

Фенилкетонурия 5-11 кл

№ рецептуры по Сборнику блюд 2015г.	Наименование блюд	Выход порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Микроэлементы (мг)				Витамины (мг)		
			белки	жиры	углеводы		Ca	Mg	P	Fe	В ₁	С	А
	Первая неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Всего:	525	3,6	6,1	65,8	366	37	44	96	4,5	0,2	17,2	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	100	0,8	0,1	2,4	14	24	14	42	0,6	0,0	10,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		5,0	11,7	59,3	358	39	42	109	2,4	0,2	20,3	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,88	0,00	2,90	0,00
	Всего:		0,7	0,5	29,8	127	26	15	22	3,3	0,0	13,9	0,0
	Итого:		9,3	18,3	154,9	851	102	101	227	10,1	0,3	51,4	0,0
	Вторник												
	Завтрак												
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,7	0,0	16,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		3,5	17,0	51,4	371	40	29	51	4,0	0,0	27,1	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	0,8	0,1	2,7	15	10	14	18	0,6	0,0	17,5	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0

Фенилкетонурия 5-11 кл

	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		3,0	5,3	64,9	317	31	46	86	1,7	0,2	32,2	0,0
	Полдник												
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		2,4	6,8	29,8	189	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Итого:		8,9	29,2	146,1	877	89	85	149	8,1	0,2	70,3	0,0
	Среда												
	Завтрак												
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	100	0,8	0,1	2,4	14	24	14	42	0,6	0,0	10,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		3,0	6,6	48,8	265	29	18	50	1,5	0,0	10,1	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	40	0,3	0,0	1,0	6	9	6	17	0,2	0,0	4,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		5,5	10,8	70,0	431	38	64	160	3,2	0,3	20,4	0,0
	Полдник												
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		9,1	17,9	148,4	821	90	96	230	8,0	0,3	41,6	0,0
	Четверг												
	Завтрак												
321	Капуста тушеная	180	3,4	8,8	8,4	126	95	31	60	1,0	0,0	30,4	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		49,0	111,4	827,1	4585	565	506	1056	43,6	1,4	312,9	0,0
	Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью	250	1,7	4,9	9,8	98	37	24	50	1,1	0,0	10,0	0,0

Фенилкетонурия 5-11 кл

71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	100	5,7	16,3	32,7	327	123	80	167	3,7	0,1	33,4	0,0
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		7,6	21,3	88,8	611	165	108	225	5,7	0,2	43,6	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		57,1	133,2	945,5	5321	753	628	1301	52,6	1,5	367,5	0,0
	Пятница												
	Завтрак												
67	Винегрет овощной	130	1,4	13,3	9,0	161	20	17	34	0,8	0,1	9,5	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		2,1	13,4	51,7	335	39	29	67	2,1	0,1	15,6	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
388	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,7	0,0	20,0	0,0
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		8,6	17,8	83,7	560	66	75	175	5,6	0,3	53,3	0,0
	Полдник												
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		2,4	6,8	29,8	189	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Итого:		13,1	38,0	165,2	1084	123	114	254	10,0	0,3	79,9	0,0
	Вторая неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,7	0,0	16,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0

фенилкетонурия 5-11 кл

376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		3,5	17,0	51,4	371	40	29	51	4,0	0,0	27,1	0,0
	Обед												
88	Щи из свежей капусты с картофелем, зеленью	250	1,7	5,0	7,8	83	34	19	47	0,8	0,2	19,0	0,0
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,4	14	8	12	16	0,6	0,0	15,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		5,0	12,0	67,4	397	65	45	83	4,7	0,2	45,1	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		9,1	29,5	148,4	893	128	88	154	12,0	0,3	83,3	0,0
	Вторник												
	Завтрак												
321	Капуста тушеная	180	3,4	8,8	8,4	126	95	31	60	1,0	0,0	30,4	0,0
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,4	14	8	12	16	0,6	0,0	15,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		4,3	9,0	52,0	306	108	47	84	2,5	0,1	45,5	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,7	0,0	16,0	0,0
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		3,1	15,3	65,0	408	38	47	99	1,8	0,2	30,7	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0

Фенилкетонурия 5-11 кл

	Итого:		8,0	24,8	146,6	839	169	108	203	7,6	0,2	87,3	0,0
	Среда												
	Завтрак												
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	100	0,8	0,1	2,4	14	24	14	42	0,6	0,0	10,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		1,4	0,6	54,4	229	47	28	62	3,9	0,0	21,1	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	70	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,4	0,0	18,6	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		8,3	20,8	74,1	546	59	68	162	3,4	0,3	35,0	0,0
	Полдник												
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		2,4	6,8	29,8	189	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Итого:		12,1	28,2	158,3	964	124	106	236	9,7	0,3	67,1	0,0
	Четверг												
	Завтрак												
541/2004	Рагу овощное	180	2,5	8,8	12,4	138	23	20	44	0,7	0,0	11,4	0,0
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	70	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,4	0,0	18,6	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		5,8	18,9	58,7	425	58	34	71	2,0	0,0	30,1	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,7	0,0	16,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0

Фенилкетонурия 5-11 кл

	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		14,7	53,1	182,4	1258	154	115	241	5,8	0,2	90,9	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		21,1	72,5	270,7	1808	235	163	332	11,1	0,3	132,1	0,0
	Пятница												
	Завтрак												
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	70	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,4	0,0	18,6	0,0
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	80	0,6	0,1	2,0	11	18	11	34	0,5	0,0	8,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		1,9	3,8	51,7	248	53	25	61	1,8	0,0	26,7	0,0
	Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью	250	1,7	4,9	9,8	98	37	24	50	1,1	0,0	10,0	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	70	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,4	0,0	18,6	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
ТТК 89	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17,0	69	9	3	6	0,1	0,0	15,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		6,4	14,6	82,3	528	108	77	163	5,2	0,2	60,8	0,0
	Полдник												
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		2,4	1,4	32,8	149	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Итого:		10,7	19,8	166,8	925	179	112	236	9,3	0,2	98,5	0,0
	Третья неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
54	Салат из свеклы с яблоками	100	1,1	6,0	7,1	87	26	14	29	1,3	0,0	6,4	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0

Фенилкетонурия 5-11 кл

	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:	525	4,2	7,5	60,2	320	63	36	74	5,0	0,0	23,5	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	100	0,8	0,1	2,4	14	24	14	42	0,6	0,0	10,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		5,0	6,3	62,3	318	39	42	109	2,4	0,2	20,3	0,0
	Полдник												
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,4	0,4	24,6	104	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Итого:		9,6	14,2	147,1	742	120	88	195	9,8	0,2	54,8	0,0
	Вторник												
	Завтрак												
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,7	0,0	16,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		3,5	11,6	54,4	331	40	29	51	4,0	0,0	27,1	0,0
	Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью	250	1,7	4,9	9,8	98	37	24	50	1,1	0,0	10,0	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		5,8	11,0	70,3	445	94	80	172	5,3	0,2	37,7	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		9,9	23,1	154,3	901	157	123	243	12,5	0,2	75,9	0,0
	Среда												

Фенилкетонурия 5-11 кл

	Завтрак												
67	Винегрет овощной	130	1,4	13,3	9,0	161	20	17	34	0,8	0,1	9,5	0,0
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	60	0,9	3,0	6,8	59	26	9	17	0,3	0,0	16,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		2,5	16,4	57,0	386	51	30	59	2,0	0,1	25,6	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
541/2004	Рагу овощное	180	2,5	8,8	12,4	138	23	20	44	0,7	0,0	11,4	0,0
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	60	0,9	3,0	6,8	59	26	9	17	0,3	0,0	16,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		5,6	17,0	74,4	471	64	57	128	2,8	0,2	37,7	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		0,2	0,1	23,9	96	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		8,3	33,5	155,3	953	120	91	195	5,7	0,2	63,4	0,0
	Четверг												
	Завтрак												
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	60	0,9	3,0	6,8	59	26	9	17	0,3	0,0	16,0	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	40	0,3	0,0	1,0	6	9	6	17	0,2	0,0	4,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		46,7	140,6	855,8	4941	758	559	1140	48,2	1,1	378,5	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,4	14	8	12	16	0,6	0,0	15,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		3,3	5,7	68,4	337	41	50	95	4,8	0,2	36,3	0,0

фенилкетонурия 5-11 кл

	Полдник												
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		50,6	146,8	953,8	5403	822	623	1255	56,3	1,2	425,9	0,0
	Пятница												
	Завтрак												
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,7	0,0	16,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		3,5	17,0	51,4	371	40	29	51	4,0	0,0	27,1	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	40	0,3	0,0	1,0	6	9	6	17	0,2	0,0	4,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		7,9	17,6	70,6	503	62	78	173	4,9	0,3	35,8	0,0
	Полдник												
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		2,4	6,8	29,8	189	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Итого:		13,8	41,4	151,8	1063	120	117	236	11,2	0,3	73,9	0,0
	Четвертая неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,3	13	8	12	16	0,5	0,0	15,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		1,3	0,6	54,3	228	31	26	36	3,8	0,0	26,1	0,0
	Обед												

Фенилкетонурия 5-11 кл

104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,7	0,0	16,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,9	0,0	4,1	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		5,5	22,2	74,3	516	52	53	106	4,9	0,2	41,3	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		7,4	23,3	158,2	869	106	93	162	12,0	0,2	78,5	0,0
	Вторник												
	Завтрак												
541/2004	Рагу овощное	180	2,5	8,8	12,4	138	23	20	44	0,7	0,0	11,4	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		3,2	8,9	55,1	312	42	32	77	2,0	0,0	17,5	0,0
	Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью	250	1,7	4,9	9,8	98	37	24	50	1,1	0,0	10,0	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	100	0,8	0,1	2,4	14	24	14	42	0,6	0,0	10,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		3,1	5,5	64,2	327	84	52	112	5,0	0,1	31,1	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		6,9	14,9	148,9	764	149	98	209	10,3	0,1	59,7	0,0
	Среда												
	Завтрак												
67	Винегрет овощной	130	1,4	13,3	9,0	161	20	17	34	0,8	0,1	9,5	0,0

Фенилкетонурия 5-11 кл

71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		2,1	13,4	51,7	335	39	29	67	2,1	0,1	15,6	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	70	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,4	0,0	18,6	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		6,7	14,8	74,5	490	77	78	174	5,8	0,3	46,0	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		0,2	0,1	23,9	96	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		9,0	28,3	150,1	921	121	111	249	8,7	0,3	61,7	0,0
	Четверг												
	Завтрак												
321	Капуста тушеная	180	3,4	8,8	8,4	126	95	31	60	1,0	0,0	30,4	0,0
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,3	13	8	12	16	0,5	0,0	15,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		6,3	10,0	51,5	315	108	47	84	2,4	0,0	45,5	0,0
	Обед												
ТТК 83	Суп Минестроне	250	3,0	5,2	13,5	113	143	157	427	0,7	0,3	35,0	0,4
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,7	0,0	16,0	0,0
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,4	14	8	12	16	0,6	0,0	15,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		17,8	35,9	159,9	1023	407	292	662	10,1	0,5	168,0	0,4
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0

фенилкетонурия 5-11 кл

	Итого:		24,7	46,4	241,0	1463	538	353	766	15,8	0,5	224,6	0,4
	Пятница												
	Завтрак												
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,3	13	8	12	16	0,5	0,0	15,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		5,9	6,8	56,9	340	27	46	100	2,6	0,2	21,2	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
67	Винегрет овощной	130	1,4	13,3	9,0	161	20	17	34	0,8	0,1	9,5	0,0
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,3	13	8	12	16	0,5	0,0	15,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
ТТК 89	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17,0	69	9	3	6	0,1	0,0	15,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		4,7	19,0	75,5	490	65	66	127	4,7	0,2	60,7	0,0
	Полдник												
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		2,4	1,4	32,8	149	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Итого:		13,0	27,2	165,2	979	110	122	239	9,6	0,3	92,9	0,0
	Итого по меню:		<i>158,4</i>	<i>411,4</i>	<i>2450,9</i>	<i>14383</i>	<i>1992</i>	<i>1601</i>	<i>3322</i>	<i>138,5</i>	<i>4,0</i>	<i>1079,1</i>	<i>0,0</i>
	среднее за день		<i>15,8</i>	<i>41,1</i>	<i>245,1</i>	<i>1438</i>	<i>199</i>	<i>160</i>	<i>332</i>	<i>13,9</i>	<i>0,4</i>	<i>107,9</i>	<i>0,0</i>

Начальник производственно-технологического отдела МБУ "Дирекция по организации питания" Н.В.Решетникова

целиакия 5-11 кл

№ рецептуры по Сборнику блюд 2015г.	Наименование блюд	Выход порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Микроэлементы (мг)				Витамины (мг)		
			белки	жиры	углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
	<i>Первая неделя</i>												
	Понедельник												
	Завтрак												
227	Рыба припущенная	100	18,2	0,6	0,7	80	18	29	141	0,67	0,05	0,67	0,01
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,15	0,16	6,14	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		21,4	6,3	19,5	252	37	63	225	2,7	0,2	6,9	0,0
	Обед												
102	Суп картофельный с горохом, зеленью	250	5,5	5,3	15,3	131	30	32	87	2,00	0,40	6,00	0,00
265	Плов из говядины	200	11,6	11,7	37,1	300	9	41	176	1,5	0,1	0,7	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	35	0,2	0,0	0,9	5	8	5	15	0,20	0,01	3,50	0,00
388	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,7	0,0	20,0	0,0
	Всего:		18,0	17,3	77,9	540	57	81	281	4,4	0,5	30,2	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,88	0,00	2,90	0,00
	Всего:		0,7	0,5	29,8	127	26	15	22	3,3	0,0	13,9	0,0
	Итого:		40,1	24,1	127,2	919	120	159	528	10,4	0,7	51,1	0,0
	Вторник												
	Завтрак												
259	Жаркое по-домашнему	200	10,1	12,0	19,3	226	16	40	165	2,0	0,2	8,2	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	35	0,2	0,0	0,9	5	8	5	15	0,20	0,01	3,50	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,88	0,00	2,90	0,00
	Всего:		11,0	12,5	36,2	303	50	60	202	5,5	0,2	25,6	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00
288	Птица отварная (цыплята)	100	30,9	2,0	0,5	144	12	94	146	1,65	0,06	2,65	0,07
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,0	298	17	162	242	5,40	0,25	0,00	0,00

целиакия 5-11 кл

71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	35	0,2	0,0	0,9	5	8	5	15	0,20	0,01	3,50	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		43,5	16,0	64,4	576	52	289	470	9,1	0,4	16,5	0,1
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		55,1	29,1	130,2	1004	125	363	692	17,8	0,6	53,1	0,1
	Среда												
	Завтрак												
260	Гуляш из говядины гипоаллергенный	100	10,0	8,8	0,6	122	5	17	14	1,1	0,1	0,5	0,0
304	Рис отварной	180	4,3	8,9	33,6	232	1	23	71	0,60	0,03	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		14,5	17,8	39,2	375	12	44	93	2,6	0,1	0,6	0,0
	Обед												
ТТК 370	Суп сырный с зеленью	250	2,4	5,3	10,3	98	115	18	99	0,7	0,2	10,1	0,0
ТТК 274	Ёжики Аппетитные в соусе томатном	100/50	10,9	12,0	11,0	196	15	18	84	1,0	0,1	1,0	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,15	0,16	6,14	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
348	Компот из кураги	200	1,1	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	Всего:		17,8	23,3	59,1	580	195	97	300	6,0	0,5	29,1	0,1
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
ТТК 89	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17,0	69	9	3	6	0,10	0,01	15,00	0,00
	Всего:		0,6	0,5	41,6	173	27	13	18	2,5	0,0	26,0	0,0
	Итого:		32,9	41,6	139,9	1128	234	154	411	11,1	0,6	55,7	0,1
	Четверг												
	Завтрак												
227	Рыба припущенная	100	18,2	0,6	0,7	80	18	29	141	0,67	0,05	0,67	0,01
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,0	298	17	162	242	5,40	0,25	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		29,0	9,9	60,5	448	58	205	403	9,4	0,3	11,8	0,0
	Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	1,7	4,9	9,8	98	37	24	50	1,11	0,04	10,03	0,00

целиакия 5-11 кл

278	Тефтели мясные в соусе томатном гипоаллергенные	100/50	14,8	17,6	3,2	231	13	15	77	1,0	0,2	0,3	0,0
304	Рис отварной	180	4,3	8,9	33,6	232	1	23	71	0,60	0,03	0,00	0,00
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	50	0,4	0,0	1,3	7	12	7	21	0,3	0,0	5,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		21,8	31,9	63,7	638	86	83	239	6,3	0,3	26,4	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Всего:		0,2	0,1	23,9	96	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		51,0	41,9	148,1	1182	149	292	650	16,6	0,6	38,3	0,1
	Пятница												
	Завтрак												
ТТК 274	Плов из говядины	200	11,6	11,7	37,1	300	9	41	176	1,5	0,1	0,7	0,0
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	25	0,3	0,1	1,0	5	4	5	6	0,2	0,0	6,0	0,0
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		12,1	11,9	56,9	381	18	50	190	2,6	0,1	6,8	0,0
	Обед												
177/2004	Бульон с куриным филе, зеленью	25/250	7,2	0,6	0,2	37	4	28	44	0,49	0,02	0,80	0,02
ТТК 274	Ёжики Аппетитные в соусе томатном	100/50	10,9	12,0	11,0	196	15	18	84	1,0	0,1	1,0	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,15	0,16	6,14	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		21,7	18,7	40,8	454	56	90	224	5,9	0,3	19,0	0,1
	Полдник												
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	23,0	92	14	8	14	2,8	0,2	4,0	0,0
	Всего:		0,4	0,4	33,8	141	32	18	26	5,2	0,2	15,0	0,0
	Итого:		34,2	31,0	131,5	976	106	158	440	13,8	0,6	40,8	0,1
	Вторая неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
227	Рыба припущенная	100	18,2	0,6	0,7	80	18	29	141	0,67	0,05	0,67	0,01
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,15	0,16	6,14	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		21,4	6,3	19,5	252	37	63	225	2,7	0,2	6,9	0,0

целиакия 5-11 кл

	Обед												
88	Щи из свежей капусты с картофелем, зеленью	250	1,7	5,0	7,8	83	34	19	47	0,8	0,2	19,0	0,0
260	Гуляш из говядины гипоаллергенный	100	10,0	8,8	0,6	122	5	17	14	1,1	0,1	0,5	0,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,0	298	17	162	242	5,40	0,25	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		22,5	23,1	68,2	573	79	212	323	10,6	0,5	30,6	0,0
	Полдник												
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	23,0	92	14	8	14	2,8	0,2	4,0	0,0
ТТК 89	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17,0	69	9	3	6	0,10	0,01	15,00	0,00
	Всего:		0,2	0,1	40,0	161	23	11	20	2,9	0,2	19,0	0,0
	Итого:		44,1	29,5	127,7	986	139	286	568	16,2	0,9	56,5	0,0
	Вторник												
	Завтрак												
288	Птица отварная (цыплята)	100	30,9	2,0	0,5	144	12	94	146	1,65	0,06	2,65	0,07
304	Рис отварной	180	4,3	8,9	33,6	232	1	23	71	0,60	0,03	0,00	0,00
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	25	0,3	0,1	1,0	5	4	5	6	0,2	0,0	6,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		35,7	11,1	40,1	402	22	126	231	3,4	0,1	8,8	0,1
	Обед												
177/2004	Бульон с куриным филе, зеленью	25/250	7,2	0,6	0,2	37	4	28	44	0,49	0,02	0,80	0,02
278	Тефтели мясные в соусе томатном гипоаллергенные	100/50	14,8	17,6	3,2	231	13	15	77	1,0	0,2	0,3	0,0
ТТК 270	Гороховое пюре	180	18,6	6,9	31,2	261	75	73	185	5,8	0,4	0,0	0,0
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0
	Всего:		40,8	25,2	46,6	578	103	124	315	7,5	0,6	5,6	0,1
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		77,1	36,8	116,3	1105	148	264	566	14,2	0,7	25,4	0,1
	Среда												
	Завтрак												
291	Плов из индейки	200	10,7	17,1	45,2	378	23	36	102	1,7	0,3	4,0	0,0
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	70	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,4	0,0	18,6	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0

целиакия 5-11 кл

	Всего:		12,4	21,2	69,5	519	76	60	141	5,4	0,3	33,7	0,0
	Обед												
96	Рассольник Ленинградский с рисом, зеленью	250	2,1	5,1	17,2	123	18	23	72	1,0	0,2	7,7	0,0
227	Рыба припущенная	100	18,2	0,6	0,7	80	18	29	141	0,67	0,05	0,67	0,01
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,15	0,16	6,14	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		23,5	11,4	36,7	375	55	86	297	3,7	0,4	14,6	0,0
	Полдник												
388	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,70	0,10	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	23,0	92	14	8	14	2,8	0,2	4,0	0,0
	Всего:		0,7	0,3	47,6	196	24	11	17	3,5	0,3	4,1	0,0
	Итого:		36,6	32,9	153,8	1090	155	157	455	12,6	1,0	52,4	0,0
	Четверг												
	Завтрак												
260	Гуляш из говядины гипоаллергенный	100	10,0	8,8	0,6	122	5	17	14	1,1	0,1	0,5	0,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,0	298	17	162	242	5,40	0,25	0,00	0,00
306	Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	20	2,0	1,0	12,0	65	7	21	60	0,70	0,08	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		22,4	18,7	61,6	506	34	204	324	8,1	0,4	0,6	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00
278	Тефтели мясные в соусе томатном гипоаллергенные	100/50	14,8	17,6	3,2	231	13	15	77	1,0	0,2	0,3	0,0
304	Рис отварной	180	4,3	8,9	33,6	232	1	23	71	0,60	0,03	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		21,7	32,1	66,6	641	47	76	227	5,8	0,3	21,6	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		44,7	51,3	157,8	1272	105	294	571	17,2	0,7	33,3	0,1
	Пятница												
	Завтрак												
105	Фрикадельки мясные припущенные	100	21,9	13,0	0,8	208	4	14	97	1,0	0,3	0,0	0,0
304	Рис отварной	150	3,6	7,5	28,4	226	1	19	60	0,50	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0

целиакия 5-11 кл

	Всего:		25,7	20,6	34,2	455	10	37	165	2,4	0,3	0,1	0,0
	Обед												
111/2004	Борщ "Сибирский" с зеленью	250	2,0	4,9	10,0	92	32	19	43	1,00	0,18	9,20	0,00
288	Птица отварная (цыплята)	100	30,9	2,0	0,5	144	12	94	146	1,65	0,06	2,65	0,07
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,15	0,16	6,14	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		36,1	12,6	29,3	408	63	147	273	4,7	0,4	18,1	0,1
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Всего:		0,2	0,1	18,8	76	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		62,0	33,3	82,3	939	78	188	446	8,0	0,7	18,3	0,1
	Третья неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
260	Гуляш из говядины гипоаллергенный	100	10,0	8,8	0,6	122	5	17	14	1,1	0,1	0,5	0,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,0	298	17	162	242	5,40	0,25	0,00	0,00
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	35	0,2	0,0	0,9	5	8	5	15	0,20	0,01	3,50	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		20,6	17,7	50,5	446	35	188	279	7,6	0,3	4,1	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00
265	Плов из говядины	200	11,6	11,7	37,1	300	9	41	176	1,5	0,1	0,7	0,0
388	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,7	0,0	20,0	0,0
	Всего:		14,3	17,1	75,7	512	29	68	238	3,1	0,2	30,9	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,88	0,00	2,90	0,00
	Всего:		0,7	0,5	29,8	127	26	15	22	3,3	0,0	13,9	0,0
	Итого:		35,6	35,3	156,0	1085	90	271	539	14,0	0,5	48,9	0,0
	Вторник												
	Завтрак												
227	Рыба припущенная	100	18,2	0,6	0,7	80	18	29	141	0,67	0,05	0,67	0,01
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,15	0,16	6,14	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0

целиакия 5-11 кл

	Всего:		21,4	6,3	19,5	252	37	63	225	2,7	0,2	6,9	0,0
	Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	1,7	4,9	9,8	98	37	24	50	1,11	0,04	10,03	0,00
288	Птица отварная (цыплята)	100	30,9	2,0	0,5	144	12	94	146	1,65	0,06	2,65	0,07
304	Рис отварной	180	4,3	8,9	33,6	232	1	23	71	0,60	0,03	0,00	0,00
71	Помидора свежая (доп.гарнир)	25	0,3	0,1	1,0	5	4	5	6	0,23	0,02	6,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		37,4	16,0	49,9	500,0	59,2	149,7	281,1	4,5	0,2	18,8	0,1
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		59,4	22,8	99,0	877	119	227	526	10,5	0,4	36,8	0,1
	Среда												
	Завтрак												
288	Птица отварная (цыплята)	100	30,9	2,0	0,5	144	12	94	146	1,65	0,06	2,65	0,07
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,0	298	17	162	242	5,40	0,25	0,00	0,00
ТТК 275	Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	35	0,6	1,8	4,0	35	15	5	10	0,2	0,0	9,3	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		41,9	12,7	53,5	498	49	265	406	8,1	0,3	12,1	0,1
	Обед												
177/2004	Бульон с куриным филе, зеленью	25/250	7,2	0,6	0,2	37	4	28	44	0,49	0,02	0,80	0,02
259	Жаркое по-домашнему	200	12,4	12,7	18,7	239	23	45	93	2,3	0,3	8,2	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		19,8	13,4	23,9	297	32	77	145	3,7	0,3	9,1	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Всего:		0,2	0,1	23,9	96,0	5,0	4,0	8,0	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		61,9	26,2	101,3	891	86	346	559	12,7	0,6	21,3	0,1
	Четверг												
	Завтрак												
278	Тефтели мясные в соусе томатном гипоаллергенные	100/50	14,8	17,6	3,2	231	13	15	77	1,0	0,2	0,3	0,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,0	298	17	162	242	5,40	0,25	0,00	0,00
ТТК 275	Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	35	0,6	1,8	4,0	35	15	5	10	0,2	0,0	9,3	0,0

целиакия 5-11 кл

338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		26,2	28,7	67,0	634	68	196	349	9,9	0,5	20,7	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00
288	Птица отварная (цыплята)	100	30,9	2,0	0,5	144	12	94	146	1,65	0,06	2,65	0,07
304	Рис отварной	180	4,3	8,9	33,6	232	1	23	71	0,60	0,03	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		37,4	16,1	53,1	505	28	145	284	4,1	0,2	13,0	0,1
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,88	0,00	2,90	0,00
	Всего:		0,7	0,5	29,8	127	26	15	22	3,3	0,0	13,9	0,0
	Итого:		64,3	45,3	149,9	1266	122	356	655	17,2	0,7	47,5	0,1
	Пятница												
	Завтрак												
105	Фрикадельки мясные припущенные	100	21,9	13,0	0,8	208	4	14	97	1,0	0,3	0,0	0,0
304	Рис отварной	180	4,3	8,9	33,6	232	1	23	71	0,60	0,03	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		26,4	22,0	39,4	461	10	41	176	2,5	0,3	0,1	0,0
	Обед												
157	Солянка домашняя с зеленью	250	6,7	5,5	6,9	104	10	29	86	1,00	0,07	4,50	0,01
284	Запеканка картофельная с мясом гипоаллергенная	200	14,6	14,7	21,2	275	23	47	155	1,8	0,2	4,3	0,0
ТТК 275	Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	35	0,6	1,8	4,0	35	15	5	10	0,2	0,0	9,3	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		22,1	22,1	37,1	435	53	85	259	3,9	0,2	18,2	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Всего:		0,2	0,1	18,8	76	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		48,7	44,2	95,3	972	68	130	443	7,3	0,6	18,4	0,0
	Четвертая неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
227	Рыба припущенная	100	18,2	0,6	0,7	80	18	29	141	0,67	0,05	0,67	0,01

целиакия 5-11 кл

312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,15	0,16	6,14	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		21,4	6,3	19,5	252	37	63	225	2,7	0,2	6,9	0,0
	Обед												
ТТК 370	Суп сырный с зеленью	250	2,4	5,3	10,3	98	115	18	99	0,7	0,2	10,1	0,0
260	Гуляш из говядины гипоаллергенный	100	10,0	8,8	0,6	122	5	17	14	1,1	0,1	0,5	0,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,0	298	17	162	242	5,40	0,25	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		22,8	23,0	59,9	539	142	201	363	8,1	0,5	10,7	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		44,8	29,8	109,0	916	202	278	608	14,1	0,7	28,7	0,0
	Вторник												
	Завтрак												
ТТК 12	Жаркое из индейки	200	9,5	16,2	18,2	256	87	34	129	2,0	0,0	7,7	0,0
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,3	13	8	12	16	0,5	0,0	15,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		10,8	16,8	36,3	339	118	60	165	5,8	0,0	33,8	0,0
	Обед												
211/2022	Борщ "Краснодарский с зеленью	250	1,8	3,1	12,1	84	31	20	44	1,00	0,02	36,80	0,03
278	Тефтели мясные в соусе томатном гипоаллергенные	100/50	14,8	17,6	3,2	231	13	15	77	1,0	0,2	0,3	0,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,0	298	17	162	242	5,40	0,25	0,00	0,00
71	Помидора свежая (доп.гарнир)	25	0,3	0,1	1,0	5	4	5	6	0,23	0,02	6,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		27,7	30,1	76,1	688	88	216	389	10,9	0,5	54,2	0,1
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		39,1	47,4	142,0	1152	229	290	574	20,0	0,5	99,1	0,1
	Среда												
	Завтрак												

целиакия 5-11 кл

288	Птица отварная (цыплята)	100	30,9	2,0	0,5	144	12	94	146	1,65	0,06	2,65	0,07
304	Рис отварной	180	4,3	8,9	33,6	232	1	23	71	0,60	0,03	0,00	0,00
306	Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	20	2,0	1,0	12,0	65	7	21	60	0,70	0,08	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		37,4	12,0	51,1	462,0	25,2	141,7	285,1	3,9	0,2	2,8	0,1
	Обед												
177/2004	Бульон с куриным филе, зеленью	25/250	7,2	0,6	0,2	37	4	28	44	0,49	0,02	0,80	0,02
227	Рыба припущенная	100	18,2	0,6	0,7	80	18	29	141	0,67	0,05	0,67	0,01
312	Пюре картофельное	150	2,5	4,7	11,5	98	12	25	63	0,96	0,13	5,12	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		28,1	6,0	17,4	236	39	86	256	3,0	0,2	6,7	0,0
	Полдник												
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Всего:		0,6	0,5	20,9	90	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		66,1	18,5	89,4	788	87	242	561	10,2	0,4	20,5	0,1
	Четверг												
	Завтрак												
278	Тефтели мясные в соусе томатном гипоаллергенные	100/50	14,8	17,6	3,2	231	13	15	77	1,0	0,2	0,3	0,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,0	298	17	162	242	5,40	0,25	0,00	0,00
71	Помидора свежая (доп.гарнир)	25	0,3	0,1	1,0	5	4	5	6	0,23	0,02	6,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		25,9	27,0	64,0	604	57	196	345	9,9	0,5	17,4	0,0
	Обед												
ТТК 83	Суп Минестроне	250	3,0	5,2	13,5	113	143	157	427	0,7	0,3	35,0	0,4
288	Птица отварная (цыплята)	100	30,9	2,0	0,5	144	12	94	146	1,65	0,06	2,65	0,07
304	Рис отварной	180	4,3	8,9	33,6	232	1	23	71	0,60	0,03	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		38,4	16,2	52,6	510	161	278	652	3,9	0,4	37,8	0,5
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
388	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,7	0,0	20,0	0,0
	Всего:		0,7	0,3	38,4	159	10	3	3	0,7	0,0	20,0	0,0
	Итого:		65,0	43,5	155,0	1273	228	477	1000	14,5	0,9	75,1	0,5
	Пятница												
	Завтрак												

целиакия 5-11 кл

227	Рыба припущенная	100	18,2	0,6	0,7	80	18	29	141	0,67	0,05	0,67	0,01
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,15	0,16	6,14	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		21,4	6,3	19,5	252	37	63	225	2,7	0,2	6,9	0,0
	Обед												
96	Рассольник Ленинградский с рисом, зеленью	250	2,1	5,1	17,2	123	18	23	72	1,0	0,2	7,7	0,0
278	Тефтели мясные в соусе томатном гипоаллергенные	100/50	14,8	17,6	3,2	231	13	15	77	1,0	0,2	0,3	0,0
304	Рис отварной	180	4,3	8,9	33,6	232	1	23	71	0,60	0,03	0,00	0,00
71	Помидора свежая (доп.гарнир)	25	0,3	0,1	1,0	5	4	5	6	0,23	0,02	6,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		22,1	32,2	70,8	661	59	80	246	6,1	0,5	25,1	0,1
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Всего:		0,2	0,1	18,8	76	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		43,7	38,6	109,1	989	101	147	479	9,8	0,7	32,1	0,1
	Итого по меню:		<i>1006,4</i>	<i>702,8</i>	<i>2520,8</i>	<i>20810</i>	<i>2693</i>	<i>5076</i>	<i>11271</i>	<i>268,2</i>	<i>13,1</i>	<i>853,2</i>	<i>1,6</i>
	среднее за день		<i>50,3</i>	<i>35,1</i>	<i>126,0</i>	<i>1041</i>	<i>135</i>	<i>254</i>	<i>564</i>	<i>13,4</i>	<i>0,7</i>	<i>42,7</i>	<i>0,1</i>

Начальник производственно-технологического отдела МБУ "Дирекция по организации питания" Н.В.Решетникова

№ рецептуры по Сборнику блюд 2015г.	Наименование блюд	Выход порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Микроэлементы (мг)				Витамины (мг)		
			белки	жиры	углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
Первая неделя													
Понедельник													
Завтрак													
227	Рыба припущенная	100	18,2	0,6	0,7	80	18	29	141	0,67	0,05	0,67	0,01
312	Пюре картофельное	150	2,5	4,7	11,5	98	12	25	63	0,96	0,13	5,12	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	20	1,6	0,4	11,4	56	8	0	0	0,40	0,06	0,00	0,00
	Всего:		22,5	5,8	28,6	255	43	58	212	2,93	0,24	5,89	0,01
Обед													
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00
265	Плов из говядины	200	11,6	11,7	37,1	300	9	41	176	1,49	0,08	0,74	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/15	3,0	0,6	19,4	95	24	0	0	1,28	0,14	0,00	0,00
	Всего:		16,8	17,5	75,5	524	48	69	243	4,57	0,33	11,04	0,00
	Итого:		39,3	23,3	104,1	779	91	127	455	7,50	0,57	16,93	0,01
Вторник													
Завтрак													
259	Жаркое по-домашнему	200	10,1	12,0	19,3	226	16	40	165	1,99	0,17	8,16	0,00
338	Фрукты свежие	106	0,4	0,4	10,4	47	17	10	12	2,30	0,00	10,60	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	30	2,4	0,6	17,2	84	12	0	0	0,60	0,12	0,00	0,00
	Всего:		13,1	13,1	51,9	378	50	54	185	5,79	0,29	18,86	0,00
Обед													
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00
288	Птица отварная (цыплята)	100	30,9	2,0	0,5	144	12	94	146	1,65	0,06	2,65	0,07
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,0	298	17	162	242	5,40	0,25	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/37	4,8	1,0	32,0	157	33	0	0	1,72	0,21	0,00	0,00
	Всего:		48,1	17,0	95,5	728	77	284	455	10,57	0,63	12,95	0,07
	Итого:		61,2	30,1	147,3	1106	127	338	640	16,36	0,92	31,81	0,07
Среда													
Завтрак													
105	Фрикадельки мясные припущенные	100	21,9	13,0	0,8	208	4	14	97	1,00	0,30	0,00	0,00
304	Рис отварной	150	3,6	7,5	28,4	226	1	19	60	0,50	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	20	1,6	0,4	11,4	56	8	0	0	0,40	0,06	0,00	0,00
	Всего:		27,3	21,0	45,6	511	18	37	165	2,80	0,36	0,10	0,00

	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00
ТТК 274	Ёжики "Аппетитные"	100	10,5	10,1	9,9	173	13	15	79	0,80	0,13	0,95	0,03
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,15	0,16	6,14	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,7	0,8	24,5	120	28	0	0	1,46	0,17	0,00	0,00
	Всего:		19,8	22,1	78,0	622	88	83	234	7,61	0,57	28,39	0,03
	Итого:		47,1	43,1	123,7	1133	106	120	399	10,41	0,93	28,49	0,03
	Четверг												
	Завтрак												
227	Рыба припущенная	90	16,4	0,5	0,6	72	16	26	127	0,60	0,05	0,60	0,01
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,0	298	17	162	242	5,40	0,25	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	30	2,4	0,6	17,2	84	12	0	0	0,60	0,12	0,00	0,00
	Всего:		29,6	10,4	77,6	524	68	202	389	9,90	0,42	11,70	0,01
	Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	1,7	4,9	9,8	98	37	24	50	1,11	0,04	10,03	0,00
278	Тефтели мясные	100	13,3	15,2	12,8	241	38	14	84	0,10	0,17	0,26	0,04
309	Вермишель отварная	180	6,9	6,7	35,4	229	6	8	36	0,79	0,06	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,00
	Всего:		26,3	28,1	98,9	761	132	60	190	6,78	0,44	21,39	0,04
	Итого:		55,9	38,5	176,5	1285	200	262	579	16,68	0,86	33,09	0,05
	Пятница												
	Завтрак												
265	Плов из говядины	200	11,6	11,7	37,1	300	9	41	176	1,49	0,08	0,74	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,10	0,00	0,00
	Всего:		13,8	12,3	70,2	446	24	45	184	2,89	0,18	0,84	0,00
	Обед												
278/2022	Суп куриный с зеленью	250	2,3	3,0	11,7	96	16	26	70	0,90	0,40	0,10	0,01
288	Птица отварная (цыплята)	100	30,9	2,0	0,5	144	12	94	146	1,65	0,06	2,65	0,07
312	Пюре картофельное	150	2,5	4,7	11,5	98	12	25	63	0,96	0,13	5,12	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами	45	3,2	0,5	19,4	95	32	0	0	1,76	0,16	0,00	0,00

	Всего:		39,1	10,3	48,1	454	77	149	287	6,17	0,75	7,97	0,08
	Итого:		52,9	22,6	118,3	900	101	194	471	9,06	0,93	8,81	0,08
	Вторая неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
227	Рыба припущенная	100	18,2	0,6	0,7	80	18	29	141	0,67	0,05	0,67	0,01
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,15	0,16	6,14	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	23	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,10	0,00	0,00
	Всего:		23,4	6,8	33,8	322	47	63	225	3,22	0,31	6,91	0,01
	Обед												
88	Щи из свежей капусты с картофелем, зеленью	250	1,7	5,0	7,8	83	34	19	47	0,80	0,20	19,00	0,00
260	Гуляш из говядины без муки, без сметаны	100	10,0	8,8	0,6	122	5	17	14	1,12	0,05	0,50	0,01
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,0	298	17	162	242	5,40	0,25	0,00	0,00
ТТК 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,00	0,00	7,60	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами	33	2,4	0,4	14,3	70	24	0	0	1,29	0,12	0,00	0,00
	Всего:		24,3	23,0	94,7	685	83	198	309	8,61	0,62	27,10	0,01
	Итого:		47,7	29,8	128,5	1007	130	261	534	11,83	0,93	34,01	0,02
	Вторник												
	Завтрак												
288	Птица отварная (цыплята)	100	30,9	2,0	0,5	144	12	94	146	1,65	0,06	2,65	0,07
304	Рис отварной	180	4,3	8,9	33,6	232	1	23	71	0,60	0,03	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	30	2,4	0,6	17,2	84	12	0	0	0,60	0,12	0,00	0,00
	Всего:		37,8	11,6	56,3	481	30	121	225	3,75	0,21	2,75	0,07
	Обед												
177/2004	Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	25/15/250	9,5	0,8	13,7	100	12	23	37	0,79	0,11	0,66	0,02
278	Тефтели мясные	100	13,3	15,2	12,8	241	38	14	84	0,10	0,17	0,26	0,04
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,0	298	17	162	242	5,40	0,25	0,00	0,00
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,20	0,00	4,50	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00
	Всего:		37,0	25,7	107,6	811	106	207	372	7,99	0,73	5,42	0,06
	Итого:		74,8	37,3	163,9	1292	136	328	597	11,74	0,94	8,17	0,13
	Среда												
	Завтрак												
291	Плов из индейки	200	10,7	17,1	45,2	378	23	36	102	1,70	0,30	4,00	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,10	0,00	0,00

	Всего:		12,9	17,7	78,3	524	38	40	110	3,10	0,40	4,10	0,00
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00
227	Рыба припущенная	90	16,4	0,5	0,6	72	16	26	127	0,60	0,05	0,60	0,01
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,15	0,16	6,14	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами	33	2,4	0,4	14,3	70	24	0	0	1,29	0,12	0,00	0,00
	Всего:		24,0	11,7	47,7	422	69	84	270	4,84	0,43	17,04	0,01
	Итого:		36,9	29,4	126,0	946	107	124	380	7,94	0,83	21,14	0,01
	Четверг												
	Завтрак												
288	Птица отварная (цыплята)	100	30,9	2,0	0,5	144	12	94	146	1,65	0,06	2,65	0,07
309	Вермишель отварная	180	6,9	6,7	35,4	229	6	8	36	0,79	0,06	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	30	2,4	0,6	17,2	84	12	0	0	0,60	0,12	0,00	0,00
	Всего:		40,4	9,4	58,1	478	35	106	190	3,94	0,24	2,75	0,07
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00
278	Тефтели мясные	100	13,3	15,2	12,8	241	38	14	84	0,10	0,17	0,26	0,04
304	Рис отварной	180	4,3	8,9	33,6	232	1	23	71	0,60	0,03	0,00	0,00
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,20	0,00	4,50	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00
	Всего:		23,6	30,1	97,5	753	88	69	223	3,30	0,51	14,96	0,04
	Итого:		64,0	39,5	155,6	1231	123	175	413	7,24	0,75	17,71	0,11
	Пятница												
	Завтрак												
105	Фрикадельки мясные припущенные	100	21,9	13,0	0,8	208	4	14	97	1,00	0,30	0,00	0,00
309	Рожки отварные	180	6,9	6,7	35,4	229	6	8	36	0,79	0,06	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,10	0,00	0,00
	Всего:		31,0	20,3	55,5	528	25	26	141	3,19	0,46	0,10	0,00
	Обед												
111/2004	Борщ "Сибирский" с зеленью	250	2,0	4,9	10,0	92	32	19	43	1,00	0,18	9,20	0,00
288	Птица отварная (цыплята)	100	30,9	2,0	0,5	144	12	94	146	1,65	0,06	2,65	0,07
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,15	0,16	6,14	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами	33	2,4	0,4	14,3	70	24	0	0	1,29	0,12	0,00	0,00
	Всего:		38,5	13,0	43,6	478	87	147	273	5,99	0,52	18,09	0,07
	Итого:		69,5	33,3	99,1	1006	112	173	414	9,18	0,98	18,19	0,07

<i>Третья неделя</i>													
<i>Понедельник</i>													
<i>Завтрак</i>													
260	Гуляш из говядины без муки, без сметаны	100	10,0	8,8	0,6	122	5	17	14	1,12	0,05	0,50	0,01
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,0	298	17	162	242	5,40	0,25	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	45	3,6	0,9	25,7	126	18	0	0	0,90	0,14	0,00	0,00
	Всего:		24,0	18,6	75,3	567	45	183	264	8,32	0,44	0,60	0,01
<i>Обед</i>													
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00
265	Плов из говядины	200	11,6	11,7	37,1	300	9	41	176	1,50	0,10	0,70	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/30	4,2	0,9	27,3	134	32	0	0	1,68	0,19	0,00	0,00
	Всего:		18,0	17,8	83,4	563	56	69	243	4,98	0,40	11,00	0,00
	Итого:		42,0	36,4	158,7	1130	101	252	507	13,30	0,84	11,60	0,01
<i>Вторник</i>													
<i>Завтрак</i>													
ТТК 552	Индейка с булгуром	200	12,8	15,5	39,8	350	73	5	51	0,70	0,02	0,00	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	30	2,4	0,6	17,2	84	12	0	0	0,60	0,12	0,00	0,00
	Всего:		15,4	16,2	75,8	510	90	9	59	2,20	0,14	0,10	0,00
<i>Обед</i>													
82	Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	1,7	4,9	9,8	98	37	24	50	1,11	0,04	10,03	0,00
227	Рыба припущенная	100	18,2	0,6	0,7	80	18	29	141	0,67	0,05	0,67	0,01
304	Рис отварной	180	4,3	8,9	33,6	232	1	23	71	0,60	0,03	0,00	0,00
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,20	0,00	4,50	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами	19	1,4	0,2	8,2	40	14	0	0	0,74	0,07	0,00	0,00
	Всего:		25,8	14,7	64,3	499	81	84	271	3,32	0,19	15,20	0,01
	Итого:		41,2	30,9	140,1	1009	171	93	330	5,52	0,33	15,30	0,01
<i>Среда</i>													
<i>Завтрак</i>													
288	Птица отварная (цыплята)	100	30,9	2,0	0,5	144	12	94	146	1,65	0,06	2,65	0,07
309	Вермишель отварная	180	6,9	6,7	35,4	229	6	8	36	0,79	0,06	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	30	2,4	0,6	17,2	84	12	0	0	0,60	0,12	0,00	0,00
	Всего:		40,4	9,4	58,1	478	35	106	190	3,94	0,24	2,75	0,07
<i>Обед</i>													
177/2004	Бульон куриный с гренками, зеленью	25/15/250	9,5	0,8	13,7	100	12	23	37	0,79	0,11	0,66	0,02

259	Жаркое по-домашнему 40/160	200	12,4	12,7	18,7	239	23	45	93	2,30	0,30	8,20	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами	19	1,4	0,2	8,2	40	14	0	0	0,74	0,07	0,00	0,00
	Всего:		23,5	13,8	45,6	400	54	72	138	4,73	0,48	8,96	0,02
	Итого:		63,9	23,2	103,7	878	89	178	328	8,67	0,72	11,71	0,09
	Четверг												
	Завтрак												
278	Гёфтели мясные	100	13,3	15,2	12,8	241	38	14	84	0,10	0,17	0,26	0,04
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,0	298	17	162	242	5,40	0,25	0,00	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,10	0,00	0,00
	Всего:		25,7	24,6	89,9	685	70	180	334	6,90	0,52	0,36	0,04
	Обед												
103	Суп картофельный с вермишелью с мясными фрикадельками, зеленью	20/250	7,0	5,5	21,0	162	17	25	87	1,20	0,30	8,60	0,00
ТТК 99	Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	16,3	7,8	3,0	156	141	62	191	1,00	0,01	0,20	3,30
304	Рис отварной	180	4,3	8,9	33,6	232	1	23	71	0,60	0,03	0,00	0,00
ТТК 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,00	0,00	7,60	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/37	4,8	1,0	32,0	157	33	0	0	1,72	0,21	0,00	0,00
	Всего:		32,4	23,2	117,6	819	195	110	355	4,52	0,55	16,40	3,30
	Итого:		58,1	47,8	207,5	1504	265	290	689	11,42	1,07	16,76	3,34
	Пятница												
	Завтрак												
105	Фрикадельки мясные припущенные	100	21,9	13,0	0,8	208	4	14	97	1,00	0,30	0,00	0,00
309	Рожки отварные	180	6,9	6,7	35,4	229	6	8	36	0,79	0,06	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,10	0,00	0,00
	Всего:		31,0	20,3	55,5	528	25	26	141	3,19	0,46	0,10	0,00
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00
284	Запеканка картофельная с мясом	200	14,6	12,2	21,0	252	19	44	143	1,80	0,17	4,30	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00
	Всего:		21,0	18,6	75,9	553	80	82	222	7,50	0,48	25,60	0,00
	Итого:		52,0	38,9	131,4	1081	105	108	363	10,69	0,94	25,70	0,00
	Четвертая неделя												

Понедельник													
	Завтрак												
227	Рыба припущенная	100	18,2	0,6	0,7	80	18	29	141	0,67	0,05	0,67	0,01
309	Вермишель отварная	180	6,9	6,7	35,4	229	6	8	36	0,79	0,06	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	30	2,4	0,6	17,2	84	12	0	0	0,60	0,12	0,00	0,00
	Всего:		27,7	8,0	58,3	414	41	41	185	2,96	0,23	0,77	0,01
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00
260	Гуляш из говядины без муки, без сметаны	100	10,0	8,8	0,6	122	5	17	14	1,12	0,05	0,50	0,01
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,0	298	17	162	242	5,40	0,25	0,00	0,00
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,90	0,00	4,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами	20	1,4	0,2	8,2	40	14	0	0	0,74	0,07	0,00	0,00
	Всего:		23,8	23,1	80,7	626	53	207	319	9,06	0,48	14,80	0,01
	Итого:		51,5	31,1	139,0	1040	94	248	504	12,02	0,71	15,57	0,02
Вторник													
	Завтрак												
ТТК 12	Жаркое из индейки	200	9,5	16,2	18,2	256	87	34	129	2,00	0,03	7,70	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	35	7,6	1,7	51,2	251	50	0	0	2,63	0,33	0,00	0,00
	Всего:		17,3	18,0	88,2	583	142	38	137	5,53	0,36	7,80	0,00
	Обед												
211/2022	Борщ "Краснодарский с зеленью	250	1,8	3,1	12,1	84	31	20	44	1,00	0,02	36,80	0,03
105	Фрикадельки мясные припущенные	100	21,9	13,0	0,8	208	4	14	97	1,00	0,30	0,00	0,00
309	Вермишель отварная	180	6,9	6,7	35,4	229	6	8	36	0,79	0,06	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/37	4,8	1,0	32,0	157	33	0	0	1,72	0,21	0,00	0,00
	Всего:		35,6	23,9	85,3	699	79	46	184	5,41	0,59	36,90	0,03
	Итого:		52,8	41,9	173,4	1281	221	84	321	10,94	0,95	44,70	0,03
Среда													
	Завтрак												
ТТК 99	Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	13,6	8,0	3,3	140	152	49	170	0,90	0,01	0,20	3,60
304	Рис отварной	180	4,3	8,9	33,6	232	1	23	71	0,60	0,03	0,00	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	30	2,4	0,6	17,2	84	12	0	0	0,60	0,12	0,00	0,00
	Всего:		20,5	17,6	72,9	532	170	76	249	3,00	0,16	0,30	3,60
	Обед												

278/2022	Суп куриный с зеленью	250	2,3	3,0	11,7	96	16	26	70	0,90	0,40	0,10	0,01
227	Рыба припущенная	100	18,2	0,6	0,7	80	18	29	141	0,67	0,05	0,67	0,01
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,15	0,16	6,14	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами	20	1,4	0,2	8,2	40	14	0	0	0,74	0,07	0,00	0,00
	Всего:		25,1	9,5	39,4	388	67	89	295	4,36	0,68	7,01	0,02
	Итого:		45,6	27,1	112,3	920	237	165	544	7,36	0,84	7,31	3,62
	Четверг												
	Завтрак												
278	Гёфтели мясные	100	13,3	15,2	12,8	241	38	14	84	0,10	0,17	0,26	0,04
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,0	298	17	162	242	5,40	0,25	0,00	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,10	0,00	0,00
	Всего:		25,7	24,6	89,9	685	70	180	334	6,90	0,52	0,36	0,04
	Обед												
ТТК 83	Суп Минестроне	250	3,0	5,2	13,5	113	143	157	427	0,73	0,34	35,00	0,38
288	Птица отварная (цыплята)	100	30,9	2,0	0,5	144	12	94	146	1,65	0,06	2,65	0,07
309	Рожки отварные	180	6,9	6,7	35,4	229	6	8	36	0,79	0,06	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами	20	1,4	0,2	8,2	40	14	0	0	0,74	0,07	0,00	0,00
	Всего:		42,4	14,2	62,6	547	180	263	617	4,81	0,53	37,75	0,45
	Итого:		68,1	38,8	152,5	1232	250	443	951	11,71	1,05	38,11	0,49
	Пятница												
	Завтрак												
227	Рыба припущенная	100	18,2	0,6	0,7	80	18	29	141	0,67	0,05	0,67	0,01
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,15	0,16	6,14	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	14	1,1	0,3	8,0	39	6	0	0	0,28	0,04	0,00	0,00
	Всего:		22,5	6,6	27,5	291	43	63	225	3,00	0,25	6,91	0,01
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00
278	Гёфтели мясные	100	13,3	15,2	12,8	241	38	14	84	0,10	0,17	0,26	0,04
309	Вермишель отварная	180	6,9	6,7	35,4	229	6	8	36	0,79	0,06	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00
	Всего:		26,6	28,3	103,1	771	105	60	199	6,59	0,54	21,56	0,04
	Итого:		49,1	34,9	130,6	1062	148	123	424	9,59	0,79	28,47	0,05

ЖКТ (диета №4) 5-11 кл

Итого по меню:		1073,4	678,1	2791,9	21823	2913	4086	9842	209,20	16,88	433,58	8,24
среднее за день		53,7	33,9	139,6	1091	146	204	492	10,46	0,84	21,68	0,41

Начальник производственно-технологического отдела МБУ "Дирекция по организации питания" Н.В.Решетникова

ДИАБЕТ (диета № 9) 5-11 кл

№ рецептуры по Сборнику блюд 2015г.	Наименование блюда	Выход порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Микроэлементы (мг)				Витамины (мг)			Хлебные единицы
			белки	жиры	углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A	
	<i>Первая неделя</i>													
	Понедельник													
	Завтрак													
14	Масло сливочное	15	0,1	10,9	0,2	99	4	0	5	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0
210	Омлет натуральный	200	18,6	19,2	4,6	266	165	27	328	3,5	0,1	1,0	0,0	0,5
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0	1,1
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		21,1	30,9	26,5	469	210	41	353	7,7	0,2	12,1	0,1	2,7
	Обед													
102	Суп картофельный с горохом, зеленью	250	5,5	5,3	15,3	131	30	32	87	2,0	0,4	6,0	0,0	1,5
265	Плов из говядины	200	11,6	11,7	37,1	300	9	41	176	1,5	0,1	0,7	0,0	3,7
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0	0,2
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		19,6	17,4	64,8	494	76	85	296	5,7	0,6	12,8	0,0	6,5
	Итого:		40,7	48,3	91,3	963	286	126	649	13,4	0,8	24,9	0,1	9,1
	Вторник													
	Завтрак													
14	Масло сливочное	15	0,1	10,9	0,2	99	4	0	5	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0
259	Жаркое по-домашнему	200	10,1	12,0	19,3	226	16	40	165	2,0	0,2	8,2	0,0	1,9
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		12,2	23,3	30,4	380	43	44	178	3,8	0,3	8,3	0,1	3,0
	Обед													
157	Солянка домашняя со сметаной, зеленью	255	6,8	6,2	7,0	112	20	32	99	1,2	0,1	5,3	0,0	0,7
295	Котлета куриная	100	20,2	9,0	16,8	229	42	72	151	1,8	0,2	1,3	0,1	1,7
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,4	0,3	0,0	0,0	4,4
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,4	14	8	12	16	0,60	0,04	15,00	0,00	0,24
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		39,9	24,5	81,2	706	111	281	516	10,8	0,7	21,7	0,1	8,1
	Итого:		52,1	47,8	111,6	1086	154	325	694	14,6	1,0	30,0	0,2	11,2
	Среда													
	Завтрак													

ДИАБЕТ (диета № 9) 5-11 кл

14	Масло сливочное	15	0,1	10,9	0,2	99	4	0	5	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0
260	Гуляш из говядины	100	8,2	8,6	2,8	121	16	15	23	1,0	0,0	0,6	0,0	0,3
304	Рис отварной	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,62	0,03	0,00	0,04	3,37
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		14,7	27,4	47,6	495	45	42	109	3,5	0,1	0,7	0,1	4,8
	Обед													
ТТК 370	Суп сырный, с зеленью	250	2,4	4,9	10,0	94	115	18	99	0,7	0,2	10,1	0,0	1,0
ТТК 274	Ёжики Appetitные	100/50	11,3	11,8	12,9	202	17	15	77	0,8	0,1	1,0	0,0	1,3
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,2	0,0	0,4	0,1	1,5
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	50	0,6	0,1	2,0	12	7	10	13	0,50	0,03	12,50	0,00	0,20
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		20,1	23,5	50,3	493	208	80	296	5,0	0,5	24,0	0,1	5,0
	Итого:		34,8	50,9	97,9	988	253	122	405	8,4	0,6	24,7	0,2	9,8
	Четверг													
	Завтрак													
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,0	0,3	0,0	0,0	1,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,4	0,3	0,0	0,0	4,4
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	50	0,6	0,1	2,0	12	7	10	13	0,50	0,03	12,50	0,00	0,20
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0	1,1
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Всего:		25,2	20,7	67,1	557	58	195	328	10,1	0,6	23,6	0,0	6,7
	Обед													
82	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной, зеленью	255	1,8	5,6	12,0	106	37	22	54	1,1	0,2	10,3	0,0	1,2
431/2004	Печень по-строгановски	100	13,7	10,5	7,5	179	18	16	233	4,9	0,2	8,2	0,0	0,8
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0	3,4
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	50	0,6	0,1	2,0	12	7	10	13	0,50	0,03	12,50	0,00	0,20
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	1,38
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		24,6	22,3	79,7	619	93	61	350	9,2	0,6	31,1	0,1	8,0
	Итого:		49,8	43,0	146,8	1176	151	256	678	19,3	1,2	54,7	0,1	14,7
	Пятница													
	Завтрак													

ДИАБЕТ (диета № 9) 5-11 кл

14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
265	Плов из говядины	200	11,6	11,7	37,1	300	9	41	176	1,5	0,1	0,7	0,0	3,7
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0	1,1
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		14,1	19,8	58,9	470	52	55	199	5,7	0,2	11,8	0,0	5,9
	Обед													
278/2022	Суп куриный с зеленью	250	2,3	3,0	11,7	96	16	26	70	0,9	0,4	0,1	0,0	1,2
ТТК 65	Митболлы в томатном соусе	100/50	18,5	16,8	10,4	286	18	19	12	1,5	0,2	0,6	0,0	1,0
312	Пюре картофельное	150	3,1	5,2	12,1	108	38	28	82	1,0	0,1	5,1	0,1	1,2
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		25,9	25,4	45,1	545	95	77	172	5,2	0,8	5,9	0,2	4,5
	Итого:		40,0	45,2	104,0	1015	147	132	371	10,9	1,0	17,7	0,2	10,4
	Вторая неделя													
	Понедельник													
	Завтрак													
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
278	Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	13,8	16,6	15,0	264	31	13	72	0,10	0,17	0,26	0,04	1,50
310	Картофель отварной	180	3,5	5,7	18,4	138	18	35	95	1,38	0,18	17,57	0,00	1,84
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		19,4	30,0	44,4	523	74	52	178	3,3	0,4	17,9	0,0	4,4
	Обед													
88	Щи из свежей капусты с картофелем, зеленью	250	1,7	5,0	7,8	83	34	19	47	0,8	0,2	19,0	0,0	0,8
260	Гуляш из говядины	100	10,6	10,5	2,4	146	16	18	23	1,2	0,1	0,5	0,0	0,2
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,4	0,3	0,0	0,0	4,4
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	40	0,4	0,1	1,5	9	6	8	10	0,36	0,02	10,00	0,00	0,15
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		24,9	24,8	66,7	589	97	210	330	9,6	0,6	29,6	0,0	6,7
	Итого:		44,3	54,8	111,1	1112	171	262	508	12,8	1,1	47,5	0,1	11,1
	Вторник													
	Завтрак													
ТТК 242	Филе куриное панированное	100	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,11	0,11	1,66	0,08	1,24
304	Рис отварной	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,62	0,03	0,00	0,04	3,37
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0	1,1

376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Всего:		29,0	24,7	57,0	567	42	126	266	6,0	0,1	12,8	0,1	5,7
	Обед													
177/2004	Бульон с куриным филе, зеленью	25/250	7,2	0,6	0,2	37	4	28	44	0,5	0,0	0,8	0,0	0,0
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,0	0,3	0,0	0,0	1,0
ТТК 270	Гороховое пюре	180	18,6	6,9	31,2	261	75	73	185	5,8	0,4	0,0	0,0	3,1
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,4	14	8	12	16	0,60	0,04	15,00	0,00	0,24
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		42,3	19,3	54,8	565	120	127	306	9,7	0,9	15,9	0,0	5,5
	Итого:		71,3	44,0	111,8	1132	162	253	572	15,6	1,0	28,7	0,1	11,2
	Среда													
	Завтрак													
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
291	Плов из индейки	200	10,7	17,1	45,2	378	23	36	102	1,7	0,3	4,0	0,0	4,5
ТТК 275	Капуста квашеная без сахара (доп.гарнир)	50	0,9	0,1	3,6	19	24	8	16	0,30	0,01	15,00	0,00	0,36
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,4	14	8	12	16	0,60	0,04	15,00	0,00	0,24
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		14,4	25,0	62,2	532	80	60	145	4,4	0,5	34,1	0,0	6,2
	Обед													
96	Рассольник Ленинградский с зеленью	250	2,1	5,1	17,3	124	18	23	72	1,0	0,2	7,7	0,0	1,7
234	Котлета рыбная	100	15,3	12,5	18,4	246	62	43	176	1,3	0,2	0,4	4,4	1,8
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,2	0,0	0,4	0,1	1,5
ТТК 275	Капуста квашеная без сахара (доп.гарнир)	50	0,9	0,1	3,6	19	24	8	16	0,30	0,01	15,00	0,00	0,36
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		24,1	24,4	64,7	574	173	111	371	5,6	0,5	23,6	4,5	6,5
	Итого:		38,5	49,3	126,9	1106	253	171	515	10,0	1,0	57,7	4,5	12,7
	Четверг													
	Завтрак													
14	Масло сливочное	15	0,1	10,9	0,2	99	4	0	5	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0
260	Гуляш из говядины	100	8,2	8,6	2,8	121	16	15	23	1,0	0,0	0,6	0,0	0,3
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,03	3,35
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		16,8	25,6	47,4	487	51	28	78	3,7	0,2	0,7	0,1	4,7
	Обед													

101	Суп картофельный с крупой, с рыбными консервами	265	4,6	5,7	17,2	139	16	22	71	0,9	0,2	8,5	0,0	1,7
278	Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	13,8	16,6	15,0	264	31	13	72	0,10	0,17	0,26	0,04	1,50
304	Рис отварной	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,62	0,03	0,00	0,04	3,37
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0	1,1
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		25,2	30,6	87,6	727	90	72	236	5,8	0,5	19,9	0,1	8,8
	Итого:		42,0	56,2	135,0	1214	141	100	314	9,6	0,7	20,6	0,2	13,5
	Пятница													
	Завтрак													
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,0	0,3	0,0	0,0	1,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,4	0,3	0,0	0,0	4,4
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0	1,1
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		26,4	20,9	75,9	598	69	185	315	10,6	0,6	11,1	0,0	7,6
	Обед													
111/2004	Борщ "Сибирский" со сметаной, зеленью	255	2,2	5,6	10,2	100	37	19	46	1,0	0,2	9,2	0,0	1,0
ТТК 242	Филе куриное панированное	100	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,11	0,11	1,66	0,08	1,24
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,2	0,0	0,4	0,1	1,5
ТТК 275	Капуста квашеная без сахара (доп.гарнир)	50	0,9	0,1	3,6	19	24	8	16	0,30	0,01	15,00	0,00	0,36
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		32,9	29,1	51,6	600	147	153	342	6,4	0,4	26,3	0,2	5,2
	Итого:		59,3	50,0	127,5	1198	216	338	657	17,0	1,1	37,4	0,2	12,8
	Третья неделя													
	Понедельник													
	Завтрак													
14	Масло сливочное	15	0,1	10,9	0,2	99	4	0	5	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0
210	Омлет натуральный	200	18,6	19,2	4,6	266	165	27	328	3,5	0,1	1,0	0,0	0,5
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0	1,1
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		21,1	30,9	26,5	469	210	41	353	7,7	0,2	12,1	0,1	2,7
	Обед													
102	Суп картофельный с горохом, зеленью	250	5,5	5,3	15,3	131	30	32	87	2,0	0,4	6,0	0,0	1,5
265	Плов из говядины	200	11,6	11,7	37,1	300	9	41	176	1,5	0,1	0,7	0,0	3,7

ДИАБЕТ (диета № 9) 5-11 кл

71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,40	0,00	6,00	0,00	0,15
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		19,6	17,4	64,8	494	76	85	296	5,7	0,6	12,8	0,0	6,5
	Итого:		40,7	48,3	91,3	963	286	126	649	13,4	0,8	24,9	0,1	9,1
	Вторник													
	Завтрак													
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ТТК 552	Индейка с булгуром	200	12,8	15,5	39,8	350	73	5	51	0,70	0,02	0,00	0,00	3,98
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	40	0,4	0,1	1,5	9	6	8	10	0,36	0,02	10,00	0,00	0,15
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0	1,1
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		15,7	23,7	63,1	529	122	27	84	5,3	0,1	21,1	0,0	6,3
	Обед													
82	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной, зеленью	255	1,8	5,6	12,0	106	37	22	54	1,1	0,2	10,3	0,0	1,2
ТТК 94	Фишболы в сырном соусе	100/50	15,6	8,1	9,3	173	127	11	107	0,6	0,1	1,0	0,3	0,9
304	Рис отварной	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,62	0,03	0,00	0,04	3,37
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	40	0,4	0,1	1,5	9	6	8	10	0,36	0,02	10,00	0,00	0,15
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		24,2	21,7	67,4	563	195	68	252	4,5	0,5	21,4	0,4	6,7
	Итого:		39,9	45,4	130,5	1092	317	95	336	9,7	0,6	42,5	0,4	13,1
	Среда													
	Завтрак													
14	Масло сливочное	15	0,1	10,9	0,1	99	3	0	5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
295	Котлета куриная	100	20,2	9,0	16,8	229	42	72	151	1,8	0,2	1,3	0,1	1,7
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0	3,4
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0	1,1
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		29,2	26,4	72,1	644	94	95	218	6,9	0,4	12,4	0,1	7,2
	Обед													
177/2004	Бульон с куриным филе, зеленью	25/250	7,2	0,6	0,2	37	4	28	44	0,5	0,0	0,8	0,0	0,0
259	Жаркое по-домашнему	200	12,4	12,7	18,7	239	23	45	93	2,3	0,3	8,2	0,0	1,9
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1

	Всего:		21,6	13,7	29,8	331	50	77	145	4,6	0,4	9,1	0,0	3,0
	Итого:		50,8	40,1	101,9	975	144	172	363	11,5	0,8	21,5	0,1	10,2
	Четверг													
	Завтрак													
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
278	Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	13,8	16,6	15,0	264	31	13	72	0,10	0,17	0,26	0,04	1,50
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,4	0,3	0,0	0,0	4,4
ТТК 275	Капуста квашеная без сахара (доп.гарнир)	30	0,5	0,0	2,1	11	15	5	9	0,20	0,00	9,00	0,00	0,21
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		26,6	33,1	72,2	692	89	183	334	7,5	0,5	9,4	0,1	7,2
	Обед													
103	Суп картофельный с вермишелью с мясными фрикадельками, зеленью	20/250	7,0	5,5	21,0	162	17	25	87	1,2	0,3	8,6	0,0	2,1
ТТК 99	Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	16,3	7,8	3,0	156	141	62	191	1,0	0,0	0,2	3,3	0,3
304	Рис отварной	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,62	0,03	0,00	0,04	3,37
ТТК 275	Капуста квашеная без сахара (доп.гарнир)	50	0,9	0,1	3,6	19	24	8	16	0,30	0,01	15,00	0,00	0,36
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		30,6	21,3	72,2	612	207	122	375	4,9	0,4	23,9	3,3	7,2
	Итого:		57,2	54,4	144,4	1304	296	305	709	12,4	1,0	33,3	3,4	14,4
	Пятница													
	Завтрак													
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
271	Биточки "Школьные"	100	16,5	17,1	9,3	257	32	16	107	1,2	0,2	0,2	0,0	0,9
309	Рожки отварные	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,03	3,35
71	Помидора свежая (доп.гарнир)	30	0,3	0,1	1,1	6	4	6	8	0,27	0,02	7,50	0,00	0,11
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		25,4	30,6	54,9	596	69	35	168	4,2	0,4	7,8	0,1	5,5
	Обед													
157	Солянка домашняя со сметаной, зеленью	255	6,8	6,2	7,0	112	20	32	99	1,2	0,1	5,3	0,0	0,7
284	Запеканка картофельная с мясом	200	14,6	12,2	21,0	252	19	44	143	1,8	0,2	4,3	0,0	2,1
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		23,4	18,8	38,9	419	62	80	250	4,8	0,4	9,7	0,0	3,9
	Итого:		48,8	49,4	93,8	1015	131	115	418	9,0	0,7	17,5	0,1	9,4

		Четвертая неделя													
		Понедельник													
		Завтрак													
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,0	0,3	0,0	0,0	1,0	
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,03	3,35	
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,4	14	8	12	16	0,60	0,04	15,00	0,00	0,24	
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0	
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1	
	Всего:		23,0	17,5	56,9	479	49	35	119	4,3	0,5	15,1	0,0	5,7	
		Обед													
ТТК 370	Суп сырный, с зеленью	250	2,4	4,9	10,0	94	115	18	99	0,7	0,2	10,1	0,0	1,0	
260	Гуляш из говядины	100	10,6	10,5	2,4	146	16	18	23	1,2	0,1	0,5	0,0	0,2	
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,40	0,25	0,00	0,03	4,41	
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0	
	Хлеб полезный с микронутриентами	20	1,4	0,2	8,2	40	14	0	0	0,7	0,1	0,0	0,0	0,8	
	Всего:		24,8	24,5	64,8	578	167	201	372	8,9	0,6	10,7	0,1	6,5	
	Итого:		47,8	42,0	121,7	1057	216	236	491	13,2	1,1	25,8	0,1	12,2	
		Вторник													
		Завтрак													
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
15	Сыр порционнно	15	3,5	4,4	0,0	53	150	8	90	0,2	0,0	0,1	0,1	0,0	
ТТК 12	Жаркое из индейки	200	9,5	16,2	18,2	256	87	34	129	2,0	0,0	7,7	0,0	1,8	
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0	
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1	
	Всего:		15,1	28,3	29,2	430	262	46	230	4,0	0,1	7,9	0,1	2,9	
		Обед													
211/2022	Борщ "Краснодарский со сметаной, зеленью	255	1,8	6,5	9,6	105	36	20	47	1,0	0,2	18,0	0,0	1,0	
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,00	0,30	0,00	0,00	1,01	
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,03	3,35	
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	25	0,3	0,1	1,0	5	4	5	6	0,2	0,0	6,0	0,0	0,1	
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0	1,1	
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0	
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1	
	Всего:		24,8	24,4	75,9	624	99	58	168	7,3	0,7	35,1	0,1	7,6	
	Итого:		39,9	52,7	105,1	1054	361	104	398	11,3	0,8	43,0	0,1	10,5	
		Среда													
		Завтрак													

ДИАБЕТ (диета № 9) 5-11 кл

14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
15	Сыр порционнo	15	3,5	4,4	0,0	53	150	8	90	0,2	0,0	0,1	0,1	0,0
ТТК 99	Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	13,6	8,0	3,3	140	152	49	170	0,9	0,0	0,2	3,6	0,3
304	Рис отварной	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,62	0,03	0,00	0,04	3,37
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		23,6	27,6	48,0	534	329	84	344	3,5	0,1	0,4	3,7	4,8
	Обед													
278/2022	Суп куриный с зеленью	250	2,3	3,0	11,7	96	16	26	70	0,9	0,4	0,1	0,0	1,2
234	Котлета рыбная	100	15,3	12,5	18,4	246	62	43	176	1,3	0,2	0,4	4,40	1,84
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,2	0,0	0,4	0,1	1,5
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,4	14	8	12	16	0,60	0,04	15,00	0,00	0,24
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		24,1	22,3	57,9	541	155	118	369	5,8	0,7	16,0	4,5	5,8
	Итого:		47,7	49,9	105,9	1075	484	202	713	9,3	0,9	16,4	8,2	10,6
	Четверг													
	Завтрак													
227	Рыба припущенная	100	18,2	0,6	0,7	80	18	29	141	0,67	0,05	0,67	0,01	0,07
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,40	0,25	0,00	0,03	4,41
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Всего:		28,6	9,5	44,9	378,0	41,0	194,0	391,0	6,9	0,3	0,8	0,0	4,5
	Обед													
ТТК 83	Суп Минестроне	250	3,0	5,2	13,5	113	143	157	427	0,7	0,3	35,0	0,4	1,4
ТТК 242	Филе куриное панированное	100	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,11	0,11	1,66	0,08	1,24
309	Рожки отварные	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,91	0,07	0,00	0,03	3,35
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,4	14	8	12	16	0,60	0,04	15,00	0,00	0,24
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		36,2	28,1	72,7	690	199	271	666	6,2	0,7	51,8	0,5	7,3
	Итого:		74,0	48,9	128,5	1420	301	491	1140	17,0	1,1	63,7	0,5	12,9
	Пятница													
	Завтрак													
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,00	0,30	0,00	0,00	1,01
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,18	0,01	0,36	0,06	1,45
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	40	0,5	0,1	1,5	9	8	12	16	0,5	0,0	15,0	0,0	0,2
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0

ДИАБЕТ (диета № 9) 5-11 кл

	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		20,1	18,1	37,0	392	87	59	176	4,5	0,4	15,5	0,1	3,7
	Обед													
96	Рассольник Ленинградский с зеленью	250	2,1	5,1	17,3	124	18	23	72	1,0	0,2	7,7	0,0	1,7
285	Макаронник с мясом	200	21,0	17,6	39,3	399	22	23	131	1,9	0,2	0,4	0,0	3,9
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	40	0,5	0,1	1,5	9	8	12	16	0,5	0,0	15,0	0,0	0,2
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0	1,1
376	Чай без сахара	200	0,2	0,1	0,1	2	5	4	8	0,8	0,0	0,1	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	1,1
	Всего:		26,0	23,6	79,8	636	89	72	239	7,6	0,5	34,2	0,0	8,0
	Итого:		46,1	41,7	116,8	1028	176	131	415	12,1	0,9	49,7	0,1	11,7
	Итого по меню:		965,8	962,2	2303,8	21973	4646	4062	10992	250,5	17,8	682,0	18,8	230,4
	среднее за день		48,3	48,1	115,2	1098,7	232,3	203,1	549,6	12,5	0,9	34,1	0,9	11,5
Начальник производственно-технологического отдела МБУ "Дирекция по организации питания" Н.В.Решетникова														

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ аллергия на молочную продукцию (5-11 кл)

№ рецептуры по Сборнику блюд 2015г.	Наименование блюд	Выход порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Микроэлементы (мг)				Витамины (мг)		
			белки	жиры	углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
	Первая неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
260	Гуляш из говядины гипоаллергенный	100	10,0	8,8	0,6	122	5	17	14	1,12	0,05	0,50	0,01
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,0	298	17	162	242	5,40	0,25	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	48	3,8	1,0	27,5	134	19	0	0	0,96	0,15	0,00	0,00
	Всего:		24,2	18,7	77,1	575	47	183	264	8,38	0,45	0,60	0,01
	Обед												
102	Суп картофельный с горохом, зеленью	250	5,5	5,3	15,3	131	30	32	87	2,00	0,40	6,00	0,00
265	Плов из говядины	200	11,6	11,7	37,1	300	9	41	176	1,49	0,08	0,74	0,00
388	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,70	0,00	20,00	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/31	4,3	0,9	28,5	140	30	0	0	1,60	0,19	0,00	0,00
	Всего:		22,1	18,2	105,5	675	79	76	266	5,79	0,67	26,74	0,00
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,90	0,00	2,90	0,00
	Всего:		0,7	0,5	34,9	147	26	15	22	3,30	0,00	13,90	0,00
	Итого:		47,0	37,4	217,5	1397	152	274	552	17,47	1,12	41,24	0,01
	Вторник												
	Завтрак												
259	Жаркое по-домашнему	200	10,1	12,0	19,3	226	16	40	165	1,99	0,17	8,16	0,00
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	0,8	0,1	2,7	15	10	14	18	0,63	0,04	17,50	0,00
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,90	0,00	2,90	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,10	0,00	0,00
	Всего:		13,2	12,7	46,6	354	44	59	193	4,02	0,31	28,56	0,00
	Обед												
157	Солянка домашняя с зеленью	250	6,7	5,5	6,9	104	10	29	86	1,00	0,07	4,50	0,01
ТТК 242	Филе куриное панированное	100	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,11	0,11	1,66	0,08
309	Рожки отварные	180	6,9	6,7	35,4	229	6	8	36	0,79	0,06	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/31	4,3	0,9	28,5	140	30	0	0	1,60	0,19	0,00	0,00
	Всего:		42,1	29,9	88,2	790	69	130	303	6,40	0,43	6,26	0,09

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ аллергия на молочную продукцию (5-11 кл)

	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,30	0,00	11,10	0,00
	Итого:		55,9	43,2	164,4	1269	136	203	516	13,72	0,74	45,92	0,09
	Среда												
	Завтрак												
260	Гуляш из говядины нипоаллергенный	100	10,0	8,8	0,6	122	5	17	14	1,12	0,05	0,50	0,01
304	Рис отварной	180	4,3	8,9	33,6	232	1	23	71	0,60	0,03	0,00	0,00
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,90	0,00	2,90	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,10	0,00	0,00
	Всего:		16,6	18,3	58,8	467	25	45	95	3,12	0,18	3,40	0,01
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00
ТТК 274	Ёжики Аппетитные в соусе томатном	100/50	10,9	12,0	11,0	196	15	18	84	1,00	0,13	0,95	0,03
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,15	0,16	6,14	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,7	0,8	24,5	120	28	0	0	1,46	0,17	0,00	0,00
	Всего:		20,2	24,0	79,1	645	90	86	239	7,81	0,57	28,39	0,03
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,30	0,00	11,10	0,00
	Итого:		37,4	42,8	167,5	1237	137	145	354	14,23	0,75	42,89	0,04
	Четверг												
	Завтрак												
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,00	0,30	0,00	0,00
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,0	298	17	162	242	5,40	0,25	0,00	0,00
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	30	0,3	0,1	1,1	6	4	6	8	0,27	0,02	7,50	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,10	0,00	0,00
	Всего:		26,9	21,2	85,3	642	64	192	323	10,47	0,67	18,60	0,00
	Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	1,7	4,9	9,8	98	37	24	50	1,11	0,04	10,03	0,00
278	Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	14,8	17,6	3,2	231	13	15	77	1,00	0,20	0,26	0,04

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ аллергия на молочную продукцию (5-11 кл)

309	Вермишель отварная	180	6,9	6,7	35,4	229	6	8	36	0,79	0,06	0,00	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00
	Всего:		27,4	30,1	92,3	757	89	51	171	5,30	0,50	10,39	0,04
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Всего:		0,2	0,1	23,9	96	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Итого:		54,5	51,4	201,5	1495	158	247	502	16,67	1,17	29,09	0,04
	Пятница												
	Завтрак												
265	Плов из говядины	200	11,6	11,7	37,1	300	9	41	176	1,49	0,08	0,74	0,00
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	50	0,4	0,0	1,3	7	12	7	21	0,30	0,00	5,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,10	0,00	0,00
	Всего:		14,6	12,7	68,5	447	54	62	217	5,59	0,18	16,84	0,00
	Обед												
278/2022	Суп куриный с зеленью	250	2,3	3,0	11,7	96	16	26	70	0,90	0,40	0,10	0,01
ГТК 65	Митболлы в томатном соусе	100/50	18,5	16,8	10,4	286	18	19	12	1,50	0,20	0,55	0,04
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,15	0,16	6,14	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами	45	3,2	0,5	19,4	95	32	0	0	1,76	0,16	0,00	0,00
	Всего:		27,2	26,0	60,3	649	85	79	166	6,21	0,92	6,89	0,05
	Полдник												
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Всего:		2,4	6,8	29,8	189	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Итого:		44,2	45,5	158,6	1285	157	151	395	14,20	1,10	34,73	0,05
	Вторая неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
278	Гёфтели мясные в соусе томатном	100/50	14,8	17,6	3,2	231	13	15	77	1,00	0,20	0,26	0,04
310	Картофель отварной	180	3,5	6,5	18,5	147	16	35	94	1,37	0,18	25,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,10	0,00	0,00
	Всего:		20,5	24,7	41,0	469	44	54	179	3,77	0,48	25,36	0,04

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ аллергия на молочную продукцию (5-11 кл)

	Обед												
88	Щи из свежей капусты с картофелем, зеленью	250	1,7	5,0	7,8	83	34	19	47	0,80	0,20	19,00	0,00
260	Гуляш из говядины гипоаллергенный	100	10,0	8,8	0,6	122	5	17	14	1,12	0,05	0,50	0,01
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,0	298	17	162	242	5,40	0,25	0,00	0,00
ТТК 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,00	0,00	7,60	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00
	Всего:		25,7	23,4	105,5	738	87	198	309	8,82	0,70	27,10	0,01
	Полдник												
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	23,0	92	14	8	14	2,80	0,20	4,00	0,00
ТТК 89	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17,0	69	9	3	6	0,10	0,01	15,00	0,00
	Всего:		0,2	0,1	40,0	161	23	11	20	2,90	0,21	19,00	0,00
	Итого:		46,4	48,2	186,5	1368	155	263	508	15,49	1,39	71,46	0,05
	Вторник												
	Завтрак												
ТТК 242	Филе куриное панированное	100	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,11	0,11	1,66	0,08
304	Рис отварной	180	4,3	8,9	33,6	232	1	23	71	0,60	0,03	0,00	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,10	0,00	0,00
	Всего:		30,5	26,2	79,1	674	33	116	252	4,11	0,24	1,76	0,08
	Обед												
177/2004	Бульон с куриным филе, гренокками, зеленью	25/15/250	9,5	0,8	13,7	100	12	23	37	0,79	0,11	0,66	0,02
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,00	0,30	0,00	0,00
ТТК 270	Гороховое пюре	180	18,6	9,4	31,1	283	75	73	185	5,80	0,40	0,00	0,00
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,20	0,00	4,50	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00
	Всего:		45,9	22,4	92,0	753	136	114	284	9,29	1,01	5,16	0,02
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,30	0,00	11,10	0,00
	Итого:		77,0	49,1	200,7	1552	192	244	556	16,70	1,25	18,02	0,10
	Среда												
	Завтрак												
291	Плов из индейки	200	10,7	17,1	45,2	378	23	36	102	1,70	0,30	4,00	0,00

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ аллергия на молочную продукцию (5-11 кл)

ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	70	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,40	0,00	18,60	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	10,3	43	8	5	10	0,90	0,00	2,90	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	30	2,4	0,6	17,2	84	12	0	0	0,60	0,10	0,00	0,00
	Всего:		14,9	21,8	92,0	625	91	61	143	6,00	0,40	36,50	0,00
	Обед												
96	Рассольник Ленинградский с зеленью	250	2,1	5,1	17,3	124	18	23	72	1,00	0,20	7,70	0,01
ТТК 477	Бифштекс домашний	90	8,1	13,4	15,9	217	7	10	35	0,90	0,10	1,20	0,00
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,15	0,16	6,14	0,00
ТТК 275	Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	35	0,6	1,8	4,0	35	15	5	10	0,19	0,01	9,30	0,00
348	Компот из кураги	200	1,1	0,0	13,2	86	33	21	29	0,70	0,00	0,90	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/30	4,2	0,9	27,3	134	32	0	0	1,68	0,19	0,00	0,00
	Всего:		19,1	26,8	91,5	747	119	89	222	5,62	0,65	25,24	0,01
	Полдник												
388	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,70	0,10	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	23,0	92	14	8	14	2,80	0,20	4,00	0,00
	Всего:		0,7	0,3	47,6	196	24	11	17	3,50	0,30	4,10	0,00
	Итого:		34,7	48,9	231,0	1568	234	161	382	15,12	1,35	65,84	0,01
	Четверг												
	Завтрак												
260	Гуляш из говядины гипоаллергенный	100	10,0	8,8	0,6	122	5	17	14	1,12	0,05	0,50	0,01
309	Вермишель отварная	180	6,9	6,7	35,4	229	6	8	36	0,79	0,06	0,00	0,00
ТТК 275	Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	35	0,6	1,8	4,0	35	15	5	10	0,19	0,01	9,30	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,10	0,00	0,00
	Всего:		19,7	17,9	59,3	477	41	34	68	3,50	0,22	9,90	0,01
	Обед												
101	Суп картофельный с крупой, с рыбными консервами	15/250	4,6	5,7	17,2	139	16	22	71	0,90	0,20	8,50	0,00
278	Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	14,8	17,6	3,2	231	13	15	77	1,00	0,20	0,26	0,04
304	Рис отварной	180	4,3	8,9	33,6	232	1	23	71	0,60	0,03	0,00	0,00
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,20	0,00	4,50	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00
	Всего:		27,7	33,1	91,1	774	69	68	228	4,20	0,63	13,26	0,04
	Полдник												

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ аллергия на молочную продукцию (5-11 кл)

	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,30	0,00	11,10	0,00
	Итого:		48,0	51,5	180,0	1376	134	116	316	11,00	0,85	34,26	0,05
	Пятница												
	Завтрак												
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,00	0,30	0,00	0,00
309	Рожки отварные	180	6,9	6,7	35,4	229	6	8	36	0,79	0,06	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,88	0,00	2,90	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	51	4,1	1,0	29,2	143	20	0	0	1,02	0,16	0,00	0,00
	Всего:		25,5	19,5	90,7	642	62	33	111	6,09	0,52	13,90	0,00
	Обед												
111/2004	Борщ "Сибирский" с зеленью	250	2,0	4,9	10,0	92	32	19	43	1,00	0,18	9,20	0,00
ТТК 242	Филе куриное панированное	100	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,11	0,11	1,66	0,08
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,15	0,16	6,14	0,00
ТТК 89	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17,0	69	9	3	6	0,10	0,01	15,00	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/30	4,2	0,9	27,3	134	32	0	0	1,68	0,19	0,00	0,00
	Всего:		33,4	28,2	80,5	742	104	141	298	6,04	0,65	32,00	0,08
	Полдник												
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Всего:		2,4	1,4	32,8	149	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Итого:		61,2	49,1	203,9	1532	184	184	421	14,53	1,17	56,90	0,08
	Третья неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
260	Гуляш из говядины гипоаллергенный	100	10,0	8,8	0,6	122	5	17	14	1,12	0,05	0,50	0,01
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,0	298	17	162	242	5,40	0,25	0,00	0,00
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	50	0,4	0,0	1,3	7	12	7	21	0,30	0,00	5,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	14	1,1	0,3	8,0	39	6	0	0	0,28	0,04	0,00	0,00
	Всего:		21,9	18,0	58,9	487	45	190	285	8,00	0,34	5,60	0,01
	Обед												
102	Суп картофельный с горохом, зеленью	250	5,5	5,3	15,3	131	30	32	87	2,00	0,40	6,00	0,00
265	Плов из говядины	200	11,6	11,7	37,1	300	9	41	176	1,50	0,10	0,70	0,00
388	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,70	0,00	20,00	0,00

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ аллергия на молочную продукцию (5-11 кл)

	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/30	4,2	0,9	27,3	134	32	0	0	1,68	0,19	0,00	0,00
	Всего:		22,0	18,2	104,3	669	81	76	266	5,88	0,69	26,70	0,00
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,88	0,00	2,90	0,00
	Всего:		0,7	0,5	29,8	127	26	15	22	3,28	0,00	13,90	0,00
	Итого:		44,6	36,7	193,0	1283	152	281	573	17,16	1,03	46,20	0,01
	Вторник												
	Завтрак												
ТТК 552	Индейка с булгуром	200	12,8	15,5	39,8	350	73	5	51	0,70	0,02	0,00	0,00
71	Помидора свежая (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,3	13	8	12	16	0,54	0,04	15,00	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,10	0,00	0,00
	Всего:		15,7	16,2	75,2	509	96	21	75	2,64	0,16	15,10	0,00
	Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	1,7	4,9	9,8	98	37	24	50	1,11	0,04	10,03	0,00
227	Рыба припущенная	100	18,2	0,6	0,7	80	18	29	141	0,67	0,05	0,67	0,01
304	Рис отварной	180	4,3	8,9	33,6	232	1	23	71	0,60	0,03	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами	19	1,4	0,2	8,2	40	14	0	0	0,74	0,07	0,00	0,00
	Всего:		25,8	14,7	57,3	471	75	80	270	4,02	0,19	10,80	0,01
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,30	0,00	11,10	0,00
	Итого:		42,1	31,4	162,1	1105	194	115	365	9,96	0,35	37,00	0,01
	Среда												
	Завтрак												
ТТК 242	Филе куриное панированное	100	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,11	0,11	1,66	0,08
309	Вермишель отварная	180	6,9	6,7	35,4	229	6	8	36	0,79	0,06	0,00	0,00
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	60	0,9	3,0	6,8	59	26	9	17	0,30	0,01	16,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	14	1,1	0,3	8,0	39	6	0	0	0,28	0,04	0,00	0,00
	Всего:		33,5	27,2	78,4	693	78	120	246	6,78	0,22	28,76	0,08
	Обед												

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ аллергия на молочную продукцию (5-11 кл)

177/2004	Бульон куриный с гренками, зеленью	25/15/250	9,5	0,8	13,7	100	12	23	37	0,79	0,11	0,66	0,02
259	Жаркое по-домашнему	200	12,4	12,7	18,7	239	23	45	93	2,30	0,30	8,20	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами	19	1,4	0,2	8,2	40	14	0	0	0,74	0,07	0,00	0,00
	Всего:	700	23,5	13,8	45,6	400	54	72	138	4,73	0,48	8,96	0,02
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Всего:		0,4	0,2	28,9	117	10	8	16	1,80	0,00	0,20	0,00
	Итого:		57,4	41,2	152,9	1210	141	200	400	13,31	0,70	37,92	0,10
	Четверг												
	Завтрак												
278	Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	14,8	17,6	3,2	231	13	15	77	1,00	0,20	0,26	0,04
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,0	298	17	162	242	5,40	0,25	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	45	3,6	0,9	25,7	126	18	0	0	0,90	0,14	0,00	0,00
	Всего:		29,2	27,8	88,7	725	71	191	339	10,60	0,59	11,36	0,04
	Обед												
103	Суп картофельный с вермишелью с мясными фрикадельками, зеленью	20/250	7,0	5,5	21,0	162	17	25	87	1,20	0,30	8,60	0,00
ТТК 477	Бифштекс домашний	90	8,1	13,4	15,9	217	7	10	35	0,90	0,10	1,20	0,00
304	Рис отварной	180	4,3	8,9	33,6	232	1	23	71	0,60	0,03	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами	19	1,4	0,2	8,2	40	14	0	0	0,74	0,07	0,00	0,00
	Всего:		21,4	28,5	94,5	721	62	72	213	6,74	0,50	20,90	0,00
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,30	0,00	11,10	0,00
	Итого:		51,2	56,8	212,8	1571	156	277	572	20,64	1,09	43,36	0,04
	Пятница												
	Завтрак												
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,00	0,30	0,00	0,00
309	Рожки отварные	180	6,9	6,7	35,4	229	6	8	36	0,79	0,06	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,88	0,00	2,90	0,00

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ аллергия на молочную продукцию (5-11 кл)

	Батон, витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,10	0,00	0,00
	Всего:		23,4	19,0	75,8	569	52	33	111	5,57	0,46	13,90	0,00
	Обед												
157	Солянка домашняя с зеленью	250	6,7	5,5	6,9	104	10	29	86	1,00	0,07	4,50	0,01
284	Запеканка картофельная с мясом	200	14,6	12,2	21,0	252	19	44	143	1,80	0,17	4,30	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00
	Всего:		25,3	18,6	58,0	500	62	77	237	5,20	0,44	8,90	0,01
	Полдник												
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Всего:		2,4	6,8	29,8	189	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Итого:		51,1	44,4	163,6	1258	132	120	360	13,17	0,90	33,80	0,01
	<i>Четвертая неделя</i>												
	Понедельник												
	Завтрак												
278	Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	14,8	17,6	3,2	231	13	15	77	1,00	0,20	0,26	0,04
309	Вермишель отварная	180	6,9	6,7	35,4	229	6	8	36	0,79	0,06	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	41	3,1	0,8	22,6	110	16	0	0	0,79	0,13	0,00	0,00
	Всего:		25,4	25,6	77,0	640	58	37	133	5,88	0,39	11,36	0,04
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,11	10,20	0,00
260	Гуляш из говядины гипоаллергенный	100	10,0	8,8	0,6	122	5	17	14	1,12	0,05	0,50	0,01
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,0	298	17	162	242	5,40	0,25	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00
	Всего:		26,2	23,6	88,7	672	65	207	323	9,82	0,61	10,80	0,01
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,30	0,00	11,10	0,00
	Итого:		52,2	49,7	195,3	1437	146	258	476	19,00	1,00	33,26	0,05
	Вторник												
	Завтрак												
ТТК 12	Жаркое из индейки	200	9,5	16,2	18,2	256	87	34	129	2,00	0,03	7,70	0,00

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ аллергия на молочную продукцию (5-11 кл)

	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,88	0,00	2,90	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	35	7,6	1,7	51,2	251	50	0	0	2,63	0,33	0,00	0,00
	Всего:		17,4	18,0	88,4	585	145	39	139	5,51	0,36	10,60	0,00
	Обед												
211/2022	Борщ "Краснодарский с зеленью	250	1,8	3,1	12,1	84	31	20	44	1,00	0,02	36,80	0,03
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,00	0,30	0,00	0,00
309	Вермишель отварная	180	6,9	6,7	35,4	229	6	8	36	0,79	0,06	0,00	0,00
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	25	0,3	0,1	1,0	5	4	5	6	0,23	0,02	6,00	0,00
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00
	Всего:		26,8	22,1	93,8	680	84	47	147	5,42	0,60	42,90	0,03
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,30	0,00	11,10	0,00
	Итого:		44,8	40,5	211,8	1390	253	100	306	14,23	0,96	64,60	0,03
	Среда												
	Завтрак												
ТТК 242	Филе куриное панированное	100	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,11	0,11	1,66	0,08
304	Рис отварной	180	4,3	8,9	33,6	232	1	23	71	0,60	0,03	0,00	0,00
306	Кукуруза консервированная (доп. гарнир)	20	2,0	1,0	12,0	65	7	21	60	0,70	0,08	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,10	0,00	0,00
	Всего:		32,9	27,6	88,1	733	58	147	324	7,21	0,32	12,76	0,08
	Обед												
278/2022	Суп куриный с зеленью	250	2,3	3,0	11,7	96	16	26	70	0,90	0,40	0,10	0,01
ТТК 477	Бифштекс домашний	90	8,1	13,4	15,9	217	7	10	35	0,90	0,10	1,20	0,00
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,15	0,16	6,14	0,00
ТТК 89	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17,0	69	9	3	6	0,10	0,01	15,00	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/35	4,6	1,0	30,8	151	32	0	0	1,68	0,20	0,00	0,00
	Всего:		18,2	23,1	89,2	684	78	69	187	4,73	0,87	22,44	0,01
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ аллергия на молочную продукцию (5-11 кл)

	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,30	0,00	11,10	0,00
	Итого:		51,7	51,2	206,9	1542	159	230	531	15,24	1,19	46,30	0,09
	Четверг												
	Завтрак												
278	Гефтели мясные в соусе томатном	100/50	14,8	17,6	3,2	231	13	15	77	1,00	0,20	0,26	0,04
310	Картофель отварной	180	3,5	6,5	18,5	147	16	35	94	1,37	0,18	25,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,10	0,00	0,00
	Всего:		20,5	24,7	41,0	469	44	54	179	3,77	0,48	25,36	0,04
	Обед												
ТТК 83	Суп Минестроне	250	3,0	5,2	13,5	113	143	157	427	0,73	0,34	35,00	0,38
ТТК 242	Филе куриное панированное	100	24,0	16,7	12,4	296	17	89	173	2,11	0,11	1,66	0,08
309	Рожки отварные	180	6,9	6,7	35,4	229	6	8	36	0,79	0,06	0,00	0,00
348	Компот из кураги	200	1,1	0,0	13,2	86	33	21	29	0,70	0,00	0,90	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/54	5,8	1,3	39,4	196	38	0	0	1,98	0,25	0,00	0,00
	Всего:		40,8	29,9	113,9	920	237	275	665	6,31	0,76	37,56	0,46
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
388	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,70	0,00	20,00	0,00
	Всего:		1,1	0,7	49,2	208	28	13	15	3,10	0,00	31,00	0,00
	Итого:		62,4	55,3	204,1	1597	309	342	859	13,18	1,24	93,92	0,50
	Пятница												
	Завтрак												
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,00	0,30	0,00	0,00
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,15	0,16	6,14	0,00
ТТК 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,00	0,00	7,60	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,10	0,00	0,00
	Всего:		18,8	17,4	66,2	531	37	40	135	2,65	0,56	13,74	0,00
	Обед												
96	Рассольник Ленинградский с зеленью	250	2,1	5,1	17,3	124	18	23	72	1,00	0,20	7,70	0,01
285	Макаронник с мясом	200	21,0	17,6	39,3	399	22	23	131	1,90	0,20	0,40	0,02
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
ТТК 89	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17,0	69	9	3	6	0,10	0,01	15,00	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,50	0,20	0,00	0,00
	Всего:		27,5	24,0	109,5	764	95	59	221	6,90	0,61	34,10	0,03
	Полдник												

БЕЗЛАКТОЗНОЕ МЕНЮ аллергия на молочную продукцию (5-11 кл)

	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Всего:		2,4	1,4	32,8	149	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Итого:		48,7	42,8	208,5	1444	150	109	368	11,95	1,17	58,84	0,03
	Итого по меню:		1012,5	917,1	3822,8	27917	3431	4018	9311	296,98	20,52	935,55	1,39
	среднее за день		50,6	45,9	191,1	1396	172	201	466	14,85	1,03	46,78	0,07

Начальник производственно-технологического отдела МБУ "Дирекция по организации питания" Н.В.Решетникова