Умержения: аврения общост сощост по выстрания Опиратилизация общения общени Sweeponishner

Примерное меню-раскладка для пранизации пожнего пятания поученициям п-11 класска муниципальных общеображениямым провенящей Петрооских парадожни верхи в 2023/04 учебном году классками

Петровский городской округ

Nº				мас	ca		стоимос	сть	химич	еский сос	тав	энергети		витами	ны (мг)		ми	черальные с	ещества (MS)
рецеп туры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимо	Стоимость блюда	белки	жиры	углевод ы	ческая ценност ь (ккал)	B1	С	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	единицы 8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
									1 НЕДЕЛЯ											
									ЗАВТРАК											
289	рагу из птицы	250	мясо птицы	192	136	220,00p.	42,24p.	52,38p.	24.8	26,2	2	331,2	0,29	24,6	3,13	4	90,37	580,7	112,8	8
207	pary no minga	250	масло растительное	4	4	130.00p.	0,52p.	ог,оор.	24,0	20,2	_	331,2	0,27	2.4,0	5,15		70,07	500,7	112,0	
			картофель	160,5	120	35,00p.	5,62p.													
			мооковь	31.5	25,5	35.00p.	1,10p.													
			томатное пюре	9	9	175,00p.	1,58p.													
			лук репчатый	18	15	30,00p.	0,54p.													
			масло растительное	6	6	120,00p.	0,72p.													
			соль йодировання	1,2	1,2	12,00p.	0,01p.													
			мука пшеничная	1,5	1,5	35,00p.	0,05p.													
70/71	овощи натуральные свежие	100	овощи натуральные	63.1	60	100,00p.	6,31p.	5,96p.	0,5	0.1	1,5	8,1								
	или соленые		свежие или соленые	,-	1	,	-, p.	2,70р.	-,-	1		I	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6	
	хлеб пшеничный	30	хлеб пшеничный	30	30	40,00p.	1,20p.	1,08p.	1,17	0,3	14,4	70,5	0,04	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
	хлеб ржаной	20	хлеб ржаной	20	20	45,00p.	0,90p.	0,90p.	1,7	0,6	8,5	51,8	5,8	0,06	0	0,4	1,4	2	0	3,1
377	чай с лимоном	200/7	чай-заварка	0.5		850.00p.				0		10.1	0	3.3	0			11.7		
3//	чаи с лимоном	200//	чаи-заварка сахар	15	0,5 15	85,00p.	0,43p. 1,28p.	3,06р.	0,4	U	11,7	49,6	U	3,3	U	27,2	15,5	11,7	1,5	
			лимон свежий	8	7	170,00p.	1,2op.													
			вода	150	150	170,000.	1,000.													
	итого за прием пищи	550			l			58,25p.	25,2	26,2	13,7	511,2	0,29	27,9	0,16	31,2	105,87	592,4	114,3	8
			•					•				•								
The Control									ОБЕД			***								
70	овощи натуральные соленые	100	овощи натуральные	110	100	80,00p.	8,80p.	8,00p.	0,83	0,16	2,5	13,5	0	10	0	0,16	23	42	14	1
97	суп картофельный	250	соленые картофель	150	112,5	25,00p.	3,75p.	4,65p.	2,2	2,4	16,3	81	0,13	12	0,4	0,19	22,1	72,6	29,5	1,2
"	суппартофельный	230	καρτοφοίο	12.5	10	30,00p.	0,38p.	ч,озр.	2,2				0,13	12	0,4	0,17	22,1			
			MODKORIA							-,.	,.									
			морковь лук репчатый	12	10	20,00p.	0,38p. 0,24p.				,.									
						20,00p. 110,00p.	0,24p. 0,28p.			-,-	,-								2.70	
			лук репчатый масло растительное соль йодированная	12 2,5 1	10 2,5 1	20,00p.	0,24p.					-							2.,2	
			лук репчатый масло растительное соль йодированная бульон или вода	12 2,5 1 175	10 2,5 1 175	20,00p. 110,00p. 12,00p.	0,24p. 0,28p. 0,01p.													
297/331	голубцы ленивые	100/15	лук репчатый масло растительное соль йодированная бульон или вода капуста свежая	12 2,5 1	10 2,5 1	20,00p. 110,00p.	0,24p. 0,28p.	36,39p.	11,2	5,5	12,5	136,2	0	12,3	0	0	37,3	0	27,4	1
297/331	голубцы ленивые	100/15	лук репчатый масло растительное соль йодированная бульон или вода капуста свежая белокочанная	12 2,5 1 175 75,4	10 2,5 1 175 60	20,00p. 110,00p. 12,00p. 20,00p.	0,24p. 0,28p. 0,01p.	36,39p.	11,2				0	12,3	0	0	37,3			1
297/331	голубцы ленивые	100/15	лук репчатый масло растительное соль йодированная бульон или вода капуста свежая	12 2,5 1 175	10 2,5 1 175	20,00p. 110,00p. 12,00p.	0,24p. 0,28p. 0,01p.	36,39p.	11,2				0	12,3	0	0	37,3			1
97/331	голубцы ленивые	100/15	лук репчатый масло растительное соль йодированная бульон или вода капуста свежая белокочанная говядина	12 2,5 1 175 75,4 50,4 7,5 10	10 2,5 1 175 60 56 14,2 8	20,00p. 110,00p. 12,00p. 20,00p. 480,00p. 60,00p. 30,00p.	0,24p. 0,28p. 0,01p. 1,51p. 24,19p. 0,45p. 0,30p.	36,39р.	11,2				0	12,3	0	0	37,3			1
297/331	голубцы ленивые	100/15	лук репчатый масло растительное соль йодированная бульон или вода капуста свежая белокочанная говдина крупа рисовая лук репчатый масло спивочное	12 2,5 1 175 75,4 50,4 7,5 10 2,4	10 2,5 1 175 60 56 14,2 8 2,4	20,00p. 110,00p. 12,00p. 20,00p. 480,00p. 60,00p. 30,00p. 600,00p.	0,24p. 0,28p. 0,01p. 1,51p. 24,19p. 0,45p. 0,30p. 1,44p.	36,39р.	11,2				0	12,3	0	0	37,3			1
297/331	голубцы ленивые	100/15	лук репчатый масло растительное соль йодированная бульон или вода капуста свежая белокочанная говядина крупа рисовая лук репчатый масло сливочное яйца	12 2,5 1 175 75,4 50,4 7,5 10 2,4 3,1	10 2,5 1 175 60 56 14,2 8 2,4 3,1	20,00p. 110,00p. 12,00p. 20,00p. 480,00p. 60,00p. 30,00p. 600,00p. 7,00p.	0,24p. 0,28p. 0,01p. 1,51p. 24,19p. 0,45p. 0,30p. 1,44p. 0,02p.	36,39р.	11,2				0	12,3	0	0	37,3			1
297/331	голубцы ленивые	100/15	лук регнатый масло растительное соль йодированная бульон или вода капуста свемае белохочанная говарина крупа рисовая лук регнатый масло сливочное яйца соль йодированняя соль йодированняя соль йодировання	12 2,5 1 175 75,4 50,4 7,5 10 2,4	10 2,5 1 175 60 56 14,2 8 2,4 3,1 0,5	20,00p. 110,00p. 12,00p. 20,00p. 480,00p. 60,00p. 30,00p. 600,00p.	0,24p. 0,28p. 0,01p. 1,51p. 24,19p. 0,45p. 0,30p. 1,44p.	36,39p.	11,2				0	12,3	0	0	37,3			1
297/331	голубцы ленивые	100/15	лук регнатый масло растительное соль йодированная бульон или вода капутсь свежая белокочанная гряды рисовая лук регнатый масло ствожрина крупа рисовая лук регнатый масло ствожное яйца соль йодировання соль йодировання соре	12 2,5 1 175 75,4 50,4 7,5 10 2,4 3,1 0,5	10 2,5 1 175 60 56 14,2 8 2,4 3,1 0,5	20,00p. 110,00p. 12,00p. 20,00p. 480,00p. 600,00p. 30,00p. 600,00p. 7,00p.	0,24p. 0,28p. 0,01p. 1,51p. 24,19p. 0,45p. 0,30p. 1,44p. 0,02p. 0,01p.	36,39р.	11,2				0	12,3	0	0	37,3			1
297/331	голубцы ленивые	100/15	лук регнатый масло разгительное соль йодированняя бульон или воды халуста свежая белокочанная говарина кулупа рисовая лук регнатый масло спивочное жіцы соль йодировання соус сметана	12 2,5 1 175 75,4 50,4 7,5 10 2,4 3,1 0,5	10 2,5 1 175 60 56 14,2 8 2,4 2,3 1 0,5 15 37,5	20,00p. 110,00p. 12,00p. 20,00p. 480,00p. 60,00p. 30,00p. 600,00p. 7,00p. 12,00p. 220,00p.	0,24p. 0,28p. 0,01p. 1,51p. 24,19p. 0,45p. 0,30p. 1,44p. 0,02p. 0,01p.	36,39p.	11,2				0	12,3	0	0	37,3			1
297/331	голубцы ленивые	100/15	лук регнатый масло растительное соль йодированная бульон или вода капутсь свежая белокочанная гряды рисовая лук регнатый масло ствожрина крупа рисовая лук регнатый масло ствожное яйца соль йодировання соль йодировання соре	12 2,5 1 175 75,4 50,4 7,5 10 2,4 3,1 0,5	10 2,5 1 175 60 56 14,2 8 2,4 3,1 0,5	20,00p. 110,00p. 12,00p. 20,00p. 480,00p. 600,00p. 30,00p. 600,00p. 7,00p.	0,24p. 0,28p. 0,01p. 1,51p. 24,19p. 0,45p. 0,30p. 1,44p. 0,02p. 0,01p.	36,39р.	11,2				0	12,3	0	0	37,3			1
297/331	голубцы ленивые	100/15	лук регнатый масло растительное соль йодированная бульон или вода капуста свяжая белокочанная товядина кумпа рисовая лук регнатый масло стивочное яйца соль йодировання соув соль йодировання сууча рисовая дидеровання соув	12 2,5 1 175 75,4 50,4 7,5 10 2,4 3,1 0,5	10 2,5 1 175 60 56 14,2 8 2,4 3,1 0,5 15 37,5	20,00p. 110,00p. 12,00p. 20,00p. 480,00p. 60,00p. 30,00p. 600,00p. 7,00p. 12,00p. 220,00p.	0,24p. 0,28p. 0,01p. 1,51p. 24,19p. 0,45p. 0,30p. 1,44p. 0,02p. 0,01p.	36,39р.	11,2			136,2	0	12,3	0	0	37,3			1
		100/15	лук регнатый маспо растительное соль йодированная бульон или вода капуста свежая белохочанная говарина куула рисован лук регнатый маспо стивнене яйца соль йодировання соус сметана муха пценечаная муха пценечаная муха пценечаная муха пценечаная вода томатное поре макаромные кудетия	12 2,5 1 1 175 75,4 50,4 7,5 10 2,4 3,1 0,5 37,5 1,1 11,2 1,5 60	10 2.5 1 175 60 56 14,2 8 2,4 3,1 0,5 15 37,5 1,1 11,2 1,5 60	20,00p. 110,00p. 12,00p. 20,00p. 480,00p. 60,00p. 30,00p. 60,00p. 12,00p. 12,00p. 12,00p. 12,00p. 40,00p. 40,00p. 40,00p. 40,00p. 40,00p. 40,00p. 40,00p. 40,00p. 40,00p.	0,24p 0,28p 0,01p 1,51p 24,19p 0,45p 0,30p 1,44p 0,02p 0,01p 8,25p 0,04p 0,19p 2,40p	36,39р.	11.2				0,12	12,3	0	0	37,3			0,96
			лук регистый името достигенного соль борусованного регистенного соль борусованного бутом и или объемости с векам только с поведина только с поведина только с поведина только с поведина мисте с извеченого с с иметом с поведина с по в подражения по со с с с иметом мула павиченом вода томатное поре манадоровым заделим высто с изведения масто с тимором в подражения подражени	12 2,5 1 1 175 75,4 50,4 7,5 10 2,4 3,1 0,5 37,5 11,1 11,2 1,5 60 8,52	10 2.5 1 175 60 56 14,2 8 2.4 3.1 0.5 15 15 11,2 1,5 60 8,52	20,00p. 110,00p. 12,00p. 20,00p. 480,00p. 60,00p. 30,00p. 12,00p. 12,00p. 220,00p. 12,00p. 12,00p. 12,00p. 12,00p. 12,00p. 12,00p. 12,00p. 12,00p. 12,00p. 12,00p. 12,00p. 12,00p.	0.24p 0.28p 0.01p 1,51p 24,19p 0.45p 0.30p 1,44p 0.02p 0.01p 0.04p 0.04p 0.04p 0.04p 0.04p			5,5	12,5	136,2						0	27,4	·
297/331	магаронные изделия отварные с маслом	180	лук региятый масго расительное соль Яодированная берихон или 80да вагута свежая беликонами 80да вагута свежая свежу в сведуна установания в берих объемпромения в бер	12 2,5 1 1 175 75,4 50,4 7,5 10 2,4 3,1 0,5 37,5 1,1 1,2 1,5 60 8,5 8,5 1,2	10 2.5 11 175 60 56 14.2 8 2.4 3.7,5 15 37,5 11,1 11,2 1.5 60 8.52 1,2	20,00p. 110,00p. 12,00p. 20,00p. 480,00p. 480,00p. 60,00p. 7,00p. 12,00p. 220,00p. 35,00p. 40,00p. 40,00p. 40,00p.	0.24p 0.28p 0.01p 1,51p 24,19p 0.45p 0.30p 1,44p 0.02p 0.01p 8,25p 0.04p 0.19p 2,40p 2,40p 2,40p 2,40p 0.01p	7,53p.	6,6	5,5	12.5	136.2	0,12	0	0	0,96	13,2	0 43.2	27,4	0,96
	макаронные изделия отварные с маслом напиток из плодев		лук региятый маспо растигнымо соль подпрования об при от серее об при от се	12 2,5 1 175 75,4 50,4 7,5 10 2,4 3,1 0,5 37,5 11,1 11,2 1,5 60 8,52 1,2	10 2,5 1 1 175 60 56 14,2 8 2,4 3,1 0,5 15 15 11,1 11,2 1,5 60 8,52 1,2	20,00p. 110,00p. 12,00p. 20,00p. 480,00p. 480,00p. 60,00p. 7,00p. 12,00p. 220,00p. 35,00p. 40,00p. 40,00p. 600,00p. 220,00p. 220,00p. 220,00p. 220,00p. 220,00p.	0.24p 0.28p 0.01p 1,51p 24,19p 0.45p 0.30p 0.02p 0.01p 8.25p 0.04p 0.19p 2,40p 5,11p 0.00p			5,5	12,5	136,2						0	27,4	·
202/203	магаронные изделия отварные с маслом	180	лук региятый масго расительное соль барированная берихон или вода вагута свежая берихон или вода вагута свежая установания предвага об в в в в в в в в в в в в в в в в в в	12 2,5 1 175 75,4 50,4 7,5 10 2,4 3,1 0,5 37,5 1,1 11,2 1,5 60,8 8,5 8,5 1,2 20	10 2.5 1175 60 56 14,2 8 2.4 3.1 0,5 15 37,5 1,1 11,2 1,5 60 8,52 1,2 20	20,00p. 110,00p. 12,00p. 20,00p. 480,00p. 480,00p. 60,00p. 7,00p. 12,00p. 220,00p. 35,00p. 40,00p. 40,00p. 40,00p.	0.24p 0.28p 0.01p 1.51p 24,19p 0.45p 0.30p 1.44p 0.02p 0.01p 8.25p 0.04p 2.40p 5.11p 0.01p	7,53p.	6,6	5,5	12.5	136.2	0,12	0	0	0,96	13,2	0 43.2	27,4	0,96
202/203	макаронные изделия отварные с маслом налигок из плодев шигровнига	180	лук региятый место регительное соль водорованная образованная и предвагаем образованная образованная образованная образованная образованная образованная образовання образованняя образованнями образо	12 2,5 1 175 75,4 50,4 7,5 10 2,4 3,1 0,5 37,5 11,1 11,2 1,5 60 8,52 1,2	10 2,5 1 1 175 60 56 14,2 8 2,4 3,1 0,5 15 15 11,1 11,2 1,5 60 8,52 1,2	20.00p. 110.00p. 12.00p. 20.00p. 20.00p. 480.00p. 30.00p. 30.00p. 12.00p.	0.24p. 0.28p. 0.01p. 1,51p. 24,19p. 0.45p. 0.30p. 1,44p. 0.02p. 0.01p. 8,25p. 0.04p. 0,19p. 2,40p. 2,40p. 1,01p. 1,01p. 1,00p.	7,53p. 5,00p.	6,6	5,5	12,5 37,5	136.2	0,12	0	0	0,96	13,2	0 43.2	27,4	0,96
202/203	макаронные изделия отварные с маслом напиток из плодев	180 200 20 30	лук региятый масго расительное соль барированная берихон или вода вагута свежая берихон или вода вагута свежая установания предвага об в в в в в в в в в в в в в в в в в в	12 2,5 1 175 75,4 50,4 7,5 10 2,4 3,1 10,5 37,5 1,1 11,2 1,5 60 8,52 1,2 20 20	10 2,5 1 175 60 56 14,2 8 2,4 3,1 0,5 15 37,5 1,1 11,2 1,5 60 8,52 12,2 2,0 2,0 2,0 2,0 2,0 2,0 2,0 2,0 2,0	20,00p. 110,00p. 12,00p. 20,00p. 480,00p. 480,00p. 60,00p. 7,00p. 12,00p. 220,00p. 35,00p. 40,00p. 40,00p. 600,00p. 220,00p. 220,00p. 220,00p. 220,00p. 220,00p.	0.24p 0.28p 0.01p 1.51p 24,19p 0.45p 0.30p 1.44p 0.02p 0.01p 8.25p 0.04p 2.40p 5.11p 0.01p	7,53p.	6,6	5,5	12.5	136,2 229,2 143,8	0,12	0 200	0 0,2	0,96	13.2 13 4,6 2,2	43.2	27,4 8,4 3 6,6 0	0,96
202/203	манаронные изделия отварные с маслом налиток из плодо изгроения хлеб пиреченый	180	лук региятый масго расительное соль Корированная берихон или кора валута свяжая берихон или кора валута свяжая предваги свяжая прука рисова лук регияты для дорожения прука рисова лук регияты для дорожения сорь соль Корированна кора соль Корированна кора томаться поре масроные масло стивоченое плоды шитовника соль Корированная плоды шитовника сажар проценный сажаронные заделия масло стивоченое доль Корированная плоды шитовника сажар процемный сажароные заделия масло стивоченое доль Корированная плоды шитовника сажар вода затеб пишечный сажароные заделия масло стивоченое доль корированная плоды шитовника сажар вода затеб пишечный сажар заделия масто применный сажароные заделия масто применный сажар задели задели сажар задели за	12 2,5 1 175 75,4 50,4 7,5 10 2,4 3,1 0,5 37,5 1,1 11,2 1,5 60 8,52 1,2 20 20	10 2,5 1 175 60 56 14,2 8 2,4 3,1 0,5 15 37,5 1,1 11,2 1,5 60 8,52 1,2 20 20 20 20	20.00p. 110.00p. 12.00p. 20.00p. 20.00p. 480.00p. 30.00p. 30.00p. 12.00p.	0.24p. 0.28p. 0.01p. 1.51p. 1.51p. 24.19p. 0.45p. 0.30p. 1.44p. 0.02p. 0.01p. 8,25p. 0.04p. 0.19p. 2,40p. 5,11p. 0.01p. 1,00p. 1,00p.	7,53p. 5,00p. 0,80p.	6,6 0,7 0,78	5,7	37,5 24,4	136,2 229,2 143,8	0,12	0 200	0 0,2	0,96	13,2	0 43,2 3	27,4 8,4 3	0,96

								ді	НЬ ВТОР	ОЙ										
				мас	ca		стоимо	сть	химический			энергетиче		витами	чы (мг)			минеральные в	вещества (ма)
№ рецепт уры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимо сть единицы	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	ская ценность (ккал)	В1	с	А	E	Ca	Р	Mg	Fe
		***							3ABTPAK						***					
71	овощи натуральные свежие (соленые) в нарезке	100	овощи натуральные свежие (соленые)	100	100	100,00p.	10,00p.	10,00p.	1,1	0,16	3,6	23,3	0	25	0,16	0,33	14	26	20	1
234	биточки рыбные	100	рыба минтай	131.1	61.7	185.00p.	24.25p.	33.50p.	12.2	12,1	14.8	217.4	0	0,6	0	0	60.1	0	24.3	1.2
254	оиточки раконаю	100	хлеб пшеничный	16,7	16,7	40,00p.	0,67p.	33,00р.	12,2	12,1	14,0	217,4	0	0,0		0	00,1		24,5	1,2
			молоко	24,3	24,3	59,00p.	1,43p.													
			сухари	9,3	9,3	70,00p.	0,65p.													
			масло растительное	9,3	9,3	130,00p.	1,21p.													
			масло сливочное	6,2	6,2	850,00p.	5,27p.													
105			соль йодировання	1,2	1,2	12,00p.	0,01p.	40.00			00.00							_	07.4	
125	картофель отварной	180	картофель масло сливочное	248,4 8.5	185,4 8.5	35,00p. 850.00p.	8,69p. 7.23p.	15,93p.	3,7	8,39	25,01	200,36	0	25,8	0	0	32,8	0	37,4	1,6
			соль йодировання	1.2	1.2	12.00p.	0,01p.													
	хлеб пшеничный	30	хлеб пшеничный	30	30	40.00p.	1,20p.	1,20p.	1.17	0.3	14,4	70.5	0,04	0	0	0.39	6,9	26,1	9.9	0,6
	хлеб ржаной	20	хлеб ржаной	20	20	51,00p.	1,02p.	1,02p.	1,7	0,6	8,5	51,8	5,8	0,06	0	0,4	1,4	2	0	3,1
376	чай с сахаром	200/15	чай -заварка	0,5	0,5	550,00p.	0,28p.	1,03p.	0,2	0	13,4	52	0	0,06	0	0	2,98	4,5	2,4	0,5
			caxap	15	15	50,00p.	0,75p.													
			вода	150	150															
и	того за прием пищи	645						51,58 p .	15,07	13	37,7	339,7	5,84	0,66	0	0,79	68,4	28,1	34,2	4,9
	1								ОБЕД											
70	овощи натуральные соленые	100	овощи натуральные	110	100	75,00p.	8,25p.	8,25p.	0,83	0,16	2,5	13,5	0	10	0	0,16	23	42	14	1
			соленые																	
101	суп картофельный с крупой	250	картофель	100 5	75 5	35,00p. 110,00p.	3,50p. 0,55p.	5,18p.	1,7	2,7	13,2	85,1	0,1	16,5	0,2	0,3	23,5	55	24,2	1
			крупа рисовая морковь	12.5	10	35.00p.	0,35p. 0,44p.													
			лук репчатый	12,3	10	30,00p.	0,44p. 0.36p.													
			масло растительное	2,5	2,5	130,00p.	0,33p.													
			вода	187,5	187,5		0,00p.													
294		100	соль йодировання	1 85.6	1 80	12,00p.	0,01p.	41.2/-	15.8	19.7	12.7	289.2		1.63	0.13	2.88	10.2	18.6	30.1	2.13
294	котлета из курицы	100	филе кур из грудной части	85,6	80	390,00р.	33,38p.	41,26p.	15,8	19,7	12,7	289,2	0	1,03	0,13	2,88	10,2	18,0	30,1	2,13
			хлеб пшеничный	11.3	11,3	40,00p.	0,45p.													
			молоко или вода	14,2	14,2		- p.													
			яйца куриные	1,40	5,6	9,00p.	6,00p.													
			масло сливочное	1,44	1,44	850,00p.	1,22p.													
			масло растительное для	1,4	1,4	130,00p.	0,18p.													
			противня соль йодированная	1.2	1.2	12,00p.	0.01p.													
143	рагу из овощей	180	картофель	61,2	45,8	35,00p.	2,14p.	9,72p.	2,1	11	13,4	162	0,07	9,9	24	3,4	31,4	63.2	27,8	0,9
145	pary no ocoapon	100	морковь	27	19.8	35.00p.	0.95p.	7,7±p.	2,.		15,4	102	0,07	***	2.1	5,4	51,4	2,00	27,0	0,7
			лук репчатый	21,6	18	30,00p.	0,65p.													
			капуста белокочанная	81,8	65,6	40,00p.	3,27p.													
			свежая																	
			вода	95,4	95,4		- p.													
			масло сливочное	4,5 1,2	4,5 1,2	600,00p. 12,00p.	2,70p. 0,01p.													
349	компот из смеси сухофруктов	200	соль йодированная сухофрукты	20	25	12,00p. 80.00p.	1,60p.	2,66p.	0	0	19,4	77.4	0	0	0	0	9,4	0	2	0
3-49	помпот из отсои сухофруктов	230	сахар	20	20	50,00p.	1,00p.	2,00p.	3		.7,4		~	3	"	,	*/4	"		,
			кислота лимонная	0,2	0,2	300,00p.	0,06p.			1					1					
			вода	200	200															
_	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	40,00p.	0,80p.	0,80p.	0,78	0,2	9,66	47	0,03	0	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,4
	хлеб ржаной	30	хлеб ржаной	30	30	51,00p.	1,53p.	1,53p.	2,6	1	12,8	77,7	8,7	0,1	0	0,7	2,2	3	0	4,7
u	того за прием пищи	880						69,40p.	23,81	34,76	83,66	751,9	8,9	38,13	24,33	7,7	104,3	199,2	104,7	10,13
	всего за день				1			120,98p.	38.88	47,76	121,36	1091.6	14.74	38.79	24.33	8.49	172.7	227.3	138.9	15.03

1								Д	ЕНЬ ТРЕТ	ий										
N₂ peuenm	прием пищи, наименование	масса	продукты	мас	сса		стоимо	сть	хими	ческий сосп	186	энергетиче ская		витами	ны (мг)			минеральные е	вещества (ма	2)
уры	блюда	порции		брутто	нетто	Цена за 1	Стоимо	Стоимость	белки	жиры	углеводы	ценность	B1	С	A	Ε	Ca	P	Mg	Fe
	•							•	3ABTPAK			•								
70	овощи натуральные свежие или соленые в нареже	100	овощи натуральные соленые	110	100	80,00p.	8,80p.	7,88p.	0,83	0,16	2,5	13,5	0	10	0	0,16	23	42	14	1
291	плов из птицы	250	бройлер-цыпленок	161,2	113,2	210,00p.	33,85p.	40,88p.	20,8	18	37,9	407,3	0,05	3,23	0	0	10,3	0	0	2,05
			масло растительное	11,6	11,6	110,00p.	1,28p.													
			лук репчатый	13,2	11,6	30,00p.	0,40p.													
			морковь	16,6	13,2	35,00p.	0,58p.													
			томатное пюре	8,2	8,2	155,00p.	1,27p.													
			крупа рисовая	58,2	58,2	60,00p.	3,49p.													
			соль йодировання	1,2	1,2	12,00p.	0,01p.													
	хлеб пшеничный	30	хлеб пшеничный	30	30	40,00p.	1,20p.	1,20p.	1,17	0,3	14,4	70,5	0,04	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
	хлеб ржаной	20	хлеб ржаной	20	20	51,00p.	1,02p.	1,02p.	1,7	0,6	8,5	51,8	5,8	0,06	0	0,4	1,4	2	0	3,1
377	чай с лимоном	200/7	чай-заварка	0,5	0,5	550,00p.	0,28p.	2,23p.	0,4	0	11,7	49,6	0	3,3	0	0	27,2	15,5	11,7	1,5
			caxap	15	15	50,00p.	0,75p.													
			лимон свежий	8	7	150,00p.	1,20p.													
			вода	150	150															
L	ітого за прием пищи	607						53,21 p .	24,9	19,06	75	592,7	5,89	16,59	0	0,95	68,8	85,6	35,6	8,25
									ОБЕД											
70	овощи натуральные соленые	100	овощи натуральные	110	100	75,00p.	8,25p.	8,25p.	0,83	0,16	2,5	13,5	0	10	0	0,16	23	42	14	1
102	суп картофельный с	250	картофель	66,6	50	35,00p.	2,33p.	4,51p.	5,6	5,4	17,5	140,6	0,2	9,5	0,25	4	48,8	83,7	35,5	2,1
1	бобовыми		ropox	20,2	20	35,00p.	0,71p.	1			1			l			l	l	1	

									ОБЕД											
70	овоши натуральные соленые	100	овоши натуральные	110	100	75.00p.	8.25p.	8.25p.	0.83	0.16	2.5	13.5	0	10	0	0.16	23	42	14	1 1
102	суп картофельный с	250	картофель	66.6	50	35.00p.	2,33p.	4.51p.	5.6	5.4	17.5	140.6	0.2	9.5	0.25	4	48.8	83.7	35.5	2.1
	бобовыми		ropox	20.2	20	35.00p.	0,71p.													1
			лук репчатый	12	10	30,00p.	0,36p.													1
			морковь	15,7	12,5	35,00p.	0,55p.													1
			масло растительное	5	5	110,00p.	0,55p.													1
			вода	175	175		.q00,0													1
			соль йодированная	1	1	12,00p.	0,01p.													1
239	тефтели рыбные	100	рыба минтай	102	49,4	600,00p.	61,20p.	63,73p.	12,7	11,7	18,1	230	0,2	0,3	10	4,7	53	341,6	59,6	1,6
			хлеб пшеничный	10,4	10,4	40,00p.	0,42p.													1
			молоко	15	15	59,00p.	0,89p.													1
			лук репчатый	13,4	10,4	30,00p.	0,40p.													1
			мука пшеничная	6	6															1
			масло растительное	7,4	7,4	110,00p.	0,81p.													1
			соль йодировання	1,1	1,1	12,00p.	0,01p.													
312	пюре картофельное	180	картофель	210,6	158,4	35,00p.	7,37p.	14,48p.	3,8	7,2	25,6	183,1	0,24	31,2	0	0,24	2,4	102,6	39,1	1,56
			молоко	28,8	28,8	59,00p.	1,70p.													1
			масло сливочное	9	9	600,00p.	5,40p.													1
			соль йодировання	1,2	1,2	12,00p.	0,01p.													
699	напиток лимонный	200	лимоны	16	16	170,00p.	2,72p.	3,92p.	0,3	0	31,4	127,2	0,006	0,4	0,2	0	25,2	39,6	19,4	0,6
			caxap	24	24	50,00p.	1,20p.													1
			вода	214	214															
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	40,00p.	0,80p.	0,80p.	0,78	0,2	9,66	47	0,03	0	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,4
	хлеб ржаной	30	хлеб ржаной	30	30	51,00p.	1,53p.	1,53p.	2,6	1	12,8	77,7	8,7	0,1	0	0,7	2,2	3	0	4,7
L	итого за прием пищи	880						97,22 p .	26,61	25,66	117,56	819,1	9,376	51,5	10,45	10,06	159,2	629,9	174,2	11,96
	всего за день							150,43 p .	51,51	44,72	192,56	1411,8	15,266	68,09	10,45	11,01	228	715,5	209,8	20,21

								ДЕН	ь четвер	тый										
				мас	ca		стоимо	сть	хими	ческий сост	186	энергетиче		витами	ны (мг)		,	иинеральные в	вещества (ма	2)
№ рецепт уры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимо сть единицы	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	ская ценность (ккал)	В1	С	А	E	Са	Р	Mg	Fe
223	запеканка из творога со	180/60	творог	169.2	165.6	304.00p.	51,44p.	71,02p.	25.08	20.7	26,4	404.2	0,09	0.81	0.09	2.07	111.6	174.9	35.8	1,26
223		Tourdu	крупа манная	109,2	10.8	35.00p.	0.38p.	71,02p.	23,06	20,1	20,4	404,2	0,09	0,01	0,09	2,07	111,0	174,9	33,0	1,20
	сгущенным молоком		сахар	14.4	14,4	46,00p.	0,66p.													
			яйца	7,2	7,2	7,00p.	0,05p.													
			масло сливочное	7,2	7,2	600,00p.	4,32p.													
			сухари	7,2	7.2	80.00p.	0,58p.													
			сметана	7,2	7,2	220,00p.	1,58p.													
			соль йодировання	1	1	12,00p.	0,01p.													
			молоко сгущенное	60	60	200,00p.	12,00p.													
	хлеб пшеничный	30	хлеб пшеничный	30	30	40,00p.	1,20p.	1,20p.	1,17	0,3	14,4	70,5	0,04	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
	хлеб ржаной	20	хлеб ржаной	20	20	51,00p.	1,02p.	1,02p.	1,7	0,6	8,5	51,8	5,8	0,06	0	0,4	1,4	2	0	3,1
376	чай с сахаром	200/15	чай -заварка	0,5	0,5	550,00p.	0,28p.	1,03p.	0,2	0	13,4	52	0	0,06	0	0	2,98	4,5	2,4	0,5
570	тая с сахарош	200110	сахар	15	15	50.00p.	0,75p.	1,00р.	0,2		15,4	52		0,00			2,70	4,5	2,1	0,0
			вода	150	150	оо,оор.	0,700.													
u	того за прием пищи	525						74,26 p .	28,15	21,6	62,7	578,5	5,93	0,93	0,09	2,86	122,88	207,5	48,1	5,46
140	свекла, тушеная в соусе	100	свекла	134	105	40,00p.	5,36p.	7,71p.	2,3	7,08	10,6	116	0,03	1,35	47,3	0,3	52,4	58,6	20,1	1,41
			лук репчатый	30	25	30,00p.	0,90p.													
			масло растительное соль йодированная	5 1,6	5 1,6	110,00p. 12,00p.	0,55p. 0,02p.													
			0010		15		- p.													
			соус	3.75	3.75	220.00p.	0,83p.													
			мука пшеничная	1.88	1.88	30.00p.	0,05p.													
			вода	11.2	11,2	00,000	- p.													
99	суп из овощей со сметаной	250/10	капуста свежая	25	20	40,00p.	1,00p.	8,49p.	3	4,13	10,1	91	0,1	11	0,2	0,2	30	53	22	0,8
			картофель	66,6	50	35,00p.	2,33p.													
			морковь	12,5	10	35,00p.	0,44p.													
			лук репчатый	12	10	30,00p.	0,36p.													
			горошек зеленый	11,5	7,5	138,80p.	1,60p.													
			консервированный																	
			масло растительное вода	5 187.5	5 187.5	110,00p.	0,55p. - p.													
			сметана	107,5	107,5	220,00p.	2,20p.													
			соль йодированная	1	1	12,00p.	0,01p.													
278	тефтели	100	говядина	86,6	63,2	480,00p.	41,57p.	44,64p.	13,2	16,5	11,8	248,2	0	2	0	0,63	7,63	81,3	18,2	2,1
			хлеб пшеничный	13,2	13,2	40,00p.	0,53p.				1				1	1				1
			молоко или вода	20	20		- p.								l	1				1
			лук репчатый	40	33,2	30,00p.	1,20p.													
			масло растительное	5	5	110,00p.	0,55p.													
			мука пшеничная	6,6	6,6	35,00p.	0,23p.													
			масло растительное	5	5	110,00p.	0,55p.													
205		100	соль йодированная	1,2	1,2	12,00p.	0,01p.	252	4.3			240	0.00		25.2	0.2	2.0	70.7	2.2	0.7
305	рис припущенный	180	крупа рисовая	63	63	60,00p.	3,78p.	7,57p.	4,3	5,1	44	240	0,02	0	25,2	0,3	2,9	72,7	2,2	0,6
1			вода	6,3	132,2	600,00p.	3,78p.								l	1				1
			масло сливочное соль йодированная	1,2	6,3 1,2	600,00p. 12,00p.	3,78p. 0,01p.								l	1				1
349	компот из смеси сухофруктов	200	сухофрукты	20	25	12,00p. 80.00p.	1,60p.	2.66p.	0	0	19.4	77.4	0	0	0	0	9.4	0	2	0
347	но опосн сухофруктов	200	сахар	20	20	50,00p.	1,00p.	2,Jup.			17,4	*****			l	ľ	*/*	· ·		l ,
			кислота лимонная	0,2	0,2	300,00p.	0,06p.								l	1				1
1			вода	200	200	р.	-,								l	1				1
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	40,00p.	0,80p.	0,80p.	0,78	0,2	9,66	47	0,03	0	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,4
	хлеб ржаной	30	хлеб ржаной	30	30	51,00p.	1,53p.	1,53p.	2,6	1 27.02	12,8	77,7	8,7	0,1	0	0,7	2,2	3	0	4,7
ш	того за прием пищи	890						65,69 p . 139,96 p .	23,88 52,03	26,93 48,53	107,76 170,46	781,30 1359,8	8,85 14,78	13,10 14.03	25,40 25,49	2,09 4,95	56,73 179,61	227,40 434.9	51,00 99,1	8,60 14,06
	всего за день			I	L			137,70	32,03	40,55	170,40	1337,0	14,70	14,03	23,47	4,75	177,01	434,7	77,1	14,00

Nο									ЕНЬ ПЯТЬ			энергетиче								
oeuenm	прием пищи, наименование	масса	продукты	мас	ca		стоимо	сть	хими	ческий сосп	186	ская		витамин	ны (мг)			минеральные є	вещества (ма	2)
уры	блюда	порции	,	брутто	нетто	Цена за 1	Стоимо	Стоимость	белки	жиры	углеводы	ценность	B1	С	A	E	Ca	P	Mq	Fe
									3ABTPAK											
	кукуруза консервированная	60	кукуруза	100	100	138,80p.	13,88p.	8.33p.	1.55	2.2	9	41.8	0.05	5.5	0	1.2	10.73	29.98	10.4	0.3
	7 313		консервированная				,													
204	макароны отварные с сыром	200	макаронные изделия	70	70	40,00p.	2,80p.	24,59p.	5	8,2	23,3	188,8	0,12	0	0	0,9	11,3	43,6	8,5	0,7
			масло сливочное	8	8	600,00p.	4,80p.													
			сыр Российский	35	32	485,00p.	16,98p.													
			соль йодированная	1	1	12,00p.	0,01p.													
	хлеб пшеничный	30	хлеб пшеничный	30	30	40,00p.	1,20p.	1,20p.	1,17	0,3	14,4	70,5	0,04	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
	хлеб ржаной	20	хлеб ржаной	20	20	51,00p.	1,02p.	1,02p.	1,7	0,6	8,5	51,8	5,8	0,06	0	0,4	1,4	2	0	3,1
377	чай с лимоном	200/7	чай-заварка	0,5	0,5	550,00p.	0,28p.	2,23p.	0,4	0	11,7	49,6	0	3,3	0	0	27,2	15,5	11,7	1,5
			caxap	15	15	50,00p.	0,75p.													
			лимон свежий	8	7	150,00p.	1,20p.													
			вода	150	150															
		660																		
L	того за прием пищи	557						37,36 p .	9,82	11,3	66,9	402,5	6,01	8,86	0	2,89	57,53	117,18	40,5	6,2
									ОБЕД											
70	овощи натуральные соленые	100	овощи натуральные	110	100	75,00p.	8,25p.	8,85p.	0.83	0.16	2.5	13.5								r
70	овощи натуральные соленые	100		110	100	75,00p.	o,20p.	о,озр.	0,03	0,16	2,3	13,3	0	10	0	0,16	23	42	14	1
102		250	соленые картофель	66.6	50	35.00p.	2,33p.	7.84p.	5.6	6.6	17.5	140.6	0.2	9.5	0.25	4	48.8	83.7	35.5	2.
102	суп картофельный с бобовыми	200	картофель фасоль	20.2	20	35,00p. 200.00p.	4,04p.	7,84p.	0,0	0,0	17,5	140,6	0,2	9,5	0,25	4	48,8	83,7	30,0	2,
	ООООВЫМИ	-	фасоль лук репчатый	12	10	200,00p. 30,00p.														
			лук репчатыи	12		30,00р.	0,36p.													
			морковь	15,7	12,5	35,00p.	0,55p.													
		ļ	масло растительное	5	5	110,00p.	0,55p.													
		ļ	вода	175	175		0,00p.													
			соль йодированная	1	1	12,00p.	0,01p.													
292/331		100/180/30	бройлер цыпленок	198	142	180,00p.	35,64p.	48,58p.	16,24	12,63	15,71	241	0,17	10,61	45,6	0	71,8	170,3	40,7	3,7
	овощами		масло растительное	12	12	110,00p.	1,32p.													
			картофель	120,6	135	35,00p.	4,22p.													
		ļ	морковь	52,2	41,4	35,00p.	1,83p.													
		ļ	петрушка (корень)	5,4	4,8	150,00p.	0,81p.													
		ļ	лук репчатый	21,6	18	30,00p.	0,65p.													
			горошек зеленый	14,4	9	138,80p.														
			консервированный				2,00p.													
		ļ	соль йодированная	1,2	1,2	12,00p.	0,01p.													
			coyc	2.0	30		1.65p.													
			сметана	7,5	7,5	220,00p.														
		-	мука пшеничная	2,25	2,25	35,00p.	0,08p.													
		ŀ	вода томатное пюре	22,5	22,5	125.00p.	0.38p.			1	1							1		
349	компот из смеси сухофруктов	200		20	25	125,00p. 80.00p.	0,38p. 1.60p.	2.66p.	0	0	19.4	77.4	0	0	0	0	9.4	0	2	0
349	компот из смеси сухофруктов	200	сухофрукты сахар	20	20	80,00p. 50.00p.	1,6Up.	2,00p.	U	U	19,4	11,4	U	U	U	U	7,4	U	2	0
		1				300,00p.	0.06p.													
		-	кислота лимонная вода	0,2 200	0,2 200	suu,uup.	υ,υορ.			1	1							1		
	хлеб пшеничный	20	вода хлеб пшеничный	200	200	40.00p.	0.80p.	0.80p.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.
	хлео пшеничныи хлеб ржаной	30	хлео пшеничныи хлеб ржаной	30	30	40,00p. 51.00p.	0,80p. 1,53p.	0,80p. 1.53p.	2.6	1	12,8	77,7	8.7	0.1	0	0,26	2.2	3	0,0	4,
	хлео ржанои того за прием пиши	910	хлео ржанои	30	30	31,00p.	1,53p.	70.27 p .	26.05	20.59	77.57	597.2	9.1	30.21	45.85	5.12	159.8	316.4	98.8	11.
				1	T .	1		10,21 p .	20,00	20,39	17,37	371,2				0,12			70,0	11,

								ДЕ	нь шест	ОЙ										
NΩ				мас	ca		стоимос	сть	хими	ческий сосп	186	энергетиче		витами	чы (мг)			иинеральные с	зещества (ма	e)
рецепт уры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимо сть единицы	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	ская ценность (ккал)	В1	С	Α	E	Ca	Р	Mg	Fe
									3ABTPAK											
174	каша вязкая молочная из	200/10	крупа рисовая	44 100	44 100	60,00p. 59.00p.	2,64p. 5,90p.	14,83p.	6,09	10,88	47,99	315	0,07	0,96	54,8	0	137,99	39,53	167,24	0,87
	рисовой крупы		молоко		55	59,UUP.														
			вода	55 6	6	46,00p.	- p. 0,28p.													
			масло сливочное	10	10	600.00p.	- p. 6.00p.													
			соль йодированная	10	10	12.00p.	0.01p.													
	хлеб пшеничный	30	хлеб пшеничный	30	30	40.00p.	1,20p.	1.200.	1.17	0.3	14.4	70.5	0.04	0	0	0.39	6.9	26.1	9.9	0.6
	хлеб ржаной	20	хлеб ржаной	20	20	51.00p.	1.02p.	1.020.	1.7	0.6	8.5	51.8	5.8	0.06	0	0.4	1.4	2	0	3.1
14	масло сливочнов	10	масло сливочное	10	10	600.00p.	6.00p.	6.00p.	0.08	7.26	0.14	66.1	0	0,00	40	0.1	2.4	3	0	0.02
15	сыр Российский	15	сыр Российский	16	15	485.00p.	7.76p.	7.76p.	3.5	4.5	0	54.5	0	0	0.1	0.1	132	75	5.5	0.2
376	кофейный напиток с молоком	200	кофейный напиток	5	5	195,00p.	0,98p.	6,98p.	3,3	2,4	26,7	142,2	0	1,3	0	0	60,3	59,6	21,2	0,5
			вода	120	120															
			caxap	20	20	50.00p.	1.00p.													
			молоко	100	100	50.00p.	5.00p.													
	итого за прием пищи	537,7						30,81 p .	12,54	23,54	71,03	557,9	5,91	1,02	94,9	0,99	280,69	145,63	182,64	4,79
		•				•		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	ОБЕД											•
70	овоши натуральные соленые	100	овоши натуральные	110	100	75.00p.	8.25p.	8.25p.	0.83	0.16	2.5	13.5	0	10	0	0.16	23	42	14	1
103	суп картофельный с	250	картофель	100	75	35.00p.	3.50p.	4,980.	3.9	2.75	19	117	0.1	6	0.2	0.4	22	54	21	0.9
	макаронными изделиями		макаронные изделия	10	10	40.00p.	0.40p.			-,			-,.		-,-	-,.				-,.
			морковь	12,5	10	35,00p.	0,44p.													
			лук репчатый	12	10	30,00p.	0,36p.													
			масло растительное	2,5	2,5	110,00p.	0,28p.													
			вода	175	175		- p.													
			соль йодированная	1	1	12,00p.	0,01p.													
268	котлета	100	соль йодированная говядина	1 100	1 74	480,00p.	0,01p. 48,00p.	56,19p.	16,1	16,8	14,7	274,7	0	0	0	0,5	4,8	112	27,2	2,8
268	котлета	100	соль йодированная говядина хлеб пшеничный	1 100 18	1 74 18		0,01p. 48,00p. 0,72p.	56,19p.	16,1	16,8	14,7	274,7	0	0	0	0,5	4,8	112	27,2	2,8
268	котлета	100	соль йодированная говядина хлеб пшеничный молоко или вода	1 100 18 24	1 74 18 24	480,00p. 40,00p.	0,01p. 48,00p. 0,72p. - p.	56,19p.	16,1	16,8	14,7	274,7	0	0	0	0,5	4,8	112	27,2	2,8
268	котлета	100	соль йодированная говядина хлеб пшеничный молоко или вода сухари	1 100 18 24 10	1 74 18 24 10	480,00p. 40,00p. 80,00p.	0,01p. 48,00p. 0,72p. - p. 0,80p.	56,19p.	16,1	16,8	14,7	274,7	0	0	0	0,5	4,8	112	27,2	2,8
268	котлета	100	соль йодированная говядина хлеб пшеничный молоко или вода сухари масло растительное	1 100 18 24 10 6	1 74 18 24 10 6	480,00p. 40,00p. 80,00p. 110,00p.	0,01p. 48,00p. 0,72p. - p. 0,80p. 0,66p.	56,19p.	16,1	16,8	14,7	274,7	0	0	0	0,5	4,8	112	27,2	2,8
268	котлета	100	соль йодированная говядина хлеб пшеничный молоко или вода сухари масло растительное соль йодированная	1 100 18 24 10 6 1,2	1 74 18 24 10 6	480,00p. 40,00p. 80,00p. 110,00p. 12,00p.	0,01p. 48,00p. 0,72p. - p. 0,80p. 0,66p. 0,01p.	56,19p.	16,1	16,8	14,7	274,7	0	0	0	0,5	4,8	112	27,2	2,8
			соль йодированная говядина хлеб пшеничный молоко или вода сухари масло растительное соль йодированная масло сливочное	1 100 18 24 10 6 1,2	1 74 18 24 10 6 1,2	480,00p. 40,00p. 80,00p. 110,00p. 12,00p. 600,00p.	0,01p. 48,00p. 0,72p. - p. 0,80p. 0,66p. 0,01p. 6,00p.							-						
268	котлета каша пшеничная рассыпчатая	100	соль йодированная говядина хлеб пшеничный молоко или вода сухари масло растительное соль йодированная масло спивочное крупа пшеничная	1 100 18 24 10 6 1,2 10 72	1 74 18 24 10 6 1,2 10 72	480,00p. 40,00p. 80,00p. 110,00p. 12,00p. 600,00p. 50,00p.	0,01p. 48,00p. 0,72p. - p. 0,80p. 0,66p. 0,01p. 6,00p. 3,60p.	56,19p. 10,81p.	16,1 8,52	16,8	14,7	274,7	0,3	0,03	0	0,5	4,8	112	27,2	2,8
			соль йодированная говядина говядина хлеб пшеничный молоко или вода сухари масло растительное соль йодированная масло стивочное крупа пшеничная масло сливочное крупа пшеничная	1 100 18 24 10 6 1,2	1 74 18 24 10 6 1,2 10 72	480,00p. 40,00p. 80,00p. 110,00p. 12,00p. 600,00p. 50,00p. 600,00p.	0,01p. 48,00p. 0,72p. - p. 0,80p. 0,66p. 0,01p. 6,00p. 3,60p. 7,20p.							-						
	каша пшеничная рассыпчатая		соль йодированная говядина хлеб пшеничный молоко или вода сухари масло растительное соль йодированная масло сливочное крупа пшеничная масло сливочное соль йодированная	1 100 18 24 10 6 1,2 10 72 12	1 74 18 24 10 6 1,2 10 72	480,00p. 40,00p. 80,00p. 110,00p. 12,00p. 600,00p. 50,00p. 600,00p. 12,00p.	0,01p. 48,00p. 0,72p. - p. 0,80p. 0,66p. 0,01p. 6,00p. 3,60p. 7,20p. 0,01p.							-						
171		150	соль йодированная говядина говядина хлеб пшеничный молоко или вода сухари масло растительное соль йодированная масло стивочное крупа пшеничная масло сливочное крупа пшеничная	1 100 18 24 10 6 1,2 10 72 12 1,2	1 74 18 24 10 6 1,2 10 72 12 1,2	480,00p. 40,00p. 80,00p. 110,00p. 12,00p. 600,00p. 50,00p. 600,00p.	0,01p. 48,00p. 0,72p. - p. 0,80p. 0,66p. 0,01p. 6,00p. 3,60p. 7,20p.	10,81p.	8,52	10,08	49,3	310,4	0,3	0,03	0	0	18,4	0	0	5,7
171	каша пшеничная рассыпчатая	150	соль йодированная говядина хлеб пшеничный молоко или вода сухари масло растиельное соль йодированная масло сливочное круга пшеничная масло сливочное соль йодированная окухофрукты	1 100 18 24 10 6 1,2 10 72 12 1,2 20	1 74 18 24 10 6 1,2 10 72 12 1,2 25	480,00p. 40,00p. 80,00p. 110,00p. 12,00p. 600,00p. 50,00p. 600,00p. 12,00p. 80,00p.	0,01p. 48,00p. 0,72p p. 0,80p. 0,66p. 0,01p. 6,00p. 3,60p. 7,20p. 0,01p.	10,81p.	8,52	10,08	49,3	310,4	0,3	0,03	0	0	18,4	0	0	5,7
171	каша пшеничная рассыпчатая	150	соль йодированная говядина хлеб пшеничный молко или вода сухади масло растительное соль йодированная круга пшеничная масло славочное соль йодированная сухофрукты сахар	1 100 18 24 10 6 1,2 10 72 12 12 1,2 20 20	1 74 18 24 10 6 1,2 10 72 12 12 1,2 25 20	480,00p. 40,00p. 110,00p. 12,00p. 600,00p. 50,00p. 12,00p. 600,00p. 12,00p. 80,00p. 50,00p.	0,01p. 48,00p. 0,72p p. 0,80p. 0,66p. 0,01p. 6,00p. 3,60p. 7,20p. 0,01p. 1,00p. 1,00p. 0,06p.	10,81p.	8,52	10,08	49,3	310,4	0,3	0,03	0	0	18,4	0	0	5,7
171	каша пшеничная рассыпчатая	150	соль йодированная говдина хлеб пшеничный молоко или вода сухари масло растительное соль йодированная масло сливочное крупа пшеничная масло сливочное соль йодированная сухофрукты сахар кислота лимонная	1 100 18 24 10 6 1,2 10 72 12 1,2 20 20 0,2	1 74 18 24 10 6 1,2 10 72 12 1,2 25 20 0,2 20	480,00p. 40,00p. 110,00p. 12,00p. 600,00p. 50,00p. 12,00p. 600,00p. 12,00p. 80,00p. 50,00p.	0,01p. 48,00p. 0,72p p. 0,80p. 0,66p. 0,01p. 6,00p. 3,60p. 7,20p. 0,01p. 1,60p.	10,81p.	8,52	10,08	49,3	310,4 77,4	0,3	0,03	0	0	9,4	0	0	5,7
171 349	каша пшеничная рассыпчатая компот из смеси сухофрунгов хлеб пшеничный хлеб разной	200 200 20 30	соль йодированная говдина хлеб пшененный молко или вода сухари масло растительное соль йодированная масло сливочное круга пшеничная масло сливочное соль йодированная сухофрукты сахар испота лимонная вода	1 100 18 24 10 6 1,2 10 72 12 1,2 20 0,2 200	1 74 18 24 10 6 1,2 10 72 12 1,2 25 20 0,2 200	480,00p. 40,00p. 80,00p. 110,00p. 12,00p. 600,00p. 50,00p. 12,00p. 80,00p. 50,00p. 300,00p.	0,01p. 48,00p. 0,72p p. 0,80p. 0,66p. 0,01p. 6,00p. 3,60p. 7,20p. 0,01p. 1,00p. 1,00p. 0,06p.	10,81p. 2,66p. 0,80p. 1,53p.	0,78 2,6	0 0,2	49,3 19,4 9,66 12,8	310,4 77,4 47 77,7	0,3 0 0,03 8,7	0,03	0 0 0 0	0 0 0.26 0.7	9,4	0	0 2 6,6 0	5,7 0
171	каша пшеничная рассыпчатая компот из смеси сухофруктов хлеб пшеничный	150 200 20	соль жодированная говядина хлеб пшененный молоко или водо сухари маслю растительное соль жодированная масло сливочное соль кодированная масло сливочное соль йодированная сухофуркты сахар мослот лимочная вода хлеб пшененный	1 100 18 24 10 6 1,2 10 72 12 12 20 20 0,2 200 20	1 74 18 24 10 6 1,2 10 72 12 1,2 25 20 0,2 20	480,00p. 40,00p. 80,00p. 110,00p. 12,00p. 600,00p. 50,00p. 12,00p. 80,00p. 12,00p. 80,00p. 300,00p.	0.01p. 48.00p. 0.72p. p. 0.80p. 0.66p. 0.01p. 6.00p. 3.60p. 7.20p. 0.01p. 1.60p. 1.00p. 0.06p.	10.81p. 2,66p.	0 0,78	0 0,2	49,3 19,4 9,66	310,4 77,4	0,3	0,03	0	0 0 0,26	9,4	0	0 2	5,7

								ne	НЬ СЕДЬМ	40ŭ										
Nº peuenm	прием пищи, наименование	масса	продукты	мас	ca		стоимо			ческий сосп	186	энергетиче ская		витами	чы (мг)			минеральные є	зещества (м	e)
уры	блюда	порции	просукты	брутто	нетто	Цена за 1	Стоимо	Стоимость	белки	жиры	углеводы	ценность	B1	С	A	Ε	Ca	P	Mg	Fe
-				.,,	1	L I		f h-	3ABTPAK					I						
								00.11												
210	омлет натуральный	200	яйца	4 51.3	152,2 51.3	7,00p. 59.00p.	12,00p.	30,41p.	20,5	34	3,3	342,8	0,17	0,4	0,36	0	127,3	330,2	26,6	3,6
			молоко или вода	6.8	6.8	59,00p. 600.00p.	3,03p.													
			масло сливочное	1.42			4,08p.													
			соль йодировання	1,42	1,42	12,00p. 600.00p.	0,02p. 11,28p.													
	икра кабачковая	100	масло сливочное икра кабачковая	106	100	80.00		8.48	1.2	4.7	7.7	78	0.05	9.6	0	0	32	0	0	0.41
							8,48											26.1	9,9	
	хлеб пшеничный	30	хлеб пшеничный	30	30	40,00p.	1,20p.	1,20p.	1,17	0,3	14,4	70,5	0,04	0	0	0,39	6,9	20,1		0,6
	хлеб ржаной	20	хлеб ржаной	20	20	51,00p.	1,02p.	1,02p.	1,7	0,6	8,5	51,8	5,8	0,06	0	0,4	1,4	2	0	3,1
377	чай с сахаром	200	чай-заварка	0,5	4	200,00p.	0,10p.	0,85p.	2,9	2,5	24,8	134	0	1	0	0	121	90	14	1
							- p.													
			вода	110	110															
			caxap	15	15	50,00p.	0,75p.													
	итого за прием пиши	550						41.96p.	27.47	42.1	58.7	677.1	6.06	11.06	0.36	0.79	288.6	448.3	50.5	8.71
	,			1								1								
									ОБЕД											
70	овощи натуральные соленые	100	овощи натуральные	110	100	75,00p.	8,25p.	8,25p.	0,83	0,16	2,5	13,5	0	10	0	0,16	23	42	14	1
88	щи из свежей капусты с	250	капуста свежая	62,5	50	40,00p.	2,50p.	5,67p.	1,8	5	6,9	80,5	0	33,3	0,2	2,2	51,5	36,1	19,2	0,9
	картофелем		картофель	40	30	35,00p.	1,40p.													
	., ., .		морковь	12,5	10	35,00p.	0,44p.													
			лук репчатый	15,1	12,5	30,00p.	0,45p.													
			томатное пюре	2,5	2,5	125,00p.	0,31p.													
			масло растительное	5	5	110,00p.	0,55p.													
			вода	200	200		- p.													
			соль йодировання	1	1	12,00p.	0,01p.													
291	плов из птицы	250	бройлер-цыпленок	161,2	113,2	190,00p.	30,63p.	37,41p.	20,8	18	37,9	407,3	0,05	3,23	0	0	10,3	0	0	2,05
			масло растительное	11,6	11,6	110,00p.	1,28p.													
			лук репчатый	13,2	11,6	30,00p.	0,40p.													
			морковь	16,6	13,2	35,00p.	0,58p.													
			томатное пюре	8,2	8,2	125,00p.	1,03p.													
			крупа рисовая	58,2	58,2	60,00p.	3,49p.													
			соль йодировання	1,2	1,2	12,00p.	0,01p.	1						l						
388	напиток из плодов	200	плоды шиповника	20	20	200,00p.	4,00p.	5,00p.	0,7	0,3	24,4	143,8	0	200	0,2	0	13	3	3	1
	шипровника		сушеные											l						
			caxap	20	20	50,00p.	1,00p.							l						
			вода	200	200		- p.	1						l						
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	40,00p.	0,80p.	0,80p.	0,78	0,2	9,66	47	0,03	0	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,4
	хлеб ржаной	30	хлеб ржаной	30	30	51,00p.	1,53p.	1,53p.	2,6	1	12,8	77,7	8,7	0,1	0	0,7	2,2	3	0	4,7
ı	итого за прием пищи	850						58,66 p .	27,51	24,66	94,16	769,8	8,78	246,63	0,4	3,32	104,6	101,5	42,8	10,05
	всего за день							100,62 p .	54,98	66,76	152,86	1446,9	14,84	257,69	0,76	4,11	393,2	549,8	93.3	18,76

								ДЕ	нь восы	иой										
N₽				мас	ca		стоимо	сть	хими	ческий сосп	186	энергетиче		витами	ны (мг)			минеральные є	ещества (ма)
уры уры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	брутто	нетто	Ц ена за 1 кг	Стоимо сть единицы	Стоимость блюда	белки ЗАВТРАК	жиры	углеводы	ская ценность (ккал)	В1	С	А	E	Ca	Р	Mg	Fe
71	овощи натуральные свежие	100	овощи натуральные	100	100	80,00p.	8,00p.	8,00p.	1.1	0.16	3.6	23.3	0	25	0.16	0.33	14	26	20	1
	(соленые) в нарезке		свежие (соленые)			,	.,	-,		.,	-,-		-		-,	-,				
268	биточки	100	говядина	100	74	480,00p.	35,52p.	43,71p.	16,1	16,8	14,7	274,7	0	0	0	0,5	4,8	112	27,2	2,8
			хлеб пшеничный	18	18	40,00p.	0,72p.													
			молоко или вода	24	24		- p.													
			сухари	10	10	80,00p.	0,80p.													
			масло растительное	6	6	110,00p.	0,66p.													
			соль йодированная	1,2	1,2	12,00p.	0,01p.													
			масло сливочное	10	10	600,00p.	6,00p.	2.50												
02/203	макаронные изделия	180	макаронные изделия	60	60	40,00p.	2,40p.	7,53p.	6,6	5,7	37,5	229,2	0,12	0	0	0,96	13,2	43,2	8,4	0,96
	отварные с маслом		масло сливочное	8,52	8,52	600,00p.	5,11p.													
			соль йодированная	1,2	1,2	12,00p.	0,01p.					70.5								
	хлеб пшеничный	30	хлеб пшеничный	30	30	40,00p.	1,20p.	1,08p.	1,17	0,3	14,4	70,5	0,04	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
377	хлеб ржаной	200/7	хлеб ржаной	20 0.5	20	51,00p.	1,02p.	0,90p.	1,7	0,6	8,5 11.7	51,8 49.6	5,8	0,06	0	0,4	1,4 27.2	2 15.5	0	3,1 1.5
3//	чай с лимоном	200//	чай-заварка		0,5	550,00p.	0,28p.	2,23p.	0,4	0	11,7	49,6	0	3,3	0	0	21,2	15,5	11,7	1,5
			caxap	15 8	15 7	50,00p.	0,75p.													
			лимон свежий	150	150	150,00p.	1,20p.													
			вода	150	100											_				
	пого за прием пищи	637						63,45 p .	27,07 p .	23,56 p .	90,40p.	699,10p.	5,96 p .	28,36p.	0,16 p .	2,58 p .	67,50 p .	224,80p.	77,20 p .	9,96 p .
u	пого за прием пищи	037			<u> </u>	L		03,43 p .	21,01 p .	23,30 p .	90,40 p .	099,10 p .	3,90 p .	20,30 µ .	0,10 p .	2,30 p .	67,50 p .	224,0U p .	77,20 p .	7,70 µ .
	овощи натуральные соленые	100	овощи натуральные	110	100	75,00p.	8,25p.	8,25p.	ОБЕД 0,83	0,16	2,5	13,5	0	10	0	0,16	23	42	14	1
82	борщ с капустой и	250/10	свекла	50	40	40,00p.	2,00p.	8,64p.	1,8	5	12,2	105,7	0	22,1	0,2	2,3	54,5	51,7	27,3	1,3
	картофелем со сметаной		капуста свежая	25	20	40,00p.	1,00p.													
			картофель	26,6	20	35,00p.	0,93p.													
			морковь	12,5	10	35,00p.	0,44p.													
			лук репчатый	15,2	12,5	30,00p.	0,46p.													
			томатное пюре	7,5	7,5	125,00p.	0,94p.													
			масло растительное	5	5	110,00p.	0,55p.													
			caxap	2,5	2,5	46,00p.	0,12p.													
			вода	200	200		- p.													
			сметана	10	10	220,00p.	2,20p.													
			соль йодировання	1,2	1,2	12,00p.	0,01p.													
234	биточки рыбные	100	рыба минтай	131,1	61,7	145,00p.	19,01p.	26,61p.	12,2	12,1	14,8	217,4	0	0,6	0	0	60,1	0	24,3	1,2
			хлеб пшеничный	16,7	16,7	40,00p.	0,67p.							l						
			молоко	24,3	24,3	59,00p.	1,43p.			1	1			l		1		1	l	
			сухари	9,3	9,3	80,00p.	0,74p.			1	1			l		1		1	l	
			масло растительное	9,3	9,3	110,00p.	1,02p.							l						
			масло сливочное	6,2	6,2	600,00p.	3,72p.													
			соль йодировання	1,2	1,2	12,00p.	0,01p.													
125	картофель отварной	180	картофель	248,4	185,4	35,00p.	8,69p.	13,81p.	3,7	8,39	25,01	200,36	0	25,8	0	0	32,8	0	37,4	1,6
			масло сливочное	8,5	8,5	600,00p.	5,10p.			1	1			l		1		1	l	
			соль йодировання	1,2	1,2	12,00p.	0,01p.			L										
354	кисель из сухофруктов	200	сухофрукты	12	12	80,00p.	0,96p.	2,86p.	0,11	0,12	25,1	119,2	0	1,83	0	0	11,46	0	3,64	0,57
			caxap	24	24	50,00p.	1,20p.			1	1			l		1		1	l	
			крахмал картофелный	8	8	80,00p.	0,64p.			1	1			l		1		1	l	
			кислота лимонная	0,2	0,2	300,00p.	0,06p.			1	1			l		1		1	l	
				216	216	1				1	1	1			1	1	1	1	1	
			вода			10.00	0.00	447	0.70		0.11		0.00	-		0.01		49.4		
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	40,00p.	0,80p.	0,80p.	0,78	0,2	9,66	47	0,03	0	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,4
	хлеб ржаной	30				40,00p. 51,00p.	0,80p. 1,53p.	1,53p.	2,6	1	12,8	77,7	8,7	0,1	0	0,7	2,2	3	0	4,7
и			хлеб пшеничный	20	20															

								ДЕ	нь девят	ЫЙ										
N₂ peuenm	прием пищи, наименование	масса	продукты	мас	cca		стоимо	сть	хими	ческий сосп	nae	энергетиче ская								
уры	блюда	порции	пробукны	брутто	нетто	Цена за 1	Стоимо	Стоимость	белки	жиры	углеводы		B1	витами С	чы (мг) А	Ε	Ca	минеральные Р	вещества (ма Мд	Fe Fe
70	овощи натуральные соленые	100	овощи натуральные	110	100	75,00p.	8,25p.	7,88p.	3ABTPAK 0.83	0.16	2.5	13,5				· I	1	· 	Ī	
	обощи потуральные солоные		соленые		100	75,00р.							0	10	0	0,16	23	42	14	1
294	котлета из курицы	100	филе кур из грудной	85,6	80	280,00р.	23,97p.	31,45p.	15,8	19,7	12,7	289,2	0	1,63	0,13	2,88	10,2	18,6	30,1	2,13
			части	11.3	11.3	40.00p.	0.45p.													
			хлеб пшеничный молоко или вола	14.2	14.2	40,00p.	0,45p. - p.													
			яйца куриные	1,40	5,6	7,00p.	6,00p.													
			масло сливочное	1,44	1,44	600,00p.	0,86p.													
			масло растительное для	1,4	1,4	110,00p.	0,15p.													
			противня	1.2																
331	соус сметанный с томатом	30	соль йодированная сметана	7.5	1,2 7.5	12,00p. 243.63p.	0,01p. 1.83p.	1.94p.	0.5	1.5	2.1	24	0	0.41	0	0	8.7	0	2.94	0.12
331	соус сметанный с томатом	30	мука пшеничная	2.25	2.25	48.03p.	0,11p.	1,94р.	0,3	1,3	2,1	24	U	0,41	0	U	0,1	U	2,94	0,12
			вода	22,5	22,5	мерен	- p.													
			томатное пюре	3	3	165,00p.	0,50p.													
			соль йодированная	0,24	0,24	15,19p.	0,00p.													
171	каша гречневая рассыпчатая	180	крупа гречневая	85,2	85,2	75,00p.	6,39p.	12,22p.	10,63	7,1	47,7	336	0,3	0	24	0,75	19	252,1	168	5,76
			масло сливочное соль йодированная	12	12	485,00p. 12,00p.	5,82p. 0,01p.													
			соль иодированная	1,2	1,2	12,00p.	0,01р.													
	хлеб пшеничный	30	хлеб пшеничный	30	30	40,00p.	1,20p.	1,20p.	1,17	0,3	14,4	70,5	0,04	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
	хлеб ржаной	20	хлеб ржаной	20	20	51,00p.	1,02p.	1,02p.	1,7	0,6	8,5	51,8	5,8	0,06	0	0,4	1,4	2	0	3,1
377	чай с сахаром	200/7	чай-заварка	0,5	0,5	550,00p.	0,28p.	1,03p.	0,2	0	13,4	52	0	0,06	0	0	2,98	4,5	11,7	1,5
			caxap	15	15	50,00p.	0,75p.													
			вода	150	150															
	итого за прием пищи	667						54,80 p .	30,33	27,86	99,2	813	6,14	11,75	24,13	4,58	63,48	345,3	233,7	14,09
70	овощи натуральные соленые	100	овощи натуральные	110	100	75.00p.	8,25p.	8,25p.	ОБЕД 0.83	0.16	2.5	13.5	0	10	0	0.16	23	42	14	1
101	суп картофельный с крупой	250	картофель	100	75	35,00p.	3,50p.	4,88p.	1,7	2,7	13,2	85,1	0,1	16,5	0,2	0,3	23,5	55	24,2	1
			крупа рисовая	5	5	60,00p.	0,30p.													
			морковь	12,5	10	35,00p.	0,44p.													
			лук репчатый	12	10	30,00p.	0,36p.													
			масло растительное вода	2,5 187,5	2,5 187,5	110,00p.	0,28p. 0,00p.													
			соль йодировання	107,3	107,5	12,00p.	0,00p. 0,01p.													
229	рыба, тушенная в томате с	100	минтай потрошенный без	90	73,7	145,00p.	13,05p.	16,87p.	11,2	5,05	50,4	105	0,09	2,64	0	0	37,04	0	0	0,78
	овощами		головы																	
			вода	18,7	18,7															
			морковь	23 10	18 8.7	35,00p. 35,00p.	0,81p.													
			лук репчатый томатное пюре	10	10	35,00p. 125,00p.	0,35p. 1,25p.													
			масло растительное	5	5	110,00p.	0,55p.													
			раствор лимонной	2,5	2,5	300,00p.	0,75p.													
			кислоты																	
			caxap	2	2	50,00p.	0,10p.													
			лавровый лист соль йодировання	0,01	0,01 1,2	200,00p. 12.00p.	0,00p. 0,01p.													
ı									3,8	7,2	25,6	183,1	0,24	31,2	0	0,24	2,4	102,6	39,1	1,56
312	пиле каптофельное	180	картофель	210.6	158.4	35 00n	7.37n							W 1 jac		0,2.4	2.77			.,
312	пюре картофельное	180	картофель молоко	210,6 28,8	158,4 28,8	35,00p. 59,00p.	7,37p. 1,70p.	14,48р.	5,0		,-	1								
312	пюре картофельное	180		28,8 9	28,8 9	59,00p. 600,00p.	1,70p. 5,40p.	14,48р.	5,0											
			молоко масло сливочное соль йодировання	28,8 9 1,2	28,8 9 1,2	59,00p. 600,00p. 12,00p.	1,70p. 5,40p. 0,01p.													
312	пюре картофельное компот из смеси сухофруктов	180	молоко масло сливочное соль йодировання сухофрукты	28,8 9 1,2 20	28,8 9 1,2 25	59,00p. 600,00p. 12,00p. 80,00p.	1,70p. 5,40p. 0,01p. 1,60p.	14,48p. 2,66p.	0	0	19,4	77,4	0	0	0	0	9,4	0	2	0
			молоко масло сливочное соль йодировання сухофрукты сахар	28,8 9 1,2 20 20	28,8 9 1,2 25 20	59,00p. 600,00p. 12,00p. 80,00p. 50,00p.	1,70p. 5,40p. 0,01p. 1,60p. 1,00p.						0	0	0	0	9,4	0	2	0
			молоко масло сливочное соль йодировання сухофрукты сахар кислота лимонная	28,8 9 1,2 20 20 0,2	28,8 9 1,2 25 20 0,2	59,00p. 600,00p. 12,00p. 80,00p.	1,70p. 5,40p. 0,01p. 1,60p.						0	0	0	0	9,4	0	2	0
			молоко масло сливочное соль йодировання сухофрукты сахар кислота лимонная вода	28,8 9 1,2 20 20	28,8 9 1,2 25 20	59,00p. 600,00p. 12,00p. 80,00p. 50,00p.	1,70p. 5,40p. 0,01p. 1,60p. 1,00p. 0,06p.						0 0,03	0	0	0	9,4	0 17,4	2 6,6	0,4
	компот из смеси сухофруктов	200	молоко масло сливочное соль йодировання сухофрукты сахар кислота лимонная	28,8 9 1,2 20 20 0,2 200	28,8 9 1,2 25 20 0,2 200	59,00p. 600,00p. 12,00p. 80,00p. 50,00p. 300,00p.	1,70p. 5,40p. 0,01p. 1,60p. 1,00p.	2,66p. 0,80p. 1,53p.	0 0,78 2,6	0,2	19,4 9,66 12,8	77,4 47 77,7	0,03	0 0,1	0	0,26	4,6 2,2	17,4	6,6	0,4
349	компот из смеси сухофруктов хлеб пшеничный	200	молоко масло сливочное соль йодировання сухофрукты сахар кислота лимонная вода хлеб пшеничный	28,8 9 1,2 20 20 0,2 200 20	28,8 9 1,2 25 20 0,2 200 20	59,00p. 600,00p. 12,00p. 80,00p. 50,00p. 300,00p.	1,70p. 5,40p. 0,01p. 1,60p. 1,00p. 0,06p.	2,66p. 0,80p.	0,78	0 0,2	19,4	77,4	0,03	0	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,4

								ДЕ	нь деся	тыи										
N₂ oeuenm	прием пищи, наименование	масса	продукты	мас	ca		стоимо	сть	хими	ический сосп	nae	энергетиче ская		витами	u (42)			минеральные е	nouvoeman (u	a)
уры	блюда	порции		брутто	нетто	Цена за 1	Стоимо	Стоимость	белки	жиры	углеводы	ценность	B1	C	A	Ε	Ca	P	Mq	Fe
						1			3ABTPAK			(ma=)			1					
70	овощи натуральные соленые	100	овощи натуральные	110	100	75,00p.	8,25p.	7,88p.	0,83	0,16	2,5	13,5	0	10	0	0,16	23	42	14	1
205	макароны отварные с	200	макароны	70	70	48.00p.	3,36p.	8.290.	7.12	9.28	41.8	270.6	0.08	0.03	0	0	19.4	0	0	0.1
	овошами		морковь	20	16	35.00p.	0,70p.													
			петрушка (корень)	7,1	6,6	150,00p.	1,07p.													
			лук репчатый	15,1	12,7	20.00p.	0,30p.													
			томатное пюре	11.1	11.1	20,00p. 170.00p.	1,89p.													
				8	8															
			масло растительное	8	8	120,00p.	0,96p.													
			соль йодировання	1,3	1,3	12,00p.	0,02p.													
	хлеб пшеничный	30	хлеб пшеничный	30	30	36,00p.	1,08p.	1,08p.	1,17	0,3	14,4	70,5	0,04	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
	хлеб ржаной	20	хлеб ржаной	20	20	45,00p.	0,90p.	0,90p.	1,7	0,6	8,5	51,8	5,8	0,06	0	0,4	1,4	2	0	3,1
14	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	850,00p.	8,50p.	4,85p.	80,0	7,26	0,14	66,1	0	0	40	0,1	2,4	3	0	0,02
376	чай с сахаром	200	чай-заварка	0,5	0,5	850,00p.	0,43p.	1,63p.	0,4	0	11,7	49,6	0	3,3	0	0	27,2	15,5	11,7	1,5
			caxap	15	15	80,00p.	1,20p.													
			вода	150	150															
		567									20.01	522.1	5.92	13.39					35.6	6.32
	итого за прием пищи	30/				l		24,62 p .	11,3 ОБЕД	17,6	79,04	322,1	5,92	13,39	40	1,05	80,3	88,6	33,0	0,32
									ОВЕД											
70	овощи натуральные соленые	100	овоши натуральные	110	100	75.00p.	8.25p.	8.25p.	0.83	0.16	2.5	13.5	0	10	0	0.16	23	42	14	1
88	щи из свежей капусты с	250	капуста свежая	62,5	50	40,00p.	2,50p.	5,67p.	1,8	5	6,9	80,5	0	33,3	0,2	2,2	51,5	36,1	19,2	0,9
	картофелем		картофель	40	30	35,00p.	1,40p.													
			морковь	12,5	10	35,00p.	0,44p.													
			лук репчатый	15,1	12,5	30,00p.	0,45p.													
			томатное пюре	2,5	2,5	125,00p.	0,31p.													
			масло растительное	5	5	110,00p.	0,55p.													
			вода	200	200		- p.													
		050	соль йодировання	1	1	12,00p.	0,01p.											F00 B		
289	рагу из птицы	250	мясо птицы	192	136	190,00p. 110.00p.	36,48p. 0.44p.	46,03p.	24,8	26,2	2	331,2	0,29	24,6	3,13	4	90,37	580,7	112,8	8
			масло растительное картофель	160.5	120	35.00p.	5,62p.													
			морковь	31.5	25.5	35,00p.	1,10p.													
			томатное пюре	9	9	125.00p.	1,13p.													
			лук репчатый	18	15	30,00p.	0,54p.													
			масло растительное	6	6	110.00p.	0,66p.													
			соль йодировання	1,2	1,2	12,00p.	0,01p.													
			мука пшеничная	1,5	1,5	35,00p.	0,05p.													
349	компот из смеси сухофруктов	200	сухофрукты	20	25	80,00p.	1,60p.	2,66p.	0	0	19,4	77,4	0	0	0	0	9,4	0	2	0
			caxap	20	20	50,00p.	1,00p.													
			кислота лимонная	0,2	0,2	300,00p.	0,06p.													
			вода	200	200															
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	40,00p.	0,80p.	0,80p.	0,78	0,2	9,66	47	0,03	0	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,4
	хлеб ржаной итого за прием пиши	30 850	хлеб ржаной	30	30	51,00p.	1,53p.	1,53p. 64.94 p .	2,6 30.81	1 32.56	12,8 53.26	77,7 627.3	8,7 9.02	0,1 68	3.33	0,7 7.32	2,2	679.2	0 154.6	4,7 15
	всего за прием пищи	850			-			64,94 p . 89,56 p .	30,81 42.11	32,56 50,16	132,3	1149.4	14,94	81,39	43.33	8.37	181,07 261,37	767.8	154,6	21.32
	o codu da uana				 			07,30 p .	42,11	30,10	132,3	1197,9	14,74	01,37	43,33	0,37	201,3/	101,0	190,2	21,32
	итого по меню							1 177,60 p .	471,09	480,51	1666,99	13056,16	143,98	939,49	270,76	93,66	2460,35	5180,71	1837,28	190,33
			-					98,13 p .	47,11	48,05	166,70	1305,62	14,40	93,95	27,08	9,37	246,04	518,07	183,73	19,03
	итого за завтрак							490,30 p .	211,85 p .	225,82 p .	654,37 p .	5 693,80 p .	53,95 p .	120,52 p .	159,80 p .	48,68 p .	1 204,05 p .	2 283,41 p .	852,34 p .	76,72 p .
	среднее за завтрак							40,86 p .		18,82	54,53	474,48	4,50	10,04	13,32	4,06	100,34	190,28	71,03	6,39
	итого за обед							687,30 p .	259,24	254,69	1012,62	7362,36	90.03	818,97	110,96	44,98	1256,30	2897.30	984.94	113,61

режие за обег

1. Методических рекомендаций по организации питания обучащихся общеобразовательных организаций МР 2.4.0179-20

2. "Сборника рецептур на продучшию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дели плюс 2015 год/ под ред. М.П.Могильного, В.А. Тутельяна

3. "Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях "Дели плюс 2014 год/ под ред. М.П.Могильного, В.А. Тутельяна

4. "Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений" Уральский РЦП, по ред. Перевалова А.Я., г.Пермь, 2011г