



Предлагаемое 24-дневное меню содержит примерный перечень блюд, которые можно использовать для организации питания детей.

Меню составлено в соответствии со Сборником рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011. – 544 с.

При составлении меню учитывалось равномерность распределения калорийности рациона по дням 24-дневного периода. Предлагаемое примерное меню дает возможность организовать питание в соответствии с СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».

**Меню 1-11 классы. Комплекс I**

Наименования пищевых продуктов приведены в соответствии с утвержденной Главным государственным санитарным врачом по городу Москве от 25.06.2010 номенклатурой пищевых продуктов, используемых в питании

	Наименование	Выход, г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал	витамины, мг,				минеральные вещества, мг,					№ ТК	№ТУ	
							В 1	С	А	Е мг, ток. экв.	Са	Р	Mg	Fe	В2			І, мкг
<b>День 1 (понедельник)</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
1	Плов	150	11,40	9,75	27,15	247,50	0,09	3,44	2,48	3,92	28,2	218,1	51,0	2,43	0,12	4,46		ТУ 9214-004-62944680-10
2	Напиток кофейный на молоке	200	3,40	3,80	16,20	109,00	0,00	0,52	0,00	0,02	49,9	37,2	5,8	0,08	0,08	3,58	ТК № 2.3	
3	Фрукты и ягоды свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,0	11,0	9,0	2,20	0,02	1,25		
4	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроэлементами	40	6,40	0,40	28,00	134,20	0,08	0,00	0,00	0,52	11,6	52,0	16,8	1,44	0,2	4		
	<b>Итого:</b>		<b>23,00</b>	<b>14,35</b>	<b>80,35</b>	<b>600,80</b>	<b>0,24</b>	<b>13,96</b>	<b>0,48</b>	<b>1,20</b>	<b>194,2</b>	<b>466,8</b>	<b>75,8</b>	<b>4,71</b>	<b>0,28</b>	<b>12,33</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	1,02	6,06	4,74	76,08	0,10	4,25	0,00	3,50	29,5	56,1	21,7	1,68	0,04	3,56	ТК № 4.8	
2	Щи из свежей капусты	250	2,00	4,25	7,00	81,00	0,05	22,98	0,88	1,78	31,4	34,3	16,5	0,63	0,03	2,9		ТУ 9165-001-62944680-10
3	Гуляш	80	11,12	5,20	3,20	105,60	0,04	2,07	1,15	1,02	11,2	103,7	16,5	1,40	0,1	3,83		ТУ 9214-004-62944680-10
4	Макаронные изделия отварные	150	4,65	4,20	45,45	250,20	0,27	0,00	0,00	7,04	31,5	120,7	22,2	2,25	0	0		ТУ 9165-003-62944680-10
5	Компот из фруктов и ягод	200	0,20	0,20	27,80	125,00	0,00	1,76	0,00	0,12	6,9	5,4	4,1	0,84	0,06	2,32	ТК № 3.2, 3.3, 3.4, 3.5	
6	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроэлементами	80	12,80	0,80	56,00	268,40	0,16	0,00	0,00	1,04	23,2	104,0	33,6	2,88	0,4	8		
	<b>Итого:</b>		<b>29,79</b>	<b>20,71</b>	<b>156,29</b>	<b>906,28</b>	<b>0,62</b>	<b>31,06</b>	<b>0,04</b>	<b>6,20</b>	<b>310,7</b>	<b>520,5</b>	<b>91,0</b>	<b>6,80</b>	<b>0,56</b>	<b>37,66</b>		
<b>Полдник</b>																		
1	Ватрушка с творогом	50	6,50	3,70	22,90	150,90	0,10	0,04	0,07	1,85	26,7	43,5	3,4	0,37	0,08	0,43		ТУ 9119-012-62944680-10
2	Бийогурт	100	5,00	3,20	8,50	80,70	0,04	0,60	0,03	0,00	122,0	96,0	15,0	0,09	0,2	9		
3	Сок фруктовый ДП	200	1,40	24,40	0,04	0,02	21,00	16,00	23,00	0,70	21,0	16,0	23,0	0,7	0	0,4		
	<b>Итого:</b>		<b>10,90</b>	<b>30,30</b>	<b>31,44</b>	<b>231,62</b>	<b>0,14</b>	<b>0,64</b>	<b>0,10</b>	<b>0,85</b>	<b>248,3</b>	<b>139,5</b>	<b>20,4</b>	<b>0,46</b>	<b>0,28</b>	<b>25,70</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>63,69</b>	<b>65,36</b>	<b>268,08</b>	<b>1738,70</b>	<b>0,99</b>	<b>45,66</b>	<b>0,62</b>	<b>8,25</b>	<b>753,3</b>	<b>1126,8</b>	<b>187,2</b>	<b>11,97</b>	<b>1,12</b>	<b>75,69</b>		
<b>День 2 (вторник)</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
1	Изделия фигурные и хлопья из круп, сладкие, обогащенные микроэлементами с молоком	200	7,28	6,76	36,92	225,60	0,08	2,60	0,04	0,18	240,0	180,0	28,0	0,20	0,5	18,36	ТК № 6.3	
2	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	14,00	56,00	0	0,06	0	0	19,2	5,8	6,6	0,58	0	0	ТК № 2.4	
3	Пирожок с яблочным джемом	50	3,05	2,95	32,00	166,75	0,08	0,10	0,02	0,63	17,8	66,1	9,0	0,43	0,05	0,19		ТУ 9119-012-62944680-10
	<b>Итого:</b>		<b>10,73</b>	<b>12,71</b>	<b>78,92</b>	<b>448,35</b>	<b>0,16</b>	<b>2,76</b>	<b>0,06</b>	<b>0,81</b>	<b>162,5</b>	<b>253,5</b>	<b>41,0</b>	<b>1,41</b>	<b>0,15</b>	<b>27,36</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат из белокочанной капусты	60	0,96	3,06	4,14	48,00	0,02	23,40	0,02	1,50	31,2	16,2	9,0	0,42	0,02	1,47	ТК № 4.21	
2	Суп картофельный с горохом	250	4,75	4,75	17,75	132,75	0,23	7,13	0,88	4,30	45,5	107,9	36,8	2,65	0,08	3,35		ТУ 9165-001-62944680-10
3	Сухарики	10	1,11	0,38	7,62	39,04	0,02	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	0,0	0,00	0,01	0	ТК № 6.5	
4	Изделия формованные из фарша мясного с соусом 75/30	105	11,13	7,46	16,07	174,51	0,04	0,01	0,00	1,15	30,8	87,3	15,6	0,73	0,13	4,79		ТУ 9214-004-62944680-10 ТУ 9165-002-62944680-10
5	Пюре картофельное	150	3,15	6,75	21,90	160,95	0,02	27,74	0,02	2,42	23,3	85,1	32,6	1,26	0,14	6,27		ТУ 9165-003-62944680-10
6	Компот из фруктов и ягод	200	0,20	0,20	27,80	125,00	0,00	1,76	0,00	0,12	6,9	5,4	4,1	0,84	0,06	2,32	ТК № 3.2, 3.3, 3.4, 3.5	
7	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроэлементами	80	12,80	0,80	56,00	268,40	0,16	0,00	0,00	1,04	23,2	104,0	33,6	2,88	0,4	8		
	<b>Итого:</b>		<b>34,10</b>	<b>29,40</b>	<b>149,28</b>	<b>948,65</b>	<b>0,47</b>	<b>40,03</b>	<b>0,50</b>	<b>5,78</b>	<b>456,3</b>	<b>586,7</b>	<b>118,0</b>	<b>8,78</b>	<b>0,62</b>	<b>33,85</b>		
<b>Полдник</b>																		
1	Бийогурт питьевой	100	5,00	3,20	8,50	80,70	0,04	0,60	0,03	0,00	122,0	96,0	15,0	0,09	0,2	9		
2	Пирожок с рисом и яйцом	50	4,10	3,90	24,10	147,90	0,06	10,00	0,03	0,50	13,0	33,0	7,0	0,00	0,07	0,87		ТУ 9119-012-62944680-10
3	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	14,00	56,00	0	0,06	0	0	19,2	5,8	6,6	0,58	0	0	ТК № 2.4	
	<b>Итого:</b>		<b>9,50</b>	<b>10,10</b>	<b>45,60</b>	<b>284,60</b>	<b>0,10</b>	<b>10,66</b>	<b>0,06</b>	<b>0,80</b>	<b>154,3</b>	<b>234,8</b>	<b>28,6</b>	<b>0,67</b>	<b>0,27</b>	<b>19,87</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>54,33</b>	<b>52,21</b>	<b>273,80</b>	<b>1681,60</b>	<b>0,73</b>	<b>53,45</b>	<b>0,62</b>	<b>7,39</b>	<b>773,1</b>	<b>1075,0</b>	<b>187,6</b>	<b>10,86</b>	<b>1,04</b>	<b>81,08</b>		
<b>День 3 (среда)</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
1	Вареники ленивые с творогом	120	15,84	8,40	16,56	207,60	0,05	0,46	0,08	0,30	159,9	223,9	23,4	0,67	0,3	1,44		ТУ 9165-010-62944680-10
2	Молоко сгущенное с сахаром 8,5 % жир.	15	1,08	1,27	8,31	49,15	0,01	0,15	0,01	0,03	46,1	32,9	5,1	0,03	0,03	1,35		
3	Какао с молоком	200	4,60	4,60	27,00	160,00	0,02	1,10	0,00	0,16	103,5	103,3	15,0	0,52	0,18	7,68	ТК № 2.1	
4	Хлебо-булочные изделия	50	8,00	0,50	35,00	119,70	0,06	0,00	0,00	0,75	7,4	35,9	9,5	0,40	0,18	7,68		
	<b>Итого:</b>		<b>27,52</b>	<b>14,97</b>	<b>84,87</b>	<b>536,45</b>	<b>0,13</b>	<b>1,71</b>	<b>0,09</b>	<b>1,24</b>	<b>216,2</b>	<b>395,9</b>	<b>42,9</b>	<b>1,62</b>	<b>0,18</b>	<b>22,3</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат из моркови с сахаром	60	0,72	4,32	5,58	64,08	0,03	2,62	0,00	2,27	14,2	28,8	19,9	0,37	0,04	2,62	ТК № 4.10	
2	Борщ с капустой и картофелем	250	1,50	3,00	14,25	90,00	0,08	40,75	0,00	6,40	91,3	103,2	48,9	2,43	0,03	4		ТУ 9165-001-62944680-10
3	Сметана 15 % (для борща)	10	0,24	3,00	0,31	29,12	0,00	0,05	0,20	0,03	9,0	6,2	1,0	0,01	0,01	0,7		
4	Бефстроганов	80	8,56	5,84	4,72	122,40	0,04	1,27	0,03	1,06	16,1	110,0	12,9	1,42	0,09	3,68		ТУ 9214-004-62944680-10
5	Рис отварной	150	3,30	5,10	38,70	213,90	0,11	0,00	0,00	0,59	18,4	222,3	74,1	1,53	0,05	2,07		ТУ 9165-003-62944680-10
6	Компот из фруктов и ягод	200	0,20	0,20	27,80	125,00	0,00	1,76	0,00	0,12	6,9	5,4	4,1	0,84	0,06	2,32	ТК № 3.2, 3.3, 3.4, 3.5	
7	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроэлементами	80	12,80	0,80	56,00	268,40	0,16	0,00	0,00	1,04	23,2	104,0	33,6	2,88	0,4	8		
	<b>Итого:</b>		<b>25,32</b>	<b>25,26</b>	<b>146,36</b>	<b>912,90</b>	<b>0,41</b>	<b>36,45</b>	<b>0,48</b>	<b>6,23</b>	<b>356,6</b>	<b>476,1</b>	<b>131,0</b>	<b>6,59</b>	<b>0,64</b>	<b>27,86</b>		
<b>Полдник</b>																		
1	Пирожок с клубничным джемом	50	3,35	2,90	31,15	160,05	0,13	0,00	0,06	0,94	27,9	104,5	14,2	0,06	0,04	0,19		ТУ 9119-012-62944680-10
2	Напиток кофейный на молоке	200	3,40	3,80	16,20	109,00	0,00	0,52	0,00	0,02	49,9	37,2	5,8	0,08	0,08	3,58	ТК № 2.3	
3	Творожок детский	50	8,35	4,50	1,00	77,65	0,02	0,25	0,04	0,00	82,0	110,0	11,5	0,20	0,15	4,5		
4	Фрукты и ягоды свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,0	11,0	9,0	2,20	0,02	1,25		
	<b>Итого:</b>		<b>14,00</b>	<b>12,40</b>	<b>53,45</b>	<b>389,70</b>	<b>0,18</b>	<b>10,77</b>	<b>0,10</b>	<b>0,16</b>	<b>175,8</b>	<b>262,7</b>	<b>30,5</b>	<b>2,54</b>	<b>0,22</b>	<b>25,23</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>66,84</b>	<b>52,63</b>	<b>284,68</b>	<b>1839,05</b>	<b>0,73</b>	<b>48,93</b>	<b>0,67</b>	<b>7,63</b>	<b>748,7</b>	<b>1134,7</b>	<b>204,4</b>	<b>10,75</b>	<b>1,04</b>	<b>75,39</b>		

День 4 (четверг)																		
Завтрак																		
1	Пельмени детские с маслом сливочным 120/10	130	7,41	9,88	11,44	171,08	0,18	0,00	0,06	0,16	45,9	122,8	24,5	1,58	0,07	0	TK № 6.2	
2	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	14,00	56,00	0,00	0,06	0,00	0,00	19,2	5,8	6,6	0,58	0	0	TK № 2.4	
3	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроэлементами	40	6,40	0,40	28,00	134,20	0,08	0,00	0,00	0,52	11,6	52,0	16,8	1,44	0,2	4		
	<b>Итого:</b>		<b>16,41</b>	<b>15,48</b>	<b>53,44</b>	<b>428,38</b>	<b>0,30</b>	<b>0,06</b>	<b>0,06</b>	<b>0,16</b>	<b>165,1</b>	<b>128,7</b>	<b>31,1</b>	<b>1,16</b>	<b>0,27</b>	<b>24</b>		
Обед																		
1	Салат из свеклы с сыром	60	3,18	8,52	4,32	106,80	0,01	5,01	0,04	1,30	112,5	71,1	15,2	0,75	0,04	3,32	TK № 4.6	
2	Суп картофельный с рыбой	250	6,25	3,00	14,75	110,25	0,15	32,75	1,40	4,83	46,3	262,3	56,1	2,18	0,08	39,43		ТУ 9165-001-62944680-10
3	Изделия формованные из фарша мясного с соусом 75/30	105	11,13	7,46	16,07	174,51	0,04	0,01	0,00	1,15	30,8	87,3	15,6	0,73	0,13	4,79		ТУ 9214-004-62944680-10 ТУ 9165-002-62944680-10
4	Греча отварная	150	4,80	1,05	32,85	154,65	0,59	0,00	0,00	9,93	36,1	294,5	296,5	9,98	0,29	4,89		ТУ 9165-003-62944680-10
5	Компот из плодов и ягод	200	0,20	0,20	27,80	125,00	0,00	1,76	0,00	0,12	6,9	5,4	4,1	0,84	0,06	2,32	TK № 3.2, 3.3, 3.4, 3.5	
6	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроэлементами	80	12,80	0,80	56,00	268,40	0,16	0,00	0,00	1,04	23,2	104,0	33,6	2,88	0,4	8		
	<b>Итого:</b>		<b>38,36</b>	<b>31,03</b>	<b>109,79</b>	<b>939,61</b>	<b>0,94</b>	<b>39,53</b>	<b>0,50</b>	<b>6,54</b>	<b>432,8</b>	<b>799,9</b>	<b>137,5</b>	<b>9,47</b>	<b>0,63</b>	<b>29,47</b>		
Полдник																		
1	Сок фруктовый ДП	200	0,70	0,00	12,20	55,00	0,02	0,00	0,01	0,50	21,0	16,0	23,0	0,70	0	0,4		
2	Пирожок с капустой и яйцом	50	6,20	2,45	24,70	145,65	0,06	10,00	0,03	0,50	13,0	33,0	7,0	0,00	0,09	4		ТУ 9119-012-62944680-10
3	Изделие кондитерское обогащенное очищенным гемоглобином	20	0,64	0,56	16,22	68,42	0,01	0,00	0,00	0,00	2,0	6,6	0,4	0,12	0,04	0		
	<b>Итого:</b>		<b>7,54</b>	<b>8,01</b>	<b>52,12</b>	<b>269,07</b>	<b>0,09</b>	<b>10,00</b>	<b>0,04</b>	<b>1,00</b>	<b>136,0</b>	<b>155,6</b>	<b>30,4</b>	<b>0,82</b>	<b>0,13</b>	<b>26,22</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>62,31</b>	<b>54,52</b>	<b>215,35</b>	<b>1637,06</b>	<b>1,33</b>	<b>49,59</b>	<b>0,60</b>	<b>7,70</b>	<b>733,9</b>	<b>1084,2</b>	<b>199,0</b>	<b>11,45</b>	<b>1,03</b>	<b>79,69</b>		
День 5 (пятница)																		
Завтрак																		
1	Колбасные изделия отварные	50	8,00	11,00	0,05	122,50	0,10	0,00	0,00	0,00	5,0	75,0	10,0	0,85	0,1	3,5	№ 6.1	
2	Капуста тушеная	100	2,20	3,00	10,00	75,70	0,05	8,81	0,20	0,19	21,8	32,3	17,1	0,91	0,05	2,86		ТУ 9165-003-62944680-10
3	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	14,00	56,00	0,00	0,06	0,00	0,00	19,2	5,8	6,6	0,58	0	0	TK №2.4	
4	Плоды и ягоды свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,0	11,0	9,0	2,20	0,02	1,25		
5	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроэлементами	40	6,40	0,40	28,00	134,20	0,08	0,00	0,00	0,52	11,6	52,0	16,8	1,44	0,2	4		
	<b>Итого:</b>		<b>20,54</b>	<b>14,60</b>	<b>76,15</b>	<b>431,40</b>	<b>0,31</b>	<b>18,87</b>	<b>0,25</b>	<b>0,43</b>	<b>166,4</b>	<b>190,6</b>	<b>46,2</b>	<b>4,72</b>	<b>0,23</b>	<b>17,13</b>		
Обед																		
1	Салат из помидоров с растительным маслом	60	0,60	6,12	1,98	65,40	0,03	14,22	0,08	1,47	8,5	14,8	11,4	0,41	0,02	1,13	TK № 4.4	
2	Рассольник Ленинградский	250	1,75	4,25	9,50	83,25	0,05	12,40	0,70	1,88	19,3	51,6	19,2	0,75	0,03	3,25		ТУ 9165-001-62944680-10
3	Бефстроганов	80	8,56	5,84	4,72	122,40	0,04	1,27	0,03	1,06	16,1	110,0	12,9	1,42	0,09	3,68		ТУ 9214-004-62944680-10
4	Макаронные изделия отварные	150	4,65	4,20	45,45	250,20	0,27	0,00	0,00	7,04	31,5	120,7	22,2	2,25	0	0		ТУ 9165-003-62944680-10
5	Компот из плодов и ягод	200	0,20	0,20	27,80	125,00	0,00	1,76	0,00	0,12	6,9	5,4	4,1	0,84	0,06	2,32	TK № 3.2, 3.3, 3.4, 3.5	
6	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроэлементами	80	12,80	0,80	56,00	268,40	0,16	0,00	0,00	1,04	23,2	104,0	33,6	2,88	0,4	8		
	<b>Итого:</b>		<b>28,56</b>	<b>21,41</b>	<b>145,45</b>	<b>914,65</b>	<b>0,55</b>	<b>26,65</b>	<b>0,30</b>	<b>7,00</b>	<b>482,5</b>	<b>502,7</b>	<b>109,8</b>	<b>5,67</b>	<b>0,67</b>	<b>33,79</b>		
Полдник																		
1	Ватрушка с творогом	50	6,50	3,70	22,90	150,90	0,10	0,04	0,07	1,85	26,7	43,5	3,4	0,37	0,08	0,43		
2	Какао с молоком	200	4,60	4,60	27,00	160,00	0,02	1,10	0,00	0,16	103,5	103,3	15,0	0,52	0,18	7,68	TK № 2.1	
3	Хлебо-булочные изделия	50	4,15	25,10	25,10	119,70	0,06	0,00	0,00	0,75	7,4	35,9	9,5	0,40	0,02	0		
	<b>Итого:</b>		<b>14,25</b>	<b>33,40</b>	<b>75,00</b>	<b>430,60</b>	<b>0,17</b>	<b>1,14</b>	<b>0,07</b>	<b>0,76</b>	<b>137,7</b>	<b>382,7</b>	<b>27,9</b>	<b>1,29</b>	<b>0,28</b>	<b>22,45</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>63,35</b>	<b>69,41</b>	<b>296,60</b>	<b>1776,65</b>	<b>1,03</b>	<b>46,66</b>	<b>0,62</b>	<b>8,19</b>	<b>786,5</b>	<b>1076,0</b>	<b>183,9</b>	<b>11,68</b>	<b>1,18</b>	<b>73,37</b>		
День 6 (суббота)																		
Завтрак																		
1	Изделия фигурные и хлопья из круп, сладкие, обогащенные микроэлементами с молоком	200	7,28	6,76	36,92	225,60	0,08	2,60	0,04	0,18	240,0	180,0	28,0	0,20	0,5	18,36	TK № 6.3	
2	Ватрушка с абрикосовым джемом	50	4,00	2,75	27,30	149,95	0,04	0,00	0,02	0,60	32,5	56,0	8,0	0,40	0,05	0,34		ТУ 9119-012-62944680-10
3	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	14,00	56,00	0,00	0,06	0,00	0,00	19,2	5,8	6,6	0,58	0	0	TK №2.4	
4	Плоды и ягоды свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,0	11,0	9,0	2,20	0,02	1,25		
	<b>Итого:</b>		<b>12,58</b>	<b>9,71</b>	<b>86,32</b>	<b>474,55</b>	<b>0,15</b>	<b>12,66</b>	<b>0,06</b>	<b>0,98</b>	<b>307,7</b>	<b>252,8</b>	<b>51,6</b>	<b>3,38</b>	<b>0,27</b>	<b>22,34</b>		
Обед																		
1	Винегрет овощной	60	0,84	1,56	5,16	37,80	0,02	5,51	0,53	2,55	13,0	23,9	10,8	0,46	0,02	1,82	TK № 4.11	
2	Суп куриный	250	2,50	0,75	13,00	68,75	0,03	7,08	1,55	2,70	16,4	32,4	14,1	0,48	0,03	2,73		ТУ 9165-001-62944680-10
3	Изделия формованные из фарша рыбного с соусом 100/30	130	16,12	12,09	21,58	259,68	0,06	1,49	1,19	0,56	29,4	140,0	19,9	0,71	0,08	28,97		ТУ 9266-005-62944680-10 ТУ 9165-002-62944680-10
4	Капуста тушеная	150	3,30	4,50	15,00	113,55	0,08	13,22	0,30	0,29	32,6	48,4	25,7	1,37	0,06	3,57		ТУ 9165-003-62944680-10
5	Компот из плодов и ягод	200	0,20	0,20	27,80	125,00	0,00	1,76	0,00	0,12	6,9	5,4	4,1	0,84	0,06	2,32	TK № 3.2, 3.3, 3.4, 3.5	
6	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроэлементами	80	12,80	0,80	56,00	268,40	0,16	0,00	0,00	1,04	23,2	104,0	33,6	2,88	0,4	8		
	<b>Итого:</b>		<b>35,76</b>	<b>29,90</b>	<b>128,20</b>	<b>873,18</b>	<b>0,34</b>	<b>29,05</b>	<b>0,50</b>	<b>6,22</b>	<b>298,5</b>	<b>550,2</b>	<b>94,7</b>	<b>3,85</b>	<b>0,54</b>	<b>35,87</b>		
Полдник																		
1	Бийогурт питьевой	100	5,00	3,20	8,50	80,70	0,04	0,60	0,03	0,00	122,0	96,0	15,0	0,09	0,2	9		
2	Пирожок с вишневым джемом	50	3,40	2,95	30,20	160,95	0,13	0,21	0,03	1,05	28,5	105,3	14,6	0,66	0,04	0,49		ТУ 9119-012-62944680-10
3	Вафли с молочно-жировой начинкой для детского питания	20	0,64	0,56	16,22	68,42	0,01	0,00	0,00	0,00	2,0	6,6	0,4	0,12	0,01	0		
	<b>Итого:</b>		<b>9,04</b>	<b>10,71</b>	<b>54,92</b>	<b>310,07</b>	<b>0,18</b>	<b>0,81</b>	<b>0,06</b>	<b>1,05</b>	<b>152,5</b>	<b>307,9</b>	<b>40,0</b>	<b>0,87</b>	<b>0,25</b>	<b>17,39</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>57,38</b>	<b>50,32</b>	<b>269,44</b>	<b>1657,80</b>	<b>0,67</b>	<b>42,52</b>	<b>0,62</b>	<b>8,25</b>	<b>758,7</b>	<b>1110,9</b>	<b>186,3</b>	<b>8,10</b>	<b>1,06</b>	<b>75,60</b>		
День 7 (понедельник)																		
Завтрак																		
1	Макаронные изделия, запеченные с сыром	120	9,84	12,36	30,00	271,20	0,24	0,12	0,12	6,60	28,08	144,00	19,20	2,40	0,1	1,45	TK № 6.4	
2	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	14,00	56,00	0,00	0,06	0,00	0,00	19,2	5,8	6,6	0,58	0	0	TK № 2.4	
3	Пирожок с яблочным джемом	50	3,05	2,95	32,00	166,75	0,08	0,10	0,02	0,63	17,8	66,1	9,0	0,43	0,05	0,19		ТУ 9119-012-62944680-10

4	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микронутриентами	40	6,40	0,40	28,00	134,20	0,08	0,00	0,00	0,52	11,6	52,0	16,8	1,44	0,2	4		
	<b>Итого:</b>		<b>19,69</b>	<b>15,71</b>	<b>92,00</b>	<b>628,15</b>	<b>0,21</b>	<b>0,28</b>	<b>0,10</b>	<b>0,81</b>	<b>190,8</b>	<b>301,3</b>	<b>29,8</b>	<b>1,90</b>	0,35	19,49		
<b>Обед</b>																		
1	Салат из белокочанной капусты	60	0,96	3,06	4,14	48,00	0,02	13,40	0,02	1,50	31,2	16,2	9,0	0,42	0,02	1,47	TK № 4.21	
2	Суп из овощей	250	4,00	12,75	17,25	200,00	0,13	6,00	0,09	2,83	36,1	75,1	28,2	1,70	0,05	3,63		ТУ 9165-001-62944680-10
3	Гуляш	80	11,12	5,20	3,20	105,60	0,04	2,07	0,20	1,02	11,2	103,7	16,5	1,40	0,1	3,83		ТУ 9214-004-62944680-10
4	Пюре картофельное	150	3,15	6,75	21,90	160,95	0,02	7,74	0,02	2,42	23,3	85,1	32,6	1,26	0,14	6,27		ТУ 9165-003-62944680-10
5	Кисель витаминизированный из концентрата промышленного производства	200	0,20	0,20	27,80	125,00	0,60	30,00	0,05	3,50	59,0	0,0	2,0	0,00	0,6	0	TK № 3.6	
6	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микронутриентами	80	12,80	0,80	56,00	268,40	0,16	0,00	0,00	1,04	23,2	104,0	33,6	2,88	0,4	8		
	<b>Итого:</b>		<b>32,23</b>	<b>30,76</b>	<b>128,29</b>	<b>907,95</b>	<b>0,76</b>	<b>40,21</b>	<b>0,39</b>	<b>6,25</b>	<b>261,0</b>	<b>580,4</b>	<b>88,3</b>	<b>4,78</b>	0,62	33,71		
<b>Полдник</b>																		
1	Молоко витаминизированное	200	2,90	2,50	24,80	154,00	0,08	3,00	0,02	0,00	252,0	29,0	189,0	2,00	0,4	18		
2	Ватрушка с творогом	50	6,50	3,70	22,90	150,90	0,10	0,04	0,07	1,85	26,7	43,5	3,4	0,37	0,08	0,43		ТУ 9119-012-62944680-10
3	Зефир обогащенный микронутриентами витаминизированный	20	0,16	0,02	15,96	65,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	0,0	0,28	0	0		
	<b>Итого:</b>		<b>9,56</b>	<b>8,22</b>	<b>60,66</b>	<b>370,10</b>	<b>0,18</b>	<b>3,04</b>	<b>0,09</b>	<b>1,02</b>	<b>278,8</b>	<b>272,5</b>	<b>82,4</b>	<b>2,65</b>	0,08	22,34		
	<b>Итого за день</b>		<b>61,48</b>	<b>54,69</b>	<b>280,95</b>	<b>1906,20</b>	<b>1,15</b>	<b>43,53</b>	<b>0,58</b>	<b>8,08</b>	<b>730,6</b>	<b>1154,2</b>	<b>200,5</b>	<b>9,33</b>	<b>1,05</b>	<b>75,54</b>		
<b>День 8 (вторник)</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
1	Омлет	150	15,75	9,00	3,75	159,75	0,08	0,54	0,27	1,79	125,2	222,9	19,2	2,25	0,47	22,98		ТУ 9219-009-62944680-10
2	Какао с молоком	200	4,60	4,60	27,00	160,00	0,02	1,10	0,00	0,16	103,5	103,3	15,0	0,52	0,18	7,68	TK № 2.1	
3	Фрукты и ягоды свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,0	11,0	9,0	2,20	0,02	1,25		
	<b>Итого:</b>		<b>20,25</b>	<b>13,80</b>	<b>38,85</b>	<b>362,75</b>	<b>0,13</b>	<b>11,64</b>	<b>0,27</b>	<b>0,80</b>	<b>244,7</b>	<b>337,2</b>	<b>43,2</b>	<b>4,97</b>	0,2	32,05		
<b>Обед</b>																		
1	Салат из помидор с растительным маслом	60	0,60	6,12	1,98	65,40	0,03	14,22	0,08	1,47	8,5	14,8	11,4	0,41	0,02	1,13	TK № 4.4	
2	Борщ с капустой и картофелем	250	1,50	3,00	14,25	90,00	0,08	40,75	0,05	6,40	91,3	103,2	48,9	2,43	0,03	4		ТУ 9165-001-62944680-10
3	Сметана 15 % (для борща)	10	0,24	3,00	0,31	29,12	0,00	0,05	0,06	0,03	9,0	6,2	1,0	0,01	0,01	0,7		
4	Птица отварная	80	16,80	15,60	0,00	207,60	0,00	0,00	0,00	1,29	2,0	0,0	0,0	0,01	0	0		ТУ 9214-004-62944680-10
5	Соус молочный	30	0,27	1,35	2,22	22,05	0,01	0,14	0,01	0,08	14,2	11,5	1,8	0,04	0,02	1		ТУ 9165-002-62944680-10
6	Рис отварной	150	3,30	5,10	38,70	213,90	0,12	0,00	0,00	0,60	12,0	225,0	75,0	1,50	0,05	2,07		ТУ 9165-003-62944680-10
7	Компот из плодов и ягод	200	0,20	0,20	27,80	125,00	0,00	1,76	0,00	0,12	6,9	5,4	4,1	0,84	0,06	2,32	TK № 3.2, 3.3, 3.4, 3.5	
8	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микронутриентами	80	12,80	0,80	56,00	268,40	0,16	0,00	0,00	1,04	23,2	104,0	33,6	2,88	0,4	8		
	<b>Итого:</b>		<b>33,71</b>	<b>35,17</b>	<b>141,26</b>	<b>1021,47</b>	<b>0,39</b>	<b>56,92</b>	<b>0,21</b>	<b>6,83</b>	<b>444,1</b>	<b>566,3</b>	<b>132,2</b>	<b>5,23</b>	0,61	27,85		
<b>Полдник</b>																		
1	Ватрушка с абрикосовым джемом	50	4,00	2,75	27,30	149,95	0,08	0,10	0,04	0,63	17,9	66,2	9,2	0,42	0,05	0,34		ТУ 9119-012-62944680-10
2	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	14,00	56,00	0	0,06	0	0	19,2	5,8	6,6	0,58	0	0	TK № 2.4	
3	Творожок детский	50	8,35	4,50	1,00	77,65	0,02	0,25	0,04	0,00	82,0	110,0	11,5	0,20	0,15	4,5		
	<b>Итого:</b>		<b>10,75</b>	<b>7,25</b>	<b>42,30</b>	<b>283,60</b>	<b>0,10</b>	<b>0,41</b>	<b>0,08</b>	<b>0,63</b>	<b>119,1</b>	<b>182,0</b>	<b>27,3</b>	<b>1,20</b>	0,2	4,84		
	<b>Итого за день</b>		<b>64,71</b>	<b>56,22</b>	<b>222,41</b>	<b>1667,82</b>	<b>0,62</b>	<b>68,97</b>	<b>0,56</b>	<b>8,26</b>	<b>807,9</b>	<b>1085,5</b>	<b>202,7</b>	<b>11,40</b>	<b>1,01</b>	<b>64,74</b>		
<b>День 9 (среда)</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
1	Каша рисовая молочная	150	4,50	11,25	28,35	237,00	0,03	0,00	0,00	1,58	22,5	100,7	31,5	1,10	0,09	4,12		ТУ 9165-011-62944680-10
2	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	14,00	56,00	0,00	0,06	0,00	0,00	19,2	5,8	6,6	0,58	0	0	TK № 2.4	
3	Пирожок с клубничным джемом	50	3,35	2,90	31,15	160,05	0,13	0,00	0,06	0,94	27,9	104,5	14,2	0,06	0,04	0,19		
4	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микронутриентами	40	6,40	0,40	28,00	134,20	0,08	0,00	0,00	0,52	11,6	52,0	16,8	1,44	0,2	4		
	<b>Итого:</b>		<b>15,85</b>	<b>14,75</b>	<b>98,50</b>	<b>654,35</b>	<b>0,28</b>	<b>0,06</b>	<b>0,07</b>	<b>1,03</b>	<b>269,8</b>	<b>211,1</b>	<b>32,3</b>	<b>1,74</b>	0,33	12,34		
<b>Обед</b>																		
1	Салат овощной	60	2,21	7,98	12,48	127,53	0,08	4,60	0,18	3,82	14,15	62,58	24,64	0,88	0,04	2,45	TK № 4.16	
2	Суп картофельный с рыбой	250	6,25	3,00	14,75	110,25	0,15	32,75	0,15	4,83	46,3	262,3	56,1	2,18	0,08	39,43		ТУ 9165-001-62944680-10
3	Котлеты рубленые из птицы с соусом 100/30	130	18,20	15,08	23,40	299,00	0,07	2,15	0,04	2,88	44,0	169,9	23,5	2,09	0,12	3,54		ТУ 9214-004-62944680-10 ТУ 9165-002-62944680-10
4	Макаронные изделия отварные	150	4,65	4,20	45,45	250,20	0,27	0,00	0,00	7,04	31,5	120,7	22,2	2,25	0	0		ТУ 9165-003-62944680-10
5	Сок фруктовый ДП	200	0,70	0,00	12,20	55,00	0,02	0,00	0,01	0,50	21,0	16,0	23,0	0,70	0	0,4		
6	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микронутриентами	80	12,80	0,80	56,00	268,40	0,16	0,00	0,00	1,04	23,2	104,0	33,6	2,88	0,4	8		
	<b>Итого:</b>		<b>44,81</b>	<b>31,06</b>	<b>144,75</b>	<b>1110,38</b>	<b>0,75</b>	<b>36,50</b>	<b>0,50</b>	<b>6,00</b>	<b>357,2</b>	<b>731,7</b>	<b>149,5</b>	<b>8,09</b>	0,69	48,84		
<b>Полдник</b>																		
1	Кекс столичный	50	2,85	10,15	28,65	215,35	0,06	0,00	0,07	2,78	22,3	74,0	10,8	0,68	0,03	0,83		ТУ 9119-012-62944680-10
2	Фрукты и ягоды свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,0	11,0	9,0	2,20	0,02	1,25		
3	Фиточай	200	0,00	0,00	0,00	34,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,9	0,0	1,1	0,00	0	0	TK №3.7	
4	Сахар	10	0,00	0,00	9,98	37,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,00	0,03	0	0		
	<b>Итого:</b>		<b>3,75</b>	<b>10,35</b>	<b>36,75</b>	<b>292,35</b>	<b>0,09</b>	<b>10,00</b>	<b>0,07</b>	<b>0,98</b>	<b>143,2</b>	<b>185,0</b>	<b>20,9</b>	<b>2,88</b>	0,05	10,25		
	<b>Итого за день</b>		<b>64,41</b>	<b>56,16</b>	<b>280,00</b>	<b>2057,08</b>	<b>1,12</b>	<b>46,56</b>	<b>0,64</b>	<b>8,01</b>	<b>770,2</b>	<b>1127,8</b>	<b>202,7</b>	<b>12,71</b>	<b>1,07</b>	<b>71,43</b>		
<b>День 10 (четверг)</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
1	Сырники	100	14,20	9,60	14,40	200,80	0,05	0,36	0,07	1,52	127,0	181,6	19,6	0,60	0,25	0,48		ТУ 9165-010-62944680-10
2	Молоко гущеное с сахаром 8,5 % жир.	15	1,08	1,27	8,31	49,15	0,01	0,15	0,06	0,03	46,1	32,8	5,1	0,03	0,03	1,35		
3	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	14,00	56,00	0,00	0,06	0,00	0,00	19,2	5,8	6,6	0,58	0	0	TK № 2.4	
4	Фрукты и ягоды свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,0	11,0	9,0	2,20	0,02	1,25		
	<b>Итого:</b>		<b>15,58</b>	<b>11,07</b>	<b>26,81</b>	<b>348,95</b>	<b>0,09</b>	<b>10,57</b>	<b>0,13</b>	<b>1,05</b>	<b>208,3</b>	<b>331,1</b>	<b>40,3</b>	<b>3,41</b>	0,3	18,64		
<b>Обед</b>																		
1	Винегрет овощной	60	0,84	1,56	5,16	37,80	0,02	5,51	0,05	2,55	13,0	23,9	10,8	0,46	0,02	1,82	TK № 4.11	
2	Суп с рисом и говядиной	250	7,75	11,25	13,75	187,75	0,08	15,44	0,30	4,90	22,8	68,9	24,5	1,06	0,08	6,08		ТУ 9165-001-62944680-10
3	Рагу овощное из птицы (																	

4	Компот из плодов и ягод	200	0,20	0,20	27,80	125,00	0,00	1,76	0,00	0,12	6,9	5,4	4,1	0,84	0,06	2,32	ТК № 3.2, 3.3, 3.4, 3.5	
5	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроулучшителями	80	12,80	0,80	56,00	268,40	0,16	0,00	0,00	1,04	23,2	104,0	33,6	2,88	0,4	8		
	<b>Итого:</b>		<b>37,59</b>	<b>30,81</b>	<b>119,71</b>	<b>898,95</b>	<b>0,38</b>	<b>34,69</b>	<b>0,39</b>	<b>6,05</b>	<b>372,9</b>	<b>533,8</b>	<b>104,0</b>	<b>4,00</b>	0,49	37,85		
<b>Полдник</b>																		
1	Пирожок с капустой и яйцом	50	6,20	2,45	24,70	145,65	0,01	19,81	0,02	0,70	25,7	19,1	7,4	0,33	0,09	4		ТУ 9119-012-62944680-10
2	Сок фруктовый ДП	200	0,70	0,00	12,20	55,00	0,02	0,00	0,01	0,50	21,0	16,0	23,0	0,70	0	0,4		
3	Печенье витаминизированное	20	0,13	0,11	3,24	13,68	0,01	0,00	0,00	0,00	2,0	6,6	0,4	0,12	0,02	0		
4	Творожок детский	50	8,35	4,50	1,00	77,65	0,02	0,25	0,04	0,00	82,0	110,0	11,5	0,20	0,15	4,5		
	<b>Итого:</b>		<b>12,38</b>	<b>10,06</b>	<b>21,14</b>	<b>291,98</b>	<b>0,06</b>	<b>10,06</b>	<b>0,07</b>	<b>0,80</b>	<b>230,7</b>	<b>251,7</b>	<b>42,3</b>	<b>1,35</b>	0,26	22,44		
	<b>Итого за день</b>		<b>65,55</b>	<b>51,94</b>	<b>167,66</b>	<b>1539,88</b>	<b>0,53</b>	<b>55,32</b>	<b>0,59</b>	<b>7,90</b>	<b>811,9</b>	<b>1116,6</b>	<b>186,6</b>	<b>8,76</b>	<b>1,05</b>	<b>78,93</b>		
<b>День 11 (пятница)</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
1	Плов	150	11,40	9,75	27,15	247,50	0,09	3,44	0,08	3,92	28,2	218,1	51,0	2,43	0,12	4,46		ТУ 9214-004-62944680-10
2	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	14,00	56,00	0,00	0,06	0,00	0,00	19,2	5,8	6,6	0,58	0	0	ТК № 2.4	
3	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроулучшителями	40	6,40	0,40	28,00	134,20	0,08	0,00	0,00	0,52	11,6	52,0	16,8	1,44	0,2	4		
4	Плоды и ягоды свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,0	11,0	9,0	2,20	0,02	1,25		
5	Пирожок с вишневым джемом	50	3,40	2,95	30,20	160,95	0,06	10,00	0,03	0,50	13,0	33,0	7,0	0,00	0,04	0,49		ТУ 9119-012-62944680-10
	<b>Итого:</b>		<b>22,70</b>	<b>15,50</b>	<b>101,45</b>	<b>708,75</b>	<b>0,30</b>	<b>20,50</b>	<b>0,12</b>	<b>1,62</b>	<b>176,6</b>	<b>268,1</b>	<b>63,6</b>	<b>2,21</b>	0,21	21,13		
<b>Обед</b>																		
1	Салат из помидоров и огурцов свежих с раст.м.	60	0,52	9,06	1,74	91,14	0,02	9,13	0,34	3,90	9,8	17,1	8,7	0,46	0,02	1,25	ТК № 4.4	
2	Щи из свежей капусты	250	2,00	4,25	7,00	81,00	0,05	22,98	0,08	1,78	31,4	34,3	16,5	0,63	0,03	2,9		ТУ 9165-001-62944680-10
3	Изделия формованные из фарша рыбного с соусом 75/30	105	13,02	9,77	17,43	209,74	0,06	0,38	0,00	2,40	51,0	142,3	26,9	1,33	0,08	28,97		ТУ 9266-005-62944680-10 ТУ 9165-002-62944680-10
4	Греча отварная	150	4,80	1,05	32,85	154,65	0,59	0,00	0,00	9,93	36,1	294,5	296,5	9,98	0,29	4,89		ТУ 9165-003-62944680-10
5	Компот из плодов и ягод	200	0,20	0,20	27,80	125,00	0,00	1,76	0,00	0,12	6,9	5,4	4,1	0,84	0,06	2,32	ТК № 3.2, 3.3, 3.4, 3.5	
6	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроулучшителями	80	12,80	0,80	56,00	268,40	0,16	0,00	0,00	1,04	23,2	104,0	33,6	2,88	0,4	8		
	<b>Итого:</b>		<b>32,34</b>	<b>29,13</b>	<b>112,82</b>	<b>929,93</b>	<b>0,87</b>	<b>29,24</b>	<b>0,42</b>	<b>5,40</b>	<b>335,5</b>	<b>593,8</b>	<b>102,7</b>	<b>10,23</b>	0,57	39,15		
<b>Полдник</b>																		
1	Изделие кондитерское обогащенное очищенным гемоглобином	20	0,64	0,56	16,22	68,42	0,01	0,00	0,00	0,00	2,0	6,6	0,4	0,12	0,04	0		
2	Какао с молоком	200	4,60	4,60	27,00	160,00	0,02	1,10	0,00	0,16	103,5	103,3	15,0	0,52	0,18	7,68	ТК № 2.1	
3	Бийогулт	100	5,00	2,80	8,50	80,70	0,04	0,60	0,02	0,00	122,0	96,0	15,0	0,10	0,2	9		
4	Кекс столличный	50	2,85	1,40	28,65	215,35	0,06	0,00	0,07	2,78	22,3	74,0	10,8	0,68	0,03	0,83		ТУ 9119-012-62944680-10
	<b>Итого:</b>		<b>10,03</b>	<b>9,36</b>	<b>50,37</b>	<b>524,47</b>	<b>0,13</b>	<b>1,70</b>	<b>0,09</b>	<b>0,94</b>	<b>249,9</b>	<b>279,9</b>	<b>41,2</b>	<b>1,42</b>	0,27	17,53		
	<b>Итого за день</b>		<b>65,07</b>	<b>53,99</b>	<b>264,64</b>	<b>2163,15</b>	<b>1,30</b>	<b>51,44</b>	<b>0,62</b>	<b>7,96</b>	<b>761,9</b>	<b>1141,8</b>	<b>207,6</b>	<b>13,86</b>	<b>1,05</b>	<b>77,81</b>		
<b>День 12 (суббота)</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
1	Крупеник из пшена с курагой с соусом 150/30	180	6,48	3,06	40,86	216,90	0,07	7,00	0,06	0,08	51,8	71,1	16,7	1,92	0,29	6,01		ТУ 9165-010-62944680-10 ТУ 9165-002-62944680-10
2	Ватрушка с творогом	50	6,50	3,70	22,90	150,90	0,10	0,04	0,07	1,85	26,7	43,5	3,4	0,37	0,08	0,43		ТУ 9119-012-62944680-10
3	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	14,00	56,00	0,00	0,06	0,00	0,00	19,2	5,8	6,6	0,58	0	0	ТК № 2.4	
	<b>Итого:</b>		<b>13,38</b>	<b>9,76</b>	<b>67,76</b>	<b>423,80</b>	<b>0,17</b>	<b>7,10</b>	<b>0,13</b>	<b>0,92</b>	<b>197,7</b>	<b>220,4</b>	<b>26,7</b>	<b>2,87</b>	0,37	20,89		
<b>Обед</b>																		
1	Салат из белокочанной капусты с овощами	60	1,02	6,06	2,64	69,00	0,02	14,17	0,19	2,56	16,3	18,3	8,8	0,43	0,02	1,47	ТК № 4.2	
2	Суп картофельный с горохом	250	4,75	4,75	17,75	132,75	0,23	7,13	0,20	4,30	45,5	107,9	36,8	2,65	0,08	3,35		ТУ 9165-001-62944680-10
3	Сухарики	10	1,11	0,38	7,62	39,04	0,06	0,00	0,00	0,00	21,2	0,0	2,3	0,37	0,01	0		
4	Изделия формованные из фарша мясного с соусом 80/30	110	11,66	7,81	16,83	182,82	0,04	0,00	0,00	1,20	32,4	91,3	16,5	0,77	0,13	4,79		ТУ 9214-004-62944680-10 ТУ 9165-002-62944680-10
5	Рис отварной	150	3,30	5,10	38,70	213,90	0,12	0,00	0,00	0,60	12,0	225,0	75,0	1,50	0,05	2,07		ТУ 9165-003-62944680-10
6	Компот из плодов и ягод	200	0,20	0,20	27,80	125,00	0,00	1,76	0,00	0,12	6,9	5,4	4,1	0,84	0,06	2,32	ТК № 3.2, 3.3, 3.4, 3.5	
7	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроулучшителями	80	12,80	0,80	56,00	268,40	0,16	0,00	0,00	1,04	23,2	104,0	33,6	2,88	0,4	8		
	<b>Итого:</b>		<b>34,84</b>	<b>35,10</b>	<b>147,33</b>	<b>1030,91</b>	<b>0,62</b>	<b>23,05</b>	<b>0,40</b>	<b>6,32</b>	<b>334,5</b>	<b>548,1</b>	<b>143,5</b>	<b>6,56</b>	0,67	32,42		
<b>Полдник</b>																		
1	Пирожок с клубничным джемом	50	3,35	2,90	31,15	160,05	0,13	0,00	0,06	0,94	27,9	104,5	14,2	0,06	0,04	0,19		ТУ 9119-012-62944680-10
2	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	14,00	56,00	0,00	0,06	0,00	0,00	19,2	5,8	6,6	0,58	0	0	ТК № 2.4	
3	Вафли витаминизированные с микроулучшителями	20	0,64	0,56	16,22	68,42	0,01	0,00	0,00	0,00	2,0	6,6	0,4	0,12	0,01	0		
	<b>Итого:</b>		<b>4,39</b>	<b>8,46</b>	<b>61,37</b>	<b>284,47</b>	<b>0,13</b>	<b>0,06</b>	<b>0,06</b>	<b>0,94</b>	<b>247,1</b>	<b>310,3</b>	<b>20,8</b>	<b>0,64</b>	0,05	19,19		
	<b>Итого за день</b>		<b>52,61</b>	<b>53,32</b>	<b>276,46</b>	<b>1739,18</b>	<b>0,92</b>	<b>30,21</b>	<b>0,59</b>	<b>8,18</b>	<b>779,3</b>	<b>1078,7</b>	<b>191,0</b>	<b>10,07</b>	<b>1,09</b>	<b>72,50</b>		
<b>День 13 (понедельник)</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
1	Колбасные изделия отварные	50	8,00	11,00	0,05	122,50	0,10	0,00	0,00	0,00	5,0	75,0	10,0	0,85	0,1	3,5	№ 6.1	
2	Пюре картофельное	100	2,10	4,50	14,60	107,30	0,01	18,49	0,04	1,61	15,6	56,7	21,7	0,84	0,09	4,18		ТУ 9165-003-62944680-10
3	Напиток кофейный на молоке	200	3,40	3,80	16,20	109,00	0,00	0,52	0,00	0,02	49,9	37,2	5,8	0,08	0,08	3,58	ТК № 2.3	
4	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроулучшителями	40	6,40	0,40	28,00	134,20	0,08	0,00	0,00	0,52	11,6	52,0	16,8	1,44	0,2	4		
5	Плоды и ягоды свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,0	11,0	9,0	2,20	0,02	1,25		
	<b>Итого:</b>		<b>22,00</b>	<b>20,10</b>	<b>80,95</b>	<b>583,10</b>	<b>0,26</b>	<b>29,01</b>	<b>0,05</b>	<b>0,90</b>	<b>199,1</b>	<b>284,6</b>	<b>46,5</b>	<b>4,02</b>	0,27	13,89		
<b>Обед</b>																		
1	Салат из помидоров и огурцов свежих с раст.м.	60	0,52	9,06	1,74	91,14	0,04	8,21	0,00	1,76	10,9	18,1	9,4	0,40	0,02	1,25	ТК № 4.4	
2	Рассольник Ленинградский	250	1,75	4,25	9,50	83,25	0,10	11,75	0,00	0,75	45,0	192,5	32,5	1,00	0,03	3,25		ТУ 9165-001-62944680-10
3	Гуляш	80	11,12	5,20	3,20	105,60	0,04	2,07	0,20	1,02	11,2	103,7	16,5	1,40	0,1	3,83		ТУ 9214-004-62944680-10
4	Макаронные изделия отварные	150	4,65	4,20	45,45	250,20	0,27	0,00	0,15	7,04	31,5	120,7	22,2	2,25	0	0		ТУ 9165-003-62944680-10
5	Сок фруктовый ДП	200	0,70	0,00	12,20	55,00	0,02	0,00	0,01	0,50	21,0	16,0	23,0	0,70	0	0,4		
6	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроулучшителями	80	12,80	0,80	56,00	268,40	0,16	0,00	0,00	1,04	23,2	104,0	33,6	2,88	0,4	8		

	<b>Итого:</b>		<b>31,54</b>	<b>23,51</b>	<b>128,09</b>	<b>853,59</b>	<b>0,63</b>	<b>22,03</b>	<b>0,37</b>	<b>6,03</b>	<b>219,8</b>	<b>551,2</b>	<b>103,6</b>	<b>5,75</b>	0,54	33,89			
<b>Полдник</b>																			
1	Кекс столичный	50	2,85	10,15	28,65	215,35	0,06	0,00	0,07	2,78	22,3	74,0	10,8	0,68	0,03	0,83			
2	Молоко витаминизированное	200	2,90	2,50	24,80	154,00	0,08	3,00	0,02	0,00	252,0	29,0	189,0	2,00	0,4	18			
3	Творожок детский	50	8,35	4,50	1,00	77,65	0,02	0,25	0,04	0,00	82,0	110,0	11,5	0,20	0,15	4,5			
	<b>Итого:</b>		<b>12,10</b>	<b>17,15</b>	<b>54,45</b>	<b>447,00</b>	<b>0,16</b>	<b>3,25</b>	<b>0,13</b>	<b>0,78</b>	<b>356,3</b>	<b>313,0</b>	<b>56,3</b>	<b>1,88</b>	0,23	27,45			
	<b>Итого за день</b>		<b>65,64</b>	<b>60,76</b>	<b>263,49</b>	<b>1883,69</b>	<b>1,05</b>	<b>54,29</b>	<b>0,55</b>	<b>7,71</b>	<b>775,3</b>	<b>1148,8</b>	<b>206,4</b>	<b>11,65</b>	<b>1,04</b>	<b>75,23</b>			
<b>День 14 (вторник)</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
1	Запеканка из творога	120	18,48	5,04	19,44	196,80	0,05	0,48	0,08	0,36	159,8	220,8	25,6	0,76	0,29	0,68			
2	Паста шоколадно-молочная витаминизированная	20	1,64	6,12	11,32	107,20	0,01	0,00	0,00	1,38	34,8	39,6	11,8	0,26	0,04	1,8			
3	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	14,00	56,00	0,00	0,06	0,00	0,00	19,2	5,8	6,6	0,58	0	0	TK № 2.4		
4	Фрукты и ягоды свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,0	11,0	9,0	2,20	0,02	1,25			
	<b>Итого:</b>		<b>19,42</b>	<b>11,36</b>	<b>52,86</b>	<b>403,00</b>	<b>0,09</b>	<b>10,54</b>	<b>0,08</b>	<b>1,94</b>	<b>229,9</b>	<b>277,2</b>	<b>52,9</b>	<b>3,80</b>	0,29	12,25			
<b>Обед</b>																			
1	Салат витаминный с маслом растительным	60	0,54	4,20	3,48	54,00	0,02	7,25	0,15	1,72	11,0	18,2	10,9	0,67	0,2	1,63	TK № 4.14		
2	Суп с рисом и говядиной	250	7,75	11,25	13,75	187,75	0,08	15,44	0,02	4,90	22,8	68,9	24,5	1,06	0,08	6,08		ТУ 9165-001-62944680-10	
3	Рагу овощное из птицы (курица)	200	16,00	16,00	17,00	280,00	0,12	15,98	0,32	3,04	30,1	135,0	34,5	1,64	0,14	27,46		ТУ 9214-004-62944680-10	
4	Компот из плодов и ягод	200	0,20	0,20	27,80	125,00	0,00	1,76	0,00	0,12	6,9	5,4	4,1	0,84	0,06	2,32	TK № 3.2, 3.3, 3.4, 3.5		
5	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроэлементами	80	12,80	0,80	56,00	268,40	0,09	0,00	0,00	0,72	18,4	84,8	20,0	2,48	0,4	8			
	<b>Итого:</b>		<b>35,29</b>	<b>32,45</b>	<b>118,03</b>	<b>915,15</b>	<b>0,31</b>	<b>40,43</b>	<b>0,49</b>	<b>7,32</b>	<b>489,2</b>	<b>512,4</b>	<b>123,9</b>	<b>6,69</b>	0,65	39,8			
<b>Полдник</b>																			
1	Пирожок с рисом и яйцом	50	4,10	3,90	24,10	147,90	0,05	0,00	0,05	0,09	29,6	114,4	19,5	0,80	0,07	0,87		ТУ 9119-012-62944680-10	
2	Бийогурт фруктовый	100	5,00	3,20	8,50	80,70	0,04	0,60	0,03	0,00	122,0	96,0	15,0	0,09	0,2	9			
3	Какао с молоком	200	4,60	4,60	27,00	160,00	0,02	1,10	0,00	0,16	103,5	103,3	15,0	0,52	0,18	7,68	TK № 2.1		
	<b>Итого:</b>		<b>11,70</b>	<b>11,70</b>	<b>59,60</b>	<b>388,60</b>	<b>0,13</b>	<b>1,70</b>	<b>0,09</b>	<b>0,09</b>	<b>272,6</b>	<b>300,4</b>	<b>48,5</b>	<b>1,89</b>	0,18	18,98			
	<b>Итого за день</b>		<b>66,41</b>	<b>55,51</b>	<b>230,49</b>	<b>1706,75</b>	<b>0,67</b>	<b>52,13</b>	<b>0,58</b>	<b>7,61</b>	<b>777,8</b>	<b>1089,9</b>	<b>181,4</b>	<b>10,78</b>	<b>1,12</b>	<b>71,03</b>			
<b>День 15 (среда)</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
1	Пельмени детские с маслом сливочным 120/10	130	7,41	9,88	11,44	171,08	0,18	0,00	0,06	0,16	45,9	122,8	24,5	1,58	0,07	0			
2	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	14,00	56,00	0,00	0,06	0,00	0,00	19,2	5,8	6,6	0,58	0	0	TK № 2.4		
3	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроэлементами	40	6,40	0,40	28,00	134,20	0,08	0,00	0,00	0,52	11,6	52,0	16,8	1,44	0,2	4			
4	Изделие кондитерское обогащенное очищенным гемоглобином	20	0,64	0,56	16,22	68,42	0,01	0,00	0,00	0,00	2,0	6,6	0,4	0,12	0,04	0			
	<b>Итого:</b>		<b>14,85</b>	<b>10,84</b>	<b>69,66</b>	<b>429,70</b>	<b>0,27</b>	<b>0,06</b>	<b>0,06</b>	<b>0,16</b>	<b>267,2</b>	<b>153,3</b>	<b>31,5</b>	<b>2,28</b>	0,31	4			
<b>Обед</b>																			
1	Салат из помидоров и огурцов свежих с раст.м.	60	0,52	9,06	1,74	91,14	0,04	8,21	0,00	1,76	10,9	18,1	9,4	0,40	0,02	1,25	TK № 4.4		
2	Суп картофельный с рыбой	250	6,25	3,00	14,75	110,25	0,15	32,75	0,40	4,83	46,3	262,3	56,1	2,18	0,08	39,43		ТУ 9165-001-62944680-10	
3	Изделия формованные из фарша мясного с соусом 80/30	110	11,66	7,81	16,83	182,82	0,04	0,00	0,00	1,20	32,4	91,3	16,5	0,77	0,13	4,79		ТУ 9214-004-62944680-10 ТУ 9165-002-62944680-10	
4	Пюре картофельное	150	3,15	6,75	21,90	160,95	0,02	27,74	0,02	2,42	23,3	85,1	32,6	1,26	0,14	6,27		ТУ 9165-003-62944680-10	
5	Компот из плодов и ягод	200	0,20	0,20	27,80	125,00	0,00	1,76	0,00	0,12	6,9	5,4	4,1	0,84	0,06	2,32	TK № 3.2, 3.3, 3.4, 3.5		
6	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроэлементами	80	12,80	0,80	56,00	268,40	0,16	0,00	0,00	1,04	23,2	104,0	33,6	2,88	0,4	8			
	<b>Итого:</b>		<b>34,58</b>	<b>27,62</b>	<b>139,02</b>	<b>938,56</b>	<b>0,40</b>	<b>40,46</b>	<b>0,42</b>	<b>7,01</b>	<b>420,1</b>	<b>662,5</b>	<b>152,3</b>	<b>6,45</b>	0,83	59,87			
<b>Полдник</b>																			
1	Кекс столичный	50	2,85	10,15	28,65	215,35	0,06	0,00	0,07	2,78	22,3	74,0	10,8	0,68	0,03	0,83		ТУ 9119-012-62944680-10	
2	Сок фруктовый ДП	200	0,70	0,00	12,20	55,00	0,02	0,00	0,01	0,50	21,0	16,0	23,0	0,70	0	0,4			
3	Изделие кондитерское обогащенное очищенным гемоглобином	20	0,64	0,56	16,22	68,42	0,01	0,00	0,00	0,00	2,0	6,6	0,4	0,12	0,04	0			
	<b>Итого:</b>		<b>4,19</b>	<b>10,71</b>	<b>57,07</b>	<b>338,77</b>	<b>0,09</b>	<b>0,00</b>	<b>0,08</b>	<b>0,85</b>	<b>45,3</b>	<b>296,6</b>	<b>34,2</b>	<b>1,50</b>	0,07	7,83			
	<b>Итого за день</b>		<b>53,62</b>	<b>49,17</b>	<b>265,75</b>	<b>1707,03</b>	<b>0,76</b>	<b>40,52</b>	<b>0,55</b>	<b>8,02</b>	<b>732,6</b>	<b>1112,4</b>	<b>218,0</b>	<b>10,23</b>	<b>1,21</b>	<b>71,70</b>			
<b>День 16 (четверг)</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
1	Макаронные изделия с сыром	120	9,84	12,36	30,00	271,20	0,24	0,12	0,12	6,60	28,08	144,00	19,20	2,40	0,1	1,45	TK № 6.4		
2	Какао с молоком	200	4,60	4,60	27,00	160,00	0,02	1,10	0,00	0,16	103,5	103,3	15,0	0,52	0,18	7,68	TK № 2.1		
3	Фрукты и ягоды свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,0	11,0	9,0	2,20	0,02	1,25			
	<b>Итого:</b>		<b>16,98</b>	<b>19,22</b>	<b>70,10</b>	<b>519,40</b>	<b>0,10</b>	<b>11,22</b>	<b>0,08</b>	<b>0,54</b>	<b>273,3</b>	<b>243,6</b>	<b>38,2</b>	<b>3,61</b>	0,3	12,31			
<b>Обед</b>																			
1	Салат витаминный с маслом растительным	60	0,54	4,20	3,48	54,00	0,02	7,25	0,15	1,72	11,0	18,2	10,9	0,67	0,2	1,63	TK № 4.14		
2	Суп-пюре картофельный	250	4,00	5,00	20,75	145,00	0,13	23,20	0,30	1,88	47,5	91,5	32,7	1,18	0,13	7,9		ТУ 9165-001-62944680-10	
3	Сухарики	10	1,11	0,38	7,62	39,04	0,06	0,00	0,00	0,00	21,2	0,0	2,3	0,37	0,01	0	TK № 6.5		
4	Бифстегованов	80	8,56	5,84	4,72	122,40	0,04	1,27	0,03	1,06	16,1	110,0	12,9	1,42	0,09	3,68			
5	Рис отварной	150	3,30	5,10	38,70	213,90	0,11	0,00	0,00	0,59	18,4	222,3	74,1	1,53	0,05	2,07		ТУ 9165-003-62944680-10	
6	Компот из плодов и ягод	200	0,20	0,20	27,80	125,00	0,00	1,76	0,00	0,12	6,9	5,4	4,1	0,84	0,06	2,32	TK № 3.2, 3.3, 3.4, 3.5		
7	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроэлементами	80	12,80	0,80	56,00	268,40	0,16	0,00	0,00	1,04	23,2	104,0	33,6	2,88	0,4	8			
	<b>Итого:</b>		<b>24,11</b>	<b>21,12</b>	<b>131,07</b>	<b>833,54</b>	<b>0,43</b>	<b>33,48</b>	<b>0,44</b>	<b>6,36</b>	<b>321,2</b>	<b>547,5</b>	<b>136,9</b>	<b>6,00</b>	0,48	39,73			
<b>Полдник</b>																			
1	Бийогурт	100	5,00	3,20	8,50	80,70	0,04	0,60	0,03	0,00	122,0	96,0	15,0	0,09	0,2	9			
2	Пирожок с яблочным джемом	50	3,05	2,95	32,00	166,75	0,08	0,10	0,02	0,63	17,8	66,1	9,0	0,43	0,05	0,19		ТУ 9119-012-62944680-10	
3	Изделие кондитерское обогащенное очищенным гемоглобином	20	0,64	0,56	16,22	68,42	0,01	0,00	0,00	0,00	2,0	6,6	0,4	0,12	0,04	0			
	<b>Итого:</b>		<b>8,69</b>	<b>6,71</b>	<b>56,72</b>	<b>315,87</b>	<b>0,23</b>	<b>0,70</b>	<b>0,05</b>	<b>0,63</b>	<b>141,8</b>	<b>268,7</b>	<b>24,4</b>	<b>0,64</b>	0,29	29,47			
	<b>Итого за день</b>		<b>49,78</b>	<b>47,05</b>	<b>257,89</b>	<b>1668,81</b>	<b>0,76</b>	<b>45,40</b>	<b>0,57</b>	<b>7,53</b>	<b>736,2</b>	<b>1059,8</b>	<b>199,5</b>	<b>10,25</b>	<b>1,07</b>	<b>81,51</b>			

День 17 (пятница)																		
Завтрак																		
1	Каша пшеничная молочная	150	5,70	3,60	23,85	185,10	0,06	0,00	0,00	3,90	40,5	349,5	124,5	4,05	0,09	5,12		ТУ 9165-011-62944680-10
2	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	14,00	56,00	0,00	0,06	0,00	0,00	19,2	5,8	6,6	0,58	0	0	ТК № 2.4	
3	Фрукты и ягоды свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,0	11,0	9,0	2,20	0,02	1,25		
4	Бутерброд с сыром	40	2,48	3,48	5,68	64,40	0,04	0,42	0,11	1,35	201,3	131,9	17,5	0,54	0,37	2	ТК № 5.2	
	<b>Итого:</b>		<b>9,48</b>	<b>10,28</b>	<b>51,63</b>	<b>348,50</b>	<b>0,13</b>	<b>10,48</b>	<b>0,09</b>	<b>1,45</b>	<b>277,1</b>	<b>498,2</b>	<b>57,6</b>	<b>2,37</b>	0,37	22,14		
Обед																		
1	Салат из моркови с яблоками	60	1,02	0,18	10,86	49,50	0,03	3,67	0,00	2,18	14,3	25,9	18,1	0,63	0,03	2,5	ТК № 4.13	
2	Борщ с капустой и картофелем	250	1,50	3,00	14,25	90,00	0,08	40,75	2,00	6,40	91,3	103,2	48,9	2,43	0,03	4		ТУ 9165-001-62944680-10
3	Сметана 15 % (для борща)	10	0,24	3,00	0,31	29,12	0,00	0,08	0,04	0,06	8,5	5,9	0,7	0,03	0,01	0,7		
4	Птица отварная	80	16,80	15,60	0,00	207,60	0,00	0,00	0,00	1,29	2,0	0,0	0,0	0,01	0	0		ТУ 9214-004-62944680-10
5	Соус молочный	30	0,27	1,35	2,22	22,65	0,01	0,14	0,01	0,08	14,2	11,5	1,8	0,04	0,02	1		
6	Греча отварная	150	4,80	1,05	32,85	154,65	0,59	0,00	0,00	9,93	36,1	294,5	296,5	9,98	0,29	4,89		ТУ 9165-003-62944680-10
7	Компот из плодов и ягод	200	0,20	0,20	27,80	125,00	0,00	1,76	0,00	0,12	6,9	5,4	4,1	0,84	0,06	2,32	ТК № 3.2, 3.3, 3.4, 3.5	
8	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроэлементами	80	12,80	0,80	56,00	268,40	0,16	0,00	0,00	1,04	23,2	104,0	33,6	2,88	0,4	8		
	<b>Итого:</b>		<b>37,63</b>	<b>32,18</b>	<b>144,29</b>	<b>946,32</b>	<b>0,86</b>	<b>41,40</b>	<b>0,42</b>	<b>6,23</b>	<b>373,5</b>	<b>446,6</b>	<b>90,1</b>	<b>8,95</b>	0,42	31,02		
Полдник																		
1	Пирожок с вишневым джемом	50	3,40	2,95	30,20	160,95	0,13	0,21	0,03	1,05	28,5	105,3	14,6	0,66	0,04	0,49		ТУ 9119-012-62944680-10
2	Сок фруктовый ДП	200	0,70	0,00	12,20	55,00	0,02	0,00	0,01	0,50	21,0	16,0	23,0	0,70	0	0,4		
3	Творожок детский	50	8,35	4,50	1,00	77,65	0,02	0,25	0,04	0,00	82,0	110,0	11,5	0,20	0,15	4,5		
	<b>Итого:</b>		<b>12,45</b>	<b>11,45</b>	<b>43,40</b>	<b>293,60</b>	<b>0,17</b>	<b>0,46</b>	<b>0,08</b>	<b>0,68</b>	<b>131,5</b>	<b>231,3</b>	<b>49,1</b>	<b>0,95</b>	0,19	17,31		
	<b>Итого за день</b>		<b>59,56</b>	<b>53,91</b>	<b>239,32</b>	<b>1588,42</b>	<b>1,16</b>	<b>52,34</b>	<b>0,59</b>	<b>8,36</b>	<b>782,0</b>	<b>1176,1</b>	<b>196,8</b>	<b>12,27</b>	<b>0,98</b>	<b>70,47</b>		
День 18 (Суббота)																		
Завтрак																		
1	Колбасные изделия отварные	50	8,00	11,00	0,05	122,50	0,10	0,00	0,00	0,00	5,0	75,0	10,0	0,85	0,1	3,5	№ 6.1	
2	Пюре картофельное	100	2,10	4,50	14,60	107,30	0,01	18,49	0,01	1,61	15,6	56,7	21,7	0,84	0,09	4,18		ТУ 9165-003-62944680-10
3	Напиток кофейный на молоке	200	3,40	3,80	16,20	109,00	0,00	0,52	0,00	0,02	49,9	37,2	5,8	0,08	0,08	3,58	ТК № 2.3	
4	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроэлементами	40	6,40	0,40	28,00	134,20	0,08	0,00	0,00	0,52	11,6	52,0	16,8	1,44	0,2	4		
	<b>Итого:</b>		<b>23,10</b>	<b>19,90</b>	<b>72,85</b>	<b>540,10</b>	<b>0,23</b>	<b>15,01</b>	<b>0,02</b>	<b>1,83</b>	<b>283,1</b>	<b>273,6</b>	<b>37,5</b>	<b>1,82</b>	0,27	25,61		
Обед																		
1	Винегрет овощной	60	0,84	1,56	5,16	37,80	0,02	5,51	0,53	2,55	13,0	23,9	10,8	0,46	0,02	1,82	ТК № 4.11	
2	Щи из свежей капусты	250	2,00	4,25	7,00	81,00	0,05	22,98	0,88	1,78	31,4	34,3	16,5	0,63	0,03	2,9		ТУ 9165-001-62944680-10
3	Говядина тушеная с картофелем	200	13,00	6,80	18,20	186,00	0,20	8,74	0,04	0,38	43,8	283,1	60,7	4,30	0,2	10,06		ТУ 9214-004-62944680-10
4	Сок фруктовый ДП	200	0,70	0,00	12,20	55,00	0,02	0,00	0,01	0,50	21,0	16,0	23,0	0,70	0	0,4		
5	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроэлементами	80	12,80	0,80	56,00	268,40	0,16	0,00	0,00	1,04	23,2	104,0	33,6	2,88	0,4	8		
	<b>Итого:</b>		<b>29,34</b>	<b>21,61</b>	<b>98,56</b>	<b>628,20</b>	<b>0,45</b>	<b>32,22</b>	<b>0,47</b>	<b>4,83</b>	<b>209,4</b>	<b>557,5</b>	<b>111,0</b>	<b>6,08</b>	0,45	30,12		
Полдник																		
1	Кекс столичный	50	2,85	10,15	28,65	215,35	0,06	0,00	0,07	2,78	22,3	74,0	10,8	0,68	0,03	0,83		ТУ 9119-012-62944680-10
2	Зефир обогащенный микроэлементами витаминизированный	20	0,16	0,02	15,96	65,20	0,00	0,00	0,00	0,00	5,0	2,4	1,2	0,28	0	0		
3	Молоко витаминизированное	200	2,90	2,50	24,80	154,00	0,08	3,00	0,02	0,00	252,0	29,0	189,0	2,00	0,4	18		
	<b>Итого:</b>		<b>5,91</b>	<b>12,67</b>	<b>69,41</b>	<b>434,55</b>	<b>0,14</b>	<b>3,00</b>	<b>0,09</b>	<b>0,78</b>	<b>279,3</b>	<b>205,4</b>	<b>61,1</b>	<b>2,96</b>	0,17	19,83		
	<b>Итого за день</b>		<b>58,35</b>	<b>54,18</b>	<b>240,82</b>	<b>1602,85</b>	<b>0,82</b>	<b>50,23</b>	<b>0,58</b>	<b>7,44</b>	<b>771,8</b>	<b>1036,5</b>	<b>209,6</b>	<b>10,86</b>	<b>0,89</b>	<b>75,56</b>		
День 19 (Понедельник)																		
Завтрак																		
1	Манник с яблоком с соусом 150/30	180	5,76	2,16	35,82	185,04	0,04	1,30	0,02	0,95	39,6	53,4	11,9	0,86	0,06	6,08		ТУ 9165-003-62944680-10 ТУ 9165-002-62944680-10
2	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	14,00	56,00	0,00	0,06	0,00	0,00	19,2	5,8	6,6	0,58	0	0	ТК № 2.4	
3	Ватрушка с творогом	50	6,50	3,70	22,90	150,90	0,10	0,04	0,07	1,85	26,7	43,5	3,4	0,37	0,08	0,43		ТУ 9119-012-62944680-10
	<b>Итого:</b>		<b>12,66</b>	<b>15,86</b>	<b>72,72</b>	<b>391,94</b>	<b>0,13</b>	<b>1,40</b>	<b>0,09</b>	<b>0,79</b>	<b>285,6</b>	<b>282,7</b>	<b>21,9</b>	<b>0,81</b>	0,14	14,32		
Обед																		
1	Салат из белокочанной капусты	60	0,96	3,06	4,14	48,00	0,01	16,45	0,86	2,18	19,7	15,2	8,6	0,28	0,02	1,47	ТК № 4.21	
2	Суп куриный	250	2,50	0,75	13,00	68,75	0,03	7,08	1,55	2,70	16,4	32,4	14,1	0,48	0,03	2,73		ТУ 9165-001-62944680-10
3	Изделия формованные из фарша мясного с соусом 100/30	130	13,78	9,23	19,89	216,06	0,09	0,00	0,00	0,09	29,7	141,8	27,8	1,56	0,13	4,79		ТУ 9214-004-62944680-10 ТУ 9165-002-62944680-10
4	Греча отварная	150	4,80	1,05	32,85	154,65	0,59	0,00	0,00	9,93	36,1	294,5	296,5	9,98	0,29	4,89		ТУ 9165-003-62944680-10
5	Компот из плодов и ягод	200	0,20	0,20	27,80	125,00	0,00	1,76	0,00	0,12	6,9	5,4	4,1	0,84	0,06	2,32	ТК № 3.2, 3.3, 3.4, 3.5	
6	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроэлементами	80	12,80	0,80	56,00	268,40	0,16	0,00	0,00	1,04	23,2	104,0	33,6	2,88	0,4	8		
	<b>Итого:</b>		<b>35,04</b>	<b>25,09</b>	<b>153,68</b>	<b>880,86</b>	<b>0,87</b>	<b>25,29</b>	<b>0,42</b>	<b>6,02</b>	<b>209,0</b>	<b>589,5</b>	<b>141,4</b>	<b>9,13</b>	0,76	29,64		
Полдник																		
1	Пирожок с рисом и яйцом	50	4,10	3,90	24,10	147,90	0,05	0,00	0,05	0,09	29,6	114,4	19,5	0,80	0,07	0,87		ТУ 9119-012-62944680-10
2	Творожок детский	50	8,35	4,50	1,00	77,65	0,02	0,25	0,04	0,00	82,0	110,0	11,5	0,20	0,15	4,5		
3	Сок фруктовый ДП	200	0,70	0,00	12,20	55,00	0,02	0,00	0,01	0,50	21,0	16,0	23,0	0,70	0	0,4		
	<b>Итого:</b>		<b>13,15</b>	<b>10,40</b>	<b>37,30</b>	<b>280,55</b>	<b>0,09</b>	<b>0,25</b>	<b>0,10</b>	<b>0,59</b>	<b>232,6</b>	<b>240,4</b>	<b>44,0</b>	<b>1,70</b>	0,22	22,8		
	<b>Итого за день</b>		<b>60,85</b>	<b>51,35</b>	<b>263,70</b>	<b>1553,35</b>	<b>1,09</b>	<b>26,93</b>	<b>0,60</b>	<b>7,40</b>	<b>727,2</b>	<b>1112,6</b>	<b>207,2</b>	<b>11,64</b>	<b>1,12</b>	<b>66,76</b>		
День 20 (Вторник)																		
Завтрак																		
1	Плов	150	11,40	9,75	27,15	247,50	0,09	3,44	2,48	3,92	28,2	218,1	51,0	2,43	0,12	4,46		ТУ 9214-004-62944680-10
2	Какао с молоком	200	4,60	4,60	27,00	160,00	0,02	1,10	0,00	0,16	103,5	103,3	15,0	0,52	0,18	7,68	ТК № 2.1	
3	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроэлементами	40	6,40	0,40	28,00	134,20	0,08	0,00	0,00	0,52	11,6	52,0	16,8	1,44	0,2	4		
4	Фрукты и ягоды свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,0	11,0	9,0	2,20	0,02	1,25		
	<b>Итого:</b>		<b>20,02</b>	<b>15,00</b>	<b>90,25</b>	<b>584,70</b>	<b>0,22</b>	<b>7,75</b>	<b>0,07</b>	<b>0,76</b>	<b>159,6</b>	<b>275,6</b>	<b>53,8</b>	<b>3,14</b>	0,32	22,64		
Обед																		



1	Салат из моркови с яблоками	60	1,02	0,18	10,86	49,50	0,03	3,67	0,00	2,18	14,3	25,9	18,1	0,63	0,03	2,5	TK № 4.13	
2	Суп картофельный с рыбой	250	6,25	3,00	14,75	110,25	0,15	32,75	1,40	4,83	46,3	262,3	56,1	2,18	0,08	39,43		ТУ 9165-001-62944680-10
3	Гуляш	80	11,12	5,20	3,20	105,60	0,04	2,07	1,15	1,02	11,2	103,7	16,5	1,40	0,1	3,83		ТУ 9214-004-62944680-10
4	Пюре картофельное	150	3,15	6,75	21,90	160,95	0,02	27,74	0,02	2,42	23,3	85,1	32,6	1,26	0,09	4,18		ТУ 9165-003-62944680-10
5	Компот из плодов и ягод	200	0,20	0,20	27,80	125,00	0,00	1,76	0,00	0,12	6,9	5,4	4,1	0,84	0,06	2,32	TK № 3.2, 3.3, 3.4, 3.5	
6	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроэлементами	80	12,80	0,80	56,00	268,40	0,16	0,00	0,00	1,04	23,2	104,0	33,6	2,88	0,4	8		
<b>Итого:</b>			<b>33,54</b>	<b>26,13</b>	<b>134,51</b>	<b>819,70</b>	<b>0,40</b>	<b>40,99</b>	<b>0,48</b>	<b>6,56</b>	<b>302,2</b>	<b>562,7</b>	<b>107,8</b>	<b>6,31</b>	0,54	43,82		
<b>Полдник</b>																		
1	Ватрушка с творогом	50	6,50	3,70	22,90	150,90	0,10	0,04	0,07	1,85	26,7	43,5	3,4	0,37	0,08	0,43		ТУ 9119-012-62944680-10
2	Биокефир питьевой фруктовый	200	10,00	6,40	17,00	161,40	0,08	1,20	0,06	0,00	244,0	192,0	30,0	0,18	0,2	9		
3	Изделие кондитерское обогащенное очищенным гемоглобином	20	0,64	0,56	16,22	68,42	0,01	0,00	0,00	0,00	2,0	6,6	0,4	0,12	0,04	0		
<b>Итого:</b>			<b>15,14</b>	<b>10,66</b>	<b>56,12</b>	<b>380,72</b>	<b>0,18</b>	<b>1,24</b>	<b>0,06</b>	<b>0,85</b>	<b>272,7</b>	<b>242,1</b>	<b>33,8</b>	<b>0,67</b>	0,32	12,34		
<b>Итого за день</b>			<b>68,70</b>	<b>51,79</b>	<b>280,88</b>	<b>1785,12</b>	<b>0,80</b>	<b>49,98</b>	<b>0,61</b>	<b>8,17</b>	<b>734,6</b>	<b>1080,4</b>	<b>195,5</b>	<b>10,12</b>	<b>1,18</b>	<b>78,80</b>		
<b>День 21 (Среда)</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
1	Макароны, запеченные с сыром	120	9,84	12,36	30,00	271,20	0,24	0,12	0,12	6,60	28,08	144,00	19,20	2,40	0,1	1,45	TK № 6.4	
2	Напиток кофейный на молоке	200	3,40	3,80	16,20	109,00	0,00	0,52	0,00	0,02	49,9	37,2	5,8	0,08	0,08	3,58	TK № 2.3	
3	Пирожок с клубничным джемом	50	3,35	2,90	31,15	160,05	0,13	0,00	0,06	0,94	27,9	104,5	14,2	0,06	0,04	0,19		ТУ 9119-012-62944680-10
<b>Итого:</b>			<b>16,23</b>	<b>21,12</b>	<b>82,35</b>	<b>585,45</b>	<b>0,18</b>	<b>0,64</b>	<b>0,08</b>	<b>1,14</b>	<b>231,6</b>	<b>271,0</b>	<b>34,1</b>	<b>1,03</b>	0,22	19,6		
<b>Обед</b>																		
1	Салат из свеклы с сыром	60	3,18	8,52	4,32	106,80	0,01	5,01	0,04	1,30	112,5	71,1	15,2	0,75	0,04	3,32	TK № 4.6	
2	Суп картофельный с горохом	250	4,75	4,75	17,75	132,75	0,23	7,13	0,88	4,30	45,5	107,9	36,8	2,65	0,08	3,35		ТУ 9165-001-62944680-10
3	Сухарики	10	1,11	0,38	7,62	39,04	0,06	0,00	0,00	0,00	21,2	0,0	2,3	0,37	0,01	0	TK № 6.5	
4	Печень тушеная (говяжья), с соусом 80/30	110	18,59	5,94	9,79	164,34	0,27	29,40	3,38	2,96	8,4	305,4	16,7	8,09	1,57	4,54		ТУ 9214-004-62944680-10 ТУ 9165-002-62944680-10 ТУ 9165-003-62944680-10
5	Греча отварная	150	4,80	1,05	32,85	154,65	0,59	0,00	0,00	9,93	36,1	294,5	296,5	9,98	0,29	4,89		
6	Фиточай	200	0,00	0,00	0,00	34,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,9	0,0	1,1	0,00	0	0	TK № 3.7	
7	Сахар	10	0,00	0,00	9,98	37,43	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,00	0,03	0	0		
8	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроэлементами	80	12,80	0,80	56,00	268,40	0,16	0,00	0,00	1,04	23,2	104,0	33,6	2,88	0,4	8		
<b>Итого:</b>			<b>43,23</b>	<b>21,44</b>	<b>118,33</b>	<b>937,41</b>	<b>1,31</b>	<b>41,54</b>	<b>0,48</b>	<b>5,90</b>	<b>228,7</b>	<b>779,1</b>	<b>128,7</b>	<b>9,84</b>	0,63	27,87		
<b>Полдник</b>																		
1	Ватрушка с абрикосовым джемом	50	4,00	2,75	27,30	149,95	0,08	0,10	0,04	0,63	17,9	66,2	9,2	0,42	0,05	0,34		ТУ 9119-012-62944680-10
2	Молоко витаминизированное	200	2,90	2,50	24,80	154,00	0,08	3,00	0,02	0,00	252,0	29,0	189,0	2,00	0,4	18		
3	Зефир обогащенный микроэлементами витаминизированный	20	0,16	0,02	15,96	65,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	0,0	0,28	0	0		
<b>Итого:</b>			<b>7,06</b>	<b>8,27</b>	<b>68,06</b>	<b>369,15</b>	<b>0,16</b>	<b>3,10</b>	<b>0,06</b>	<b>0,63</b>	<b>269,9</b>	<b>95,2</b>	<b>48,2</b>	<b>0,70</b>	0,25	25,34		
<b>Итого за день</b>			<b>66,02</b>	<b>50,83</b>	<b>268,74</b>	<b>1892,01</b>	<b>1,65</b>	<b>45,27</b>	<b>0,62</b>	<b>7,67</b>	<b>730,2</b>	<b>1145,3</b>	<b>211,0</b>	<b>11,57</b>	<b>1,10</b>	<b>72,81</b>		
<b>День 22 (Четверг)</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
1	Омлет	150	15,75	9,00	3,75	159,75	0,08	0,54	0,27	1,79	125,2	222,9	19,2	2,25	0,47	22,98		ТУ 9219-009-62944680-10
2	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	14,00	56,00	0,00	0,06	0,00	0,00	19,2	5,8	6,6	0,58	0	0	TK № 2.4	
3	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроэлементами	40	6,40	0,40	28,00	134,20	0,08	0,00	0,00	0,52	11,6	52,0	16,8	1,44	0,2	4		
4	Плоды и ягоды свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,0	11,0	9,0	2,20	0,02	1,25		
<b>Итого:</b>			<b>22,45</b>	<b>12,60</b>	<b>53,85</b>	<b>392,95</b>	<b>0,19</b>	<b>10,60</b>	<b>0,09</b>	<b>1,20</b>	<b>260,5</b>	<b>239,8</b>	<b>34,8</b>	<b>1,03</b>	0,22	24,33		
<b>Обед</b>																		
1	Салат из помидоров и огурцов свежих с раст.м.	60	0,52	9,06	1,74	91,14	0,04	8,21	0,00	1,76	10,9	18,1	9,4	0,40	0,02	1,25	TK № 4.12	
2	Борщ с капустой и картофелем	250	1,50	3,00	14,25	90,00	0,08	40,75	2,00	6,40	91,3	103,2	48,9	2,43	0,03	4		ТУ 9165-001-62944680-10
3	Сметана 15 % (для борща)	10	0,24	3,00	0,31	29,12	0,00	0,05	6,00	0,03	9,0	6,2	1,0	0,01	0,01	0,7		
4	Бефстроганов	80	8,56	5,84	4,72	122,40	0,04	1,27	0,03	1,06	16,1	110,0	12,9	1,42	0,09	3,68		ТУ 9214-004-62944680-10
5	Рис отварной	150	3,30	5,10	38,70	213,90	0,11	0,00	0,00	0,59	18,4	222,3	74,1	1,53	0,05	2,07		ТУ 9165-003-62944680-10
6	Компот из плодов и ягод	200	0,20	0,20	27,80	125,00	0,00	1,76	0,00	0,12	6,9	5,4	4,1	0,84	0,06	2,32		
7	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроэлементами	80	12,80	0,80	56,00	268,40	0,16	0,00	0,00	1,04	23,2	104,0	33,6	2,88	0,4	8		
<b>Итого:</b>			<b>27,12</b>	<b>29,00</b>	<b>143,52</b>	<b>939,96</b>	<b>0,42</b>	<b>38,04</b>	<b>0,42</b>	<b>6,96</b>	<b>352,8</b>	<b>565,4</b>	<b>150,3</b>	<b>6,62</b>	0,44	32,7		
<b>Полдник</b>																		
1	Пирожок с капустой и яйцом	50	6,20	2,45	24,70	145,65	0,01	19,81	0,02	0,70	25,7	19,1	7,4	0,33	0,09	4		ТУ 9119-012-62944680-10
2	Напиток кофейный на молоке	200	3,40	3,80	16,20	109,00	0,00	0,52	0,00	0,02	49,9	37,2	5,8	0,08	0,08	3,58	TK № 2.3	
3	Йогурт	100	5,00	3,20	3,50	5,00	0,04	0,60	0,03	0,00	122,0	96,0	15,0	0,10	0,2	9		
<b>Итого:</b>			<b>12,60</b>	<b>11,45</b>	<b>44,40</b>	<b>259,65</b>	<b>0,05</b>	<b>8,93</b>	<b>0,05</b>	<b>0,72</b>	<b>197,6</b>	<b>252,3</b>	<b>28,2</b>	<b>2,51</b>	0,37	22,12		
<b>Итого за день</b>			<b>62,17</b>	<b>53,05</b>	<b>241,77</b>	<b>1592,56</b>	<b>0,66</b>	<b>57,57</b>	<b>0,56</b>	<b>8,88</b>	<b>810,9</b>	<b>1057,5</b>	<b>213,3</b>	<b>10,16</b>	<b>1,03</b>	<b>79,15</b>		
<b>День 23 (Пятница)</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
1	Пельмени детские с маслом сливочным 120/10	130	7,41	9,88	11,44	171,08	0,18	0,00	0,06	0,16	45,9	122,8	24,5	1,58	0,07	0	TK № 6.2	
2	Какао с молоком	200	4,60	4,60	27,00	160,00	0,02	1,10	0,00	0,16	103,5	103,3	15,0	0,52	0,18	7,68	TK № 2.1	
3	Плоды и ягоды свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,0	11,0	9,0	2,20	0,02	1,25		
<b>Итого:</b>			<b>12,91</b>	<b>16,48</b>	<b>46,54</b>	<b>374,08</b>	<b>0,23</b>	<b>8,10</b>	<b>0,06</b>	<b>0,52</b>	<b>165,4</b>	<b>237,1</b>	<b>48,5</b>	<b>2,30</b>	0,25	9,83		
<b>Обед</b>																		
1	Салат витаминный с маслом растительным	60	0,54	4,20	3,48	54,00	0,02	7,25	0,15	1,72	11,0	18,2	10,9	0,67	0,2	1,63	TK № 4.14	
2	Суп картофельный с рыбой	250	6,25	3,00	14,75	110,25	0,15	32,75	1,40	4,83	46,3	262,3	56,1	2,18	0,08	39,43		ТУ 9165-001-62944680-10
3	Гуляш	80	11,12	5,20	3,20	105,60	0,04	2,07	1,15	1,02	11,2	103,7	16,5	1,40	0,1	3,83		ТУ 9214-004-62944680-10
4	Макаронные изделия отварные	150	4,65	4,20	45,45	250,20	0,27	0,00	0,00	7,04	31,5	120,7	22,2	2,25	0	0		ТУ 9165-003-62944680-10
5	Компот из плодов и ягод	200	0,20	0,20	27,80	125,00	0,00	1,76	0,00	0,12	6,9	5,4	4,1	0,84	0,06	2,32	TK № 3.2, 3.3, 3.4, 3.5	
6	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроэлементами	80	12,80	0,80	56,00	268,40	0,16	0,00	0,00	1,04	23,2	104,0	33,6	2,88	0,4	8		
<b>Итого:</b>			<b>35,56</b>	<b>19,60</b>	<b>150,68</b>	<b>913,45</b>	<b>0,64</b>	<b>40,83</b>	<b>0,53</b>	<b>6,59</b>	<b>207,2</b>	<b>610,6</b>	<b>109,8</b>	<b>6,34</b>	0,54	43,24		

Полдник																	
1	Кеке столичный	50	2,85	10,15	28,65	215,35	0,06	0,00	0,07	2,78	22,3	74,0	10,8	0,68	0,03	0,83	ТУ 9119-012-62944680-10
2	Биойогурт	100	5,00	3,20	8,50	80,70	0,04	0,60	0,03	0,00	122,0	96,0	15,0	0,09	0,2	9	
3	Молоко витаминизированное	200	2,90	2,50	24,80	154,00	0,08	3,00	0,02	0,00	252,0	29,0	189,0	2,00	0,4	18	
	<b>Итого:</b>		<b>10,75</b>	<b>16,85</b>	<b>61,95</b>	<b>450,05</b>	<b>0,18</b>	<b>3,60</b>	<b>0,02</b>	<b>0,98</b>	<b>396,3</b>	<b>252,0</b>	<b>34,8</b>	<b>2,77</b>	<b>0,23</b>	<b>27,83</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>59,22</b>	<b>52,93</b>	<b>259,17</b>	<b>1737,58</b>	<b>1,05</b>	<b>52,53</b>	<b>0,61</b>	<b>8,09</b>	<b>768,9</b>	<b>1099,7</b>	<b>193,1</b>	<b>11,41</b>	<b>1,02</b>	<b>80,90</b>	
День 24 (Суббота)																	
Завтрак																	
1	Вареники ленивые с творогом	120	15,84	8,40	16,56	207,60	0,06	0,24	0,05	0,36	88,8	171,6	21,6	0,72	0,3	1,44	ТУ 9165-010-62944680-10
2	Молоко сгущенное с сахаром 8,5 % жир.	15	1,08	1,27	8,31	49,15	0,01	0,15	0,01	0,03	46,1	32,9	5,1	0,03	0,03	1,35	
3	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	14,00	56,00	0,00	0,06	0,00	0,00	19,2	5,8	6,6	0,58	0	0	ТК № 2.4
4	Пирожок с капустой и яйцом	50	6,20	2,45	24,70	145,65	0,01	19,81	0,02	0,70	25,7	19,1	7,4	0,33	0,09	4	ТУ 9119-012-62944680-10
5	Фрукты и ягоды свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,0	11,0	9,0	2,20	0,02	1,25	
	<b>Итого:</b>		<b>19,42</b>	<b>12,32</b>	<b>71,67</b>	<b>501,40</b>	<b>0,11</b>	<b>20,26</b>	<b>0,08</b>	<b>0,92</b>	<b>195,8</b>	<b>240,3</b>	<b>49,7</b>	<b>3,86</b>	<b>0,14</b>	<b>20,43</b>	
Обед																	
1	Салат картофельный	60	6,84	4,50	16,92	39,60	0,04	8,09	1,78	2,14	8,9	31,5	15,7	0,46	0,04	2,76	ТК № 4.15
2	Рассольник Ленинградский	250	1,75	4,25	9,50	83,25	0,10	11,75	0,00	0,75	45,0	192,5	32,5	1,00	0,03	3,25	ТУ 9165-001-62944680-10
3	Птица отварная	80	16,80	15,60	0,00	207,60	0,00	0,00	0,00	1,29	2,0	0,0	0,0	0,01	0	0	ТУ 9214-004-62944680-10
4	Рагу овощное	150	2,10	5,10	13,65	108,90	0,08	12,00	0,00	1,80	57,0	97,5	40,5	1,20	0,09	6,78	ТУ 9165-003-62944680-10
5	Сок фруктовый ДП	200	0,70	0,00	12,20	55,00	0,02	0,00	0,01	0,50	21,0	16,0	23,0	0,70	0	0,4	
6	Хлеб ржано-пшеничный и пшеничный в/с обогащенный микроуриентами	80	12,80	0,80	56,00	268,40	0,16	0,00	0,00	1,04	23,2	104,0	33,6	2,88	0,4	8	
7	Изделие кондитерское обогащенное очищенным гемоглобином	20	0,64	0,56	16,22	68,42	0,01	0,00	0,00	0,00	2,0	6,6	0,4	0,12	0,04	0	
	<b>Итого:</b>		<b>38,63</b>	<b>30,81</b>	<b>124,49</b>	<b>831,17</b>	<b>0,41</b>	<b>31,84</b>	<b>0,54</b>	<b>6,48</b>	<b>336,1</b>	<b>624,3</b>	<b>112,1</b>	<b>5,49</b>	<b>0,6</b>	<b>29,43</b>	
Полдник																	
1	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	14,00	56,00	0	0,06	0	0	19,2	5,8	6,6	0,58	0	0	ТК № 2.4
2	Пирожок с клубничным джемом	50	3,35	2,90	31,15	160,05	0,13	0,00	0,06	0,94	27,9	104,5	14,2	0,06	0,04	0,19	ТУ 9119-012-62944680-10
3	Творожок детский	50	8,35	4,50	1,00	77,65	0,02	0,25	0,04	0,00	82,0	110,0	11,5	0,20	0,15	4,5	
	<b>Итого:</b>		<b>10,10</b>	<b>11,40</b>	<b>46,15</b>	<b>293,70</b>	<b>0,15</b>	<b>0,31</b>	<b>0,01</b>	<b>0,94</b>	<b>229,1</b>	<b>220,3</b>	<b>32,3</b>	<b>0,84</b>	<b>0,19</b>	<b>23,5</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>68,15</b>	<b>54,53</b>	<b>242,31</b>	<b>1626,27</b>	<b>0,66</b>	<b>52,41</b>	<b>0,63</b>	<b>8,34</b>	<b>761,0</b>	<b>1084,8</b>	<b>194,1</b>	<b>10,19</b>	<b>0,93</b>	<b>73,36</b>	

**1 неделя**

Энергетическая ценность завтрак	18,46	13,64	76,68	486,66	0,22	8,33	0,17	0,80	202,0	281,4	48,1	2,83	0,23	20,91
двух разовое питание	50,45	39,92	215,90	1402,53	0,77	42,13	0,55	7,13	591,6	854,1	161,8	9,69	0,84	53,99
3 разовое питание	61,32	57,41	267,99	1721,81	0,91	47,80	0,62	7,90	759,0	1101,3	191,4	10,80	1,08	76,80

**2 неделя**

Энергетическая ценность завтрак	17,91	13,43	70,90	521,13	0,20	8,36	0,14	1,04	214,6	278,2	39,3	2,85	0,29	20,76
двух разовое питание	53,83	45,44	203,26	1504,39	0,83	45,13	0,52	7,18	565,5	870,5	159,3	9,33	0,90	57,39
3 разовое питание	62,31	54,39	248,69	1845,55	0,94	49,34	0,59	8,07	776,9	1117,4	198,5	11,02	1,05	73,49

**3 неделя**

Энергетическая ценность завтрак	17,64	15,28	66,34	470,63	0,18	12,72	0,06	1,14	254,9	288,4	44,0	2,98	0,30	15,03
двух разовое питание	49,72	41,70	192,85	1323,19	0,69	47,72	0,50	7,43	593,8	834,7	163,7	9,64	0,86	54,11
3 разовое питание	58,89	53,43	249,63	1692,92	0,87	49,15	0,57	7,78	762,6	1103,9	201,9	11,01	1,05	74,25

**4 неделя**

Энергетическая ценность завтрак	17,28	15,56	69,56	471,75	0,18	8,12	0,08	0,89	216,4	257,7	40,5	2,03	0,22	18,53
двух разовое питание	52,80	40,91	207,10	1358,84	0,85	44,54	0,56	7,31	489,1	879,7	165,5	9,32	0,80	52,98
3 разовое питание	64,18	52,41	259,43	1697,81	0,99	47,45	0,60	8,09	755,5	1096,7	202,4	10,85	1,06	75,30

**ЗА 4 НЕДЕЛИ СРЕДНЕЕ**

Среднее завтрак	17,82	14,48	70,87	487,54	0,19	9,38	0,11	0,97	222,0	276,4	43,0	2,67	0,26	18,81
Среднее 2х разовое	51,70	41,99	204,78	1397,24	0,79	44,88	0,53	7,26	560,0	859,7	162,6	9,49	0,85	54,62
Среднее 3х разовое	61,67	54,41	256,43	1739,53	0,93	48,43	0,60	7,96	763,5	1104,8	198,6	10,92	1,06	74,96