

Понедельник - 1 (возраст 12 лет и старше Завтрак

№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Выход в граммах	Химический состав (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0,00	0,00	40,00	0,10	0,00	3,00	0,00	0,02
54-3г-2020	Макароньы отварные с сыром	200	10,53	9,60	38,13	281,07	0,07	0,05	51,07	0,00	168,00	133,33	14,67	1,07
54-22гн-2020	Какао с молоком стуженным	180	3,15	2,97	20,07	120,06	0,02	0,14	9,71	0,00	96,30	85,68	23,40	0,81
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,04	0,00	0,00	0,00	7,00	31,60	9,40	0,78
44632	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47,00	0,03	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,40
338	Фрукты свежие	150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00	0,00	0,00	24,00	16,50	13,50	3,30
	Итого	580	17,06	20,84	92,57	630,61	0,20	15,19	100,78	0,36	302,30	287,51	67,57	6,38

Понедельник - 1 (возраст 12 лет и старше Обед

24	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,96	6,08	3,65	70,70	0,04	8,25	0,00	0,00	19,00	33,92	16,04	0,74
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,75	0,05	10,65	0,00	0,00	49,73	0,00	26,13	1,23
4.6.	Каша гречневая с птицей	250	18,13	17,75	47,50	422,25	0,13	7,00	8,38	0,00	54,77	297,00	68,00	2,42
13.38	Чай с апельсином	200	0,17	0,07	13,53	55,43	0,00	0,03	0,00	0,00	10,40	2,80	1,40	0,28
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,07	0,00	0,00	0,00	14,00	63,20	18,80	1,56
44632	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	141,00	0,10	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	1,20
	Итого	900	28,04	29,86	124,35	885,09	0,39	25,93	8,38	0,78	161,70	449,12	150,17	7,43
	ИТОГО за день	1480	45,10	50,70	216,92	1515,70	0,59	41,12	109,16	1,14	464,00	736,63	217,74	13,80

Вторник - 1 (возраст 12 лет и старше) Завтрак															
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Выход в граммах	Химический состав (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У	Y		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
209	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03	0,00	100,00	0,00	22,00	76,80	4,80	1,00	
143	Овощное рагу с мясом	240	14,51	15,90	24,37	298,31	0,08	9,98	35,71	0,67	27,53	71,98	32,41	1,32	
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	0,00	0,04	0,30	0,00	4,50	7,20	3,80	0,70	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,04	0,00	0,00	0,00	7,00	31,60	9,40	0,78	
44632	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	
ПР	Кондитерские изделия	30	2,55	3,39	20,91	124,20	0,03	0,69	19,50	0,00	12,30	26,10	4,50	0,30	
	Итого	570	26,62	24,51	81,26	652,29	0,24	10,71	155,51	1,19	82,53	248,48	68,11	4,90	

Вторник - 1 (возраст 12 лет и старше) Обед															
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Выход в граммах	Химический состав (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У	Y		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
45	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,40	4,60	10,30	88,00	0,03	32,45	0,00	0,00	37,37	27,61	15,16	0,51	
101	Суп картофельный с крупой	250	1,97	2,71	12,11	85,75	0,09	8,25	0,00	0,00	26,70	55,98	22,78	0,88	
260	Гуляш	100	10,83	13,76	4,17	167,71	0,06	0,99	0,04	0,00	16,75	99,36	14,56	0,88	
304	Рис отварной	180	4,38	6,45	44,02	251,64	0,03	0,00	0,00	0,00	1,64	73,13	19,60	0,63	
13.45	Кисель фруктовый	180	0,11	0,00	27,59	108,00	0,00	0,52	0,00	0,00	12,17	8,75	3,49	0,09	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,07	0,00	0,00	0,00	14,00	63,20	18,80	1,56	
44632	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	141,00	0,10	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	1,20	
	Итого	910	25,67	28,56	146,93	934,06	0,38	42,21	0,04	0,78	122,43	380,23	114,19	5,75	
	ИТОГО за день	1480	52,29	53,07	228,19	1586,35	0,62	52,92	155,55	1,97	204,96	628,71	182,30	10,65	

Среда - 1 (возраст 12 лет и старше) Завтрак

№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Выход в граммах	Химический состав (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
54-23-2020	Огурец в нарезке	100	0,80	0,10	2,50	14,10	0,03	10,00	10,00	0,00	23,00	42,00	14,00	0,60
348	Рыба в яйце запеченная	120	20,34	9,84	3,72	184,80	0,01	2,04	8,16	0,00	36,48	278,16	38,34	0,72
312	Картофельное пюре	180	3,68	5,76	24,53	164,70	0,13	21,79	0,00	0,00	26,37	103,91	33,30	1,21
13.39	Чай с сухофруктами	200	0,37	0,09	12,18	51,00	0,00	20,03	24,50	0,00	13,00	3,53	2,13	0,41
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,04	0,00	0,00	0,00	7,00	31,60	9,40	0,78
44632	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
	Итого	660	29,47	16,41	72,13	554,58	0,28	53,86	42,66	0,52	115,05	494,00	110,37	4,52

Среда - 1 (возраст 12 лет и старше) Обед

62	Салат из моркови с сахаром	100	1,30	0,10	14,60	65,00	0,10	25,10	0,20	0,40	14,10	26,10	20,10	1,10
99	Суп из овощей	250	1,59	4,99	9,15	95,25	0,07	10,38	0,00	0,00	34,85	49,28	20,75	0,78
294	Котлеты	100	16,70	12,60	16,83	247,52	0,08	0,18	33,40	0,00	56,60	135,96	21,74	1,58
199	Пюре из гороха	180	15,89	6,00	40,83	279,35	0,58	0,00	24,00	0,06	109,84	247,76	71,98	5,47
54-1ХН-2020	Компот из смеси сухофруктов	180	0,45	0,00	17,82	72,90	0,00	0,02	13,50	0,00	45,00	3,87	1,89	0,08
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,07	0,00	0,00	0,00	14,00	63,20	18,80	1,56
44632	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
	Итого	890	41,33	24,53	138,31	945,98	0,96	35,68	71,10	0,98	283,59	560,97	168,46	11,37
	ИТОГО за день	1550	70,80	40,94	210,44	1500,56	1,24	89,54	113,76	1,50	398,64	1054,97	278,83	15,89

Четверг - 1 (возраст 12 лет и старше) Завтрак

№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Выход в граммах	Химический состав (г)		Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества					
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
															Б
1.68	Салат из свежей капусты с огурцом, зеленым горошком	100	0,70	4,90	11,90	94,50	0,04	8,79	0,00	0,00	0,00	19,40	30,71	18,21	1,05
54-16м-2020	Тефтели из птицы с рисом	100/30	14,97	16,17	10,22	246,25	0,05	0,85	12,03	0,00	0,00	34,33	162,15	25,16	2,12
303	Каша вязкая гречневая	180	5,50	6,01	24,63	174,60	0,14	0,00	0,00	0,00	0,00	10,13	130,64	86,44	2,91
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,30	0,00	6,70	27,90	0,00	1,16	0,38	0,00	0,00	6,90	8,50	4,60	0,70
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	7,00	31,60	9,40	0,78
44632	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39		6,90	26,10	9,90	0,60
	Итого	660	24,96	27,59	77,81	659,73	0,32	10,80	12,41	0,39		84,66	389,70	153,71	8,16

Четверг - 1 (возраст 12 лет и старше) Обед

52	Салат из свеклы отварной	100	1,60	6,00	11,00	104,00	0,02	9,50	0,01	2,13		35,15	40,97	20,90	1,33
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,90	89,75	0,06	15,78	0,00	0,00		49,25	49,00	22,13	0,83
54-12м-2020	Плов из отварной птицы	200	13,70	23,34	35,11	394,90	0,08	0,82	0,04	0,00		23,98	164,08	38,12	1,26
389	Сок фруктовый или овощной	180	0,54	0,36	29,34	122,76	0,04	3,60	0,00	0,00		36,00	21,60	16,20	0,72
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,07	0,00	0,00	0,00		14,00	63,20	18,80	1,56
44632	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	141,00	0,10	0,00	0,00	0,78		13,80	52,20	19,80	1,20
	Итого	830	24,59	35,69	132,09	944,37	0,37	29,70	0,05	2,91		172,18	391,05	135,95	6,90
	ИТОГО за день	1490	49,55	63,28	209,90	1604,10	0,68	40,50	12,46	3,30		256,84	780,75	289,66	15,06

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество в партии (в кг)			Удельная влажность (%)	Удельная влажность (в %)	Минеральные вещества					
			Ca	P	Mg			A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	Сырье (сорт 1)	т	3,45	0,43	0,00	0,00	0,00	39,00	0,08	132,00	75,00	5,25	0,15
2	Сырье (сорт 2)	т	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,06	8,98	77,74	26,84	0,78
3	Сырье (сорт 3)	т	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,66	0,00	0,52	8,33	4,77	0,94
4	Сырье (сорт 4)	т	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,00	31,60	9,40	0,78
5	Сырье (сорт 5)	т	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
6	Сырье (сорт 6)	т	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	24,00	16,50	13,50	3,30
7	Итого	т	3,45	0,43	0,00	0,00	0,00	39,68	0,66	181,70	243,97	72,96	6,75

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество в партии (в кг)			Удельная влажность (%)	Удельная влажность (в %)	Минеральные вещества					
			Ca	P	Mg			A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	Сырье (сорт 1)	т	1,00	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	25,43	35,63	18,84	0,66
2	Сырье (сорт 2)	т	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	42,68	88,10	35,58	2,10
3	Сырье (сорт 3)	т	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	129,21	0,00	125,08	127,78	27,74	1,63
4	Сырье (сорт 4)	т	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,58	17,50	107,68	40,39	1,76
5	Сырье (сорт 5)	т	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	85,59	0,00	9,63	2,67	2,61	0,42
6	Сырье (сорт 6)	т	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14,00	63,20	18,80	1,56
7	Итого	т	1,00	0,10	0,00	0,00	0,00	214,80	3,23	245,81	468,56	160,47	9,14
8	Итого	т	4,45	0,53	0,00	0,00	0,00	254,48	3,89	427,51	712,53	233,43	15,89

Понедельник - 2 (возраст 12 лет и старше Завтрак)														
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Выход в граммах	Химический состав (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины			Минеральные вещества				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
15	Сыр полутвердый (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,00	0,01	0,11	39,00	0,08	132,00	75,00	5,25	0,15
173	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом сливочным	200/5	8,55	8,30	45,95	292,50	0,36	0,96	0,04	0,06	40,10	213,86	55,50	1,40
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	180	3,42	3,15	10,08	82,08	0,03	0,47	0,12	0,00	99,90	96,30	27,63	0,99
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,04	0,00	0,00	0,00	7,00	31,60	9,40	0,78
44632	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
338	Фрукты свежие	150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00	0,00	0,00	24,00	16,50	13,50	3,30
	Итого	610	20,33	17,10	99,93	639,06	0,55	16,54	39,16	0,66	312,20	468,06	124,48	7,42

Понедельник - 2 (возраст 12 лет и старше Обед)														
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Выход в граммах	Химический состав (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины			Минеральные вещества				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
49	Салат витаминный	100	1,57	6,02	8,79	95,70	0,05	32,90	0,00	0,00	31,96	33,86	16,34	0,57
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,75	0,05	10,65	0,00	0,00	49,73	0,00	26,13	1,23
294	Биточки	100	16,70	12,60	16,83	247,52	0,08	0,18	33,40	0,00	56,60	135,96	21,74	1,58
309	Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14	0,07	0,00	0,00	0,00	5,83	26,60	25,34	1,33
13.38	Чай с апельсином	200	0,17	0,07	13,53	55,43	0,00	0,03	0,00	0,00	10,40	2,80	1,40	0,28
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,07	0,00	0,00	0,00	14,00	63,20	18,80	1,56
44632	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,50	0,08	0,00	0,00	0,65	11,50	43,50	16,50	1,00
	Итого	920	33,05	29,97	125,72	914,00	0,40	43,76	33,40	0,65	180,02	305,92	126,25	7,55
	Итого за день	1530	53,38	47,07	225,65	1553,06	0,95	60,30	72,56	1,31	492,22	773,98	250,73	14,97

Вторник - 2 (возраст 12 лет и старше) Завтрак

№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Выход в граммах	Химический состав (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
54-23-2020	Огурец в нарезке	100	0,80	0,10	2,50	14,10	0,03	10,00	10,00	0,00	23,00	42,00	14,00	0,60
260	Гуляш	100	10,83	13,76	4,17	167,71	0,06	0,99	0,04	0,00	16,75	99,36	14,56	0,88
312	Картофельное пюре	200	4,09	6,40	27,25	183,00	0,15	24,21	0,00	0,00	29,30	115,46	37,00	1,35
13.39	Чай с сухофруктами	200	0,37	0,09	12,18	51,00	0,00	20,03	24,50	0,00	13,00	3,53	2,13	0,41
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,04	0,00	0,00	0,00	7,00	31,60	9,40	0,78
44632	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
	Итого	660	20,37	20,97	75,30	555,79	0,34	55,23	34,54	0,52	98,25	326,75	90,29	4,82

Вторник - 2 (возраст 12 лет и старше) Обед

45	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,40	4,60	10,30	88,00	0,03	32,45	0,00	0,00	37,37	27,61	15,16	0,51
102	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,54	148,25	0,23	5,83	0,00	0,00	42,68	88,10	35,58	2,10
54-22М-2020	Рагу из птицы	200	17,50	7,00	21,00	217,40	0,13	11,30	26,00	0,00	32,00	193,00	93,00	2,10
389	Сок фруктовый или овощной	200	0,60	0,40	32,60	136,40	0,04	4,00	0,00	0,00	40,00	24,00	18,00	0,80
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,07	0,00	0,00	0,00	14,00	63,20	18,80	1,56
44632	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	141,00	0,10	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	1,20
	Итого	850	31,97	18,31	129,18	823,01	0,60	53,58	26,00	0,78	179,85	448,11	200,34	8,27
	ИТОГО за день	1510	52,34	39,28	204,48	1378,80	0,94	108,81	60,54	1,30	278,10	774,86	290,63	13,09

		Завтрак		Среда - 2 (возраст 12 лет и старше)											
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Выход в граммах	Химический состав (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
209	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03	0,00	100,00	0,00	22,00	76,80	4,80	1,00	
54-3г-2020	Макаронные отварные с сыром	250	13,17	12,00	47,67	351,33	0,08	0,07	63,83	0,00	210,00	166,67	18,33	1,33	
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	0,00	0,04	0,30	0,00	4,50	7,20	3,80	0,70	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,04	0,00	0,00	0,00	7,00	31,60	9,40	0,78	
44632	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47,00	0,03	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,40	
ПР	Кондитерские изделия	20	1,70	2,26	13,94	82,80	0,02	0,46	13,00	0,00	8,20	17,40	3,00	0,20	
	Итого	550	22,85	19,28	87,93	616,91	0,21	0,57	177,13	0,26	256,30	317,07	45,93	4,41	

		Среда - 2 (возраст 12 лет и старше)												
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Выход в граммах	Химический состав (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
49	Салат витаминный с кукурузой	100	2,60	6,22	22,15	154,90	0,06	31,50	0,00	0,00	31,96	43,15	18,42	0,97
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,90	89,75	0,06	15,78	0,00	0,00	49,25	49,00	22,13	0,83
292	Птица, тушенная в соусе с овощами	200	13,65	15,98	17,17	267,20	0,06	3,56	0,00	0,00	23,40	17,24	104,60	1,58
13.44	Кисель абрикосовый	200	0,13	0,04	19,47	78,76	0,01	12,00	2,40	0,00	17,00	14,00	6,00	0,20
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,07	0,00	0,00	0,00	14,00	63,20	18,80	1,56
44632	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	141,00	0,10	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	1,20
	Итого	850	25,13	28,23	115,43	823,57	0,36	62,84	2,40	0,78	149,41	238,79	189,75	6,34
	ИТОГО за день	1400	47,98	47,51	203,36	1440,48	0,57	63,41	179,53	1,04	405,71	555,86	235,68	10,76

Четверг - 2 (возраст 12 лет и старше) Завтрак

№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Выход в граммах	Химический состав (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02
173	Каша вязкая молочная гречневая с маслом сливочным	200/5	9,15	8,30	45,03	291,50	0,42	0,96	0,02	0,06	10,08	139,60	93,06	3,14
54-34гн-2020	Чай фруктовый с яблоками	200	0,12	0,02	11,16	45,30	0,00	6,05	0,66	0,00	0,52	8,33	4,77	0,94
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,04	0,00	0,00	0,00	7,00	31,60	9,40	0,78
44632	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
338	Фрукты свежие	160	0,64	0,64	15,68	75,20	0,05	16,00	0,00	0,00	25,60	17,60	14,40	3,52
	Итого	635	14,27	16,83	101,20	617,98	0,57	23,01	40,68	0,68	54,80	234,93	134,83	9,20

Четверг - 2 (возраст 12 лет и старше) Обед

52	Салат из свеклы отварной	100	1,60	6,00	11,00	104,00	0,02	9,50	0,01	2,13	35,15	40,97	20,90	1,33
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,46	118,25	0,04	0,95	0,00	0,33	34,50	203,25	15,75	0,55
348	Рыба в яйце запеченная	100	16,95	8,20	3,10	154,00	0,01	1,70	6,80	0,00	30,40	231,80	31,95	0,60
8012	Картофель отварной, запеченный с растительным маслом	200	4,20	6,60	18,31	214,36	0,23	19,44	0,00	2,87	19,44	119,64	44,88	1,96
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	180	0,45	0,00	17,82	72,90	0,00	0,02	13,50	0,00	45,00	3,87	1,89	0,08
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,07	0,00	0,00	0,00	14,00	63,20	18,80	1,56
44632	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	141,00	0,10	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	1,20
	Итого	930	32,87	24,68	116,43	896,47	0,46	31,61	20,31	6,11	192,29	714,93	153,97	7,28
	ИТОГО за день	1565	47,14	41,51	217,63	1514,45	1,03	54,62	60,99	6,79	247,09	949,86	288,80	16,48

Пятница - 2 (возраст 12 лет и старше) Завтрак

№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Выход в граммах	Химический состав (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
54-33-2020	Помидор в нарезке	100	1,10	0,20	3,80	21,40	0,06	25,00	13,30	0,00	14,00	26,00	20,00	0,90
294	Котлеты	100	16,70	12,60	16,83	247,52	0,08	0,18	33,40	0,00	56,60	135,96	21,74	1,58
309	Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14	0,07	0,00	0,00	0,00	5,83	26,60	25,34	1,33
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,30	0,00	6,70	27,90	0,00	1,16	0,38	0,00	6,90	8,50	4,60	0,70
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,04	0,00	0,00	0,00	7,00	31,60	9,40	0,78
44632	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
	Итого	640	29,00	18,84	88,26	638,94	0,31	26,34	47,08	0,52	99,53	263,46	94,28	6,09

Пятница - 2 (возраст 12 лет и старше) Обед

50	Икра из кабачков	100	1,80	8,90	7,70	119,00	0,02	7,00	0,00	0,00	41,00	37,00	15,00	0,70
98	Суп крестьянский с крупой	250	1,78	5,03	12,70	103,25	0,04	9,88	0,00	0,00	35,88	33,58	14,18	0,58
143	Овощное рагу с мясом	240	14,51	15,90	24,37	298,31	0,08	9,98	35,71	0,67	27,53	71,98	32,41	1,32
389	Сок фруктовый или овощной	200	0,60	0,40	32,60	136,40	0,04	4,00	0,00	0,00	40,00	24,00	18,00	0,80
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,07	0,00	0,00	0,00	14,00	63,20	18,80	1,56
44632	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,50	0,08	0,00	0,00	0,65	11,50	43,50	16,50	1,00
	Итого	880	24,88	31,17	121,28	866,42	0,33	30,86	35,71	1,32	169,91	273,26	114,89	5,96
	ИТОГО за день	1520	53,88	50,01	209,54	1505,36	0,64	57,20	82,79	1,84	269,44	536,72	209,17	12,05