

СОГЛАСОВАНО:

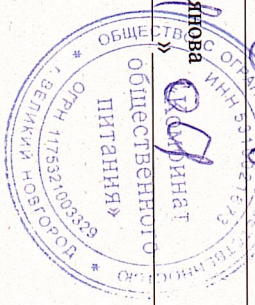
Директор МАОУ Чечулинской СОШ



Алексеев А.В. 2021г

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Комбинат общественного



С.А. Ульянова 2021г

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

Возрастная категория:

дети 12 лет и старше

Рацион:

дедухразовое питание

НЕДЕЛЯ 1

День 1 (понедельник)

№ реч.	Присем пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1, мг	С, мг	А, мкг рет.экв.	Е, мг	Са	Р	Мг	Fe		
1	Завтрак	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Каша гречневая молочная	250,00	8,60	5,48	42,88	350,00	0,21	1,64	28,44	0,29	181,48	242,75	99,23	2,88		
	Какао с молоком	200,00	3,80	3,00	23,00	118,60	0,00	0,50	17,70	0,00	117,50	104,60	28,90	0,90		
	Хлеб пшеничный	30,00	2,09	0,33	13,80	71,70	0,00	0,00	0,00	0,60	6,90	25,20	9,90	0,60		
	Масло сливочное (порциями)	10,00	0,10	7,20	0,13	66,00	0,00	0,00	45,00	0,11	2,40	3,00	0,00	0,02		
	Фрукты	100,00	0,30	0,30	7,35	71,33	0,00	0,11	6,60	0,80	132,00	14,50	10,60	2,90		
	Итого	590,00	14,89	16,31	87,16	677,63	0,21	2,25	97,74	1,80	440,28	390,05	148,63	7,30		
	Обед															
	Олуры свежие в нарезке	100,00	0,84	0,12	2,28	24,40	0,04	5,86	24,00	0,12	20,40	36,00	16,80	0,60		
	Щи из свежей капусты	250,00	7,96	11,32	10,33	157,00	0,25	17,50	160,00	2,25	76,11	130,00	28,75	1,60		
	Печень по-строгановски 100	100,00	17,43	11,64	7,10	194,00	0,08	6,36	7110,00	5,84	27,90	313,00	19,80	6,70		
	Макаронные изделия отварные	180,00	5,56	5,42	32,74	202,14	0,07	0,00	0,00	0,00	14,57	44,61	9,71	0,97		
	Компот из свежих фруктов	200,00	0,16	0,12	28,08	114,60	0,00	0,90	0,00	0,30	15,38	4,00	6,34	0,99		
ПР	Хлеб пшеничный	20,00	1,39	0,22	9,20	47,80	0,00	0,00	0,00	0,40	4,60	16,80	6,60	0,40		
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,96	0,33	13,82	68,97	0,03	0,00	0,00	0,27	6,90	31,80	7,50	0,93		
	Итого	880,00	35,30	29,17	103,55	808,91	0,47	30,62	7294,00	9,18	165,86	576,21	95,50	12,19		

10.08.21

НЕДЕЛЯ 1

День 2 (вторник)

№ рел.	Прiem пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1, мг	С, мг	А, мкг рет.экв.	Е, мг	Са	Р	Мg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Завтрак															
	Омлет натуральный с консервированным зеленым горошком	210,00	12,08	19,92	4,06	353,70	0,12	3,21	267,93	0,66	88,47	199,22	19,21	2,32		
	Хлеб пшеничный	30,00	2,09	0,33	13,80	71,70	0,00	0,00	0,00	0,60	6,90	25,20	9,90	0,60		
	Масло сливочное (порциями)	10,00	0,10	7,20	0,13	66,00	0,00	0,00	45,00	0,11	2,40	3,00	0,00	0,02		
	Кофейный напиток с молоком	200,00	3,17	2,68	15,95	130,60	0,04	1,30	22,22	0,00	125,78	90,00	14,00	0,13		
	Фрукты	100,00	0,30	0,30	7,35	71,33	0,00	13,20	6,60	0,80	21,00	14,50	10,60	2,90		
	Итого	550,00	17,74	30,43	41,29	693,33	0,16	17,71	341,75	2,17	244,55	331,92	53,71	5,97		
	Обед															
	Салат из белокочанной капусты с морковью	100,00	2,30	10,10	9,60	87,40	0,03	32,45	0,00	0,33	37,37	27,62	15,17	0,52		
	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	250,00	9,83	8,88	19,30	169,34	0,25	4,80	184,70	2,20	39,70	150,00	44,35	2,80		
	Котлеты рубленые из птицы	100,00	15,10	13,10	21,75	237,20	0,00	0,75	72,00	0,63	55,00	242,50	42,88	2,88		
	Картофельное пюре	180,00	5,40	1,80	32,40	162,00	0,28	13,74	43,25	0,28	50,87	116,41	39,44	1,63		
	Компот из сухофруктов	200,00	0,14	0,04	27,50	110,80	0,00	1,83	0,00	0,00	13,98	9,06	4,16	0,14		
	Хлеб пшеничный	20,00	1,39	0,22	9,20	47,80	0,00	0,00	0,00	0,40	4,60	16,80	6,60	0,40		
	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,96	0,33	13,82	68,97	0,03	0,00	0,00	0,27	6,90	31,80	7,50	0,93		
	Итого	880,00	36,12	34,47	133,57	883,51	0,59	53,57	299,95	4,11	208,42	594,19	160,10	9,30		

10222

НЕДЕЛЯ 1

День 3 (среда)

№ рел.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины						Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1, мг	С, мг	А, мкг рет.экв.	Е, мг	Са	Р	Мг	Fe			
1	Завтрак	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
	Каша молочная овсяная	250,00	7,40	5,32	42,04	306,20	0,20	1,12	18,88	0,60	205,80	235,20	57,80	1,30			
	Чай с лимоном	200,00	0,13	0,02	15,73	64,17	0,00	2,93	0,00	0,01	14,70	4,55	2,48	0,37			
	Хлеб пшеничный	30,00	2,09	0,33	13,80	71,70	0,00	0,00	0,00	0,60	6,90	25,20	9,90	0,60			
	Масло сливочное	20,00	0,10	7,20	0,13	132,00	0,00	0,00	45,00	0,11	2,40	3,00	0,00	0,02			
	Фрукт	100,00	0,30	0,30	7,35	71,33	0,00	13,20	6,60	0,80	21,10	14,50	10,60	2,90			
	Итого	600,00	10,02	13,17	79,05	645,40	0,20	17,25	70,48	2,12	250,90	282,45	80,78	5,19			
	Обед																
	Салат из свежих овощей с р/м	100,00	0,98	6,15	3,73	74,20	0,05	16,77	0,17	1,17	18,68	34,62	16,27	0,73			
	Суп из овощей на мясном бульоне	250,00	2,63	9,35	18,36	122,96	0,14	8,50	136,13	0,38	32,14	86,84	53,78	0,09			
	Плов из птицы	280,00	29,64	20,82	52,12	445,50	0,10	1,48	0,13	1,12	38,12	42,05	69,36	3,20			
	Напиток из плодов сухих (шиповник)	200,00	0,70	0,30	27,00	122,90	0,00	80,00	130,70	0,00	19,30	3,10	4,90	0,50			
	Хлеб пшеничный	20,00	1,39	0,22	9,20	47,80	0,00	0,00	0,00	0,40	4,60	16,80	6,60	0,40			
	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,96	0,33	13,82	68,97	0,03	0,00	0,00	0,27	6,90	31,80	7,50	0,93			
	Итого	880,00	37,30	37,17	124,23	882,33	0,32	106,75	267,13	3,34	119,74	215,21	158,41	5,85			

2022

НЕДЕЛЯ 1
День 4 (четверг)

№ рел.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1, мг	С, мг	А, мкг рет. экв.	Е, мг	Са	Р	Мg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Завтрак															
	Запеканка творожно-морковная с соусом яблочным	200,00	10,03	7,83	29,71	343,00	0,07	1,18	1844,78	2,03	114,92	151,31	23,78	1,11		
	Чай с сахаром	200,00	0,13	0,02	15,73	64,17	0,00	2,93	0,00	0,01	14,70	4,55	2,48	0,37		
	Хлеб пшеничный	30,00	2,09	0,33	13,80	71,70	0,00	0,00	0,00	0,60	6,90	25,20	9,90	0,60		
Итого	Кондитерское изделие	120,0	0,30	0,30	7,35	220,00	0,00	13,20	6,60	0,80	21,10	14,50	10,60	0,02		
	Обед	550,00	12,55	8,48	66,59	698,87	0,07	17,31	1851,38	3,44	157,62	195,56	46,76	2,10		
	Салат из свежесы и яблок	100,00	1,43	6,08	8,37	93,90	0,00	6,25	2,00	5,33	47,83	65,30	30,67	1,83		
	Рассольник Ленинградский на мясном бульоне	250,00	6,36	8,90	11,81	120,75	0,10	7,70	226,20	0,90	32,39	105,00	24,08	1,38		
	Котлеты, биточки из свинины 75/25	100,00	16,00	14,00	15,00	261,30	0,00	0,19	1,07	1,44	16,00	103,64	20,37	1,00		
	Макаронные изделия отварные	180,00	5,56	5,42	32,74	202,14	0,07	0,00	0,00	0,00	14,57	44,61	9,71	0,97		
	Компот из смеси сушофруктов	200,00	0,00	0,00	18,20	71,80	0,00	0,00	2,00	0,00	8,10	0,00	1,70	0,00		
Итого	Хлеб пшеничный	20,00	1,39	0,22	9,20	47,80	0,00	0,00	0,00	0,40	4,60	16,80	6,60	0,40		
Итого	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,96	0,33	13,82	68,97	0,03	0,00	0,00	0,27	6,90	31,80	7,50	0,93		
Итого		880,00	32,70	34,95	109,14	866,66	0,20	14,14	231,27	8,34	130,39	367,15	100,63	6,51		

Анна

НЕДЕЛЯ 1
День 5 (пятница)

№ рел.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1, мг	С, мг	А, мкг рет.экв.	Е, мг	Са	Р	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Завтрак															
	Макаронные изделия отварные с сыром	250,00	12,18	8,33	30,70	375,00	0,07	0,20	115,34	0,96	265,68	181,87	18,29	1,11		
	Какао с молоком	200,00	4,08	3,00	17,58	118,60	0,06	1,59	26,66	0,00	152,22	124,56	21,34	0,48		
ПР	Хлеб пшеничный	30,00	2,09	0,33	13,80	71,70	0,00	0,00	0,00	0,60	6,90	25,20	9,90	0,60		
	Масло сливочное (порциями)	10,0	0,10	7,20	0,13	66,00	0,00	0,00	45,00	0,11	2,40	3,00	0,00	0,02		
	Кондитерское изделие	60,0	2,30	10,10	16,00	88,00	0,00									
	Итого	550,00	20,75	28,96	78,21	719,30	0,13	1,79	187,00	1,67	427,20	334,63	49,53	2,21		
	Обед															
	Винегрет овощной	100,00	1,37	6,18	8,43	94,80	0,07	10,25	1,83	5,83	23,20	44,97	20,75	0,85		
	Суп картофельный с рыбой	250,00	8,61	2,63	14,23	167,25	0,10	7,30	26,25	0,25	70,00	154,00	26,40	0,90		
	Тертая мясо-крупяные 120	120,00	15,60	12,50	10,40	228,00	0,00	0,13	1,38	2,38	30,88	198,63	37,25	1,50		
	Греча отварная	180,00	5,40	7,20	27,00	181,80	0	79,42	817,63	1,09	223,04	181,49	90,85	5,17		
	Компот из свежих фруктов (яблоч)	200,00	0,20	0,20	21,70	88,70	0,00	1,60	1,60	0,30	13,10	4,00	4,40	0,80		
ПР	Хлеб пшеничный	20,00	1,39	0,22	9,20	47,80	0,00	0,00	0,00	0,40	4,60	16,80	6,60	0,40		
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,96	0,33	13,82	68,97	0,03	0,00	0,00	0,27	6,90	31,80	7,50	0,93		
	Итого	900,00	34,53	29,26	104,78	877,32	0,20	98,70	848,69	10,52	371,72	631,69	193,75	10,55		

2022г.

НЕДЕЛЯ 2
День 6 (понедельник)

№ респ.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1, мг	С, мг	А, мкг рет.экв.	Е, мг	Са	Р	Мg	Fe		
1	Завтрак		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
	Омлет натуральный с салатом из свежей капусты 105/50	210,00	12,08	19,40	6,06	353,70	0,08	0,84	14,91	0,08	97,14	129,55	34,00	0,89		
	Чай с сахаром	200,00	0,53	0,00	9,47	60,00	0,00	0,03	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28		
	Хлеб пшеничный	30,00	2,09	0,33	13,80	71,70	0,00	0,00	0,00	0,60	6,90	25,20	9,90	0,60		
	Масло сливочное (порциями)	10,00	0,10	7,20	0,13	66,00	0,00	0,00	45,00	0,11	2,40	3,00	0,00	0,02		
	Фрукты	100,00	0,30	0,30	7,35	71,33	0,01	0,11	6,60	0,80	21,10	75,00	10,60	2,90		
	Итого	550,0	15,1	27,2	36,8	622,7	0,1	1,0	66,5	1,6	138,6	235,6	55,9	4,7		
	Обед															
	Салат из помидоров и огурцов	100,00	1,10	0,20	3,80	22,00	0,03	17,50	0,00	1,17	14,00	25,00	20,00	0,90		
	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	250,00	6,46	10,13	12,66	172,69	0,10	20,08	0,10	0,00	76,71	127,50	33,79	2,10		
	Гуляш из куриного филе 75/25	100,00	15,53	14,16	6,94	229,79	0,26	8,13	20,28	5,98	13,86	274,26	19,80	5,74		
	Рис припущенный	180,00	4,32	6,30	45,00	251,61	0,18	4,32	0,00	0,00	78,36	97,20	19,20	0,96		
	Напиток из лимонов	200,00	0,08	0,00	27,08	108,60	0,00	1,60	1,60	0,30	13,10	4,00	4,00	0,80		
	Хлеб пшеничный	20,00	1,39	0,22	9,20	47,80	0,00	0,00	0,00	0,40	4,60	16,80	6,60	0,40		
	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,96	0,33	13,82	68,97	0,03	0,00	6	0,27	6,90	31,80	7,50	0,93		
Итого		880,00	30,84	31,34	118,50	901,46	0,60	51,63	21,98	8,12	207,53	576,56	110,89	11,83		

2022г.

НЕДЕЛЯ 2

День 7 (вторник)

№ рец.	Присем пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1, мг	С, мг	А, мкг рет.экв.	Е, мг	Са	Р	Мг	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Завтрак															
	Каша рисовая с маслом	250,00	8,88	5,45	26,63	256,00	0,03	1,17	15,47	1,04	54,22	83,46	22,97	0,93		
ПР	Хлеб пшеничный	30,00	2,09	0,33	13,80	71,70	0,00	0,00	0,00	0,60	6,90	25,20	9,90	0,60		
14.МТ2011	Масло сливочное (порциями)	10,00	0,10	7,20	0,13	66,00	0,00	0,00	45,00	0,11	2,40	3,00	0,00	0,02		
382.МТ2011	Чай с лимоном	200,00	0,13	0,02	15,73	64,17	0,00	2,93	0,00	0,01	14,70	4,55	2,48	0,37		
	Печенье	60,00	2,30	10,10	26,00	160,00										
	Итого	550,00	13,50	23,10	82,29	617,87	0,03	4,10	60,47	1,76	78,22	116,21	35,35	1,92		
	Обед															
	Салат овощной	100,00	0,84	4,30	2,68	43,60	0,00	3,68	7,80	0,00	20,40	37,20	12,40	1,00		
	Суп картофельный с крупой и курой	250,00	2,68	2,80	42,14	213,00	0,11	8,25	185,00	0,25	26,10	82,65	28,50	1,94		
	Голубцы ленивые 108/50	100,00	8,30	10,10	7,50	154,90										
	Картофельное пюре	180,00	5,40	1,80	32,40	162,00	0,28	13,74	43,25	0,28	50,87	116,41	39,44	1,63		
	Напиток из апельсинов	200,00	0,08	0,00	27,08	108,60	0,00	1,60	1,60	0,30	13,10	4,00	4,40	0,80		
ПР	Хлеб пшеничный	20,00	1,39	0,22	9,20	47,80	0,00	0,00	0,00	0,40	4,60	16,80	6,60	0,40		
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,96	0,33	13,82	68,97	0,03	0,00	0,00	0,27	6,90	31,80	7,50	0,93		
	Итого	880,00	20,65	19,55	134,82	798,87	0,42	27,27	237,65	1,50	121,97	288,86	98,84	6,70		

10.02.22

НЕДЕЛЯ 2
День 8 (среда)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетиче- ская ценность (ккал)	Витамины							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1, мг	С, мг	А, мкг рет.экв.	Е, мг	Са	Р	Мg	Fe				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
	Завтрак																	
182.МТ2011	Каша овсяная молочная	250,00	7,40	5,32	42,04	307,10	0,20	1,12	18,88	0,60	205,80	235,20	57,80	1,30				
376.МТ2011	Какао с молоком	200,00	4,08	3,00	17,58	118,60	0,06	1,59	26,66	0,00	152,22	124,56	21,34	0,48				
ПР	Хлеб пшеничный	30,00	2,09	0,33	13,80	71,70	0,00	0,00	0,00	0,60	6,90	25,20	9,90	0,60				
14.МТ2011	Масло сливочное (порциями)	10,00	0,10	7,20	0,13	66,00	0,00	0,00	45,00	0,11	2,40	3,00	0,00	0,02				
15.МТ2011	Фрукты	100,00	0,30	0,30	7,35	71,33	0,01	0,11	43,20	0,08	132,00	75,00	5,25	0,15				
	Итого	590,00	13,97	16,15	80,90	634,73	0,27	2,82	133,74	1,39	499,32	462,96	94,29	2,55				
	Обед																	
	Салат из квашеной капусты	100,00	1,08	6,20	9,62	124,10	0,00	6,25	1057,80	4,70	32,20	32,90	22,80	1,20				
	Суп картофельный с вермишелью на мясном бульоне	250,00	7,13	9,50	22,63	176,25	0,00	2,30	211,20	0,60	30,80	59,70	15,20	1,00				
	Рыба припущеная (филе) 75/25	100,00	13,81	14,00	3,50	192,73	0,13	0,28	27,50	3,13	46,13	272,50	21,25	0,69				
	Картофельное пюре	180,00	5,40	1,80	32,40	162,00	0,24	12,12	38,16	0,24	44,88	102,72	34,80	1,44				
	Компот из сухофруктов	200,00	0,66	0,09	32,01	132,80	0,00	0,73	2,00	0,00	32,48	0,00	17,46	0,70				
ПР	Хлеб пшеничный	20,00	1,39	0,22	9,20	47,80	0,00	0,00	0,00	0,40	4,60	16,80	6,60	0,40				
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,96	0,33	13,82	68,97	0,03	0,00	0,00	0,27	6,90	31,80	7,50	0,93				
	Итого	880,00	31,43	32,14	123,18	904,65	0,40	21,68	1336,66	9,34	197,99	516,42	125,61	6,36				

202222

НЕДЕЛЯ 2
День 9 (четверг)

№ рещ.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1, мг	С, мг	А, мкг рет.экв.	Е, мг	Са	Р	Мг	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Завтрак															
222,	Макаронны с сыром	210,00	12,18	8,33	30,70	395,90	0,07	0,20	115,34	0,96	265,68	181,87	18,29	1,11		
337.МТ2011	Фрукты	100,00	0,30	0,30	7,35	71,33	0,00	13,20	6,60	0,80	21,10	14,50	10,60	2,90		
312.МТ2011	Кофейный напиток с молоком	200,00	3,17	2,68	15,95	100,60	0,04	1,30	22,22	0,00	125,78	90,00	14,00	0,13		
379.МТ2011	Хлеб пшеничный	40,00	2,09	0,33	13,80	71,70	0,00	0,00	0,00	0,60	6,90	25,20	9,90	0,60		
	Итого	550,00	17,74	11,64	67,80	639,53	0,11	14,70	144,16	2,36	419,46	311,57	52,79	4,74		
	Обед															
	Салат из огурцов с маслом растительным	100,00	0,80	8,76	2,30	34,40	0,00	10,40	10,40	5,10	23,80	43,00	17,34	1,00		
	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	250,00	6,00	3,40	19,90	174,00	0,10	3,60	0,00	1,00	126,00	262,00	18,00	0,50		
	Гуляш из свинины 75/25	100,00	11,34	9,84	16,32	177,90	0,00	0,56	54,00	0,48	41,25	181,89	3,00	5,74		
	Греча отварная	180,00	5,40	7,20	27,00	181,80	0,22	3,60	0,02	0,00	15,58	68,40	28,80	4,74		
	Компот апельсиновый	200,00	0,16	0,12	28,08	114,60	0,00	0,90	0,00	0,30	15,38	4,00	6,34	0,99		
ПП	Хлеб пшеничный	20,00	1,39	0,22	9,20	47,80	0,00	0,00	0,00	0,40	4,60	16,80	6,60	0,40		
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,96	0,33	13,82	68,97	0,03	0,00	0,00	0,27	6,90	31,80	7,50	0,93		
	Итого	880,00	27,05	29,87	116,62	799,47	0,35	19,06	64,42	7,55	233,51	607,89	87,58	14,30		

2022г.

НЕДЕЛЯ 2
День 10 (пятница)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1, мг	С, мг	А, мкг рет.экв.	Е, мг	Са	Р	Мg	Fe		
1	Завтрак	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
268,	Пудинг творожный с изюмом и повидлом	220,00	10,34	5,16	29,29	395,00	0,79	0,71	62,44	0,53	127,95	184,14	23,81	1,29		
331.МТ2011	Чай с сахаром	200,00	0,53	0,00	9,47	60,00	0,00	0,03	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28		
377.МТ2011	Хлеб пшеничный	30,00	2,09	0,33	13,80	71,70	0,00	0,00	0,00	0,60	6,90	25,20	9,90	0,60		
14.МТ2011	Фрукты	100,0	0,30	0,30	7,35	91,33	0,00	13,20	6,60	0,80	21,10	14,50	10,60	0,02		
	Итого	550,00	13,26	5,79	59,91	618,03	0,79	13,94	69,04	1,93	167,05	226,64	45,71	2,19		
	Обед															
	Салат из белокочанной капусты с морковью	100,00	2,30	10,10	9,60	87,40	0,03	32,45	0,00	0,33	37,37	27,62	15,17	0,52		
	Рассольник	250,00	6,36	8,90	11,81	120,75	0,10	7,70	226,20	0,90	32,39	105,00	24,08	1,38		
	Жаркое по-домашнему	280,00	31,98	25,73	37,43	463,26	0,41	19,47	93,52	0,56	45,36	394,80	94,29	4,20		
	Компот из плодов сухих	200,00	0,40	0,27	17,20	72,80	0,01	100,00	0,00	0,00	7,73	2,13	2,67	0,53		
ПП	Хлеб пшеничный	20,00	1,39	0,22	9,20	47,80	0,00	0,00	0,00	0,40	4,60	16,80	6,60	0,40		
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,96	0,33	13,82	68,97	0,03	0,00	0,00	0,27	6,90	31,80	7,50	0,93		
	Итого	880,00	44,39	45,55	99,06	860,98	0,58	159,62	319,72	2,46	134,35	578,15	150,31	7,96		

2022.9.2