

Согласовано:
Директор
ГБОУ СО "Полевская школа"
Н.В. Ковалева
"30" августа 2021 год

Порывкин А.А. по доверенности
№ 09-2021

Утверждаю:
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева
"30" "08" 2021г.

**Примерное трехнедельное меню
для питания учащихся ГБОУ СО "Полевская школа". Возраст детей 11-18 лет.**

№ рец. Сборника	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции гр	Пищевые вещества гр			Энергетическая ценность ккал	Витамины, мг.			Минеральные вещества, мг.			
			Б	Ж	У		В1	С	А		Ca	P	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Неделя первая День первый													
Завтрак													
42/1997	Салат из свежих помидоров со сладким перцем (овощи свежего урожая)	100	1,00	10,60	2,34	107,40	0,10	10,40	0,10	5,70	0,20	9,20	0,20
257/1996	С 1 марта х/з из вареных овощей. Салат картофельный с зеленым горошком	100	1,44	5,4	6,84	82,8	0,12	4,56	0,72	7,56	15,2	3,3	0,36
257/1996	Каша молочная пшенная с маслом сливочным	200/5	4,8	3,3	30	224	0,05	2,8	0	40,6	48,3	98,6	0,5
693/2004	Какао с молоком	180	3,5	3,5	22,0	129,0	0	0,5	0,03	100	112	25	0,13
1/2004	Бутерброд с маслом	25/10	9,3	8	12,8	131,4	0,02	0	35,4	4,93	16,44	5,74	0,37
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	30	2,4	0,3	14,7	69,6	0,03	0	0	7,8	24,9	10,5	0,15
	Итого завтрак	550	21,4	20,5	86,3	636,8	0,2	7,9	36,2	160,9	218,8	143,1	1,5
Обед													
124/2004	Щи из свежей капусты, со сметаной, мясом	250/5/5	4,20	6,90	12,70	130,50	0,10	25,40	0,00	162,30	47,20	22,00	2,00
374/2004	Рыба, тушенная в томате с овощами	100/30	17,35	9,96	8,05	187,00	0,13	4,36	0,01	67,74	310,00	77,70	1,25
469/1996	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,30	5,88	37,20	230,40	0,10	5,40	0,00	40,20	50,40	52,80	0,00
639/2004	Компот из смеси сухофруктов	180	1,4	2	16,6	103,6	0,03	14,6	0,1	0,3	0	7,3	0,6
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	45	3,6	0,5	22,1	104,4	0,05	0	0	11,7	37,4	15,8	0,45
	Хлеб Дарницкий ржан.	60	5,3	0,9	30,0	300,6	0	0	0	13,1	60,8	28,4	0,5
	Итого обед	950	39,15	36,69	128,99	1163,90	0,51	60,16	0,21	301,04	506,00	213,20	5,00
	Итого за день		60,59	57,19	215,33	1800,70	0,73	68,02	36,36	461,93	722,84	356,34	6,51

Неделя первая День второй

Завтрак													
ТТК139	Пудинг творожно-манный, молоко сгущенное	200/20	24,8	17,2	21,8	344	0,15	0,4	0,1	264	222	45	0,5
686/2004	Чай с лимоном	180	0,2	0	13,6	49	0	10,9	0,1	63,2	63	24,3	0,9
1/2004	Бутерброд с маслом	25/10	9,3	8	12,8	131,4	0,02	0	35,4	4,93	16,44	5,74	0,37
	Фрукт свежий	200	0,8	0	20,8	90	0,02	10	0,1	28	27	17	0,6
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	30	2,28	0,3	14,52	69,6	0,03	0	0	7,8	25	10,5	0,16
	Итого завтрак	665	37,38	25,5	83,52	684	0,22	21,3	35,7	367,93	353,44	102,54	2,53
Обед													
139/2004	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	250/5	6,40	5,70	18,00	151,00	0,23	15,50	0,00	89,70	87,18	35,30	2,70
475/2004	Котлета "Детская"	100	14,50	12,50	10,20	215,00	0,01	0,80	0,00	24,50	36,25	161,20	2,50
538/97	Пюре картофельное с маслом сливочным	180	3,70	9,96	26,30	238,00	0,00	12,30	0,03	158,40	133,00	50,40	1,10
ТТК №334	Компот из ягод	180	1	0	14,7	86,7	0	16,4	0	53,3	0	0	0,7
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	45	3,6	0,5	22,1	104,4	0,05	0	0	11,7	37,4	15,8	0,45
	Хлеб Дарницкий ржан.	60	5,3	0,9	30,0	300,6	0	0	0	13,1	60,8	28,4	0,5
	Итого обед	820	34,50	29,51	121,30	1095,70	0,29	45,00	0,03	350,70	354,63	291,10	7,95
	Итого за день		71,88	55,01	204,82	1779,70	0,51	66,30	35,73	718,63	708,07	393,64	10,48

Неделя первая День третий

Завтрак													
302/2004	Каша молочная ячневая с маслом сливочным	200/5	7,10	7,80	37,80	250,00	0,10	4,50	0,00	177,50	18,00	58,90	1,20
ТТК №369	Бутерброд с повидлом	25/20	2,2	0,8	25,5	117,0	0,1	0	0	8,3	0,2	0	0,7
ТТК165	Чай "Детский" на цельном молоке	180	1,5	1,6	15,8	81	0	6,7	0,05	96,5	105	14	0,7
	Фрукт свежий	150	0,8	0	20,8	90	0,02	10	0,1	28	27	17	0,6
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	30	2,28	0,30	14,52	69,60	0,03	0,00	0,00	7,80	25,00	10,50	0,16
	Итого завтрак	610	13,88	10,50	114,42	607,60	0,25	21,20	0,15	318,10	175,20	100,40	3,36
Обед													
134/2004	Суп крестьянский с крупой, со сметаной, мясом	250/5/5	4,60	7,00	12,80	131,60	0,10	17,30	0,20	134,20	48,70	45,00	1,60
437/2004	Гуляш из говядины	100	14,40	15,60	3,20	211,00	0,11	0,60	0,00	7,00	121,68	16,26	0,10
527/97	Рис припущенный с маслом сливочным	100	2,20	3,10	23,00	131,00	0,20	0,00	0,00	29,00	112,00	0,02	0,70
табл. 24/2004	Горошек зеленый консервированный	80	24,80	0,80	52,00	320,00	0,32	0,00	0,00	120,00	432,00	83,20	9,92
705/2004	Напиток из плодов шиповника	180	0,5	0,2	24,3	100	0,1	82,8	0,1	68,6	10	8,1	1,3
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	45	3,6	0,5	22,1	104,4	0,05	0	0	11,7	37,4	15,8	0,45
	Хлеб Дарницкий ржан.	60	5,3	0,9	30,0	300,6	0	0	0	13,1	60,8	28,4	0,5
	Итого обед	825	55,40	28,05	167,40	1298,60	0,88	100,70	0,30	383,60	822,58	196,78	14,57
	Итого за день		69,28	38,55	281,82	1906,20	1,13	121,90	0,45	701,70	997,78	297,18	17,93

Неделя первая День четвертый

Завтрак													
ТТК №74	Салат "Золушка"	100	1,80	10,00	8,80	133,00	0,02	3,60	1,70	17,50	55,00	15,90	0,40
340/2004	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	15,6	22,7	3	277,5	0,5	0	0,2	102	300	21	2,6
693/2004	Какао с молоком	200	3,9	3,9	24,2	142,0	0	0,6	0,03	110	132	27,5	0,14
1/04	Бутерброд с маслом	30/10	9,30	8,00	12,80	131,40	0,02	0,00	35,40	4,93	16,44	5,74	0,37
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	60	3,6	0,5	22,1	104,4	0,05	0	0	11,7	37,4	15,8	0,45
	Итого завтрак	550	34,20	45,05	70,90	788,30	0,59	4,20	37,33	246,13	540,84	85,94	3,96
Обед													
ТТК №101	Салат из свежих помидоров с растит.маслом (овощи свежего урожая)	100	0,60	6,00	2,00	65,40	0,10	13,50	0,10	9,60	15,00	8,70	0,50
43/1997	С 1 марта х/з из вареных овощей.Салат "Степной"	100	0,96	5,58	4,38	72,36	0,06	6,24	1,38	13,56	16,98	14,16	0,42
158/2004	Солянка из курицы со сметаной	250/5	3,90	7,80	9,50	124,10	0,10	22,30	3,10	113,80	49,50	21,10	2,00
460/96	Шницель куриный	100	16,2	19,1	14,5	295	0	0,59	79,2	21,2	131,1	19,1	1,7
214/2004	Капуста тушеная	180	4,50	4,90	16,30	129,00	0,10	54,40	27,90	85,90	54,30	35,10	1,30
646/1994	Напиток апельсиновый	180	0,2	0	15,9	59	0,1	36,6	0,1	68,6	17	4,8	1
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	20	1,6	0,2	9,8	46,4	0,02	0	0	5,2	16,6	7	0,1
	Хлеб Дарницкий ржан.	60	5,3	0,9	30,0	300,6	0	0	0	13,1	60,8	28,4	0,5
	Итого обед	895	32,66	38,48	100,38	1026,46	0,38	120,13	111,68	321,36	346,28	129,66	7,02
	Итого за день		66,86	83,53	171,28	1814,76	0,97	124,33	149,01	567,49	887,12	215,60	10,98

Неделя первая День пятый

Завтрак

ТТК7/03	Салат "Здоровье" (овощи свежего урожая)	100	1,24	9,99	9,17	132,00	0,05	11,30	0,10	29,90	1,00	102,00	0,50
16/2003	С 1 марта х/з из вареных овощей. Салат "Бурячок"	100	1,80	8,00	5,50	101,60	0,20	6,10	0,01	23,00	30,00	27,20	0,80
333/2004	Макароны с сыром	150	8,60	11,80	27,50	253,00	0,00	0,00	0,00	0,00	114,00	45,00	0,00
693/2004	Какао с молоком	180	3,5	3,5	22,0	129,0	0	0,5	0,03	100	112	25	0,13
	Фрукт свежий	150	0,8	0	20,8	90	0,02	10	0,1	28	27	17	0,6
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	30	2,28	0,30	14,52	69,60	0,03	0,00	0,00	7,80	25,00	10,50	0,16
	Итого завтрак	610	16,98	23,60	90,32	643,20	0,25	16,60	0,14	158,80	308,00	124,70	1,69

Обед

132/2004	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, с мясом	250/5/5	3,70	5,80	15,60	130,30	0,10	17,30	0,10	68,40	87,18	35,30	1,60
ТТК №4	Суфле рыбное	100	22,20	16,97	2,48	251,01	0,09	0,46	77,06	56,88	261,01	35,78	1,01
538/97	Пюре картофельное с маслом сливочным	180	3,70	9,96	28,30	238,00	0,00	12,30	0,03	158,40	133,00	50,40	1,10
698/97	Компот из свежих плодов	180	0,2	0	23,6	90,9	0,1	35,6	0,1	57,7	10	8,2	1,5
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	70	6,00	0,72	38,10	182,70	0,07	0,00	0,00	20,50	65,60	27,60	0,44
	Хлеб Дарницкий ржан.	60	5,3	0,9	30,0	300,6	0	0	0	13,1	60,8	28,4	0,5
	Итого обед	850	76,30	44,34	145,25	1325,51	0,91	76,96	77,39	722,48	1234,59	537,08	10,03
	Итого за день		93,28	67,94	235,57	1968,71	1,16	93,56	77,53	881,28	1542,59	661,78	11,72

Неделя вторая День первый													
Завтрак													
302/2004	Каша молочная ячневая с маслом сливочным	200/5	7,10	7,80	37,80	250,00	0,10	4,50	0,00	177,50	18,00	58,90	1,20
628/1996	Чай с сахаром	200	0,20		13,70	53,00	0,05	9,40	0,10	59,90	70,00	27,00	0,80
3/2004	Бутерброд с маслом, сыром	25/5/10	9,30	11,60	12,80	131,40	0,02	0,00	35,40	4,93	16,44	5,74	0,37
	Фрукт свежий	200	0,8	0	20,8	90	0,02	10	0,1	28	27	17	0,6
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	30	2,28	0,30	14,52	69,60	0,03	0,00	0,00	7,80	25,00	10,50	0,16
	Итого завтрак	675	19,68	19,70	99,62	594,00	0,22	23,90	35,60	278,13	156,44	119,14	3,13
Обед													
ТТК №341	Салат Полянка. Овощи свежего урожая	100	0,94	9,80	5,05	108,50	0,04	25,00	0,00	28,60	30,04	14,92	0,65
ТТК №106	С 1 марта х/з из вареных овощей. Салат "Солнышко"	100	0,84	6,00	6,42	82,80	0	5,10	0	15,54	48,42	32,64	0,42
ТТК90	Суп из сборных овощей с зеленым горошком, со сметаной, с мясом	250/5/5	3,30	4,50	6,50	81,60	0,20	20,00	0,20	130,00	85,00	39,00	1,50
1419	Котлета мясо-картофельная с соусом красным основным	100/20	14,25	16,90	13,20	225,00	0,10	2,00	53,33	20,80	149,34	25,33	1,02
523/97	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180	10,50	9,36	51,10	334,80	0,10	0,00	0,00	102,00	222,00	22,80	1,80
638/2004	Компот из кураги	180	1	0,1	33,9	136	0,1	13,5	0,1	103,6	0	12	1,6
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	45	3,6	0,5	22,1	104,4	0,05	0	0	11,7	37,4	15,8	0,45
	Хлеб Дарницкий ржан.	60	5,3	0,9	30,0	300,6	0	0	0	13,1	60,8	26,4	0,5
	Итого обед	945	38,79	38,21	163,22	1265,20	0,55	40,60	53,63	396,74	602,96	175,97	7,29
	Итого за день		58,47	57,91	262,84	1859,20	0,77	64,50	89,23	674,87	759,40	295,11	10,42

Неделя вторая День второй													
Завтрак													
ТТК № 346	Овощная добавка (огурцы св.)-овощи свежего урожая	100	1,00	0,30	3,30	19,80	0,07	9,90	1,30	15,50	29,70	19,80	1,00
257/1996	С 1 марта х/з из вареных овощей. Салат картофельный с зеленым горошком	100	1,44	5,40	6,84	82,80	0,12	4,56	0,72	7,56	15,20	3,30	0,36
340/2004	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	15,6	22,7	3	277,5	0,5	0	0,2	102	300	21	2,6
628/96	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	12,5	48,2	0,05	8,6	0,1	54,5	63,6	24,6	0,7
1/04	Бутерброд с маслом, сыром	35/5/10	9,3	11,6	12,8	131,4	0,02	0	35,4	4,93	16,44	5,74	0,37
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	50	3,6	0,5	22,1	104,4	0,05	0	0	11,7	37,4	15,8	0,45
	Итого завтрак	550	30,14	40,15	57,24	644,30	0,74	13,16	36,42	180,69	432,64	70,44	4,48
Обед													
ТТК №160	Салат "Лужок" (овощи свежего урожая)	100	3,20	10,20	3,30	117,00	0,10	6,30	0,10	29,50	0,00	0,00	1,00
43/1997	С 1 марта х/з из вареных овощей. Салат "Степной"	100	0,96	5,58	4,38	72,36	0,06	6,24	1,38	13,56	16,98	14,16	0,42
111/2004	Борщ сибирский с фрикадельками, со сметаной	250/10/5	4,80	5,30	15,70	148,00	0,10	12,60	0,00	73,30	38,20	45,00	1,20
478/2004	Запеканка картофельная с мясом, с маслом сливочным	275/5	18,44	18,76	35,24	387,00	4,00	1,61	0,05	47,44	273,16	84,77	3,84
639/2004	Компот из смеси сухофруктов	180	1,4	2	16,6	103,6	0,03	14,6	0,1	0,3	0	7,3	0,6
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	20	1,6	0,2	9,8	46,4	0,02	0	0	5,2	16,6	7	0,1
	Хлеб Дарницкий ржан.	60	5,3	0,9	30,0	300,6	0	0	0	13,1	60,8	28,4	0,5
	Итого обед	905	35,70	37,36	110,64	1174,96	4,31	41,35	1,63	182,40	405,74	136,63	7,66
	Итого за день		65,84	77,51	167,88	1819,26	5,05	54,51	38,05	363,09	838,38	257,07	12,14

Неделя вторая День третий													
Завтрак													
257/1996	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	200/5	7,8	3,2	39,7	220	0,1	1,7	0	130,4	13,2	36,9	0,8
ТТК 165	Чай "Детский" на цельном молоке	180	1,5	1,6	15,8	81,0	0	6,7	0,05	96,5	105	14	0,7
3/2004	Бутерброд с маслом, сыром	25/5/10	9,30	11,60	12,80	131,40	0,02	0,00	35,40	4,93	16,44	5,74	0,37
	Фрукт свежий	200	0,8	0	20,8	90	0,02	10	0,1	28	27	17	0,6
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек В"	30	2,28	0,30	14,52	69,60	0,03	0,00	0,00	7,80	25,00	10,50	0,16
	Итого завтрак	655	21,68	16,70	103,62	592,00	0,17	18,40	35,55	267,63	186,64	84,14	2,63
Обед													
ТТК№42	Салат из тертой моркови с яблоками (овощи свежего урожая)	100	0,80	5,10	7,80	81,00	0,10	7,00	5,10	20,80	2,30	13,90	1,30
ТТК №179	С 1 марта х/з из вареных овощей. Салат "Антошка"	100	1,30	8,30	9,30	120,00	0,20	11,00	0,01	16,60	53,30	36,60	1,00
170/2004	Суп-пюре гороховый с гренками	250/10	6,00	4,90	23,30	165,00	0,10	12,70	2,60	126,20	51,20	38,70	1,70
64/03	Колбаски Витаминные	100	13,83	13,98	8,36	220,3	0,2	1,5	52	19	120	21,8	2
224/2004	Рагу из овощей	180	2,80	13,20	17,20	199,00	0,08	10,40	37,20	28,60	74,00	33,30	1,20
707/2004	Сок плодовой	180	0	0	24,4	97,6	0,01	14	0,1	34	36	12	0,6
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек В"	45	3,6	0,5	22,1	104,4	0,05	0	0	11,7	37,4	15,8	0,45
	Хлеб Дарницкий ржан.	60	5,3	0,9	30,0	300,6	0	0	0	13,1	60,8	28,4	0,5
	Итого обед	925	32,83	41,73	134,66	1206,90	0,64	49,60	91,91	249,20	432,70	186,60	7,45
	Итого за день		54,51	58,43	238,28	1798,90	0,81	68,00	127,46	516,83	619,34	270,74	10,08

Неделя вторая День четвертый													
Завтрак													
20/2003	Салат из разных овощей	100	0,67	5,01	7,85	81,16	0,17	7,01	5,01	20,88	2,34	13,86	1,34
365/2004	Суфле творожное с молоком сгущенным	170/30	27,30	15,60	28,30	369,00	0,00	0,40	0,03	278,00	111,00	42,00	1,00
628/1996	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	13,70	53,00	0,05	9,40	0,10	59,90	70,00	27,00	0,80
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	50	3,06	4,07	19,29	92,57	0,03	0,00	0,00	10,37	33,25	13,97	0,21
	Итого завтрак	550	31,23	24,68	69,14	595,73	0,25	16,81	5,14	389,15	216,59	96,83	3,35
Обед													
140/2004	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	250/5	3,80	3,40	18,80	122,00	0,11	11,40	0,00	70,70	66,65	27,00	1,10
ТТК №434	Фрикадельки из курицы, тушеные в соусе	100/30	15,20	16,70	7,25	228,70	0,02	0,50	0,00	23,30	287,50	20,00	0,90
523/197	Рис припущенный с маслом сливочным	180	4,30	7,20	44,50	264,00	0,20	0,00	0,00	90,00	102,00	37,20	1,10
707/2004	Напиток из плодов шиповника	180	0,5	0,2	24,3	100	0,1	82,8	0,1	68,6	10	8,1	1,3
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	50	3,06	4,07	19,29	92,57	0,03	0,00	0,00	10,37	33,25	13,97	0,21
	Хлеб Дарницкий ржан.	60	5,3	0,9	30,0	300,6	0	0	0	13,1	60,8	28,4	0,5
	Итого обед	655	32,16	32,47	144,14	1107,87	0,46	94,70	0,10	276,07	560,20	134,67	5,11
	Итого за день		63,39	57,15	213,28	1703,60	0,71	111,51	5,24	645,22	776,79	231,50	8,46

Неделя вторая День пятый													
Завтрак													
ТТК №117	Салат "Розовый"	100	3,20	10,20	6,40	130,00	0,20	6,20	0,70	34,40	65,30	33,60	1,60
333/2004	Макароны с сыром	150	8,60	11,80	27,50	253,00	0,00	0,00	0,00	0,00	114,00	45,00	0,00
693/2004	Какао с молоком	180	3,5	3,5	22,0	129,0	0	0,5	0,03	100	112	25	0,13
ТТК №369	Бутерброд с повидлом	25/20	2,20	0,80	25,50	117,00	0,10	0,00	0,00	8,30	0,20	0,00	0,70
	Фрукт свежий	100	0,4	0	10,4	45	0,01	5	0,05	14	13,5	8,5	0,3
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	25	1,6	0,2	9,8	46,4	0,02	0	0	5,2	16,6	7	0,1
	Итого завтрак	600	19,50	26,50	101,60	720,40	0,33	11,70	0,78	161,90	321,60	119,10	2,83
Обед													

131/2004	Рассольник "Домашний" со сметаной, с мясом	250/5/5	4,10	6,90	14,10	135,40	0,10	21,80	2,25	128,60	2,20	45,00	1,90
391/04	Шницель рыбный натуральный	100	17,30	4,69	10,30	161,30	0,10	3,92	17,94	58,16	246,08	43,21	1,31
538/97	Пюре картофельное с маслом сливочным	180	3,70	8,04	26,30	238,00	0,00	12,30	0,03	158,40	133,00	50,40	1,10
646/1994	Напиток апельсиновый	180	0,2	0	20,9	79	0,1	36,6	0,1	68,6	17	4,8	1
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	50	3,06	4,07	19,29	92,57	0,03	0,00	0,00	10,37	33,25	13,97	0,21
	Хлеб Дарницкий ржан.	60	5,3	0,9	30,0	300,6	0	0	0	13,1	60,8	28,4	0,5
	Итого обед	830	36,86	34,80	127,29	1136,87	0,53	80,82	21,02	471,63	557,63	219,38	7,62
	Итого за день		56,36	61,30	228,89	1857,27	0,86	92,52	21,80	633,53	879,23	338,48	10,45
	Среднее за неделю		59,7	62,5	222,2	1807,6	1,6	78,2	56,4	566,7	774,6	278,6	10,3

Неделя третья День первый													
Завтрак													
257/1996	Каша молочная манная с маслом сливочным	200/5	7,8	3,2	39,7	220	0,1	1,7	0	130,4	13,2	36,9	0,8
693/2004	Какао с молоком	180	3,5	3,5	22,0	129,0	0	0,5	0,03	100	112	25	0,13
3/04	Бутерброд с маслом сыром	25/5/10	9,30	11,60	12,80	131,40	0,02	0,00	35,40	4,93	16,44	5,74	0,37
Пр	Фрукт свежий	200	0,8	0	20,8	90	0,02	10	0,1	28	27	17	0,6
Пр	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	30	2,28	0,30	14,52	69,60	0,03	0,00	0,00	7,80	25,00	10,50	0,16
Итого завтрак		655	23,68	18,60	109,82	640,00	0,17	12,20	35,53	271,13	193,64	95,14	2,06
Обед													
ТТК141	Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	250/5/5	4,20	6,90	12,10	131,80	0,02	24,80	0,00	162,40	31,00	20,20	4,60
50/2003	Котлета "Детская" с соусом красным основным	100/20	16,20	9,80	11,50	200,00	0,10	0,00	53,30	20,80	122,00	25,30	2,00
527/97	Рис припущенный с маслом сливочным	180	4,30	7,20	44,50	264,00	0,20	0,00	0,00	90,00	102,00	37,20	1,10
ТТК№345	Овощная добавка (огурцы свежие) - овощи свежего урожая	100	0,80	0,00	2,60	14,00	0,00	2,60	0,00	14,00	0,00	0,00	0,40
110/2011	С 1 марта х/з из вареных овощей.Икра овощная	100	1,67	7,18	9,69	109,05	0,17	4,18	2,84	37,58	41,25	12,53	0,84
ТТК №334	Компот из ягод	180	1	0	14,7	86,7	0	16,4	0	53,3	0	0	0,7
Пр	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	45	3,6	0,5	22,1	104,4	0,05	0	0	11,7	37,4	15,8	0,45
Пр	Хлеб Дарницкий ржан.	60	5,3	0,9	30,0	300,6	0	0	0	13,1	60,8	28,4	0,5
Итого обед		945	37,07	32,43	147,19	1210,55	0,54	47,98	56,14	402,88	394,45	139,43	10,59
Итого за день			60,75	51,03	257,01	1850,55	0,70	52,80	53,50	626,00	589,80	198,60	11,46

Неделя третья День второй													
Завтрак													
ТТК № 89	Запеканка творожно-морковная с молоком сгущенным	200/20	21,70	15,70	21,80	314,00	0,15	0,20	0,10	208,00	222,00	45,00	0,80
628/96	Чай с сахаром	180	0,20	0,00	13,70	53,00	0,05	9,40	0,10	59,90	70,00	27,00	0,80
1/2004	Бутерброд с маслом	25/10	1,50	7,80	9,80	114,00	0,02	0,00	35,40	4,93	18,44	5,74	0,37
	Фрукт свежий	200	0,8	0	20,8	90	0,02	10	0,1	28	27	17	0,6
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	30	2,28	0,30	14,52	69,60	0,03	0,00	0,00	7,80	25,00	10,50	0,16
	Итого завтрак	665	26,48	23,80	80,62	640,60	0,27	19,60	35,70	308,63	360,44	105,24	2,73
Обед													
ТТК № 98	Свекольник со сметаной, с мясом	250/5/5	4,50	4,90	19,60	130,20	0,23	23,20	0,00	114,50	73,70	39,00	2,60
439/2004	Печень, тушенная в сметанном соусе	100/50	12,80	9,60	4,80	162,31	0,10	7,90	5,84	32,37	241,17	16,25	4,60
538/97	Пюре картофельное с маслом сливочным	180	3,70	8,04	26,30	238,00	0,00	12,30	0,03	158,40	133,00	50,40	1,10
698/97	Компот из свежих плодов	180	0,2	0	23,6	90,9	0,1	35,6	0,1	57,7	10	8,2	1,5
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	45	3,6	0,5	22,1	104,4	0,05	0	0	11,7	37,4	15,8	0,45
	Хлеб Дарницкий ржан.	60	5,3	0,9	30,0	300,6	0	0	0	13,1	60,8	28,4	0,5
	Итого обед	875	30,10	23,89	126,40	1026,41	0,48	79,00	5,97	387,77	556,07	158,05	10,75
	Итого за день		56,58	47,69	207,02	1667,01	0,75	98,60	41,67	696,40	916,51	263,29	13,48

Неделя третья День третий													
Завтрак													
тпк 232	Морковь с изюмом	100	1,20	2,00	29,20	135,00	0,00	3,50	0,00	23,20	30,70	22,40	0,70
302/2004	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	200/5	7,60	7,80	33,30	233,80	0,10	1,70	0,00	121,80	19,60	65,50	0,40
ТТК165	Чай "Детский" на цельном молоке	180	1,5	1,6	15,8	81	0	6,7	0,05	96,5	105	14	0,7
1/2004	Бутерброд с маслом	25/10	1,50	7,80	9,80	114,00	0,02	0,00	35,40	4,93	18,44	5,74	0,37
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	30	2,28	0,30	14,52	69,60	0,03	0,00	0,00	7,80	25,00	10,50	0,16
	Итого завтрак	550	12,88	17,50	73,42	498,40	0,15	8,40	35,45	231,03	166,04	95,74	1,63
Обед													
ТТК № 90	Суп из сборных овощей с зеленым горошком, со сметаной, мясом	250/5/5	3,30	4,50	6,50	81,60	0,20	20,00	0,25	130,00	85,00	39,00	1,50
473/2004	Шницель мясной, соус красный основной	100/30	15,30	5,50	15,30	173,80	0,10	2,20	28,75	46,70	166,38	32,13	2,00
469/1996	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	100	3,50	3,20	21,00	128,00	0,10	3,00	0,00	22,00	28,00	29,00	0,00
табл 24/2004	Горошек зеленый консервированный	80	24,80	0,80	52,00	320,00	0,32	0,00	0,00	120,00	432,00	83,20	9,92
705/2004	Напиток из плодов шиповника	180	0,5	0,2	24,3	100	0,1	82,8	0,1	68,6	10	8,1	1,3
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	45	3,6	0,5	22,1	104,4	0,05	0	0	11,7	37,4	15,8	0,45
	Хлеб Дарницкий ржан.	60	5,3	0,9	30,0	300,6	0	0	0	13,1	60,8	28,4	0,5
	Итого обед	855	56,30	15,55	171,20	1208,40	0,82	108,00	29,10	412,10	819,58	235,63	15,67
	Итого за день		69,18	33,05	244,62	1706,80	0,97	116,40	64,55	643,13	985,62	331,37	17,30

Неделя третья День четвертый													
Завтрак													
345/2004	Омлет с отварным картофелем, запеченный, с маслом сливочным	200	21,80	25,50	15,70	377,70	0,02	3,90	0,00	193,50	20,30	16,00	0,70
693/2004	Какао с молоком	180	3,5	3,5	22,0	129,0	0	0,5	0,03	100	112	25	0,13
3/04	Бутерброд с маслом, сыром	25/5/10	9,30	11,80	12,80	131,40	0,02	0,00	35,40	4,93	16,44	5,74	0,37
	Фрукт свежий	100	0,6	0	13,9	60	0,1	6,7	0,1	18,7	18	11,3	0,4
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	30	2,28	0,30	14,52	69,60	0,03	0,00	0,00	7,80	25,00	10,50	0,16
	Итого завтрак	550	37,48	40,90	78,92	767,70	0,17	11,10	35,53	324,93	191,74	68,54	1,76
Обед													
ТТК №74	Салат "Золушка"	100	1,80	10,00	8,80	133,00	0,02	3,60	1,70	17,50	55,00	15,90	0,40
147/2004	Суп с макаронными изделиями с курицей	250/5	3,90	5,00	14,20	114,00	0,10	15,00	0,00	87,10	23,20	27,00	1,80
1319	Шницель куриный с соусом красным основным	100	15,20	12,70	15,50	239,00	0,02	1,80	0,00	32,50	25,00	287,00	2,00
527/1997	Рис припущенный с маслом сливочным	180	4,30	7,20	44,50	264,00	0,20	0,00	0,00	90,00	102,00	37,20	1,10
646/1994	Напиток апельсиновый	180	0,2	0	15,9	59	0,1	36,6	0,1	68,6	17	4,8	1
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	45	3,6	0,5	22,1	104,4	0,05	0	0	11,7	37,4	15,8	0,45
	Хлеб Дарницкий ржан.	60	5,3	0,9	30,0	300,6	0	0	0	13,1	60,8	28,4	0,5
	Итого обед	920	34,30	36,25	151,00	1214,00	0,49	57,00	1,80	320,50	320,40	416,10	7,25
	Итого за день		71,78	77,15	229,92	1981,70	0,66	68,10	37,33	645,43	512,14	484,64	9,01

Неделя третья День пятый													
Завтрак													
ТТК № 111	Винегрет овощной с зеленым горошком (овощи свежего урожая)	100	1,80	10,40	7,70	130,60	0,17	13,40	0,17	28,20	69,40	16,70	0,70
ТТК № 168	С 1 марта х/з из вареных овощей. Салат картофельный с соленым огурцом	100	1,30	10,20	8,40	131,60	0	5,80	0	89,70	52,63	87,00	0,71
257/1996	Каша молочная из хлопьев "Геркулес" с маслом сливочным	200/5	7,80	5,40	34,40	219,00	0,20	4,50	0,00	148,00	39,00	69,30	1,80
686/2004	Чай с лимоном	200	0,2	0	15,1	54	0	12	0,1	70	69,3	26,7	1
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	45	3,6	0,5	22,1	104,4	0,05	0	0	11,7	37,4	15,8	0,45
	Итого завтрак	550	14,70	26,45	87,70	639,60	0,42	35,70	0,27	347,60	267,73	215,50	4,66
Обед													
ТТК №67	Салат из св.капусты с яблоками (овощи свежего урожая)	100	1,50	3,20	5,40	57,00	0,10	15,20	0,10	40,00	77,00	17,80	0,80
4/2003	С 1 марта х/з из вареных овощей. Салат "Нежный"	100	1,30	9,30	6,60	113,60	0,10	3,60	5,00	17,20	33,00	15,20	1,00
131/2004	Рассольник "Домашний" со сметаной, мясом	250/5/5	4,10	6,90	14,10	135,40	0,10	21,80	2,25	128,60	2,20	45,00	1,90
388/2004	Биточки рыбные с соусом белым	100/20	15,18	5,13	9,71	145,60	0,07	1,04	28,90	59,88	199,66	26,72	0,75
538/97	Пюре картофельное с маслом сливочным	180	3,70	8,04	26,30	238,00	0,00	12,30	0,03	158,40	133,00	50,40	1,10
707/2004	Сок натуральный	180	0	0	24,4	97,6	0,01	14	0,1	34	36	12	0,6
	Хлеб пшеничный обогащенный "Валетек 8"	55	4,56	0,6	29,4	139,2	0,06	0	0	15,6	49,8	21	0,3
	Хлеб Дарницкий ржан.	60	5,3	0,9	30,0	300,6	0	0	0	13,1	60,8	28,4	0,5
	Итого обед	955	34,14	30,87	140,51	1170,00	0,34	52,74	36,28	426,78	514,46	198,72	6,15
	Итого за день		48,84	57,32	228,21	1809,60	0,76	88,44	36,55	774,38	782,19	414,22	10,81
	Среднее за неделю		58,49	47,96	215,82	1675,21	0,68	77,73	46,67	607,55	703,71	295,32	11,48

Технолог

Т.А. Юланова