53	0,98			
276	Компот из сухофруктов витам.С "	200	0,90	0,07	24,51	103,41	0,02	0,72		0,99		30,33	27,36	19,62	0,62			
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	70	5,67	0,98	37,17	180,60	0,24			1,05					1,75			
0	Хлеб ржано-пшеничный с витаминами и железом, для детского питания	50	3,30	0,55	23,15	110,50	0,20			0,85					1,50			
Итого		805/0	32,43	24,97	152,78	940,92	1,04	39,47	26,32	10,52		139,08	302,16	133,41	9,63			
Итого		1 415/5	58,52	56,05	203,59	1528,90	1,37	40,27	478,47	12,48		301,80	655,83	162,40	15,56			

Номер рецепта	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	В2	Са	Р	Мg	Fe	
2	1	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
Неделя: 1 День недели: Среда																
Завтрак																
Старшие классы																
161	Биточки рыбные из минтая	50	11,56	2,05	4,96	84,79	0,11	0,33	13,72	0,79		31,54	163,97	36,70	0,86	
146	Картофельное пюре	220	4,83	7,45	32,38	216,54	0,24	38,05	37,76	0,27		67,93	143,80	48,44	1,79	
324	Кисель плодово-ягодный	200	0,01		18,13	129,47						3,68	5,54		0,08	
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	60	4,86	0,84	31,86	154,80	0,20			0,90					1,50	
Итого		530/0	21,26	10,34	87,33	585,60	0,55	38,38	51,48	1,96		103,15	313,31	85,14	4,23	
Обед																
Старшие классы																
48	Маринад овощной(б/томата)	30	0,56	3,05	3,90	45,72	0,02	2,05		1,46		11,09	20,75	12,38	0,28	
37	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,21	4,68	13,63	106,27	0,06	19,97	10,00	1,50		56,35	62,66	28,84	1,33	
ТТК №11	Фрикадельки из кур в томатном соусе (филе)	50/10	10,96	6,20	5,33	121,10	0,06	0,76	10,99	2,16		17,77	81,11	38,78	0,91	
227	Макаронные изделия отварные, с маслом	150/5	5,65	10,26	36,02	205,43	0,09		20,00	0,82		16,41	47,00	8,49	0,87	
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51	
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	70	5,67	0,98	37,17	180,60	0,24			1,05					1,75	
0	Хлеб ржано-пшеничный с витаминами и железом, для детского питания	50	3,30	0,55	23,15	110,50	0,20			0,85					1,50	
Итого.		800/25	28,46	25,75	134,21	830,34	0,67	22,84	40,99	7,84		104,89	216,22	91,00	7,15	
Итого		1 330/25	49,72	36,09	221,54	1415,94	1,22	61,22	92,47	9,80		208,04	529,53	176,14	11,38	

17/10

Номер рецепта	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кКал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	B2	Ca	P	Mg	Fe			
2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16			
Неделя: 1 День недели: Четверг																		
Завтрак																		
Старшие классы																		
134	Плов из отварной (грудка)	35/140	19,95	16,11	39,00	381,21	0,12	4,40	27,20	6,80		29,07	92,09	46,15	1,69			
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51			
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	60	4,86	0,84	31,86	154,80	0,20			0,90					1,50			
0	Фрукт	150																
Итого		445/140	24,92	16,98	85,87	596,73	0,32	4,46	27,20	7,70		32,34	96,79	48,66	3,70			
Обед																		
Старшие классы																		
47	Салат из моркови/ Икра морковная	40	0,84	3,25	4,71	52,34	0,03	4,83		1,62		23,17	31,12	18,50	0,52			
56	Суп-лапша домашняя	200	2,91	4,74	15,34	115,75	0,05	1,17	10,00	2,15		15,36	36,08	9,70	0,51			
161	Биточки рыбные из минтая	50	11,56	2,05	4,96	84,79	0,11	0,33	13,72	0,79		31,54	163,97	36,70	0,86			
183	Каша гречневая рассыпчатая	150/5	9,03	5,33	40,82	247,01	0,31		16,40	0,61		20,78	215,13	143,13	4,84			
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51			
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	70	5,67	0,98	37,17	180,60	0,24			1,05					1,75			
0	Хлеб ржано-пшеничный с витаминами и железом, для детского питания	50	3,30	0,55	23,15	110,50	0,20			0,85					1,50			
Итого		760/5	33,42	16,93	141,16	851,71	0,94	6,39	40,12	7,07		94,12	451,00	210,54	10,49			
Итого		1 205/145	58,34	33,91	227,03	1448,44	1,26	10,85	67,32	14,77		126,46	547,79	259,20	14,19			

Номер рецепта	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кКал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	B2	Ca	P	Mg	Fe			
Неделя: 1 День недели: Пятница																		
Завтрак																		
Старшие классы																		
93	Каша из "Геркулеса" молочная /Каша пшеница молочная	180/5	6,15	8,37	26,05	204,84	0,16	1,25	39,20	0,48		133,23	177,00	48,43	1,11			
294	Чай с сахаром, лимоном	200	0,27	0,06	15,28	64,09	0,00	3,30	0,00	0,02		8,60	10,00	5,36	0,91			
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	40	3,24	0,56	21,24	103,20	0,14			0,60					1,00			
366	Сыр голландский порциями	10	2,89	2,93		38,50	0,00	0,08	23,10	0,04		110,00	66,00	6,05	0,08			
313	Булочка "Дорожная" р/м	100	7,24	14,77	57,59	391,95	0,12		16,00	5,87		16,00	63,85	11,32	0,89			
Итого		530/5	19,79	26,69	120,16	802,58	0,42	4,63	78,30	7,01		267,83	316,85	71,16	3,99			
Обед																		
Старшие классы																		
33	Салат из б/коч. Капусты с морковью /Салат "Здоровье"	40	0,79	1,85	3,70	34,82	0,02	3,56		0,90		13,55	22,96	12,20	0,43			
33	Рассольник Ленинградский на мясном бульоне со сметаной	200/5	2,01	5,06	13,96	110,10	0,09	13,67	5,00	1,93		22,84	63,12	22,39	0,84			
289	Рагу овощное из птицы /Грудка	180	20,25	5,91	20,28	216,82	0,21	39,96	28,66	2,35		56,06	87,29	53,49	2,39			
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51			
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	70	5,67	0,98	37,17	180,60	0,24			1,05					1,75			
0	Хлеб ржано-пшеничный с витаминами и железом, для детского питания	50	3,30	0,55	23,15	110,50	0,20			0,85					1,50			
Итого		740/5	32,13	14,38	113,27	713,56	0,76	57,25	33,66	7,08		95,72	178,07	90,59	7,42			
Итого		1 270/10	51,92	41,07	233,43	1516,14	1,18	61,88	111,96	14,09		363,55	494,92	161,75	11,41			

Номер рецепта	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кКал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	B2	Ca	P	Mg	Fe			
2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16			
Неделя: 2. День недели: Понедельник																		
Завтрак																		
Старшие классы																		
204	Макароны запечённые с сыром	230	12,75	20,74	45,18	352,31	0,12	0,15	64,52	2,50		232,05	187,26	22,28	1,21			
ттк №12	Котлеты куриные (филе птицы) / из говядины	50	10,49	6,02	9,63	135,37	0,07		5,72	2,71		8,77	75,93	35,91	1,04			
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51			
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	50	4,05	0,70	26,55	129,00	0,17			0,75					1,25			
Итого		530/0	27,40	27,49	96,37	677,40	0,36	0,21	70,24	5,96		244,09	267,89	60,70	4,01			
Обед																		
Старшие классы																		
21	Салат витаминный / Икра морковная	30	0,62	1,56	4,11	33,61	0,02	10,68		0,74		17,30	14,26	8,45	0,40			
43	Свекольник со сметаной	250/5	2,61	6,04	18,11	137,70	0,09	19,23	5,00	2,42		53,72	80,02	35,98	1,81			
81/237	Тфтели рыбные (минтай)	50/20	8,50	5,45	8,54	117,57	0,09	2,05	9,30	2,13		26,30	120,52	28,51	0,75			
224	Рис отварной, с маслом	150	3,83	5,43	40,05	224,44	0,04		27,00	0,28		9,62	83,78	27,22	0,58			
280	Напиток лимонный	200	0,15	0,02	20,47	85,58	0,01	6,80		0,03		7,40	3,74	2,04	0,16			
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	70	5,67	0,98	37,17	180,60	0,24			1,05					1,75			
0	Хлеб ржано-пшеничный с витаминами и железом, для детского питания	50	3,30	0,55	23,15	110,50	0,20			0,85					1,50			
Итого		800/25	24,68	20,03	151,60	890,00	0,69	38,76	41,30	7,50		114,34	302,32	102,20	6,95			
Итого		1 330/25	52,08	47,52	247,97	1567,40	1,05	38,97	111,54	13,46		358,43	570,21	162,90	10,96			

24/09

Номер рецепта	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кКал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	В2	Са	Р	Mg	Fe			
2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16			
Неделя: 2 День недели: Вторник																		
Завтрак																		
Старшие классы																		
134	Плов из отв.птицы (грудка)	35/140	19,95	16,11	39,00	381,21	0,12	4,40	27,20	6,80		29,07	92,09	46,15	1,69			
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51			
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом для детского	30	2,43	0,42	15,93	77,40	0,10			0,45					0,75			
0	Фрукт/сок фруктовый	150																
Итого		415/140	22,49	16,56	69,94	519,33	0,22	4,46	27,20	7,25		32,34	96,79	48,66	2,95			
Обед																		
Старшие классы																		
1	Овощи свежие /Винегрет овощной	30	0,44	3,06	2,53	39,74	0,02	3,24		1,37		9,42	14,84	6,82	0,29			
46	Суп картофельный с клецками	250	1,78	6,27	12,16	112,57	0,08	11,82	2,25	2,77		17,17	48,12	18,76	0,72			
183	Капша гречневая рассыпчатая	180/5	10,84	6,45	49,00	297,01	0,37		20,00	0,74		23,86	258,01	171,73	5,80			
6/н	Биточки из мяса птицы с томатным соусом /филе	50/10	10,19	1,54	6,13	79,34	0,07	0,68	6,02	0,49		22,77	79,05	35,61	0,83			
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51			
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	70	5,67	0,98	37,17	180,60	0,24			1,05					1,75			
0	витаминами и железом, для детского питания	50	3,30	0,55	23,15	110,50	0,20			0,85					1,50			
Итого		830/15	32,33	18,88	145,15	880,48	0,98	15,80	28,27	7,27		76,49	404,72	235,43	11,40			
Итого		1 245/155	54,82	35,44	215,09	1399,81	1,20	20,26	55,47	14,52		108,83	501,51	284,09	14,35			

Номер рецепта	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	B2		Ca	P	Mg	Fe
2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		13	14	15	16
Неделя: 2 День, неделя: Среда																
Завтрак																
Старшие классы																
227	Запеканка из творога со сгущ.мол.	100/15	22,73	9,19	27,42	287,85	0,07	0,64	61,65	0,33			212,85	264,19	31,46	0,81
209	Каша пшеничная молочная	180/5	6,81	7,00	31,14	226,21	0,14	1,18	38,14	0,70			131,94	178,59	34,74	1,76
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00				3,27	4,70	2,51	0,51
	Хлеб пшеничный с витаминами,															
0	железом для детского питания	60	4,86	0,84	31,86	154,80	0,20			0,90						1,50
Итого		540/20	34,51	17,06	105,43	729,58	0,41	1,88	99,79	1,93			348,06	447,48	68,71	4,58
Обед																
Старшие классы																
25	Салат из свежих с яблоком	30	0,43	1,57	4,25	33,11	0,01	3,69		0,71			12,15	12,59	6,76	0,61
44	Суп из овощей	250	2,46	7,15	12,37	124,60	0,10	22,18	12,50	2,37			44,76	66,94	25,91	0,95
тгк №12	Котлеты куриные (рулька птицы)	50	12,99	6,87	9,69	153,30	0,09	0,97	25,32	2,65			12,74	11,22	12,46	1,14
227	Макаронные изделия отварн.с маслом	180/5	6,97	11,82	44,48	245,99	0,11		20,00	1,00			18,47	57,39	10,40	1,06
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00				3,27	4,70	2,51	0,51
	Хлеб пшеничный с витаминами,															
0	железом для детского питания	70	5,67	0,98	37,17	180,60	0,24			1,05						1,75
0	Хлеб ржано-пшеничный с витаминами и															
0	железом, для детского питания	50	3,30	0,55	23,15	110,50	0,20			0,85						1,50
Итого		830/5	31,93	28,97	146,12	908,82	0,75	26,90	57,82	8,63			91,39	152,84	58,04	7,52
Итого		1370/25	66,44	46,03	251,55	1638,40	1,16	28,78	157,61	10,56			439,45	600,32	126,75	12,10

Наименование	Номер рецепта	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кКал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	В2	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
Неделя: 2 День недели: Четверг																
Завтрак																
Старшие классы																
Картофельное пюре	146	220	4,83	7,45	32,38	216,54	0,24	38,05	37,76	0,27		67,93	143,80	48,44	1,79	
Рыба, тушеная в смет/соусе, горбуша	171	30/30	11,43	7,77	2,25	124,80	0,12	2,05	26,12	2,07		27,54	124,80	23,31	0,53	
Чай с сахаром, лимоном	294	200	0,27	0,06	15,28	64,09	0,00	3,30	0,00	0,02		8,60	10,00	5,36	0,91	
Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	0	50	4,05	0,70	26,55	129,00	0,17			0,75					1,25	
Итого	500/30	20,58	15,98	76,46	534,43	0,53	43,40	63,88	3,11	104,07	278,60	77,11	4,48			
Обед																
Старшие классы																
Салат из б/коп, капуста с морковью / Свежая отварная	4	40	0,83	4,04	4,35	57,67	0,02	15,78		1,82		23,32	16,44	8,89	0,31	
Суп картофельный с бобовыми	45	250	6,27	8,64	20,47	157,58	0,27	12,03		2,44		39,37	94,47	38,33	2,20	
Плов из отв. птицы (грудка)	134	35/140	19,95	16,11	39,00	381,21	0,12	4,40	27,20	6,80		29,07	92,09	46,15	1,69	
Чай с сахаром	266	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51	
Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	0	70	5,67	0,98	37,17	180,60	0,24			1,05					1,75	
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами и железом, для детского питания	0	50	3,30	0,55	23,15	110,50	0,20			0,85		95,03	207,70	95,88	7,96	
Итого	645/140	36,13	30,35	139,15	948,28	0,85	32,27	27,20	12,96			199,10	486,30	172,99	12,44	
Итого	1 145/170	56,71	46,33	215,61	1482,71	1,38	75,67	91,08	16,07							

Номер рецепта	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	В2	Са	Р	Mg	Fe			
2	1	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16			
Неделя: 2 День недели: Пятница																		
Завтрак																		
Старшие классы																		
209	Каша пшеничная молочная / Каша манная	180/5	6,81	7,00	31,14	226,21	0,14	1,18	38,14	0,70		131,94	178,59	34,74	1,76			
266	Чай с сахаром	200	0,11	0,03	15,01	60,72	0,00	0,06	0,00			3,27	4,70	2,51	0,51			
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	40	3,24	0,56	21,24	103,20	0,14			0,60					1,00			
366	Сыр голландский порциями	10	2,89	2,93		38,50	0,00	0,08	23,10	0,04		110,00	66,00	6,05	0,08			
311	Булочка "Ванильная"	100	8,22	9,89	59,01	357,59	0,13		15,00	4,71		20,94	75,91	12,47	1,07			
Итого		530/5	21,27	20,41	126,40	786,22	0,41	1,32	76,24	6,05		266,15	325,20	55,77	4,42			
Обед																		
Старшие классы																		
17	Салат из моркови / Винегрет овощной б/лука	30	0,42	1,53	5,22	36,76	0,02	1,62		0,79		8,81	17,80	12,27	0,24			
62	Суп картофельный с домашней лапшой	250	3,15	3,14	20,58	123,57	0,12	16,82	6,25	1,36		18,72	70,35	25,52	1,04			
б/н	Биточки из мяса птицы с томатным соусом /филе	50/10	10,19	1,54	6,13	79,34	0,07	0,68	6,02	0,49		22,77	79,05	35,61	0,83			
227	Макаронные изделия отварные, с маслом	150/5	5,65	10,26	36,02	205,43	0,09		20,00	0,82		16,41	47,00	8,49	0,87			
282	Компот из свежих плодов (яблоч)	200	0,18	0,18	19,42	81,19	0,01	4,54		0,09		7,71	4,99	4,09	1,04			
0	Хлеб пшеничный с витаминами, железом для детского питания	70	5,67	0,98	37,17	180,60	0,24			1,05					1,75			
0	Хлеб ржано-пшеничный с витаминами и железом, для детского питания	50	3,30	0,55	23,15	110,50	0,20			0,85					1,50			
Итого		800/15	28,56	18,18	147,69	817,39	0,75	23,66	32,27	5,45		74,42	219,19	85,98	7,27			
Итого		1 330/20	49,83	38,59	274,09	1603,61	1,16	24,98	108,51	11,50		340,57	544,39	141,75	11,69			

QF