

УТВЕРЖДАЮ  
директор ГБОУ "Специальная школа - интернат г. Данкова"  
\_\_\_\_\_  
М.В.Аксенова  
01.03.2025г.

Категория: Дети 12 лет и старше

| №<br>рецеп            | Прием<br>пищи | Наименование блюда                              | Выход<br>блюда | Пищевые вещества, г |        |        | Энергетиче<br>ская | В1, мг. | В2, мг. | С, мг.  | Fe, мг. | Ca, мг.  | А, мг. | Mg, мг. | D, мг. | K, мг.   | Р, мг.   | I, мг. | Se, мг. | F, мг. |
|-----------------------|---------------|-------------------------------------------------|----------------|---------------------|--------|--------|--------------------|---------|---------|---------|---------|----------|--------|---------|--------|----------|----------|--------|---------|--------|
| Б                     | Ж             | У                                               |                |                     |        |        |                    |         |         |         |         |          |        |         |        |          |          |        |         |        |
| День 1 (понедельник)  |               |                                                 |                |                     |        |        |                    |         |         |         |         |          |        |         |        |          |          |        |         |        |
| 183                   | ЗАВТРАК       | Каша гречневая молочная,                        | 200            | 8.16                | 8.86   | 29.00  | 228.72             | 0.2     | 0.28    | 1.96    | 2.16    | 189.8    | 0      | 0.5     | 0      | 0.16     | 0        | 0      | 0       | 0.04   |
| 14                    | ЗАВТРАК       | Масло (порциями)                                | 20             | 0.16                | 3.28   | 0.05   | 26.28              | 0       | 0.02    | 0       | 0.04    | 4.8      | 0.08   | 0       | 0      | 6        | 6        | 0      | 0       | 0      |
| 379                   | ЗАВТРАК       | Кофейный напиток с молоком                      | 200            | 3.16                | 2.68   | 15.94  | 100.60             | 0.2     | 0.28    | 1.96    | 2.16    | 189.8    | 0      | 0.5     | 0      | 0.16     | 0        | 0      | 0       | 0.04   |
| Н                     | ЗАВТРАК       | Хлеб пшеничный                                  | 125            | 9.88                | 1.25   | 2.62   | 292.25             | 0.125   | 0       | 0       | 1.375   | 28.75    | 0      | 41.25   | 0      | 0        | 108.75   | 0      | 0       | 0      |
| 209                   | ЗАВТРАК       | Яйца вареные                                    | 40             | 5.08                | 3.45   | 0.28   | 47.10              | 0.032   | 0.18    | 0       | 1       | 35.5     | 0.1    | 7.8     | 0.88   | 56       | 76.808   | 0.008  | 0.008   | 0.32   |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: |               |                                                 | 585            | 26,44               | 19,52  | 47,89  | 694,95             | 0,557   | 0,76    | 3,92    | 6,735   | 448,65   | 0,18   | 50,05   | 0,88   | 62,32    | 191,558  | 0,008  | 0,008   | 0,4    |
| 338                   | ЗАВТРАК 2     | Фрукты свежие                                   | 300            | 1.20                | 1.20   | 29.40  | 141.00             | 0.09    | 0.06    | 30      | 6.6     | 48       | 0      | 27      | 0      | 834      | 33       | 0      | 0       | 0.03   |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: |               |                                                 | 300            | 1,2                 | 1,2    | 29,4   | 141                | 0,09    | 0,06    | 30      | 6,6     | 48       | 0      | 27      | 0      | 834      | 33       | 0      | 0       | 0,03   |
| 9                     | ОБЕД          | Икра кабачковая<br>(промышленного производства) | 100            | 1.00                | 7.00   | 7.00   | 97.00              | 0       | 0       | 0       | 0       | 0        | 0      | 0       | 0      | 0        | 0        | 0      | 0       | 0      |
| 102                   | ОБЕД          | Суп гороховый                                   | 350            | 10.43               | 5.81   | 107.52 | 186.72             | 0.315   | 0.105   | 21.49   | 2.52    | 42.77    | 0      | 42.455  | 0      | 731.78   | 110.53   | 0      | 0       | 0.035  |
| 312                   | ОБЕД          | Пюре картофельное                               | 200            | 5.52                | 5.48   | 35.04  | 212.30             | 0.26    | 0.22    | 40.64   | 1.88    | 81.44    | 0      | 46      | 0      | 1136     | 116      | 0      | 0       | 0.06   |
| 268                   | ОБЕД          | Котлеты говяжьи (с соусом)                      | 130            | 27.16               | 41.57  | 25.48  | 471.72             | 0.156   | 0.247   | 6.695   | 4.485   | 28.574   | 0.104  | 12.415  | 0      | 469.53   | 25.142   | 0      | 0       | 0.013  |
| 348                   | ОБЕД          | Компот из плодов или ягод<br>сушеных            | 200            | 1.24                | 0.06   | 53.00  | 217.48             | 0       | 0.02    | 1.12    | 3.42    | 71.88    | 0      | 18.82   | 0      | 325.4    | 43.12    | 0      | 0       | 0.2    |
| Н                     | ОБЕД          | Хлеб пшеничный                                  | 125            | 9.88                | 1.25   | 2.62   | 292.25             | 0.125   | 0       | 0       | 1.375   | 28.75    | 0      | 41.25   | 0      | 0        | 108.75   | 0      | 0       | 0      |
| Н                     | ОБЕД          | Хлеб ржано-пшеничный                            | 75             | 4.20                | 0.90   | 25.05  | 113.10             | 0.075   | 0       | 0       | 2.31    | 17.25    | 0      | 18.75   | 0      | 0        | 79.5     | 0      | 0       | 0      |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: |               |                                                 | 1180           | 59,43               | 62,07  | 255,71 | 1590,57            | 0,931   | 0,592   | 69,945  | 15,99   | 270,664  | 0,104  | 179,69  | 0      | 2662,714 | 483,042  | 0      | 0       | 0,308  |
| 221                   | ПОЛДНИК       | Сырники творожные с<br>морковью и повидлом,     | 150            | 22.84               | 20.66  | 30.57  | 364.68             | 0.195   | 0.54    | 2.67    | 1.545   | 185.93   | 0.135  | 25.395  | 0.435  | 140.15   | 258.41   | 0      | 0.015   | 0.015  |
| 49                    | ПОЛДНИК       | Сок фруктовый                                   | 200            | 1.00                | 0.00   | 20.20  | 84.44              | 0.02    | 0.02    | 4       | 2.8     | 14       | 0      | 8       | 0      | 240      | 14       | 0      | 0       | 0.02   |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: |               |                                                 | 350            | 23,84               | 20,66  | 50,77  | 449,12             | 0,215   | 0,56    | 6,67    | 4,345   | 199,925  | 0,135  | 33,395  | 0,435  | 380,145  | 272,405  | 0      | 0,015   | 0,035  |
| 67                    | УЖИН          | Винегрет овощной                                | 100            | 4.40                | 5.53   | 21.50  | 168.84             | 0.52    | 0.21    | 31      | 2.88    | 78.1     | 0      | 0       | 0      | 589.5    | 77.8     | 0.01   | 0       | 0.04   |
| 309                   | УЖИН          | Макаронные изделия отварные                     | 150            | 8.46                | 11.22  | 68.16  | 347.40             | 0.255   | 0.12    | 0       | 3.18    | 38.175   | 0      | 0       | 0      | 0        | 0        | 0      | 0       | 0      |
| 376                   | УЖИН          | Чай с сахаром                                   | 200            | 0.20                | 0.00   | 20.00  | 80.88              | 0       | 0       | 0.04    | 0.44    | 8.32     | 0      | 1.2     | 0      | 0.6      | 0        | 0      | 0       | 0.12   |
| Н                     | УЖИН          | Хлеб ржано-пшеничный                            | 75             | 4.20                | 0.90   | 25.05  | 113.10             | 0.075   | 0       | 0       | 2.31    | 17.25    | 0      | 18.75   | 0      | 0        | 79.5     | 0      | 0       | 0      |
| 234                   | УЖИН          | Котлеты рыбные (с соусом)                       | 100            | 21.77               | 10.11  | 20.64  | 263.55             | 0.15    | 0.22    | 13.44   | 2.26    | 63.39    | 0.08   | 0       | 0.55   | 494.12   | 281.8    | 0.15   | 0.01    | 0.67   |
| 317                   | УЖИН          | Кондитерские изделия                            | 30             | 0.24                | 0.03   | 17.94  | 97.80              | 0.021   | 0.021   | 0       | 0.3     | 6        | 0      | 3.9     | 0      | 27       | 20.7     | 0      | 0       | 0      |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: |               |                                                 | 655            | 39,27               | 27,79  | 173,29 | 1071,57            | 1,021   | 0,571   | 44,48   | 11,37   | 211,235  | 0,08   | 23,85   | 0,55   | 1111,22  | 459,8    | 0,16   | 0,01    | 0,83   |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:        |               |                                                 | 3070           | 150,18              | 131,24 | 557,06 | 3947,21            | 2,814   | 2,543   | 155,015 | 45,04   | 1178,474 | 0,499  | 313,985 | 1,865  | 5050,399 | 1439,805 | 0,168  | 0,033   | 1,603  |

| День 2 (вторник)      |           |                                  |      |        |       |        |         |       |       |        |        |          |       |         |       |          |          |       |       |       |
|-----------------------|-----------|----------------------------------|------|--------|-------|--------|---------|-------|-------|--------|--------|----------|-------|---------|-------|----------|----------|-------|-------|-------|
| 382                   | ЗАВТРАК   | Какао с молоком                  | 200  | 9.00   | 7.80  | 50.00  | 264.80  | 0.06  | 0.18  | 1.58   | 0.48   | 152.22   | 0.02  | 21.34   | 0     | 216.34   | 124.56   | 0     | 0     | 0     |
| Н                     | ЗАВТРАК   | Хлеб пшеничный                   | 125  | 9.88   | 1.25  | 2.62   | 292.25  | 0.125 | 0     | 0      | 1.375  | 28.75    | 0     | 41.25   | 0     | 0        | 108.75   | 0     | 0     | 0     |
| 14                    | ЗАВТРАК   | Масло (порциями)                 | 20   | 0.16   | 3.28  | 0.05   | 26.28   | 0     | 0.02  | 0      | 0.04   | 4.8      | 0.08  | 0       | 0     | 6        | 6        | 0     | 0     | 0     |
| 173                   | ЗАВТРАК   | Каша пшенная молочная,           | 200  | 7.86   | 8.86  | 32.08  | 239.84  | 0.2   | 0.24  | 1.96   | 1      | 191.96   | 0.04  | 21.5    | 0.08  | 219.16   | 135      | 0     | 0     | 0.08  |
| 15                    | ЗАВТРАК   | Сыр (порциями) (Российский)      | 20   | 4.64   | 5.90  | 0.00   | 72.00   | 0.01  | 0.06  | 0.14   | 0.2    | 176      | 0.05  | 7       | 0     | 17.6     | 100      | 0     | 0     | 0     |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: |           |                                  | 565  | 31,54  | 27,09 | 84,75  | 895,17  | 0,395 | 0,5   | 3,68   | 3,095  | 553,73   | 0,19  | 91,09   | 0,08  | 459,1    | 474,31   | 0     | 0     | 0,08  |
| 338                   | ЗАВТРАК 2 | Фрукты свежие                    | 300  | 1.20   | 1.20  | 29.40  | 141.00  | 0.09  | 0.06  | 30     | 6.6    | 48       | 0     | 27      | 0     | 834      | 33       | 0     | 0     | 0.03  |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: |           |                                  | 300  | 1,2    | 1,2   | 29,4   | 141     | 0,09  | 0,06  | 30     | 6,6    | 48       | 0     | 27      | 0     | 834      | 33       | 0     | 0     | 0,03  |
| 52                    | ОБЕД      | Салат из свеклы отварной         | 100  | 1.31   | 9.99  | 7.66   | 126.44  | 0.02  | 0.04  | 9.5    | 1.33   | 35.15    | 0     | 20.9    | 0     | 273.6    | 40.85    | 0.01  | 0     | 0.02  |
| 87                    | ОБЕД      | Щи из свежей капусты со сметаной | 370  | 5.81   | 9.66  | 7.92   | 143.82  | 0.037 | 0.074 | 48.951 | 0.925  | 85.507   | 0     | 19.129  | 0     | 336.89   | 42.365   | 0     | 0     | 0     |
| 171                   | ОБЕД      | Гречка                           | 150  | 9.66   | 12.72 | 43.11  | 325.32  | 0.915 | 0.45  | 0      | 14.205 | 49.44    | 0     | 421.88  | 0     | 801.57   | 628.59   | 0     | 0.015 | 0.045 |
| 268                   | ОБЕД      | Котлеты говяжьи (с соусом)       | 130  | 27.16  | 41.57 | 25.48  | 471.72  | 0.156 | 0.247 | 6.695  | 4.485  | 28.574   | 0.104 | 12.415  | 0     | 469.53   | 25.142   | 0     | 0     | 0.013 |
| 49                    | ОБЕД      | Сок фруктовый                    | 200  | 1.00   | 0.00  | 20.20  | 84.44   | 0.02  | 0.02  | 4      | 2.8    | 14       | 0     | 8       | 0     | 240      | 14       | 0     | 0     | 0.02  |
| Н                     | ОБЕД      | Хлеб пшеничный                   | 125  | 9.88   | 1.25  | 2.62   | 292.25  | 0.125 | 0     | 0      | 1.375  | 28.75    | 0     | 41.25   | 0     | 0        | 108.75   | 0     | 0     | 0     |
| Н                     | ОБЕД      | Хлеб ржано-пшеничный             | 75   | 4.20   | 0.90  | 25.05  | 113.10  | 0.075 | 0     | 0      | 2.31   | 17.25    | 0     | 18.75   | 0     | 0        | 79.5     | 0     | 0     | 0     |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: |           |                                  | 1030 | 34,1   | 30,12 | 84,68  | 980,71  | 0,485 | 0,486 | 64,755 | 15,316 | 215,313  | 0     | 197,837 | 0     | 1619,221 | 803,657  | 0,026 | 0,016 | 0,216 |
| 386                   | полдник   | Кефир, йогурт, ряженка,          | 200  | 15.80  | 12.80 | 15.00  | 254.00  | 0.08  | 0.34  | 1.4    | 0.2    | 240      | 0     | 0       | 0     | 0        | 0        | 0     | 0     | 0     |
| 426                   | полдник   | Булочка обсыпная с повидлом,     | 150  | 10.88  | 3.60  | 69.60  | 351.87  | 0.21  | 0.18  | 0.975  | 1.695  | 108.45   | 0.015 | 43.5    | 0.045 | 241.95   | 153.75   | 0     | 0     | 0.015 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: |           |                                  | 350  | 26,68  | 16,4  | 84,6   | 605,87  | 0,29  | 0,52  | 2,375  | 1,895  | 348,45   | 0,015 | 43,5    | 0,045 | 241,95   | 153,75   | 0     | 0     | 0,015 |
| 47                    | ужин      | Салат из квашеной капусты        | 100  | 0.94   | 5.11  | 8.81   | 92.00   | 0.03  | 0.02  | 31     | 0.68   | 51.1     | 0     | 17.4    | 0     | 317.5    | 36.8     | 0     | 0     | 0     |
| 234                   | ужин      | Биточек рыбный (с соусом)        | 100  | 21.77  | 10.11 | 20.64  | 263.55  | 0.15  | 0.22  | 13.44  | 2.26   | 63.39    | 0.08  | 0       | 0.55  | 494.12   | 281.8    | 0.15  | 0.01  | 0.67  |
| 312                   | ужин      | Пюре картофельное                | 200  | 5.52   | 5.48  | 35.04  | 212.30  | 0.26  | 0.22  | 40.64  | 1.88   | 81.44    | 0     | 46      | 0     | 1136     | 116      | 0     | 0     | 0.06  |
| 317                   | ужин      | Кондитерские изделия             | 30   | 0.24   | 0.03  | 17.94  | 97.80   | 0.021 | 0.021 | 0      | 0.3    | 6        | 0     | 3.9     | 0     | 27       | 20.7     | 0     | 0     | 0     |
| Н                     | ужин      | Хлеб ржано-пшеничный             | 75   | 4.20   | 0.90  | 25.05  | 113.10  | 0.075 | 0     | 0      | 2.31   | 17.25    | 0     | 18.75   | 0     | 0        | 79.5     | 0     | 0     | 0     |
| 377                   | ужин      | Чай с лимоном                    | 220  | 0.29   | 0.02  | 22.70  | 89.74   | 0     | 0.022 | 9.02   | 2.002  | 29.172   | 0     | 4.598   | 0     | 36.52    | 4.84     | 0     | 0     | 0.198 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: |           |                                  | 725  | 18,17  | 16,89 | 111,66 | 681,94  | 0,396 | 0,303 | 87,53  | 7,202  | 180,422  | 0     | 88,388  | 0     | 1467,87  | 255,94   | 0     | 0     | 0,268 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:        |           |                                  | 2970 | 111,69 | 91,7  | 395,09 | 3304,69 | 1,656 | 1,869 | 188,34 | 34,108 | 1345,915 | 0,205 | 447,815 | 0,125 | 4622,141 | 1720,657 | 0,026 | 0,016 | 0,609 |

|                              |           |                                                  |             |               |               |               |                |              |              |                |               |                 |              |                |              |                 |                 |              |              |              |
|------------------------------|-----------|--------------------------------------------------|-------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|--------------|----------------|---------------|-----------------|--------------|----------------|--------------|-----------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>День 3 (среда)</b>        |           |                                                  |             |               |               |               |                |              |              |                |               |                 |              |                |              |                 |                 |              |              |              |
| 173                          | ЗАВТРАК   | Каша вязкая молочная из овсяной крупы (с маслом) | 200         | 8.10          | 9.74          | 30.66         | 242.84         | 0.2          | 0.26         | 1.96           | 1.26          | 199.44          | 0            | 0.5            | 0            | 0.16            | 0               | 0            | 0            | 0.04         |
| 379                          | ЗАВТРАК   | Кофейный напиток с молоком                       | 200         | 3.16          | 2.68          | 15.94         | 100.60         | 0.2          | 0.28         | 1.96           | 2.16          | 189.8           | 0            | 0.5            | 0            | 0.16            | 0               | 0            | 0            | 0.04         |
| Н                            | ЗАВТРАК   | Хлеб пшеничный                                   | 125         | 9.88          | 1.25          | 2.62          | 292.25         | 0.125        | 0            | 0              | 1.375         | 28.75           | 0            | 41.25          | 0            | 0               | 108.75          | 0            | 0            | 0            |
| 14                           | ЗАВТРАК   | Масло (порциями)                                 | 20          | 0.16          | 3.28          | 0.05          | 26.28          | 0            | 0.02         | 0              | 0.04          | 4.8             | 0.08         | 0              | 0            | 6               | 6               | 0            | 0            | 0            |
| 209                          | ЗАВТРАК   | Яйца вареные                                     | 40          | 5.08          | 3.45          | 0.28          | 47.10          | 0.032        | 0.18         | 0              | 1             | 35.5            | 0.1          | 7.8            | 0.88         | 56              | 76.808          | 0.008        | 0.008        | 0.32         |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                                  | <b>585</b>  | <b>26,38</b>  | <b>20,4</b>   | <b>49,55</b>  | <b>709,07</b>  | <b>0,557</b> | <b>0,74</b>  | <b>3,92</b>    | <b>5,835</b>  | <b>458,29</b>   | <b>0,18</b>  | <b>50,05</b>   | <b>0,88</b>  | <b>62,32</b>    | <b>191,558</b>  | <b>0,008</b> | <b>0,008</b> | <b>0,4</b>   |
| 317                          | ЗАВТРАК 2 | Кондитерские изделия                             | 30          | 0.24          | 0.03          | 17.94         | 97.80          | 0.021        | 0.021        | 0              | 0.3           | 6               | 0            | 3.9            | 0            | 27              | 20.7            | 0            | 0            | 0            |
| 49                           | ЗАВТРАК 2 | Сок фруктовый                                    | 200         | 1.00          | 0.00          | 20.20         | 84.44          | 0.02         | 0.02         | 4              | 2.8           | 14              | 0            | 8              | 0            | 240             | 14              | 0            | 0            | 0.02         |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                                  | <b>230</b>  | <b>1,24</b>   | <b>0,03</b>   | <b>38,14</b>  | <b>182,24</b>  | <b>0,041</b> | <b>0,041</b> | <b>4</b>       | <b>3,1</b>    | <b>20</b>       | <b>0</b>     | <b>11,9</b>    | <b>0</b>     | <b>267</b>      | <b>34,7</b>     | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>0,02</b>  |
| 71                           | ОБЕД      | Овощи натуральные свежие (помидоры)              | 100         | 1.10          | 0.20          | 3.80          | 22.00          | 0.06         | 0.04         | 17.5           | 0.9           | 14              | 0            | 20             | 0            | 290             | 26              | 0            | 0            | 0            |
| 81                           | ОБЕД      | Борщ со сметаной                                 | 370         | 45.14         | 56.98         | 73.63         | 260.18         | 0.037        | 0.074        | 33.3           | 1.258         | 63.973          | 0            | 21.793         | 0            | 331.56          | 47.693          | 0            | 0            | 0.037        |
| 278                          | ОБЕД      | Тефтели говяжьи с соусом,                        | 150         | 25.71         | 20.84         | 35.81         | 382.28         | 0.195        | 0.285        | 9.9            | 4.89          | 36.465          | 0.165        | 37.95          | 0            | 798.44          | 89.265          | 0            | 0            | 0.015        |
| 349                          | ОБЕД      | Компот из смеси сухофруктов                      | 200         | 2.20          | 0.30          | 76.52         | 303.64         | 0.06         | 0.06         | 0.8            | 1.36          | 58.2            | 0.12         | 31.4           | 0            | 516.6           | 55              | 0            | 0            | 0.2          |
| Н                            | ОБЕД      | Хлеб пшеничный                                   | 125         | 9.88          | 1.25          | 2.62          | 292.25         | 0.125        | 0            | 0              | 1.375         | 28.75           | 0            | 41.25          | 0            | 0               | 108.75          | 0            | 0            | 0            |
| 309                          | ОБЕД      | Макаронные изделия отварные                      | 150         | 8.46          | 11.22         | 68.16         | 347.40         | 0.255        | 0.12         | 0              | 3.18          | 38.175          | 0            | 0              | 0            | 0               | 0               | 0            | 0            | 0            |
| Н                            | ОБЕД      | Хлеб ржано-пшеничный                             | 75          | 4.20          | 0.90          | 25.05         | 113.10         | 0.075        | 0            | 0              | 2.31          | 17.25           | 0            | 18.75          | 0            | 0               | 79.5            | 0            | 0            | 0            |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                                  | <b>1170</b> | <b>96,69</b>  | <b>91,69</b>  | <b>285,59</b> | <b>1720,85</b> | <b>0,807</b> | <b>0,579</b> | <b>61,5</b>    | <b>15,273</b> | <b>256,813</b>  | <b>0,285</b> | <b>171,143</b> | <b>0</b>     | <b>1936,592</b> | <b>406,208</b>  | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>0,252</b> |
| 222                          | ПОЛДНИК   | Пудинг из творога (запеченный) (с повидлом)      | 180         | 18.47         | 12.73         | 28.08         | 555.52         | 0.072        | 0.342        | 0.486          | 1.044         | 177.23          | 0.09         | 30.348         | 0.108        | 240.86          | 250.18          | 0            | 0            | 0            |
| 377                          | ПОЛДНИК   | Чай с лимоном                                    | 220         | 0.29          | 0.02          | 22.70         | 89.74          | 0            | 0.022        | 9.02           | 2.002         | 29.172          | 0            | 4.598          | 0            | 36.52           | 4.84            | 0            | 0            | 0.198        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                                  | <b>400</b>  | <b>18,76</b>  | <b>12,75</b>  | <b>50,78</b>  | <b>645,26</b>  | <b>0,072</b> | <b>0,364</b> | <b>9,506</b>   | <b>3,046</b>  | <b>206,4</b>    | <b>0,09</b>  | <b>34,946</b>  | <b>0,108</b> | <b>277,378</b>  | <b>255,022</b>  | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>0,198</b> |
| 19                           | УЖИН      | Кисель из концентрата,                           | 200         | 0.00          | 0.00          | 93.00         | 412.24         | 0.08         | 0.34         | 1.4            | 0.2           | 240             | 0            | 0              | 0            | 0               | 0               | 0            | 0            | 0            |
| 22                           | УЖИН      | Колбаса отварная.                                | 50          | 6.40          | 11.10         | 0.75          | 128.50         | 0.11         | 0.08         | 0              | 0.85          | 14.5            | 0.0005       | 11             | 0            | 121.5           | 89              | 0.005        | 0            | 0            |
| 312                          | УЖИН      | Пюре картофельное                                | 200         | 5.52          | 5.48          | 35.04         | 212.30         | 0.26         | 0.22         | 40.64          | 1.88          | 81.44           | 0            | 46             | 0            | 1136            | 116             | 0            | 0            | 0.06         |
| Н                            | УЖИН      | Хлеб ржано-пшеничный                             | 75          | 4.20          | 0.90          | 25.05         | 113.10         | 0.075        | 0            | 0              | 2.31          | 17.25           | 0            | 18.75          | 0            | 0               | 79.5            | 0            | 0            | 0            |
| 338                          | УЖИН      | Фрукты свежие                                    | 300         | 1.20          | 1.20          | 29.40         | 141.00         | 0.09         | 0.06         | 30             | 6.6           | 48              | 0            | 27             | 0            | 834             | 33              | 0            | 0            | 0.03         |
| 76                           | УЖИН      | Сельдь с луком                                   | 100         | 17.64         | 7.01          | 3.82          | 137.05         | 0.02         | 0.01         | 4              | 0.32          | 12.4            | 0            | 5.6            | 0            | 70              | 23.2            | 0            | 0            | 0.01         |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                                  | <b>875</b>  | <b>28,56</b>  | <b>14,59</b>  | <b>186,31</b> | <b>1015,69</b> | <b>0,525</b> | <b>0,63</b>  | <b>76,04</b>   | <b>11,31</b>  | <b>399,09</b>   | <b>0</b>     | <b>97,35</b>   | <b>0</b>     | <b>2040</b>     | <b>251,7</b>    | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>0,1</b>   |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |           |                                                  | <b>3260</b> | <b>171,63</b> | <b>139,46</b> | <b>610,37</b> | <b>4273,11</b> | <b>2,002</b> | <b>2,354</b> | <b>154,966</b> | <b>38,564</b> | <b>1340,593</b> | <b>0,555</b> | <b>365,389</b> | <b>0,988</b> | <b>4583,29</b>  | <b>1139,188</b> | <b>0,008</b> | <b>0,008</b> | <b>0,97</b>  |

|                              |           |                                          |             |               |               |               |                |              |              |                |               |                |              |                |              |                 |                |              |              |              |
|------------------------------|-----------|------------------------------------------|-------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|--------------|----------------|---------------|----------------|--------------|----------------|--------------|-----------------|----------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>День 4 (четверг)</b>      |           |                                          |             |               |               |               |                |              |              |                |               |                |              |                |              |                 |                |              |              |              |
| 382                          | ЗАВТРАК   | Какао с молоком                          | 200         | 9.00          | 7.80          | 50.00         | 264.80         | 0.06         | 0.18         | 1.58           | 0.48          | 152.22         | 0.02         | 21.34          | 0            | 216.34          | 124.56         | 0            | 0            | 0            |
| 14                           | ЗАВТРАК   | Масло (порциями)                         | 20          | 0.16          | 3.28          | 0.05          | 26.28          | 0            | 0.02         | 0              | 0.04          | 4.8            | 0.08         | 0              | 0            | 6               | 6              | 0            | 0            | 0            |
| Н                            | ЗАВТРАК   | Хлеб пшеничный                           | 125         | 9.88          | 1.25          | 2.62          | 292.25         | 0.125        | 0            | 0              | 1.375         | 28.75          | 0            | 41.25          | 0            | 0               | 108.75         | 0            | 0            | 0            |
| 17                           | ЗАВТРАК   | Каша рисовая (молочная), с вареньем,     | 230         | 7.77          | 9.96          | 56.83         | 353.81         | 0.368        | 0.598        | 4.485          | 1.863         | 450.46         | 0.069        | 129.49         | 0.184        | 720.71          | 536.82         | 0.023        | 0.023        | 0.23         |
| 15                           | ЗАВТРАК   | Сыр (порциями) (Российский)              | 20          | 4.64          | 5.90          | 0.00          | 72.00          | 0.01         | 0.06         | 0.14           | 0.2           | 176            | 0.05         | 7              | 0            | 17.6            | 100            | 0            | 0            | 0            |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                          | <b>595</b>  | <b>31,45</b>  | <b>28,19</b>  | <b>109,5</b>  | <b>1009,14</b> | <b>0,563</b> | <b>0,858</b> | <b>6,205</b>   | <b>3,958</b>  | <b>812,225</b> | <b>0,219</b> | <b>199,08</b>  | <b>0,184</b> | <b>960,645</b>  | <b>876,13</b>  | <b>0,023</b> | <b>0,023</b> | <b>0,23</b>  |
| 338                          | ЗАВТРАК 2 | Фрукты свежие                            | 300         | 1.20          | 1.20          | 29.40         | 141.00         | 0.09         | 0.06         | 30             | 6.6           | 48             | 0            | 27             | 0            | 834             | 33             | 0            | 0            | 0.03         |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                          | <b>300</b>  | <b>1,2</b>    | <b>1,2</b>    | <b>29,4</b>   | <b>141</b>     | <b>0,09</b>  | <b>0,06</b>  | <b>30</b>      | <b>6,6</b>    | <b>48</b>      | <b>0</b>     | <b>27</b>      | <b>0</b>     | <b>834</b>      | <b>33</b>      | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>0,03</b>  |
| 24                           | ОБЕД      | Салат из свежих помидоров и огурцов      | 100         | 0.79          | 5.16          | 3.87          | 64.50          | 0.09         | 0.11         | 28.5           | 1.53          | 24.6           | 0.1          | 18.4           | 0            | 233             | 39.8           | 0            | 0            | 0.02         |
| 112                          | ОБЕД      | Суп с макаронными изделиями и картофелем | 350         | 5.74          | 3.89          | 13.62         | 124.81         | 0.105        | 0.07         | 16.1           | 1.54          | 17.255         | 0            | 18.06          | 0            | 422.1           | 48.72          | 0            | 0            | 0.035        |
| 171                          | ОБЕД      | Гречка                                   | 150         | 9.66          | 12.72         | 43.11         | 325.32         | 0.915        | 0.45         | 0              | 14.205        | 49.44          | 0            | 421.88         | 0            | 801.57          | 628.59         | 0            | 0.015        | 0.045        |
| Н                            | ОБЕД      | Хлеб пшеничный                           | 125         | 9.88          | 1.25          | 2.62          | 292.25         | 0.125        | 0            | 0              | 1.375         | 28.75          | 0            | 41.25          | 0            | 0               | 108.75         | 0            | 0            | 0            |
| 295                          | ОБЕД      | Котлета куриная (с соусом)               | 110         | 10.87         | 13.11         | 15.18         | 223.04         | 0.055        | 0.022        | 5.5            | 0.726         | 12.98          | 0.088        | 10.175         | 0            | 382.93          | 20.768         | 0            | 0            | 0            |
| Н                            | ОБЕД      | Хлеб ржано-пшеничный                     | 75          | 4.20          | 0.90          | 25.05         | 113.10         | 0.075        | 0            | 0              | 2.31          | 17.25          | 0            | 18.75          | 0            | 0               | 79.5           | 0            | 0            | 0            |
| 49                           | ОБЕД      | Сок фруктовый                            | 200         | 1.00          | 0.00          | 20.20         | 84.44          | 0.02         | 0.02         | 4              | 2.8           | 14             | 0            | 8              | 0            | 240             | 14             | 0            | 0            | 0.02         |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                          | <b>1110</b> | <b>42,14</b>  | <b>37,03</b>  | <b>123,65</b> | <b>1227,46</b> | <b>1,385</b> | <b>0,672</b> | <b>54,1</b>    | <b>24,486</b> | <b>164,275</b> | <b>0,188</b> | <b>536,51</b>  | <b>0</b>     | <b>2079,602</b> | <b>940,128</b> | <b>0</b>     | <b>0,015</b> | <b>0,12</b>  |
| 386                          | ПОЛДНИК   | Кефир, йогурт, ряженка,                  | 200         | 15.80         | 12.80         | 15.00         | 254.00         | 0.08         | 0.34         | 1.4            | 0.2           | 240            | 0            | 0              | 0            | 0               | 0              | 0            | 0            | 0            |
| 396                          | ПОЛДНИК   | Блины с повидлом,                        | 170         | 12.19         | 10.23         | 69.72         | 425.49         | 0.391        | 0.51         | 1.989          | 1.19          | 141.68         | 0.017        | 16.201         | 0.051        | 165.78          | 103.12         | 0.017        | 0            | 0.017        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                          | <b>370</b>  | <b>27,99</b>  | <b>23,03</b>  | <b>84,72</b>  | <b>679,49</b>  | <b>0,471</b> | <b>0,85</b>  | <b>3,389</b>   | <b>1,39</b>   | <b>381,678</b> | <b>0,017</b> | <b>16,201</b>  | <b>0,051</b> | <b>165,784</b>  | <b>103,122</b> | <b>0,017</b> | <b>0</b>     | <b>0,017</b> |
| 52                           | УЖИН      | Салат из свеклы отварной                 | 100         | 1.31          | 9.99          | 7.66          | 126.44         | 0.02         | 0.04         | 9.5            | 1.33          | 35.15          | 0            | 20.9           | 0            | 273.6           | 40.85          | 0.01         | 0            | 0.02         |
| 317                          | УЖИН      | Кондитерские изделия                     | 30          | 0.24          | 0.03          | 17.94         | 97.80          | 0.021        | 0.021        | 0              | 0.3           | 6              | 0            | 3.9            | 0            | 27              | 20.7           | 0            | 0            | 0            |
| 377                          | УЖИН      | Чай с лимоном                            | 220         | 0.29          | 0.02          | 22.70         | 89.74          | 0            | 0.022        | 9.02           | 2.002         | 29.172         | 0            | 4.598          | 0            | 36.52           | 4.84           | 0            | 0            | 0.198        |
| Н                            | УЖИН      | Хлеб ржано-пшеничный                     | 75          | 4.20          | 0.90          | 25.05         | 113.10         | 0.075        | 0            | 0              | 2.31          | 17.25          | 0            | 18.75          | 0            | 0               | 79.5           | 0            | 0            | 0            |
| 312                          | УЖИН      | Пюре картофельное                        | 200         | 5.52          | 5.48          | 35.04         | 212.30         | 0.26         | 0.22         | 40.64          | 1.88          | 81.44          | 0            | 46             | 0            | 1136            | 116            | 0            | 0            | 0.06         |
| 22                           | УЖИН      | Колбаса вареная,                         | 90          | 11.52         | 19.98         | 1.35          | 231.30         | 0.198        | 0.144        | 0              | 1.53          | 26.1           | 0.009        | 19.8           | 0            | 218.7           | 160.2          | 0.009        | 0            | 0            |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                          | <b>715</b>  | <b>23,08</b>  | <b>36,4</b>   | <b>109,74</b> | <b>870,68</b>  | <b>0,574</b> | <b>0,447</b> | <b>59,16</b>   | <b>9,352</b>  | <b>195,112</b> | <b>0,009</b> | <b>113,948</b> | <b>0</b>     | <b>1691,82</b>  | <b>422,09</b>  | <b>0,019</b> | <b>0</b>     | <b>0,278</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |           |                                          | <b>3090</b> | <b>125,86</b> | <b>125,85</b> | <b>457,01</b> | <b>3927,77</b> | <b>3,083</b> | <b>2,887</b> | <b>152,854</b> | <b>45,786</b> | <b>1601,29</b> | <b>0,433</b> | <b>892,739</b> | <b>0,235</b> | <b>5731,851</b> | <b>2374,47</b> | <b>0,059</b> | <b>0,038</b> | <b>0,675</b> |

|                              |           |                                          |             |               |               |               |                |              |              |                |               |                 |              |                |              |                 |                 |              |              |              |
|------------------------------|-----------|------------------------------------------|-------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|--------------|----------------|---------------|-----------------|--------------|----------------|--------------|-----------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>День 5 (пятница)</b>      |           |                                          |             |               |               |               |                |              |              |                |               |                 |              |                |              |                 |                 |              |              |              |
| 120                          | ЗАВТРАК   | Суп молочный с макаронными изделиями     | 200         | 4.84          | 4.42          | 8.46          | 135.10         | 0.08         | 0.16         | 1.3            | 2.6           | 136.8           | 0            | 1.1            | 0            | 0.14            | 0.9             | 0            | 0            | 0.08         |
| 379                          | ЗАВТРАК   | Кофейный напиток с молоком               | 200         | 3.16          | 2.68          | 15.94         | 100.60         | 0.2          | 0.28         | 1.96           | 2.16          | 189.8           | 0            | 0.5            | 0            | 0.16            | 0               | 0            | 0            | 0.04         |
| Н                            | ЗАВТРАК   | Хлеб пшеничный                           | 125         | 9.88          | 1.25          | 2.62          | 292.25         | 0.125        | 0            | 0              | 1.375         | 28.75           | 0            | 41.25          | 0            | 0               | 108.75          | 0            | 0            | 0            |
| 14                           | ЗАВТРАК   | Масло (порциями)                         | 20          | 0.16          | 3.28          | 0.05          | 26.28          | 0            | 0.02         | 0              | 0.04          | 4.8             | 0.08         | 0              | 0            | 6               | 6               | 0            | 0            | 0            |
| 209                          | ЗАВТРАК   | Яйца вареные                             | 40          | 5.08          | 3.45          | 0.28          | 47.10          | 0.032        | 0.18         | 0              | 1             | 35.5            | 0.1          | 7.8            | 0.88         | 56              | 76.808          | 0.008        | 0.008        | 0.32         |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                          | <b>585</b>  | <b>23,12</b>  | <b>15,08</b>  | <b>27,35</b>  | <b>601,33</b>  | <b>0,437</b> | <b>0,64</b>  | <b>3,26</b>    | <b>7,175</b>  | <b>395,65</b>   | <b>0,18</b>  | <b>50,65</b>   | <b>0,88</b>  | <b>62,3</b>     | <b>192,458</b>  | <b>0,008</b> | <b>0,008</b> | <b>0,44</b>  |
| 317                          | ЗАВТРАК 2 | Кондитерские изделия                     | 30          | 0.24          | 0.03          | 17.94         | 97.80          | 0.021        | 0.021        | 0              | 0.3           | 6               | 0            | 3.9            | 0            | 27              | 20.7            | 0            | 0            | 0            |
| 49                           | ЗАВТРАК 2 | Сок фруктовый                            | 200         | 1.00          | 0.00          | 20.20         | 84.44          | 0.02         | 0.02         | 4              | 2.8           | 14              | 0            | 8              | 0            | 240             | 14              | 0            | 0            | 0.02         |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                          | <b>230</b>  | <b>1,24</b>   | <b>0,03</b>   | <b>38,14</b>  | <b>182,24</b>  | <b>0,041</b> | <b>0,041</b> | <b>4</b>       | <b>3,1</b>    | <b>20</b>       | <b>0</b>     | <b>11,9</b>    | <b>0</b>     | <b>267</b>      | <b>34,7</b>     | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>0,02</b>  |
| 47                           | ОБЕД      | Салат из квашеной капусты                | 100         | 0.94          | 5.11          | 8.81          | 92.00          | 0.03         | 0.02         | 31             | 0.68          | 51.1            | 0            | 17.4           | 0            | 317.5           | 36.8            | 0            | 0            | 0            |
| 94                           | ОБЕД      | Рассольник со сметаной                   | 370         | 10.43         | 8.10          | 31.34         | 220.33         | 0.185        | 0.148        | 27.047         | 1.998         | 70.892          | 0            | 32.634         | 0            | 646.46          | 120.4           | 0            | 0            | 0.037        |
| 312                          | ОБЕД      | Пюре картофельное                        | 200         | 5.52          | 5.48          | 35.04         | 212.30         | 0.26         | 0.22         | 40.64          | 1.88          | 81.44           | 0            | 46             | 0            | 1136            | 116             | 0            | 0            | 0.06         |
| 19                           | ОБЕД      | Кисель из концентрата,                   | 200         | 0.00          | 0.00          | 93.00         | 412.24         | 0.08         | 0.34         | 1.4            | 0.2           | 240             | 0            | 0              | 0            | 0               | 0               | 0            | 0            | 0            |
| Н                            | ОБЕД      | Хлеб ржано-пшеничный                     | 75          | 4.20          | 0.90          | 25.05         | 113.10         | 0.075        | 0            | 0              | 2.31          | 17.25           | 0            | 18.75          | 0            | 0               | 79.5            | 0            | 0            | 0            |
| 268                          | ОБЕД      | Котлеты говяжьи (с соусом)               | 130         | 27.16         | 41.57         | 25.48         | 471.72         | 0.156        | 0.247        | 6.695          | 4.485         | 28.574          | 0.104        | 12.415         | 0            | 469.53          | 25.142          | 0            | 0            | 0.013        |
| Н                            | ОБЕД      | Хлеб пшеничный                           | 125         | 9.88          | 1.25          | 2.62          | 292.25         | 0.125        | 0            | 0              | 1.375         | 28.75           | 0            | 41.25          | 0            | 0               | 108.75          | 0            | 0            | 0            |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                          | <b>1200</b> | <b>58,75</b>  | <b>62,39</b>  | <b>222,05</b> | <b>1812,03</b> | <b>0,911</b> | <b>0,985</b> | <b>112,292</b> | <b>12,818</b> | <b>508,026</b>  | <b>0,104</b> | <b>165,069</b> | <b>0</b>     | <b>2506,348</b> | <b>480,05</b>   | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>0,12</b>  |
| 386                          | ПОЛДНИК   | Кефир, йогурт, ряженка,                  | 200         | 15.80         | 12.80         | 15.00         | 254.00         | 0.08         | 0.34         | 1.4            | 0.2           | 240             | 0            | 0              | 0            | 0               | 0               | 0            | 0            | 0            |
| 221                          | ПОЛДНИК   | Сырники творожные с морковью и повидлом, | 150         | 22.84         | 20.66         | 30.57         | 364.68         | 0.195        | 0.54         | 2.67           | 1.545         | 185.93          | 0.135        | 25.395         | 0.435        | 140.15          | 258.41          | 0            | 0.015        | 0.015        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                          | <b>350</b>  | <b>38,64</b>  | <b>33,46</b>  | <b>45,57</b>  | <b>618,68</b>  | <b>0,275</b> | <b>0,88</b>  | <b>4,07</b>    | <b>1,745</b>  | <b>425,925</b>  | <b>0,135</b> | <b>25,395</b>  | <b>0,435</b> | <b>140,145</b>  | <b>258,405</b>  | <b>0</b>     | <b>0,015</b> | <b>0,015</b> |
| 67                           | УЖИН      | Винегрет овощной                         | 100         | 4.40          | 5.53          | 21.50         | 168.84         | 0.52         | 0.21         | 31             | 2.88          | 78.1            | 0            | 0              | 0            | 589.5           | 77.8            | 0.01         | 0            | 0.04         |
| Н                            | УЖИН      | Хлеб ржано-пшеничный                     | 75          | 4.20          | 0.90          | 25.05         | 113.10         | 0.075        | 0            | 0              | 2.31          | 17.25           | 0            | 18.75          | 0            | 0               | 79.5            | 0            | 0            | 0            |
| 289                          | УЖИН      | Плов из мяса птицы.                      | 160         | 25.38         | 21.25         | 44.61         | 471.25         | 0.08         | 0            | 1.26           | 2.74          | 56.38           | 60           | 59.38          | 0            | 0               | 249.13          | 0            | 0            | 0            |
| 377                          | УЖИН      | Чай с лимоном                            | 220         | 0.29          | 0.02          | 22.70         | 89.74          | 0            | 0.022        | 9.02           | 2.002         | 29.172          | 0            | 4.598          | 0            | 36.52           | 4.84            | 0            | 0            | 0.198        |
| 338                          | УЖИН      | Фрукты свежие                            | 300         | 1.20          | 1.20          | 29.40         | 141.00         | 0.09         | 0.06         | 30             | 6.6           | 48              | 0            | 27             | 0            | 834             | 33              | 0            | 0            | 0.03         |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                          | <b>855</b>  | <b>21,99</b>  | <b>15,97</b>  | <b>119,88</b> | <b>733,34</b>  | <b>0,893</b> | <b>0,644</b> | <b>72,324</b>  | <b>20,368</b> | <b>207,178</b>  | <b>0</b>     | <b>140,156</b> | <b>0</b>     | <b>2228,756</b> | <b>713,332</b>  | <b>0,026</b> | <b>0,016</b> | <b>0,444</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |           |                                          | <b>3220</b> | <b>143,74</b> | <b>126,93</b> | <b>452,99</b> | <b>3947,62</b> | <b>2,557</b> | <b>3,19</b>  | <b>195,946</b> | <b>45,206</b> | <b>1556,779</b> | <b>0,419</b> | <b>393,17</b>  | <b>1,315</b> | <b>5204,549</b> | <b>1678,945</b> | <b>0,034</b> | <b>0,039</b> | <b>1,039</b> |

|                              |           |                                            |             |              |               |               |                |              |              |                |               |                 |              |                |             |                 |                 |              |              |              |
|------------------------------|-----------|--------------------------------------------|-------------|--------------|---------------|---------------|----------------|--------------|--------------|----------------|---------------|-----------------|--------------|----------------|-------------|-----------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>День 6 (суббота)</b>      |           |                                            |             |              |               |               |                |              |              |                |               |                 |              |                |             |                 |                 |              |              |              |
| 173                          | ЗАВТРАК   | Каша пшенная молочная,                     | 200         | 7.86         | 8.86          | 32.08         | 239.84         | 0.2          | 0.24         | 1.96           | 1             | 191.96          | 0.04         | 21.5           | 0.08        | 219.16          | 135             | 0            | 0            | 0.08         |
| 382                          | ЗАВТРАК   | Какао с молоком                            | 200         | 9.00         | 7.80          | 50.00         | 264.80         | 0.06         | 0.18         | 1.58           | 0.48          | 152.22          | 0.02         | 21.34          | 0           | 216.34          | 124.56          | 0            | 0            | 0            |
| 14                           | ЗАВТРАК   | Масло (порциями)                           | 20          | 0.16         | 3.28          | 0.05          | 26.28          | 0            | 0.02         | 0              | 0.04          | 4.8             | 0.08         | 0              | 0           | 6               | 6               | 0            | 0            | 0            |
| Н                            | ЗАВТРАК   | Хлеб пшеничный                             | 125         | 9.88         | 1.25          | 2.62          | 292.25         | 0.125        | 0            | 0              | 1.375         | 28.75           | 0            | 41.25          | 0           | 0               | 108.75          | 0            | 0            | 0            |
| 15                           | ЗАВТРАК   | Сыр (порциями) (Российский)                | 20          | 4.64         | 5.90          | 0.00          | 72.00          | 0.01         | 0.06         | 0.14           | 0.2           | 176             | 0.05         | 7              | 0           | 17.6            | 100             | 0            | 0            | 0            |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                            | <b>565</b>  | <b>31,54</b> | <b>27,09</b>  | <b>84,75</b>  | <b>895,17</b>  | <b>0,395</b> | <b>0,5</b>   | <b>3,68</b>    | <b>3,095</b>  | <b>553,73</b>   | <b>0,19</b>  | <b>91,09</b>   | <b>0,08</b> | <b>459,1</b>    | <b>474,31</b>   | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>0,08</b>  |
| 338                          | ЗАВТРАК 2 | Фрукты свежие                              | 300         | 1.20         | 1.20          | 29.40         | 141.00         | 0.09         | 0.06         | 30             | 6.6           | 48              | 0            | 27             | 0           | 834             | 33              | 0            | 0            | 0.03         |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                            | <b>300</b>  | <b>1,2</b>   | <b>1,2</b>    | <b>29,4</b>   | <b>141</b>     | <b>0,09</b>  | <b>0,06</b>  | <b>30</b>      | <b>6,6</b>    | <b>48</b>       | <b>0</b>     | <b>27</b>      | <b>0</b>    | <b>834</b>      | <b>33</b>       | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>0,03</b>  |
| 71                           | ОБЕД      | Овощи натуральные свежие (помидоры)        | 100         | 1.10         | 0.20          | 3.80          | 22.00          | 0.06         | 0.04         | 17.5           | 0.9           | 14              | 0            | 20             | 0           | 290             | 26              | 0            | 0            | 0            |
| 87                           | ОБЕД      | Щи из свежей капусты со сметаной           | 370         | 5.81         | 9.66          | 7.92          | 143.82         | 0.037        | 0.074        | 48.951         | 0.925         | 85.507          | 0            | 19.129         | 0           | 336.89          | 42.365          | 0            | 0            | 0            |
| 269                          | ОБЕД      | Биточки (с соусом),                        | 130         | 26.05        | 20.25         | 10.57         | 325.58         | 0.117        | 0.234        | 2.275          | 4.043         | 21.931          | 0.026        | 3.575          | 0           | 84.994          | 11.609          | 0            | 0            | 0            |
| 309                          | ОБЕД      | Макаронные изделия отварные                | 150         | 8.46         | 11.22         | 68.16         | 347.40         | 0.255        | 0.12         | 0              | 3.18          | 38.175          | 0            | 0              | 0           | 0               | 0               | 0            | 0            | 0            |
| 349                          | ОБЕД      | Компот из смеси сухофруктов                | 200         | 2.20         | 0.30          | 76.52         | 303.64         | 0.06         | 0.06         | 0.8            | 1.36          | 58.2            | 0.12         | 31.4           | 0           | 516.6           | 55              | 0            | 0            | 0.2          |
| Н                            | ОБЕД      | Хлеб пшеничный                             | 125         | 9.88         | 1.25          | 2.62          | 292.25         | 0.125        | 0            | 0              | 1.375         | 28.75           | 0            | 41.25          | 0           | 0               | 108.75          | 0            | 0            | 0            |
| Н                            | ОБЕД      | Хлеб ржано-пшеничный                       | 75          | 4.20         | 0.90          | 25.05         | 113.10         | 0.075        | 0            | 0              | 2.31          | 17.25           | 0            | 18.75          | 0           | 0               | 79.5            | 0            | 0            | 0            |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                            | <b>1150</b> | <b>57,7</b>  | <b>43,78</b>  | <b>194,64</b> | <b>1547,79</b> | <b>0,729</b> | <b>0,528</b> | <b>69,526</b>  | <b>14,093</b> | <b>263,813</b>  | <b>0,146</b> | <b>134,104</b> | <b>0</b>    | <b>1228,479</b> | <b>323,224</b>  | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>0,2</b>   |
| 376                          | ПОЛДНИК   | Чай с сахаром                              | 200         | 0.20         | 0.00          | 20.00         | 80.88          | 0            | 0            | 0.04           | 0.44          | 8.32            | 0            | 1.2            | 0           | 0.6             | 0               | 0            | 0            | 0.12         |
| 223                          | ПОЛДНИК   | Запеканка из творога (с молоком сгущенным) | 150         | 34.02        | 22.28         | 56.82         | 562.59         | 0.135        | 0.825        | 1.5            | 1.365         | 489.41          | 0.21         | 64.2           | 0.48        | 482.9           | 541.14          | 0.015        | 0.015        | 0.045        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                            | <b>350</b>  | <b>34,22</b> | <b>22,28</b>  | <b>76,82</b>  | <b>643,47</b>  | <b>0,135</b> | <b>0,825</b> | <b>1,54</b>    | <b>1,805</b>  | <b>497,725</b>  | <b>0,21</b>  | <b>65,4</b>    | <b>0,48</b> | <b>483,495</b>  | <b>541,14</b>   | <b>0,015</b> | <b>0,015</b> | <b>0,165</b> |
| 47                           | УЖИН      | Салат из квашеной капусты                  | 100         | 0.94         | 5.11          | 8.81          | 92.00          | 0.03         | 0.02         | 31             | 0.68          | 51.1            | 0            | 17.4           | 0           | 317.5           | 36.8            | 0            | 0            | 0            |
| 22                           | УЖИН      | Колбаса вареная,                           | 90          | 11.52        | 19.98         | 1.35          | 231.30         | 0.198        | 0.144        | 0              | 1.53          | 26.1            | 0.009        | 19.8           | 0           | 218.7           | 160.2           | 0.009        | 0            | 0            |
| 312                          | УЖИН      | Пюре картофельное                          | 200         | 5.52         | 5.48          | 35.04         | 212.30         | 0.26         | 0.22         | 40.64          | 1.88          | 81.44           | 0            | 46             | 0           | 1136            | 116             | 0            | 0            | 0.06         |
| 317                          | УЖИН      | Кондитерские изделия                       | 30          | 0.24         | 0.03          | 17.94         | 97.80          | 0.021        | 0.021        | 0              | 0.3           | 6               | 0            | 3.9            | 0           | 27              | 20.7            | 0            | 0            | 0            |
| Н                            | УЖИН      | Хлеб ржано-пшеничный                       | 75          | 4.20         | 0.90          | 25.05         | 113.10         | 0.075        | 0            | 0              | 2.31          | 17.25           | 0            | 18.75          | 0           | 0               | 79.5            | 0            | 0            | 0            |
| 49                           | УЖИН      | Сок фруктовый                              | 200         | 1.00         | 0.00          | 20.20         | 84.44          | 0.02         | 0.02         | 4              | 2.8           | 14              | 0            | 8              | 0           | 240             | 14              | 0            | 0            | 0.02         |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                            | <b>695</b>  | <b>24,04</b> | <b>31,48</b>  | <b>109,1</b>  | <b>829,03</b>  | <b>0,604</b> | <b>0,435</b> | <b>81,15</b>   | <b>9,39</b>   | <b>185,91</b>   | <b>0,009</b> | <b>110,47</b>  | <b>0</b>    | <b>1876,05</b>  | <b>420,66</b>   | <b>0,009</b> | <b>0</b>     | <b>0,09</b>  |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |           |                                            | <b>3060</b> | <b>148,7</b> | <b>125,83</b> | <b>494,71</b> | <b>4056,46</b> | <b>1,953</b> | <b>2,348</b> | <b>185,896</b> | <b>34,983</b> | <b>1549,178</b> | <b>0,555</b> | <b>428,064</b> | <b>0,56</b> | <b>4881,124</b> | <b>1792,334</b> | <b>0,024</b> | <b>0,015</b> | <b>0,565</b> |

|                       |           |                                              |      |        |       |        |         |       |       |         |        |          |       |         |       |         |         |       |       |       |
|-----------------------|-----------|----------------------------------------------|------|--------|-------|--------|---------|-------|-------|---------|--------|----------|-------|---------|-------|---------|---------|-------|-------|-------|
| День 7 (воскресенье)  |           |                                              |      |        |       |        |         |       |       |         |        |          |       |         |       |         |         |       |       |       |
| 15                    | ЗАВТРАК   | Каша манная молочная с вареньем,             | 230  | 8.72   | 9.41  | 59.69  | 365.31  | 0.621 | 0.299 | 0       | 9.476  | 32.959   | 0     | 281.24  | 0     | 534.38  | 419.06  | 0     | 0     | 0.023 |
| 379                   | ЗАВТРАК   | Кофейный напиток с молоком                   | 200  | 3.16   | 2.68  | 15.94  | 100.60  | 0.2   | 0.28  | 1.96    | 2.16   | 189.8    | 0     | 0.5     | 0     | 0.16    | 0       | 0     | 0     | 0.04  |
| 14                    | ЗАВТРАК   | Масло (порциями)                             | 20   | 0.16   | 3.28  | 0.05   | 26.28   | 0     | 0.02  | 0       | 0.04   | 4.8      | 0.08  | 0       | 0     | 6       | 6       | 0     | 0     | 0     |
| Н                     | ЗАВТРАК   | Хлеб пшеничный                               | 125  | 9.88   | 1.25  | 2.62   | 292.25  | 0.125 | 0     | 0       | 1.375  | 28.75    | 0     | 41.25   | 0     | 0       | 108.75  | 0     | 0     | 0     |
| 209                   | ЗАВТРАК   | Яйца вареные                                 | 40   | 5.08   | 3.45  | 0.28   | 47.10   | 0.032 | 0.18  | 0       | 1      | 35.5     | 0.1   | 7.8     | 0.88  | 56      | 76.808  | 0.008 | 0.008 | 0.32  |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: |           |                                              | 615  | 27     | 20,07 | 78,58  | 831,54  | 0,978 | 0,779 | 1,96    | 14,051 | 291,809  | 0,18  | 330,794 | 0,88  | 596,542 | 610,618 | 0,008 | 0,008 | 0,383 |
| 49                    | ЗАВТРАК 2 | Сок фруктовый                                | 200  | 1.00   | 0.00  | 20.20  | 84.44   | 0.02  | 0.02  | 4       | 2.8    | 14       | 0     | 8       | 0     | 240     | 14      | 0     | 0     | 0.02  |
| 317                   | ЗАВТРАК 2 | Кондитерские изделия                         | 30   | 0.24   | 0.03  | 17.94  | 97.80   | 0.021 | 0.021 | 0       | 0.3    | 6        | 0     | 3.9     | 0     | 27      | 20.7    | 0     | 0     | 0     |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: |           |                                              | 230  | 1,24   | 0,03  | 38,14  | 182,24  | 0,041 | 0,041 | 4       | 3,1    | 20       | 0     | 11,9    | 0     | 267     | 34,7    | 0     | 0     | 0,02  |
| 47                    | ОБЕД      | Салат из квашеной капусты                    | 100  | 0.94   | 5.11  | 8.81   | 92.00   | 0.03  | 0.02  | 31      | 0.68   | 51.1     | 0     | 17.4    | 0     | 317.5   | 36.8    | 0     | 0     | 0     |
| 98                    | ОБЕД      | Суп крестьянский с крупой (пшенной)          | 350  | 7.60   | 8.05  | 25.27  | 204.33  | 0.175 | 0.035 | 9.1     | 1.225  | 18.725   | 0     | 10.01   | 0     | 223.3   | 28.42   | 0     | 0     | 0     |
| 312                   | ОБЕД      | Пюре картофельное                            | 200  | 5.52   | 5.48  | 35.04  | 212.30  | 0.26  | 0.22  | 40.64   | 1.88   | 81.44    | 0     | 46      | 0     | 1136    | 116     | 0     | 0     | 0.06  |
| 268                   | ОБЕД      | Котлеты говяжьи (с соусом)                   | 130  | 27.16  | 41.57 | 25.48  | 471.72  | 0.156 | 0.247 | 6.695   | 4.485  | 28.574   | 0.104 | 12.415  | 0     | 469.53  | 25.142  | 0     | 0     | 0.013 |
| Н                     | ОБЕД      | Хлеб пшеничный                               | 125  | 9.88   | 1.25  | 2.62   | 292.25  | 0.125 | 0     | 0       | 1.375  | 28.75    | 0     | 41.25   | 0     | 0       | 108.75  | 0     | 0     | 0     |
| Н                     | ОБЕД      | Хлеб ржано-пшеничный                         | 75   | 4.20   | 0.90  | 25.05  | 113.10  | 0.075 | 0     | 0       | 2.31   | 17.25    | 0     | 18.75   | 0     | 0       | 79.5    | 0     | 0     | 0     |
| 349                   | ОБЕД      | Компот из смеси сухофруктов                  | 200  | 2.20   | 0.30  | 76.52  | 303.64  | 0.06  | 0.06  | 0.8     | 1.36   | 58.2     | 0.12  | 31.4    | 0     | 516.6   | 55      | 0     | 0     | 0.2   |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: |           |                                              | 1150 | 50,17  | 40,39 | 256,27 | 1459,96 | 0,865 | 0,415 | 99,44   | 10,015 | 269,53   | 0,12  | 193,875 | 0     | 2638,73 | 500,14  | 0     | 0     | 0,305 |
| 377                   | ПОЛДНИК   | Чай с лимоном                                | 220  | 0.29   | 0.02  | 22.70  | 89.74   | 0     | 0.022 | 9.02    | 2.002  | 29.172   | 0     | 4.598   | 0     | 36.52   | 4.84    | 0     | 0     | 0.198 |
| 222                   | ПОЛДНИК   | Пудинг из творога (запеченный) (с повидлом)  | 180  | 18.47  | 12.73 | 28.08  | 555.52  | 0.072 | 0.342 | 0.486   | 1.044  | 177.23   | 0.09  | 30.348  | 0.108 | 240.86  | 250.18  | 0     | 0     | 0     |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: |           |                                              | 400  | 18,76  | 12,75 | 50,78  | 645,26  | 0,072 | 0,364 | 9,506   | 3,046  | 206,4    | 0,09  | 34,946  | 0,108 | 277,378 | 255,022 | 0     | 0     | 0,198 |
| 9                     | УЖИН      | Икра кабачковая (промышленного производства) | 100  | 1.00   | 7.00  | 7.00   | 97.00   | 0     | 0     | 0       | 0      | 0        | 0     | 0       | 0     | 0       | 0       | 0     | 0     | 0     |
| 304                   | УЖИН      | Рис отварной                                 | 150  | 5.25   | 0.75  | 55.50  | 249.75  | 0     | 0     | 0       | 0      | 0        | 0     | 0       | 0     | 0       | 0       | 0     | 0     | 0     |
| 19                    | УЖИН      | Кисель из концентрата,                       | 200  | 0.00   | 0.00  | 93.00  | 412.24  | 0.08  | 0.34  | 1.4     | 0.2    | 240      | 0     | 0       | 0     | 0       | 0       | 0     | 0     | 0     |
| Н                     | УЖИН      | Хлеб ржано-пшеничный                         | 75   | 4.20   | 0.90  | 25.05  | 113.10  | 0.075 | 0     | 0       | 2.31   | 17.25    | 0     | 18.75   | 0     | 0       | 79.5    | 0     | 0     | 0     |
| 338                   | УЖИН      | Фрукты свежие                                | 300  | 1.20   | 1.20  | 29.40  | 141.00  | 0.09  | 0.06  | 30      | 6.6    | 48       | 0     | 27      | 0     | 834     | 33      | 0     | 0     | 0.03  |
| 234                   | УЖИН      | Биточек рыбный (с соусом)                    | 100  | 21.77  | 10.11 | 20.64  | 263.55  | 0.15  | 0.22  | 13.44   | 2.26   | 63.39    | 0.08  | 0       | 0.55  | 494.12  | 281.8   | 0.15  | 0.01  | 0.67  |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: |           |                                              | 925  | 18,01  | 15,22 | 211,36 | 1092    | 0,255 | 0,41  | 32,76   | 9,25   | 310,69   | 0     | 46,87   | 0     | 848     | 117,14  | 0     | 0     | 0,03  |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:        |           |                                              | 3320 | 115,18 | 88,46 | 635,13 | 4211    | 2,211 | 2,009 | 147,666 | 39,462 | 1098,429 | 0,39  | 618,385 | 0,988 | 4627,65 | 1517,62 | 0,008 | 0,008 | 0,936 |

|                              |           |                                                  |             |               |               |               |                |              |              |                |               |                 |              |                |              |                 |                 |              |              |              |
|------------------------------|-----------|--------------------------------------------------|-------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|--------------|----------------|---------------|-----------------|--------------|----------------|--------------|-----------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>День 8 (понедельник)</b>  |           |                                                  |             |               |               |               |                |              |              |                |               |                 |              |                |              |                 |                 |              |              |              |
| 173                          | ЗАВТРАК   | Каша вязкая молочная из овсяной крупы (с маслом) | 200         | 8.10          | 9.74          | 30.66         | 242.84         | 0.2          | 0.26         | 1.96           | 1.26          | 199.44          | 0            | 0.5            | 0            | 0.16            | 0               | 0            | 0            | 0.04         |
| 382                          | ЗАВТРАК   | Какао с молоком                                  | 200         | 9.00          | 7.80          | 50.00         | 264.80         | 0.06         | 0.18         | 1.58           | 0.48          | 152.22          | 0.02         | 21.34          | 0            | 216.34          | 124.56          | 0            | 0            | 0            |
| Н                            | ЗАВТРАК   | Хлеб пшеничный                                   | 125         | 9.88          | 1.25          | 2.62          | 292.25         | 0.125        | 0            | 0              | 1.375         | 28.75           | 0            | 41.25          | 0            | 0               | 108.75          | 0            | 0            | 0            |
| 14                           | ЗАВТРАК   | Масло (порциями)                                 | 20          | 0.16          | 3.28          | 0.05          | 26.28          | 0            | 0.02         | 0              | 0.04          | 4.8             | 0.08         | 0              | 0            | 6               | 6               | 0            | 0            | 0            |
| 15                           | ЗАВТРАК   | Сыр (порциями) (Российский)                      | 20          | 4.64          | 5.90          | 0.00          | 72.00          | 0.01         | 0.06         | 0.14           | 0.2           | 176             | 0.05         | 7              | 0            | 17.6            | 100             | 0            | 0            | 0            |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                                  | <b>565</b>  | <b>31,78</b>  | <b>27,97</b>  | <b>83,33</b>  | <b>898,17</b>  | <b>0,395</b> | <b>0,52</b>  | <b>3,68</b>    | <b>3,355</b>  | <b>561,21</b>   | <b>0,15</b>  | <b>70,09</b>   | <b>0</b>     | <b>240,1</b>    | <b>339,31</b>   | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>0,04</b>  |
| 338                          | ЗАВТРАК 2 | Фрукты свежие                                    | 300         | 1.20          | 1.20          | 29.40         | 141.00         | 0.09         | 0.06         | 30             | 6.6           | 48              | 0            | 27             | 0            | 834             | 33              | 0            | 0            | 0.03         |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                                  | <b>300</b>  | <b>1,2</b>    | <b>1,2</b>    | <b>29,4</b>   | <b>141</b>     | <b>0,09</b>  | <b>0,06</b>  | <b>30</b>      | <b>6,6</b>    | <b>48</b>       | <b>0</b>     | <b>27</b>      | <b>0</b>     | <b>834</b>      | <b>33</b>       | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>0,03</b>  |
| 24                           | ОБЕД      | Салат из свежих помидоров и огурцов              | 100         | 0.79          | 5.16          | 3.87          | 64.50          | 0.09         | 0.11         | 28.5           | 1.53          | 24.6            | 0.1          | 18.4           | 0            | 233             | 39.8            | 0            | 0            | 0.02         |
| 104                          | ОБЕД      | Суп картофельный с мясными фрикадельками         | 350         | 5.84          | 3.50          | 17.89         | 126.98         | 0.14         | 0.105        | 21.49          | 1.12          | 24.08           | 0            | 24.815         | 0            | 585.66          | 65.205          | 0            | 0            | 0.035        |
| 281                          | ОБЕД      | Биточки паровые                                  | 55          | 10.30         | 11.76         | 4.47          | 163.54         | 0.022        | 0.011        | 0.962          | 0.209         | 4.119           | 0.011        | 1.512          | 0            | 35.959          | 4.912           | 0            | 0            | 0            |
| 389                          | ОБЕД      | Сок фруктовый                                    | 200         | 1.00          | 0.20          | 20.20         | 92.00          | 0.02         | 0.02         | 4              | 2.8           | 14              | 0            | 8              | 0            | 240             | 14              | 0            | 0            | 0.02         |
| 312                          | ОБЕД      | Пюре картофельное                                | 200         | 5.52          | 5.48          | 35.04         | 212.30         | 0.26         | 0.22         | 40.64          | 1.88          | 81.44           | 0            | 46             | 0            | 1136            | 116             | 0            | 0            | 0.06         |
| Н                            | ОБЕД      | Хлеб пшеничный                                   | 125         | 9.88          | 1.25          | 2.62          | 292.25         | 0.125        | 0            | 0              | 1.375         | 28.75           | 0            | 41.25          | 0            | 0               | 108.75          | 0            | 0            | 0            |
| Н                            | ОБЕД      | Хлеб ржано-пшеничный                             | 75          | 4.20          | 0.90          | 25.05         | 113.10         | 0.075        | 0            | 0              | 2.31          | 17.25           | 0            | 18.75          | 0            | 0               | 79.5            | 0            | 0            | 0            |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                                  | <b>1105</b> | <b>37,53</b>  | <b>28,25</b>  | <b>109,14</b> | <b>1064,67</b> | <b>0,732</b> | <b>0,466</b> | <b>95,592</b>  | <b>11,224</b> | <b>194,239</b>  | <b>0,111</b> | <b>158,727</b> | <b>0</b>     | <b>2230,614</b> | <b>428,167</b>  | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>0,135</b> |
| 386                          | ПОЛДНИК   | Кефир, йогурт, ряженка,                          | 200         | 15.80         | 12.80         | 15.00         | 254.00         | 0.08         | 0.34         | 1.4            | 0.2           | 240             | 0            | 0              | 0            | 0               | 0               | 0            | 0            | 0            |
| 396                          | ПОЛДНИК   | Блины с повидлом,                                | 170         | 12.19         | 10.23         | 69.72         | 425.49         | 0.391        | 0.51         | 1.989          | 1.19          | 141.68          | 0.017        | 16.201         | 0.051        | 165.78          | 103.12          | 0.017        | 0            | 0.017        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                                  | <b>370</b>  | <b>27,99</b>  | <b>23,03</b>  | <b>84,72</b>  | <b>679,49</b>  | <b>0,471</b> | <b>0,85</b>  | <b>3,389</b>   | <b>1,39</b>   | <b>381,678</b>  | <b>0,017</b> | <b>16,201</b>  | <b>0,051</b> | <b>165,784</b>  | <b>103,122</b>  | <b>0,017</b> | <b>0</b>     | <b>0,017</b> |
| 67                           | УЖИН      | Винегрет овощной                                 | 100         | 4.40          | 5.53          | 21.50         | 168.84         | 0.52         | 0.21         | 31             | 2.88          | 78.1            | 0            | 0              | 0            | 589.5           | 77.8            | 0.01         | 0            | 0.04         |
| 234                          | УЖИН      | Тефтели рыбные (с соусом)                        | 100         | 21.77         | 10.11         | 20.64         | 263.55         | 0.15         | 0.22         | 13.44          | 2.26          | 63.39           | 0.08         | 0              | 0.55         | 494.12          | 281.8           | 0.15         | 0.01         | 0.67         |
| 317                          | УЖИН      | Кондитерские изделия                             | 30          | 0.24          | 0.03          | 17.94         | 97.80          | 0.021        | 0.021        | 0              | 0.3           | 6               | 0            | 3.9            | 0            | 27              | 20.7            | 0            | 0            | 0            |
| 377                          | УЖИН      | Чай с лимоном                                    | 220         | 0.29          | 0.02          | 22.70         | 89.74          | 0            | 0.022        | 9.02           | 2.002         | 29.172          | 0            | 4.598          | 0            | 36.52           | 4.84            | 0            | 0            | 0.198        |
| Н                            | УЖИН      | Хлеб ржано-пшеничный                             | 75          | 4.20          | 0.90          | 25.05         | 113.10         | 0.075        | 0            | 0              | 2.31          | 17.25           | 0            | 18.75          | 0            | 0               | 79.5            | 0            | 0            | 0            |
| 171                          | УЖИН      | Гречка                                           | 150         | 9.66          | 12.72         | 43.11         | 325.32         | 0.915        | 0.45         | 0              | 14.205        | 49.44           | 0            | 421.88         | 0            | 801.57          | 628.59          | 0            | 0.015        | 0.045        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                                  | <b>705</b>  | <b>36,12</b>  | <b>31,33</b>  | <b>132,48</b> | <b>918,07</b>  | <b>1,674</b> | <b>0,846</b> | <b>45,883</b>  | <b>23,036</b> | <b>229,466</b>  | <b>0,104</b> | <b>514,747</b> | <b>0</b>     | <b>2307,546</b> | <b>1070,234</b> | <b>0,153</b> | <b>0,015</b> | <b>0,985</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |           |                                                  | <b>3045</b> | <b>134,62</b> | <b>111,78</b> | <b>439,07</b> | <b>3701,4</b>  | <b>3,362</b> | <b>2,742</b> | <b>178,544</b> | <b>45,605</b> | <b>1414,593</b> | <b>0,382</b> | <b>786,765</b> | <b>0,051</b> | <b>5778,044</b> | <b>1973,833</b> | <b>0,17</b>  | <b>0,015</b> | <b>1,207</b> |

|                              |           |                                                       |             |               |               |               |                |              |              |                |               |                 |              |                |             |                 |                 |              |              |              |
|------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------|-------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|--------------|----------------|---------------|-----------------|--------------|----------------|-------------|-----------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>День 9 (вторник)</b>      |           |                                                       |             |               |               |               |                |              |              |                |               |                 |              |                |             |                 |                 |              |              |              |
| 173                          | ЗАВТРАК   | Каша пшениная молочная,                               | 200         | 7.86          | 8.86          | 32.08         | 239.84         | 0.2          | 0.24         | 1.96           | 1             | 191.96          | 0.04         | 21.5           | 0.08        | 219.16          | 135             | 0            | 0            | 0.08         |
| 379                          | ЗАВТРАК   | Кофейный напиток с молоком                            | 200         | 3.16          | 2.68          | 15.94         | 100.60         | 0.2          | 0.28         | 1.96           | 2.16          | 189.8           | 0            | 0.5            | 0           | 0.16            | 0               | 0            | 0            | 0.04         |
| Н                            | ЗАВТРАК   | Хлеб пшеничный                                        | 125         | 9.88          | 1.25          | 2.62          | 292.25         | 0.125        | 0            | 0              | 1.375         | 28.75           | 0            | 41.25          | 0           | 0               | 108.75          | 0            | 0            | 0            |
| 14                           | ЗАВТРАК   | Масло (порциями)                                      | 20          | 0.16          | 3.28          | 0.05          | 26.28          | 0            | 0.02         | 0              | 0.04          | 4.8             | 0.08         | 0              | 0           | 6               | 6               | 0            | 0            | 0            |
| 209                          | ЗАВТРАК   | Яйца вареные                                          | 40          | 5.08          | 3.45          | 0.28          | 47.10          | 0.032        | 0.18         | 0              | 1             | 35.5            | 0.1          | 7.8            | 0.88        | 56              | 76.808          | 0.008        | 0.008        | 0.32         |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                                       | <b>585</b>  | <b>26,14</b>  | <b>19,52</b>  | <b>50,97</b>  | <b>706,07</b>  | <b>0,557</b> | <b>0,72</b>  | <b>3,92</b>    | <b>5,575</b>  | <b>450,81</b>   | <b>0,22</b>  | <b>71,05</b>   | <b>0,96</b> | <b>281,32</b>   | <b>326,558</b>  | <b>0,008</b> | <b>0,008</b> | <b>0,44</b>  |
| 338                          | ЗАВТРАК 2 | Фрукты свежие                                         | 300         | 1.20          | 1.20          | 29.40         | 141.00         | 0.09         | 0.06         | 30             | 6.6           | 48              | 0            | 27             | 0           | 834             | 33              | 0            | 0            | 0.03         |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                                       | <b>300</b>  | <b>1,2</b>    | <b>1,2</b>    | <b>29,4</b>   | <b>141</b>     | <b>0,09</b>  | <b>0,06</b>  | <b>30</b>      | <b>6,6</b>    | <b>48</b>       | <b>0</b>     | <b>27</b>      | <b>0</b>    | <b>834</b>      | <b>33</b>       | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>0,03</b>  |
| 47                           | ОБЕД      | Салат из квашеной капусты                             | 100         | 0.94          | 5.11          | 8.81          | 92.00          | 0.03         | 0.02         | 31             | 0.68          | 51.1            | 0            | 17.4           | 0           | 317.5           | 36.8            | 0            | 0            | 0            |
| 102                          | ОБЕД      | Суп гороховый                                         | 350         | 10.43         | 5.81          | 107.52        | 186.72         | 0.315        | 0.105        | 21.49          | 2.52          | 42.77           | 0            | 42.455         | 0           | 731.78          | 110.53          | 0            | 0            | 0.035        |
| 49                           | ОБЕД      | Сок фруктовый                                         | 200         | 1.00          | 0.00          | 20.20         | 84.44          | 0.02         | 0.02         | 4              | 2.8           | 14              | 0            | 8              | 0           | 240             | 14              | 0            | 0            | 0.02         |
| Н                            | ОБЕД      | Хлеб пшеничный                                        | 125         | 9.88          | 1.25          | 2.62          | 292.25         | 0.125        | 0            | 0              | 1.375         | 28.75           | 0            | 41.25          | 0           | 0               | 108.75          | 0            | 0            | 0            |
| Н                            | ОБЕД      | Хлеб ржано-пшеничный                                  | 75          | 4.20          | 0.90          | 25.05         | 113.10         | 0.075        | 0            | 0              | 2.31          | 17.25           | 0            | 18.75          | 0           | 0               | 79.5            | 0            | 0            | 0            |
| 312                          | ОБЕД      | Пюре картофельное                                     | 200         | 5.52          | 5.48          | 35.04         | 212.30         | 0.26         | 0.22         | 40.64          | 1.88          | 81.44           | 0            | 46             | 0           | 1136            | 116             | 0            | 0            | 0.06         |
| 268                          | ОБЕД      | Котлеты говяжьи (с соусом)                            | 130         | 27.16         | 41.57         | 25.48         | 471.72         | 0.156        | 0.247        | 6.695          | 4.485         | 28.574          | 0.104        | 12.415         | 0           | 469.53          | 25.142          | 0            | 0            | 0.013        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                                       | <b>1180</b> | <b>55,76</b>  | <b>61,6</b>   | <b>120,57</b> | <b>1439,29</b> | <b>0,736</b> | <b>0,552</b> | <b>89,945</b>  | <b>17,9</b>   | <b>239,834</b>  | <b>0,104</b> | <b>142,85</b>  | <b>0</b>    | <b>2124,559</b> | <b>383,347</b>  | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>0,103</b> |
| 376                          | ПОЛДНИК   | Чай с сахаром                                         | 200         | 0.20          | 0.00          | 20.00         | 80.88          | 0            | 0            | 0.04           | 0.44          | 8.32            | 0            | 1.2            | 0           | 0.6             | 0               | 0            | 0            | 0.12         |
|                              |           |                                                       |             |               |               |               |                |              |              |                |               |                 |              |                |             |                 |                 |              |              |              |
| 219                          | ПОЛДНИК   | Сырники из творога (с молоком сгущенным или вареньем) | 180         | 34.38         | 41.71         | 50.45         | 499.50         | 0.378        | 1.332        | 2.07           | 2.7           | 586.93          | 0.324        | 80.19          | 0.81        | 500.62          | 751.81          | 0.018        | 0.018        | 0.036        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                                       | <b>380</b>  | <b>34,58</b>  | <b>41,71</b>  | <b>70,45</b>  | <b>580,38</b>  | <b>0,378</b> | <b>1,332</b> | <b>2,11</b>    | <b>3,14</b>   | <b>595,246</b>  | <b>0,324</b> | <b>81,39</b>   | <b>0,81</b> | <b>501,216</b>  | <b>751,806</b>  | <b>0,018</b> | <b>0,018</b> | <b>0,156</b> |
| 52                           | УЖИН      | Салат из свеклы отварной                              | 100         | 1.31          | 9.99          | 7.66          | 126.44         | 0.02         | 0.04         | 9.5            | 1.33          | 35.15           | 0            | 20.9           | 0           | 273.6           | 40.85           | 0.01         | 0            | 0.02         |
| 234                          | УЖИН      | Шницель рыбный (с соусом)                             | 100         | 21.77         | 10.11         | 20.64         | 263.55         | 0.15         | 0.22         | 13.44          | 2.26          | 63.39           | 0.08         | 0              | 0.55        | 494.12          | 281.8           | 0.15         | 0.01         | 0.67         |
| 304                          | УЖИН      | Рис отварной                                          | 150         | 5.25          | 0.75          | 55.50         | 249.75         | 0            | 0            | 0              | 0             | 0               | 0            | 0              | 0           | 0               | 0               | 0            | 0            | 0            |
| 19                           | УЖИН      | Кисель из концентрата,                                | 200         | 0.00          | 0.00          | 93.00         | 412.24         | 0.08         | 0.34         | 1.4            | 0.2           | 240             | 0            | 0              | 0           | 0               | 0               | 0            | 0            | 0            |
| Н                            | УЖИН      | Хлеб ржано-пшеничный                                  | 75          | 4.20          | 0.90          | 25.05         | 113.10         | 0.075        | 0            | 0              | 2.31          | 17.25           | 0            | 18.75          | 0           | 0               | 79.5            | 0            | 0            | 0            |
| 24                           | УЖИН      | Кондитерские изделия                                  | 30          | 0.25          | 0.04          | 22.47         | 125.13         | 0.021        | 0.021        | 0              | 0.3           | 6               | 0            | 3.9            | 0           | 27              | 20.7            | 0            | 0            | 0            |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                                       | <b>685</b>  | <b>28,34</b>  | <b>23,81</b>  | <b>205,86</b> | <b>1149,93</b> | <b>0,339</b> | <b>0,544</b> | <b>16,763</b>  | <b>5,479</b>  | <b>347,904</b>  | <b>0,104</b> | <b>109,174</b> | <b>0</b>    | <b>1153,556</b> | <b>399,854</b>  | <b>0,153</b> | <b>0</b>     | <b>0,722</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |           |                                                       | <b>3130</b> | <b>146,02</b> | <b>147,84</b> | <b>477,25</b> | <b>4016,67</b> | <b>2,1</b>   | <b>3,208</b> | <b>142,738</b> | <b>38,694</b> | <b>1681,794</b> | <b>0,752</b> | <b>431,464</b> | <b>1,77</b> | <b>4894,651</b> | <b>1894,565</b> | <b>0,179</b> | <b>0,026</b> | <b>1,451</b> |

|                              |           |                                     |             |               |               |               |                |              |              |                |               |                 |              |                |              |                 |                 |              |              |              |
|------------------------------|-----------|-------------------------------------|-------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|--------------|----------------|---------------|-----------------|--------------|----------------|--------------|-----------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>День 10 (среда)</b>       |           |                                     |             |               |               |               |                |              |              |                |               |                 |              |                |              |                 |                 |              |              |              |
| 14                           | ЗАВТРАК   | Каша манная молочная                | 200         | 7.50          | 8.18          | 33.30         | 237.16         | 0.1          | 0.24         | 1.96           | 0.48          | 189.86          | 0.04         | 26.9           | 0.08         | 258.14          | 160.5           | 0.02         | 0            | 0.08         |
| 382                          | ЗАВТРАК   | Какао с молоком                     | 200         | 9.00          | 7.80          | 50.00         | 264.80         | 0.06         | 0.18         | 1.58           | 0.48          | 152.22          | 0.02         | 21.34          | 0            | 216.34          | 124.56          | 0            | 0            | 0            |
| 14                           | ЗАВТРАК   | Масло (порциями)                    | 20          | 0.16          | 3.28          | 0.05          | 26.28          | 0            | 0.02         | 0              | 0.04          | 4.8             | 0.08         | 0              | 0            | 6               | 6               | 0            | 0            | 0            |
| Н                            | ЗАВТРАК   | Хлеб пшеничный                      | 125         | 9.88          | 1.25          | 2.62          | 292.25         | 0.125        | 0            | 0              | 1.375         | 28.75           | 0            | 41.25          | 0            | 0               | 108.75          | 0            | 0            | 0            |
| 15                           | ЗАВТРАК   | Сыр (порциями) (Российский)         | 20          | 4.64          | 5.90          | 0.00          | 72.00          | 0.01         | 0.06         | 0.14           | 0.2           | 176             | 0.05         | 7              | 0            | 17.6            | 100             | 0            | 0            | 0            |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                     | <b>565</b>  | <b>31,18</b>  | <b>26,41</b>  | <b>85,97</b>  | <b>892,49</b>  | <b>0,295</b> | <b>0,5</b>   | <b>3,68</b>    | <b>2,575</b>  | <b>551,63</b>   | <b>0,19</b>  | <b>96,49</b>   | <b>0,08</b>  | <b>498,08</b>   | <b>499,81</b>   | <b>0,02</b>  | <b>0</b>     | <b>0,08</b>  |
| 338                          | ЗАВТРАК 2 | Фрукты свежие                       | 300         | 1.20          | 1.20          | 29.40         | 141.00         | 0.09         | 0.06         | 30             | 6.6           | 48              | 0            | 27             | 0            | 834             | 33              | 0            | 0            | 0.03         |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                     | <b>300</b>  | <b>1,2</b>    | <b>1,2</b>    | <b>29,4</b>   | <b>141</b>     | <b>0,09</b>  | <b>0,06</b>  | <b>30</b>      | <b>6,6</b>    | <b>48</b>       | <b>0</b>     | <b>27</b>      | <b>0</b>     | <b>834</b>      | <b>33</b>       | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>0,03</b>  |
| 76                           | ОБЕД      | Сельдь с луком                      | 100         | 17.64         | 7.01          | 3.82          | 137.05         | 0.02         | 0.01         | 4              | 0.32          | 12.4            | 0            | 5.6            | 0            | 70              | 23.2            | 0            | 0            | 0.01         |
| 94                           | ОБЕД      | Рассольник со сметаной              | 370         | 10.43         | 8.10          | 31.34         | 220.33         | 0.185        | 0.148        | 27.047         | 1.998         | 70.892          | 0            | 32.634         | 0            | 646.46          | 120.4           | 0            | 0            | 0.037        |
| 268                          | ОБЕД      | Котлеты говяжьи (с соусом)          | 130         | 27.16         | 41.57         | 25.48         | 471.72         | 0.156        | 0.247        | 6.695          | 4.485         | 28.574          | 0.104        | 12.415         | 0            | 469.53          | 25.142          | 0            | 0            | 0.013        |
| 312                          | ОБЕД      | Пюре картофельное                   | 200         | 5.52          | 5.48          | 35.04         | 212.30         | 0.26         | 0.22         | 40.64          | 1.88          | 81.44           | 0            | 46             | 0            | 1136            | 116             | 0            | 0            | 0.06         |
| 349                          | ОБЕД      | Компот из смеси сухофруктов         | 200         | 2.20          | 0.30          | 76.52         | 303.64         | 0.06         | 0.06         | 0.8            | 1.36          | 58.2            | 0.12         | 31.4           | 0            | 516.6           | 55              | 0            | 0            | 0.2          |
| Н                            | ОБЕД      | Хлеб пшеничный                      | 125         | 9.88          | 1.25          | 2.62          | 292.25         | 0.125        | 0            | 0              | 1.375         | 28.75           | 0            | 41.25          | 0            | 0               | 108.75          | 0            | 0            | 0            |
| Н                            | ОБЕД      | Хлеб ржано-пшеничный                | 75          | 4.20          | 0.90          | 25.05         | 113.10         | 0.075        | 0            | 0              | 2.31          | 17.25           | 0            | 18.75          | 0            | 0               | 79.5            | 0            | 0            | 0            |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                     | <b>1200</b> | <b>77,03</b>  | <b>64,61</b>  | <b>199,87</b> | <b>1750,39</b> | <b>0,881</b> | <b>0,685</b> | <b>79,182</b>  | <b>13,728</b> | <b>297,506</b>  | <b>0,224</b> | <b>188,049</b> | <b>0</b>     | <b>2838,598</b> | <b>527,99</b>   | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>0,32</b>  |
| 377                          | полдник   | Чай с лимоном                       | 220         | 0.29          | 0.02          | 22.70         | 89.74          | 0            | 0.022        | 9.02           | 2.002         | 29.172          | 0            | 4.598          | 0            | 36.52           | 4.84            | 0            | 0            | 0.198        |
| 424                          | полдник   | Булочка домашняя                    | 150         | 27.39         | 16.50         | 257.73        | 750.31         | 0.36         | 0.48         | 2.19           | 3.105         | 254.55          | 0.12         | 54.195         | 0.84         | 493.91          | 358.01          | 0.03         | 0.03         | 0.09         |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                     | <b>370</b>  | <b>27,68</b>  | <b>16,52</b>  | <b>280,43</b> | <b>840,05</b>  | <b>0,36</b>  | <b>0,502</b> | <b>11,21</b>   | <b>5,107</b>  | <b>283,722</b>  | <b>0,12</b>  | <b>58,793</b>  | <b>0,84</b>  | <b>530,425</b>  | <b>362,845</b>  | <b>0,03</b>  | <b>0,03</b>  | <b>0,288</b> |
| 24                           | ужин      | Салат из свежих помидоров и огурцов | 100         | 0.79          | 5.16          | 3.87          | 64.50          | 0.09         | 0.11         | 28.5           | 1.53          | 24.6            | 0.1          | 18.4           | 0            | 233             | 39.8            | 0            | 0            | 0.02         |
| 210                          | ужин      | Омлет натуральный                   | 90          | 7.06          | 8.15          | 2.88          | 112.43         | 0.054        | 0.306        | 0.297          | 1.584         | 62.073          | 0.162        | 7.452          | 1.368        | 86.904          | 119.18          | 0.009        | 0.018        | 0.027        |
| 49                           | ужин      | Сок фруктовый                       | 100         | 1.00          | 0.00          | 20.20         | 84.44          | 0.02         | 0.02         | 4              | 2.8           | 14              | 0            | 8              | 0            | 240             | 14              | 0            | 0            | 0.02         |
| Н                            | ужин      | Хлеб ржано-пшеничный                | 75          | 4.20          | 0.90          | 25.05         | 113.10         | 0.075        | 0            | 0              | 2.31          | 17.25           | 0            | 18.75          | 0            | 0               | 79.5            | 0            | 0            | 0            |
| 234                          | ужин      | Котлеты рыбные (с соусом)           | 100         | 21.77         | 10.11         | 20.64         | 263.55         | 0.15         | 0.22         | 13.44          | 2.26          | 63.39           | 0.08         | 0              | 0.55         | 494.12          | 281.8           | 0.15         | 0.01         | 0.67         |
| 171                          | ужин      | Гречка                              | 150         | 9.66          | 12.72         | 43.11         | 325.32         | 0.915        | 0.45         | 0              | 14.205        | 49.44           | 0            | 421.88         | 0            | 801.57          | 628.59          | 0            | 0.015        | 0.045        |
| 317                          | ужин      | Кондитерские изделия                | 30          | 0.24          | 0.03          | 17.94         | 97.80          | 0.021        | 0.021        | 0              | 0.3           | 6               | 0            | 3.9            | 0            | 27              | 20.7            | 0            | 0            | 0            |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                     | <b>645</b>  | <b>44,72</b>  | <b>37,07</b>  | <b>133,69</b> | <b>1061,14</b> | <b>1,325</b> | <b>1,127</b> | <b>46,237</b>  | <b>24,989</b> | <b>236,753</b>  | <b>0,342</b> | <b>478,377</b> | <b>1,918</b> | <b>1882,594</b> | <b>183,568</b>  | <b>0,159</b> | <b>0,043</b> | <b>0,782</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |           |                                     | <b>3080</b> | <b>181,81</b> | <b>145,81</b> | <b>729,36</b> | <b>4685,07</b> | <b>2,951</b> | <b>2,874</b> | <b>170,309</b> | <b>52,999</b> | <b>1417,611</b> | <b>0,876</b> | <b>848,709</b> | <b>2,838</b> | <b>6583,692</b> | <b>2607,213</b> | <b>0,209</b> | <b>0,073</b> | <b>1,5</b>   |

|                              |           |                                                       |             |               |               |               |                |              |              |                |               |                 |              |                |              |                 |                 |              |              |              |
|------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------|-------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|--------------|----------------|---------------|-----------------|--------------|----------------|--------------|-----------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>День 11 (четверг)</b>     |           |                                                       |             |               |               |               |                |              |              |                |               |                 |              |                |              |                 |                 |              |              |              |
| 17                           | ЗАВТРАК   | Каша рисовая (молочная), с вареньем,                  | 230         | 7.77          | 9.96          | 56.83         | 353.81         | 0.368        | 0.598        | 4.485          | 1.863         | 450.46          | 0.069        | 129.49         | 0.184        | 720.71          | 536.82          | 0.023        | 0.023        | 0.23         |
| 379                          | ЗАВТРАК   | Кофейный напиток с молоком                            | 200         | 3.16          | 2.68          | 15.94         | 100.60         | 0.2          | 0.28         | 1.96           | 2.16          | 189.8           | 0            | 0.5            | 0            | 0.16            | 0               | 0            | 0            | 0.04         |
| Н                            | ЗАВТРАК   | Хлеб пшеничный                                        | 125         | 9.88          | 1.25          | 2.62          | 292.25         | 0.125        | 0            | 0              | 1.375         | 28.75           | 0            | 41.25          | 0            | 0               | 108.75          | 0            | 0            | 0            |
| 14                           | ЗАВТРАК   | Масло (порциями)                                      | 20          | 0.16          | 3.28          | 0.05          | 26.28          | 0            | 0.02         | 0              | 0.04          | 4.8             | 0.08         | 0              | 0            | 6               | 6               | 0            | 0            | 0            |
| 209                          | ЗАВТРАК   | Яйца вареные                                          | 40          | 5.08          | 3.45          | 0.28          | 47.10          | 0.032        | 0.18         | 0              | 1             | 35.5            | 0.1          | 7.8            | 0.88         | 56              | 76.808          | 0.008        | 0.008        | 0.32         |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                                       | <b>615</b>  | <b>26,05</b>  | <b>20,62</b>  | <b>75,72</b>  | <b>820,04</b>  | <b>0,725</b> | <b>1,078</b> | <b>6,445</b>   | <b>6,438</b>  | <b>709,305</b>  | <b>0,249</b> | <b>179,04</b>  | <b>1,064</b> | <b>782,865</b>  | <b>728,378</b>  | <b>0,031</b> | <b>0,031</b> | <b>0,59</b>  |
| 338                          | ЗАВТРАК 2 | Фрукты свежие                                         | 300         | 1.20          | 1.20          | 29.40         | 141.00         | 0.09         | 0.06         | 30             | 6.6           | 48              | 0            | 27             | 0            | 834             | 33              | 0            | 0            | 0.03         |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                                       | <b>300</b>  | <b>1,2</b>    | <b>1,2</b>    | <b>29,4</b>   | <b>141</b>     | <b>0,09</b>  | <b>0,06</b>  | <b>30</b>      | <b>6,6</b>    | <b>48</b>       | <b>0</b>     | <b>27</b>      | <b>0</b>     | <b>834</b>      | <b>33</b>       | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>0,03</b>  |
| 24                           | ОБЕД      | Салат из свежих помидоров и огурцов                   | 100         | 0.79          | 5.16          | 3.87          | 64.50          | 0.09         | 0.11         | 28.5           | 1.53          | 24.6            | 0.1          | 18.4           | 0            | 233             | 39.8            | 0            | 0            | 0.02         |
| 81                           | ОБЕД      | Борщ со сметаной                                      | 370         | 45.14         | 56.98         | 73.63         | 260.18         | 0.037        | 0.074        | 33.3           | 1.258         | 63.973          | 0            | 21.793         | 0            | 331.56          | 47.693          | 0            | 0            | 0.037        |
| 202                          | ОБЕД      | Макаронные изделия отварные                           | 150         | 5.65          | 0.66          | 31.92         | 156.30         | 0.06         | 0.015        | 0              | 0.855         | 11.19           | 0            | 8.64           | 0            | 36.945          | 37.17           | 0            | 0            | 0            |
| 389                          | ОБЕД      | Сок фруктовый                                         | 200         | 1.00          | 0.20          | 20.20         | 92.00          | 0.02         | 0.02         | 4              | 2.8           | 14              | 0            | 8              | 0            | 240             | 14              | 0            | 0            | 0.02         |
| Н                            | ОБЕД      | Хлеб пшеничный                                        | 125         | 9.88          | 1.25          | 2.62          | 292.25         | 0.125        | 0            | 0              | 1.375         | 28.75           | 0            | 41.25          | 0            | 0               | 108.75          | 0            | 0            | 0            |
| Н                            | ОБЕД      | Хлеб ржано-пшеничный                                  | 75          | 4.20          | 0.90          | 25.05         | 113.10         | 0.075        | 0            | 0              | 2.31          | 17.25           | 0            | 18.75          | 0            | 0               | 79.5            | 0            | 0            | 0            |
| 295                          | ОБЕД      | Тефтели куриные (с соусом)                            | 110         | 10.87         | 13.11         | 15.18         | 223.04         | 0.055        | 0.022        | 5.5            | 0.726         | 12.98           | 0.088        | 10.175         | 0            | 382.93          | 20.768          | 0            | 0            | 0            |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                                       | <b>1120</b> | <b>83,04</b>  | <b>86,71</b>  | <b>157,29</b> | <b>1240,19</b> | <b>0,407</b> | <b>0,219</b> | <b>65,8</b>    | <b>10,128</b> | <b>159,763</b>  | <b>0,1</b>   | <b>116,833</b> | <b>0</b>     | <b>841,502</b>  | <b>327,013</b>  | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>0,077</b> |
| 349                          | ПОЛДНИК   | Компот из смеси сухофруктов                           | 200         | 2.20          | 0.30          | 76.52         | 303.64         | 0.06         | 0.06         | 0.8            | 1.36          | 58.2            | 0.12         | 31.4           | 0            | 516.6           | 55              | 0            | 0            | 0.2          |
| 219                          | ПОЛДНИК   | Сырники из творога (с молоком сгущенным или вареньем) | 180         | 34.38         | 41.71         | 50.45         | 499.50         | 0.378        | 1.332        | 2.07           | 2.7           | 586.93          | 0.324        | 80.19          | 0.81         | 500.62          | 751.81          | 0.018        | 0.018        | 0.036        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                                       | <b>380</b>  | <b>36,58</b>  | <b>42,01</b>  | <b>126,97</b> | <b>803,14</b>  | <b>0,438</b> | <b>1,392</b> | <b>2,87</b>    | <b>4,06</b>   | <b>645,126</b>  | <b>0,444</b> | <b>111,59</b>  | <b>0,81</b>  | <b>1017,216</b> | <b>806,806</b>  | <b>0,018</b> | <b>0,018</b> | <b>0,236</b> |
| 47                           | УЖИН      | Салат из квашеной капусты                             | 100         | 0.94          | 5.11          | 8.81          | 92.00          | 0.03         | 0.02         | 31             | 0.68          | 51.1            | 0            | 17.4           | 0            | 317.5           | 36.8            | 0            | 0            | 0            |
| 22                           | УЖИН      | Колбаса вареная,                                      | 90          | 11.52         | 19.98         | 1.35          | 231.30         | 0.198        | 0.144        | 0              | 1.53          | 26.1            | 0.009        | 19.8           | 0            | 218.7           | 160.2           | 0.009        | 0            | 0            |
| 312                          | УЖИН      | Пюре картофельное                                     | 200         | 5.52          | 5.48          | 35.04         | 212.30         | 0.26         | 0.22         | 40.64          | 1.88          | 81.44           | 0            | 46             | 0            | 1136            | 116             | 0            | 0            | 0.06         |
| 386                          | УЖИН      | Кефир, йогурт, ряженка,                               | 200         | 15.80         | 12.80         | 15.00         | 254.00         | 0.08         | 0.34         | 1.4            | 0.2           | 240             | 0            | 0              | 0            | 0               | 0               | 0            | 0            | 0            |
| Н                            | УЖИН      | Хлеб ржано-пшеничный                                  | 75          | 4.20          | 0.90          | 25.05         | 113.10         | 0.075        | 0            | 0              | 2.31          | 17.25           | 0            | 18.75          | 0            | 0               | 79.5            | 0            | 0            | 0            |
| 317                          | УЖИН      | Кондитерские изделия                                  | 30          | 0.24          | 0.03          | 17.94         | 97.80          | 0.021        | 0.021        | 0              | 0.3           | 6               | 0            | 3.9            | 0            | 27              | 20.7            | 0            | 0            | 0            |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                                       | <b>695</b>  | <b>38,84</b>  | <b>44,28</b>  | <b>103,9</b>  | <b>998,59</b>  | <b>0,664</b> | <b>0,755</b> | <b>78,55</b>   | <b>6,79</b>   | <b>411,91</b>   | <b>0,009</b> | <b>102,47</b>  | <b>0</b>     | <b>1636,05</b>  | <b>406,66</b>   | <b>0,009</b> | <b>0</b>     | <b>0,07</b>  |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |           |                                                       | <b>3110</b> | <b>185,71</b> | <b>194,82</b> | <b>493,28</b> | <b>4002,96</b> | <b>2,324</b> | <b>3,504</b> | <b>183,665</b> | <b>34,016</b> | <b>1974,104</b> | <b>0,802</b> | <b>536,933</b> | <b>1,874</b> | <b>5111,633</b> | <b>3301,857</b> | <b>0,058</b> | <b>0,049</b> | <b>1,003</b> |

|                              |           |                                             |             |               |              |               |                |              |              |                |               |                 |              |                |              |                 |                |              |              |              |
|------------------------------|-----------|---------------------------------------------|-------------|---------------|--------------|---------------|----------------|--------------|--------------|----------------|---------------|-----------------|--------------|----------------|--------------|-----------------|----------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>День 12 (пятница)</b>     |           |                                             |             |               |              |               |                |              |              |                |               |                 |              |                |              |                 |                |              |              |              |
| 120                          | ЗАВТРАК   | Суп молочный с макаронными изделиями        | 200         | 4.84          | 4.42         | 8.46          | 135.10         | 0.08         | 0.16         | 1.3            | 2.6           | 136.8           | 0            | 1.1            | 0            | 0.14            | 0.9            | 0            | 0            | 0.08         |
| 382                          | ЗАВТРАК   | Какао с молоком                             | 200         | 9.00          | 7.80         | 50.00         | 264.80         | 0.06         | 0.18         | 1.58           | 0.48          | 152.22          | 0.02         | 21.34          | 0            | 216.34          | 124.56         | 0            | 0            | 0            |
| 14                           | ЗАВТРАК   | Масло (порциями)                            | 20          | 0.16          | 3.28         | 0.05          | 26.28          | 0            | 0.02         | 0              | 0.04          | 4.8             | 0.08         | 0              | 0            | 6               | 6              | 0            | 0            | 0            |
| Н                            | ЗАВТРАК   | Хлеб пшеничный                              | 125         | 9.88          | 1.25         | 2.62          | 292.25         | 0.125        | 0            | 0              | 1.375         | 28.75           | 0            | 41.25          | 0            | 0               | 108.75         | 0            | 0            | 0            |
| 15                           | ЗАВТРАК   | Сыр (порциями) (Российский)                 | 20          | 4.64          | 5.90         | 0.00          | 72.00          | 0.01         | 0.06         | 0.14           | 0.2           | 176             | 0.05         | 7              | 0            | 17.6            | 100            | 0            | 0            | 0            |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                             | <b>565</b>  | <b>28,52</b>  | <b>22,65</b> | <b>61,13</b>  | <b>790,43</b>  | <b>0,275</b> | <b>0,42</b>  | <b>3,02</b>    | <b>4,695</b>  | <b>498,57</b>   | <b>0,15</b>  | <b>70,69</b>   | <b>0</b>     | <b>240,08</b>   | <b>340,21</b>  | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>0,08</b>  |
| 389                          | ЗАВТРАК 2 | Сок фруктовый                               | 200         | 1.00          | 0.20         | 20.20         | 92.00          | 0.02         | 0.02         | 4              | 2.8           | 14              | 0            | 8              | 0            | 240             | 14             | 0            | 0            | 0.02         |
| 317                          | ЗАВТРАК 2 | Кондитерские изделия                        | 30          | 0.24          | 0.03         | 17.94         | 97.80          | 0.021        | 0.021        | 0              | 0.3           | 6               | 0            | 3.9            | 0            | 27              | 20.7           | 0            | 0            | 0            |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                             | <b>230</b>  | <b>1,24</b>   | <b>0,23</b>  | <b>38,14</b>  | <b>189,8</b>   | <b>0,041</b> | <b>0,041</b> | <b>4</b>       | <b>3,1</b>    | <b>20</b>       | <b>0</b>     | <b>11,9</b>    | <b>0</b>     | <b>267</b>      | <b>34,7</b>    | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>0,02</b>  |
| 71                           | ОБЕД      | Овощи натуральные свежие (помидоры)         | 100         | 1.10          | 0.20         | 3.80          | 22.00          | 0.06         | 0.04         | 17.5           | 0.9           | 14              | 0            | 20             | 0            | 290             | 26             | 0            | 0            | 0            |
| 102                          | ОБЕД      | Суп гороховый                               | 350         | 10.43         | 5.81         | 107.52        | 186.72         | 0.315        | 0.105        | 21.49          | 2.52          | 42.77           | 0            | 42.455         | 0            | 731.78          | 110.53         | 0            | 0            | 0.035        |
| 312                          | ОБЕД      | Пюре картофельное                           | 200         | 5.52          | 5.48         | 35.04         | 212.30         | 0.26         | 0.22         | 40.64          | 1.88          | 81.44           | 0            | 46             | 0            | 1136            | 116            | 0            | 0            | 0.06         |
| 349                          | ОБЕД      | Компот из смеси сухофруктов                 | 200         | 2.20          | 0.30         | 76.52         | 303.64         | 0.06         | 0.06         | 0.8            | 1.36          | 58.2            | 0.12         | 31.4           | 0            | 516.6           | 55             | 0            | 0            | 0.2          |
| Н                            | ОБЕД      | Хлеб пшеничный                              | 125         | 9.88          | 1.25         | 2.62          | 292.25         | 0.125        | 0            | 0              | 1.375         | 28.75           | 0            | 41.25          | 0            | 0               | 108.75         | 0            | 0            | 0            |
| 295                          | ОБЕД      | Котлета куриная (с соусом)                  | 110         | 10.87         | 13.11        | 15.18         | 223.04         | 0.055        | 0.022        | 5.5            | 0.726         | 12.98           | 0.088        | 10.175         | 0            | 382.93          | 20.768         | 0            | 0            | 0            |
| Н                            | ОБЕД      | Хлеб ржано-пшеничный                        | 75          | 4.20          | 0.90         | 25.05         | 113.10         | 0.075        | 0            | 0              | 2.31          | 17.25           | 0            | 18.75          | 0            | 0               | 79.5           | 0            | 0            | 0            |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                             | <b>1160</b> | <b>44,2</b>   | <b>27,05</b> | <b>265,73</b> | <b>1353,05</b> | <b>0,95</b>  | <b>0,447</b> | <b>85,93</b>   | <b>11,071</b> | <b>255,39</b>   | <b>0,208</b> | <b>210,03</b>  | <b>0</b>     | <b>3057,312</b> | <b>516,548</b> | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>0,295</b> |
| 19                           | ПОЛДНИК   | Кисель из концентрата,                      | 200         | 0.00          | 0.00         | 93.00         | 412.24         | 0.08         | 0.34         | 1.4            | 0.2           | 240             | 0            | 0              | 0            | 0               | 0              | 0            | 0            | 0            |
| 222                          | ПОЛДНИК   | Пудинг из творога (запеченный) (с повидлом) | 180         | 18.47         | 12.73        | 28.08         | 555.52         | 0.072        | 0.342        | 0.486          | 1.044         | 177.23          | 0.09         | 30.348         | 0.108        | 240.86          | 250.18         | 0            | 0            | 0            |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                             | <b>380</b>  | <b>18,47</b>  | <b>12,73</b> | <b>121,08</b> | <b>967,76</b>  | <b>0,152</b> | <b>0,682</b> | <b>1,886</b>   | <b>1,244</b>  | <b>417,228</b>  | <b>0,09</b>  | <b>30,348</b>  | <b>0,108</b> | <b>240,858</b>  | <b>250,182</b> | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>0</b>     |
| 67                           | УЖИН      | Винегрет овощной                            | 100         | 4.40          | 5.53         | 21.50         | 168.84         | 0.52         | 0.21         | 31             | 2.88          | 78.1            | 0            | 0              | 0            | 589.5           | 77.8           | 0.01         | 0            | 0.04         |
| 377                          | УЖИН      | Чай с лимоном                               | 220         | 0.29          | 0.02         | 22.70         | 89.74          | 0            | 0.022        | 9.02           | 2.002         | 29.172          | 0            | 4.598          | 0            | 36.52           | 4.84           | 0            | 0            | 0.198        |
| Н                            | УЖИН      | Хлеб ржано-пшеничный                        | 75          | 4.20          | 0.90         | 25.05         | 113.10         | 0.075        | 0            | 0              | 2.31          | 17.25           | 0            | 18.75          | 0            | 0               | 79.5           | 0            | 0            | 0            |
| 234                          | УЖИН      | Котлета рыбная (с соусом)                   | 100         | 21.77         | 10.11        | 20.64         | 263.55         | 0.15         | 0.22         | 13.44          | 2.26          | 63.39           | 0.08         | 0              | 0.55         | 494.12          | 281.8          | 0.15         | 0.01         | 0.67         |
| 304                          | УЖИН      | Рис отварной                                | 150         | 5.25          | 0.75         | 55.50         | 249.75         | 0            | 0            | 0              | 0             | 0               | 0            | 0              | 0            | 0               | 0              | 0            | 0            | 0            |
| 210                          | УЖИН      | Омлет натуральный                           | 90          | 7.06          | 8.15         | 2.88          | 112.43         | 0.054        | 0.306        | 0.297          | 1.584         | 62.073          | 0.162        | 7.452          | 1.368        | 86.904          | 119.18         | 0.009        | 0.018        | 0.027        |
| 338                          | УЖИН      | Фрукты свежие                               | 300         | 1.20          | 1.20         | 29.40         | 141.00         | 0.09         | 0.06         | 30             | 6.6           | 48              | 0            | 27             | 0            | 834             | 33             | 0            | 0            | 0.03         |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                             | <b>945</b>  | <b>29,05</b>  | <b>24,12</b> | <b>122,76</b> | <b>845,77</b>  | <b>0,947</b> | <b>0,95</b>  | <b>72,621</b>  | <b>21,952</b> | <b>269,251</b>  | <b>0,162</b> | <b>147,608</b> | <b>1,368</b> | <b>2315,66</b>  | <b>832,51</b>  | <b>0,035</b> | <b>0,034</b> | <b>0,471</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |           |                                             | <b>3280</b> | <b>121,48</b> | <b>86,78</b> | <b>608,84</b> | <b>4146,81</b> | <b>2,365</b> | <b>2,54</b>  | <b>167,457</b> | <b>42,062</b> | <b>1460,439</b> | <b>0,61</b>  | <b>470,576</b> | <b>1,476</b> | <b>6120,91</b>  | <b>1974,15</b> | <b>0,035</b> | <b>0,034</b> | <b>0,866</b> |

|                              |           |                                  |             |               |               |               |                |              |              |                |               |                |              |                 |             |                 |                |              |              |              |
|------------------------------|-----------|----------------------------------|-------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|--------------|----------------|---------------|----------------|--------------|-----------------|-------------|-----------------|----------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>День 13 (суббота)</b>     |           |                                  |             |               |               |               |                |              |              |                |               |                |              |                 |             |                 |                |              |              |              |
| 15                           | ЗАВТРАК   | Каша манная молочная с вареньем, | 230         | 8.72          | 9.41          | 59.69         | 365.31         | 0.621        | 0.299        | 0              | 9.476         | 32.959         | 0            | 281.24          | 0           | 534.38          | 419.06         | 0            | 0            | 0.023        |
| 379                          | ЗАВТРАК   | Кофейный напиток с молоком       | 200         | 3.16          | 2.68          | 15.94         | 100.60         | 0.2          | 0.28         | 1.96           | 2.16          | 189.8          | 0            | 0.5             | 0           | 0.16            | 0              | 0            | 0            | 0.04         |
| Н                            | ЗАВТРАК   | Хлеб пшеничный                   | 125         | 9.88          | 1.25          | 2.62          | 292.25         | 0.125        | 0            | 0              | 1.375         | 28.75          | 0            | 41.25           | 0           | 0               | 108.75         | 0            | 0            | 0            |
| 14                           | ЗАВТРАК   | Масло (порциями)                 | 20          | 0.16          | 3.28          | 0.05          | 26.28          | 0            | 0.02         | 0              | 0.04          | 4.8            | 0.08         | 0               | 0           | 6               | 6              | 0            | 0            | 0            |
| 209                          | ЗАВТРАК   | Яйца вареные                     | 40          | 5.08          | 3.45          | 0.28          | 47.10          | 0.032        | 0.18         | 0              | 1             | 35.5           | 0.1          | 7.8             | 0.88        | 56              | 76.808         | 0.008        | 0.008        | 0.32         |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                  | <b>615</b>  | <b>27</b>     | <b>20,07</b>  | <b>78,58</b>  | <b>831,54</b>  | <b>0,978</b> | <b>0,779</b> | <b>1,96</b>    | <b>14,051</b> | <b>291,809</b> | <b>0,18</b>  | <b>330,794</b>  | <b>0,88</b> | <b>596,542</b>  | <b>610,618</b> | <b>0,008</b> | <b>0,008</b> | <b>0,383</b> |
| 338                          | ЗАВТРАК 2 | Фрукты свежие                    | 300         | 1.20          | 1.20          | 29.40         | 141.00         | 0.09         | 0.06         | 30             | 6.6           | 48             | 0            | 27              | 0           | 834             | 33             | 0            | 0            | 0.03         |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                  | <b>300</b>  | <b>1,2</b>    | <b>1,2</b>    | <b>29,4</b>   | <b>141</b>     | <b>0,09</b>  | <b>0,06</b>  | <b>30</b>      | <b>6,6</b>    | <b>48</b>      | <b>0</b>     | <b>27</b>       | <b>0</b>    | <b>834</b>      | <b>33</b>      | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>0,03</b>  |
| 52                           | ОБЕД      | Салат из свеклы отварной         | 100         | 1.31          | 9.99          | 7.66          | 126.44         | 0.02         | 0.04         | 9.5            | 1.33          | 35.15          | 0            | 20.9            | 0           | 273.6           | 40.85          | 0.01         | 0            | 0.02         |
| 87                           | ОБЕД      | Щи из свежей капусты со сметаной | 370         | 5.81          | 9.66          | 7.92          | 143.82         | 0.037        | 0.074        | 48.951         | 0.925         | 85.507         | 0            | 19.129          | 0           | 336.89          | 42.365         | 0            | 0            | 0            |
| 171                          | ОБЕД      | Гречка                           | 150         | 9.66          | 12.72         | 43.11         | 325.32         | 0.915        | 0.45         | 0              | 14.205        | 49.44          | 0            | 421.88          | 0           | 801.57          | 628.59         | 0            | 0.015        | 0.045        |
| 49                           | ОБЕД      | Сок фруктовый                    | 200         | 1.00          | 0.00          | 20.20         | 84.44          | 0.02         | 0.02         | 4              | 2.8           | 14             | 0            | 8               | 0           | 240             | 14             | 0            | 0            | 0.02         |
| Н                            | ОБЕД      | Хлеб пшеничный                   | 125         | 9.88          | 1.25          | 2.62          | 292.25         | 0.125        | 0            | 0              | 1.375         | 28.75          | 0            | 41.25           | 0           | 0               | 108.75         | 0            | 0            | 0            |
| Н                            | ОБЕД      | Хлеб ржано-пшеничный             | 75          | 4.20          | 0.90          | 25.05         | 113.10         | 0.075        | 0            | 0              | 2.31          | 17.25          | 0            | 18.75           | 0           | 0               | 79.5           | 0            | 0            | 0            |
| 268                          | ОБЕД      | Котлеты говяжьи (с соусом)       | 130         | 27.16         | 41.57         | 25.48         | 471.72         | 0.156        | 0.247        | 6.695          | 4.485         | 28.574         | 0.104        | 12.415          | 0           | 469.53          | 25.142         | 0            | 0            | 0.013        |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                  | <b>1150</b> | <b>59,02</b>  | <b>76,09</b>  | <b>132,04</b> | <b>1557,09</b> | <b>1,348</b> | <b>0,831</b> | <b>69,146</b>  | <b>27,43</b>  | <b>258,671</b> | <b>0,104</b> | <b>542,319</b>  | <b>0</b>    | <b>2121,589</b> | <b>939,197</b> | <b>0,01</b>  | <b>0,015</b> | <b>0,098</b> |
| 424                          | ПОЛДНИК   | Булочка домашняя                 | 150         | 27.39         | 16.50         | 257.73        | 750.31         | 0.36         | 0.48         | 2.19           | 3.105         | 254.55         | 0.12         | 54.195          | 0.84        | 493.91          | 358.01         | 0.03         | 0.03         | 0.09         |
| 376                          | ПОЛДНИК   | Чай с сахаром                    | 200         | 0.20          | 0.00          | 20.00         | 80.88          | 0            | 0            | 0.04           | 0.44          | 8.32           | 0            | 1.2             | 0           | 0.6             | 0              | 0            | 0            | 0.12         |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                  | <b>350</b>  | <b>27,59</b>  | <b>16,5</b>   | <b>277,73</b> | <b>831,19</b>  | <b>0,36</b>  | <b>0,48</b>  | <b>2,23</b>    | <b>3,545</b>  | <b>262,87</b>  | <b>0,12</b>  | <b>55,395</b>   | <b>0,84</b> | <b>494,505</b>  | <b>358,005</b> | <b>0,03</b>  | <b>0,03</b>  | <b>0,21</b>  |
| 47                           | УЖИН      | Салат из квашеной капусты        | 100         | 0.94          | 5.11          | 8.81          | 92.00          | 0.03         | 0.02         | 31             | 0.68          | 51.1           | 0            | 17.4            | 0           | 317.5           | 36.8           | 0            | 0            | 0            |
| 22                           | УЖИН      | Колбаса вареная,                 | 90          | 11.52         | 19.98         | 1.35          | 231.30         | 0.198        | 0.144        | 0              | 1.53          | 26.1           | 0.009        | 19.8            | 0           | 218.7           | 160.2          | 0.009        | 0            | 0            |
| 312                          | УЖИН      | Пюре картофельное                | 200         | 5.52          | 5.48          | 35.04         | 212.30         | 0.26         | 0.22         | 40.64          | 1.88          | 81.44          | 0            | 46              | 0           | 1136            | 116            | 0            | 0            | 0.06         |
| Н                            | УЖИН      | Хлеб ржано-пшеничный             | 75          | 4.20          | 0.90          | 25.05         | 113.10         | 0.075        | 0            | 0              | 2.31          | 17.25          | 0            | 18.75           | 0           | 0               | 79.5           | 0            | 0            | 0            |
| 386                          | УЖИН      | Кефир, йогурт, ряженка,          | 200         | 15.80         | 12.80         | 15.00         | 254.00         | 0.08         | 0.34         | 1.4            | 0.2           | 240            | 0            | 0               | 0           | 0               | 0              | 0            | 0            | 0            |
| 24                           | УЖИН      | Кондитерские изделия             | 30          | 0.25          | 0.04          | 22.47         | 125.13         | 0.021        | 0.021        | 0              | 0.3           | 6              | 0            | 3.9             | 0           | 27              | 20.7           | 0            | 0            | 0            |
| <b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b> |           |                                  | <b>695</b>  | <b>38,85</b>  | <b>44,29</b>  | <b>108,43</b> | <b>1025,92</b> | <b>0,664</b> | <b>0,755</b> | <b>78,55</b>   | <b>6,79</b>   | <b>411,91</b>  | <b>0,009</b> | <b>102,47</b>   | <b>0</b>    | <b>1636,05</b>  | <b>406,66</b>  | <b>0,009</b> | <b>0</b>     | <b>0,07</b>  |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>        |           |                                  | <b>3110</b> | <b>153,66</b> | <b>158,15</b> | <b>626,18</b> | <b>4386,74</b> | <b>3,44</b>  | <b>2,905</b> | <b>181,886</b> | <b>58,416</b> | <b>1273,26</b> | <b>0,413</b> | <b>1057,978</b> | <b>1,72</b> | <b>5682,686</b> | <b>2347,48</b> | <b>0,057</b> | <b>0,053</b> | <b>0,791</b> |

|                                               |           |                                                       |        |         |         |         |          |        |        |          |         |          |       |         |        |           |          |       |       |        |
|-----------------------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------|--------|---------|---------|---------|----------|--------|--------|----------|---------|----------|-------|---------|--------|-----------|----------|-------|-------|--------|
| День 14 (воскресенье)                         |           |                                                       |        |         |         |         |          |        |        |          |         |          |       |         |        |           |          |       |       |        |
| 382                                           | ЗАВТРАК   | Какао с молоком                                       | 200    | 9.00    | 7.80    | 50.00   | 264.80   | 0.06   | 0.18   | 1.58     | 0.48    | 152.22   | 0.02  | 21.34   | 0      | 216.34    | 124.56   | 0     | 0     | 0      |
| Н                                             | ЗАВТРАК   | Хлеб пшеничный                                        | 125    | 9.88    | 1.25    | 2.62    | 292.25   | 0.125  | 0      | 0        | 1.375   | 28.75    | 0     | 41.25   | 0      | 0         | 108.75   | 0     | 0     | 0      |
| 14                                            | ЗАВТРАК   | Масло (порциями)                                      | 20     | 0.16    | 3.28    | 0.05    | 26.28    | 0      | 0.02   | 0        | 0.04    | 4.8      | 0.08  | 0       | 0      | 6         | 6        | 0     | 0     | 0      |
| 173                                           | ЗАВТРАК   | Каша вязкая молочная из овсяной крупы (с маслом)      | 200    | 8.10    | 9.74    | 30.66   | 242.84   | 0.2    | 0.26   | 1.96     | 1.26    | 199.44   | 0     | 0.5     | 0      | 0.16      | 0        | 0     | 0     | 0.04   |
| 15                                            | ЗАВТРАК   | Сыр (порциями) (Российский)                           | 20     | 4.64    | 5.90    | 0.00    | 72.00    | 0.01   | 0.06   | 0.14     | 0.2     | 176      | 0.05  | 7       | 0      | 17.6      | 100      | 0     | 0     | 0      |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:                         |           |                                                       | 565    | 31,78   | 27,97   | 83,33   | 898,17   | 0,395  | 0,52   | 3,68     | 3,355   | 561,21   | 0,15  | 70,09   | 0      | 240,1     | 339,31   | 0     | 0     | 0,04   |
| 338                                           | ЗАВТРАК 2 | Фрукты свежие                                         | 300    | 1.20    | 1.20    | 29.40   | 141.00   | 0.09   | 0.06   | 30       | 6.6     | 48       | 0     | 27      | 0      | 834       | 33       | 0     | 0     | 0.03   |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:                         |           |                                                       | 300    | 1,2     | 1,2     | 29,4    | 141      | 0,09   | 0,06   | 30       | 6,6     | 48       | 0     | 27      | 0      | 834       | 33       | 0     | 0     | 0,03   |
| 9                                             | ОБЕД      | Икра кабачковая (промышленного производства)          | 100    | 1.00    | 7.00    | 7.00    | 97.00    | 0      | 0      | 0        | 0       | 0        | 0     | 0       | 0      | 0         | 0        | 0     | 0     | 0      |
| 98                                            | ОБЕД      | Суп крестьянский с крупой (пшенной)                   | 350    | 7.60    | 8.05    | 25.27   | 204.33   | 0.175  | 0.035  | 9.1      | 1.225   | 18.725   | 0     | 10.01   | 0      | 223.3     | 28.42    | 0     | 0     | 0      |
| 268                                           | ОБЕД      | Шницель говяжий (с соусом),                           | 130    | 28.13   | 31.36   | 24.51   | 492.74   | 0.065  | 0.065  | 6.76     | 1.001   | 15.756   | 0.143 | 13.923  | 0.104  | 576.51    | 30.524   | 0     | 0     | 0      |
| 312                                           | ОБЕД      | Пюре картофельное                                     | 200    | 5.52    | 5.48    | 35.04   | 212.30   | 0.26   | 0.22   | 40.64    | 1.88    | 81.44    | 0     | 46      | 0      | 1136      | 116      | 0     | 0     | 0.06   |
| 349                                           | ОБЕД      | Компот из смеси сухофруктов                           | 200    | 2.20    | 0.30    | 76.52   | 303.64   | 0.06   | 0.06   | 0.8      | 1.36    | 58.2     | 0.12  | 31.4    | 0      | 516.6     | 55       | 0     | 0     | 0.2    |
| Н                                             | ОБЕД      | Хлеб пшеничный                                        | 125    | 9.88    | 1.25    | 2.62    | 292.25   | 0.125  | 0      | 0        | 1.375   | 28.75    | 0     | 41.25   | 0      | 0         | 108.75   | 0     | 0     | 0      |
| Н                                             | ОБЕД      | Хлеб ржано-пшеничный                                  | 75     | 4.20    | 0.90    | 25.05   | 113.10   | 0.075  | 0      | 0        | 2.31    | 17.25    | 0     | 18.75   | 0      | 0         | 79.5     | 0     | 0     | 0      |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:                         |           |                                                       | 1180   | 58,53   | 54,34   | 196,01  | 1715,36  | 0,76   | 0,38   | 57,3     | 9,151   | 220,121  | 0,263 | 161,333 | 0,104  | 2452,411  | 418,194  | 0     | 0     | 0,26   |
| 49                                            | ПОЛДНИК   | Сок фруктовый                                         | 200    | 1.00    | 0.00    | 20.20   | 84.44    | 0.02   | 0.02   | 4        | 2.8     | 14       | 0     | 8       | 0      | 240       | 14       | 0     | 0     | 0.02   |
| 219                                           | ПОЛДНИК   | Сырники из творога (с молоком стуженным или вареньем) | 180    | 34.38   | 41.71   | 50.45   | 499.50   | 0.378  | 1.332  | 2.07     | 2.7     | 586.93   | 0.324 | 80.19   | 0.81   | 500.62    | 751.81   | 0.018 | 0.018 | 0.036  |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:                         |           |                                                       | 380    | 35,38   | 41,71   | 70,65   | 583,94   | 0,398  | 1,352  | 6,07     | 5,5     | 600,926  | 0,324 | 88,19   | 0,81   | 740,616   | 765,806  | 0,018 | 0,018 | 0,056  |
| 67                                            | УЖИН      | Винегрет овощной                                      | 100    | 4.40    | 5.53    | 21.50   | 168.84   | 0.52   | 0.21   | 31       | 2.88    | 78.1     | 0     | 0       | 0      | 589.5     | 77.8     | 0.01  | 0     | 0.04   |
| 309                                           | УЖИН      | Макаронные изделия отварные                           | 150    | 8.46    | 11.22   | 68.16   | 347.40   | 0.255  | 0.12   | 0        | 3.18    | 38.175   | 0     | 0       | 0      | 0         | 0        | 0     | 0     | 0      |
| 492                                           | УЖИН      | Котлеты рыбные с соусом,                              | 130    | 16.17   | 16.56   | 23.19   | 269.03   | 0.104  | 0.182  | 8.125    | 1.898   | 36.4     | 0.221 | 19.175  | 0.715  | 639.44    | 92.144   | 0.013 | 0.013 | 0.026  |
| Н                                             | УЖИН      | Хлеб ржано-пшеничный                                  | 75     | 4.20    | 0.90    | 25.05   | 113.10   | 0.075  | 0      | 0        | 2.31    | 17.25    | 0     | 18.75   | 0      | 0         | 79.5     | 0     | 0     | 0      |
| 317                                           | УЖИН      | Кондитерские изделия                                  | 30     | 0.24    | 0.03    | 17.94   | 97.80    | 0.021  | 0.021  | 0        | 0.3     | 6        | 0     | 3.9     | 0      | 27        | 20.7     | 0     | 0     | 0      |
| 376                                           | УЖИН      | Чай с сахаром                                         | 200    | 0.20    | 0.00    | 20.00   | 80.88    | 0      | 0      | 0.04     | 0.44    | 8.32     | 0     | 1.2     | 0      | 0.6       | 0        | 0     | 0     | 0.12   |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:                         |           |                                                       | 685    | 33,67   | 34,24   | 175,84  | 1077,05  | 0,975  | 0,533  | 39,165   | 11,008  | 184,245  | 0,221 | 43,025  | 0,715  | 1256,544  | 270,144  | 0,023 | 0,013 | 0,186  |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                                |           |                                                       | 3110   | 160,56  | 159,46  | 555,23  | 4415,52  | 2,618  | 2,845  | 136,215  | 35,614  | 1614,502 | 0,958 | 389,638 | 1,629  | 5523,671  | 1826,454 | 0,041 | 0,031 | 0,572  |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:                         |           |                                                       | 43855  | 2050,84 | 1834,11 | 7531,57 | 57023,03 | 35,436 | 37,818 | 2341,497 | 590,555 | 10506,96 | 7,849 | 7981,61 | 17,434 | 14396,294 | 16588,57 | 1,076 | 0,438 | 13,787 |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:                   |           |                                                       | 3132,5 | 146,49  | 131,01  | 537,97  | 4073,07  | 2,53   | 2,7    | 167,25   | 42,18   | 1464,78  | 0,56  | 570,12  | 1,25   | 5314,02   | 1899,18  | 0,08  | 0,03  | 0,98   |
| Содержание белков, жиров, углеводов в меню за |           |                                                       |        | 14,39   | 28,95   | 52,83   |          |        |        |          |         |          |       |         |        |           |          |       |       |        |