

Согласовано:

Директор средней школы-интернат №17

Н.Ю. Самойленко.



Утверждаю:

Директор ООО "Трест Общественного Питания"

Афоничев И.Д.



**ПРИМЕРНОЕ 10 - (ДЕСЯТИТИДНЕВНОЕ)  
КРУГЛОГОДИЧНОЕ МЕНЮ**

**ДЛЯ Муниципальное бюджетное общеобразовательное школа-интерна  
«Общеобразовательная школа-интернат среднего общего образования №17 «Юные  
спасатели МЧС»  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ИНТЕРНАТА 1-4 КЛАССА**

«Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий, для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации». 2013 Уральский региональный центр питания, под редакцией А.Ф. Перевалова.)

Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений профессионального образования, специализир.учреждений д/несовершеннолетних, нуждающихся в соц.реабилитации

"Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" СанПиН 2.3/2.4.3590-20

2023 г.

Возрастная категория: Учащиеся 1-4 класс

| Прием пищи              | Наименование блюда   | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры | цена            |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|-----------------|
|                         |  |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |                 |
| <b>День 1</b>           |  |             |                  |              |               |                         |             |                 |
| ЗАВТРАК                 | Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" молочная жидкая со сливочным маслом с использованием смеси сухой с витаминами, кальцием и магнием для напитка "Валетек" для детей | 200         | 6,88             | 9,74         | 20,12         |                         |             |                 |
|                         | Кофейный напиток с молоком   | 200         | 3,20             | 2,70         | 15,90         | 196,88                  | 627         | 50,70 Р         |
|                         | Масло сливочное  | 20          | 0,10             | 16,50        | 0,16          | 79                      | 5           | 15,00 Р         |
|                         | Хлеб пшеничный   | 50          | 3,85             | 0,48         | 23,95         | 149,6                   | 478         | 16,00 Р         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)  | 30          | 2,11             | 0,33         | 13,89         | 118                     | 12          | 4,00 Р          |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |  | <b>500</b>  | <b>16,14</b>     | <b>29,75</b> | <b>74,02</b>  | <b>608,28</b>           | <b>64,8</b> | <b>110</b>      |
| ОБЕД                    | Щи из свежей капусты   | 200         | 1,42             | 4,10         | 5,22          | 64,4                    | 140         | 88,20 Р         |
|                         | Сметана  | 10          | 0,26             | 1,50         | 0,36          | 16,2                    | 479         | 24,20 Р         |
|                         | Каша гречневая рассыпчатая   | 150         | 8,70             | 6,40         | 38,91         | 248,59                  | 237         | 3,00 Р          |
|                         | Котлета мясная   | 90          | 19,10            | 12,39        | 16,27         | 247,85                  | 381         | 29,80 Р         |
|                         | Чай с сахаром  | 200         | 0,20             | 0,00         | 10,02         | 39,82                   | 23          | 51,40 Р         |
|                         | Хлеб пшеничный   | 50          | 3,85             | 0,48         | 23,95         | 118                     | 12          | 5,00 Р          |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)  | 40          | 2,81             | 0,44         | 18,52         | 86,4                    | 110         | 5,00 Р          |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |  | <b>740</b>  | <b>36,34</b>     | <b>25,31</b> | <b>113,25</b> | <b>821,26</b>           | <b>86,4</b> | <b>110</b>      |
|                         | Соки овощные, фруктовые и ягодные (абрикосовый)  |             |                  |              |               |                         |             | 122,40 Р        |
|                         | Печенье  | 200         | 1,00             | 0,00         | 0,00          | 110                     | 29          |                 |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |  | <b>60</b>   | <b>4,50</b>      | <b>5,88</b>  | <b>44,64</b>  | <b>250,2</b>            | <b>30</b>   | <b>15,00 Р</b>  |
| УЖИН                    | Чай с молоком  | 260         | 5,5              | 5,88         | 44,64         | 360,2                   |             | 14,00 Р         |
|                         | Хлеб пшеничный   | 200         | 1,66             | 1,60         | 12,38         | 69,82                   | 34          | 29,00 Р         |
|                         | Картофельное пюре  | 50          | 3,85             | 0,48         | 23,95         | 118                     | 12          | 12,00 Р         |
|                         | Печень, тушенная в соусе   | 150         | 15,75            | 11,25        | 9,75          | 198                     | 17          | 5,00 Р          |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)  | 45/45       | 13,31            | 6,89         | 9,00          | 152,7                   | 401         | 22,80 Р         |
|                         | ИТОГО ЗА УЖИН  | 25          | 1,75             | 0,27         | 11,57         | 54                      | 110         | 42,50 Р         |
| УЖИН 2                  | Кефир  | 515         | 36,32            | 20,49        | 66,65         | 592,52                  |             | 3,00 Р          |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2         |  | 200         | 6,00             | 6,40         | 8,00          | 110                     | 35          | 85,30 Р         |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |  | <b>2215</b> | <b>100,3</b>     | <b>87,83</b> | <b>306,56</b> | <b>2492,26</b>          |             | <b>27,00 Р</b>  |
|                         |  |             |                  |              |               |                         |             | <b>351,90 Р</b> |

Возрастная категория: Учащиеся 1-4 класс

| Прием пищи              | Наименование блюда                             | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры | цена            |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|-----------------|
|                         |  |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |                 |
| <b>День 2</b>           |  |             |                  |              |               |                         |             |                 |
| ЗАВТРАК                 | Каша ячневая вязкая со сливочным маслом        | 200         | 7,76             | 10,24        | 34,38         | 261,58                  | 255         |                 |
|                         | Бутерброды с джемом или повидлом (2-й вариант) | 50          | 1,69             | 4,03         | 27,06         | 144,43                  | 96          | 49,10 Р         |
|                         | Чай с сахаром                                  | 200         | 0,20             | 0,00         | 10,02         | 39,82                   | 23          | 29,10 Р         |
|                         | Хлеб пшеничный                                 | 25          | 1,92             | 0,24         | 11,98         | 59                      | 12          | 5,00 Р          |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)                | 25          | 1,75             | 0,27         | 11,57         | 59                      | 12          | 2,50 Р          |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |  | <b>500</b>  | <b>13,32</b>     | <b>14,78</b> | <b>95,01</b>  | <b>558,83</b>           | <b>54</b>   | <b>110</b>      |
| ОБЕД                    | Суп картофельный с фрикадельками               | 200         | 6,62             | 4,76         | 14,42         | 127,3                   | 149         | 88,20 Р         |
|                         | Котлеты из мяса                                | 90          | 19,10            | 12,39        | 16,27         | 247,85                  | 381         | 23,40 Р         |
|                         | Рагу из овощей                                 | 150         | 3,52             | 8,01         | 15,55         | 149,69                  | 10          | 51,40 Р         |
|                         | Компот из смеси сухофруктов                    | 200         | 0,50             | 0,00         | 27,00         | 110                     | 11          | 27,60 Р         |
|                         | Хлеб пшеничный                                 | 50          | 3,85             | 0,48         | 23,95         | 118                     | 12          | 12,00 Р         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)                | 30          | 2,11             | 0,33         | 13,89         | 64,8                    | 110         | 5,00 Р          |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |  | <b>720</b>  | <b>35,7</b>      | <b>25,97</b> | <b>111,08</b> | <b>817,64</b>           |             | <b>3,00 Р</b>   |
| ПОЛДНИК                 | Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)   | 200         | 1,00             | 0,20         | 0,20          | 92                      | 29          | 122,40 Р        |
|                         | Булочка с корицей                              | 75          | 7,44             | 3,71         | 43,41         | 236,74                  | 566/1       | 10,00 Р         |
|                         | Фрукты свежие                                  | 165         | 0,66             | 0,66         | 16,17         | 77,55                   | 14          | 9,00 Р          |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |  | <b>440</b>  | <b>9,1</b>       | <b>4,57</b>  | <b>59,78</b>  | <b>406,29</b>           |             | <b>10,00 Р</b>  |
| УЖИН                    | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)                | 25          | 1,75             | 0,27         | 11,57         | 54                      | 110         | 29,00 Р         |
|                         | Рис припущенный                                | 150         | 3,54             | 6,05         | 32,40         | 198,15                  | 92          | 2,50 Р          |
|                         | Рыба, тушенная в томатном соусе с овощами      | 90          | 12,36            | 7,16         | 4,96          | 133,82                  | 84          | 15,80 Р         |
|                         | Чай с лимоном                                  | 200         | 0,26             | 0,00         | 10,24         | 42,2                    | 19          | 55,50 Р         |
|                         | Хлеб пшеничный                                 | 50          | 3,85             | 0,48         | 23,95         | 118                     | 12          | 6,50 Р          |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>    |  | <b>515</b>  | <b>21,76</b>     | <b>13,96</b> | <b>83,12</b>  | <b>546,17</b>           |             | <b>5,00 Р</b>   |
| УЖИН 2                  | Снежок   | 200         | 5,00             | 6,00         | 8,40          | 102                     | 61          | 85,30 Р         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>  |  | <b>200</b>  | <b>5</b>         | <b>6</b>     | <b>8,4</b>    | <b>102</b>              | <b>61</b>   | <b>27,00 Р</b>  |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |  | <b>2375</b> | <b>84,88</b>     | <b>65,28</b> | <b>357,39</b> | <b>2430,93</b>          |             | <b>27,00 Р</b>  |
|                         |  |             |                  |              |               |                         |             | <b>351,90 Р</b> |

Возрастная категория: Учащиеся 1-4 класс

| Прием пищи              | Наименование блюда                    | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры | цена            |
|-------------------------|---------------------------------------|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|-----------------|
|                         |                                       |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |                 |
| <b>День 3</b>           |                                       |             |                  |              |               |                         |             |                 |
| ЗАВТРАК                 | Омлет натуральный                     | 150         | 12,93            | 20,07        | 3,69          | 244,62                  | 1           |                 |
|                         | Какао с молоком (1-й вариант)         | 200         | 3,70             | 3,70         | 15,02         | 107,44                  | 38          | 36,60 Р         |
|                         | Фрукты свежие                         | 140         | 0,40             | 0,40         | 9,80          | 47                      | 14          | 14,50 Р         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)       | 25          | 1,75             | 0,27         | 11,57         | 54                      | 110         | 30,60 Р         |
|                         | Хлеб пшеничный                        | 40          | 3,08             | 0,38         | 19,16         | 94,4                    | 12          | 2,50 Р          |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |                                       | <b>555</b>  | <b>21,86</b>     | <b>24,82</b> | <b>59,24</b>  | <b>547,46</b>           |             | <b>88,20 Р</b>  |
| ОБЕД                    | Суп-пюре из картофеля                 | 200         | 4,14             | 5,06         | 19,44         | 141                     | 159         | 21,60 Р         |
|                         | Гренки из пшеничного хлеба для супа   | 10          | 1,24             | 0,16         | 7,61          | 33,64                   | 170         | 1,50 Р          |
|                         | Макаронные изделия отварные с овощами | 150         | 6,43             | 6,42         | 31,57         | 208,95                  | 46          | 28,60 Р         |
|                         | Котлеты рыбные любительские           | 90          | 16,30            | 4,87         | 7,80          | 138,5                   | 346         | 50,70 Р         |
|                         | Компот из смеси сухофруктов           | 200         | 0,50             | 0,00         | 27,00         | 110                     | 11          | 12,00 Р         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)       | 35          | 2,46             | 0,38         | 16,20         | 75,6                    | 110         | 3,50 Р          |
|                         | Хлеб пшеничный                        | 45          | 3,46             | 0,43         | 21,56         | 106,2                   | 12          | 4,50 Р          |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |                                       | <b>730</b>  | <b>34,53</b>     | <b>17,32</b> | <b>131,18</b> | <b>813,89</b>           |             | <b>122,40 Р</b> |
| ПОЛДНИК                 | Компот из свежих яблок                | 200         | 0,16             | 0,16         | 13,90         | 56,7                    | 83          | 15,00 Р         |
|                         | Булочка домашняя                      | 75          | 6,03             | 7,79         | 47,35         | 281,2                   | 564         | 14,00 Р         |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |                                       | <b>275</b>  | <b>6,19</b>      | <b>7,95</b>  | <b>61,25</b>  | <b>337,9</b>            |             | <b>29,00 Р</b>  |
| УЖИН                    | Котлеты припущенные из курицы         | 90          | 14,16            | 13,22        | 9,17          | 208,71                  | 105         | 56,40 Р         |
|                         | Рис отварной                          | 150         | 3,69             | 6,08         | 33,81         | 204,6                   | 82          | 15,90 Р         |
|                         | Чай с лимоном                         | 200         | 0,26             | 0,00         | 10,24         | 42,2                    | 19          | 6,50 Р          |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)       | 25          | 1,75             | 0,27         | 11,57         | 54                      | 110         | 2,50 Р          |
|                         | Хлеб пшеничный                        | 40          | 3,08             | 0,38         | 19,16         | 94,4                    | 12          | 4,00 Р          |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>    |                                       | <b>505</b>  | <b>22,94</b>     | <b>19,95</b> | <b>83,95</b>  | <b>603,91</b>           |             | <b>85,30 Р</b>  |
| УЖИН 2                  | Йогурт                                | 200         | 6,00             | 5,00         | 22,00         | 160                     | 47          | 27,00 Р         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>  |                                       | <b>200</b>  | <b>6</b>         | <b>5</b>     | <b>22</b>     | <b>160</b>              |             | <b>27,00 Р</b>  |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |                                       | <b>2265</b> | <b>91,52</b>     | <b>75,04</b> | <b>357,62</b> | <b>2463,16</b>          |             | <b>351,90 Р</b> |

Возрастная категория: Учащиеся 1-4 класс

| Прием пищи              | Наименование блюда  | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры | цена            |
|-------------------------|---|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|-----------------|
|                         |   |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |                 |
| <b>День 4</b>           |   |             |                  |              |               |                         |             |                 |
| ЗАВТРАК                 | Каша манная молочная жидкая со сливочным маслом с использованием смеси сухой с витаминами, кальцием и магнием для напитка "Валетек" для детей | 200         | 6,48             | 8,70         | 21,88         | 193,08                  | 626         | 55,50 Р         |
|                         | Яйца вареные  | 40          | 5,10             | 4,60         | 0,30          | 63                      | 49          | 10,00 Р         |
|                         | Кофейный напиток на сгущенном молоке  | 200         | 3,58             | 4,12         | 22,96         | 143,6                   | 500         | 16,20 Р         |
|                         | Хлеб пшеничный  | 40          | 3,08             | 0,38         | 19,16         | 94,4                    | 12          | 4,00 Р          |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)   | 25          | 1,75             | 0,27         | 11,57         | 54                      | 110         | 2,50 Р          |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |   | <b>505</b>  | <b>19,99</b>     | <b>18,07</b> | <b>75,87</b>  | <b>548,08</b>           |             | <b>88,20 Р</b>  |
| ОБЕД                    | Суп с рыбными консервами  | 200         | 1,74             | 2,14         | 13,64         | 81,08                   | 153         | 25,80 Р         |
|                         | Биточки из мяса   | 90          | 19,10            | 12,39        | 16,27         | 247,85                  | 381         | 51,40 Р         |
|                         | Компот из смеси сухофруктов   | 200         | 0,50             | 0,00         | 27,00         | 110                     | 11          | 12,00 Р         |
|                         | Хлеб пшеничный  | 50          | 3,85             | 0,48         | 23,95         | 118                     | 12          | 5,00 Р          |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)   | 30          | 2,11             | 0,33         | 13,89         | 64,8                    | 110         | 3,00 Р          |
|                         | Каша перловая рассыпчатая   | 150         | 4,74             | 5,16         | 33,54         | 199,79                  | 242         | 25,20 Р         |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |   | <b>720</b>  | <b>32,04</b>     | <b>20,5</b>  | <b>128,29</b> | <b>821,52</b>           |             | <b>122,40 Р</b> |
| ПОЛДНИК                 | Соки овощные, фруктовые и ягодные (абрикосовый)   | 200         | 1,00             | 0,00         | 0,00          | 110                     |             | 10,00 Р         |
|                         | Фрукты свежие   | 165         | 0,66             | 0,66         | 16,17         | 77,55                   | 29          | 10,00 Р         |
|                         | Булочка с маком   | 75          | 5,63             | 8,66         | 43,48         | 272,47                  | 14          | 9,00 Р          |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |   | <b>440</b>  | <b>7,29</b>      | <b>9,32</b>  | <b>59,65</b>  | <b>460,02</b>           |             | <b>29,00 Р</b>  |
| УЖИН                    | Хлеб пшеничный  | 40          | 3,08             | 0,38         | 19,16         | 94,4                    | 12          | 4,00 Р          |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)   | 25          | 1,75             | 0,27         | 11,57         | 54                      | 110         | 2,50 Р          |
|                         | Макаронные изделия отварные с сыром   | 150         | 6,05             | 5,05         | 17,00         | 137,5                   | 110         | 31,20 Р         |
|                         | Курица в соусе томатном   | 90/20       | 18,55            | 22,78        | 2,29          | 288,32                  | 405         | 42,60 Р         |
|                         | Чай с сахаром   | 200         | 0,20             | 0,00         | 10,02         | 39,82                   | 23          | 5,00 Р          |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>    |   | <b>525</b>  | <b>29,63</b>     | <b>28,48</b> | <b>60,04</b>  | <b>614,04</b>           |             | <b>85,30 Р</b>  |
| УЖИН 2                  | Снежок  | 200         | 5,80             | 5,00         | 21,80         | 156                     | 20          | 27,00 Р         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>  |   | <b>200</b>  | <b>5,8</b>       | <b>5</b>     | <b>21,8</b>   | <b>156</b>              |             | <b>27,00 Р</b>  |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |   | <b>2390</b> | <b>94,75</b>     | <b>81,37</b> | <b>345,65</b> | <b>2599,66</b>          |             | <b>351,90 Р</b> |

Возрастная категория: Учащиеся 1-4 класс

| Прием пищи              | Наименование блюда   | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры | цена            |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|-----------------|
|                         |  |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |                 |
| <b>День 5</b>           |  |             |                  |              |               |                         |             |                 |
| ЗАВТРАК                 | Каша рисовая вязкая со сливочным маслом                          | 220         | 7,06             | 11,13        | 42,02         |                         |             |                 |
|                         | Сыр порционный   | 20          | 0,79             | 0,80         | 0,00          | 297,51                  | 253         | 59,20 Р         |
|                         | Чай с молоком  | 200         | 1,66             | 1,60         | 12,38         | 10,2                    | 22          | 16,00 Р         |
|                         | Хлеб пшеничный   | 40          | 3,08             | 0,38         | 19,16         | 69,82                   | 34          | 6,50 Р          |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)                                  | 25          | 1,75             | 0,27         | 11,57         | 94,4                    | 12          | 4,00 Р          |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |  | <b>505</b>  | <b>14,34</b>     | <b>14,18</b> | <b>85,13</b>  | <b>525,93</b>           | <b>110</b>  | <b>2,50 Р</b>   |
| ОБЕД                    | Борщ с капустой и картофелем со сметаной                         | 200         | 1,60             | 5,14         | 9,90          | 92,46                   | 72          | 88,20 Р         |
|                         | Печень говяжья по-строгановски                                   | 45/45       | 14,72            | 11,30        | 3,52          | 174,28                  | 86          | 28,20 Р         |
|                         | Рис припущенный  | 150         | 3,54             | 6,05         | 32,40         | 198,15                  | 92          | 54,45 Р         |
|                         | Компот из смеси сухофруктов                                      | 200         | 0,50             | 0,00         | 27,00         | 110                     | 11          | 17,75 Р         |
|                         | Хлеб пшеничный   | 60          | 4,62             | 0,58         | 28,75         | 141,6                   | 12          | 12,00 Р         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)                                  | 40          | 2,81             | 0,44         | 18,52         | 86,4                    | 110         | 6,00 Р          |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |  | <b>740</b>  | <b>27,79</b>     | <b>23,51</b> | <b>120,09</b> | <b>802,89</b>           |             | <b>4,00 Р</b>   |
| ПОЛДНИК                 | Соки овощные, фруктовые и ягодные (абрикосовый)                  | 200         | 1,00             | 0,00         | 0,00          |                         |             | 122,40 Р        |
|                         | Ватрушки с творожным, фаршем                                     | 75          | 11,57            | 4,70         | 34,74         | 110                     | 29          | 15,00 Р         |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |  | <b>275</b>  | <b>12,57</b>     | <b>4,7</b>   | <b>34,74</b>  | <b>227,49</b>           | <b>541</b>  | <b>14,00 Р</b>  |
| УЖИН                    | Чай из сухой смеси с витаминами "Валетек Классные Витаминки"     | 200         | 0,20             | 0,00         | 0,04          | 1,9                     | 45          | 6,00 Р          |
|                         | Хлеб пшеничный   | 50          | 3,85             | 0,48         | 23,95         | 118                     | 12          | 5,00 Р          |
|                         | Рыба, тушеная в томатном соусе с овощами                         | 90          | 12,36            | 7,16         | 4,96          | 133,82                  | 84          | 54,50 Р         |
|                         | Свекла, тушеная в сметане или молочном соусе (с соусом молочным) | 200         | 4,64             | 6,44         | 20,84         | 160,18                  | 190         | 16,30 Р         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)                                  | 35          | 2,46             | 0,38         | 16,20         | 75,6                    | 110         | 3,50 Р          |
|                         | Молоко кипяченое   | 575         | 23,51            | 14,46        | 65,99         | 489,5                   |             | 85,30 Р         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>    |  | <b>200</b>  | <b>5,80</b>      | <b>5,00</b>  | <b>9,60</b>   | <b>106</b>              | <b>13</b>   | <b>27,00 Р</b>  |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>  |  | <b>200</b>  | <b>5,8</b>       | <b>5</b>     | <b>9,6</b>    | <b>106</b>              | <b>13</b>   | <b>27,00 Р</b>  |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |  | <b>2295</b> | <b>84,01</b>     | <b>61,85</b> | <b>315,55</b> | <b>2261,81</b>          |             | <b>351,90 Р</b> |

Возрастная категория: Учащиеся 1-4 класс

| Прием пищи              | Наименование блюда   | Вес блюда    | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры | цена            |
|-------------------------|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|-----------------|
|                         |  |              | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |                 |
| <b>День 6</b>           |  |              |                  |              |               |                         |             |                 |
| <b>ЗАВТРАК</b>          | Каша пшеничная молочная жидкая со сливочным маслом с использованием смеси сухой с витаминами, кальцием и магнием напитка "Валетек" для детей |              |                  |              |               |                         |             |                 |
|                         | Сыр порционный   | 200          | 6,72             | 9,16         | 21,06         | 194,88                  | 624         | 35,20 Р         |
|                         | Какао с молоком (1-й вариант)  | 20           | 0,79             | 0,80         | 0,00          | 10,2                    | 22          | 16,00 Р         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)  | 30           | 2,11             | 0,33         | 13,89         | 107,44                  | 38          | 14,50 Р         |
|                         | Хлеб пшеничный   | 40           | 3,08             | 0,38         | 19,16         | 64,8                    | 110         | 2,50 Р          |
|                         | Масло сливочное  | 10           | 0,05             | 8,25         | 0,08          | 94,4                    | 12          | 4,00 Р          |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |  | <b>500</b>   | <b>16,45</b>     | <b>22,62</b> | <b>69,21</b>  | <b>546,52</b>           |             |                 |
| <b>ОБЕД</b>             | Суп-лапша домашняя с мясом курицы  | 200          | 2,04             | 4,46         | 11,12         | 88,8                    | 50          | 88,20 Р         |
|                         | Макаронные изделия отварные  | 150          | 5,67             | 0,67         | 29,04         | 144,9                   | 9           | 26,90 Р         |
|                         | Шницели из мяса  | 90           | 19,10            | 12,39        | 16,27         | 247,85                  | 381         | 22,60 Р         |
|                         | Чай с сахаром  | 200          | 0,20             | 0,00         | 10,02         | 39,82                   | 23          | 59,40 Р         |
|                         | Хлеб пшеничный   | 50           | 3,85             | 0,48         | 23,95         | 118                     | 12          | 5,00 Р          |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)  | 40           | 2,81             | 0,44         | 18,52         | 86,4                    | 110         | 4,50 Р          |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |  | <b>730</b>   | <b>33,67</b>     | <b>18,44</b> | <b>108,92</b> | <b>725,77</b>           |             |                 |
| <b>ПОЛДНИК</b>          | Соки овощные, фруктовые и ягодные (абрикосовый)  |              |                  |              |               |                         |             |                 |
|                         | "Гребешок" из дрожжевого теста   | 200          | 1,00             | 0,00         | 0,00          | 110                     | 29          | 122,40 Р        |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |  | <b>75</b>    | <b>7,28</b>      | <b>2,39</b>  | <b>54,25</b>  | <b>266,36</b>           | <b>573</b>  | <b>15,00 Р</b>  |
| <b>УЖИН</b>             | Чай с лимоном  | 275          | 8,28             | 2,39         | 54,25         | 376,36                  |             | 14,00 Р         |
|                         | Хлеб пшеничный   | 200          | 0,26             | 0,00         | 10,24         | 42,2                    | 19          | 29,00 Р         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)  | 40           | 3,08             | 0,38         | 19,16         | 94,4                    | 12          | 6,50 Р          |
|                         | Каша гречневая рассыпчатая   | 35           | 2,46             | 0,38         | 16,20         | 75,6                    | 110         | 4,00 Р          |
|                         | Тефтели из мяса в молочном соусе   | 150          | 8,70             | 6,40         | 38,91         | 248,59                  | 237         | 3,50 Р          |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>    |  | <b>90/20</b> | <b>8,32</b>      | <b>18,30</b> | <b>8,62</b>   | <b>231,35</b>           | <b>388</b>  | <b>19,50 Р</b>  |
| <b>УЖИН 2</b>           | Ряженка  | 535          | 22,82            | 25,46        | 93,13         | 692,14                  |             | 58,30 Р         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>  |  | <b>200</b>   | <b>5,00</b>      | <b>6,00</b>  | <b>8,40</b>   | <b>102</b>              | <b>61</b>   | <b>91,80 Р</b>  |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |  | <b>2240</b>  | <b>86,22</b>     | <b>74,91</b> | <b>333,91</b> | <b>2442,79</b>          |             | <b>27,00 Р</b>  |
|                         |  |              |                  |              |               |                         |             | <b>351,90 Р</b> |

Возрастная категория: Учащиеся 1-4 класс

| Прием пищи              | Наименование блюда                           | Вес блюда   | Пищевые вещества |               |               | Энергетическая ценность | № рецептуры   | цена            |
|-------------------------|--|-------------|------------------|---------------|---------------|-------------------------|---------------|-----------------|
|                         |  |             | Белки            | Жиры          | Углеводы      |                         |               |                 |
| <b>День 7</b>           |  |             |                  |               |               |                         |               |                 |
| ЗАВТРАК                 | Запеканка из творога                         | 160         | 25,60            | 26,88         | 25,49         |                         |               |                 |
|                         | Молоко сгущенное                             | 30          | 2,16             | 2,55          | 16,65         | 453,33                  | 36            | 40,60 Р         |
|                         | Чай с сахаром                                | 200         | 0,20             | 0,00          | 10,02         | 98,4                    | 481           | 7,00 Р          |
|                         | Хлеб пшеничный                               | 40          | 3,08             | 0,38          | 19,16         | 39,82                   | 23            | 5,00 Р          |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)              | 25          | 1,75             | 0,27          | 11,57         | 94,4                    | 12            | 4,00 Р          |
|                         | Бутерброды с маслом (1-й вариант)            | 50          | 2,30             | 15,62         | 12,50         | 54                      | 110           | 2,50 Р          |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |  | <b>505</b>  | <b>35,09</b>     | <b>45,7</b>   | <b>95,39</b>  | <b>194,9</b>            | <b>93</b>     | <b>29,10 Р</b>  |
| ОБЕД                    | Рассольник ленинградский                     | 200         | 1,64             | 4,20          | 13,00         | 934,85                  |               | 88,20 Р         |
|                         | Сметана                                      | 10          | 0,26             | 1,50          | 0,36          | 97                      | 63            | 26,30 Р         |
|                         | Гуляш из отварного мяса                      | 45/45       | 15,45            | 16,50         | 3,15          | 16,2                    | 479           | 3,00 Р          |
|                         | Макаронные изделия отварные с овощами        | 150         | 6,43             | 6,42          | 31,57         | 222,75                  | 106           | 50,30 Р         |
|                         | Компот из плодов или ягод сушеных(изюм)      | 200         | 0,70             | 0,14          | 30,82         | 208,95                  | 46            | 23,80 Р         |
|                         | Хлеб пшеничный                               | 50          | 3,85             | 0,48          | 23,95         | 120,24                  | 41            | 11,00 Р         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)              | 30          | 2,11             | 0,33          | 13,89         | 118                     | 12            | 5,00 Р          |
|                         | <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>                         |             | <b>730</b>       | <b>30,44</b>  | <b>29,57</b>  | <b>116,74</b>           | <b>847,94</b> | <b>64,8</b>     |
| ПОЛДНИК                 | Фрукты свежие                                | 165         | 0,66             | 0,66          | 16,17         | 77,55                   |               | 14              |
|                         | Пирожки печеные из сдобного теста с капустой | 75          | 4,90             | 5,53          | 26,81         | 176,09                  | 543           | 9,00 Р          |
|                         | Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный) | 200         | 1,00             | 0,20          | 0,20          | 92                      |               | 29              |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |  | <b>365</b>  | <b>6,56</b>      | <b>6,39</b>   | <b>43,18</b>  | <b>345,64</b>           |               |                 |
| УЖИН                    | Курица в соусе томатном                      | 90/20       | 18,55            | 22,78         | 2,29          | 288,32                  | 405           | 29,00 Р         |
|                         | Макаронные изделия отварные                  | 150         | 5,67             | 0,67          | 29,04         | 144,9                   | 9             | 49,50 Р         |
|                         | Чай с сахаром                                | 200         | 0,20             | 0,00          | 10,02         | 39,82                   | 23            | 23,30 Р         |
|                         | Хлеб пшеничный                               | 40          | 3,08             | 0,38          | 19,16         | 94,4                    | 12            | 5,00 Р          |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)              | 35          | 2,46             | 0,38          | 16,20         | 75,6                    | 110           | 4,00 Р          |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>    |  | <b>535</b>  | <b>29,96</b>     | <b>24,21</b>  | <b>76,71</b>  | <b>643,04</b>           |               |                 |
| УЖИН 2                  | Йогурт                                       | 200         | 6,00             | 5,00          | 22,00         | 160                     | 47            | 85,30 Р         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>  |  | <b>200</b>  | <b>6</b>         | <b>5</b>      | <b>22</b>     | <b>160</b>              |               | <b>27,00 Р</b>  |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |  | <b>2335</b> | <b>108,05</b>    | <b>110,87</b> | <b>354,02</b> | <b>2931,47</b>          |               | <b>27,00 Р</b>  |
|                         |  |             |                  |               |               |                         |               | <b>351,90 Р</b> |



Возрастная категория: Учащиеся 1-4 класс

| Прием пищи              | Наименование блюда                             | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры | цена            |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|-----------------|
|                         |  |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |                 |
| <b>День 8</b>           |  |             |                  |              |               |                         |             |                 |
| ЗАВТРАК                 | Суп молочный с макаронными изделиями           | 200         | 5,84             | 5,92         | 19,50         |                         |             |                 |
|                         | Кофейный напиток с молоком                     | 200         | 3,20             | 2,70         | 15,90         | 155,46                  | 104         | 39,90 Р         |
|                         | Хлеб пшеничный                                 | 40          | 3,08             | 0,38         | 19,16         | 79                      | 5           | 12,60 Р         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)                | 25          | 1,75             | 0,27         | 11,57         | 94,4                    | 12          | 4,00 Р          |
|                         | Бутерброды с джемом или повидлом (2-й вариант) | 50          | 1,69             | 4,03         | 27,06         | 54                      | 110         | 2,50 Р          |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |  | <b>515</b>  | <b>15,56</b>     | <b>13,3</b>  | <b>93,19</b>  | <b>144,43</b>           | <b>96</b>   | <b>29,20 Р</b>  |
| ОБЕД                    | Щи из свежей капусты с картофелем              | 200         | 5,18             | 7,38         | 7,14          | 527,29                  |             | 88,20 Р         |
|                         | Сметана  | 10          | 0,26             | 1,50         | 0,36          | 116,42                  | 39          | 29,90 Р         |
|                         | Картофельное пюре                              | 150         | 15,75            | 11,25        | 9,75          | 16,2                    | 479         | 3,00 Р          |
|                         | Котлеты рыбные                                 | 90          | 15,42            | 3,28         | 9,91          | 198                     | 17          | 21,40 Р         |
|                         | Чай с молоком                                  | 200         | 1,66             | 1,60         | 12,38         | 127,32                  | 96          | 53,60 Р         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)                | 30          | 2,11             | 0,33         | 13,89         | 69,82                   | 34          | 6,50 Р          |
|                         | Хлеб пшеничный                                 | 50          | 3,85             | 0,48         | 23,95         | 64,8                    | 110         | 3,00 Р          |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |  | <b>730</b>  | <b>44,23</b>     | <b>25,82</b> | <b>77,38</b>  | <b>118</b>              | <b>12</b>   | <b>5,00 Р</b>   |
| ПОЛДНИК                 | Чай с сахаром                                  | 200         | 0,20             | 0,00         | 10,02         | 710,56                  |             | 122,40 Р        |
|                         | Пирожки печеные из сдобного теста с мясом      | 75          | 10,33            | 7,82         | 25,76         | 39,82                   | 23          | 5,00 Р          |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |  | <b>275</b>  | <b>10,53</b>     | <b>7,82</b>  | <b>35,78</b>  | <b>213,79</b>           | <b>543</b>  | <b>24,00 Р</b>  |
| УЖИН                    | Котлеты мясные                                 | 90          | 19,10            | 12,39        | 16,27         | 253,61                  |             | 29,00 Р         |
|                         | Кисель из ягод                                 | 200         | 0,24             | 1,08         | 15,82         | 247,85                  | 381         | 49,20 Р         |
|                         | Хлеб пшеничный                                 | 50          | 3,85             | 0,48         | 23,95         | 73,08                   | 101         | 14,10 Р         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)                | 25          | 1,75             | 0,27         | 11,57         | 118                     | 12          | 5,00 Р          |
|                         | Рис, припущенный с томатом                     | 150         | 3,76             | 4,68         | 38,97         | 54                      | 110         | 2,50 Р          |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>    |  | <b>515</b>  | <b>28,7</b>      | <b>18,9</b>  | <b>106,58</b> | <b>213,03</b>           | <b>416</b>  | <b>14,50 Р</b>  |
| УЖИН 2                  | Кефир  | 200         | 6,00             | 6,40         | 8,00          | 705,96                  |             | 85,30 Р         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>  |  | <b>200</b>  | <b>6</b>         | <b>6,4</b>   | <b>8</b>      | <b>110</b>              | <b>35</b>   | <b>27,00 Р</b>  |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |  | <b>2235</b> | <b>105,02</b>    | <b>72,24</b> | <b>320,93</b> | <b>2307,42</b>          |             | <b>27,00 Р</b>  |
|                         |  |             |                  |              |               |                         |             | <b>351,90 Р</b> |

Возрастная категория: Учащиеся 1-4 класс

| Прием пищи              | Наименование блюда                               | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры | цена     |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|----------|
|                         |  |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |          |
| <b>День 9</b>           |  |             |                  |              |               |                         |             |          |
| ЗАВТРАК                 | Каша рисовая молочная жидкая со сливочным маслом | 200         | 5,64             | 7,16         | 33,42         | 220,62                  | 268         | 49,10 Р  |
|                         | Чай с сахаром                                    | 200         | 0,20             | 0,00         | 10,02         | 39,82                   |             | 5,00 Р   |
|                         | Хлеб пшеничный                                   | 25          | 1,92             | 0,24         | 11,98         | 59                      | 12          | 2,50 Р   |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)                  | 25          | 1,75             | 0,27         | 11,57         | 54                      | 110         | 2,50 Р   |
|                         | Бутерброды с маслом (1-й вариант)                | 50          | 2,30             | 15,62        | 12,50         | 194,9                   | 93          | 29,10 Р  |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |  | <b>500</b>  | <b>11,81</b>     | <b>23,29</b> | <b>79,49</b>  | <b>568,34</b>           |             |          |
| ОБЕД                    | Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)        | 200         | 7,46             | 5,94         | 17,34         | 152,98                  | 144         | 88,20 Р  |
|                         | Курица в соусе томатном                          | 90/20       | 18,55            | 22,78        | 2,29          | 288,32                  | 405         | 28,50 Р  |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)                  | 40          | 2,81             | 0,44         | 18,52         | 86,4                    | 110         | 56,60 Р  |
|                         | Хлеб пшеничный                                   | 50          | 3,85             | 0,48         | 23,95         | 118                     | 12          | 4,00 Р   |
|                         | Компот из свежих яблок                           | 200         | 0,16             | 0,16         | 13,90         | 56,7                    | 83          | 5,00 Р   |
|                         | Каша перловая рассыпчатая                        | 150         | 4,74             | 5,16         | 33,54         | 199,79                  | 242         | 13,50 Р  |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |  | <b>750</b>  | <b>37,57</b>     | <b>34,96</b> | <b>109,54</b> | <b>902,19</b>           |             |          |
| ПОЛДНИК                 | Чай с сахаром                                    | 200         | 0,20             | 0,00         | 10,02         | 39,82                   | 23          | 14,80 Р  |
|                         | Булочка "Веснушка"                               | 80          | 6,40             | 5,06         | 41,86         | 238,66                  |             | 122,40 Р |
|                         | Флоды свежие                                     | 165         | 0,66             | 0,66         | 16,17         | 77,55                   |             | 5,00 Р   |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |  | <b>445</b>  | <b>7,26</b>      | <b>5,72</b>  | <b>68,05</b>  | <b>356,03</b>           | 88          | 10,00 Р  |
| УЖИН                    | Макаронные изделия отварные с сыром              | 150         | 9,08             | 7,58         | 25,50         | 206,25                  | 110         | 14,00 Р  |
|                         | Тертели рыбные                                   | 90/20       | 7,83             | 4,77         | 8,64          | 108,9                   | 25          | 18,35 Р  |
|                         | Чай с молоком                                    | 200         | 1,66             | 1,60         | 12,38         | 69,82                   | 34          | 53,15 Р  |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)                  | 35          | 2,46             | 0,38         | 16,20         | 75,6                    | 110         | 6,50 Р   |
|                         | Хлеб пшеничный                                   | 40          | 3,08             | 0,38         | 19,16         | 94,4                    | 12          | 3,50 Р   |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>    |  | <b>535</b>  | <b>24,11</b>     | <b>14,71</b> | <b>81,88</b>  | <b>554,97</b>           |             | 4,00 Р   |
| УЖИН 2                  | Снежок   | 200         | 5,80             | 5,00         | 21,80         | 156                     | 20          | 85,30 Р  |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>  |  | <b>200</b>  | <b>5,8</b>       | <b>5</b>     | <b>21,8</b>   | <b>156</b>              |             | 27,00 Р  |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |  | <b>2430</b> | <b>86,55</b>     | <b>83,68</b> | <b>360,76</b> | <b>2537,53</b>          |             | 351,90 Р |

Возрастная категория: Учащиеся 1-4 класс

| Прием пищи              | Наименование блюда                                 | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры | цена     |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|----------|
|                         |  |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |          |
| <b>День 10</b>          |  |             |                  |              |               |                         |             |          |
| ЗАВТРАК                 | Каша пшеничная молочная жидкая со сливочным маслом | 200         | 7,80             | 9,46         | 35,80         | 283,6                   |             |          |
|                         | Чай с молоком                                      | 200         | 1,66             | 1,60         | 12,38         | 69,82                   | 21          | 45,70 Р  |
|                         | Сыр порционный                                     | 20          | 0,79             | 0,80         | 0,00          | 10,2                    | 22          | 12,00 Р  |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)                    | 40          | 2,81             | 0,44         | 18,52         | 86,4                    | 110         | 24,00 Р  |
|                         | Хлеб пшеничный                                     | 40          | 3,08             | 0,38         | 19,16         | 94,4                    | 12          | 2,50 Р   |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |  | <b>500</b>  | <b>16,14</b>     | <b>12,68</b> | <b>85,86</b>  | <b>544,42</b>           |             |          |
|                         | Суп с рыбными консервами                           | 200         | 1,74             | 2,14         | 13,64         | 81,08                   | 153         | 88,20 Р  |
|                         | Котлеты, припущенные из курицы                     | 90          | 13,50            | 9,64         | 8,36          | 169,71                  | 16          | 28,80 Р  |
|                         | Компот из смеси сухофруктов                        | 200         | 0,50             | 0,00         | 27,00         | 110                     | 11          | 57,90 Р  |
|                         | Хлеб пшеничный                                     | 50          | 3,85             | 0,48         | 23,95         | 118                     | 12          | 12,30 Р  |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)                    | 40          | 2,81             | 0,44         | 18,52         | 86,4                    | 110         | 5,00 Р   |
|                         | Рис припущенный                                    | 150         | 3,54             | 6,05         | 32,40         | 198,15                  | 92          | 4,00 Р   |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |  | <b>730</b>  | <b>25,94</b>     | <b>18,75</b> | <b>123,87</b> | <b>763,34</b>           |             |          |
| ПОЛДНИК                 | Пирожки печеные из сдобного теста с рыбой          | 100         | 10,92            | 7,78         | 34,46         | 250,32                  | 543         | 14,40 Р  |
|                         | Соки овощные, фруктовые и ягодные (абрикосовый)    | 200         | 1,00             | 0,00         | 0,00          | 110                     |             | 122,40 Р |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |  | <b>300</b>  | <b>11,92</b>     | <b>7,78</b>  | <b>34,46</b>  | <b>360,32</b>           |             |          |
| УЖИН                    | Рыба, тушеная в томатном соусе с овощами           | 90/20       | 9,27             | 5,37         | 3,72          | 100,37                  | 84          | 16,00 Р  |
|                         | Чай с лимоном                                      | 200         | 0,26             | 0,00         | 10,24         | 42,2                    | 19          | 29,00 Р  |
|                         | Хлеб пшеничный                                     | 50          | 3,85             | 0,48         | 23,95         | 118                     | 12          | 6,50 Р   |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный)                    | 35          | 2,46             | 0,38         | 16,20         | 75,6                    | 110         | 5,00 Р   |
|                         | Картофель отварной в молоке                        | 200         | 6,32             | 8,74         | 38,74         | 260,4                   | 174         | 3,50 Р   |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>    |  | <b>595</b>  | <b>22,16</b>     | <b>14,97</b> | <b>92,85</b>  | <b>596,57</b>           |             |          |
| УЖИН 2                  | Молоко кипяченое                                   | 200         | 5,80             | 5,00         | 9,60          | 106                     | 13          | 24,70 Р  |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>  |  | <b>200</b>  | <b>5,8</b>       | <b>5</b>     | <b>9,6</b>    | <b>106</b>              |             |          |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |  | <b>2325</b> | <b>81,96</b>     | <b>59,18</b> | <b>346,64</b> | <b>2370,65</b>          |             |          |
|                         |  |             |                  |              |               |                         |             | 27,00 Р  |
|                         |  |             |                  |              |               |                         |             | 351,90 Р |