



Примерное циклическое меню двухнедельное для питания учащихся в школьной столовой
МБОУ "Лицей №81" 2023-2024 учебный год (начальная школа)

Возрастная категория: 7-11 лет

Вводится с «01» 09 2023 года

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		Н	С	А		Ca	P	Mg	Fe
	1 неделя													
	1 день 1 недели													
	/ завтрак - 08:45 (70-00)													
№100,2013	Сыр порционный нарезка	20	5,12	5,22	0,00	68,60	0,01	0,14	0,05	0,10	180,00	118,00	10,00	0,18
№258, 2013г.	Каша пшенная вязкая	200	8,72	12,86	37,12	299,00	0,19	Мб	0,08	0,24	138,00	209,80	55,40	1,46
№494,2013г.	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00	0,00	2,80	0,00	0,00	14,20	4,00	2,00	0,40
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№112,2013г.	Плоды свежие (яблоки или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	550	16,47	18,78	74,45	536,95	0,27	14,30	0,13	0,92	356,45	376,25	85,55	4,99
	2 завтрак - 09:40 (70-00)													
№493,2004г.	Птица (филе), тушеная в сметанном соусе с томатном (90/30)	120	10,87	10,71	2,84	205,20	0,02	2,30	0,03	0,50	34,00	90,00	16,00	1,00
№414,2013г	Рис отварной	150	3,69	6,08	33,81	204,60	0,03	0,00	0,04	0,29	5,10	70,80	22,80	0,53
№494,2013г.	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00	0,00	2,80	0,00	0,00	14,20	4,00	2,00	0,40
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59

№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	600	17,19	17,48	73,98	579,15	0,12	15,10	0,07	1,36	77,55	209,25	58,95	4,88
	<i>Обед- 14:45; 15:45 (70-00)</i>													
№54-3з,2020	Помидор в нарезке	100	0,67	0,00	4,17	19,17	0,07	25,00	133,33	0,00	13,33	26,67	20,00	1,40
№54-2м,2020	Котлета из говядины	90	16,92	14,28	14,28	225,60	0,05	0,00	0,20	0,60	58,80	210,00	34,80	3,00
№478, 2013	С маслом сливочным	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	0,06	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02
№295,2013	Макаронные изделия отварные с сыром	180	10,89	9,09	30,60	247,50	0,07	0,09	0,06	0,90	186,30	151,20	18,00	0,99
№507,2013г.	Компот из свежих плодов /яблок/	200	0,50	0,20	23,10	96,00	0,02	4,30	0,00	0,20	22,00	16,00	14,00	1,10
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	710	31,56	32,52	94,36	771,42	0,28	39,39	133,66	2,38	305,88	450,22	104,95	9,46
	2 день 1 неделя													
	<i>1 завтрак - 08:45 (70-00)</i>													
№90,2013	Бутерброд с сыром и маслом (20/5/20)	45	6,70	9,50	9,90	153,00	0,03	0,10	0,08	0,40	185,00	132,00	13,00	0,40
№247, 2013	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая	160	6,85	11,30	25,22	229,92	0,14	1,14	0,06	0,64	123,68	193,28	56,80	1,36
№496,2013	Какао с молоком (т.п)	180	3,24	2,97	22,50	129,60	0,04	1,17	0,02	0,00	111,60	99,00	24,30	0,72
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	500	18,18	24,35	72,37	585,62	0,27	12,41	0,16	1,45	441,53	458,98	110,15	5,27
	<i>2 завтрак - 09:40 (70-00)</i>													
№54-2м,2020	Биточки из говядины	90	16,92	14,28	14,28	225,60	0,05	0,00	0,20	0,60	58,80	210,00	34,80	3,00
№601, 2004	С соусом сметанным с томатом	30	0,84	3,06	18,66	39,00	0,01	0,44	0,04	0,09	27,03	22,26	4,62	0,14
№ 237,2013	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,55	7,85	37,08	253,05	0,21	0,00	0,04	0,62	14,25	202,65	135,30	4,55
№496,2013	Какао с молоком (т.п.)	180	3,24	2,97	22,50	129,60	0,04	1,17	0,02	0,00	111,60	99,00	24,30	0,72
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59

№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	580	32,08	28,86	114,65	755,60	0,38	11,61	0,30	1,88	235,93	578,36	217,17	11,35
	<i>Обед- 14:45; 15:45 (70-00)</i>													
№53,2013	Салат из свеклы с солеными огурцами	100	1,20	10,40	6,50	124,00	0,01	5,50	0,00	4,50	32,00	36,00	19,00	1,10
54-10м 2020	Капуста тушеная с мясом (100/180)	280	28,38	24,69	18,33	408,55	0,25	101,82	278,73	0,00	119,64	352,55	64,91	5,09
№511,2013г.	Компот из клубники	200	0,30	0,10	17,20	71,00	0,01	24,00	0,00	0,00	11,00	10,00	9,00	0,40
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	710	32,41	35,89	64,16	711,90	0,35	141,32	278,73	5,08	186,89	443,00	111,06	9,54
	<i>3 день 1 неделя</i>													
	<i>1 завтрак - 08:45 (70-00)</i>													
№54-2м,2020	Шницель из говядины	90	16,92	14,28	14,28	225,60	0,05	0,00	0,20	0,60	58,80	210,00	34,80	3,00
№601, 2004	С соусом сметанным с томатом	30	0,84	3,06	18,66	39,00	0,01	0,44	0,04	0,09	27,03	22,26	4,62	0,14
№ 237,2013	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,55	7,85	37,08	253,05	0,21	0,00	0,04	0,62	14,25	202,65	135,30	4,55
№493,2013	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,00	3,00	1,00	0,30
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
	Всего	500	28,54	25,49	97,35	639,00	0,31	0,44	0,28	1,68	119,33	471,36	184,87	8,73
	<i>2 завтрак - 09:40 (70-00)</i>													
№ 313,2013г.	Запеканка из творога	150	24,00	25,20	23,90	425,00	0,07	0,60	0,20	0,70	297,00	347,00	38,00	1,00
№472,2013г.	С соусом вишневым	30	0,12	0,03	19,59	79,11	0,00	1,67	0,00	0,05	6,21	4,59	3,99	0,13
№493,2013	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,00	3,00	1,00	0,30
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	510	26,75	25,93	80,62	672,46	0,15	12,27	0,20	1,32	338,46	399,04	61,14	4,38
	<i>Обед- 14:45; 15:45 (70-00)</i>													
№54-2з,2020	Огурец в нарезке	100	0,83	0,00	3,00	15,17	0,03	10,00	10,00	0,00	23,33	41,67	13,33	0,90
№54-2м, 2020	Гуляш	90	13,80	11,20	3,30	190,80	0,01	0,79	7,31	0,00	14,63	180,00	20,25	2,48

№ 237,2013	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,26	9,41	44,50	303,66	0,25	0,00	0,05	0,74	17,10	243,18	162,36	5,45
№507,2013	Компот из черной смородины и свежих яблок	200	0,50	0,20	23,10	96,00	0,02	4,30	0,00	0,20	22,00	16,00	14,00	1,10
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	700	27,92	21,51	96,03	713,98	0,39	25,09	17,36	1,51	101,31	525,30	228,09	12,88
	<i>Дополнительный обед 14:45; 15:45 (70-00)</i>													
№54-2з,2020	Огурец в нарезке	100	0,83	0,00	3,00	15,17	0,03	10,00	10,00	0,00	23,33	41,67	13,33	0,90
№443,2004	Плов	270	29,16	15,93	51,03	792,00	0,06	0,36	0,05	0,72	20,70	204,30	47,70	2,52
№507,2013	Компот из черной смородины и свежих яблок	200	0,50	0,20	23,10	96,00	0,02	4,30	0,00	0,20	22,00	16,00	14,00	1,10
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	700	33,02	16,83	99,26	1011,52	0,19	24,66	10,05	1,50	90,28	306,42	93,18	7,47
	4 день 1 неделя													
	<i>1 завтрак - 08:45 (70-00)</i>													
№300,2013	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,00	0,10	0,20	22,00	77,00	5,00	1,00
№250,2013	Каша манная вязкая	200	7,74	11,82	35,54	279,40	0,08	1,42	0,08	0,76	140,60	136,40	23,00	0,56
№494,2013	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00	0,00	2,80	0,00	0,00	14,20	4,00	2,00	0,40
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	570	10,37	12,52	72,87	448,75	0,16	14,22	0,08	1,34	179,05	184,85	43,15	3,91
	<i>2 завтрак - 09:40 (70-00)</i>													
№54-2м,2020	Биточки из говядины	90	16,92	14,28	14,28	225,60	0,05	0,00	0,20	0,60	58,80	210,00	34,80	3,00
№478, 2013	С маслом сливочным	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00	0,00	0,03	0,05	0,60	0,95	0,00	0,01
№173,2013	Картофель отварной	180	3,42	7,38	22,86	171,00	0,18	25,02	0,05	0,18	19,80	95,40	36,00	1,44
№494,2013	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00	0,00	2,80	0,00	0,00	14,20	4,00	2,00	0,40
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17

№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
	Всего	505	22,60	26,09	64,71	556,35	0,27	27,82	0,29	1,21	101,65	343,80	81,95	5,60
	<i>Обед- 14:45; 15:45 (70-00)</i>													
№54-4з,2020	Перец болгарский в нарезке	100	1,33	0,00	5,67	28,00	0,10	250,00	0,00	0,00	8,33	16,67	11,67	0,00
№493, 2004г.	Птица (филе), тушеная в сметанном соусе с томатном (100/50)	150	13,59	13,38	3,55	256,50	0,02	2,88	0,04	0,63	42,50	112,50	20,00	1,25
№291,2013	Макаронные изделия отварные	180	6,79	0,81	34,85	173,88	0,07	0,02	0,00	0,95	6,84	42,84	9,72	0,94
№508,2013	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	27,00	110,00	0,01	0,50	0,00	0,00	28,00	19,00	7,00	1,50
№108,2013	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28
№109,2013	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,25	43,50	0,05	0,00	0,00	0,35	8,75	39,50	11,75	0,98
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	780	26,16	15,09	101,42	717,63	0,30	263,39	0,04	2,40	115,42	257,76	72,64	7,14
	5 день 1 неделя													
	<i>1 завтрак - 08:45 (70-00)</i>													
№411,2013	Кнели из кур с рисом (филе)	90	15,56	15,81	6,69	230,14	0,08	0,90	0,06	0,26	20,57	97,71	18,00	1,29
№478, 2013	С маслом сливочным	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00	0,00	0,03	0,05	0,60	0,95	0,00	0,01
№295,2013	Макаронные изделия отварные с сыром	150	9,08	7,58	25,50	206,25	0,06	0,08	0,05	0,75	155,25	126,00	15,00	0,83
№494,2013	Чай с лимоном	180	0,10	0,00	15,20	54,90	0,00	2,80	0,00	0,00	14,20	4,00	2,00	0,40
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	555	27,29	28,21	69,56	637,04	0,21	13,78	0,15	1,63	214,87	273,11	53,15	5,47
	<i>2 завтрак - 09:40 (70-00)</i>													
№411,2013	Кнели из кур с рисом (филе)	90	15,56	15,81	6,69	230,14	0,08	0,90	0,06	0,26	20,57	97,71	18,00	1,29
№478, 2013	С маслом сливочным	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00	0,00	0,03	0,05	0,60	0,95	0,00	0,01
№295,2013	Макаронные изделия отварные с сыром	150	9,08	7,58	25,50	206,25	0,06	0,08	0,05	0,75	155,25	126,00	15,00	0,83
№494,2013	Чай с лимоном	180	0,10	0,00	15,20	54,90	0,00	2,80	0,00	0,00	14,20	4,00	2,00	0,40
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59

№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	555	27,29	28,21	69,56	637,04	0,21	13,78	0,15	1,63	214,87	273,11	53,15	5,47
	<i>Обед- 14:45; 15:45 (70-00)</i>													
№22, 2013	Салат из свежих помидоров	60	0,60	6,12	2,10	66,00	0,02	6,13	0,46	0,00	15,31	8,74	6,84	0,35
№399, 2013	Оладьи из печени по-кунцевски	100	17,30	11,70	11,80	222,00	0,25	7,20	6,90	1,20	22,00	267,00	21,00	5,20
№601, 2004	С соусом сметанным с томатом	50	1,40	3,06	18,66	65,00	0,02	0,73	0,06	0,15	45,05	37,10	7,70	0,23
№429,2013г.	Картофельное пюре	200	4,20	8,80	21,80	184,00	0,18	6,80	0,06	0,20	52,00	114,00	38,00	1,40
№513, 2013	Компот из вишен и яблок	200	0,20	0,10	24,10	98,00	0,01	2,10	0,00	0,10	11,00	8,00	7,00	0,70
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	740	26,23	30,48	100,59	743,35	0,55	32,96	7,48	2,23	169,61	479,29	98,69	10,82
	<u>2 неделя</u>													
	1 день 2 неделя													
	<i>1 завтрак - 08:45 (70-00)</i>													
№100,2013	Сыр порционный нарезка	25	6,40	6,53	0,00	85,75	0,01	0,18	0,06	0,13	225,00	147,50	12,50	0,23
№260,2013	Каша "Дружба"	200	5,26	11,66	25,06	226,20	0,08	1,32	0,08	0,20	126,60	140,40	30,60	0,56
№493,2013	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,00	3,00	1,00	0,30
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№518,2013	Сок натуральный в ассортименте	200	0,50	0,10	0,10	46,00	0,01	2,00	0,00	0,00	7,00	0,00	0,00	1,40
	Всего	655	14,39	18,59	52,49	479,30	0,14	3,50	0,14	0,70	377,85	324,35	53,25	3,24
	<i>2 завтрак - 09:40 (70-00)</i>													
№54-5м, 2020	Котлета из курицы (филе)	90	7,84	8,89	5,93	134,68	0,01	0,21	9,11	0,00	37,06	98,47	18,00	1,16
№478, 2013	С маслом сливочным	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	0,06	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02
№291,2013	Макаронные изделия отварные	200	7,54	0,90	38,72	193,20	0,08	0,02	0,00	1,06	7,60	47,60	10,80	1,04
№493,2013	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,00	3,00	1,00	0,30
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59

№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	630	18,06	18,74	81,86	571,03	0,16	10,23	9,16	1,74	81,11	195,42	47,95	5,47
	<i>Обед- 14:45; 15:45 (70-00)</i>													
№115,2013	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,40	0,01	4,20	0,00	1,86	24,60	22,20	9,00	0,42
№493, 2004г.	Птица (филе), тушеная в сметанном соусе с томатном (100/50)	150	13,59	13,38	3,55	256,50	0,02	2,88	0,04	0,63	42,50	112,50	20,00	1,25
№295,2013г.	Макароны отварные с сыром	180	10,89	9,09	30,60	247,50	0,07	0,09	0,06	0,90	186,30	151,20	18,00	0,99
№510,2013г.	Компот из апельсинов или мандаринов с яблоками	200	0,50	0,20	22,20	93,00	0,03	11,60	0,00	0,10	19,00	12,00	8,00	0,80
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	720	28,65	28,71	83,10	776,75	0,21	28,77	0,10	4,06	296,65	342,35	73,15	6,41
	2 день 2 неделя													
	<i>1 завтрак - 08:45 (70-00)</i>													
№247, 2013	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая	200	8,56	14,12	31,52	287,40	0,18	1,42	0,08	0,80	154,60	241,60	71,00	1,70
№494,2013г.	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00	0,00	2,80	0,00	0,00	14,20	4,00	2,00	0,40
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	530	11,19	14,82	68,85	456,75	0,25	14,22	0,08	1,38	193,05	290,05	91,15	5,05
	<i>Дополнительный 1 завтрак 08:45 (70-00)</i>													
№ 301,2013г.	Омлет натуральный с	200	17,33	26,66	4,00	326,67	0,15	4,61	0,4	0	1,47	1,8	2,8	1,84
№478, 2013	С маслом сливочным	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	0,06	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02
№493,2013	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,00	3,00	1,00	0,30
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	540	20,01	35,61	41,21	569,82	0,22	14,61	0,46	0,68	37,92	51,15	21,95	5,11

	<i>2 завтрак - 09:40 (70-00)</i>													
№54-5м, 2020	Биточки из курицы (филе)	90	7,84	8,89	5,93	134,68	0,01	0,21	9,11	0,00	37,06	98,47	18,00	1,16
№601, 2004	С соусом сметанным с томатом	30	0,84	3,06	18,66	39,00	0,01	0,44	0,04	0,09	27,03	22,26	4,62	0,14
№493, 2000	Рис с овощами	200	4,60	6,20	40,60	236,00	0,00	0,98	0,00	0,00	37,00	0,00	60,60	1,98
№494,2013г.	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00	0,00	2,80	0,00	0,00	14,20	4,00	2,00	0,40
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	650	15,91	18,85	102,52	579,03	0,10	14,43	9,14	0,67	139,54	158,18	103,37	6,63
	<i>Обед- 14:45; 15:45 (70-00)</i>													
№54-2з,2020	Огурец в нарезке	60	0,50	0,00	1,80	9,10	0,02	6,00	6,00	0,00	14,00	25,00	8,00	0,54
№54-5м, 2020	Шницель из курицы (филе)	100	8,71	9,88	6,59	149,65	0,01	0,24	10,12	0,00	41,18	109,41	20,00	1,29
№601, 2004	С соусом сметанным с томатом	30	0,84	3,06	18,66	39,00	0,01	0,44	0,04	0,09	27,03	22,26	4,62	0,14
№ 237,2013	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,40	10,46	49,44	337,40	0,28	0,00	0,05	0,82	19,00	270,20	180,40	6,06
№507,2013	Компот из черной смородины и свежих яблок	200	0,50	0,20	23,10	96,00	0,02	4,30	0,00	0,20	22,00	16,00	14,00	1,10
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	720	24,48	24,30	121,72	739,50	0,41	20,97	16,21	1,69	147,46	487,32	245,17	12,08
	<i>3 день 2 неделя</i>													
	<i>1 завтрак - 08:45 (70-00)</i>													
№411,2013	Кнели из кур с рисом (филе)	90	15,56	15,81	6,69	230,14	0,08	0,90	0,06	0,26	20,57	97,71	18,00	1,29
№478, 2013	С маслом сливочным	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	0,06	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02
№ 429,2013	Картофельное пюре	150	3,15	6,60	16,35	138,00	0,14	5,10	0,05	0,15	39,00	85,50	28,50	1,05
№500,2013г.	Кофейный напиток с молоком т.п	200	2,90	2,00	20,90	113,00	0,02	0,40	0,01	0,00	129,00	87,00	13,00	0,80
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20

	Всего	580	24,19	33,36	66,15	664,29	0,31	16,40	0,18	1,08	214,02	316,56	77,65	6,11
	<i>2 завтрак - 09:40 (70-00)</i>													
№ 314,2013г.	Запеканка морковная с творогом	150	24,00	25,20	23,90	290,00	0,07	0,60	0,20	0,70	297,00	347,00	38,00	1,00
№481, 2013	С молоком сгущенным	20	1,44	1,70	11,10	65,60	0,12	0,20	0,01	0,04	61,40	43,80	6,80	0,04
№493,2013	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,00	3,00	1,00	0,30
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	500	28,07	27,60	72,13	523,95	0,26	10,80	0,21	1,32	393,65	438,25	63,95	4,29
	<i>Обед- 14:45; 15:45 (70-00)</i>													
№55,2013	Салат из свеклы с сыром	60	1,68	7,26	4,26	88,80	0,01	3,30	0,01	2,70	53,40	49,20	11,40	0,72
№493, 2004г.	Птица (филе), тушеная в сметанном соусе с томатном (90/40)	130	11,78	11,60	3,08	222,30	0,02	2,49	0,03	0,54	36,83	97,50	17,33	1,08
№ 237,2013	Каша перловая рассыпчатая	180	10,26	9,41	44,50	303,66	0,25	0,00	0,05	0,74	17,10	243,18	162,36	5,45
№510,2013г.	Компот из апельсинов или мандаринов с яблоками	200	0,50	0,20	22,20	93,00	0,03	11,60	0,00	0,10	19,00	12,00	8,00	0,80
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	700	26,75	29,17	96,17	816,11	0,38	27,39	0,09	4,65	150,58	446,33	217,24	11,01
	<i>4 день 2 неделя</i>													
	<i>1 завтрак - 08:45 (70-00)</i>													
№90,2013	Бутерброд с сыром и маслом (20/5/20)	45	6,70	9,50	9,90	153,00	0,03	0,10	0,08	0,40	185,00	132,00	13,00	0,40
№250,2013	Каша манная вязкая	180	6,97	10,64	31,99	251,46	0,08	1,28	0,07	0,68	126,54	122,76	20,70	0,50
№494,2013г.	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00	0,00	2,80	0,00	0,00	14,20	4,00	2,00	0,40
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	555	16,30	20,84	79,22	573,81	0,18	14,18	0,15	1,66	349,99	303,21	53,85	4,25

	<i>2 завтрак - 09:40 (70-00)</i>													
№54-5м, 2020	Биточки из курицы (филе) запеченные	90	7,84	8,89	5,93	134,68	0,01	0,21	9,11	0,00	37,06	98,47	18,00	1,16
№601, 2004	С соусом сметанным с томатом	30	0,84	3,06	18,66	39,00	0,01	0,44	0,04	0,09	27,03	22,26	4,62	0,14
№295,2013	Макаронные изделия отварные с сыром	160	9,68	8,08	27,20	220,00	0,06	0,08	0,06	0,80	165,60	134,40	16,00	0,88
№494,2013г.	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00	0,00	2,80	0,00	0,00	14,20	4,00	2,00	0,40
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	610	20,99	20,73	89,12	563,03	0,16	13,53	9,20	1,47	268,14	303,58	58,77	5,53
	<i>Обед- 14:45; 15:45 (70-00)</i>													
№54-2з,2020	Огурец в нарезке	100	0,83	0,00	3,00	15,17	0,03	10,00	10,00	0,00	23,33	41,67	13,33	0,90
№54-5м, 2020	Котлета из курицы (филе)	100	8,71	9,88	6,59	149,65	0,01	0,24	10,12	0,00	41,18	109,41	20,00	1,29
№478, 2013	С маслом сливочным	15	0,08	12,38	0,12	112,20	0,00	0,00	0,09	0,15	1,80	2,85	0,00	0,03
№493, 2000	Рис с овощами	200	4,60	6,20	40,60	236,00	0,00	0,98	0,00	0,00	37,00	0,00	60,60	1,98
№513, 2013	Компот из вишни	200	0,20	0,10	24,10	98,00	0,01	2,10	0,00	0,10	11,00	8,00	7,00	0,70
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	745	16,94	29,26	96,54	719,36	0,13	23,32	20,21	0,83	138,56	206,38	119,08	7,85
	<i>Дополнительный Обед- 14:45; 15:45 (70-00)</i>													
№100,2013	Сыр порционный нарезка	60	15,36	15,66	0,00	205,80	0,02	0,42	0,14	0,30	540,00	354,00	30,00	0,54
ТТК	Макаронные изделия отварные с мясными консервами "Говядина тушеная"	320	10,59	0,93	68,10	355,20	1,20	18,22	0,50	1,00	2,00	2,10	16,19	1,29
№513, 2013	Компот из вишни	200	0,20	0,10	24,10	98,00	0,01	2,10	0,00	0,10	11,00	8,00	7,00	0,70
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20

	Всего	710	28,68	17,39	114,33	767,35	1,30	30,74	0,64	1,98	577,25	408,55	71,34	5,48
	5 день 2 неделя													
	1 завтрак - 08:45 (70-00)													
№300,2013	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,00	0,10	0,20	22,00	77,00	5,00	1,00
№247, 2013	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая	180	7,70	12,71	28,37	258,66	0,16	1,28	0,07	0,72	139,14	217,44	63,90	1,53
№496,2013	Какао с молоком (т.п.)	200	3,60	3,30	25,00	144,00	0,04	1,30	0,02	0,00	124,00	110,00	27,00	0,80
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	550	18,93	21,31	75,80	574,01	0,31	12,58	0,19	1,50	309,39	448,89	114,05	6,28
	2 завтрак - 09:40 (70-00)													
№493, 2004г.	Птица (филе), тушенная в сметанном соусе с томатном (90/40)	130	11,78	11,60	3,08	222,30	0,02	2,49	0,03	0,54	36,83	97,50	17,33	1,08
№429,2013г.	Картофельное пюре	150	3,15	6,60	16,35	138,00	0,14	5,10	0,05	0,15	39,00	85,50	28,50	1,05
№496,2013	Какао с молоком (т.п.)	180	3,24	2,97	22,50	129,60	0,04	1,17	0,02	0,00	111,60	99,00	24,30	0,72
№108,2013	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,01	0,00	0,00	0,11	2,00	6,50	1,40	0,11
№109,2013	Хлеб ржаной	10	0,66	0,12	3,30	17,40	0,02	0,00	0,00	0,14	3,50	15,80	4,70	0,39
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	580	19,99	21,77	59,95	577,80	0,25	18,76	0,10	1,14	208,93	315,30	85,23	5,55
	Обед- 14:45; 15:45 (70-00)													
№54-3з,2020	Помидор в нарезке	100	0,67	0,00	4,17	19,17	0,07	25,00	133,33	0,00	13,33	26,67	20,00	1,40
№54-5м, 2020	Биточки из курицы (филе)	100	8,71	9,88	6,59	149,65	0,01	0,24	10,12	0,00	41,18	109,41	20,00	1,29
№601, 2004	С соусом сметанным с томатом	30	0,84	3,06	18,66	39,00	0,01	0,44	0,04	0,09	27,03	22,26	4,62	0,14
№ 237,2013	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,40	10,46	49,44	337,40	0,28	0,00	0,05	0,82	19,00	270,20	180,40	6,06
№512, 2013	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	0,30	0,00	20,10	81,00	0,00	0,80	0,00	0,00	10,00	6,00	3,00	0,60
№108,2013	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,00	0,00	0,17	3,00	9,75	2,10	0,17
№109,2013	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	4,95	26,10	0,03	0,00	0,00	0,21	5,25	23,70	7,05	0,59
№ 112,2013г.	Фрукты (яблоко свежее или апельсин или банан)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Всего	760	24,44	24,10	121,08	734,56	0,44	36,47	143,54	1,49	134,79	478,99	246,17	12,44

	Итого за 1 завтрак 70-00		185,84	218,26	729,09	5595,53	2,40	116,01	1,54	13,32	2755,53	3447,62	866,82	53,29
	Среднее за день 1 смену 70-00		18,58	21,83	72,91	559,55	0,24	11,60	0,15	1,33	275,55	344,76	86,68	5,33

	Итого за 2 завтрак 70-00		228,91	234,27	809,09	6015,45	2,05	148,31	28,81	13,72	2059,83	3214,30	831,63	59,15
	Среднее за день 2 смену 70-00		22,89	23,43	80,91	601,54	0,21	14,83	2,88	1,37	205,98	321,43	83,16	5,92

	Итого за обед 70-00		270,65	266,37	978,39	7742,09	3,25	638,63	610,10	26,28	1736,13	3898,04	1381,34	94,22
	Среднее за обед 70-00		27,06	26,64	97,84	774,21	0,32	63,86	61,01	2,63	173,61	389,80	138,13	9,42

Зав. Столовой: Вагина Н.Н.

Главный бухгалтер: Фомина Е.Н.

Бухгалтер-калькулятор Сурова Л.В.