

Утверждаю:

Директор филиала «Техно-Менеджмент»

09» января 2014 г. Архипов А.Н./



Основное диетическое меню для организации горячего питания обучающихся в муниципальных общеобразовательных учреждениях (льготный рацион) 1-4 класс.

циклическое меню для организации горячего питания обучающихся в муниципальных общеобразовательных учреждениях (район) 1-4 класс

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		ЭЦ, ккал	Витамины				Минеральные элементы (мг)				№ рецептуры
		всего		всего		всего			С	В1	А	D	Ca	P	Mg	Fe	
		1	2	1	2	1	2										
<b>Завтрак</b>																	
Куба <sup>®</sup> молочная с маслом	215	10,00	11,06	42,40	267,19	11,47	0,14	105,71	1,80	143,15	180,76	43,05	0,89	192 К			
повидлом	60	3,14	5,72	20,95	113,38	0,47	0,04	70,77	1,87	66,63	52,61	8,17	0,55	ПР			
мучный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18К			
ом	200	0,00	0,00	14,97	59,85	0,07	0,00	0,35	0,00	3,91	5,76	3,08	0,62	420 К			
<b>завтрак<sup>®</sup></b>	<b>505</b>	<b>15,42</b>	<b>17,02</b>	<b>93,08</b>	<b>510,92</b>	<b>12,01</b>	<b>0,24</b>	<b>176,83</b>	<b>3,67</b>	<b>220,59</b>	<b>264,33</b>	<b>64,20</b>	<b>2,63</b>				
<b>Обед</b>																	
шариков с растительным	60	1,18	4,25	3,89	63,36	2,82	0,04	1128,00	0,00	28,23	31,10	21,43	0,40	74 О			
лей капусты с картофелем	200	1,54	3,03	6,68	61,00	23,64	0,04	96,52	0,00	30,74	36,60	16,70	0,53	157 К			
бленная из птицы	90	24,34	21,51	34,73	343,67	2,62	0,16	51,52	3,01	241,23	225,72	31,96	1,95	318 К			
акаронные отварные	150	5,52	4,36	37,99	202,49	0,00	0,10	58,96	0,06	10,03	43,31	7,99	0,81	626			
ркаде	180	0,00	0,00	14,97	59,85	0,07	0,00	0,35	0,00	3,91	5,76	3,08	0,62	ПР			
ый	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	0,06	0,00	0,00	9,90	58,20	17,10	1,35	ПР			
мучный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18К			
<b>Обед<sup>®</sup></b>	<b>740</b>	<b>36,84</b>	<b>33,75</b>	<b>123,04</b>	<b>853,07</b>	<b>29,15</b>	<b>0,46</b>	<b>1335,35</b>	<b>3,07</b>	<b>330,94</b>	<b>425,89</b>	<b>108,16</b>	<b>6,23</b>				
<b>Обед<sup>®</sup></b>	<b>1245</b>	<b>52,26</b>	<b>50,77</b>	<b>216,12</b>	<b>1363,99</b>	<b>41,16</b>	<b>0,70</b>	<b>1512,18</b>	<b>6,74</b>	<b>551,53</b>	<b>690,22</b>	<b>177,36</b>	<b>8,86</b>				
<b>Завтрак</b>																	
манная с творогом со	150	24,67	16,47	35,04	391,46	0,80	0,15	145,80	2,01	267,25	326,65	37,96	0,91	239 К			
молоком	150	0,60	2,60	14,70	70,50	15,00	0,05	62,50	0,00	24,00	16,50	13,50	3,30	338 Т			
ние по сезону	10	0,50	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	65,30	0,15	1,20	1,90	0,00	0,02	14 Т			
мочное (порциями)	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18 К			
напиток злаковый на	200	4,84	3,70	15,60	117,02	1,30	0,07	22,00	0,03	124,94	136,40	33,52	0,50	418 К			
<b>завтрак<sup>®</sup></b>	<b>540</b>	<b>32,89</b>	<b>31,26</b>	<b>80,18</b>	<b>724,28</b>	<b>17,10</b>	<b>0,33</b>	<b>295,60</b>	<b>2,19</b>	<b>424,29</b>	<b>506,65</b>	<b>94,88</b>	<b>5,30</b>				
<b>Обед</b>																	
езону (огурцы/помидоры	60	0,42	0,06	1,14	7,80	6,00	0,02	6,00	0,00	13,50	25,20	8,40	0,54	70 Т/71 Т			
солёные)	200	4,36	6,02	23,23	157,18	13,20	0,09	125,58	0,00	12,86	65,79	26,76	0,91	103 Т			
ельный с макаронными	100	10,20	9,80	9,65	185,86	2,52	0,08	47,75	1,40	259,00	132,14	31,23	0,62	470 О			
бные с соусом	150	3,32	7,22	22,63	160,99	26,70	0,14	28,83	1,60	42,02	98,94	33,62	1,23	7,4 Т 2014			
фельное	180	0,67	0,00	19,19	70,47	23,40	0,18	9,00	0,00	16,47	16,20	10,80	0,75	820 О			
месия сухофруктов	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	0,06	0,00	0,00	9,90	58,20	17,10	1,35	ПР			
мучный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18К			
<b>Обед<sup>®</sup></b>	<b>750</b>	<b>23,23</b>	<b>23,70</b>	<b>100,62</b>	<b>705,00</b>	<b>71,82</b>	<b>0,63</b>	<b>217,16</b>	<b>3,00</b>	<b>360,65</b>	<b>421,67</b>	<b>137,81</b>	<b>5,97</b>				
<b>Обед<sup>®</sup></b>	<b>950</b>	<b>28,07</b>	<b>27,4</b>	<b>116,22</b>	<b>822,02</b>	<b>73,12</b>	<b>0,7</b>	<b>239,16</b>	<b>3,03</b>	<b>485,59</b>	<b>558,07</b>	<b>171,33</b>	<b>6,47</b>				

		I неделя										Завтрак									
150	8,19	12,92	36,73	233,98	0,43	0,11	140,00	2,01	114,05	100,93	12,87	1,03	226 К								
95	3,00	2,40	4,20	50,40	11,50	0,03	0,01	0,00	117,80	90,30	14,25	0,10	ПР								
60	4,56	0,48	29,52	141,00	0,00	0,12	0,00	0,00	13,80	50,40	19,80	1,14	18 К								
200	0,00	0,00	14,97	59,85	0,07	0,00	0,35	0,00	3,91	5,76	3,08	0,62	420 К								
<b>505</b>	<b>15,75</b>	<b>15,80</b>	<b>85,42</b>	<b>485,23</b>	<b>17,00</b>	<b>0,26</b>	<b>140,36</b>	<b>2,01</b>	<b>249,56</b>	<b>247,39</b>	<b>50,00</b>	<b>2,89</b>									
Обед																					
60	0,96	6,11	19,50	80,90	6,52	0,03	126,86	0,00	13,89	28,44	12,32	0,57	20 К								
200	4,70	4,44	35,80	120,68	9,20	0,18	161,52	0,00	29,25	85,41	30,61	2,00	132 К								
100	13,82	7,19	3,35	110,20	1,20	0,05	57,60	3,18	252,92	103,49	51,13	0,92	311 К								
150	6,32	5,36	28,56	187,51	0,00	0,20	30,38	0,07	11,93	149,99	99,98	3,37	627 O								
180	0,11	0,02	20,41	83,77	6,12	0,00	0,00	0,00	5,31	0,00	1,57	0,12	480								
30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	0,06	0,00	0,00	9,90	58,20	17,10	1,35	ПР								
30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18К								
<b>750</b>	<b>30,17</b>	<b>23,72</b>	<b>132,40</b>	<b>705,76</b>	<b>23,04</b>	<b>0,58</b>	<b>376,36</b>	<b>3,25</b>	<b>330,10</b>	<b>450,73</b>	<b>222,61</b>	<b>8,90</b>									
<b>1255</b>	<b>45,92</b>	<b>39,52</b>	<b>217,82</b>	<b>1190,99</b>	<b>35,04</b>	<b>0,839</b>	<b>516,72</b>	<b>5,26</b>	<b>579,66</b>	<b>698,12</b>	<b>272,61</b>	<b>11,785</b>									
I неделя																					
Завтрак																					
205,00	5,57	8,67	26,39	206,41	1,01	0,14	57,29	0,12	108,26	158,69	45,28	1,07	196 К								
50,00	8,80	10,52	17,20	185,20	10,32	0,12	102,54	2,05	139,50	101,15	15,92	0,75	3 T								
50,00	3,80	0,40	24,60	117,50	0,00	0,06	0,00	0,00	11,50	25,20	16,50	0,95	18К								
200,00	4,84	3,70	15,60	117,02	1,30	0,07	22,00	0,03	124,94	136,40	33,52	0,50	418 К								
<b>505,00</b>	<b>23,01</b>	<b>23,29</b>	<b>83,79</b>	<b>626,13</b>	<b>12,63</b>	<b>0,39</b>	<b>181,83</b>	<b>2,20</b>	<b>384,20</b>	<b>421,44</b>	<b>111,22</b>	<b>3,27</b>									
Обед																					
60	0,85	9,10	8,50	103,53	5,34	0,03	101,12	0,00	185,90	28,86	11,57	0,43	106 К								
200	1,34	4,12	9,36	80,18	14,12	0,04	169,69	0,00	26,34	37,34	17,87	0,86	82 T 2015								
240	24,42	13,22	46,57	397,11	5,00	0,17	283,56	3,03	90,10	247,97	110,76	2,14	592 O 2022								
180	0,61	0,25	11,39	61,89	180,00	0,01	147,06	0,00	10,88	3,06	3,06	0,55	11.17 T 2010								
30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	0,06	0,00	0,00	9,90	58,20	17,10	1,35	ПР								
30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18К								
<b>740</b>	<b>31,48</b>	<b>27,29</b>	<b>100,60</b>	<b>765,41</b>	<b>204,46</b>	<b>0,37</b>	<b>701,43</b>	<b>3,03</b>	<b>330,02</b>	<b>400,63</b>	<b>170,26</b>	<b>5,90</b>									
<b>1245</b>	<b>54,49</b>	<b>50,58</b>	<b>184,39</b>	<b>1391,54</b>	<b>217,09</b>	<b>0,76</b>	<b>883,26</b>	<b>5,23</b>	<b>714,22</b>	<b>822,07</b>	<b>281,48</b>	<b>9,17</b>									
I неделя																					
Завтрак																					
205	6,11	6,33	44,65	260,76	1,30	0,08	48,77	0,09	124,32	159,04	36,75	1,10	190 T								
20	6,96	8,85	0,00	109,20	0,21	0,12	86,40	0,81	264,00	150,00	10,50	0,30	15 T								
30	1,17	9,18	18,72	162,60	12,50	0,02	24,00	1,10	19,77	25,17	3,63	0,21	ПР								
50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,00	0,06	0,00	0,00	11,50	25,20	16,50	0,95	18К								
200	0,03	0,00	10,10	41,26	1,60	0,00	0,43	0,00	5,37	6,65	3,56	0,63	423 К								
<b>505</b>	<b>18,07</b>	<b>24,76</b>	<b>98,07</b>	<b>691,32</b>	<b>15,61</b>	<b>0,28</b>	<b>159,60</b>	<b>2,00</b>	<b>424,96</b>	<b>366,06</b>	<b>70,94</b>	<b>3,19</b>									

## Обед

60	0,63	9,08	6,22	109,91	13,08	0,02	51,64	0,00	17,15	14,00	8,02	0,55	43 К
200	1,75	4,06	12,96	96,20	12,86	0,07	65,80	0,00	13,08	54,90	19,80	0,74	96 Т
100	16,53	5,67	12,19	136,25	0,16	0,06	34,29	3,07	270,47	143,58	59,61	1,04	589 О
150	5,52	4,36	35,25	202,49	0,00	0,10	58,96	0,06	10,03	43,31	7,99	0,81	626
180	0,08	0,08	9,13	38,03	1,98				3,38		1,78	0,46	817 О
30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	0,06	0,00	0,00	9,90	58,20	17,10	1,35	ПР
30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18К
<b>750</b>	<b>28,77</b>	<b>23,85</b>	<b>100,53</b>	<b>705,58</b>	<b>28,08</b>	<b>0,37</b>	<b>210,69</b>	<b>3,13</b>	<b>330,91</b>	<b>339,19</b>	<b>124,20</b>	<b>5,52</b>	
<b>1255</b>	<b>46,84</b>	<b>48,61</b>	<b>198,60</b>	<b>1396,90</b>	<b>43,69</b>	<b>0,65</b>	<b>370,29</b>	<b>5,13</b>	<b>755,87</b>	<b>705,25</b>	<b>195,14</b>	<b>8,71</b>	

«циклическое меню для организации горячего питания обучающихся в муниципальных общеобразовательных учреждениях  
 (новый рацион) 1-4 класс

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Витамины				Минеральные элементы (мг)				№ рецептуры
		всего	всего				С	В1	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	
		2 неделя													
<b>Завтрак</b>															
Шенная молочная с маслом	205	5,82	6,35	29,33	198,33	1,61	0,15	44,83	0,08	102,43	142,53	36,43	0,93	199 К	
Хлеб с сыром	50	8,80	10,52	17,20	185,20	10,32	0,12	102,54	2,05	139,50	101,15	15,92	0,75	3 Т	
Омлет с грибами	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,00	0,06	0,00	0,00	11,50	25,20	16,50	0,95	18К	
Омлет с грибами	200	0,00	0,00	14,97	59,85	0,07	0,00	0,35	0,00	3,91	5,76	3,08	0,62	420 К	
<b>Завтрак</b>	<b>505</b>	<b>18,42</b>	<b>17,27</b>	<b>86,10</b>	<b>560,88</b>	<b>12,00</b>	<b>0,33</b>	<b>147,72</b>	<b>2,13</b>	<b>257,34</b>	<b>274,64</b>	<b>71,93</b>	<b>3,25</b>		
<b>Обед</b>															
Суп с моркови и яблок с растительным	60	0,60	6,10	7,50	89,00	4,20	0,01	91,80	0,00	24,60	22,20	9,00	0,42	22 П2021	
Суп с говядиной и крупой рисовой	200	4,14	4,47	41,20	172,56	19,20	0,15	69,50	0,00	20,08	84,79	34,10	1,46	136 К/487К	
Суп с курицей	100	13,82	7,19	3,35	110,20	1,20	0,05	57,60	3,18	252,92	103,49	51,13	0,92	311 К	
Суп с курицей	150	6,32	5,36	28,56	187,51	0,00	0,20	30,38	0,07	11,93	149,99	99,98	3,37	627 О	
Суп с курицей	180	0,00	0,00	14,97	59,85	0,07	0,00	0,35	0,00	3,91	5,76	3,08	0,62	ПР	
Суп с курицей	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	0,06	0,00	0,00	9,90	58,20	17,10	1,35	ПР	
Суп с курицей	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18К	
<b>Обед</b>	<b>750</b>	<b>29,14</b>	<b>23,72</b>	<b>120,36</b>	<b>741,82</b>	<b>24,67</b>	<b>0,53</b>	<b>249,63</b>	<b>3,25</b>	<b>330,24</b>	<b>449,63</b>	<b>224,29</b>	<b>8,71</b>		
<b>Завтрак</b>	<b>1255</b>	<b>47,56</b>	<b>40,99</b>	<b>206,46</b>	<b>1302,7</b>	<b>36,67</b>	<b>0,86</b>	<b>397,35</b>	<b>5,38</b>	<b>587,58</b>	<b>724,27</b>	<b>296,22</b>	<b>11,96</b>		
<b>Завтрак</b>															
Суп с курицей	150	15,61	16,54	2,97	223,37	0,59	0,10	321,99	2,53	117,63	257,36	19,88	2,87	232 К	
Суп с курицей	20	1,55	0,10	3,25	20,00	3,90	0,04	38,00	0,00	10,00	31,50	9,50	0,65	20 К	
Суп с курицей	10	0,50	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	65,30	0,15	1,20	1,90	0,00	0,02	14 Т	
Суп с курицей	60	2,34	18,36	37,44	325,20	25,00	0,04	48,00	2,20	39,54	50,34	7,26	0,42	ПР	
Суп с курицей	60	4,56	0,48	29,52	141,00	0,00	0,12	0,00	0,00	13,80	50,40	19,80	1,14	18 К	
Суп с курицей	200	4,84	3,70	15,60	117,02	1,30	0,07	22,00	0,03	124,94	136,40	33,52	0,50	418 К	
<b>Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>29,40</b>	<b>47,43</b>	<b>88,86</b>	<b>901,39</b>	<b>30,79</b>	<b>0,37</b>	<b>495,29</b>	<b>4,91</b>	<b>307,11</b>	<b>527,90</b>	<b>89,96</b>	<b>5,60</b>		
<b>Обед</b>															
Суп с курицей	60	0,42	0,06	1,14	6,60	6,00	0,02	6,00	0,00	13,50	25,20	8,40	0,54	70 Т/71 Т	
Суп с курицей	200	1,34	4,12	9,36	80,18	14,12	0,04	169,69	0,00	26,34	37,34	17,87	0,86	82 Т 2015	
Суп с курицей	100	12,74	14,69	10,60	216,67	3,56	0,18	49,78	2,97	259,00	202,91	45,66	1,34	310	
Суп с курицей	150	3,69	4,24	38,88	208,48	0,00	0,04	29,38	0,07	4,74	79,61	26,25	0,53	342 К	
Суп с курицей	180	0,67	0,00	19,19	70,47	23,40	0,18	9,00	0,00	16,47	16,20	10,80	0,75	820 О	
Суп с курицей	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	0,06	0,00	0,00	9,90	58,20	17,10	1,35	ПР	
Суп с курицей	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18К	
<b>Обед</b>	<b>750</b>	<b>23,12</b>	<b>23,71</b>	<b>103,95</b>	<b>705,10</b>	<b>47,08</b>	<b>0,58</b>	<b>263,85</b>	<b>3,04</b>	<b>336,85</b>	<b>444,66</b>	<b>135,98</b>	<b>5,94</b>		
<b>Завтрак</b>	<b>1250</b>	<b>52,52</b>	<b>71,14</b>	<b>192,81</b>	<b>1606,49</b>	<b>77,87</b>	<b>0,95</b>	<b>759,14</b>	<b>7,95</b>	<b>643,96</b>	<b>972,56</b>	<b>225,94</b>	<b>11,54</b>		

		2 недели												
		Завтрак												
Идкая молочная из манной крупы с сливочным	210	6,24	6,26	33,38	215,68	10,84	0,09	49,32	0,09	132,25	120,32	20,17	0,46	350 O
Жи с повидлом	60	3,14	5,72	20,95	113,38	0,47	0,04	70,77	1,87	66,63	52,61	8,17	0,55	PP
Щеничный	30	3,80	0,40	24,60	117,50	0,00	0,10	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	0,95	18K
Капиток на молоке	200	3,58	3,48	14,62	105,46	1,17	0,04	19,92	0,05	113,42	107,20	29,60	1,17	415 K
<b>"Завтрак"</b>	<b>500</b>	<b>16,76</b>	<b>15,86</b>	<b>93,55</b>	<b>552,02</b>	<b>12,48</b>	<b>0,27</b>	<b>140,01</b>	<b>2,01</b>	<b>323,80</b>	<b>322,13</b>	<b>74,44</b>	<b>3,13</b>	
Витаминный"	60	0,63	9,08	6,22	109,91	13,08	0,02	51,64	0,00	17,15	14,00	8,02	0,55	43 K
ник "Ленинградский"	200	1,75	4,06	12,96	96,20	12,86	0,07	65,80	0,00	13,08	54,90	19,80	0,74	96 T
рубленная из птицы	90	24,34	21,51	34,73	343,67	2,62	0,16	51,52	3,01	241,23	225,72	31,96	1,95	318 K
Тушенная	150	3,24	5,14	10,44	103,00	70,80	0,06	177,93	3,02	81,11	64,88	32,88	1,18	181 K
из плодов шиповника	180	0,61	0,25	11,39	61,89	180,00	0,01	147,06	0,00	10,88	3,06	3,06	0,55	11.17 T 2010
аной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	0,06	0,00	0,00	9,90	58,20	17,10	1,35	PP
еничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18K
<b>а "Обед"</b>	<b>740</b>	<b>34,83</b>	<b>40,64</b>	<b>100,52</b>	<b>837,37</b>	<b>279,36</b>	<b>0,44</b>	<b>493,95</b>	<b>6,03</b>	<b>380,25</b>	<b>445,96</b>	<b>122,72</b>	<b>6,89</b>	
<b>а день</b>	<b>1240</b>	<b>51,59</b>	<b>56,50</b>	<b>194,07</b>	<b>1389,39</b>	<b>291,84</b>	<b>0,71</b>	<b>633,96</b>	<b>8,04</b>	<b>704,05</b>	<b>768,09</b>	<b>197,16</b>	<b>10,02</b>	

		2 недели												
		Завтрак												
Молочная гречневая жидкая	205	12,53	12,97	32,68	269,18	2,35	0,20	77,60	2,15	225,28	257,59	88,50	2,34	469 K
вежие по сезону	150	0,60	2,60	14,70	70,50	15,00	0,05	62,50	0,00	24,00	16,50	13,50	3,30	338 T
еничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18K
лодолово - ягодный	200	0,00	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,40	0,00	0,00	0,02	11.4 T 2010
<b>"Завтрак"</b>	<b>585</b>	<b>15,41</b>	<b>15,81</b>	<b>77,14</b>	<b>470,18</b>	<b>17,35</b>	<b>0,31</b>	<b>140,10</b>	<b>2,15</b>	<b>259,58</b>	<b>299,29</b>	<b>111,90</b>	<b>6,23</b>	

		Обед												
припущенной капусты с льным маслом	60	0,93	3,05	5,63	54,30	21,60	0,02	121,42	0,00	26,94	18,55	10,00	0,35	45 T
офельный с макаронными мми	200	4,36	2,53	16,66	107,18	13,20	0,09	69,38	0,00	12,86	65,79	26,76	0,91	103 T
яся птицы	240	21,18	17,72	34,29	350,37	26,35	0,21	498,48	3,05	257,93	223,92	102,74	2,58	598 O
из смеси сухофруктов	180	0,67	0,00	19,19	70,47	23,40	0,18	9,00	0,00	16,47	16,20	10,80	0,75	820 O
аной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	0,06	0,00	0,00	9,90	58,20	17,10	1,35	PP
еничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18K
<b>'Обед'</b>	<b>740</b>	<b>31,40</b>	<b>23,90</b>	<b>100,55</b>	<b>705,02</b>	<b>84,55</b>	<b>0,62</b>	<b>698,28</b>	<b>3,05</b>	<b>331,00</b>	<b>407,86</b>	<b>177,30</b>	<b>6,51</b>	
<b>день</b>	<b>1325</b>	<b>46,81</b>	<b>39,71</b>	<b>177,69</b>	<b>1175,20</b>	<b>101,90</b>	<b>0,93</b>	<b>838,38</b>	<b>5,20</b>	<b>590,58</b>	<b>707,15</b>	<b>289,20</b>	<b>12,74</b>	

		2 недели												
		Завтрак												
рубленные куриные с томатным	100	13,96	11,09	11,48	132,37	10,50	0,09	80,63	2,01	193,20	144,85	51,70	1,13	309/363 K
макаронные отварные	150	5,52	4,36	37,99	202,49	0,00	0,10	58,96	0,06	10,03	43,31	7,99	0,81	626
еничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,00	0,06	0,00	0,00	11,50	25,20	16,50	0,95	18K
лоном и с сахаром	200	0,03	0,00	10,10	41,26	1,60	0,00	0,43	0,00	5,37	6,65	3,56	0,63	423 K
<b>"Завтрак"</b>	<b>500</b>	<b>23,31</b>	<b>15,85</b>	<b>84,17</b>	<b>493,62</b>	<b>12,10</b>	<b>0,25</b>	<b>140,02</b>	<b>2,07</b>	<b>220,10</b>	<b>220,01</b>	<b>79,75</b>	<b>3,52</b>	

## Обед

свежлы отварной с маслом льным	60	0,85	3,05	16,85	50,91	5,70	0,01	1,14	3,03	21,09	24,57	12,54	0,79	52 T
тофельный с горохом	200	4,70	4,44	35,80	120,68	9,20	0,18	161,52	0,00	29,25	85,41	30,61	2,00	132 K
ы ленивые	100	10,21	8,57	7,36	165,97	23,17	0,06	28,50	0,04	215,55	92,42	19,80	1,01	315 T
артофельное	150	3,32	7,22	22,63	160,99	26,70	0,14	28,83	1,60	42,02	98,94	33,62	1,23	7,4 T 2014
к из цитрусовых	180	0,11	0,02	20,41	83,77	6,12	0,01	0,58	0,00	5,31	2,83	1,57	0,12	480 K
каной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	0,06	0,00	0,00	9,90	58,20	17,10	1,35	ПР
леничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18K
а 'Обед '	<b>750</b>	<b>23,45</b>	<b>23,90</b>	<b>127,83</b>	<b>705,02</b>	<b>70,89</b>	<b>0,52</b>	<b>220,57</b>	<b>4,67</b>	<b>330,02</b>	<b>387,57</b>	<b>125,14</b>	<b>7,07</b>	
а день	<b>1250</b>	<b>46,76</b>	<b>39,75</b>	<b>212,00</b>	<b>1198,64</b>	<b>82,99</b>	<b>0,77</b>	<b>360,59</b>	<b>6,74</b>	<b>550,12</b>	<b>607,58</b>	<b>204,89</b>	<b>10,59</b>	