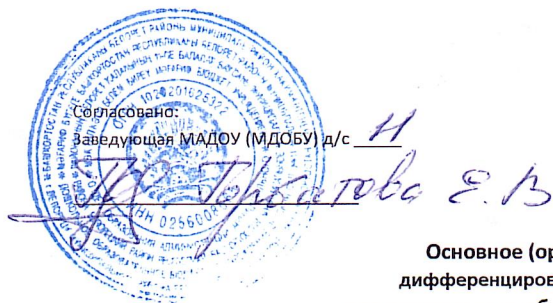




Утверждаю:  
Генеральный директор  
ООО УП "Металлург"  
В.А. Савчук



**Основное (организованное) меню  
дифференцированное по возрастам  
для дошкольных образовательных организаций**

Сезон: осенне -зимний

Возраст : от 1 до 3 и от 3 до 7 лет

10-и дневное

График работы 10,5 часов

Первая неделя

| Первая неделя               |                                 | от 1 до 3 лет       |                             |       |        |                                  |                   | от 3 до 7 лет       |                                |       |        |                             |                 |    |
|-----------------------------|---------------------------------|---------------------|-----------------------------|-------|--------|----------------------------------|-------------------|---------------------|--------------------------------|-------|--------|-----------------------------|-----------------|----|
| №<br>сбор.<br>рецеп.        | Наименование<br>блюда           | Выход<br>блюда<br>г | Пищевые вещества<br>(грамм) |       |        | Энергетическ.<br>ценност<br>Ккал | Витами<br>мг<br>С | Выход<br>блюда<br>г | Пищевые<br>вещества<br>(грамм) |       |        | Энергити<br>ценност<br>Ккал | Витам.<br>мг, С |    |
|                             |                                 |                     | Б                           | Ж     | У      |                                  |                   |                     | Б                              | Ж     | У      |                             |                 |    |
| 2                           |                                 | 3                   | 4                           | 5     | 6      | 7                                | 8                 | 11                  | 14                             | 15    | 16     | 17                          | 18              | 21 |
| 327<br>46                   | Первая неделя                   |                     |                             |       |        |                                  |                   |                     |                                |       |        |                             |                 |    |
|                             | День 1                          |                     |                             |       |        |                                  |                   |                     |                                |       |        |                             |                 |    |
|                             | Завтрак 1 8.30-9.00             |                     |                             |       |        |                                  |                   |                     |                                |       |        |                             |                 |    |
|                             | Каша "Дружба" на молоке         | 150                 | 4,39                        | 9,03  | 24,87  | 198                              | 0,92              | 200                 | 5,85                           | 12,04 | 33,16  | 263,9                       | 1,23            |    |
|                             | Чай с сахаром                   | 200                 | 0,1                         | 0,02  | 4,6    | 18                               | 0                 | 200                 | 0,1                            | 0,03  | 6,1    | 25                          | 0               |    |
|                             | Хлеб пшен.1с                    | 30                  | 2,57                        | 0,36  | 13,97  | 65,09                            | 0                 | 30                  | 2,57                           | 0,36  | 13,97  | 65,09                       | 0               |    |
|                             |                                 | 380                 | 7,06                        | 9,41  | 43,44  | 281,09                           | 0,92              | 430                 | 8,52                           | 12,43 | 53,23  | 353,99                      | 1,23            |    |
|                             | Завтрак 2 10.30-11.00           |                     |                             |       |        |                                  |                   |                     |                                |       |        |                             |                 |    |
|                             | Сок                             | 150                 | 0,5                         | 0     | 13,8   | 80,9                             | 2,03              | 150                 | 0,5                            | 0     | 13,8   | 80,9                        | 2,03            |    |
|                             | Печенье                         | 10                  | 0,75                        | 0,88  | 5,08   | 43,6                             | 0                 | 20                  | 1,5                            | 1,76  | 10,16  | 87,2                        | 0               |    |
|                             |                                 | 160                 | 1,25                        | 0,88  | 18,88  | 124,5                            | 2,03              | 170                 | 2                              | 1,76  | 23,96  | 168,1                       | 2,03            |    |
| 24<br>35<br>3,24<br>211     | Обед 12.00-13.00                |                     |                             |       |        |                                  |                   |                     |                                |       |        |                             |                 |    |
|                             | Салат Студенческий              | 30                  | 1,13                        | 3,15  | 1,88   | 40,5                             | 0,58              | 50                  | 1,8                            | 5,25  | 3,08   | 66,6                        | 0,96            |    |
|                             | Рассольник ленинград. на м/б    | 150                 | 1,42                        | 3,08  | 9,38   | 71                               | 4,02              | 200                 | 1,9                            | 4,1   | 12,5   | 95                          | 1,92            |    |
|                             | Голубцы ленивые                 | 120                 | 7,21                        | 7,12  | 9,6    | 133,1                            | 0,72              | 150                 | 9,01                           | 8,9   | 12     | 225                         | 0,9             |    |
|                             | Кисель ,витамин.                | 150                 | 0                           | 0     | 7,5    | 89                               | 0                 | 200                 | 0                              | 0     | 10     | 119                         | 0               |    |
|                             | Хлеб "Дарницкий"                | 30                  | 2,58                        | 0,36  | 13,9   | 65,1                             | 0                 | 30                  | 2,58                           | 0,36  | 13,9   | 65,1                        | 0               |    |
|                             |                                 | 480                 | 12,34                       | 13,71 | 42,26  | 398,7                            | 5,32              | 630                 | 15,29                          | 18,61 | 51,48  | 570,7                       | 3,78            |    |
| 100<br>103<br>46            | Уплотненный полдник 15.30-16.00 |                     |                             |       |        |                                  |                   |                     |                                |       |        |                             |                 |    |
|                             | Ватрушка "Французская"          | 50                  | 5,6                         | 5,9   | 22,1   | 163                              | 0,03              | 50                  | 5,6                            | 5,9   | 22,1   | 163                         | 0,03            |    |
|                             | Картофель в молоке              | 120                 | 2,96                        | 3,36  | 10,2   | 84                               | 0,34              | 150                 | 3,7                            | 4,2   | 12,9   | 105                         | 0,43            |    |
|                             | Чай с сахаром                   | 150                 | 1,1                         | 1,2   | 6,2    | 39                               | 0,19              | 200                 | 1,5                            | 1,6   | 11,2   | 63                          | 0,26            |    |
|                             | Хлеб пшен.1с обогаш.            | 30                  | 2,57                        | 0,36  | 13,97  | 65,09                            | 0                 | 30                  | 2,57                           | 0,36  | 13,97  | 65,09                       | 0               |    |
|                             |                                 | 350                 | 6,63                        | 4,92  | 30,37  | 188,09                           | 0,53              | 430                 | 7,77                           | 6,16  | 38,07  | 233,09                      | 0,69            |    |
|                             | ИТОГО:                          | 1370                | 27,28                       | 28,92 | 134,95 | 992,38                           | 8,8               | 1660                | 33,58                          | 38,96 | 166,74 | 1325,88                     | 7,73            |    |
| 132<br>201                  | День 2                          |                     |                             |       |        |                                  |                   |                     |                                |       |        |                             |                 |    |
|                             | Завтрак 1 8.30-9.00             |                     |                             |       |        |                                  |                   |                     |                                |       |        |                             |                 |    |
|                             | Каша манная молочная            | 150                 | 4,5                         | 6,1   | 22     | 161                              | 0,16              | 200                 | 6                              | 8,2   | 29,3   | 215                         | 0,22            |    |
|                             | Какао с молоком                 | 150                 | 2,7                         | 2,7   | 17,1   | 101                              | 0,35              | 200                 | 3,6                            | 3,6   | 18,3   | 117                         | 0,52            |    |
|                             | Хлеб пшен.1с обогаш.            | 30                  | 2,57                        | 0,36  | 13,97  | 65,09                            | 0                 | 30                  | 2,57                           | 0,36  | 13,97  | 65,09                       | 0               |    |
|                             | Сыр                             | 10                  | 2,6                         | 2,68  | 0      | 35,2                             | 0,28              | 12                  | 3,9                            | 2,25  | 0      | 52                          | 0,42            |    |
|                             |                                 | 340                 | 12,37                       | 11,84 | 53,07  | 362,29                           | 0,79              | 442                 | 16,07                          | 14,41 | 61,57  | 449,09                      | 1,16            |    |
|                             | Завтрак 2 10.30-11.00           |                     |                             |       |        |                                  |                   |                     |                                |       |        |                             |                 |    |
|                             | Фрукты                          | 150                 | 0,8                         | 0,8   | 18     | 90                               | 330               | 150                 | 0,8                            | 0,8   | 18     | 90                          | 330             |    |
|                             | Кисломолочный напиток           | 150                 | 2,1                         | 3     | 3,53   | 49,5                             | 0                 | 180                 | 2,52                           | 3,5   | 4,23   | 59,4                        | 0               |    |
|                             |                                 | 300                 | 2,9                         | 3,8   | 21,53  | 139,5                            | 330               | 330                 | 3,32                           | 4,3   | 22,23  | 149,4                       | 330             |    |
| 3<br>42<br>78<br>147<br>206 | Обед 12.00-13.00                |                     |                             |       |        |                                  |                   |                     |                                |       |        |                             |                 |    |
|                             | Салат из св.капусты             | 30                  | 0,6                         | 1,35  | 2,75   | 25,5                             | 2,8               | 50                  | 1                              | 2,25  | 4,6    | 42,5                        | 4,7             |    |
|                             | Суп гороховый на м/б            | 150                 | 4                           | 2,5   | 11,7   | 86                               | 4,26              | 200                 | 5,4                            | 3,3   | 15,6   | 115                         | 5,68            |    |
|                             | Тефтели из говядины             | 50                  | 8,6                         | 12,2  | 9,8    | 183                              | 0,32              | 50                  | 8,6                            | 12,2  | 9,8    | 183                         | 0,32            |    |
|                             | Макароны отварные               | 100                 | 3,66                        | 4,13  | 23,5   | 147,3                            | 0,5               | 120                 | 4,24                           | 4,96  | 28,2   | 176,8                       | 0               |    |
|                             | Компот из св.плодов,вит.С       | 150                 | 0,11                        | 0,11  | 11,8   | 47                               | 1,2               | 200                 | 0,2                            | 0,1   | 17,2   | 68                          | 1,6             |    |
|                             | Хлеб "Дарницкий"                | 30                  | 2,57                        | 0,36  | 13,97  | 65,09                            | 0                 | 30                  | 2,57                           | 0,36  | 13,97  | 65,09                       | 0               |    |
|                             |                                 | 510                 | 19,54                       | 20,65 | 73,52  | 553,89                           | 9,08              | 650                 | 22,01                          | 23,17 | 89,37  | 650,39                      | 12,3            |    |

|                                    |                          |      |       |       |        |         |       |      |       |       |        |         |        |  |
|------------------------------------|--------------------------|------|-------|-------|--------|---------|-------|------|-------|-------|--------|---------|--------|--|
| Уплотненный полдник<br>15.30-16.00 |                          |      |       |       |        |         |       |      |       |       |        |         |        |  |
| 56                                 | Кисломолочный напиток    | 160  | 0,6   | 0     | 16,55  | 97,2    | 2,43  | 160  | 0,6   | 0     | 16,55  | 97,2    | 2,43   |  |
| 448                                | Биточки рыбные           | 50   | 8,63  | 3,52  | 0,53   | 68,25   | 0,55  | 50   | 8,63  | 3,52  | 0,53   | 68,25   | 0,55   |  |
| 45                                 | Рис отварной             | 100  | 2,9   | 7,5   | 13,1   | 131     | 10,6  | 120  | 3,9   | 9,9   | 17,5   | 164     | 14,2   |  |
|                                    | Чай б/ сахаром           | 150  | 0,1   | 0,02  | 4,6    | 18      | 0     | 200  | 0,1   | 0,03  | 5,52   | 21,6    | 0      |  |
|                                    | Вафли                    | 10   | 0,32  | 0,28  | 6,38   | 35      | 0     | 20   | 0,64  | 0,56  | 13,7   | 70      | 0      |  |
|                                    | Хлеб 1 с обогащ.         | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0     | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      |  |
|                                    | ИТОГО:                   | 500  | 15,12 | 11,68 | 55,13  | 414,54  | 13,58 | 580  | 16,44 | 14,37 | 67,77  | 486,14  | 17,18  |  |
|                                    | ИТОГО:                   | 1650 | 49,93 | 47,97 | 203,25 | 1470,22 | 353,5 | 2002 | 57,84 | 56,25 | 240,94 | 1735,02 | 360,64 |  |
| День 3                             |                          |      |       |       |        |         |       |      |       |       |        |         |        |  |
| Завтрак 1 8.30-9.00                |                          |      |       |       |        |         |       |      |       |       |        |         |        |  |
| 131                                | Каша рисовая молочная    | 120  | 3,04  | 4,88  | 18,16  | 128,8   | 0,13  | 150  | 3,8   | 6,1   | 22,7   | 161     | 0,16   |  |
| 198                                | Коф.напиток на. мол.     | 150  | 2,3   | 2,4   | 10,4   | 69      | 0,39  | 200  | 2,8   | 3,1   | 14,4   | 94      | 0,52   |  |
|                                    | Хлеб пшен.1с обогащ.     | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0     | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      |  |
|                                    | ИТОГО:                   | 300  | 7,91  | 7,64  | 42,53  | 262,89  | 0,52  | 380  | 9,17  | 9,56  | 51,07  | 320,09  | 0,68   |  |
| Завтрак 2 10.30-11.00              |                          |      |       |       |        |         |       |      |       |       |        |         |        |  |
|                                    | Сок                      | 150  | 0,5   | 0     | 13,8   | 80,9    | 2,03  | 150  | 0,5   | 0     | 13,8   | 80,9    | 2,03   |  |
|                                    | Пряник                   | 10   | 0,48  | 0,28  | 0,77   | 33,6    | 0     | 20   | 0,96  | 0,56  | 1,54   | 67,2    | 0      |  |
|                                    | ИТОГО:                   | 160  | 0,5   | 0     | 13,8   | 80,9    | 2,03  | 170  | 0,5   | 0     | 13,8   | 80,9    | 2,03   |  |
| Обед 12.00-13.00                   |                          |      |       |       |        |         |       |      |       |       |        |         |        |  |
| 21                                 | Салат "Пестрый"          | 30   | 0,34  | 1,56  | 3,6    | 29,5    | 3,36  | 50   | 0,5   | 2,58  | 6      | 49,2    | 5,57   |  |
| 33                                 | Щи на м/б                | 150  | 1,2   | 3,2   | 4,4    | 51      | 6,02  | 200  | 1,6   | 3,9   | 5,8    | 65      | 8,02   |  |
| 57                                 | Кнели рыбные<br>(минтай) | 50   | 8,1   | 4,8   | 2,4    | 86      | 0,09  | 70   | 12,2  | 6,8   | 3,6    | 124     | 0,13   |  |
| 102                                | Картофель отварной       | 100  | 2,24  | 1,86  | 9,6    | 65,28   | 0,82  | 120  | 2,8   | 2,32  | 12     | 81,6    | 1,02   |  |
| 211                                | Кисель.вит.С             | 150  | 0     | 0     | 7,5    | 89      | 0     | 200  | 0     | 0     | 10     | 115     | 0      |  |
|                                    | Хлеб "Дарницкий"         | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0     | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      |  |
|                                    | ИТОГО:                   | 510  | 14,45 | 11,78 | 41,47  | 385,87  | 10,29 | 670  | 19,67 | 15,96 | 51,37  | 499,89  | 14,74  |  |
| Уплотненный полдник<br>15.30-16.00 |                          |      |       |       |        |         |       |      |       |       |        |         |        |  |
| 76                                 | Фрикадельки мясные       | 30   | 7,7   | 7,6   | 6,4    | 125     | 0,07  | 30   | 7,7   | 7,6   | 6,4    | 125     | 0,07   |  |
| 63                                 | Каша гречневая вязкая.   | 120  | 3,8   | 3,6   | 19,6   | 127     | 0     | 150  | 4,73  | 4,5   | 24,5   | 158,3   | 0      |  |
| 47                                 | Чай с сахаром            | 150  | 1,1   | 1,2   | 6,2    | 39      | 0,19  | 200  | 1,5   | 1,6   | 8,26   | 51,99   | 0      |  |
|                                    | Хлеб пшен.1с обогащ.     | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0     | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      |  |
|                                    | Всего:                   | 330  | 15,17 | 12,78 | 46,17  | 368,09  | 0,26  | 410  | 16,5  | 14,06 | 53,13  | 400,38  | 0,07   |  |
|                                    | ИТОГО:                   | 1300 | 38,03 | 32,18 | 143,57 | 1085,75 | 13,1  | 1630 | 45,84 | 39,58 | 169,37 | 1301,26 | 17,52  |  |
| День 4                             |                          |      |       |       |        |         |       |      |       |       |        |         |        |  |
| Завтрак 1 8.30-9.00                |                          |      |       |       |        |         |       |      |       |       |        |         |        |  |
| 161                                | Суп молочн.с крупой      | 150  | 2,6   | 3,3   | 10,9   | 83      | 0,39  | 200  | 3,5   | 4,4   | 14,5   | 111     | 0,52   |  |
| 201                                | Какао с молоком          | 150  | 2,7   | 2,7   | 17,1   | 101     | 0,39  | 200  | 3,6   | 3,6   | 18,3   | 117     | 0,52   |  |
|                                    | Хлеб пшен.1с обогащ.     | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0     | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      |  |
|                                    | Сыр                      | 10   | 2,57  | 2,68  | 0      | 35,2    | 0,28  | 13   | 3,34  | 3,48  | 47,8   | 35,2    | 0,42   |  |
|                                    | ИТОГО:                   | 340  | 10,44 | 9,04  | 41,97  | 284,29  | 1,06  | 443  | 13,01 | 11,84 | 94,57  | 328,29  | 1,46   |  |
| Завтрак 2 10.30-11.00              |                          |      |       |       |        |         |       |      |       |       |        |         |        |  |
|                                    | Фрукты                   | 160  | 0,69  | 0     | 12,52  | 68,17   | 2,78  | 160  | 0,69  | 0     | 12,52  | 68,17   | 2,78   |  |
|                                    | ИТОГО:                   | 160  | 0,69  | 0     | 12,52  | 68,17   | 2,78  | 160  | 0,69  | 0     | 12,52  | 68,17   | 2,78   |  |
| Обед 12.00-13.00                   |                          |      |       |       |        |         |       |      |       |       |        |         |        |  |
| 15                                 | Салат витаминный         | 30   | 0,5   | 1,4   | 3,3    | 25,5    | 1,9   | 50   | 0,8   | 2,3   | 5,4    | 44,2    | 3,2    |  |
| 43                                 | Суп крестьян. с крупой   | 150  | 1,43  | 3,45  | 6,98   | 64,5    | 3,61  | 200  | 1,9   | 4,6   | 9,3    | 86      | 4,81   |  |
| 416                                | Котлета мясная           | 50   | 9,5   | 8,6   | 9,6    | 130,9   | 0,03  | 70   | 11,08 | 10,03 | 11,2   | 152,72  | 0,035  |  |
| 105                                | Капуста тушенная         | 40   | 0,88  | 1,3   | 3,77   | 30      | 6,59  | 60   | 1,32  | 1,95  | 5,65   | 45      | 9,89   |  |
| 104                                | Картофельное пюре        | 80   | 1,68  | 2,48  | 10,7   | 72      | 5,6   | 80   | 1,68  | 2,48  | 10,7   | 72      | 5,6    |  |
| 205                                | Компот из с/ф.вит.С      | 150  | 1,8   | 0,1   | 31     | 128     | 0,6   | 200  | 2,4   | 0,1   | 41,4   | 171     | 0,8    |  |
|                                    | Хлеб "Дарницкий"         | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0     | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      |  |
|                                    | ИТОГО:                   | 530  | 18,36 | 17,69 | 79,32  | 515,99  | 18,33 | 690  | 21,75 | 21,82 | 97,62  | 636,01  | 24,335 |  |
| Уплотненный полдник<br>15.30-16.00 |                          |      |       |       |        |         |       |      |       |       |        |         |        |  |
| 75                                 | Икра морковная           | 30   | 0,35  | 6     | 4      | 39      | 6,3   | 50   | 0,63  | 10    | 7      | 65      | 10     |  |
| 344                                | Запеканка творожная      | 70   | 14,93 | 15,73 | 17,44  | 266,4   | 0,14  | 70   | 14,93 | 15,73 | 17,44  | 266,4   | 0,14   |  |
| 45                                 | Чай б/сахара             | 150  | 0,1   | 0,02  | 4,6    | 18      | 0     | 200  | 0,1   | 0,03  | 5,52   | 21,6    | 0      |  |
|                                    | Конфета желейная         | 15   | 0,1   | 0,01  | 5,1    | 45,2    | 0     | 20   | 0     | 0,01  | 6,7    | 60,23   | 0      |  |
|                                    | Хлеб пшен.1с обогащ.     | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0     | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      |  |
|                                    | ИТОГО:                   | 295  | 18,05 | 22,12 | 45,11  | 433,89  | 6,44  | 370  | 18,23 | 26,13 | 50,63  | 478,32  | 10,14  |  |
|                                    | ИТОГО:                   | 1325 | 47,54 | 48,85 | 178,92 | 1302,14 | 28,61 | 1663 | 40,67 | 59,79 | 160,77 | 1510,79 | 38,715 |  |

|                                        |                              |             |              |              |               |                |              |             |               |              |               |                |               |
|----------------------------------------|------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------|---------------|--------------|---------------|----------------|---------------|
| <b>День 5</b>                          |                              |             |              |              |               |                |              |             |               |              |               |                |               |
| <b>Завтрак 1 8.30-9.00</b>             |                              |             |              |              |               |                |              |             |               |              |               |                |               |
| 311                                    | Каша пшеничная молочная      | 150         | 5,5          | 6,7          | 25,3          | 184            | 0,16         | 200         | 7,3           | 9            | 33,7          | 245            | 0,21          |
|                                        | Хлеб пшеничный 1с            | 30          | 2,57         | 0,36         | 13,97         | 65,09          | 0            | 30          | 2,57          | 0,36         | 13,97         | 65,09          | 0             |
| 198                                    | Коф.напиток на. мол.         | 150         | 2,3          | 2,4          | 10,4          | 69             | 0,39         | 200         | 2,8           | 3,1          | 14,4          | 94             | 0,52          |
|                                        |                              | <b>330</b>  | <b>10,37</b> | <b>9,46</b>  | <b>49,67</b>  | <b>318,09</b>  | <b>0,55</b>  | <b>430</b>  | <b>12,67</b>  | <b>12,46</b> | <b>62,07</b>  | <b>404,09</b>  | <b>0,73</b>   |
| <b>Завтрак 2 10.30-11.00</b>           |                              |             |              |              |               |                |              |             |               |              |               |                |               |
| 698                                    | Кисломолочный напиток        | 150         | 2,1          | 3            | 3,53          | 49,5           | 0            | 180         | 2,52          | 3,5          | 4,23          | 59,4           | 0             |
|                                        |                              | <b>150</b>  | <b>2,1</b>   | <b>3</b>     | <b>3,53</b>   | <b>49,5</b>    | <b>0</b>     | <b>180</b>  | <b>2,52</b>   | <b>3,5</b>   | <b>4,23</b>   | <b>59,4</b>    | <b>0</b>      |
| <b>Обед 12.00-13.00</b>                |                              |             |              |              |               |                |              |             |               |              |               |                |               |
| 20                                     | Салат из моркови с курагой   | 30          | 0,45         | 0,03         | 4,35          | 18,75          | 1,13         | 50          | 0,75          | 0,05         | 7,25          | 31,7           | 1,9           |
| 39                                     | Суп картофель с лапшой дом.  | 150         | 1,12         | 2,92         | 7,12          | 59,3           | 4,77         | 200         | 2,2           | 2,1          | 115,1         | 89             | 5,28          |
| 21                                     | Фрикадельки из кур           | 50          | 6,9          | 7,51         | 3,7           | 111            | 0,13         | 60          | 8,2           | 9            | 4,4           | 131            | 0,16          |
| 124                                    | Каша перловая                | 100         | 2,83         | 2,92         | 17,5          | 110,8          | 0,57         | 120         | 3,4           | 3,5          | 21,5          | 134            | 0,68          |
| 205                                    | Компот из с/ф с вит.С        | 150         | 1,8          | 0,1          | 31            | 128            | 0,6          | 200         | 2,4           | 0,1          | 41,4          | 171            | 0,8           |
|                                        | Хлеб "Дарницкий"             | 30          | 2,57         | 0,36         | 13,97         | 65,09          | 0            | 30          | 2,57          | 0,36         | 13,97         | 65,09          | 0             |
|                                        |                              | <b>510</b>  | <b>15,67</b> | <b>13,84</b> | <b>77,64</b>  | <b>492,94</b>  | <b>7,2</b>   | <b>660</b>  | <b>19,52</b>  | <b>15,11</b> | <b>203,62</b> | <b>621,79</b>  | <b>8,82</b>   |
| <b>Уплотненный полдник 15.30-16.00</b> |                              |             |              |              |               |                |              |             |               |              |               |                |               |
| 57                                     | Сумсы печен. с капустой      | 60          | 3,28         | 3,22         | 18,84         | 119,2          | 0,04         | 80          | 4,22          | 4,14         | 24,22         | 153,25         | 0,05          |
| 264                                    | Омлет натуральный            | 70          | 9,98         | 16,79        | 1,84          | 197,8          | 0,01         | 70          | 9,98          | 16,79        | 1,84          | 197,8          | 0,01          |
| 211                                    | Кисель                       | 150         | 0            | 0            | 7,5           | 89             | 0            | 200         | 0             | 0            | 10            | 119            | 0             |
|                                        | Хлеб пшен.1с                 | 30          | 2,57         | 0,36         | 13,97         | 65,09          | 0            | 30          | 2,57          | 0,36         | 13,97         | 65,09          | 0             |
|                                        |                              | <b>310</b>  | <b>15,83</b> | <b>20,37</b> | <b>42,15</b>  | <b>471,09</b>  | <b>0,05</b>  | <b>380</b>  | <b>16,77</b>  | <b>21,29</b> | <b>50,03</b>  | <b>535,14</b>  | <b>0,06</b>   |
|                                        | <b>ИТОГО:</b>                | <b>1300</b> | <b>43,97</b> | <b>46,67</b> | <b>172,99</b> | <b>1331,62</b> | <b>7,8</b>   | <b>1650</b> | <b>51,48</b>  | <b>48,86</b> | <b>315,72</b> | <b>1561,02</b> | <b>9,61</b>   |
|                                        | <b>Итого 1 неделя</b>        | <b>6945</b> | <b>206,8</b> | <b>204,6</b> | <b>834,08</b> | <b>6182,11</b> | <b>411,8</b> | <b>8605</b> | <b>229,41</b> | <b>243,4</b> | <b>1053,5</b> | <b>7433,97</b> | <b>434,22</b> |
| <b>Вторая неделя</b>                   |                              |             |              |              |               |                |              |             |               |              |               |                |               |
| <b>День 1</b>                          |                              |             |              |              |               |                |              |             |               |              |               |                |               |
| <b>Завтрак 1 8.30-9.00</b>             |                              |             |              |              |               |                |              |             |               |              |               |                |               |
| 60                                     | Каша гречневая молочн.       | 150         | 5,97         | 6,17         | 26,41         | 185,1          | 0,1          | 200         | 7,94          | 8,21         | 35,13         | 246,17         | 0,2           |
| 46                                     | Чай с сахаром                | 150         | 0,1          | 0,02         | 4,6           | 18             | 0            | 200         | 0,1           | 0,03         | 6,1           | 25             | 0             |
|                                        | Хлеб пшен.1с обогащ.         | 30          | 2,57         | 0,36         | 13,97         | 65,09          | 0            | 30          | 2,57          | 0,36         | 13,97         | 65,09          | 0             |
|                                        |                              | <b>330</b>  | <b>8,64</b>  | <b>6,55</b>  | <b>44,98</b>  | <b>268,19</b>  | <b>0,1</b>   | <b>430</b>  | <b>10,61</b>  | <b>8,6</b>   | <b>55,2</b>   | <b>336,26</b>  | <b>0,2</b>    |
| <b>Завтрак 2 10.30-11.00</b>           |                              |             |              |              |               |                |              |             |               |              |               |                |               |
|                                        | Сок                          | 150         | 0,5          | 0            | 13,8          | 80,9           | 2,03         | 180         | 0,6           | 0            | 16,8          | 97,2           | 0,18          |
|                                        |                              | <b>150</b>  | <b>0,5</b>   | <b>0</b>     | <b>13,8</b>   | <b>80,9</b>    | <b>2,03</b>  | <b>180</b>  | <b>0,6</b>    | <b>0</b>     | <b>16,8</b>   | <b>97,2</b>    | <b>0,18</b>   |
| <b>Обед 12.00-13.00</b>                |                              |             |              |              |               |                |              |             |               |              |               |                |               |
| 21                                     | Салат "Здоровье"             | 30          | 0,33         | 4,14         | 1,47          | 44,25          | 0,23         | 50          | 0,73          | 6,9          | 2,45          | 73,8           | 0,42          |
| 99                                     | Щи на м/б                    | 150         | 1,2          | 3,2          | 4,4           | 51             | 6,02         | 200         | 1,6           | 3,9          | 5,8           | 65             | 8,02          |
| 74                                     | Зразы школьные               | 50          | 6,4          | 5,8          | 5,5           | 100,8          | 0            | 50          | 6,4           | 5,8          | 5,5           | 100,8          | 0             |
| 147                                    | Макароны отварные            | 120         | 4,24         | 4,96         | 28,2          | 176,8          | 0,6          | 150         | 5,3           | 6,2          | 35,3          | 221            | 0,7           |
| 55                                     | Напиток из шиповн.вит.С      | 150         | 0,5          | 0,2          | 20,2          | 83             | 0,6          | 200         | 0,6           | 0,3          | 27            | 111            | 0,8           |
|                                        | Хлеб "Дарницкий"             | 30          | 2,57         | 0,36         | 13,97         | 65,09          | 0            | 30          | 2,57          | 0,36         | 13,97         | 65,09          | 0             |
|                                        |                              | <b>530</b>  | <b>15,24</b> | <b>18,66</b> | <b>73,74</b>  | <b>520,94</b>  | <b>7,45</b>  | <b>680</b>  | <b>17,2</b>   | <b>23,46</b> | <b>90,02</b>  | <b>636,69</b>  | <b>9,94</b>   |
| <b>Уплотненный полдник 15.30-16.00</b> |                              |             |              |              |               |                |              |             |               |              |               |                |               |
| 45                                     | Суп молочный с крупой        | 150         | 2,6          | 3,3          | 10,9          | 83             | 0,39         | 200         | 3,5           | 4,4          | 14,5          | 111            | 0,52          |
| 211                                    | Кисель                       | 150         | 0            | 0            | 7,5           | 89             | 0            | 200         | 0             | 0            | 10            | 19             | 0             |
|                                        | Вафли                        | 10          | 0,32         | 0,28         | 6,38          | 35             | 0            | 20          | 0,64          | 0,56         | 12,76         | 70             | 0             |
|                                        | Хлеб пшен.1с обогащ.         | 30          | 2,57         | 0,36         | 13,97         | 65,09          | 0            | 30          | 2,57          | 0,36         | 13,97         | 65,09          | 0             |
|                                        |                              | <b>340</b>  | <b>5,49</b>  | <b>3,94</b>  | <b>38,75</b>  | <b>272,09</b>  | <b>0,39</b>  | <b>450</b>  | <b>6,71</b>   | <b>5,32</b>  | <b>51,23</b>  | <b>265,09</b>  | <b>0,52</b>   |
|                                        | <b>ИТОГО:</b>                | <b>1350</b> | <b>29,87</b> | <b>29,15</b> | <b>171,27</b> | <b>1142,12</b> | <b>9,97</b>  | <b>1740</b> | <b>35,12</b>  | <b>37,38</b> | <b>213,25</b> | <b>1335,24</b> | <b>10,84</b>  |
| <b>День 2</b>                          |                              |             |              |              |               |                |              |             |               |              |               |                |               |
| <b>Завтрак 1 8.30-9.00</b>             |                              |             |              |              |               |                |              |             |               |              |               |                |               |
| 348                                    | Пудинг творожный с мол сгущ. | 80          | 14,55        | 9,99         | 35,73         | 289            | 0,66         | 80          | 14,55         | 9,99         | 35,73         | 289            | 0,66          |
| 198                                    | Кофейный напиток             | 150         | 2,3          | 2,4          | 10,4          | 69             | 0,39         | 200         | 2,8           | 3,1          | 14,4          | 94             | 0,52          |
|                                        | Хлеб пшен.1с                 | 30          | 2,57         | 0,36         | 13,97         | 65,09          | 0            | 30          | 2,57          | 0,36         | 13,97         | 65,09          | 0             |
|                                        |                              | <b>260</b>  | <b>19,42</b> | <b>12,75</b> | <b>60,1</b>   | <b>423,09</b>  | <b>1,05</b>  | <b>310</b>  | <b>19,92</b>  | <b>13,45</b> | <b>64,1</b>   | <b>448,09</b>  | <b>1,18</b>   |
| <b>Завтрак 2 10.30-11.00</b>           |                              |             |              |              |               |                |              |             |               |              |               |                |               |
| 698                                    | Кисломолочный напиток        | 150         | 4,2          | 4,8          | 12,94         | 105,95         | 0,86         | 200         | 5,6           | 6,4          | 15,38         | 141,3          | 1,2           |
|                                        |                              | <b>150</b>  | <b>4,2</b>   | <b>4,8</b>   | <b>12,94</b>  | <b>105,95</b>  | <b>0,86</b>  | <b>200</b>  | <b>5,6</b>    | <b>6,4</b>   | <b>15,38</b>  | <b>141,3</b>   | <b>1,2</b>    |

|                                    |                           |      |       |       |        |         |        |      |       |       |        |         |        |
|------------------------------------|---------------------------|------|-------|-------|--------|---------|--------|------|-------|-------|--------|---------|--------|
| Обед 12.00-13.00                   |                           |      |       |       |        |         |        |      |       |       |        |         |        |
| 6                                  | Салат из свеклы, куб      | 30   | 0,45  | 0     | 1,73   | 8,25    | 0,12   | 50   | 0,7   | 0     | 2,9    | 14,2    | 0,2    |
| 37                                 | Рассольник домаш.на м/б   | 150  | 1,4   | 3,3   | 8,3    | 69      | 6,31   | 200  | 1,8   | 4     | 11,1   | 89      | 8,41   |
| 85                                 | Рыбные хлебцы<br>(минтай) | 50   | 9     | 7,2   | 4,3    | 118     | 0,65   | 50   | 9     | 7,2   | 4,3    | 118     | 0,65   |
| 104                                | Картофельное пюре         | 120  | 2,48  | 3,68  | 16,08  | 108,8   | 8      | 150  | 3,1   | 4,6   | 20,1   | 136     | 10     |
| 205                                | Компот из с/ф.вит.С       | 150  | 1,8   | 0,1   | 31     | 128     | 0,6    | 200  | 2,4   | 0,1   | 41,4   | 171     | 0,8    |
|                                    | Хлеб "Дарницкий"          | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      |
|                                    |                           | 530  | 17,7  | 14,64 | 75,38  | 497,14  | 15,68  | 680  | 19,57 | 16,26 | 93,77  | 593,29  | 20,06  |
| Уплотненный полдник<br>15.30-16.00 |                           |      |       |       |        |         |        |      |       |       |        |         |        |
|                                    | Фрукты                    | 150  | 0,8   | 0,8   | 18     | 90      | 330    | 150  | 0,8   | 0,8   | 18     | 90      | 330    |
| 177                                | Пирог с повидлом          | 50   | 2,94  | 1,44  | 27,18  | 133,13  | 0,05   | 60   | 3,53  | 1,73  | 32,63  | 159,8   | 0,06   |
| 224                                | Рагу из овощей            | 100  | 3,1   | 9,8   | 15,5   | 163     | 7,13   | 100  | 3,1   | 9,8   | 15,5   | 163     | 7,13   |
| 49                                 | Чай с сахаром и лимоном   | 150  | 0,1   | 0,03  | 4,7    | 19      | 0,84   | 200  | 0,2   | 0,03  | 9,3    | 37      | 1,12   |
|                                    | Хлеб пшен.1с обогащ.      | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      |
|                                    |                           | 480  | 9,51  | 12,43 | 79,35  | 470,22  | 338,02 | 540  | 10,2  | 12,72 | 89,4   | 514,89  | 338,31 |
|                                    | ИТОГО:                    | 1420 | 50,83 | 44,62 | 227,77 | 1496,4  | 355,6  | 1730 | 55,29 | 48,83 | 262,65 | 1697,57 | 360,75 |
| День 3                             |                           |      |       |       |        |         |        |      |       |       |        |         |        |
| Завтрак 1 8.30-9.00                |                           |      |       |       |        |         |        |      |       |       |        |         |        |
| 62                                 | Морковь с сахаром         | 30   | 0,35  | 0,03  | 3,2    | 14      | 0,58   | 50   | 0,58  | 0,04  | 5,25   | 23,3    | 0,96   |
| 33                                 | Омлет натуральный         | 70   | 9     | 15,1  | 1,65   | 177,9   | 0,01   | 70   | 9     | 15,1  | 1,65   | 177,9   | 0,01   |
| 201                                | Какао с молоком           | 150  | 2,7   | 2,7   | 17,1   | 101     | 0,39   | 200  | 3,6   | 3,6   | 18,3   | 117     | 0,52   |
|                                    | Хлеб пшен.1с              | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      |
|                                    | Сыр                       | 10   | 2,6   | 2,68  | 0      | 35,2    | 0,28   | 15   | 3,9   | 2,25  | 0      | 52      | 0,42   |
|                                    |                           | 290  | 17,22 | 20,87 | 35,92  | 393,19  | 1,26   | 365  | 19,65 | 21,35 | 39,17  | 435,29  | 1,91   |
| Завтрак 2 10.30-11.00              |                           |      |       |       |        |         |        |      |       |       |        |         |        |
| 698                                | Кисломолочный напиток     | 150  | 2,1   | 1,88  | 3      | 37,5    | 0      | 200  | 2,8   | 2,5   | 4      | 50      | 0      |
|                                    | Печенье                   | 10   | 0,75  | 0,88  | 5,08   | 43,6    | 0      | 10   | 0,75  | 0,88  | 5,08   | 43,6    | 0      |
|                                    |                           | 160  | 2,85  | 2,76  | 8,08   | 81,1    | 0      | 210  | 3,55  | 3,38  | 9,08   | 93,6    | 0      |
| Обед 12.00-13.00                   |                           |      |       |       |        |         |        |      |       |       |        |         |        |
| 3                                  | Салат из свежей капусты   | 30   | 0,6   | 1,35  | 2,75   | 25,5    | 2,8    | 50   | 1     | 2,25  | 4,6    | 42,5    | 4,7    |
| 36                                 | Борщ на м/б               | 150  | 1,12  | 2,92  | 7,12   | 59,3    | 4,77   | 200  | 1,5   | 3,9   | 9,5    | 79      | 6,36   |
| 20                                 | Плов из курицы            | 150  | 15,3  | 20,3  | 26     | 350     | 1,12   | 150  | 15,3  | 20,3  | 26     | 350     | 1,12   |
| 211                                | Кисель ,витамин.          | 150  | 0     | 0     | 7,5    | 89      | 0      | 200  | 0     | 0     | 10     | 119     | 0      |
|                                    | Хлеб "Дарницкий"          | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      |
|                                    |                           | 510  | 19,59 | 24,93 | 57,34  | 588,89  | 8,69   | 630  | 20,37 | 26,81 | 64,07  | 655,59  | 12,18  |
| Уплотненный полдник<br>15.30-16.00 |                           |      |       |       |        |         |        |      |       |       |        |         |        |
| 56                                 | Котлета рыбная            | 50   | 8,9   | 6,7   | 7,7    | 128     | 0,09   | 50   | 8,9   | 6,7   | 7,7    | 128     | 0,09   |
| 147                                | Макароны отварные         | 120  | 3,93  | 6,96  | 22,8   | 172     | 34,11  | 150  | 4,67  | 8,28  | 27,2   | 204,8   | 40,6   |
| 46                                 | Чай б/сахара              | 150  | 0,1   | 0,02  | 4,6    | 18      | 0      | 200  | 0,1   | 0,03  | 6,1    | 25      | 0      |
|                                    | Мармелад                  | 10   | 0     | 0,01  | 3,42   | 30,28   | 0      | 20   | 0     | 0,02  | 6,84   | 60,57   | 0      |
|                                    | Хлеб пшен.1с              | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      |
|                                    |                           | 360  | 15,5  | 14,05 | 52,49  | 413,37  | 34,2   | 450  | 16,24 | 15,39 | 61,81  | 483,46  | 40,69  |
|                                    | ИТОГО:                    | 1320 | 37,94 | 41,74 | 117,91 | 1083,36 | 42,89  | 1655 | 40,16 | 45,58 | 134,96 | 1232,65 | 52,87  |
| День 4                             |                           |      |       |       |        |         |        |      |       |       |        |         |        |
| Завтрак 1 8.30-9.00                |                           |      |       |       |        |         |        |      |       |       |        |         |        |
| 130                                | Каша овсянная на молоке   | 150  | 5     | 7,4   | 20,3   | 167     | 0,12   | 200  | 6,7   | 9,8   | 27,1   | 223     | 0,23   |
| 198                                | Коф.напиток на мол.       | 150  | 2,3   | 2,4   | 10,4   | 69      | 0,39   | 200  | 2,8   | 3,1   | 14,4   | 94      | 0,52   |
|                                    | Хлеб пшен.1с обогащ.      | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      |
|                                    | Пряник                    | 10   | 0,48  | 0,28  | 0,77   | 33,6    | 0      | 20   | 0,96  | 0,56  | 1,54   | 67,2    | 0      |
|                                    | Завтрак 2 10.30-11.00     | 340  | 10,35 | 10,44 | 45,44  | 334,69  | 0,51   | 450  | 13,03 | 13,82 | 57,01  | 449,29  | 0,75   |
|                                    | Фрукты                    | 150  | 0,8   | 0,8   | 18     | 90      | 330    | 150  | 0,8   | 0,8   | 18     | 90      | 330    |
|                                    |                           | 150  | 0,8   | 0,8   | 18     | 90      | 330    | 150  | 0,8   | 0,8   | 18     | 90      | 330    |
| Обед 12.00-13.00                   |                           |      |       |       |        |         |        |      |       |       |        |         |        |
| 26                                 | Винегрет овощной          | 30   | 0,4   | 0,68  | 2,33   | 17,3    | 3,81   | 50   | 0,63  | 1,2   | 3,8    | 28,3    | 6,34   |
| 2,19                               | Суп с галушками на м/б    | 150  | 3,59  | 4,86  | 17,45  | 128,1   | 4,2    | 200  | 4,78  | 6,63  | 23,99  | 176,3   | 5,6    |
| 451                                | Шницель мясной            | 50   | 9,5   | 8,6   | 9,6    | 130,9   | 0,03   | 70   | 12,56 | 10,72 | 12,82  | 182     | 0,04   |
| 146                                | Бобовые отварные          | 120  | 9,55  | 2,56  | 21,76  | 149,8   | 2,91   | 150  | 11,36 | 3,04  | 25,9   | 178,4   | 3,46   |
| 206                                | Компот из св.плодов,вит.С | 150  | 0,11  | 0,11  | 11,8   | 47      | 1,2    | 200  | 0,2   | 0,1   | 17,2   | 68      | 1,6    |
|                                    | Хлеб "Дарницкий"          | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      |
|                                    |                           | 530  | 25,72 | 17,17 | 76,91  | 538,19  | 12,15  | 700  | 32,1  | 22,05 | 97,68  | 698,09  | 17,04  |

|      |                                    |      |       |       |        |         |       |      |        |       |        |         |        |
|------|------------------------------------|------|-------|-------|--------|---------|-------|------|--------|-------|--------|---------|--------|
|      | Уплотненный полдник<br>15.30-16.00 |      |       |       |        |         |       |      |        |       |        |         |        |
| 184  | Плюшка новомосковская              | 50   | 2,4   | 5,24  | 20,49  | 90,14   | 1,79  | 50   | 2,4    | 5,24  | 20,49  | 90,14   | 1,79   |
| 156  | Вареники ленивые                   | 80   | 11,43 | 12,17 | 43,85  | 200,93  | 0,08  | 80   | 11,43  | 12,17 | 43,85  | 200,93  | 0,08   |
| 6,16 | Напиток из шиповника.              | 150  | 0,33  | 0     | 9,21   | 39,15   | 1,08  | 200  | 0,44   | 0     | 12,28  | 52,2    | 1,43   |
|      | Хлеб пшен.1с обогащ.               | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0     | 30   | 2,57   | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      |
|      |                                    | 310  | 16,73 | 17,77 | 87,52  | 395,31  | 2,95  | 360  | 16,84  | 17,77 | 90,59  | 408,36  | 3,3    |
|      | ИТОГО:                             | 1330 | 53,6  | 46,18 | 227,87 | 1358,19 | 345,6 | 1660 | 62,77  | 54,44 | 263,28 | 1645,74 | 351,09 |
|      | День 5                             |      |       |       |        |         |       |      |        |       |        |         |        |
|      | Завтрак 1 8.30-9.00                |      |       |       |        |         |       |      |        |       |        |         |        |
| 44   | Суп молочный с макарон.изд.        | 150  | 3,3   | 3,3   | 11,9   | 81      | 0,39  | 200  | 4,4    | 4,4   | 15,9   | 121     | 0,52   |
| 201  | Какао с молоком                    | 150  | 2,7   | 2,7   | 17,1   | 101     | 0,39  | 200  | 3,6    | 3,6   | 18,3   | 117     | 0,52   |
|      | Хлеб пшен.1с обогащ.               | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0     | 30   | 2,57   | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      |
|      | Сыр                                | 10   | 2,6   | 2,68  | 0      | 35,2    | 0,28  | 15   | 3,9    | 2,25  | 0      | 52      | 0,42   |
|      | Завтрак 2 10.30-11.00              | 340  | 11,17 | 9,04  | 42,97  | 282,29  | 1,06  | 445  | 14,47  | 10,61 | 48,17  | 355,09  | 1,46   |
|      | Сок                                | 150  | 0,5   | 0     | 13,8   | 80,9    | 2,03  | 180  | 0,6    | 0     | 16,55  | 97,2    | 2,43   |
|      | Печенье                            | 10   | 0,75  | 0,88  | 5,08   | 43,6    | 0     | 10   | 0,75   | 0,88  | 5,08   | 43,6    | 0      |
|      |                                    | 160  | 1,25  | 0,88  | 18,88  | 124,5   | 2,03  | 190  | 1,35   | 0,88  | 21,63  | 140,8   | 2,43   |
|      | Обед 12.00-13.00                   |      |       |       |        |         |       |      |        |       |        |         |        |
| 33   | Салат "Прелесть"                   | 30   | 0,44  | 0,06  | 5,25   | 23      | 3,1   | 50   | 0,73   | 0,09  | 8,74   | 38,3    | 5,2    |
| 217  | Суп с рыбными консервами           | 150  | 13,8  | 9,78  | 9,29   | 180,6   | 5,37  | 200  | 18,4   | 13,05 | 12,39  | 240,8   | 6,72   |
| 292  | Картофельная запеканка с мясом     | 150  | 12,14 | 13,71 | 26,64  | 283,96  | 29,9  | 150  | 12,14  | 13,71 | 26,64  | 283,96  | 29,9   |
| 205  | Компот из с/ф.вит.С                | 150  | 1,8   | 0,1   | 31     | 128     | 0,6   | 200  | 2,4    | 0,1   | 41,4   | 171     | 0,8    |
|      | Хлеб "Дарницкий"                   | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0     | 30   | 2,57   | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      |
|      |                                    | 510  | 30,75 | 24,01 | 86,16  | 680,65  | 38,37 | 630  | 36,24  | 27,31 | 103,14 | 799,15  | 42,62  |
|      | Уплотненный полдник<br>15.30-16.00 |      |       |       |        |         |       |      |        |       |        |         |        |
| 65   | Суп из овощей                      | 150  | 2,58  | 3,96  | 5,84   | 91,4    |       | 200  | 3,23   | 4,95  | 7,3    | 114,34  |        |
| 178  | Усбосмак                           | 60   | 5,51  | 5,01  | 12,8   | 119,25  | 0,48  | 60   | 5,51   | 5,01  | 12,8   | 119,25  | 0,48   |
| 8    | Чай слимоном и сахаром             | 150  | 0,1   | 0,03  | 4,7    | 19      | 0,84  | 200  | 0,2    | 0,03  | 9,3    | 37      | 1,12   |
|      | Хлеб пшен.1с обогащ.               | 30   | 2,57  | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0     | 30   | 2,57   | 0,36  | 13,97  | 65,09   | 0      |
|      |                                    | 390  | 10,76 | 9,36  | 37,31  | 294,74  | 1,32  | 490  | 11,51  | 10,35 | 43,37  | 335,68  | 1,6    |
|      |                                    | 1400 | 53,93 | 43,29 | 185,31 | 1382,18 | 43,38 | 1755 | 63,57  | 49,15 | 216,31 | 1630,72 | 48,11  |
|      | Итого 2 неделя                     | 6820 | 189,3 | 176,6 | 789,78 | 5499,37 | 454,8 | 8540 | 210,98 | 198,7 | 917,76 | 6304,54 | 475,87 |

Ведущий технолог ООО УП "Металлург"

Армизонова А.П.