

Утверждаю:  
Директор филиала ООО «КФьюжен Менеджмент»  
09» января 2015г. /Архипов А.Н./



Согласовано:  
Руководитель образовательного учреждения

\_\_\_\_\_



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

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

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углеводы, г 1 неделя	ЭЦ, ккал	Витамины				Минеральные элементы (мг)				№ рецептуры
						С	В1	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	
Понедельник	Завтрак													
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	215	10,00	11,06	42,40	267,19	11,47	0,14	105,71	1,80	143,15	180,76	43,05	0,89	192 K
Блинчики с повидлом	60	3,14	5,72	20,95	113,38	0,47	0,04	70,77	1,87	66,63	52,61	8,17	0,55	PP
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18K
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	59,85	0,07	0,00	0,35	0,00	3,91	5,76	3,08	0,62	420 K
<b>Итого за "Завтрак"</b>	<b>505</b>	<b>15,42</b>	<b>17,02</b>	<b>93,08</b>	<b>510,92</b>	<b>12,01</b>	<b>0,24</b>	<b>176,83</b>	<b>3,67</b>	<b>220,59</b>	<b>264,33</b>	<b>64,20</b>	<b>2,63</b>	
Обед														
Салат из моркови с растительным маслом	60	1,18	4,25	3,89	63,36	2,82	0,04	1128,00	0,00	28,23	31,10	21,43	0,40	74 O
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,54	3,03	6,68	61,00	23,64	0,04	96,52	0,00	30,74	36,60	16,70	0,53	157 K
Котлеты рубленая из птицы	90	24,34	21,51	34,73	343,67	2,62	0,16	51,52	3,01	241,23	225,72	31,96	1,95	318 K
Изделия макаронные отварные	150	5,52	4,36	37,99	202,49	0,00	0,10	58,96	0,06	10,03	43,31	7,99	0,81	626
Напиток каркаде	180	0,00	0,00	14,97	59,85	0,07	0,00	0,35	0,00	3,91	5,76	3,08	0,62	PP
Хлеб ржаной	430	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	0,06	0,00	0,00	9,90	58,20	17,10	1,35	PP
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18K
<b>Итого за "Обед"</b>	<b>740</b>	<b>36,84</b>	<b>33,75</b>	<b>123,04</b>	<b>853,07</b>	<b>29,15</b>	<b>0,46</b>	<b>1335,35</b>	<b>3,07</b>	<b>330,94</b>	<b>425,89</b>	<b>108,16</b>	<b>6,23</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1245</b>	<b>52,26</b>	<b>50,77</b>	<b>216,12</b>	<b>1363,99</b>	<b>41,16</b>	<b>0,70</b>	<b>1512,18</b>	<b>6,74</b>	<b>551,53</b>	<b>690,22</b>	<b>172,36</b>	<b>8,86</b>	
Вторник														
Завтрак														
Запеканка манная с творогом со стухнутым молоком	150	24,67	16,47	35,04	391,46	0,80	0,15	145,80	2,01	267,25	326,65	37,96	0,91	239 K
Плоды свежие по сезону	150	0,60	2,60	14,70	70,50	15,00	0,05	62,50	0,00	24,00	16,50	13,50	3,30	338 T
Масло сливочное (порциями)	10	0,50	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	65,30	0,15	1,20	1,90	0,00	0,02	14 T
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18 K
Кофейный напиток злаковый на молоке	200	4,84	3,70	15,60	117,02	1,30	0,07	22,00	-0,03	124,94	136,40	33,52	0,50	418 K
<b>Итого за "Завтрак"</b>	<b>540</b>	<b>32,89</b>	<b>31,26</b>	<b>80,18</b>	<b>724,28</b>	<b>17,10</b>	<b>0,33</b>	<b>295,60</b>	<b>2,19</b>	<b>424,29</b>	<b>506,65</b>	<b>94,88</b>	<b>5,30</b>	
Обед														
Овощи по сезону (огурцы/помидоры свежие или соленые)	60	0,42	0,06	1,14	7,80	6,00	0,02	6,00	0,00	13,50	25,20	8,40	0,54	70 T/71 T
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,36	6,02	23,23	157,18	13,20	0,09	125,58	0,00	12,86	65,79	26,76	0,91	103 T
Тефтели рыбные с соусом	100	10,20	9,80	9,65	185,86	2,52	0,08	47,75	1,40	259,00	132,14	31,23	0,62	470 O
Пюре картофельное	150	3,32	7,22	22,63	160,99	26,70	0,14*	28,83	1,60	42,02	98,94	33,62	1,23	7.4 T 2014
Компот из смеси сухофруктов	180	0,67	0,00	19,19	70,47	23,40	0,18	9,00	0,00	16,47	16,20	10,80	0,75	820 O
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	0,06	0,00	0,00	9,90	58,20	17,10	1,35	PP
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18K
<b>Итого за "Обед"</b>	<b>750</b>	<b>23,23</b>	<b>23,70</b>	<b>100,62</b>	<b>705,00</b>	<b>71,82</b>	<b>0,63</b>	<b>217,16</b>	<b>3,00</b>	<b>360,65</b>	<b>421,67</b>	<b>137,81</b>	<b>5,97</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>950</b>	<b>28,07</b>	<b>27,4</b>	<b>116,22</b>	<b>822,02</b>	<b>73,12</b>	<b>0,7</b>	<b>239,16</b>	<b>3,03</b>	<b>485,59</b>	<b>558,07</b>	<b>171,33</b>	<b>6,47</b>	

Среды	I неделя							Завтрак							Итого за день	Итого за неделю	2026 К
	150	8,19	12,92	36,73	233,98	0,43	0,11	140,00	2,01	114,05	100,93	12,87	1,03				
Макароны запеченные с сыром и сливочным маслом	150	8,19	12,92	36,73	233,98	0,43	0,11	140,00	2,01	114,05	100,93	12,87	1,03	226 К			
Йогурт	95	3,00	2,40	4,20	50,40	11,50	0,03	0,01	0,00	117,80	90,30	14,25	0,10	ПР			
Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00	0,00	0,12	0,00	0,00	13,80	50,40	19,80	1,14	18 К			
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	59,85	0,07	0,00	0,35	0,00	3,91	5,76	3,08	0,62	420 К			
<b>Итого за "Завтрак"</b>	<b>505</b>	<b>15,75</b>	<b>15,80</b>	<b>85,42</b>	<b>485,23</b>	<b>12,00</b>	<b>0,26</b>	<b>140,36</b>	<b>2,01</b>	<b>249,56</b>	<b>247,39</b>	<b>50,00</b>	<b>2,89</b>				
<b>Обед</b>																	
Винегрет	60	0,96	6,11	19,50	80,90	6,52	0,03	126,86	0,00	13,89	28,44	12,32	0,57	20 К			
Суп картофельный с горохом	200	4,70	4,44	35,80	120,68	9,20	0,18	161,52	0,00	29,25	85,41	30,61	2,00	132 К			
Гуляш из мяса птицы	100	13,82	7,19	3,35	110,20	1,20	0,05	57,60	3,18	252,92	103,49	51,13	0,92	311 К			
Гречка отварная рассыпчатая	150	6,32	5,36	28,56	187,51	0,00	0,20	30,38	0,07	11,93	149,99	99,98	3,37	627 О			
Напиток из цитрусовых	180	0,11	0,02	20,41	83,77	6,12	0,00	0,00	0,00	5,31	0,00	1,57	0,12	480			
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	0,06	0,00	0,00	9,90	58,20	17,10	1,35	ПР			
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18К			
<b>Итого за 'Обед'</b>	<b>750</b>	<b>30,17</b>	<b>23,72</b>	<b>132,40</b>	<b>705,76</b>	<b>23,04</b>	<b>0,58</b>	<b>376,36</b>	<b>3,25</b>	<b>330,10</b>	<b>450,73</b>	<b>222,61</b>	<b>8,90</b>				
<b>Итого за день</b>	<b>1255</b>	<b>45,92</b>	<b>39,52</b>	<b>217,82</b>	<b>1190,99</b>	<b>35,04</b>	<b>0,839</b>	<b>516,72</b>	<b>5,26</b>	<b>579,66</b>	<b>698,12</b>	<b>272,61</b>	<b>11,785</b>				
<b>Четверг</b>																	
<b>Завтрак</b>																	
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	205,00	5,57	8,67	26,39	206,41	1,01	0,14	57,29	0,12	108,26	158,69	45,28	1,07	196 К			
Горячий бутерброд с сыром	50,00	8,80	10,52	17,20	185,20	10,32	0,12	102,54	2,05	139,50	101,15	15,92	0,75	3 Т			
Хлеб пшеничный	50,00	3,80	0,40	24,60	117,50	0,00	0,06	0,00	0,00	11,50	25,20	16,50	0,95	18К			
Кофейный напиток злаковый на молоке	200,00	4,84	3,70	15,60	117,02	1,30	0,07	22,00	0,03	124,94	136,40	33,52	0,50	418 К			
<b>Итого за "Завтрак"</b>	<b>505,00</b>	<b>23,01</b>	<b>23,29</b>	<b>83,79</b>	<b>626,13</b>	<b>12,63</b>	<b>0,39</b>	<b>181,83</b>	<b>2,20</b>	<b>384,20</b>	<b>421,44</b>	<b>111,22</b>	<b>3,27</b>				
<b>Обед</b>																	
Салат "Степной"	60	0,85	9,10	8,50	103,53	5,34	0,03	101,12	0,00	185,90	28,86	11,57	0,43	106 К			
Борщ с капустой и картофелем	200	1,34	4,12	9,36	80,18	14,12	0,04	169,69	0,00	26,34	37,34	17,87	0,86	82 Т 2015			
Плов куриный	240	24,42	13,22	46,57	397,11	5,00	0,17	283,56	3,03	90,10	247,97	110,76	2,14	592 О 2022			
Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	11,39	61,89	180,00	0,01	147,06	0,00	10,88	3,06	3,06	0,55	11.17 Т 2010			
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	0,06	0,00	0,00	9,90	58,20	17,10	1,35	ПР			
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18К			
<b>Итого за 'Обед'</b>	<b>740</b>	<b>31,48</b>	<b>27,29</b>	<b>100,60</b>	<b>765,41</b>	<b>204,46</b>	<b>0,37</b>	<b>701,43</b>	<b>3,03</b>	<b>330,02</b>	<b>400,63</b>	<b>170,26</b>	<b>5,90</b>				
<b>Итого за день</b>	<b>1245</b>	<b>54,49</b>	<b>50,58</b>	<b>184,39</b>	<b>1391,54</b>	<b>217,09</b>	<b>0,76</b>	<b>883,26</b>	<b>5,23</b>	<b>714,22</b>	<b>822,07</b>	<b>281,48</b>	<b>9,17</b>				
<b>Пятница</b>																	
<b>Завтрак</b>																	
Каша вязкая молочная рисовая с маслом сливочным	205	6,11	6,33	44,65	260,76	1,30	0,08	48,77	0,09	124,32	159,04	36,75	1,10	190 Т			
Сыр (порциями)	20	6,96	8,85	0,00	109,20	0,21	0,12	86,40	0,81	264,00	150,00	10,50	0,30	15 Т			
Кондитерское изделие	30	1,17	9,18	18,72	162,60	12,50	0,02	24,00	1,10	19,77	25,17	3,63	0,21	ПР			
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,00	0,06	0,00	0,00	11,50	25,20	16,50	0,95	18К			
Чай с лимоном и с сахаром	200	0,03	0,00	10,10	41,26	1,60	0,00	0,43	0,00	5,37	6,65	3,56	0,63	423 К			
<b>Итого за "Завтрак"</b>	<b>505</b>	<b>18,07</b>	<b>24,76</b>	<b>98,07</b>	<b>691,32</b>	<b>15,61</b>	<b>0,28</b>	<b>159,60</b>	<b>2,00</b>	<b>424,96</b>	<b>366,06</b>	<b>70,94</b>	<b>3,19</b>				

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

...е циклическое меню для организации горячего питания обучающихся в муниципальных общеобразовательных учреждениях  
...отный рацион) 1-4 класс

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Витамины				Минеральные элементы (мг)				№ рецептуры
		всего		всего				С	В1	А	D	Ca	P	Mg	Fe	
		всего	всего													
<b>Понедельник</b>																
<b>Завтрак</b>																
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	205	5,82	6,35	29,33	198,33	1,61	0,15	44,83	0,08	102,43	142,53	36,43	0,93	199 К		
Бутерброд с сыром	50	8,80	10,52	17,20	185,20	10,32	0,12	102,54	2,05	139,50	101,15	15,92	0,75	3 Т		
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,00	0,06	0,00	0,00	11,50	25,20	16,50	0,95	18К		
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	59,85	0,07	0,00	0,35	0,00	3,91	5,76	3,08	0,62	420 К		
<b>Итого за "Завтрак"</b>	<b>505</b>	<b>18,42</b>	<b>17,27</b>	<b>86,10</b>	<b>560,88</b>	<b>12,00</b>	<b>0,33</b>	<b>147,72</b>	<b>2,13</b>	<b>257,34</b>	<b>274,64</b>	<b>71,93</b>	<b>3,25</b>			
<b>Обед</b>																
Салат из моркови и яблок с растительным маслом	60	0,60	6,10	7,50	89,00	4,20	0,01	91,80	0,00	24,60	22,20	9,00	0,42	22 П2021		
Суп картофельный с крупой рисовой	200	4,14	4,47	41,20	172,56	19,20	0,15	69,50	0,00	20,08	84,79	34,10	1,46	136 К/487К		
Гуляш из мяса птицы	100	13,82	7,19	3,35	110,20	1,20	0,05	57,60	3,18	252,92	103,49	51,13	0,92	311 К		
Гречка отварная рассыпчатая	150	6,32	5,36	28,56	187,51	0,00	0,20	30,38	0,07	11,93	149,99	99,98	3,37	627 О		
Напиток каркаде	180	0,00	0,00	14,97	59,85	0,07	0,00	0,35	0,00	3,91	5,76	3,08	0,62	ПР		
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	0,06	0,00	0,00	9,90	58,20	17,10	1,35	ПР		
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18К		
<b>Итого за "Обед"</b>	<b>750</b>	<b>29,14</b>	<b>23,72</b>	<b>120,36</b>	<b>741,82</b>	<b>24,67</b>	<b>0,53</b>	<b>249,63</b>	<b>3,25</b>	<b>330,24</b>	<b>449,63</b>	<b>224,29</b>	<b>8,71</b>			
<b>Итого за день</b>	<b>1255</b>	<b>47,56</b>	<b>40,99</b>	<b>206,46</b>	<b>1302,7</b>	<b>36,67</b>	<b>0,86</b>	<b>397,35</b>	<b>5,38</b>	<b>587,58</b>	<b>724,27</b>	<b>296,22</b>	<b>11,96</b>			
<b>Вторник</b>																
<b>Завтрак</b>																
Омлет натуральный	150	15,61	16,54	2,97	223,37	0,59	0,10	321,99	2,53	117,63	257,36	19,88	2,87	232 К		
Горошек зеленый консервированный	20	1,55	0,10	3,25	20,00	3,90	0,04	38,00	0,00	10,00	31,50	9,50	0,65	20 К		
Масло сливочное (порциями)	10	0,50	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	65,30	0,15	1,20	1,90	0,00	0,02	14 Т		
Кондитерское изделие	60	2,34	18,36	37,44	325,20	25,00	0,04	48,00	2,20	39,54	50,34	7,26	0,42	ПР		
Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00	0,00	0,12	0,00	0,00	13,80	50,40	19,80	1,14	18 К		
Кофейный напиток злаковый на молоке	200	4,84	3,70	15,60	117,02	1,30	0,07	22,00	0,03	124,94	136,40	33,52	0,50	418 К		
<b>Итого за "Завтрак"</b>	<b>500</b>	<b>29,40</b>	<b>47,43</b>	<b>88,86</b>	<b>901,39</b>	<b>30,79</b>	<b>0,37</b>	<b>495,29</b>	<b>4,91</b>	<b>307,11</b>	<b>527,90</b>	<b>89,96</b>	<b>5,60</b>			
<b>Обед</b>																
Овощи по сезону (огурцы/помидоры свежие или соленые)	60	0,42	0,06	1,14	6,60	6,00	0,02	6,00	0,00	13,50	25,20	8,40	0,54	70 Т/71 Т		
Борщ с капустой и картофелем	200	1,34	4,12	9,36	80,18	14,12	0,04	169,69	0,00	26,34	37,34	17,87	0,86	82 Т 2015		
Шницель рыбный с соусом	100	12,74	14,69	10,60	216,67	3,56	0,18	49,78	2,97	259,00	202,91	45,66	1,34	310		
Рис отварной	150	3,69	4,24	38,88	208,48	0,00	0,04	29,38	0,07	4,74	79,61	26,25	0,53	342 К		
Компот из смеси сухофруктов	180	0,67	0,00	19,19	70,47	23,40	0,18	9,00	0,00	16,47	16,20	10,80	0,75	820 О		
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	0,06	0,00	0,00	9,90	58,20	17,10	1,35	ПР		
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18К		
<b>Итого за "Обед"</b>	<b>750</b>	<b>23,12</b>	<b>23,71</b>	<b>103,95</b>	<b>705,10</b>	<b>47,08</b>	<b>0,58</b>	<b>263,85</b>	<b>3,04</b>	<b>336,85</b>	<b>444,66</b>	<b>135,98</b>	<b>5,94</b>			
<b>Итого за день</b>	<b>1250</b>	<b>52,52</b>	<b>71,14</b>	<b>192,81</b>	<b>1606,49</b>	<b>77,87</b>	<b>0,95</b>	<b>759,14</b>	<b>7,95</b>	<b>643,96</b>	<b>972,56</b>	<b>225,94</b>	<b>11,54</b>			

		2 неделя												
		Завтрак												
Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	210	6,24	6,26	33,38	215,68	10,84	0,09	49,32	0,09	132,25	120,32	20,17	0,46	350 O
Блинчики с повидлом	60	3,14	5,72	20,95	113,38	0,47	0,04	70,77	1,87	66,63	52,61	8,17	0,55	ПР
Хлеб пшеничный	30	3,80	0,40	24,60	117,50	0,00	0,10	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	0,95	18K
Какао-напиток на молоке	200	3,58	3,48	14,62	105,46	1,17	0,04	19,92	0,05	113,42	107,20	29,60	1,17	415 K
<b>Итого за "Завтрак"</b>	<b>500</b>	<b>16,76</b>	<b>15,86</b>	<b>93,55</b>	<b>552,02</b>	<b>12,48</b>	<b>0,27</b>	<b>140,01</b>	<b>2,01</b>	<b>323,80</b>	<b>322,13</b>	<b>74,44</b>	<b>3,13</b>	
<b>Обед</b>														
Салат "Витаминный"	60	0,63	9,08	6,22	109,91	13,08	0,02	51,64	0,00	17,15	14,00	8,02	0,55	43 K
Рассольник "Ленинградский"	200	1,75	4,06	12,96	96,20	12,86	0,07	65,80	0,00	13,08	54,90	19,80	0,74	96 T
Котлеты рубленая из птицы	90	24,34	21,51	34,73	343,67	2,62	0,16	51,52	3,01	241,23	225,72	31,96	1,95	318 K
Капуста тушеная	150	3,24	5,14	10,44	103,00	70,80	0,06	177,93	3,02	81,11	64,88	32,88	1,18	181 K
Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	11,39	61,89	180,00	0,01	147,06	0,00	10,88	3,06	3,06	0,55	11.17 T 2010
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	0,06	0,00	0,00	9,90	58,20	17,10	1,35	ПР
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18K
<b>Итого за 'Обед'</b>	<b>740</b>	<b>34,83</b>	<b>40,64</b>	<b>100,52</b>	<b>837,37</b>	<b>279,36</b>	<b>0,44</b>	<b>493,95</b>	<b>6,03</b>	<b>380,25</b>	<b>445,96</b>	<b>122,72</b>	<b>6,89</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1240</b>	<b>51,59</b>	<b>56,50</b>	<b>194,07</b>	<b>1389,39</b>	<b>291,84</b>	<b>0,71</b>	<b>633,96</b>	<b>8,04</b>	<b>704,05</b>	<b>768,09</b>	<b>197,16</b>	<b>10,02</b>	
<b>Четверг</b>														
		2 неделя												
		Завтрак												
Каша молочная гречневая жидкая	205	12,53	12,97	32,68	269,18	2,35	0,20	77,60	2,15	225,28	257,59	88,50	2,34	469 K
Плоды свежие по сезону	150	0,60	2,60	14,70	70,50	15,00	0,05	62,50	0,00	24,00	16,50	13,50	3,30	338 T
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18K
Кисель плодово - ягодный	200	0,00	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,40	0,00	0,00	0,02	11.4 T 2010
<b>Итого за "Завтрак"</b>	<b>585</b>	<b>15,41</b>	<b>15,81</b>	<b>77,14</b>	<b>470,18</b>	<b>17,35</b>	<b>0,31</b>	<b>140,10</b>	<b>2,15</b>	<b>259,58</b>	<b>299,29</b>	<b>111,90</b>	<b>6,23</b>	
		Обед												
Салат из припущенной капусты с растительным маслом	60	0,93	3,05	5,63	54,30	21,60	0,02	121,42	0,00	26,94	18,55	10,00	0,35	45 T
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,36	2,53	16,66	107,18	13,20	0,09	69,38	0,00	12,86	65,79	26,76	0,91	103 T
Рагу из мяса птицы	240	21,18	17,72	34,29	350,37	26,35	0,21	498,48	3,05	257,93	223,92	102,74	2,58	598 O
Компот из смеси сухофруктов	180	0,67	0,00	19,19	70,47	23,40	0,18	9,00	0,00	16,47	16,20	10,80	0,75	820 O
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	0,06	0,00	0,00	9,90	58,20	17,10	1,35	ПР
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18K
<b>Итого за 'Обед'</b>	<b>740</b>	<b>31,40</b>	<b>23,90</b>	<b>100,55</b>	<b>705,02</b>	<b>84,55</b>	<b>0,62</b>	<b>698,28</b>	<b>3,05</b>	<b>331,00</b>	<b>407,86</b>	<b>177,30</b>	<b>6,51</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1325</b>	<b>46,81</b>	<b>39,71</b>	<b>177,69</b>	<b>1175,20</b>	<b>101,90</b>	<b>0,93</b>	<b>838,38</b>	<b>5,20</b>	<b>590,58</b>	<b>707,15</b>	<b>289,20</b>	<b>12,74</b>	
<b>Пятница</b>														
		2 неделя												
		Завтрак												
Биточки рубленые куриные с томатным соусом	100	13,96	11,09	11,48	132,37	10,50	0,09	80,63	2,01	193,20	144,85	51,70	1,13	309/363 K
Изделия макаронные отварные	150	5,52	4,36	37,99	202,49	0,00	0,10	58,96	0,06	10,03	43,31	7,99	0,81	626
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,00	0,06	0,00	0,00	11,50	25,20	16,50	0,95	18K
Чай с лимоном и с сахаром	200	0,03	0,00	10,10	41,26	1,60	0,00	0,43	0,00	5,37	6,65	3,56	0,63	423 K
<b>Итого за "Завтрак"</b>	<b>500</b>	<b>23,31</b>	<b>15,85</b>	<b>84,17</b>	<b>493,62</b>	<b>12,10</b>	<b>0,25</b>	<b>140,02</b>	<b>2,07</b>	<b>220,10</b>	<b>220,01</b>	<b>79,75</b>	<b>3,52</b>	

## Обед

из свеклы отварной с маслом растительным	60	0,85	3,05	16,85	50,91	5,70	0,01	1,14	3,03	21,09	24,57	12,54	0,79	52 Т
Суп картофельный с горохом	200	4,70	4,44	35,80	120,68	9,20	0,18	161,52	0,00	29,25	85,41	30,61	2,00	132 К
Голубцы ленивые	100	10,21	8,57	7,36	165,97	23,17	0,06	28,50	0,04	215,55	92,42	19,80	1,01	315 Т
Пюре картофельное	150	3,32	7,22	22,63	160,99	26,70	0,14	28,83	1,60	42,02	98,94	33,62	1,23	7.4 Т 2014
Напиток из цитрусовых	180	0,11	0,02	20,41	83,77	6,12	0,01	0,58	0,00	5,31	2,83	1,57	0,12	480 К
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	0,06	0,00	0,00	9,90	58,20	17,10	1,35	ПР
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,06	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,57	18К
<b>Итого за 'Обед '</b>	<b>750</b>	<b>23,45</b>	<b>23,90</b>	<b>127,83</b>	<b>705,02</b>	<b>70,89</b>	<b>0,52</b>	<b>220,57</b>	<b>4,67</b>	<b>330,02</b>	<b>387,57</b>	<b>125,14</b>	<b>7,07</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1250</b>	<b>46,76</b>	<b>39,75</b>	<b>212,00</b>	<b>1198,64</b>	<b>82,99</b>	<b>0,77</b>	<b>360,59</b>	<b>6,74</b>	<b>550,12</b>	<b>607,58</b>	<b>204,89</b>	<b>10,59</b>	