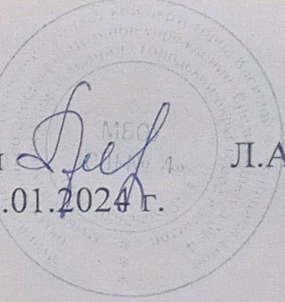


УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

Приказ № 3 от 09.01.2024 г.



Л.А.Трифонова

**Примерное десятидневное  
циклическое меню  
завтраков 1 - 4 классы  
( 2023-2024 уч.г.)**

№ реп. по сборн ику 2017 г.	Прием пищи, наименования блюда	Масса порции и гр.	Пищевые вещества			Энерг е- тичес кая ценно сть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>1 ДЕНЬ</b>														
<b>Завтрак - 70,93 руб. (федеральные средства)</b>														
175	Каша молочная "Дружба"	220	6,08	11,18	43,46	300,00	0,10	0,96	0,00	0,0 0	133,6 8	156,7 2	37,22	0,84
3	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157,00	0,04	0,11	59,00	0,0 0	139,2 0	96,00	9,45	0,49
377	Чай с сахаром и лимоном	200/15 /7	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	2,83	0,00	0,0 0	14,20	4,40	2,40	0,36
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,55	64,32	0,00	0,00	0,00	0,0 0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукт (апельсин)	120	1,08	0,24	27,20	123,60	0,06	72,00	0,00	0,0 0	42,00	27,60	15,60	0,36
<b>ИТОГО за ЗАВТРАК</b>		<b>612</b>	<b>14,93</b>	<b>20,38</b>	<b>113,24</b>	<b>706,92</b>	<b>0,20</b>	<b>75,90</b>	<b>59,00</b>	<b>0,0 0</b>	<b>329,0 8</b>	<b>284,7 2</b>	<b>64,67</b>	<b>2,05</b>
<b>Обед - 70,93 руб. (федеральные средства)</b>														
97	Суп картофельный с курицей	250	58,72	36,07	19,39	670,18	0,33	13,85	6,20	0,0 0	93,85	664,7 0	93,83	5,68
304	Рис отварной	150	2,43	3,58	24,46	1398,0 0	0,02	0,00	0,00	0,0 0	9,10	40,63	10,89	0,35

268	Котлеты домашние	80	10,83	9,76	8,09	199,00	0,14	0,20	0,00	0,00	21,88	83,19	16,07	0,75
377	Чай с сахаром и лимоном	200/15 /7	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	2,83	0,00	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,55	64,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ПР	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,29	56,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО за ОБЕД</b>		<b>762</b>	<b>75,75</b>	<b>50,37</b>	<b>92,98</b>	<b>2450,20</b>	<b>0,49</b>	<b>16,88</b>	<b>6,20</b>	<b>0,00</b>	<b>139,03</b>	<b>792,92</b>	<b>123,19</b>	<b>7,14</b>
<b>ВСЕГО за ДЕНЬ</b>		<b>1374</b>	<b>90,68</b>	<b>70,75</b>	<b>206,22</b>	<b>3157,12</b>	<b>0,69</b>	<b>92,78</b>	<b>65,20</b>	<b>0,00</b>	<b>468,11</b>	<b>1077,64</b>	<b>187,86</b>	<b>9,19</b>
<b>2 ДЕНЬ</b>														
<b>Завтрак - 70,93 руб. (федеральные средства)</b>														
302	Каша рассыпчатая гречневая	100	5,21	5,62	29,32	188,24	0,12	0,00	23,53	0,00	15,70	123,74	82,66	2,80
260	Гуляш	100	10,64	28,19	2,89	309,00	0,28	0,92	0,00	0,00	20,00	128,62	22,39	2,21
376	Чай с сахаром и лимоном	200/15 /7	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	2,83	0,00	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36
ПР	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,29	56,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,55	64,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукт(апельсин)	100	1,00	0,22	25,67	144,45	0,05	66,67	0,00	0,00	38,89	25,55	12,52	0,33
<b>ИТОГО за ЗАВТАК</b>		<b>582</b>	<b>20,62</b>	<b>34,99</b>	<b>98,92</b>	<b>824,71</b>	<b>0,45</b>	<b>70,42</b>	<b>23,53</b>	<b>0,00</b>	<b>88,79</b>	<b>282,31</b>	<b>119,97</b>	<b>5,70</b>

<b>Обед - 70,93 руб. (федеральные средства)</b>														
82	Борщ из свежей капусты и картофелем	250	1,80	4,63	10,94	103,75	0,05	10,68	0,00	0,00	49,73	54,60	26,13	1,22
47	Салат из квашеной капусты	50	0,79	2,14	3,83	41,60	0,16	19,46	16,50	1,05	23,81	14,70	7,16	0,29
265	Плов	150	12,68	28,17	25,89	408,00	0,39	1,28	0,00	0,00	12,42	174,60	36,64	1,81
348	Компот из кураги	200	0,78	0,04	27,63	114,80	0,01	0,60	0,00	0,00	32,32	21,90	17,56	0,48
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,55	64,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ПР	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,29	56,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>710</b>	<b>19,69</b>	<b>35,92</b>	<b>94,13</b>	<b>789,17</b>	<b>0,61</b>	<b>32,02</b>	<b>16,50</b>	<b>1,05</b>	<b>118,28</b>	<b>265,80</b>	<b>87,49</b>	<b>3,80</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>1292</b>	<b>40,31</b>	<b>70,91</b>	<b>193,05</b>	<b>1613,88</b>	<b>1,06</b>	<b>102,44</b>	<b>40,03</b>	<b>1,05</b>	<b>207,07</b>	<b>548,11</b>	<b>207,46</b>	<b>9,50</b>
<b>3 ДЕНЬ</b>														
<b>Завтрак - 70,93 руб. (федеральные средства)</b>														
223	Запеканка из творога	100/20	17,53	13,26	33,60	294,24	0,07	0,56	78,00	0,00	234,70	258,18	31,87	0,77
379	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	0,06	1,59	24,40	0,00	152,22	124,56	21,34	0,48
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,55	64,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукт (апельсин)	120	1,08	0,24	27,20	123,60	0,06	72,00	0,00	0,00	42,00	27,60	15,60	0,36

										0				
<b>ИТОГО за ЗАВТРАК</b>		<b>470</b>	<b>24,53</b>	<b>17,68</b>	<b>90,93</b>	<b>600,76</b>	<b>0,18</b>	<b>74,15</b>	<b>102,40</b>	<b>0,00</b>	<b>428,92</b>	<b>410,34</b>	<b>68,81</b>	<b>1,61</b>
<b>Обед - 70,93 руб. (федеральные средства)</b>														
104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	225,15	2,78	15,39	106,00	0,12	11,07	0,00	0,00	29,70	72,22	29,67	1,15
ПР	Кабачковая икра	50	0,77	3,46	3,26	46,85	0,00	0,27	0,00	0,00	15,74	14,21	5,76	0,27
171	Каша рассыпчатая гречневая	100	5,21	5,62	29,32	188,24	0,12	0,00	23,53	0,00	15,70	123,74	82,66	2,80
251	Поджарка	65	10,16	28,89	2,67	314,84	0,28	1,38	0,00	0,00	22,65	126,95	167,12	2,96
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	0,03	0,00	0,00	11,40	1,40	2,80	0,28
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,55	64,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ПР	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,29	56,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>525</b>	<b>245,00</b>	<b>41,71</b>	<b>91,48</b>	<b>836,95</b>	<b>0,52</b>	<b>12,75</b>	<b>23,53</b>	<b>0,00</b>	<b>95,20</b>	<b>338,52</b>	<b>288,01</b>	<b>7,46</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>995</b>	<b>269,53</b>	<b>59,39</b>	<b>182,41</b>	<b>1437,71</b>	<b>0,70</b>	<b>86,90</b>	<b>125,93</b>	<b>0,00</b>	<b>524,12</b>	<b>748,86</b>	<b>356,82</b>	<b>9,07</b>
<b>4 ДЕНЬ</b>														
<b>Завтрак - 70,93 руб. (федеральные средства)</b>														
215	Омлет паровой	100	10,31	17,98	2,67	214,55	0,05	0,31	231,64	0,47	92,55	174,18	13,60	1,87

3	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157,00	0,04	0,11	59,00	0,00	139,20	96,00	9,45	0,49
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	28,00	11,10	1,40	2,80	0,28	0,00	0,03	0,00	0,00
ПР	Йогурт	125	2,90	2,50	11,00	69,00	0,03	0,00	0,00	0,00	4,40	23,10	3,30	0,33
<b>ИТОГО за ЗАВТРАК</b>		<b>490</b>	<b>19,08</b>	<b>28,80</b>	<b>43,50</b>	<b>468,55</b>	<b>11,22</b>	<b>1,82</b>	<b>293,44</b>	<b>0,75</b>	<b>236,15</b>	<b>293,31</b>	<b>26,35</b>	<b>2,69</b>
<b>Обед - 70,93 руб. (федеральные средства)</b>														
67	Винегрет овощной	60	0,97	3,72	5,34	58,72	0,06	7,80	1,56	0,00	24,24	29,28	14,04	0,61
181	Суп картофельный с рыбой	250	7,68	3,58	10,80	107,15	0,10	5,95	0,10	0,00	14,80	0,00	22,56	0,78
212	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	0,14	18,16	0,00	0,15	36,98	86,60	27,75	1,01
229	Рыба тушеная в томате с овощами	100	9,75	4,95	3,80	105,00	0,05	3,73	5,82	0,00	39,07	162,19	48,53	0,85
338	Фрукт (яблоки)	150	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20
377	Чай с сахаром и лимоном	200/15 /7	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	0,03	0,00	0,00	11,40	1,40	2,80	0,28
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,55	64,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ПР	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,29	56,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО за ОБЕД</b>		<b>947</b>	<b>25,57</b>	<b>18,41</b>	<b>91,02</b>	<b>636,14</b>	<b>0,38</b>	<b>45,67</b>	<b>7,48</b>	<b>0,15</b>	<b>142,49</b>	<b>290,47</b>	<b>124,68</b>	<b>5,73</b>
<b>ИТОГО за ДЕНЬ</b>		<b>1437</b>	<b>44,65</b>	<b>47,21</b>	<b>134,52</b>	<b>1104,6</b>	<b>11,60</b>	<b>47,49</b>	<b>300,9</b>	<b>0,9</b>	<b>378,6</b>	<b>583,7</b>	<b>151,03</b>	<b>8,42</b>

						<b>9</b>				<b>2</b>	<b>0</b>	<b>4</b>	<b>8</b>		
<b>5 ДЕНЬ</b>															
<b>Завтрак - 70,93 руб. (федеральные средства)</b>															
229	Рыба тушеная в томате с овощами	100	9,75	4,95	3,80	105,0	0,05	3,73	5,82	0	39,07	162,19	48,53	0,85	
212	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	0,14	18,16	0	0,15	36,98	86,6	27,75	1,01	
377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	14,20	2,40	4,40	0,36	0,00	2,83	0,00	0,49	
3	Бутерброд с сыром	45	5,80	8,30	14,83	157,00	0,04	0,11	0,06	0,00	139,20	96,00	9,45	0,49	
ПР	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,29	56,70	0,00	0,00	0,00	0	0,00	0,00	0,00	0,00	
338	Фрукт (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10	0	0	16	11	9	2,2	
<b>ИТОГО за ЗАВТРОК</b>		<b>647</b>	<b>20,94</b>	<b>18,77</b>	<b>77,36</b>	<b>564,95</b>	<b>14,46</b>	<b>34,40</b>	<b>10,28</b>	<b>0,51</b>	<b>231,25</b>	<b>358,62</b>	<b>94,73</b>	<b>5,04</b>	
<b>Обед - 70,93 руб. (федеральные средства)</b>															
102	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,28	16,54	118,60	0,22	5,83	0,00	0,00	42,68	88,10	35,58	2,05	
45	Салат из белокачанной капусты	50	0,65	1,62	3,23	30,20	0,11	8,54	0,00	0,00	12,48	14,15	7,54	0,23	
202/203	Макаронны отварные	150	3,28	3,47	18,27	117,43	0,05	0,12	61,71	0,00	158,14	108,26	10,89	0,66	
288	Курица отварная порционная	80	16,01	17,60	0,33	233,64	0,03	1,61	66,95	0,00	38,18	113,86	13,83	1,30	
349	Компот из сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	0,02	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	

ПР	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,55	64,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ПР	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,29	56,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО за ОБЕД</b>		<b>675</b>	<b>30,23</b>	<b>29,21</b>	<b>111,47</b>	<b>817,27</b>	<b>0,43</b>	<b>16,10</b>	<b>128,66</b>	<b>0,26</b>	<b>256,08</b>	<b>341,77</b>	<b>74,44</b>	<b>4,46</b>
<b>ИТОГО за ДЕНЬ</b>		<b>1322</b>	<b>51,17</b>	<b>47,98</b>	<b>188,83</b>	<b>1382,22</b>	<b>14,89</b>	<b>50,50</b>	<b>138,94</b>	<b>0,77</b>	<b>487,33</b>	<b>700,39</b>	<b>169,17</b>	<b>9,50</b>
<b>6 ДЕНЬ</b>														
<b>Завтрак - 70,93 руб. (федеральные средства)</b>														
204	Макароны отварные с сыром	150/20	11,63	13,68	29,32	287,38	0,07	0,19	99,00	0,00	253,69	173,66	17,46	1,06
379	Кофейный напиток	200	3,17	2,68	15,95	100,60	0,04	1,30	20,00	0,00	125,78	90,00	14,00	0,13
1	Бутерброд с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136,00	0,34	0,00	40,00	0,00	8,40	22,50	4,20	0,35
ПР	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,29	56,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукт (груша)	100	1,08	0,36	15,10	69,00	0,04	7,19	0,00	0,00	5,75	20,13	30,19	0,43
<b>ИТОГО за ЗАВТРАК</b>		<b>370</b>	<b>20,04</b>	<b>24,51</b>	<b>88,55</b>	<b>649,68</b>	<b>0,49</b>	<b>8,68</b>	<b>159,00</b>	<b>0,00</b>	<b>393,62</b>	<b>306,29</b>	<b>65,85</b>	<b>1,97</b>
<b>Обед - 70,93 руб. (федеральные средства)</b>														
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,75	49,50	7,90	89,75	0,06	15,78	0,00	0,00	49,25	49,00	22,13	0,83



47	Салат из квашеной капусты	50	0,79	2,14	3,83	41,60	0,16	19,46	16,50	1,0 5	23,81	14,70	7,16	0,29
171	Каша рассыпчатая гречневая	100	5,21	5,62	29,32	188,24	0,12	0,00	23,53	0,0 0	15,70	123,7 4	82,66	2,80
260	Гуляш	95	10,11	26,78	2,75	293,55	0,27	0,87	0,00	0,0 0	19,00	122,1 9	21,27	2,10
359	Кисель	200	1,40	0,00	29,00	122,00	0,03	15,00	0,25	0,0 0	29,50	0,00	1,00	0,10
338	Фрукт (груша)	100	1,08	0,36	15,10	69,00	0,04	7,19	0,00	0,0 0	5,75	20,13	30,19	0,43
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,55	64,32	0,00	0,00	0,00	0,0 0	0,00	0,00	0,00	0,00
ПР	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,29	56,70	0,00	0,00	0,00	0,0 0	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО за ОБЕД</b>		<b>855</b>	<b>23,98</b>	<b>85,34</b>	<b>113,74</b>	<b>925,16</b>	<b>0,68</b>	<b>58,30</b>	<b>40,28</b>	<b>1,0 5</b>	<b>143,0 1</b>	<b>329,7 6</b>	<b>164,41</b>	<b>6,55</b>
<b>ИТОГО за ДЕНЬ</b>		<b>1225</b>	<b>44,02</b>	<b>109,8 5</b>	<b>202,29</b>	<b>1574,8 4</b>	<b>1,17</b>	<b>66,98</b>	<b>199,2 8</b>	<b>1,0 5</b>	<b>536,6 3</b>	<b>636,0 5</b>	<b>230,26</b>	<b>8,52</b>
<b>7 ДЕНЬ</b>														
<b>Завтрак - 70,93 руб. (федеральные средства)</b>														
ПР	Кабачковая икра	50	0,77	3,46	3,26	46,85	0,00	0,27	0,00	0,0 0	15,74	14,21	5,76	0,27
265	Плов	150	12,68	28,17	25,89	408,00	0,39	1,28	0,00	0,0 0	12,42	174,6 0	36,64	1,81
359	Кисель	200	1,40	0,00	29,00	122,00	0,03	15,00	0,25	0,0 0	29,50	0,00	1,00	0,10
ПР	Йогурт	125	2,90	2,50	11,00	69,00	0,03	0,00	0,00	0,0 0	4,40	23,10	3,30	0,33

ПР	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,55	64,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ПР	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,29	56,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО за ЗАВТРАК</b>		<b>485</b>	<b>21,39</b>	<b>35,07</b>	<b>94,99</b>	<b>766,87</b>	<b>0,45</b>	<b>16,55</b>	<b>0,25</b>	<b>0,00</b>	<b>62,06</b>	<b>211,91</b>	<b>46,70</b>	<b>2,51</b>
<b>Обед - 70,93 руб. (федеральные средства)</b>														
112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	2,38	5,08	13,00	117,00	0,06	0,35	0,00	0,00	27,30	36,78	15,23	0,73
202/203	Макароны отварные	100	3,28	3,47	18,27	117,43	0,05	0,12	61,71	0,00	158,14	108,26	10,89	0,66
279	Тефтели	110	6,96	8,29	9,44	142,00	0,05	0,41	16,00	0,00	21,62	85,51	17,32	0,88
348	Компот из кураги	200	0,78	0,04	27,63	114,80	0,01	0,60	0,00	0,00	32,30	21,90	17,60	0,48
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,55	64,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ПР	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,29	56,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>720</b>	<b>17,04</b>	<b>17,82</b>	<b>94,18</b>	<b>612,25</b>	<b>0,17</b>	<b>1,48</b>	<b>77,71</b>	<b>0,00</b>	<b>239,36</b>	<b>252,45</b>	<b>61,04</b>	<b>2,75</b>
<b>ИТОГО за ДЕНЬ</b>		<b>1205</b>	<b>38,43</b>	<b>52,89</b>	<b>189,17</b>	<b>1379,12</b>	<b>0,62</b>	<b>18,03</b>	<b>77,96</b>	<b>0,00</b>	<b>301,42</b>	<b>464,36</b>	<b>107,74</b>	<b>5,26</b>
<b>8 ДЕНЬ</b>														
<b>Завтрак - 70,93 руб. (федеральные средства)</b>														

185	Запеканка манная со сгущенным молоком	100/15	4,39	3387,00	32,34	182,00	0,04	0,21	12,00	0,00	73,33	74,37	13,36	2,80
3	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157,00	0,04	0,11	59,00	0,00	139,20	96,00	9,45	0,49
379	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	0,06	1,59	24,40	0,00	152,22	124,56	21,34	0,48
338	Фрукт(апельсин)	120	1,08	0,24	27,20	123,60	0,06	72,00	0,00	0,00	42,00	27,60	15,60	0,45
<b>ИТОГО за ЗАВТРАК</b>		<b>485</b>	<b>15,35</b>	<b>3399,08</b>	<b>91,95</b>	<b>581,20</b>	<b>0,20</b>	<b>73,91</b>	<b>95,40</b>	<b>0,00</b>	<b>406,75</b>	<b>322,53</b>	<b>59,75</b>	<b>4,22</b>
<b>Обед - 70,93 руб. (федеральные средства)</b>														
102	Суп картофельный с горохом	250	4,39	4,22	12,23	118,60	0,18	4,66	0,00	0,00	13,14	70,48	28,46	1,22
139	Капуста тушёная	100	2,04	3,68	7,89	77,00	0,03	17,08	0,00	0,00	58,75	40,69	20,85	0,83
212	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	0,14	18,16	0,00	0,15	36,98	86,60	27,75	0,19
268	Котлеты домашние	80	10,83	9,76	8,09	199,00	0,14	0,20	0,00	0,00	21,88	83,19	16,07	0,75
349	Компот из сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	0,02	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,55	64,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ПР	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,29	56,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>840</b>	<b>25,12</b>	<b>23,70</b>	<b>121,75</b>	<b>849,25</b>	<b>0,51</b>	<b>40,10</b>	<b>0,00</b>	<b>0,41</b>	<b>135,35</b>	<b>298,36</b>	<b>99,73</b>	<b>3,21</b>
<b>ИТОГО за ДЕНЬ</b>		<b>1680</b>	<b>40,47</b>	<b>3422,</b>	<b>213,70</b>	<b>1430,4</b>	<b>0,71</b>	<b>114,0</b>	<b>95,40</b>	<b>0,4</b>	<b>542,1</b>	<b>620,8</b>	<b>159,48</b>	<b>7,43</b>

				<b>78</b>		<b>5</b>		<b>1</b>		<b>1</b>	<b>0</b>	<b>9</b>		
<b>9 ДЕНЬ</b>														
<b>Завтрак - 70,93 руб. (федеральные средства)</b>														
202/203	Макароны отварные	150	3,28	3,47	18,27	117,43	0,05	0,12	61,71	0,00	158,14	108,26	10,89	0,66
269	Биточки Особые	80	13,45	18,62	9,64	257,45	0,13	0,18	32,00	0,00	24,00	137,67	24,90	1,90
376	Напиток из шиповника	200	0,67	0,27	20,76	88,20	0,01	100,00	0,00	0,00	21,34	3,44	3,44	0,63
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,55	64,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ПР	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,29	56,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукт (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20
	<b>ИТОГО за ЗАВТРОК</b>	<b>590</b>	<b>21,44</b>	<b>23,70</b>	<b>84,31</b>	<b>631,10</b>	<b>0,22</b>	<b>110,30</b>	<b>93,71</b>	<b>0,00</b>	<b>219,48</b>	<b>260,37</b>	<b>48,23</b>	<b>5,39</b>
<b>Обед - 70,93 руб. (федеральные средства)</b>														
82	Борщ из свежей капусты и картофелем	250	1,80	4,63	10,94	103,75	0,05	10,68	0,00	0,00	49,73	54,60	26,13	1,22
304	Рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	1398,00	0,02	0,00	0,00	0,00	9,10	40,63	10,89	0,35
255	Печень по-строгановски	90	20,52	9,18	8,46	197,46	0,29	12,60	5203,00	1,35	16,20	19,80	381,60	8,28
348	Компот из кураги	200	0,78	0,04	27,63	114,80	0,01	0,60	0,00	0,00	32,32	21,90	17,56	0,48

ПР	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,55	64,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ПР	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,29	56,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукт (яблоко)	150	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>850</b>	<b>29,57</b>	<b>18,77</b>	<b>107,13</b>	<b>1982,03</b>	<b>0,40</b>	<b>33,88</b>	<b>5203,00</b>	<b>1,35</b>	<b>123,35</b>	<b>147,93</b>	<b>445,18</b>	<b>12,53</b>
<b>ВСЕГО за ДЕНЬ</b>		<b>1440</b>	<b>51,01</b>	<b>42,47</b>	<b>191,44</b>	<b>2613,13</b>	<b>0,62</b>	<b>144,18</b>	<b>5296,71</b>	<b>1,35</b>	<b>342,83</b>	<b>408,30</b>	<b>493,41</b>	<b>17,92</b>
<b>10 ДЕНЬ</b>														
<b>Завтрак - 70,93 руб. (федеральные средства)</b>														
45	Салат из белокачанной капусты	50	0,65	1,62	3,23	30,20	0,11	8,54	0,00	0,00	12,48	14,15	7,54	0,23
212	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	0,14	18,16	0,00	0,15	36,98	86,60	27,75	1,01
288	Курица отварная порционная	80	16,01	17,60	0,33	233,64	0,03	1,61	66,95	0,00	38,18	113,86	13,83	1,30
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	28,00	11,10	1,40	2,80	0,28	0,00	0,03	0,00	0,00
3	Бутерброд с сыром	45	5,80	8,30	14,83	157,00	0,04	0,11	0,06	0,00	139,20	96,00	9,45	0,49
ПР	Йогурт	125	2,90	2,50	11,00	69,00	0,03	0,00	0,00	0,00	4,40	23,10	3,30	0,33
ПР	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,29	56,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО за ЗАВТРАК</b>		<b>695</b>	<b>30,29</b>	<b>35,14</b>	<b>78,12</b>	<b>711,79</b>	<b>11,45</b>	<b>29,82</b>	<b>69,81</b>	<b>0,4</b>	<b>231,2</b>	<b>333,7</b>	<b>61,87</b>	<b>3,36</b>

										<b>3</b>	<b>4</b>	<b>4</b>		
<b>Обед - 70,93 руб. (федеральные средства)</b>														
67	Винегрет овощной	60	0,97	3,72	5,34	58,72	0,06	7,80	1,56	0,0 0	24,24	29,28	14,04	0,61
96	Рассольник ленинградский	250	2,60	2,50	16,98	100,80	0,10	7,50	0,00	2,4 0	38,50	208,7 5	31,75	1,00
171	Каша рассыпчатая гречневая	150	5,21	5,62	29,32	188,24	0,12	0,00	23,53	0,0 0	15,70	123,7 4	82,66	2,80
256	Мясо тушеное	100	10,58	28,17	2,56	305,00	0,28	0,18	0,00	0,0 0	19,08	126,7 6	22,60	1,49
349	Компот из сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	0,02	0,00	0,00	0,2 6	4,60	17,40	6,60	0,22
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,55	64,32	0,00	0,00	0,00	0,0 0	0,00	0,00	0,00	0,00
ПР	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,29	56,70	0,00	0,00	0,00	0,0 0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукт (банан)	200	2,03	0,68	28,35	129,60	0,06	13,50	0,00	0,0 0	10,80	37,80	56,70	0,81
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>1020</b>	<b>26,19</b>	<b>41,93</b>	<b>155,65</b>	<b>1099,7 6</b>	<b>0,64</b>	<b>28,98</b>	<b>25,09</b>	<b>2,6 6</b>	<b>112,9 2</b>	<b>543,7 3</b>	<b>214,35</b>	<b>6,93</b>
<b>ВСЕГО за ДЕНЬ</b>		<b>1715</b>	<b>56,48</b>	<b>77,07</b>	<b>233,77</b>	<b>1811,5 5</b>	<b>12,09</b>	<b>58,80</b>	<b>94,90</b>	<b>3,0 9</b>	<b>344,1 6</b>	<b>877,4 7</b>	<b>276,22</b>	<b>10,2 9</b>