



НЕЛЬГОТНАЯ КАТЕГОРИЯ - 1 СМЕНА

Примерное дотационное циклическое меню на ЗАВТРАКИ

для детей с пищевой аллергией с исключением цельного молока,

молочных, кисломолочных продуктов и блюд их содержащих.

для учащихся с 1-4 кл. общеобразовательных школ на 2024 уч.год. 1 смена

Возрастная категория: 7-11 лет (1-4 классы)

КГ МУТП "Сияние Севера"

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные вещества (мг)				Витамины			
			всего	всего			Ca	Mg	P	Fe	A (рет.экв.)	B2 (мг)	B1 (мг)	C (мг)
1 день														
413/04	Колбаски детские отварные	100	9,00	8,49	0,80	115,61	40,00	20,00	110,00	0,08	0,10	0,01	0,00	0,00
ТТК 1023	Макаронные изделия отварные с маслом растительным	200	4,61	8,06	30,12	211,46	138,00	10,20	105,00	0,6	158,00	0,22	0,13	0,14
ТК 357	Напиток Витошка с витаминами и пребиотиком	200	0,20	0,00	11,80	48,00	10,00	3,00	2,00	0,06	0,00	0,02	0,06	12,00
	Хлеб пшеничный	37,5	2,90	0,30	18,50	88,30	7,50	5,25	24,40	0,04	0,00	0,01	0,04	0,00
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,50	0,30	7,50	38,70	10,60	6,60	21,20	0,62	0,900	0,02	0,04	0,00
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60	16,00	9,00	11,00	1,25	0,00	0,02	0,03	7,00
	Итого за прием		18,61	17,55	78,32	545,67	222,10	54,05	273,60	2,65	159,00	0,30	0,30	19,14
2 день														
451/04	Шницель из мяса говядины	100	4,10	2,63	18,50	114,07	17,50	8,75	54,40	1,00	8,80	0,14	0,140	2,07
ТТК№23	Рис с овощами (с маслом растительным)	160/40	10,30	14,51	19,65	250,39	180,68	23,15	155,62	0,00	153,43	0,163	0,045	4,10
685/04	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	2,10	8,40	16,00	6,00	8,00	0,008	0,00	0,00	0,00	0,20
	Хлеб пшеничный	37,5	2,90	0,30	18,50	88,30	7,50	5,25	24,40	0,04	0,00	0,01	0,04	0,00
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,50	0,30	7,50	38,70	10,60	6,60	21,20	0,62	0,900	0,02	0,04	0,00
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60	16,00	9,00	11,00	1,25	0,00	0,02	0,03	7,00
	Итого за прием		19,20	18,14	75,85	543,46	248,28	58,75	274,62	2,92	163,13	0,35	0,30	13,37

		3 день												
493/04	Птица, запеченная с маслом растительным	120	9,75	14,92	0,60	175,68	184,25	5,00	105,00	0,21	22,10	0,02	0,00	0,06
ТТК 21	Каша гречневая с овощами (без масла сливочного)	160/40	4,20	3,10	28,90	160,30	44,00	30,00	102,00	0,36	25,00	0,03	0,04	0,50
№700(2004)	Напиток клюквенный	200	0,00	0,00	18,60	74,40	12,00	6,00	8,00	0,08	120,00	0,24	0,15	7,00
	Хлеб пшеничный	37,5	2,90	0,30	18,50	88,30	7,50	5,25	24,40	0,41	0,00	0,01	0,04	0,00
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,50	0,30	7,50	38,70	10,60	6,60	21,20	0,62	0,900	0,02	0,04	0,00
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60	16,00	9,00	11,00	1,25	0,00	0,02	0,03	7,00
	Итого за прием		18,75	19,02	83,70	580,98	274,35	61,85	271,60	2,93	168,00	0,34	0,30	14,56
		4 день												
ТТК 156	Котлета рыбная "По-волжски"	100	9,54	15,09	8,26	207,01	175,79	7,89	110,00	0,28	100,00	0,05	0,02	0,40
№ 518(04)	Картофель отварной с маслом растительным	200	4,20	3,60	25,20	150,00	52,00	26,00	100,00	0,36	70,00	0,08	0,10	3,00
ТТК 360	Напиток из смеси ягод Я-Яшка №1	200	0,00	0,00	14,00	56,00	12,00	6,00	8,00	0,08	0,00	0,10	0,06	7,00
	Хлеб пшеничный	37,5	2,90	0,30	18,50	88,30	7,50	5,25	24,40	0,41	0,00	0,01	0,04	0,00
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,50	0,30	7,50	38,70	10,60	6,60	21,20	0,62	0,900	0,02	0,04	0,00
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60	16,00	9,00	11,00	1,25	0,00	0,02	0,03	2,00
	Итого за прием		18,54	19,69	83,06	583,61	273,89	60,74	274,60	3,00	170,90	0,28	0,29	12,40
		5 день												
444/04	Плов по-узбекски	50/150	12,80	16,50	34,60	338,10	180,16	30,75	170,40	0,67	152,00	0,17	0,12	4,78
101/04	Подгарнировка (огурец консервированный)	45	0,20	0,60	5,20	27,00	54,00	26,00	20,00	1,10	20,00	0,08	0,20	3,00
ТТК 374	Морс клюквенный	200	0,00	0,00	11,60	46,40	16,00	6,00	8,00	0,05	0,00	0,06	0,02	2,20
	Хлеб пшеничный	37,5	2,90	0,30	18,50	88,30	7,50	5,25	24,40	0,41	0,00	0,01	0,04	0,00
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,50	0,30	7,50	38,70	10,60	6,60	21,20	0,62	0,900	0,02	0,04	0,00
	Итого за прием		17,40	17,70	77,40	538,50	268,26	74,60	244,00	2,85	172,90	0,34	0,42	9,98
		6 день												
476/97	Котлета Домашняя с маслом растительным	100/5	9,39	15,02	12,05	220,94	173,80	11,80	113,20	0,36	90,10	0,08	0,00	0,00
ТТК 371	Овощи тушеные Гавайская смесь	200	4,20	3,60	25,20	150,00	54,00	26,00	100,00	0,10	70,00	0,08	0,20	3,00
ТТК375	Морс клюквенный	200	0,20	0,00	15,80	64,00	24,00	8,00	14,00	1,5	0,00	0,10	0,00	10,00
	Хлеб пшеничный	37,5	2,90	0,30	18,50	88,30	7,50	5,25	24,40	0,41	0,00	0,01	0,04	0,00
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,50	0,30	7,50	38,70	10,60	6,60	21,20	0,62	0,900	0,02	0,04	0,00
	Итого за прием		18,19	19,22	79,05	561,94	269,90	57,65	272,80	2,99	161,00	0,29	0,28	13,00
	Итого за 6 дней:		110,69	111,32	477,38	3354,16	1556,78	367,64	1611,22	17,34	994,93	1,90	1,88	82,45
	В среднем за 1 день:		18,45	18,55	79,56	559,03	259,46	61,27	268,54	2,89	165,82	0,32	0,31	13,74

		7 день													
719/04	Пельмени отварные с маслом растительным	200/5	10,01	14,80	31,60	299,64	168,00	15,25	166,00	0,8	96,000	0,010	0,02	0,22	
685/04	Чай с сахаром и лимоном	200	4,00	3,80	11,10	94,60	21,00	18,00	31,00	0,13	55,50	0,28	0,16	5,00	
	Хлеб пшеничный	37,5	2,90	0,30	18,50	88,30	7,50	5,25	24,40	0,41	0,00	0,01	0,04	0,00	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,50	0,30	7,50	38,70	10,60	6,60	21,20	0,62	0,900	0,02	0,04	0,00	
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60	16,00	9,00	11,00	1,25	0,00	0,02	0,03	7,00	
	Итого за прием		18,81	19,60	78,30	564,84	223,10	54,10	253,60	2,41	152,40	0,34	0,29	12,22	
		8 день													
437/04	Гуляш (говядина)	60/60	10,60	13,05	9,04	196,01	172,00	3,06	105,07	1,43	145,35	0,100	0,00	0,00	
511/04	Рис отварной	180	3,80	3,40	23,50	139,80	48,60	31,00	100,80	0,20	10,80	0,13	0,18	2,05	
ТТК 374	Морс клюквенный	200	0,00	0,00	14,00	56,00	12,00	6,00	8,00	0,08	0,00	0,01	0,00	10,00	
	Хлеб пшеничный	37,5	2,90	0,30	18,50	88,30	7,50	5,25	24,40	0,41	0,00	0,01	0,04	0,00	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,50	0,30	7,50	38,70	10,60	6,60	21,20	0,62	0,900	0,02	0,04	0,00	
	Итого за прием		18,80	17,05	72,54	518,81	250,70	51,91	259,47	2,74	157,05	0,27	0,26	12,05	
		9 день													
ТТК 9.С.С.	Котлета Воздушная (филе куриное, без молока и масла сливочного)	100	7,75	7,52	3,18	111,40	57,60	5,00	84,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	
ТТК 1023	Макаронные изделия отварные с маслом растительным	200	6,61	10,06	25,12	217,46	167,00	30,20	125,00	0,8	148,00	0,2	0,013	0,14	
705/04	Напиток из шиповника	200	0,00	0,00	18,60	74,40	12,00	6,00	8,00	0,8	20,00	0,10	0,18	7,00	
	Хлеб пшеничный	37,5	2,90	0,30	18,50	88,30	7,50	5,25	24,40	0,41	0,00	0,01	0,04	0,00	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,50	0,30	7,50	38,70	10,60	6,60	21,20	0,62	0,900	0,02	0,04	0,00	
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60	16,00	9,00	11,00	0,25	0,00	0,02	0,03	7,00	
	Итого за прием		19,16	18,58	82,50	573,86	270,70	62,05	273,60	2,92	168,90	0,35	0,30	14,14	

		10 день												
ТТК53	Салат из свеклы	100	1,40	1,10	3,30	28,70	39,00	6,00	8,00	0,10	27,00	0,06	0,04	2,20
178/03	Оладьи из печени по-кунцевски	80/30	9,55	14,33	12,60	217,57	155	5,25	110,00	0,90	127,00	0,11	0,05	2,70
ТТК 371	Овощи тушеные Гавайская смесь	180	3,80	3,40	23,50	139,80	48,60	31,00	100,80	0,16	10,80	0,13	0,13	2,05
700/04	Напиток клюквенный	200	0,00	0,00	14,00	56,00	12,00	6,00	8,00	0,8	0,00	0,01	0,00	7,00
	Хлеб пшеничный	37,5	2,90	0,30	18,50	88,30	7,50	5,25	24,40	0,41	0,00	0,01	0,04	0,00
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,50	0,30	7,50	38,70	10,60	6,60	21,20	0,62	0,900	0,02	0,04	0,00
	Итого за прием		19,15	19,43	79,40	569,07	272,70	60,10	272,40	2,99	165,70	0,34	0,30	13,95
		11 день												
ТТК 329	Котлета Городская (без молока и масла сливочного)	100	9,33	11,02	8,00	168,50	183,80	11,80	112,20	0,36	90,10	0,05	0,00	0,00
ТТК 23	Рис с овощами	160/40	4,60	7,40	25,50	187,00	31,20	22,60	97,60	0,26	65,20	0,04	0,08	3,00
ТТК 360	Напиток из смеси ягод Я-Яшка №1	200	0,00	0,00	14,00	56,00	12,00	6,00	8,00	0,08	0,00	0,01	0,05	5,00
	Хлеб пшеничный	37,5	2,90	0,30	18,50	88,30	7,50	5,25	24,40	0,41	0,00	0,01	0,04	0,00
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,50	0,30	7,50	38,70	10,60	6,60	21,20	0,62	0,900	0,02	0,04	0,00
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60	16,00	9,00	11,00	1,25	0,00	0,2	0,03	7,00
	Итого за прием		18,73	19,42	83,10	582,10	261,10	61,25	274,40	2,98	156,20	0,33	0,24	15,00
		12 день												
476/97	Котлета Домашняя с маслом сливочным	100/10	9,88	16,12	12,06	232,84	184,80	11,83	116,25	1,30	122,60	0,056	0,12	0,00
534/04	Капуста тушеная	200	4,00	2,60	20,40	121,00	56,00	23,00	35,00	0,6	37,00	0,23	0,03	3,00
639/04	Напиток из сухофруктов	200	0,00	0,00	14,00	56,00	12,00	6,00	8,00	0,08	0,00	0,01	0,01	5,00
	Хлеб пшеничный	37,5	2,90	0,30	18,50	88,30	7,50	5,25	24,40	0,40	0,00	0,01	0,04	0,00
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,50	0,30	7,50	38,70	10,60	6,60	80,00	0,62	0,900	0,02	0,04	0,00
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60	16,00	9,00	11,00	0,00	0,00	0,01	0,01	7,00
	Итого за прием		18,68	19,72	82,06	580,44	286,90	61,68	274,65	3,00	160,50	0,34	0,25	15,00
	Итого за 6 дней:		113,33	113,80	477,90	3389,12	1565,20	351,09	1608,12	17,04	960,75	1,97	1,64	82,36
	В среднем за 1 день:		18,89	18,97	79,65	564,85	260,87	58,52	268,02	2,84	160,13	0,33	0,27	13,73
	Итого за 12 дней:		224,02	225,12	955,28	6743,28	3121,98	718,73	3219,34	34,38	1955,68	3,87	3,52	164,81
	В среднем за 1 день:		18,67	18,76	79,61	561,94	260,17	59,89	268,28	2,87	162,97	0,32	0,29	13,73

Примечание: Допускается замена одного дня другим.



НЕЛЬГОТНАЯ КАТЕГОРИЯ - 1 СМЕНА
Примерное циклическое меню на ОБЕДЫ

для детей с пищевой аллергией с исключением цельного молока
молочных, кисломолочных продуктов и блюд их содержащих.

нелъготной категории учащихся с 1-4 кл. для общеобразовательных школ на 2024 уч.год

Возрастная категория: 7-11 лет (1-4 классы)

KGTUPTP "Сияние Севера"

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные вещества (мг)				Витамины			
			всего	всего			Са	Mg	P	Fe	A (рети.а.)	B2 (мг)	B1 (мг)	C (мг)
Обед 1 день														
139/04	Суп с бобовыми и мясом	200/30	6,45	10,02	22,05	204,18	173,80	11,80	113,20	1,36	90,10	0,09		5,00
437/04	Гуляш (говядина)	60/60	6,80	11,05	9,04	162,81	102,00	3,06	105,07	0,143	115,35	0,140		
Таб.4, 508/04	Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным	200	4,60	5,20	35,00	205,20	44,00	38,00	82,00	0,032	10,10	0,14	0,1	
ГТК357	Напиток Витошка с витаминами и пребиотиками	200	0,20		16,80	68,00	10,00	3,00	2,00	0,06	0,20	0,02	0,16	9,00
	Хлеб пшеничный	50	3,77	0,12	12,05	64,36	9,75	6,83	31,72	0,53		0,01	0,05	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,88	0,38	9,38	48,46	13,25	8,25	26,50	0,77	1,120	0,03	0,05	
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60	16,00	9,00	11,00	1,25		0,02	0,03	7,00
	Итого за прием		24,10	27,17	113,92	796,61	368,80	79,94	371,49	4,00	216,87	0,45	0,39	21,00
Обед 2 день														
148/04	Лапша Домашняя с мясом	200/30	8,31	10,88	20,06	211,40	140,24	26,51	90,87	0,47	39,400	0,1	0,03	2,60
456/04	Зразы рубленые (говядина, без молока и масла сливочного)	100	9,54	10,05	6,88	156,13	85,80	12,80	119,20	1,02	85,00	0,25	0,11	
541/04	Рагу из овощей	200	2,04	5,10	23,47	147,94	80,33	15,14	75,53	0,03	92,00	0,02	0,10	4,00
ГТК 700	Морс клюквенный	200			14,00	56,00	12,00	6,00	8,00	0,08		0,01	0,02	7,00
	Хлеб пшеничный	50	3,77	0,12	24,05	112,36	9,75	6,83	31,72	0,53		0,01	0,05	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,88	0,38	9,38	48,46	13,25	8,25	26,50	0,77	1,120	0,03	0,05	
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60	16,00	9,00	11,00	1,25		0,02	0,03	7,00
	Итого за прием		25,94	26,93	107,44	775,89	357,37	84,53	362,82	4,15	217,52	0,44	0,39	20,60

	Обед 3 день													
139/04	Суп картофельный с фасолью и мясом	200/25	7,40	9,00	30,95	234,40	129,72	20,91	110,75	1,50	153,780	0,25	0,17	3,54
444/04	Плов по-узбекски	60/140	12,00	16,60	28,70	312,20	150,16	30,75	170,40	0,07	62,00	0,1	0,06	1,78
705/04	Напиток из шиповника	200			14,00	56,00	12,00	6,00	8,00	0,08		0,01		7,00
	Хлеб пшеничный	50	3,77	0,12	24,05	112,36	9,75	6,83	31,72	0,53		0,01	0,05	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,88	0,38	9,38	48,46	13,25	8,25	26,50	0,77	1,120	0,03	0,05	
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60	16,00	9,00	11,00	1,25		0,02	0,03	7,00
	Итого за прием		25,45	26,50	116,68	807,02	330,88	81,74	358,37	4,20	216,90	0,42	0,36	19,32
	Обед 4 день													
132/04	Рассольник Ленинградский (с перловой крупой) с мясом	200/30	6,35	8,64	25,28	204,28	110,00	33,00	107,78	0,18	72,00	0,31	0,20	3,50
451/04	Биточек из говядины	100	7,33	15,02	8,00	196,50	163,80	5,80	54,20	0,36	105,10	0,25	0,03	4,40
333, 516/04	Макаронные изделия отварные с маслом растительным	200	3,80	3,40	23,50	139,80	48,60	16,00	100,80	0,26	20,80	0,13	0,04	2,05
ТТК 9	Напиток из яблос и клюквы	200			14,00	56,00	12,00	6,00	8,00	0,8	20,20	0,01	0,16	3,00
	Хлеб пшеничный	50	3,77	0,12	24,05	112,36	9,75	6,83	31,72	0,53		0,01	0,05	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,88	0,38	9,38	48,46	13,25	8,25	26,50	0,77	1,120	0,03	0,05	
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60	16,00	9,00	11,00	1,25		0,02	0,03	7,00
	Итого за прием		23,53	27,06	113,81	757,40	373,40	84,88	340,00	4,15	219,22	0,45	0,36	19,95
	Обед 5 день													
110/04	Борщ с капустой и картофелем с мясом	200/25	8,35	9,40	23,32	211,28	104,84	21,57	88,38	0,38	20,880	0,020	0,01	1,50
451/04	Шницель из говядины	100	7,33	12,02	8,00	169,50	183,80	5,80	64,20	0,14	65,10	0,15		0,40
520/04	Пюре картофельное (без молока)	200	4,20	3,77	26,06	154,97	53,40	37,56	110,77	0,32	11,88	0,15	0,09	1,53
ТТК357	Напиток клюквенный	200			18,60	74,40	12,00	6,00	8,00	0,8	120,00	0,04	0,15	1,00
	Хлеб пшеничный	50	3,77	0,12	24,05	112,36	9,75	6,83	31,72	0,53		0,01	0,05	9,00
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,88	0,38	9,38	48,46	13,25	8,25	26,50	0,77	1,120	0,03	0,05	
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60	16,00	9,00	11,00	1,25		0,02	0,03	7,00
	Итого за прием		25,93	26,09	109,41	770,97	377,04	86,01	340,57	4,19	218,98	0,42	0,38	20,43
	Обед 6 день													
124/04	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом	200/30	8,02	8,98	11,73	159,82	95	28,6	83,63	0,38	85,58	0,3	0,02	2,50
ГТК 156	Котлета рыбная "По-волжски"	100	7,64	11,19	8,26	164,31	175,79	7,89	110,00	1,28	110,00	0,05	0,09	1,40
511/04	Рис отварной	200	3,60	5,20	35,00	201,20	44,00	11,00	112,00	0,32	31,00	0,01	0,16	
ГТК349	Напиток из смеси ягод Я-Яшка №3	200			14,00	56,00	12,00	6,00	8,00	0,08		0,01		9,00
	Хлеб пшеничный	50	3,77	0,12	24,05	112,36	9,75	6,83	31,72	0,05		0,01	0,005	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,88	0,38	9,38	48,46	13,25	8,25	26,50	0,77	1,120	0,03	0,05	
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60	16,00	9,00	11,00	1,25		0,02	0,03	7,00
	Итого за прием		25,31	26,27	112,02	785,75	365,79	77,57	382,85	4,13	227,70	0,43	0,36	19,90
	Итого за 6 дней:		150,26	160,02	673,28	4693,64	2173,28	494,67	2156,10	24,82	1317,19	2,61	2,23	121,20
	В среднем за 1 день:		25,04	26,67	112,21	782,27	362,21	82,45	359,35	4,14	219,53	0,44	0,37	20,20

Обед 7 день														
139/04	Суп с бобовыми и мясом	200/30	5,45	15,02	2,05	165,18	173,80	11,80	113,20	1,04	90,10	0,05		1,20
451/04	Котлета из говядины	100	9,60	5,05	9,04	120,01	92,00	18,06	85,07	0,04	125,35	0,230	0,04	1,20
Таб. 4. 508/04	Каша гречневая рассыпчатая	200	4,60	5,20	35,00	205,20	44,00	28,00	112,00	0,32		0,08	0,16	
ТТК 374	Морс из клюквы	200	0,20		16,80	68,00	10,00	3,00	2,00	0,08		0,02	0,06	11,00
	Хлеб пшеничный	50	3,77	0,12	24,05	112,36	9,75	6,83	31,72	0,53		0,01	0,05	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,88	0,38	9,38	48,46	13,25	8,25	26,50	0,77	1,120	0,03	0,05	
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60	16,00	9,00	11,00	1,25		0,02	0,03	7,00
	Итого за прием		25,90	26,17	105,92	762,81	358,80	84,94	381,49	4,03	216,57	0,44	0,39	20,40
Обед 8 день														
110/04	Борщ с капустой и картофелем с мясом	200/25	8,35	9,40	23,32	211,28	104,84	21,57	88,38	0,38	80,880	0,020	0,01	1,50
451/04	Биточек из говядины	100	7,33	10,02	8,00	151,50	183,80	5,80	74,20	0,36	85,10	0,15	0,16	1,40
ТТК 333.516/04	Макаронные изделия отварные с маслом растительным	200	5,60	5,80	26,50	180,60	31,20	22,60	97,60	0,46	65,20	0,24	0,08	3,20
ТТК 349	Напиток из смеси ягод Я-Яшка №3	200			14,00	56,00	12,00	6,00	8,00	0,08		0,01		5,00
	Хлеб пшеничный	50	3,77	0,12	24,05	112,36	9,75	6,83	31,72	0,53		0,01	0,05	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,88	0,38	9,38	48,46	13,25	8,25	26,50	0,77	1,120	0,03	0,05	
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60	16,00	9,00	11,00	1,25		0,02	0,03	7,00
	Итого за прием		27,33	26,12	114,85	803,80	370,84	80,05	337,40	3,83	232,30	0,48	0,38	18,10
Обед 9 день														
124/04	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом	200/30	8,02	8,98	11,73	159,82	130,0	28,6	83,63	0,38	85,58	0,3	0,02	2,50
443/04	Плов из говядины	50/150	12,00	13,90	34,70	311,90	160,16	20,75	170,40	1,07	152,00	0,017	0,21	1,50
592/94	Кисель из клюквы	200	0,20		14,00	56,80	12,00	6,00	8,00	0,08		0,11		10,00
	Хлеб пшеничный	50	3,77	0,12	24,05	112,36	9,75	6,83	31,72	0,53		0,01	0,05	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,88	0,38	9,38	48,46	13,25	8,25	26,50	0,77	1,120	0,03	0,05	
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60	16,00	9,00	11,00	1,25		0,02	0,03	7,00
	Итого за прием		26,27	23,78	103,46	732,94	341,16	79,43	331,25	4,08	238,70	0,49	0,36	21,00

Обед 10 день														
157/04	Рассольник Домашний с мясом	200/20	7,60	9,15	11,95	160,55	109,72	30,91	110,75	1,05	133,780	0,20	0,07	3,54
462/04	Тефтели из говядины (2 вариант)	100	7,33	10,92	8,00	159,60	183,80	5,80	44,20	0,04	75,10	0,02		4,40
Таб№4 508/04	Каша гречневая рассыпчатая	200	3,80	3,40	33,50	179,80	38,60	16,00	100,80	0,26	10,80	0,13	0,18	2,05
	Напиток из смеси ягод Я-Яшка №1	200			14,00	56,00	12,00	6,00	8,00	0,08		0,03		4,00
	Хлеб пшеничный	50	3,77	0,12	24,05	112,36	9,75	6,83	31,72	0,53		0,01	0,05	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,88	0,38	9,38	48,46	13,25	8,25	26,50	0,77	1,120	0,03	0,05	
ГТК 157	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60	16,00	9,00	11,00	1,25		0,02	0,03	7,00
	Итого за прием		24,78	24,37	110,48	760,37	383,12	82,79	332,97	3,98	220,80	0,44	0,38	20,99
Обед 11 день														
148/04	Лапша Домашняя с мясом птицы	200/40	7,31	9,88	20,06	198,40	140,24	26,51	90,87	1,47	69,400	0,16	0,03	1,60
438/04	Азу из говядины	60/140	11,62	15,92	26,46	295,60	168,00	26,89	180,15	0,60	43,61	0,21	0,00	1,14
ГТК357	Напиток Витошка с витаминами и пребиотиком	200			18,60	74,40	12,00	6,00	8,00	0,008	110,00	0,03	0,30	12,00
	Хлеб пшеничный	50	3,77	0,12	24,05	112,36	9,75	6,83	31,72	0,05		0,01	0,05	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,88	0,38	9,38	48,46	13,25	8,25	26,50	0,77	1,120	0,03	0,005	
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60	16,00	9,00	11,00	1,25		0,02	0,03	6,00
	Итого за прием		24,98	26,70	108,15	772,82	359,24	83,48	348,24	4,15	224,13	0,46	0,41	20,74
Обед 12 день														
133/04	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/30	9,15	10,68	20,77	215,80	120,13	24,17	153,19	0,11	125,500	0,12	0,05	3,00
ГТК 65	Голубцы ленивые	200	10,80	12,50	24,60	254,10	160,16	30,75	140,40	0,67	92,00	0,17	0,23	8,78
ГТК 349	Напиток из смеси ягод Я-Яшка №3	200			13,60	54,40	16,00	6,00	8,00	0,8		0,06		2,10
	Хлеб пшеничный	50	3,77	0,12	24,05	112,36	9,75	6,83	31,72	0,53		0,01	0,05	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,88	0,38	9,38	48,46	13,25	8,25	26,50	0,77	1,120	0,03	0,05	
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60	16,00	9,00	11,00	1,25		0,02	0,03	7,00
	Итого за прием		26,00	24,08	102,00	728,72	335,29	85,00	370,81	4,13	218,62	0,41	0,41	20,88
	Итого за 6 дней:		155,26	151,22	644,86	4561,46	2148,45	495,69	2102,16	24,19	1351,12	2,72	2,33	122,11
	В среднем за 1 день:		25,88	25,20	107,48	760,24	358,08	82,62	350,36	4,03	225,19	0,45	0,39	20,35
	Итого за 12 дней:		305,52	311,24	1318,14	9255,10	4321,73	990,36	4258,26	49,02	2668,31	5,33	4,57	243,31
	В среднем за 1 день:		25,46	25,94	109,85	771,26	360,14	82,53	354,86	4,08	222,36	0,44	0,38	20,28

Примечание: Допускается замена одного дня другим.