

# МЕНЮ ОСНОВНОГО ОРГАНИЗОВАННОГО ПИТАНИЯ

для учащихся от 12 лет и старше

(на период распространения энтеровирусной инфекции)

2025-2026

Св-во №5910 от 26.06.2000г.  
г. Калининграда  
ИНН 390800524947  
Р/с 40802810720230101167  
БИК 042748634  
Калининградское ОСБ №8626 Россия  
Регистр. номер 304390519400185



№	Наименование блюд	рецептур ы	Выход, г	Пищевые вещества (г)			ценность, ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1	С	А	Е	Са	Р		
<b>01 день понедельник (1)</b>															
<i>Завтрак</i>															
1	Каша рисовая молочная с маслом 1/220	1721	220	5,214	7,453	35,727	230,836	0,113	1,216	0,045	0,330	135,405	195,198	52,573	0,849
2	Хлеб пшеничный с сыром 20/20	3112	40	6,560	5,240	10,400	115,000	0,088	0,140	0,042	0,118	200,025	120,026	19,200	0,720
3	Кофейный напиток с молоком 1/200	1713	200	1,814	1,512	19,529	98,976	0,000	0,785	0,014	0,007	79,936	54,897	10,040	0,114
4	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	-/-	100	0,650	0,100	8,950	39,300	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>560</b>	<b>14,238</b>	<b>14,304</b>	<b>74,606</b>	<b>484,113</b>	<b>0,236</b>	<b>37,140</b>	<b>0,102</b>	<b>0,655</b>	<b>440,365</b>	<b>387,121</b>	<b>92,813</b>	<b>2,933</b>

<i>Обед</i>															
1	Суп с рисом и томатом на бульоне 1/250	1275	250	5,539	8,110	21,747	182,139	0,118	8,943	0,007	2,513	36,780	90,905	34,673	1,212
2	Биточек мясной запеченный в соусе 1/90	1183	90	10,906	15,222	13,458	234,458	0,357	0,959	0,048	2,687	13,281	70,833	17,185	1,156
3	Макароны отварные с маслом 1/180	1669	180	8,281	5,437	55,165	302,715	0,135		0,025	1,722	23,150	71,987	13,064	1,329
4	Кисель фруктово-ягодный 1/180	1670	180	0,065		28,548	114,451					7,582	0,005	1,620	0,033
5	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,082			0,038	0,025	0,026	8,200	0,720
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,040			0,460	6,600	38,800	11,400	0,900
<b>Итого:</b>			<b>740</b>	<b>27,192</b>	<b>29,169</b>	<b>139,718</b>	<b>930,163</b>	<b>0,733</b>	<b>9,901</b>	<b>0,081</b>	<b>7,421</b>	<b>87,417</b>	<b>272,556</b>	<b>86,142</b>	<b>5,351</b>
<b>Всего:</b>				<b>41,430</b>	<b>43,473</b>	<b>214,324</b>	<b>1 414,276</b>	<b>0,969</b>	<b>47,042</b>	<b>0,182</b>	<b>8,076</b>	<b>527,782</b>	<b>659,677</b>	<b>178,955</b>	<b>8,284</b>

<b>02 день вторник (1)</b>															
<i>Завтрак</i>															
1	Жаркое по-домашнему с мясом 1/220	1728	220	18,281	23,588	32,901	417,020	0,685	38,115	0,352	4,154	43,661	219,398	62,845	2,703
2	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,082			0,038	0,025	0,026	8,200	0,720
3	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	404	205	0,165	0,036	15,191	61,746	0,020	2,060	0,000	0,010	14,528	6,050	5,264	0,569
4	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	-/-	100	0,650	0,100	8,950	39,300	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>545</b>	<b>20,296</b>	<b>23,924</b>	<b>67,443</b>	<b>566,266</b>	<b>0,823</b>	<b>75,175</b>	<b>0,352</b>	<b>4,402</b>	<b>83,214</b>	<b>242,474</b>	<b>87,309</b>	<b>5,243</b>

*Обед*

1	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	1439	250	5,082	8,679	13,516	152,505	0,061	8,568	0,215	2,500	57,743	55,042	27,485	1,491
2	Мясо курицы тушеное в соусе 1/90	1255	90	15,875	12,092	2,574	182,625	0,052	1,799	0,090	1,176	13,349	114,503	57,064	0,996
3	Каша гречневая с маслом 1/130	1680	180	8,253	6,143	42,928	260,007	0,272		0,025	4,253	26,406	190,984	127,681	4,287
4	Компот из изюма 1/200	1201	200	0,495		26,220	106,860	0,030				21,000	19,356	8,200	0,497
5	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,082			0,038	0,025	0,026	8,200	0,720
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,040			0,460	6,600	38,800	11,400	0,900
<b>Итого:</b>			<b>760</b>	<b>32,105</b>	<b>27,314</b>	<b>106,038</b>	<b>798,397</b>	<b>0,537</b>	<b>20,367</b>	<b>0,330</b>	<b>8,426</b>	<b>125,122</b>	<b>418,711</b>	<b>240,030</b>	<b>8,391</b>
<b>Всего:</b>				<b>52,401</b>	<b>51,237</b>	<b>173,481</b>	<b>1 364,663</b>	<b>1,359</b>	<b>95,541</b>	<b>0,682</b>	<b>12,828</b>	<b>208,337</b>	<b>661,184</b>	<b>327,339</b>	<b>14,134</b>

**03 день среда (1)**

**Завтрак**

1	Омлет с сыром 1/180	1425	180	18,287	25,226	2,019	308,254	0,075	0,492	0,292	5,829	276,015	325,351	26,460	2,561
2	Хлеб пшеничный 1/30	653	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,123			0,057	0,038	0,039	12,300	1,080
3	Кофейный напиток с молоком 1/200	1713	200	1,814	1,512	19,529	98,976	0,000	0,785	0,014	0,007	79,936	54,897	10,040	0,114
4	Фрукты свежие по сезону (v) 1/100	-/-	100	0,650	0,100	8,950	39,300	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>510</b>	<b>22,552</b>	<b>27,137</b>	<b>46,097</b>	<b>518,831</b>	<b>0,233</b>	<b>36,277</b>	<b>0,306</b>	<b>6,093</b>	<b>380,988</b>	<b>397,287</b>	<b>59,800</b>	<b>5,004</b>

**Обед**

1	Суп картофельный с вермишелью на бульоне 1/250	1587	250	5,647	8,077	16,731	162,202	0,080	9,053	0,207	2,650	33,218	46,268	18,860	1,036
2	Котлета рыбная запеченная в белом соусе 1/90	1766	90	10,432	9,395	20,311	207,525	0,109	0,853	0,030	2,545	28,567	115,527	26,612	1,012
3	Картофельное пюре с маслом 1/180	1720	180	4,084	5,885	27,528	179,413	0,193	32,463	0,031	0,224	56,592	120,665	41,130	1,537
4	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	116	180	0,000	0,000	20,160	80,642	0,036	1,620		0,018	12,600	12,600	7,200	2,520
5	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,082			0,038	0,025	0,026	8,200	0,720
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,040			0,460	6,600	38,800	11,400	0,900
<b>Итого:</b>			<b>740</b>	<b>22,564</b>	<b>23,757</b>	<b>105,530</b>	<b>726,183</b>	<b>0,540</b>	<b>43,989</b>	<b>0,268</b>	<b>5,935</b>	<b>137,601</b>	<b>333,886</b>	<b>113,402</b>	<b>7,725</b>
<b>Всего:</b>				<b>45,115</b>	<b>50,894</b>	<b>151,627</b>	<b>1 245,014</b>	<b>0,774</b>	<b>80,265</b>	<b>0,574</b>	<b>12,028</b>	<b>518,589</b>	<b>731,173</b>	<b>173,202</b>	<b>12,729</b>

**04 день четверг (1)**

**Завтрак**

1	Котлета мясная запеченная в соусе 1/90	1772	90	10,906	15,222	13,458	234,458	0,357	0,959	0,048	2,687	13,281	70,833	17,185	1,156
2	Макароны отварные с маслом 1/180	1669	180	8,281	5,437	55,165	302,715	0,135		0,025	1,722	23,150	71,987	13,064	1,329
3	Чай заварной с сахаром 1/200	1675	200	0,120	0,031	15,041	60,921	0,000	0,060	0,000		12,528	4,950	4,664	0,539
4	Хлеб пшеничный 1/30	653	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,123			0,057	0,038	0,039	12,300	1,080
<b>Итого:</b>			<b>500</b>	<b>21,107</b>	<b>20,990</b>	<b>99,264</b>	<b>670,394</b>	<b>0,616</b>	<b>1,019</b>	<b>0,074</b>	<b>4,467</b>	<b>48,996</b>	<b>147,809</b>	<b>47,213</b>	<b>4,105</b>

**Обед**

1	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	1442	250	5,122	8,689	10,351	140,095	0,068	29,068	0,215	2,495	57,768	50,042	24,635	1,149
2	Плов с курицей 1/220	1443	220	18,594	18,374	46,174	424,442	0,246	3,670	0,352	4,532	49,830	299,753	123,728	2,285
3	Компот из ягод з/м 1/180	1658	180	0,144		15,318	61,848	0,011	1,800		0,108	11,700	3,605	3,330	0,133
4	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,082			0,038	0,025	0,026	8,200	0,720
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,060			0,690	9,900	58,200	17,100	1,350
<b>Итого:</b>			<b>700</b>	<b>26,861</b>	<b>27,564</b>	<b>97,842</b>	<b>746,885</b>	<b>0,467</b>	<b>34,537</b>	<b>0,567</b>	<b>7,863</b>	<b>129,223</b>	<b>411,627</b>	<b>176,993</b>	<b>5,636</b>
<b>Всего:</b>				<b>47,968</b>	<b>48,553</b>	<b>197,107</b>	<b>1 417,278</b>	<b>1,083</b>	<b>35,556</b>	<b>0,640</b>	<b>12,329</b>	<b>178,218</b>	<b>559,436</b>	<b>224,206</b>	<b>9,741</b>

**05 день пятница (1)**

**Завтрак**

1	Запеканка из творога с кисельным ягодным соусом 1/100/50	1755	150	16,334	11,772	40,422	332,970	2,145	1,684	0,055	1,862	153,226	210,186	24,485	0,695
2	Хлеб пшеничный 1/50	-/-	50	3,000	0,500	26,000	120,500	0,205			0,095	0,063	0,065	20,500	1,800
3	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	404	205	0,165	0,036	15,191	61,746	0,020	2,060	0,000	0,010	14,528	6,050	5,264	0,569
4	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	-/-	100	0,650	0,100	8,950	39,300	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>505</b>	<b>20,149</b>	<b>12,408</b>	<b>90,563</b>	<b>554,516</b>	<b>2,405</b>	<b>38,744</b>	<b>0,055</b>	<b>2,167</b>	<b>192,817</b>	<b>233,301</b>	<b>61,249</b>	<b>4,314</b>

**Обед**

1	Суп гороховый на бульоне 1/250	1764	250	9,197	8,289	19,656	190,015	0,236	11,553	0,207	2,540	53,968	108,442	40,885	2,309
2	Тефтели мясная в соусе 1/90	134	90	10,727	13,461	11,051	208,257	0,344	1,239	0,048	1,896	17,287	97,337	20,030	0,918
3	Картофельное пюре с маслом 1/180	1720	180	4,084	5,885	27,528	179,415	0,193	32,463	0,031	0,224	56,592	120,665	41,130	1,537
4	Компот из яблок 1/180	1690	180	0,072		15,264	61,344	0,005	1,800		0,036	10,980	1,985	3,330	0,439
5	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,082			0,038	0,025	0,026	8,200	0,720
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,040			0,460	6,600	38,800	11,400	0,900
<b>Итого:</b>			<b>740</b>	<b>26,481</b>	<b>28,034</b>	<b>94,299</b>	<b>735,429</b>	<b>0,900</b>	<b>47,054</b>	<b>0,286</b>	<b>5,193</b>	<b>145,452</b>	<b>367,255</b>	<b>124,975</b>	<b>6,822</b>
<b>Всего:</b>				<b>46,630</b>	<b>40,442</b>	<b>184,862</b>	<b>1 289,945</b>	<b>3,305</b>	<b>85,798</b>	<b>0,341</b>	<b>7,360</b>	<b>338,268</b>	<b>600,556</b>	<b>186,224</b>	<b>11,136</b>

**06 день понедельник (2)**

**Завтрак**

1	Каша овсяная молочная с маслом 1/220	1694	220	7,161	9,103	31,767	237,634	0,149	1,216	0,045	1,122	139,365	195,198	56,863	1,344
2	Хлеб пшеничный с сыром 20/20	3112	40	6,560	5,240	10,400	115,000	0,088	0,140	0,042	0,118	200,025	120,026	19,200	0,720
3	Кофейный напиток с молоком 1/200	1713	200	1,814	1,512	19,529	98,976	0,000	0,785	0,014	0,007	79,936	54,897	10,040	0,114
4	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	-/-	100	0,650	0,100	8,950	39,300	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>560</b>	<b>16,185</b>	<b>15,954</b>	<b>70,646</b>	<b>490,911</b>	<b>0,273</b>	<b>37,140</b>	<b>0,102</b>	<b>1,447</b>	<b>444,325</b>	<b>387,121</b>	<b>97,103</b>	<b>3,428</b>

**Обед**

1	Суп картофельный с рисом на бульоне 1/250	1441	250	5,307	8,089	17,856	165,455	0,108	11,553	0,207	2,480	45,293	77,318	31,885	1,231
---	---	------	-----	-------	-------	--------	---------	-------	--------	-------	-------	--------	--------	--------	-------

2	Рагу овощное с мясом 1/220	1731	220	18,183	23,353	26,734	389,847	0,017	42,200	0,220					
3	Кисель фруктово-ягодный 1/180	1670	180	0,065		28,548	114,451				7,582	0,005	1,620	0,033	
4	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,082			0,038	0,025	0,026	8,200	0,720
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,060			0,690	9,900	58,200	17,100	1,350
<b>Итого:</b>			<b>700</b>	<b>26,555</b>	<b>31,942</b>	<b>99,138</b>	<b>790,253</b>	<b>0,867</b>	<b>61,539</b>	<b>0,735</b>	<b>7,477</b>	<b>132,383</b>	<b>332,465</b>	<b>118,029</b>	<b>5,871</b>
<b>Всего:</b>				<b>42,740</b>	<b>47,896</b>	<b>169,784</b>	<b>1 281,163</b>	<b>1,139</b>	<b>98,679</b>	<b>0,837</b>	<b>8,925</b>	<b>576,708</b>	<b>719,586</b>	<b>215,132</b>	<b>9,299</b>

**07 день вторник (3)**

<b>Завтрак</b>															
1	Биточек кузинный запеченный в соусе 1/90	1432	90	12,292	12,942	12,962	217,494	0,055	1,715	0,048	3,062	15,659	89,507	41,797	0,938
2	Рис отварной с маслом 1/180	1700	180	4,536	5,198	49,228	261,834	0,215		0,025	0,567	49,536	209,891	77,101	1,392
3	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	404	205	0,165	0,036	15,191	61,746	0,020	2,060	0,000	0,010	14,528	6,050	5,264	0,569
4	Хлеб пшеничный 1/30	653	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,123			0,057	0,038	0,039	12,300	1,080
<b>Итого:</b>			<b>505</b>	<b>18,793</b>	<b>18,475</b>	<b>92,982</b>	<b>613,374</b>	<b>0,413</b>	<b>3,775</b>	<b>0,074</b>	<b>3,696</b>	<b>79,760</b>	<b>305,487</b>	<b>136,462</b>	<b>3,979</b>

<b>Обед</b>															
1	Рассольник Ленинградский с сметаной на бульоне 1/250	1438	250	5,772	8,849	18,651	177,335	0,098	12,843	0,222	2,850	43,263	85,812	27,945	1,359
2	Макаронник с курицей 1/220	1509		21,565	22,644	43,629	464,573	0,162	3,301	0,176	6,894	38,745	175,754	70,693	2,195
3	Компот из яблок 1/180	1201	180	0,446		23,598	96,174	0,027				18,900	17,420	7,380	0,448
4	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,082			0,038	0,025	0,026	8,200	0,720
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,060			0,690	9,900	58,200	17,100	1,350
<b>Итого:</b>			<b>480</b>	<b>30,783</b>	<b>31,993</b>	<b>111,878</b>	<b>858,582</b>	<b>0,428</b>	<b>16,143</b>	<b>0,398</b>	<b>10,473</b>	<b>110,833</b>	<b>337,212</b>	<b>131,318</b>	<b>6,072</b>
<b>Всего:</b>				<b>49,576</b>	<b>50,468</b>	<b>204,860</b>	<b>1 471,956</b>	<b>0,842</b>	<b>19,918</b>	<b>0,472</b>	<b>14,169</b>	<b>190,593</b>	<b>642,698</b>	<b>267,779</b>	<b>10,051</b>

**08 день среда (2)**

<b>Завтрак</b>															
1	Омлет с сыром 1/180	1425	180	18,287	25,226	2,019	308,254	0,075	0,492	0,292	5,829	276,015	325,351	26,460	2,561
2	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,082			0,038	0,025	0,026	8,200	0,720
3	Кофейный напиток с молоком 1/200	1713	200	1,814	1,512	19,529	98,976	0,000	0,785	0,014	0,007	79,936	54,897	10,040	0,114
4	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	-/-	100	0,650	0,100	8,950	39,300	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>500</b>	<b>21,953</b>	<b>27,037</b>	<b>40,897</b>	<b>494,731</b>	<b>0,192</b>	<b>36,277</b>	<b>0,306</b>	<b>6,074</b>	<b>380,975</b>	<b>397,274</b>	<b>55,700</b>	<b>4,644</b>

<b>Обед</b>															
1	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	1442	250	5,122	8,689	10,351	140,095	0,068	29,068	0,215	2,495	57,768	50,042	24,635	1,149
2	Жаркое по-домашнему с курицей 1/220	1702	220	18,209	18,528	31,962	367,440	0,271	38,870	0,352	4,268	43,089	221,761	99,625	2,726
3	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	116	180	0,000	0,000	20,160	80,642	0,036	1,620		0,018	12,600	12,600	7,200	2,520
4	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,082			0,038	0,025	0,026	8,200	0,720

5	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,060			0,690	9,900	58,200	17,100	1,350
<b>Итого:</b>			<b>700</b>	<b>26,332</b>	<b>27,718</b>	<b>88,472</b>	<b>708,677</b>	<b>0,516</b>	<b>69,557</b>	<b>0,567</b>	<b>7,509</b>	<b>123,382</b>	<b>342,629</b>	<b>156,760</b>	<b>8,464</b>
<b>Итого:</b>				<b>48,284</b>	<b>54,755</b>	<b>129,370</b>	<b>1 203,408</b>	<b>0,709</b>	<b>105,834</b>	<b>0,873</b>	<b>13,583</b>	<b>504,357</b>	<b>739,903</b>	<b>212,460</b>	<b>13,109</b>

**9 день четверг (2)**

<b>автрак</b>															
1	Биточек мясной запеченный в соусе 1/90	1183	90	10,906	15,222	13,458	234,458	0,357	0,959	0,048	2,687	13,281	70,833	17,185	1,156
2	Макароны отварные с маслом 1/180	1669	180	8,281	5,437	55,165	302,715	0,135		0,025	1,722	23,150	71,987	13,064	1,329
3	Хлеб пшеничный 1/30	653	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,123			0,057	0,038	0,039	12,300	1,080
4	Чай заварной с сахаром 1/200	1675	200	0,120	0,031	15,041	60,921	0,000	0,060	0,000		12,528	4,950	4,664	0,539
<b>Итого:</b>			<b>500</b>	<b>21,107</b>	<b>20,990</b>	<b>99,264</b>	<b>670,394</b>	<b>0,616</b>	<b>1,019</b>	<b>0,074</b>	<b>4,467</b>	<b>48,996</b>	<b>147,809</b>	<b>47,213</b>	<b>4,105</b>

<b>Обед</b>															
1	Суп с рисом и томатом на бульоне 1/250	1275	250	5,539	8,110	21,747	182,139	0,118	8,943	0,007	2,513	36,780	90,905	34,673	1,212
2	Каша гречневая с курицей 1/220	1115	220	22,043	19,335	40,563	424,440	0,296	3,575	0,352	7,749	38,559	284,120	170,531	4,818
3	Компот из ягод з/м 1/180	1658	180	0,144		15,318	61,848	0,011	1,800		0,108	11,700	3,605	3,330	0,133
4	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,082			0,038	0,025	0,026	8,200	0,720
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,060			0,690	9,900	58,200	17,100	1,350
<b>Итого:</b>			<b>700</b>	<b>30,726</b>	<b>27,946</b>	<b>103,628</b>	<b>788,927</b>	<b>0,567</b>	<b>14,318</b>	<b>0,359</b>	<b>11,098</b>	<b>96,964</b>	<b>436,856</b>	<b>233,833</b>	<b>8,233</b>
<b>Всего:</b>				<b>51,833</b>	<b>48,935</b>	<b>202,892</b>	<b>1 459,321</b>	<b>1,183</b>	<b>15,337</b>	<b>0,433</b>	<b>15,565</b>	<b>145,960</b>	<b>584,665</b>	<b>281,046</b>	<b>12,338</b>

**10 день пятница (2)**

<b>Завтрак</b>															
1	Запеканка творожная Золотистая 1/200	1717	200	22,175	21,150	69,380	556,570	0,137	0,450	0,197	1,330	173,118	282,400	32,082	1,570
2	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	404	205	0,165	0,036	15,191	61,746	0,020	2,060	0,000	0,010	14,528	6,050	5,264	0,569
3	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	-/-	100	0,650	0,100	8,950	39,300	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>505</b>	<b>22,990</b>	<b>21,286</b>	<b>93,521</b>	<b>657,616</b>	<b>0,192</b>	<b>37,510</b>	<b>0,197</b>	<b>1,540</b>	<b>212,646</b>	<b>305,450</b>	<b>48,346</b>	<b>3,390</b>

<b>Обед</b>															
1	Суп картофельный с рыбой 1/250	342	250	7,249	5,532	16,626	145,291	0,110	11,553	0,203	2,445	40,068	122,414	31,373	0,980
2	Гуляш из курицы 1/90	1716	90	15,838	12,102	2,619	182,748	0,053	1,576		1,180	10,935	113,374	56,457	1,004
3	Картофельное пюре с маслом 1/180	1720	180	4,084	5,885	27,528	179,413	0,193	32,463	0,031	0,224	56,592	120,665	41,130	1,537
4	Компот из яблок 1/180	1690	180	0,072		15,264	61,344	0,005	1,800		0,036	10,980	1,985	3,330	0,439
5	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,082			0,038	0,025	0,026	8,200	0,720
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,060			0,690	9,900	58,200	17,100	1,350
<b>Итого:</b>			<b>750</b>	<b>30,244</b>	<b>24,019</b>	<b>88,038</b>	<b>689,297</b>	<b>0,504</b>	<b>47,391</b>	<b>0,234</b>	<b>4,613</b>	<b>128,500</b>	<b>416,664</b>	<b>157,590</b>	<b>6,029</b>
<b>Всего:</b>				<b>53,234</b>	<b>45,305</b>	<b>181,559</b>	<b>1 346,913</b>	<b>0,696</b>	<b>84,901</b>	<b>0,431</b>	<b>6,153</b>	<b>341,146</b>	<b>722,114</b>	<b>205,936</b>	<b>9,419</b>

**11 день пятница (3)**

**Завтрак**

1	Каша пшеничная молочная с маслом 1/220	1676	220	7,491	8,443	36,057	250,174	0,139	1,216	0,045	0,924	131,115	163,848	41,683	1,047
2	Хлеб пшеничный с сыром 20/20	3112	40	6,560	5,240	10,400	115,000	0,088	0,140	0,042	0,118	200,025	120,026	19,200	0,720
3	Кофейный напиток с молоком 1/200	1713	200	1,814	1,512	19,529	98,976	0,000	0,785	0,014	0,007	79,936	54,897	10,040	0,114
4	Фрукты свежие по сезону (v) 1/100	-/-	100	0,650	0,100	8,950	39,300	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>560</b>	<b>16,515</b>	<b>15,294</b>	<b>74,936</b>	<b>503,451</b>	<b>0,263</b>	<b>37,140</b>	<b>0,102</b>	<b>1,249</b>	<b>436,075</b>	<b>355,771</b>	<b>81,923</b>	<b>3,131</b>

**Обед**

1	Суп гороховый на бульоне 1/250	1764	250	9,197	8,289	19,656	190,015	0,236	11,553	0,207	2,540	53,968	108,442	40,885	2,309
2	Фрикаделька куриная в соусе 1/90	1736	90	12,103	12,702	13,038	214,886	0,093	1,715	0,048	2,771	13,011	81,333	45,265	1,240
3	Макаронные отварные с маслом 1/180	1669	180	8,281	5,437	55,165	302,715	0,135		0,025	1,722	23,150	71,987	13,064	1,329
4	Кисель фруктово-ягодный 1/180	1670	180	0,065		28,548	114,451					7,582	0,005	1,620	0,033
5	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,082			0,038	0,025	0,026	8,200	0,720
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,040			0,460	6,600	38,800	11,400	0,900
<b>Итого:</b>			<b>740</b>	<b>32,047</b>	<b>26,828</b>	<b>137,207</b>	<b>918,467</b>	<b>0,586</b>	<b>13,267</b>	<b>0,281</b>	<b>7,531</b>	<b>104,334</b>	<b>300,594</b>	<b>120,434</b>	<b>6,531</b>
<b>Всего:</b>				<b>48,562</b>	<b>42,122</b>	<b>212,142</b>	<b>1 421,918</b>	<b>0,848</b>	<b>50,408</b>	<b>0,382</b>	<b>8,781</b>	<b>540,410</b>	<b>656,364</b>	<b>202,357</b>	<b>9,662</b>

**12 день вторник (3)****Завтрак**

1	Плов с курицей 1/220	1443	220	18,594	18,374	46,174	424,442	0,246	3,670	0,352	4,532	49,830	299,753	123,728	2,285
2	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,082			0,038	0,025	0,026	8,200	0,720
3	Чай заварной с сахаром 1/200	1675	200	0,120	0,031	15,041	60,921	0,000	0,060	0,000		12,528	4,950	4,664	0,539
4	Фрукты свежие по сезону (v) 1/100	-/-	100	0,650	0,100	8,950	39,300	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>540</b>	<b>20,564</b>	<b>18,705</b>	<b>80,565</b>	<b>572,863</b>	<b>0,364</b>	<b>38,730</b>	<b>0,352</b>	<b>4,770</b>	<b>87,383</b>	<b>321,729</b>	<b>147,592</b>	<b>4,794</b>

**Обед**

1	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	1439	250	5,082	8,679	13,516	152,505	0,061	18,568	0,215	2,500	57,743	55,042	27,485	1,491
2	Мясо курицы тушеное в соусе 1/90	1255	90	15,875	12,092	2,574	182,625	0,052	1,799	0,090	1,176	13,349	114,503	57,064	0,996
3	Каша гречневая с маслом 1/180	1680	180	8,253	6,143	42,928	260,007	0,272		0,025	4,253	26,406	190,984	127,681	4,287
4	Компот из изюма 1/180	1201	180	0,446		23,598	96,174	0,027				18,900	17,420	7,380	0,448
5	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,082			0,038	0,025	0,026	8,200	0,720
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,040			0,460	6,600	38,800	11,400	0,900
<b>Итого:</b>			<b>740</b>	<b>32,055</b>	<b>27,314</b>	<b>103,416</b>	<b>787,711</b>	<b>0,534</b>	<b>20,367</b>	<b>0,330</b>	<b>8,426</b>	<b>123,022</b>	<b>416,775</b>	<b>239,210</b>	<b>8,842</b>
<b>Всего:</b>				<b>52,620</b>	<b>46,019</b>	<b>183,981</b>	<b>1 360,573</b>	<b>0,898</b>	<b>59,096</b>	<b>0,682</b>	<b>13,196</b>	<b>210,405</b>	<b>738,504</b>	<b>386,802</b>	<b>13,636</b>

**13 день (3)**

**Завтрак**

1	Омлет с кукурузой 1/170/30	17	200	14,421	17,547	5,372	237,100	0,077	1,816	0,261	4,284	111,166	235,426	20,900	2,629
2	Хлеб пшеничный 1/40	-/-	40	2,400	0,400	20,800	96,400	0,164			0,076	0,050	0,052	16,400	1,440
3	Кофейный напиток с молоком 1/200	1713	200	1,814	1,512	19,529	98,976	0,000	0,785	0,014	0,007	79,936	54,897	10,040	0,114
4	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	-/-	100	0,650	0,100	8,950	39,300	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>540</b>	<b>19,285</b>	<b>19,559</b>	<b>54,651</b>	<b>471,776</b>	<b>0,277</b>	<b>37,601</b>	<b>0,275</b>	<b>4,567</b>	<b>216,152</b>	<b>307,375</b>	<b>58,340</b>	<b>5,432</b>

**Обед**

1	Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/250	1438	250	5,772	8,849	18,651	177,335	0,098	12,843	0,222	2,850	43,263	85,812	27,945	1,359
2	Котлета рыбная запеченная в белом соусе 1/90	1766	90	10,432	9,395	20,311	207,525	0,109	0,853	0,030	2,545	28,567	115,527	26,612	1,012
3	Картофельное пюре с маслом 1/180	1720	180	4,084	5,885	27,528	179,413	0,193	32,463	0,031	0,224	56,592	120,665	41,130	1,537
4	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/200	116	200	0,000	0,000	22,400	89,603	0,040	1,800		0,020	14,000	14,000	8,000	2,800
5	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,082			0,038	0,025	0,026	8,200	0,720
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,040			0,460	6,600	38,800	11,400	0,900
<b>Итого:</b>			<b>760</b>	<b>22,689</b>	<b>24,529</b>	<b>109,690</b>	<b>750,276</b>	<b>0,562</b>	<b>47,959</b>	<b>0,283</b>	<b>6,137</b>	<b>149,046</b>	<b>374,830</b>	<b>123,287</b>	<b>8,327</b>
<b>Всего:</b>				<b>41,974</b>	<b>44,088</b>	<b>164,341</b>	<b>1 222,052</b>	<b>0,839</b>	<b>85,559</b>	<b>0,558</b>	<b>10,705</b>	<b>365,198</b>	<b>682,205</b>	<b>181,627</b>	<b>13,760</b>

**14 день черверг (3)****Завтрак**

1	Котлета мясная запеченная в соусе 1/90	1772	90	10,906	15,222	13,458	234,458	0,357	0,959	0,048	2,687	13,281	70,833	17,185	1,156
2	Макаронны отварные с маслом 1/180	1669	180	8,281	5,437	55,165	302,715	0,135		0,025	1,722	23,150	71,987	13,064	1,329
3	Чай заварной с сахаром 1/200	1675	200	0,120	0,031	15,041	60,921	0,000	0,060	0,000		12,528	4,950	4,664	0,539
4	Хлеб пшеничный 1/30	653	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,123			0,057	0,038	0,039	12,300	1,080
<b>Итого:</b>			<b>500</b>	<b>21,107</b>	<b>20,990</b>	<b>99,264</b>	<b>670,394</b>	<b>0,616</b>	<b>1,019</b>	<b>0,074</b>	<b>4,467</b>	<b>48,996</b>	<b>147,809</b>	<b>47,213</b>	<b>4,105</b>

**Обед**

1	Суп овощной с зеленым горошком со сметаной на бульоне 1/250	1454	250	5,182	9,459	10,188	146,615	0,076	18,833	0,222	2,462	49,418	52,242	22,185	1,029
2	Бефстроганов из курицы 1/90	1283	90	16,070	13,123	2,975	194,291	0,054	2,046	0,010	1,194	19,037	118,842	56,534	1,015
3	Рис отварной с маслом 1/180	1700	180	4,536	5,198	49,228	261,834	0,215		0,025	0,567	49,536	209,891	77,101	1,392
4	Компот из ягод з/м 1/180	1658	180	0,144		15,318	61,848	0,011	1,800		0,108	11,700	3,605	3,330	0,133
5	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,082			0,038	0,025	0,026	8,200	0,720
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,040			0,460	6,600	38,800	11,400	0,900
<b>Итого:</b>			<b>740</b>	<b>28,333</b>	<b>28,180</b>	<b>98,509</b>	<b>760,988</b>	<b>0,478</b>	<b>22,679</b>	<b>0,258</b>	<b>4,829</b>	<b>136,316</b>	<b>423,406</b>	<b>178,750</b>	<b>5,188</b>
<b>Всего:</b>				<b>49,440</b>	<b>49,170</b>	<b>197,774</b>	<b>1 431,382</b>	<b>1,094</b>	<b>23,698</b>	<b>0,331</b>	<b>9,296</b>	<b>185,312</b>	<b>571,215</b>	<b>225,963</b>	<b>9,293</b>

**15 день пятница (3)****Завтрак**

1	Запеканка творожная Золотистая 1/200	1717	200	22,175	21,150	69,380	556,570	0,137	0,450	0,197	1,330	173,118	282,400	32,082	1,570
2	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	404	205	0,165	0,036	15,191	61,746	0,020	2,060	0,000	0,010	14,528	6,050	5,264	0,569
3	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	-/-	100	0,650	0,100	8,950	39,300	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>505</b>	<b>22,990</b>	<b>21,286</b>	<b>93,521</b>	<b>657,616</b>	<b>0,192</b>	<b>37,510</b>	<b>0,197</b>	<b>1,540</b>	<b>212,646</b>	<b>305,450</b>	<b>48,346</b>	<b>3,390</b>

**Обед**

1	Суп с клецками на бульоне 1/250	1818	250	6,677	10,599	20,901	205,707	0,103	11,553	0,216	3,599	38,512	63,438	22,775	1,241
2	Тефтели мясная в соусе 1/90	134	90	10,727	13,461	11,051	208,257	0,344	1,239	0,048	1,896	17,287	97,337	20,030	0,918
3	Картофельное пюре с маслом 1/180	1720	180	4,084	5,885	27,528	179,413	0,193	32,463	0,031	0,224	56,592	120,665	41,130	1,537
4	Компот из яблок 1/180	1690	180	0,072		15,264	61,344	0,005	1,800		0,036	10,980	1,985	3,330	0,439
5	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,082			0,038	0,025	0,026	8,200	0,720
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,040			0,460	6,600	38,800	11,400	0,900
<b>Итого:</b>			<b>740</b>	<b>23,960</b>	<b>30,345</b>	<b>95,545</b>	<b>751,121</b>	<b>0,767</b>	<b>47,054</b>	<b>0,295</b>	<b>6,252</b>	<b>129,996</b>	<b>322,250</b>	<b>106,865</b>	<b>5,754</b>
<b>Всего:</b>				<b>46,950</b>	<b>51,630</b>	<b>189,066</b>	<b>1 408,737</b>	<b>0,960</b>	<b>84,564</b>	<b>0,492</b>	<b>7,792</b>	<b>342,642</b>	<b>627,700</b>	<b>155,211</b>	<b>9,144</b>

**16 день понедельник (4)**

**Завтрак**

1	Каша овсяная молочная с маслом 1/220	1694	220	7,161	9,103	31,767	237,634	0,149	1,216	0,045	1,122	139,365	195,198	56,863	1,344
2	Хлеб пшеничный с сыром 20/20	3112	40	6,560	5,240	10,400	115,000	0,088	0,140	0,042	0,118	200,025	120,026	19,200	0,720
3	Кофейный напиток с молоком 1/200	1713	200	1,814	1,512	19,529	98,976	0,000	0,785	0,014	0,007	79,936	54,897	10,040	0,114
4	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	-/-	100	0,650	0,100	8,950	39,300	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>560</b>	<b>16,185</b>	<b>15,954</b>	<b>70,646</b>	<b>490,911</b>	<b>0,273</b>	<b>37,140</b>	<b>0,102</b>	<b>1,447</b>	<b>444,325</b>	<b>387,121</b>	<b>97,103</b>	<b>3,428</b>

**Обед**

1	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	1442	250	5,122	8,689	10,351	140,095	0,068	29,068	0,215	2,495	57,768	50,042	24,635	1,149
2	Гуляш из курицы 1/90	1716	90	15,838	12,102	2,619	182,748	0,053	1,576		1,180	10,935	113,374	56,457	1,004
3	Макароны отварные с маслом 1/180	1669	180	8,281	5,437	55,165	302,715	0,135		0,025	1,722	23,150	71,987	13,064	1,329
4	Кисель фруктово-ягодный 1/180	1670	180	0,065		28,548	114,451					7,582	0,005	1,620	0,033
5	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,082			0,038	0,025	0,026	8,200	0,720
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,040			0,460	6,600	38,800	11,400	0,900
<b>Итого:</b>			<b>740</b>	<b>31,707</b>	<b>26,628</b>	<b>117,483</b>	<b>836,410</b>	<b>0,378</b>	<b>30,643</b>	<b>0,240</b>	<b>5,896</b>	<b>106,059</b>	<b>274,235</b>	<b>115,376</b>	<b>5,135</b>
<b>Всего:</b>				<b>47,892</b>	<b>42,582</b>	<b>188,129</b>	<b>1 327,320</b>	<b>0,651</b>	<b>67,784</b>	<b>0,342</b>	<b>7,343</b>	<b>550,384</b>	<b>661,355</b>	<b>212,480</b>	<b>8,563</b>

**17 день вторник (4)**

**Завтрак**

1	Котлета мясная запеченная в соусе 1/90	1772	90	10,906	15,222	13,458	234,458	0,357	0,959	0,048	2,687	13,281	70,833	17,185	1,156
2	Каша гречневая с маслом 1/180	1680	180	8,253	6,143	42,928	260,007	0,272		0,025	4,253	26,406	190,984	127,681	4,287
3	Чай заварной с сахаром 1/200	1675	200	0,120	0,031	15,041	60,921	0,000	0,060	0,000		12,528	4,950	4,664	0,539
4	Хлеб пшеничный 1/30	653	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,123			0,057	0,038	0,039	12,300	1,080
<b>Итого:</b>			<b>500</b>	<b>21,079</b>	<b>21,695</b>	<b>87,027</b>	<b>627,686</b>	<b>0,752</b>	<b>1,019</b>	<b>0,074</b>	<b>6,997</b>	<b>52,252</b>	<b>266,806</b>	<b>161,830</b>	<b>7,063</b>

**Обед**

1	Суп картофельный с вермишелью на бульоне 1/250	1587	250	5,647	8,077	16,731	162,202	0,080	9,053	0,207	2,650	33,218	46,268	18,860	1,036
2	Рагу овощное с мясом 1/220	1731	220	18,183	23,353	26,734	389,847	0,617	49,986	0,528	4,270	69,584	196,917	59,224	2,536
3	Компот из изюма 1/180	1201	180	0,446		23,598	96,174	0,027				18,900	17,420	7,380	0,448
4	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,082			0,038	0,025	0,026	8,200	0,720
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,040			0,460	6,600	38,800	11,400	0,900
<b>Итого:</b>			<b>690</b>	<b>26,676</b>	<b>31,830</b>	<b>87,863</b>	<b>744,623</b>	<b>0,846</b>	<b>59,039</b>	<b>0,735</b>	<b>7,417</b>	<b>128,326</b>	<b>299,431</b>	<b>105,064</b>	<b>5,640</b>
<b>Всего:</b>				<b>47,755</b>	<b>53,525</b>	<b>174,890</b>	<b>1 372,309</b>	<b>1,598</b>	<b>60,058</b>	<b>0,809</b>	<b>14,414</b>	<b>180,578</b>	<b>566,237</b>	<b>266,894</b>	<b>12,703</b>

**18 день среда (4)**

**Завтрак**

1	Омлет с кукурузой 1/170/30	17	200	14,421	17,547	5,372	237,100	0,077	1,816	0,261	4,284	111,166	235,426	20,900	2,629
2	Хлеб пшеничный 1/40	-/-	40	2,400	0,400	20,800	96,400	0,164			0,076	0,050	0,052	16,400	1,440
3	Кофейный напиток с молоком 1/200	1713	200	1,814	1,512	19,529	98,976	0,000	0,785	0,014	0,007	79,936	54,897	10,040	0,114
4	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	-/-	100	0,650	0,100	8,950	39,300	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>540</b>	<b>19,285</b>	<b>19,559</b>	<b>54,651</b>	<b>471,776</b>	<b>0,277</b>	<b>37,601</b>	<b>0,275</b>	<b>4,567</b>	<b>216,152</b>	<b>307,375</b>	<b>58,340</b>	<b>5,432</b>

**Обед**

1	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	1439	250	5,082	8,679	13,516	152,505	0,061	18,568	0,215	2,500	57,743	55,042	27,485	1,491
2	Тефтеля куриная в соусе 1/90	1763	90	12,047	10,865	11,086	190,313	0,071	2,020	0,048	1,995	16,737	108,003	48,907	1,006
3	Картофельное пюре с маслом 1/180	1720	180	4,084	5,885	27,528	179,413	0,193	32,463	0,031	0,224	56,592	120,665	41,130	1,537
4	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	116	180	0,000	0,000	20,160	80,642	0,036	1,620		0,018	12,600	12,600	7,200	2,520
5	Хлеб пшеничный 1/30	653	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,123			0,057	0,038	0,039	12,300	1,080
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,040			0,460	6,600	38,800	11,400	0,900
<b>Итого:</b>			<b>750</b>	<b>24,214</b>	<b>25,929</b>	<b>98,290</b>	<b>723,374</b>	<b>0,524</b>	<b>54,671</b>	<b>0,294</b>	<b>5,254</b>	<b>150,309</b>	<b>335,148</b>	<b>148,422</b>	<b>8,534</b>
<b>Всего:</b>				<b>43,499</b>	<b>45,488</b>	<b>152,941</b>	<b>1 195,150</b>	<b>0,801</b>	<b>92,271</b>	<b>0,569</b>	<b>9,821</b>	<b>366,460</b>	<b>642,523</b>	<b>206,762</b>	<b>13,966</b>

**19 день четверг (4)**

**Завтрак**

1	Каша гречневая с курицей 1/220	1115	220	22,043	19,335	40,563	424,440	0,296	3,575	0,352	7,749	38,559	284,120	170,531	4,818
2	Хлеб пшеничный 1/40	-/-	40	2,400	0,400	20,800	96,400	0,164			0,076	0,050	0,052	16,400	1,440
3	Чай заварной с сахаром 1/200	1675	200	0,120	0,031	15,041	60,921	0,000	0,060	0,000		12,528	4,950	4,664	0,539

1	Салат из моркови с маслом 1/100	1801	100	1,248	6,090	7,124	88,298	0,058	4,800	1,920	3,024	29,615	53,550	36,700	0,703
2	Каша гречневая с курицей 1/200	1115	200	20,749	18,019	36,990	393,129	0,272	3,401	0,320	7,052	35,588	263,659	157,576	4,428
3	Чай заварной с сахаром 1/200	1675	200	0,120	0,031	15,041	60,921	0,000	0,060	0,000		12,528	4,950	4,664	0,539
4	Хлеб пшеничный 1/50	-/-	50	3,000	0,500	26,000	120,500	0,205			0,095	0,063	0,065	20,500	1,800
<b>Итого:</b>			<b>550</b>	<b>25,117</b>	<b>24,640</b>	<b>85,156</b>	<b>662,848</b>	<b>0,535</b>	<b>8,261</b>	<b>2,240</b>	<b>10,171</b>	<b>77,794</b>	<b>322,224</b>	<b>219,440</b>	<b>7,470</b>

**Обед**

1	Салат из квашеной капусты со свеклой 1/100	664	100	1,577	6,101	7,080	89,537	0,023	11,780		2,763	35,190	34,945	17,650	6,673
2	Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/250	1438	250	5,772	8,849	18,651	177,335	0,098	12,843	0,222	2,850	43,263	85,812	27,945	1,359
3	Котлета мясная запеченная в соусе 1/100	1696	100	13,960	19,577	16,409	297,664	0,454	1,073	0,032	3,428	14,250	88,031	20,378	1,411
4	Макаронны отварные с маслом 1/180	1669	180	8,281	5,437	55,165	302,715	0,135		0,025	1,722	23,150	71,987	13,064	1,329
5	Компот из ягод з/м 1/180	1658	180	0,144		15,318	61,848	0,011	1,800		0,108	11,700	3,605	3,330	0,133
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,040			0,460	6,600	38,800	11,400	0,900
7	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	1,200	0,200	10,400	48,200	0,082			0,038	0,025	0,026	8,200	0,720
<b>Итого:</b>			<b>850</b>	<b>32,134</b>	<b>40,363</b>	<b>133,423</b>	<b>1 025,499</b>	<b>0,843</b>	<b>27,495</b>	<b>0,280</b>	<b>11,370</b>	<b>134,178</b>	<b>323,207</b>	<b>101,968</b>	<b>12,524</b>

**Полдник**

1	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	116	180	0,000	0,000	20,160	80,642	0,036	1,620		0,018	12,600	12,600	7,200	2,520
2	Выпечное изделие в ассортименте шт (v)	-/-	100	6,610	6,950	55,898	312,582	0,114		0,290	2,700	18,200	6,800	11,300	0,900
3	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	-/-	100	0,650	0,100	8,950	39,300	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>380</b>	<b>7,260</b>	<b>7,050</b>	<b>85,008</b>	<b>432,524</b>	<b>0,185</b>	<b>36,620</b>	<b>0,290</b>	<b>2,918</b>	<b>55,800</b>	<b>36,400</b>	<b>29,500</b>	<b>4,670</b>
<b>Всего:</b>				<b>64,511</b>	<b>72,053</b>	<b>303,587</b>	<b>2 120,871</b>	<b>1,562</b>	<b>72,376</b>	<b>2,810</b>	<b>24,459</b>	<b>267,771</b>	<b>681,830</b>	<b>350,908</b>	<b>24,663</b>

**20 день пятница (4 неделя)**

**Завтрак**

1	Запеканка из творога с кисельным ягодным соусом 1/150/50	1755	200	24,442	17,658	54,786	475,834	3,213	1,901	0,082	2,756	227,611	314,029	35,965	1,002
2	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	404	205	0,165	0,036	15,191	61,746	0,020	2,060	0,000	0,010	14,528	6,050	5,264	0,569
3	Хлеб пшеничный 1/50	-/-	50	3,000	0,500	26,000	120,500	0,205			0,095	0,063	0,065	20,500	1,800
4	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	-/-	100	0,650	0,100	8,950	39,300	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>555</b>	<b>28,257</b>	<b>18,294</b>	<b>104,927</b>	<b>697,380</b>	<b>3,473</b>	<b>38,961</b>	<b>0,082</b>	<b>3,061</b>	<b>267,202</b>	<b>337,143</b>	<b>72,729</b>	<b>4,622</b>

**Обед**

1	Салат из свеклы с маслом 1/100	1682	100	1,423	8,087	8,348	111,864	0,019	9,486		3,615	38,778	41,540	21,089	1,357
2	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	1442	250	5,122	8,689	10,351	140,095	0,068	29,068	0,215	2,495	57,768	50,042	24,635	1,149

3	Жаркое по-домашнему с мясом 1/250	1728	250	20,774	26,805	37,388	473,887	0,779	43,312	0,400	4,721	49,615	249,316	71,415	3,072
4	Компот из яблок 1/180	1690	180	0,072		15,264	61,344	0,005	1,800		0,036	10,980	1,985	3,330	0,439
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	-/-	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,060			0,690	9,900	58,200	17,100	1,350
6	Хлеб пшеничный 1/30	653	30	1,800	0,300	15,600	72,300	0,123			0,057	0,038	0,039	12,300	1,080
<b>Итого:</b>			<b>840</b>	<b>30,991</b>	<b>44,181</b>	<b>102,550</b>	<b>931,790</b>	<b>1,054</b>	<b>83,666</b>	<b>0,615</b>	<b>11,613</b>	<b>167,078</b>	<b>401,122</b>	<b>149,869</b>	<b>8,446</b>

**Полдник**

1	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	116	180	0,000	0,000	20,160	80,642	0,036	1,620		0,018	12,600	12,600	7,200	2,520
2	Выпечное изделие в ассортименте шт (v)	-/-	100	6,610	6,950	55,898	312,582	0,114		0,290	2,700	18,200	6,800	11,300	0,900
3	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	-/-	100	0,650	0,100	8,950	39,300	0,035	35,000		0,200	25,000	17,000	11,000	1,250
<b>Итого:</b>			<b>380</b>	<b>7,260</b>	<b>7,050</b>	<b>85,008</b>	<b>432,524</b>	<b>0,185</b>	<b>36,620</b>	<b>0,290</b>	<b>2,918</b>	<b>55,800</b>	<b>36,400</b>	<b>29,500</b>	<b>4,670</b>
<b>Всего:</b>				<b>66,508</b>	<b>69,524</b>	<b>292,486</b>	<b>2 061,694</b>	<b>4,712</b>	<b>159,247</b>	<b>0,987</b>	<b>17,592</b>	<b>490,080</b>	<b>774,665</b>	<b>252,098</b>	<b>17,738</b>