

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ



О.Н. Финадеева

**ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ с 7 до 11 лет 1 и 2 смены**

УТВЕРЖДАЮ  
директор С.П.М.И.И.  
"Комбинат школьного питания"



Е.А. Орбаченко

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)									
							Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>1 Неделя</b>																
<b>1 День</b>																
<b>Завтрак или Полдник льготная категория</b>																
Колбаса отварная	ГТК 516	100	8.53	14.10	0.00	149.78	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Макаронные изделия отварные цветные	ГТК 578	200	6.19	4.12	36.80	220.44	18.02	11.08	0.00	1.13	24.00	0.00	0.00	0.00	0.12	0.00
Помидор свежий дольками	ГТК 676	90	0.97	0.18	4.59	22.87	12.35	17.64	22.93	0.79	0.00	0.00	0.00	0.00	0.05	22.05
Чай с сахаром	ГТК 618	200	0.19	0.04	7.22	29.01	0.26	0.00	0.00	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Фруктовые пастилки	ГТК 1073	15	0.15	0.02	12.45	51.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ГТК 609	25	1.67	0.25	11.03	54.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Хлеб пшеничный из муки в/с	ГТК 608	25	1.72	0.25	12.01	58.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Итого за прием</b>		<b>655</b>	<b>19,42</b>	<b>18,96</b>	<b>84,10</b>	<b>585,10</b>	<b>30,63</b>	<b>28,72</b>	<b>22,93</b>	<b>1,95</b>	<b>24,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,17</b>	<b>22,05</b>
<b>Обед льготная категория</b>																
Огурец свежий	ГТК 675	100	0.78	0.10	3.43	15.61	22.54	13.72	0.00	0.59	0.00	0.00	0.00	0.03	9.80	
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	ГТК 642/1	220	8.48	7.96	24.66	202.86	28.42	15.85	34.89	0.59	0.00	0.00	0.00	0.04	10.68	
Сметана	ГТК 664	25	0.61	3.30	0.82	35.85	19.36	0.00	0.00	0.04	0.00	0.00	0.00	0.01	0.04	
Говядина отварная для 1 блюда	ГТК 631	25	3.41	2.43	0.15	36.04	5.49	7.38	51.83	0.91	0.00	0.00	0.00	0.01	0.07	
Плов из индейки	ГТК 527	250	14.62	18.14	47.68	413.81	24.13	54.35	257.25	1.94	6.38	0.00	0.00	0.08	1.04	
Компот из смеси сухофруктов	ГТК 624	200	0.49	0.03	21.64	40.92	28.56	18.28	25.50	0.58	0.01	0.00	0.00	0.01	0.32	
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ГТК 609	25	1.67	0.25	11.03	54.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
Хлеб пшеничный из муки в/с	ГТК 608	25	1.72	0.25	12.01	58.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
<b>Итого за прием</b>		<b>870</b>	<b>31,79</b>	<b>32,46</b>	<b>121,42</b>	<b>857,09</b>	<b>128,49</b>	<b>109,58</b>	<b>372,47</b>	<b>4,65</b>	<b>6,39</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,18</b>	<b>21,95</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 525</b>	<b>51,21</b>	<b>51,42</b>	<b>205,52</b>	<b>1 442,19</b>	<b>159,13</b>	<b>138,31</b>	<b>395,40</b>	<b>6,59</b>	<b>30,39</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,35</b>	<b>44,00</b>	
<b>2 День</b>																
<b>Завтрак или Полдник льготная категория</b>																
Нагетсы из птицы	ГТК 545/1	100	11.66	10.60	6.00	207.57	1.09	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
Картофель тушеный	ГТК 587	200	2.94	7.66	39.78	207.16	35.73	3.00	0.00	1.83	38.40	0.00	0.00	0.17	16.15	
Овощная нарезка (огурец, морковь)	ГТК 673	100	0.99	0.09	5.82	24.73	22.00	22.62	42.20	0.57	0.00	0.00	0.00	0.03	3.00	
Кофейный напиток	ГТК 611	200	0.71	0.57	7.74	38.14	42.50	4.87	31.32	0.06	4.80	0.00	0.00	0.01	0.21	
Яблоко	ГТК 669	100	0.40	0.40	11.60	48.68	16.00	9.00	11.00	2.20	0.00	0.00	0.00	0.03	10.00	
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ГТК 609	25	1.67	0.25	11.03	54.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
Хлеб пшеничный из муки в/с	ГТК 608	25	1.72	0.25	12.01	58.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
<b>Итого за прием</b>		<b>750</b>	<b>20,09</b>	<b>19,82</b>	<b>93,98</b>	<b>638,28</b>	<b>117,32</b>	<b>39,49</b>	<b>84,52</b>	<b>4,65</b>	<b>43,20</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,25</b>	<b>29,35</b>	

<b>Обед льготная категория</b>															
Соус сметанный	ГПК 658	50	0,41	1,66	1,04	21,05	11,53	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02
Салат из свежей капусты с морковью	ГПК 677	50	0,76	2,49	3,29	36,78	20,27	8,08	14,82	0,27	0,00	0,00	0,00	0,01	17,66
Говядина отварная I блюд	ГПК 631	15	2,04	1,46	0,09	21,62	3,29	4,43	32,90	0,55	0,00	0,00	0,00	0,01	0,04
Суп гороховый с зеленью	ГПК 639/1	250	4,86	2,66	25,86	111,20	28,28	29,00	73,68	1,73	12,00	0,00	0,00	0,18	4,20
Биточек Домашний	ГПК 552	100	13,17	14,32	11,04	261,81	19,78	17,29	0,00	1,50	0,72	0,00	0,00	0,11	0,20
Каша гречневая рассыпчатая	ГПК 571	180	4,21	6,31	30,59	209,96	17,50	145,55	0,00	4,90	21,60	0,00	0,00	0,31	0,00
Напиток фруктовый Витаминка	ГПК 629	200	0,13	0,09	8,85	37,15	12,03	6,87	12,03	2,41	0,00	0,00	0,00	0,02	3,44
Хлеб Прибрежный обогащенный йодом	ГПК 607	30	1,84	0,49	12,82	62,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Пюре Фрумка	ГПК 1069	90	0,00	0,00	8,55	34,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб пшеничный из муки в/с	ГПК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за прием</b>		<b>990</b>	<b>29,44</b>	<b>29,74</b>	<b>114,14</b>	<b>854,27</b>	<b>112,67</b>	<b>211,21</b>	<b>133,42</b>	<b>11,40</b>	<b>34,32</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,64</b>	<b>25,57</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 740</b>	<b>49,52</b>	<b>49,55</b>	<b>208,13</b>	<b>1 492,55</b>	<b>230,00</b>	<b>250,70</b>	<b>217,94</b>	<b>16,05</b>	<b>77,52</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,89</b>	<b>54,92</b>
<b>3 День</b>															
<b>Завтрак или Полдник льготная категория</b>															
Каша пшеница молочная	ГПК 511	150	2,36	1,18	12,35	61,67	76,07	29,54	111,24	0,78	7,69	0,00	0,00	0,11	0,33
Масло сливочное	ГПК 657	20	0,16	14,50	0,26	132,12	4,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Запеканка из творога	ГПК 1170	110	8,59	4,32	13,88	140,28	163,23	23,49	204,41	0,51	71,38	0,00	0,00	0,05	0,27
Сметана	ГПК 661	15	0,37	1,98	0,49	21,51	11,62	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02
Какао с молоком	ГПК 610	200	1,06	0,85	8,04	50,16	95,52	21,70	85,22	0,68	10,44	0,00	0,00	0,03	0,45
Сметанник	ГПК 1055	50	4,02	9,48	28,14	212,57	16,39	5,72	0,00	0,47	13,50	0,00	0,00	0,04	0,02
Хлеб пшеничный из муки в/с	ГПК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ГПК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за прием</b>		<b>595</b>	<b>11,35</b>	<b>32,81</b>	<b>86,20</b>	<b>730,31</b>	<b>367,61</b>	<b>80,44</b>	<b>400,87</b>	<b>2,46</b>	<b>103,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,23</b>	<b>1,10</b>
<b>Обед льготная категория</b>															
Помидор свежий дольками	ГПК 676	100	1,08	0,20	5,10	25,41	13,72	19,60	25,48	0,88	0,00	0,00	0,00	0,06	24,50
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	ГПК 637/1	200	4,55	4,34	16,72	104,42	24,50	15,54	32,98	0,73	0,00	0,00	0,00	0,03	6,03
Говядина отварная для I блюд	ГПК 631	25	3,41	2,43	0,15	36,04	5,49	7,38	54,83	0,91	0,00	0,00	0,00	0,01	0,07
Сметана	ГПК 664	25	0,61	3,30	0,82	35,85	19,36	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,01	0,04
Паста Школьная с томатом	ГПК 523	250	16,24	18,82	52,64	469,80	22,07	26,18	155,35	2,21	0,00	0,00	0,00	0,22	0,83
Напиток Минутка	ГПК 1031	200	0,55	0,10	14,61	59,75	7,79	4,05	7,09	1,24	0,01	0,00	0,00	0,01	2,00
Фруктовые пастилки	ГПК 1073	15	0,15	0,02	12,45	51,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб пшеничный из муки в/с	ГПК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ГПК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за прием</b>		<b>865</b>	<b>29,98</b>	<b>29,70</b>	<b>125,52</b>	<b>894,27</b>	<b>92,93</b>	<b>72,74</b>	<b>275,73</b>	<b>6,02</b>	<b>0,04</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,33</b>	<b>33,46</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 460</b>	<b>41,33</b>	<b>62,52</b>	<b>211,72</b>	<b>1 624,58</b>	<b>460,54</b>	<b>153,17</b>	<b>676,59</b>	<b>8,48</b>	<b>103,05</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,56</b>	<b>34,56</b>
<b>4 День</b>															
<b>Завтрак или Полдник льготная категория</b>															
Котлеты Белорусские	ГПК 563	100	10,48	14,90	5,27	205,93	13,22	23,39	0,00	1,96	0,00	0,00	0,00	0,22	2,20
Рис цветной	ГПК 584	200	3,14	1,10	26,38	118,34	9,72	28,12	0,00	0,63	7,20	0,00	0,00	0,05	0,80
Салат из свежей капусты с огурцом	ГПК 678	100	1,42	1,81	7,08	58,35	36,67	12,92	27,79	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	14,30
Чай с лимоном	ГПК 614	200	0,23	0,39	7,09	27,80	2,55	0,69	0,00	0,08	0,00	0,00	0,00	0,00	1,04
Сыр плавленый Дружба	ГПК 1070	16	1,44	3,20	1,44	40,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Фруктовые пастилки	ГПК 1073	15	0,15	0,02	12,45	51,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ГПК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб пшеничный из муки в/с	ГПК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за прием</b>		<b>681</b>	<b>20,25</b>	<b>22,22</b>	<b>82,75</b>	<b>613,42</b>	<b>62,16</b>	<b>65,12</b>	<b>27,79</b>	<b>3,18</b>	<b>7,20</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,29</b>	<b>18,34</b>

<b>Обед льготная категория</b>															
Овощное ассорти (огурец, помидор)	ГК 674	80	0.71	0.11	3.17	15.39	13.02	11.83	23.66	0.52	0.00	0.00	0.00	0.03	5.60
Рисолы Лениградский с зеленью	ГК 638/1	225	1.18	4.14	10.05	98.96	8.49	10.90	35.62	0.43	0.00	0.00	0.00	0.04	3.15
Говядина отварная для I блюда	ГК 631	25	3.41	2.43	0.15	36.04	5.49	7.38	54.83	0.91	0.00	0.00	0.00	0.01	0.07
Митболы с сыром	ГК 544/1	100	7.39	18.55	12.97	177.00	8.45	0.00	0.00	1.07	0.00	0.00	0.00	0.03	0.00
Горохница	ГК 570	200	14.83	3.89	56.53	373.65	88.72	84.60	0.00	6.75	24.00	0.00	0.00	0.86	0.00
Компот из свежих яблок	ГК 623	200	0.08	0.07	11.20	43.46	3.22	1.58	2.01	0.41	0.01	0.00	0.00	0.00	0.80
Фруктовая лента	ГК 1072	15	0.00	0.00	12.15	48.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ГК 609	25	1.67	0.25	11.03	54.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Хлеб пшеничный из муки в/с	ГК 608	25	1.72	0.25	12.01	58.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Итого за прием</b>		<b>895</b>	<b>31,00</b>	<b>29,69</b>	<b>129,25</b>	<b>904,50</b>	<b>127,39</b>	<b>116,29</b>	<b>116,12</b>	<b>10,08</b>	<b>24,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,98</b>	<b>9,62</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 576</b>	<b>51,24</b>	<b>51,90</b>	<b>212,00</b>	<b>1 517,92</b>	<b>189,54</b>	<b>181,40</b>	<b>143,91</b>	<b>13,26</b>	<b>31,21</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>1,26</b>	<b>27,96</b>
<b>5 День</b>															
<b>Завтрак или Полдник льготная категория</b>															
Гуляш из филе индейки	ГК 890	100	7.34	5.32	1.21	83.92	12.17	13.23	126.50	0.95	5.36	0.00	0.00	0.03	0.40
Каша гречневая рассыпчатая	ГК 571	200	4.68	7.02	33.99	233.29	19.44	161.72	0.00	5.44	24.00	0.00	0.00	0.35	0.00
Салат из свежих огурцов с картофелем и зеленым луком	ГК 1194	100	1.23	10.00	5.49	80.62	23.86	16.46	0.00	0.70	0.00	0.00	0.00	0.06	14.80
Нашток Каркаде	ГК 628	200	0.04	0.00	9.31	35.44	0.26	0.00	0.00	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Питьевой йогурт Актимуно	ГК 1068	95	2.57	1.42	11.21	68.40	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Фруктовая лента	ГК 1072	15	0.00	0.00	12.15	48.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Батончик На здоровье пшенично-ржаной	ГК 604	20	1.57	0.59	9.80	52.00	19.89	0.00	0.00	0.80	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00
Хлеб пшеничный из муки в/с	ГК 608	25	1.72	0.25	12.01	58.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Итого за прием</b>		<b>755</b>	<b>19,15</b>	<b>24,60</b>	<b>95,17</b>	<b>659,67</b>	<b>75,63</b>	<b>191,41</b>	<b>126,50</b>	<b>7,92</b>	<b>29,36</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,53</b>	<b>15,19</b>
<b>Обед льготная категория</b>															
Винегрет овощной	ГК 670	100	1.31	10.15	4.91	132.40	18.11	16.42	39.94	0.68	0.00	0.00	0.00	0.05	8.86
Суп картофельный с рисом с зеленью	ГК 641/1	210	6.65	12.94	23.90	138.68	10.47	14.72	37.07	0.51	0.00	0.00	0.00	0.05	3.87
Фрикадельки	ГК 2011	20	2.56	2.17	0.25	109.77	4.39	5.90	43.86	0.73	0.00	0.00	0.00	0.01	0.05
Фитбол	ГК 548	100	10.84	5.69	7.80	227.14	54.84	0.00	0.00	0.54	0.00	0.00	0.00	0.06	0.59
Пюре картофельное	ГК 589	200	7.16	10.10	58.01	355.97	53.66	38.50	0.00	1.41	18.19	0.00	0.00	0.16	13.92
Нашток из плодов шиповника	ГК 627	200	0.68	0.28	24.28	92.52	12.30	3.40	3.40	0.63	0.03	0.00	0.00	0.01	200.00
Сметана	ГК 664	20	0.49	2.64	0.66	28.68	15.49	0.00	0.00	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	0.03
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ГК 609	25	1.67	0.25	11.03	54.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Хлеб пшеничный из муки в/с	ГК 608	25	1.72	0.25	12.01	58.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Итого за прием</b>		<b>900</b>	<b>33,08</b>	<b>44,47</b>	<b>147,84</b>	<b>1 188,16</b>	<b>169,26</b>	<b>78,94</b>	<b>124,27</b>	<b>4,53</b>	<b>18,22</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,35</b>	<b>227,32</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 655</b>	<b>52,23</b>	<b>69,06</b>	<b>243,01</b>	<b>1 847,83</b>	<b>244,89</b>	<b>270,35</b>	<b>250,77</b>	<b>12,45</b>	<b>47,58</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,87</b>	<b>242,52</b>
<b>6 День</b>															
<b>Завтрак или Полдник льготная категория</b>															
Жаркое по Петровски	ГК 520	250	15.68	7.36	18.10	198.45	35.60	41.38	285.75	5.87	393.50	0.00	0.00	0.27	18.95
Помидор свежий дольками	ГК 676	100	1.08	0.20	5.10	25.41	13.72	19.60	25.48	0.88	0.00	0.00	0.00	0.06	24.50
Сметана	ГК 664	25	0.61	3.30	0.82	35.85	19.36	0.00	0.00	0.04	0.00	0.00	0.00	0.01	0.04
Кофейный напиток	ГК 611	200	0.71	0.57	7.74	38.14	42.50	4.87	31.32	0.06	4.80	0.00	0.00	0.01	0.21
Пюре Фружка	ГК 1069	90	0.00	0.00	8.55	34.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Груша	ГК 665	100	0.40	0.30	13.10	50.69	19.00	12.00	16.00	2.30	0.00	0.00	0.00	0.02	5.00
Хлеб пшеничный из муки в/с	ГК 608	25	1.67	0.25	11.03	54.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	ГК 607	30	2.21	0.59	15.38	75.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Итого за прием</b>		<b>820</b>	<b>22,36</b>	<b>12,57</b>	<b>79,81</b>	<b>511,74</b>	<b>130,18</b>	<b>77,85</b>	<b>358,55</b>	<b>9,16</b>	<b>398,30</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,36</b>	<b>48,70</b>

<b>Обед льготная категория</b>															
Овощная нарезка (огурец, морковь)	ГПК 673	100	0,99	0,09	5,82	24,73	22,00	22,62	42,20	0,57	0,00	0,00	0,00	0,03	3,00
Суп из овощей с фасолью и зеленью	ГПК 640/1	200	1,28	2,79	7,09	56,55	17,42	12,16	32,08	0,48	0,00	0,00	0,00	0,04	5,12
Говядина отварная для I блюда	ГПК 631	30	4,09	2,92	0,18	43,25	6,58	8,85	65,79	1,09	0,00	0,00	0,00	0,02	0,08
Сметана	ГПК 664	20	0,49	2,64	0,66	28,68	15,49	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Голубцы Ленивые	ГПК 559	100	11,00	9,48	22,75	218,75	22,64	0,00	0,00	1,15	0,51	0,00	0,00	0,09	2,40
Каша перловая рассыпчатая	ГПК 574	200	2,70	2,45	43,85	189,86	29,36	22,88	0,00	1,07	14,40	0,00	0,00	0,06	0,00
Компот фруктово-ягодный	ГПК 625	200	0,09	0,04	10,52	40,37	0,40	0,01	0,10	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Печенье Злаковое	ГПК 1050	50	3,67	9,25	29,65	213,01	13,50	14,65	0,00	0,75	7,50	0,00	0,00	0,06	0,01
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ГПК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	ГПК 607	30	2,21	0,59	15,38	75,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за прием</b>		<b>955</b>	<b>28,19</b>	<b>30,49</b>	<b>146,92</b>	<b>944,70</b>	<b>127,39</b>	<b>81,18</b>	<b>140,17</b>	<b>5,17</b>	<b>22,44</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,30</b>	<b>10,65</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 775</b>	<b>50,55</b>	<b>43,06</b>	<b>226,73</b>	<b>1 456,44</b>	<b>257,57</b>	<b>159,03</b>	<b>498,72</b>	<b>14,33</b>	<b>420,74</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,66</b>	<b>59,34</b>
<b>Среднесуточное значение за 1 неделю</b>		<b>1 622</b>	<b>49,35</b>	<b>54,59</b>	<b>217,85</b>	<b>1 563,59</b>	<b>256,94</b>	<b>192,16</b>	<b>363,89</b>	<b>11,86</b>	<b>118,41</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,77</b>	<b>77,22</b>

Наименование блюда	№ рецеп.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг
<b>2 Неделя</b>															
<b>1 День</b>															
<b>Завтрак или Полдник льготная категория</b>															
Сосиски отварные	ГПК 518	100	7,98	13,68	0,00	129,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Макаронные изделия отварные цветные	ГПК 578	210	6,50	4,33	38,64	231,47	18,92	11,64	0,00	1,18	25,20	0,00	0,00	0,12	0,00
Помидор свежий дольками	ГПК 676	85	0,92	0,17	4,33	21,60	11,66	16,66	21,66	0,75	0,00	0,00	0,00	0,05	20,83
Чай с сахаром	ГПК 618	200	0,19	0,04	7,22	29,01	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Фруктовые пастилки	ГПК 1073	15	0,15	0,02	12,45	51,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ГПК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб пшеничный из муки в/с	ГПК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за прием</b>		<b>660</b>	<b>19,12</b>	<b>18,74</b>	<b>85,68</b>	<b>574,08</b>	<b>30,85</b>	<b>28,30</b>	<b>21,66</b>	<b>1,96</b>	<b>25,20</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,17</b>	<b>20,83</b>
<b>Обед льготная категория</b>															
Огурец свежий	ГПК 675	95	0,74	0,09	3,26	14,83	21,41	13,03	0,00	0,56	0,00	0,00	0,00	0,03	9,31
Суп гороховый с зеленью	ГПК 639/1	250	4,86	2,66	25,86	111,20	28,28	29,00	73,68	1,73	12,00	0,00	0,00	0,18	4,20
Говядина отварная для I блюда	ГПК 631	15	2,04	1,46	0,09	21,62	3,29	4,43	32,90	0,55	0,00	0,00	0,00	0,01	0,04
Каша гречневая с филе индейки	ГПК 521	250	12,92	15,67	56,93	458,73	36,88	163,03	363,00	5,92	4,50	0,00	0,00	0,30	1,50
Компот из смеси сухофруктов	ГПК 624	200	0,49	0,03	21,64	40,92	28,56	18,28	25,50	0,58	0,01	0,00	0,00	0,01	0,32
Блинчик с молоком ступенным	ГПК 500	50	7,23	9,60	15,17	177,55	0,57	0,00	0,52	0,00	4,80	0,02	0,00	0,00	0,42
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ГПК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб пшеничный из муки в/с	ГПК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за прием</b>		<b>910</b>	<b>31,68</b>	<b>30,02</b>	<b>145,99</b>	<b>936,85</b>	<b>118,99</b>	<b>227,77</b>	<b>495,59</b>	<b>9,34</b>	<b>21,31</b>	<b>0,02</b>	<b>0,00</b>	<b>0,52</b>	<b>15,80</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 570</b>	<b>50,80</b>	<b>48,76</b>	<b>231,67</b>	<b>1 510,93</b>	<b>149,84</b>	<b>256,07</b>	<b>517,25</b>	<b>11,30</b>	<b>46,51</b>	<b>0,02</b>	<b>0,00</b>	<b>0,69</b>	<b>36,62</b>
<b>2 День</b>															
<b>Завтрак или Полдник льготная категория</b>															
Чебачичи мясные	ГПК 550/1	100	11,96	15,45	1,61	221,63	13,16	0,00	0,00	2,23	0,00	0,00	0,00	0,14	0,15
Каша перловая рассыпчатая	ГПК 574	180	2,43	2,21	39,47	170,87	26,42	20,59	0,00	0,97	12,96	0,00	0,00	0,05	0,00
Салат из свежей капусты с огурцом	ГПК 678	20	0,28	0,36	1,42	11,67	7,33	2,58	5,56	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	2,86
Чай зеленый с сахаром	ГПК 613	200	0,00	0,00	9,08	24,51	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Пюре Фрукта	ГПК 1069	90	0,00	0,00	8,55	34,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ГПК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб пшеничный из муки в/с	ГПК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за прием</b>		<b>640</b>	<b>18,06</b>	<b>18,52</b>	<b>83,17</b>	<b>574,88</b>	<b>47,18</b>	<b>23,18</b>	<b>5,56</b>	<b>3,33</b>	<b>12,96</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,19</b>	<b>3,01</b>

<b>Обед льготная категория</b>															
Овощное ассорти (огурец, помидор)	ГТК 674	50	0,45	0,07	1,98	9,62	8,14	7,40	14,79	0,33	0,00	0,00	0,00	0,02	3,50
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	ГТК 637/1	200	4,55	4,34	16,72	104,42	24,50	15,54	32,98	0,73	0,00	0,00	0,00	0,03	6,03
Говядина отварная для 1 блюда	ГТК 631	25	3,41	2,43	0,15	36,04	5,49	7,38	54,83	0,91	0,00	0,00	0,00	0,01	0,07
Сметана	ГТК 664	25	0,61	3,30	0,82	35,85	19,36	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,01	0,04
Тертые Детские	ГТК 547	100	14,99	15,81	5,27	256,00	3,84	0,00	0,00	0,12	0,00	0,00	0,00	0,01	0,32
Картофель запеченный из отварного	ГТК 586	180	3,76	5,45	59,17	303,96	23,42	40,34	0,00	1,61	0,00	0,00	0,00	0,17	15,99
Напиток фруктовый Витаминка	ГТК 629	200	0,43	0,09	8,85	37,15	12,03	6,87	12,03	2,41	0,00	0,00	0,00	0,02	3,44
Хлеб столичный из ржано пшеничной муки	ГТК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб пшеничный из муки в/с	ГТК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за прием</b>		<b>830</b>	<b>31,58</b>	<b>31,99</b>	<b>116,00</b>	<b>895,04</b>	<b>96,77</b>	<b>77,52</b>	<b>114,62</b>	<b>6,15</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,26</b>	<b>29,38</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 470</b>	<b>49,65</b>	<b>50,51</b>	<b>199,17</b>	<b>1 469,92</b>	<b>143,95</b>	<b>100,70</b>	<b>120,18</b>	<b>9,47</b>	<b>12,96</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,46</b>	<b>32,39</b>
<b>3 День</b>															
<b>Завтрак или Полдник льготная категория</b>															
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	ГТК 506	150	5,81	3,43	19,37	130,11	70,97	8,11	51,92	0,07	7,92	0,00	0,00	0,02	0,34
Сырники	ГТК 1193	135	19,09	15,31	36,22	366,66	1,30	0,00	0,00	0,16	0,00	0,05	0,00	0,06	0,00
Молоко ступенное	ГТК 662	10	0,72	0,85	5,55	31,74	30,70	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,01	0,10
Какао с молоком	ГТК 610	200	1,06	0,85	8,04	50,16	95,52	21,70	85,22	0,68	10,44	0,00	0,00	0,03	0,45
Груша	ГТК 665	100	0,40	0,30	13,10	50,69	19,00	12,00	16,00	2,30	0,00	0,00	0,00	0,02	5,00
Печенье Злаковое	ГТК 1050	50	3,67	9,25	29,65	213,01	13,50	14,65	0,00	0,75	7,50	0,00	0,00	0,06	0,01
Хлеб пшеничный из муки в/с	ГТК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за прием</b>		<b>670</b>	<b>32,47</b>	<b>30,24</b>	<b>123,93</b>	<b>900,37</b>	<b>230,98</b>	<b>56,46</b>	<b>153,14</b>	<b>4,28</b>	<b>25,86</b>	<b>0,05</b>	<b>0,00</b>	<b>0,20</b>	<b>5,91</b>
<b>Обед льготная категория</b>															
Овощное ассорти (огурец, помидор)	ГТК 674	60	0,54	0,08	2,38	11,54	9,77	8,87	17,75	0,39	0,00	0,00	0,00	0,02	4,20
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	ГТК 642/1	200	7,71	7,23	22,42	184,42	25,84	14,41	31,72	0,54	0,00	0,00	0,00	0,04	9,71
Сметана	ГТК 664	10	0,24	1,32	0,33	14,34	7,74	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02
Говядина отварная для 1 блюда	ГТК 631	10	1,36	0,97	0,06	14,42	2,19	2,95	21,93	0,36	0,00	0,00	0,00	0,01	0,03
Рыба тушеная в томате с овощами	ГТК 566/1	100	9,50	11,03	3,35	153,69	34,74	40,46	151,40	0,77	6,99	0,00	0,00	0,08	3,07
Рис пригущенный	ГТК 582	180	2,47	4,86	43,99	229,35	7,05	27,50	0,00	0,57	12,96	0,00	0,00	0,04	0,01
Напиток Минутка	ГТК 1031	200	0,55	0,10	14,61	59,75	7,79	4,05	7,09	1,24	0,04	0,00	0,00	0,01	2,00
Хлеб Прибрежный обогащенный йодом	ГТК 607	30	2,21	0,59	15,38	75,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб пшеничный из муки в/с	ГТК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за прием</b>		<b>815</b>	<b>26,30</b>	<b>26,43</b>	<b>114,51</b>	<b>800,51</b>	<b>95,13</b>	<b>98,25</b>	<b>229,89</b>	<b>3,90</b>	<b>19,99</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,19</b>	<b>19,03</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 485</b>	<b>58,77</b>	<b>56,67</b>	<b>238,45</b>	<b>1 700,88</b>	<b>326,11</b>	<b>154,71</b>	<b>383,03</b>	<b>8,18</b>	<b>45,85</b>	<b>0,05</b>	<b>0,00</b>	<b>0,39</b>	<b>24,94</b>
<b>4 День</b>															
<b>Завтрак или Полдник льготная категория</b>															
Плов из индейки	ГТК 527	250	14,62	18,14	47,68	413,81	24,13	54,35	257,25	1,94	6,38	0,00	0,00	0,08	1,04
Салат из свежих огурцов с картофелем и зеленым луком	ГТК 1194	100	1,23	10,00	5,49	80,62	23,86	16,46	0,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,06	14,80
Напиток Каркаде	ГТК 628	200	0,04	0,00	9,31	35,44	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Мороженное витаминизированное	ГТК 1178	50	1,41	3,30	9,10	71,00	69,96	0,00	0,00	0,09	0,00	0,00	0,00	73,08	2,80
Хлеб столичный из ржано пшеничной муки	ГТК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб пшеничный из муки в/с	ГТК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за прием</b>		<b>650</b>	<b>20,69</b>	<b>31,94</b>	<b>94,62</b>	<b>712,87</b>	<b>118,21</b>	<b>70,81</b>	<b>257,25</b>	<b>2,75</b>	<b>6,38</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>73,22</b>	<b>18,64</b>

<b>Обед льготная категория</b>															
Овошная нарезка (огурец, морковь)	ГПК 673	100	0,99	0,09	5,82	24,73	22,00	22,62	42,20	0,57	0,00	0,00	0,00	0,03	3,00
Рассольник Ленинградский с зеленью	ГПК 638/1	210	1,10	3,86	9,38	92,36	7,93	10,17	33,24	0,40	0,00	0,00	0,00	0,04	2,94
Говядина отварная для I блока	ГПК 631	20	2,73	1,95	0,12	28,83	4,39	5,90	43,86	0,73	0,00	0,00	0,00	0,01	0,05
Сметана	ГПК 664	10	0,21	1,32	0,33	14,34	7,74	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02
Биточки Чикен топ	ГПК 538/1	100	15,02	13,60	53,97	366,16	14,94	0,00	0,00	1,34	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00
Капуста тушеная	ГПК 585	200	8,22	10,50	20,83	228,50	89,92	31,26	62,28	1,51	0,00	0,00	0,00	0,05	36,76
Напиток Грушевка	ГПК 626	200	0,02	0,01	9,68	36,82	1,10	0,52	0,70	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10
Хлеб столбчатый из ржано-пшеничной муки	ГПК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб пшеничный из муки в/с	ГПК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за прием</b>		<b>890</b>	<b>31,71</b>	<b>31,83</b>	<b>123,17</b>	<b>903,74</b>	<b>148,02</b>	<b>70,48</b>	<b>182,28</b>	<b>4,68</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,16</b>	<b>42,87</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 540</b>	<b>52,40</b>	<b>63,77</b>	<b>217,79</b>	<b>1 616,61</b>	<b>266,23</b>	<b>141,29</b>	<b>439,53</b>	<b>7,43</b>	<b>6,38</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>73,38</b>	<b>61,51</b>
<b>5 День</b>															
<b>Завтрак или Полдник льготная категория</b>															
Винегрет овощной	ГПК 670	100	1,31	10,15	9,91	132,40	18,11	16,42	39,94	0,68	0,00	0,00	0,00	0,05	8,86
Сыр плавленый "Дружба"	ГПК 1070	16	1,44	3,20	1,44	40,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Паста с филе индейки в сливочном соусе	ГПК 522	250	13,83	12,10	30,60	292,00	148,05	28,48	256,50	1,84	31,73	0,00	0,00	0,11	0,61
Чай с лимоном	ГПК 614	200	0,23	0,39	7,09	27,80	2,55	0,69	0,00	0,08	0,00	0,00	0,00	0,00	1,04
Фруктовая лента	ГПК 1072	15	0,00	0,00	12,15	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Масло сливочное в упаковке	ГПК 1067	10	7,25	0,10	0,14	66,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Сметана	ГПК 664	20	0,49	2,64	0,66	28,68	15,49	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Батончик На здоровье пшенично ржаной	ГПК 604	20	1,57	0,59	9,80	52,00	19,89	0,00	0,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,09	0,00
Хлеб пшеничный из муки в/с	ГПК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за прием</b>		<b>656</b>	<b>27,84</b>	<b>29,42</b>	<b>83,80</b>	<b>745,08</b>	<b>204,09</b>	<b>45,58</b>	<b>296,44</b>	<b>3,42</b>	<b>31,73</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,25</b>	<b>10,55</b>
<b>Обед льготная категория</b>															
Салат из свежей капусты с морковью	ГПК 677	100	1,52	4,98	6,59	73,56	40,54	16,15	29,64	0,54	0,00	0,00	0,00	0,03	35,33
Суп картофельный с рисом с зеленью	ГПК 641/1	200	6,33	12,32	22,76	132,08	9,98	14,02	35,30	0,48	0,00	0,00	0,00	0,04	3,68
Фрикадельки	ГПК 2011	30	3,84	3,26	0,37	151,16	6,58	8,85	65,79	1,09	0,00	0,00	0,00	0,02	0,08
Биточек Оксан	ГПК 536/1	100	9,55	3,93	7,71	149,00	14,29	0,00	0,00	0,29	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00
Каша гречневая рассыпчатая	ГПК 571	200	4,68	7,02	33,99	233,29	19,44	161,72	0,00	5,44	24,00	0,00	0,00	0,35	0,00
Морс ягодный	ГПК 971	200	0,00	0,00	24,08	91,36	14,00	0,00	0,00	2,50	0,00	0,00	0,00	0,20	4,00
Фалотони	ГПК 606	50	1,97	11,84	33,85	253,21	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб столбчатый из ржано-пшеничной муки	ГПК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб пшеничный из муки в/с	ГПК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за прием</b>		<b>930</b>	<b>31,29</b>	<b>43,87</b>	<b>152,39</b>	<b>1 195,66</b>	<b>104,83</b>	<b>200,74</b>	<b>130,73</b>	<b>10,64</b>	<b>24,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,67</b>	<b>43,09</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 586</b>	<b>59,13</b>	<b>73,29</b>	<b>236,19</b>	<b>1 940,74</b>	<b>308,92</b>	<b>246,32</b>	<b>427,17</b>	<b>14,07</b>	<b>55,73</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,92</b>	<b>53,64</b>
<b>6 День</b>															
<b>Завтрак или Полдник льготная категория</b>															
Огурец свежий	ГПК 675	100	0,78	0,10	3,43	15,61	22,54	13,72	0,00	0,59	0,00	0,00	0,00	0,03	9,80
Пельмени отварные	ГПК 524	200	9,06	12,00	22,56	233,73	11,66	0,61	2,78	0,09	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Сметана	ГПК 664	30	0,73	3,96	0,98	43,02	23,23	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	0,01	0,05
Кофейный напиток	ГПК 611	200	0,71	0,57	7,74	38,14	42,50	4,87	31,32	0,06	4,80	0,00	0,00	0,01	0,21
Хлеб Прибрежный обог. ацелный йодом	ГПК 607	30	2,21	0,59	15,38	75,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб пшеничный из муки в/с	ГПК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за прием</b>		<b>585</b>	<b>15,22</b>	<b>17,47</b>	<b>62,10</b>	<b>463,50</b>	<b>99,93</b>	<b>19,20</b>	<b>34,10</b>	<b>0,79</b>	<b>12,80</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,05</b>	<b>10,06</b>

<b>Обед льготная категория</b>															
Помидор свежий дольками	ГТК 676	100	1,08	0,20	5,10	25,41	13,72	19,60	25,48	0,88	0,00	0,00	0,00	0,06	24,50
Суп из овощей с фасолью с зеленью	ГТК 640/1	230	1,47	3,20	8,16	65,03	20,03	13,99	36,89	0,55	0,00	0,00	0,00	0,04	5,89
Гречневая отварная для I блюд	ГТК 631	20	2,73	1,95	0,12	28,83	4,39	5,90	43,86	0,73	0,00	0,00	0,00	0,01	0,05
Печень тушеная в томатном соусе	ГТК 526	100	12,75	3,75	2,62	91,13	12,79	16,49	212,10	4,58	361,70	0,00	0,00	0,17	10,40
Рис с куркумой	ГТК 582	180	4,19	4,00	43,99	229,35	7,05	27,50	0,00	0,57	12,96	0,00	0,00	0,04	0,01
Напиток из плодов шиповника	ГТК 627	200	0,68	0,28	24,28	92,52	12,30	3,40	3,40	0,63	0,03	0,00	0,00	0,01	200,00
Блины с молоком сгущенным	ГТК 500	50	7,23	9,60	15,17	177,55	0,57	0,00	0,52	0,00	4,80	0,02	0,00	0,00	0,42
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ГТК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб пшеничный из муки в/с	ГТК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за прием</b>		<b>930</b>	<b>33,52</b>	<b>23,48</b>	<b>122,47</b>	<b>824,82</b>	<b>70,86</b>	<b>86,88</b>	<b>322,25</b>	<b>7,95</b>	<b>379,49</b>	<b>0,02</b>	<b>0,00</b>	<b>0,33</b>	<b>241,27</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 515</b>	<b>48,74</b>	<b>40,95</b>	<b>184,57</b>	<b>1 288,32</b>	<b>170,79</b>	<b>106,08</b>	<b>356,36</b>	<b>8,74</b>	<b>392,29</b>	<b>0,02</b>	<b>0,00</b>	<b>0,38</b>	<b>251,33</b>
<b>Среднедневное значение за 2 неделю</b>		<b>1 271</b>	<b>44,51</b>	<b>45,03</b>	<b>181,67</b>	<b>1 318,47</b>	<b>183,27</b>	<b>143,98</b>	<b>300,66</b>	<b>8,63</b>	<b>92,22</b>	<b>0,02</b>	<b>0,00</b>	<b>0,47</b>	<b>66,49</b>
<b>Среднедневное значение за 2 недели</b>		<b>1 446</b>	<b>46,93</b>	<b>49,81</b>	<b>199,76</b>	<b>1 441,03</b>	<b>220,11</b>	<b>168,07</b>	<b>332,28</b>	<b>10,24</b>	<b>105,32</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,62</b>	<b>71,85</b>

Стоимость питания 414 руб. в день

Основание: СанПиН 2.3 /2.4.3590-20

п. 8.1.2.3. Допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах +/- 5% при условии, что средний % пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам, приведенным в таблице №3 приложение № 10 к настоящим Правилам, по каждому приему пищи.

п. 8.1.4. Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности (приложение № 11 к настоящим Правилам).

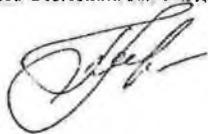
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" Москва 2004 г.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания "Хлебпродинформ" Москва 1996 г.

И.М.Скुरुхин, В.А.Тутельян. Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания. Москва, ДеЛи Принт 2008 г.

В случае если возникла производственная необходимость возможна замена дня, один на другой.

Главный Технолог



М.А Трапкова