

Согласовано:

Заместитель начальника территориального отдела
Управления Федеральной службы по надзору в сфере
защиты прав потребителей и благополучия человека по
Ставропольскому краю в городе Георгиевске и
Георгиевском районе


Г.Н. Басова

« » _____ 2023 г.

Утверждаю:

Начальник лагеря МОУ «СОШ №6
с.Солато- Александровского
Советского района»


Брайко О.В.


Васильева В.В.

« » _____ 2023г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МОУ «СОШ №6
с.Солато- Александровского»
Тригорьева О.В.

ПРИМЕРНОЕ

15- дневное меню для питания обучающихся в летних пришкольных лагерях с дневным пребыванием
МОУ «СОШ № 6 с.Солдато-Александровского Советского района»

1-я и 2-я возрастные группы.

Составлено в соответствии: « Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных
учреждениях» / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год.

№ рецептуры	Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход порции и грамм	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	С	А	В2	Са	Р	Mg	Fe
	1-я возрастная группа													
	День №1 - завтрак													
204	Макаронные отварные с сыром	200/40/10	8,12	8,65	32,42	240,85	0,06	1,17	18,00	0,17	130,29	138,14	31,12	0,50
3	Бутерброд с маслом сливочным «Крестьянским» МДЖ 72,5%	30/15/15	3,01	2,88	13,36	89,56	0,04	1,17	0,02	0,08	108,50	81,31	12,60	0,11
376	Чай с сахаром	200	0,80	0,90	79,80	326,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
-	Мороженое пломбир 1 шт	30	2,28	0,27	14,07	69,00	0,05	-	-	0,59	6,90	25,20	9,90	0,57
	Итого за прием	500	14,21	12,70	139,65	725,41	0,14	2,34	18,02	0,84	245,69	244,65	53,62	1,18
	День №1 – обед:													
71	Овощи натуральные свежие помидоры	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25
102	Суп гороховый	200	2,84	3,67	15,03	111,40	0,08	4,60	16,80	0,06	26,72	57,80	20,30	0,94
295	Биточек рубленый из бройлер - цыплят	90/5	19,35	20,40	6,16	285,89	0,03	0,92		0,10	21,81	154,15	22,03	3,06
303	Каша пшеничная рассыпчатая	180	4,00	4,24	24,55	152,40	0,11			0,04	20,86	134,60	28,80	2,27
377	Чай с лимоном	200	0,16	0,16	27,90	114,60	0,01	3,60	-	-	6,20	3,96	3,24	0,85
-	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	18,76	92,00	0,04	-	-	0,67	8,00	26,00	5,60	0,44
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	14,12	72,00	0,09	-	-	1,32	11,20	54,00	27,00	1,44
	Итого за прием	860	32,38	29,36	107,47	834,29	0,38	11,57	16,80	2,20	103,29	445,51	113,97	9,25
	Итого за день		46,59	42,06	247,12	1559,70	0,53	13,91	34,82	3,04	348,98	690,16	167,59	10,43
	День №2 – завтрак:													
181	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным "Крестьянским" МДЖ 72,5%	200/10	6,60	8,74	18,77	183,01	0,06	0,24	0,06	0,70	158,10	107,70	17,43	0,74
382	Какао с молоком	200	4,53	4,36	31,76	185,74	0,06	1,17	18,00	0,17	130,29	138,14	31,12	0,50
410	Булочка сдобная	100	1,52	1,35	15,90	81,00	0,03	0,30	135,00	0,10	83,30	56,50	8,50	0,46

-	Фрукты	200	2,28	0,27	14,07	69,00	0,05	-	-	0,59	6,90	25,20	9,90	0,57
	Итого за прием	510	14,93	14,72	80,50	518,75	0,20	1,71	153,06	1,56	378,59	327,54	66,95	2,27
	День №2 – обед:													
71	Овощи натуральные свежие огурцы	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25
88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00	0,04	8,54	-	1,64	39,78	43,68	20,90	0,98
290	Птица тушенная в соусе сметанном	90/50	16,20	33,05	2,40	372,50	0,14	0,23	0,30	4,24	104,00	255,50	20,77	3,02
309	Макаронные изделия отварные	180	1,00		20,20	84,80	0,02	4,00	-	-	14,00	14,00	8,00	0,60
-	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,69	157,08	0,10	-	-	1,18	13,80	50,20	19,80	1,14
-	Хлеб ржаной	40	3,30	0,60	21,18	90,00	0,12	-	-	1,65	14,00	67,50	27,00	1,80
376	Чай с сахаром	200	0,60	0,60	14,70	67,62	0,03	10,00	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20
	Итого за прием	950	27,52	38,70	100,87	861,00	0,46	25,22	0,30	8,72	210,08	456,88	112,47	9,99
	Итого за день:		42,45	53,42	181,37	1379,75	0,66	26,93	153,36	10,28	588,67	784,42	179,42	12,26
	День №3 – завтрак:													
3	Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянским" МДЖ 72,5% и сыром(Российский)	20/10/30	0,17	0,03	0,50	3,00	0,01	1,40		0,01	4,25	7,50	3,50	0,15
210	Омлет натуральный с маслом сливочным"Крестьянским" МДЖ 72,5%	106/10	15,90	27,10	16,80	380,00	0,14	1,40	244,00	0,48	126,00	242,60	30,20	2,60
376	Чай с сахаром	200	3,87	3,48	22,90	134,79	0,22	0,73	40,80	0,30	209,72	256,40	54,39	1,93
-	Кондитерские изделия (печенье) в индивидуальной упаковке	50	2,28	0,27	14,07	69,00	0,05	-	-	0,59	6,90	25,20	9,90	0,57
-		90	4,60	11,20	25,00	219,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого за прием	550	26,82	42,08	79,27	805,79	0,42	3,53	284,80	1,38	346,87	531,70	97,99	5,25
	День №3 -Обед													
71	Овощи натуральные свежие помидоры	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,39	4,21	13,20	118,60	0,12	8,42	-	2,93	26,90	77,54	28,04	1,42
234	Тефтели рыбные	90/50	13,45	8,50	19,54	208,00	0,08	20,03	16,00	0,13	57,30	166,20	43,00	1,50

312	Картофельное пюре	180	8,85	9,56	39,86	280	0,21	0	40	3,6	26,39	210,35	140,5	4,73
376	Чай с сахаром	200	0,16	0,16	27,90	114,60	0,01	3,60	-	-	6,20	3,96	3,24	0,85
	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,69	157,08	0,10	-	-	1,18	13,80	50,20	19,80	1,14
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	14,12	72,00	0,09			1,32	11,20	54,00	27,00	1,44
338	Фрукты свежие бананы 1 шт	150	2,26	0,38	31,50	141,00	0,03	10,00	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20
	Итого за прием	890	36,73	23,80	179,76	1097,28	0,66	44,50	56,00	9,17	166,29	588,25	277,58	13,53
	Итого за день		63,55	65,88	259,03	1903,07	1,07	48,03	340,80	10,55	513,16	1119,95	375,57	18,78
	День №4 завтрак													
222	Пудинг из творога (запеченый) со сгущенным молоком	100/30	13,44	18,84	47,20	384,00	0,24	0,69	29,40	0,26	190,70	234,70	58,44	2,50
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,01	2,88	13,36	89,56	0,04	1,17	0,02	0,08	108,50	81,31	12,60	0,11
389	Сок фруктовый, ягодный в индивидуальной упаковке	200	2,28	0,27	14,07	69,00	0,05	-	-	0,59	6,90	25,20	9,90	0,57
	Итого за прием	500	18,73	21,99	74,63	542,56	0,32	1,86	29,42	0,93	306,10	341,21	80,94	3,18
	День №4-Обед													
71	Овощи натуральные свежие помидоры	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,27	3,99	7,32	76,20	0,06	8,30		1,86	27,90	39,40	16,60	0,62
268	Котлеты из говядины	90/5	14,56	7,68	7,68	158,00	0,11	6,03	0,29	3,47	61,23	250,90	66,63	1,25
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	3,08	4,22	20,64	135,07	0,14	18,16	-	0,14	36,97	86,60	27,75	1,01
342	Компот из свежих плодов	200	1,00		20,20	84,80	0,02	4,00	-	-	14,00	14,00	8,00	0,60
-	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,69	157,08	0,10	-	-	1,18	13,80	50,20	19,80	1,14
-	Хлеб ржаной	40	3,30	0,60	21,18	90,00	0,12	-	-	1,65	14,00	67,50	27,00	1,80
338	Фрукты свежие яблоки 1 шт	150	0,60	0,60	14,70	67,62	0,03	10,00	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20
	Итого за прием	950	28,79	17,60	125,36	774,77	0,59	48,94	0,29	8,31	192,40	534,60	181,78	8,87
	Итого за день		47,52	39,59	199,99	1317,33	0,92	50,80	29,71	9,24	498,50	875,81	262,72	12,05
	День №5 - завтрак													
3	Бутерброд с маслом сливочным	20/10/3 0	6,60	8,74	18,77	183,01	0,06	0,24	0,06	0,70	158,10	107,70	17,43	0,74

	"Крестьянским" МДЖ 72,5% и сыром(Российский)													
173	Каша вязкая молочная овсяная с маслом сливочным "Крестьянским" МДЖ 72,5% и сахаром	200/10	8,12	8,65	32,42	240,85	0,06	1,17	18,00	0,17	130,29	138,14	31,12	0,50
375	Чай с лимоном	200	1,52	1,35	15,90	81,00	0,04	1,33	0,01	0,04	126,60	92,80	15,40	0,41
-	Фрукты свежие	150	0,80	0,90	79,80	326,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого за прием	530	17,04	19,64	146,89	830,86	0,16	2,74	18,07	0,91	414,99	338,64	63,95	1,65
	День №5 -Обед													
71	Овощи натуральные свежие огурцы	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25
102	Суп картофельный с крупой	200	4,39	4,21	13,20	118,60	0,12	8,42	-	2,93	26,90	77,54	28,04	1,42
291	Плов из птицы	90/180	13,32	18,11	16	284,8	0,05	0,18	26,09	3,96	37,86	122,84	19,55	8,36
376	Чай с сахаром	180	4	4,24	24,55	152,4	0,08	0	0	0,9	15,6	100,9	21,6	1,7
389	Сок фруктовый, ягодный в индивидуальной упаковке	200	0,16	0,16	27,90	114,60	0,01	3,60	-	-	6,20	3,96	3,24	0,85
-	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,69	157,08	0,10	-	-	1,18	13,80	50,20	19,80	1,14
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	21,18	90,00	0,12	-	-	1,65	14,00	67,50	27,00	1,80
	Итого за прием	900	30,15	27,83	136,47	923,48	0,49	14,65	26,09	10,63	122,86	437,94	126,23	15,5 2
	Итого за день		47,19	47,47	283,36	1754,34	0,65	17,39	44,16	11,54	537,85	776,58	190,18	17,1 7
	День №6 -Завтрак													
180	Каша молочная гречневая с маслом сливочным "Крестьянским" МДЖ 72,5%	200/10	22,30	16,00	20,74	319,50	0,10	0,64	0,12	2,32	374,40	339,30	34,67	0,84
382	Какао с молоком	200	3,87	3,48	22,90	134,79	0,22	0,73	40,80	0,30	209,72	256,40	54,39	1,93
-	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,07	69,00	0,05	-	-	0,59	6,90	25,20	9,90	0,57
-	Мороженое пломбир 1 шт	90	4,60	11,20	25,00	219,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого за прием	538	33,05	30,95	82,71	742,29	0,37	1,37	40,92	3,21	591,02	620,90	98,96	3,34
	День №6 -Обед													
71	Овощи натуральные свежие помидоры	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25

96	Рассольник ленинградский	200	1,84	4,45	12,47	98,83	0,12	2,73	0,03	3,77	44,16	229,20	52,96	1,27
294	Котлеты рубленые из птицы с маслом сливочным	90/5	11,80	22,70	11,90	299,80	0,07	-	0,00	2,22	12,85	154,50	22,53	2,33
309	Макаронные изделия отварные	180	5,30	4,90	28,60	179,00	0,08	-	0,02	0,97	9,87	41,36	7,36	0,75
377	Чай с лимоном	200	1,00		20,20	84,80	0,02	4,00	-	-	14,00	14,00	8,00	0,60
	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,69	157,08	0,10	-	-	1,18	13,80	50,20	19,80	1,14
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	21,18	90,00	0,12	-	-	1,65	14,00	67,50	27,00	1,80
	Итого за прием	790	28,22	33,16	127,99	915,51	0,52	9,18	0,06	9,80	117,18	571,76	144,65	8,14
	Итого за день		61,27	64,11	210,70	1657,80	0,89	10,55	40,97	13,01	708,20	1192,66	243,61	11,48
	День №7 -Завтрак													
219	Сырники со сгущенным молоком	150/20	8,12	8,65	32,42	240,85	0,06	1,17	18,00	0,17	130,29	138,14	31,12	0,50
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00				11,10	2,80	1,40	0,28	0,06
3	Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянским" МДЖ 72,5%	30/10	2,28	0,27	14,07	69,00	0,05	-	-	0,59	6,90	25,20	9,90	0,57
338	Фрукты свежие бананы 1 шт	150	2,26	0,38	31,50	141,00	0,03	10,00	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20
	Итого за прием	600	12,73	9,32	92,99	510,85	0,14	11,17	18,00	11,86	155,99	175,74	50,30	3,33
	День №7 -Обед													
71	Овощи натуральные свежие огурцы	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25
102	Суп картофельный с бобовыми	200	2,84	3,67	15,03	111,40	0,08	4,60	16,80	0,06	26,72	57,80	20,30	0,94
298	Голубцы ленивые	160/30	14,56	7,68	7,68	158,00	0,11	6,03	0,29	3,47	61,23	250,90	66,63	1,25
312	Картофельное пюре	180	3,08	4,22	20,64	135,07	0,14	18,16	-	0,14	36,97	86,60	27,75	1,01
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	-	29,00	116,00	0,01	3,60	-	-	6,20	3,96	3,24	0,85
-	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,69	157,08	0,10	-	-	1,18	13,80	50,20	19,80	1,14
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	21,18	90,00	0,12	-	-	1,65	14,00	67,50	27,00	1,80
	Итого за прием	840	28,92	16,68	127,17	773,55	0,57	34,84	17,09	6,51	167,42	531,96	171,72	7,24
	Итого за день		41,65	26,00	220,16	1284,40	0,71	46,01	35,09	18,37	323,41	707,70	222,02	10,57

71	Овощи натуральные свежие огурцы	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25
101	Суп картофельный с рисовой крупой	200	4,39	4,21	13,20	118,60	0,12	8,42	-	2,93	26,90	77,54	28,04	1,42
279	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	90/50	8,82	9,8	11,16	167,82	0,06	0,48	39	4,36	27,95	98,26	19,5	0,81
303	Каша вязкая пшеничная	180	8,85	9,56	39,86	280	0,21	0	40	3,6	26,39	210,35	140,5	4,73
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	-	29,00	116,00	0,01	3,60	-	-	6,20	3,96	3,24	0,85
	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,69	157,08	0,10	-	-	1,18	13,80	50,20	19,80	1,14
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	14,12	72,00	0,09			1,32	11,20	54,00	27,00	1,44
	Итого за прием	980	29,84	24,56	140,98	917,50	0,61	14,95	79,00	13,40	120,94	509,31	245,08	10,64
	Итого за день		67,43	55,31	223,46	1673,69	0,92	16,07	119,90	18,38	562,56	1098,91	334,09	13,59
	День №10 -Завтрак													
181	Каша жидкая молочная из овсянной крупы с маслом сливочным "Крестьянским" МДЖ 72,5%	200/10	8,12	8,65	32,42	240,85	0,06	1,17	18,00	0,17	130,29	138,14	31,12	0,50
379	Кофейный напиток с молоком	200	0,07	0,02	15,00	60,00				11,10	2,80	1,40	0,28	0,06
-	Булочка с повидлом	75	3,04	0,36	18,76	92,00	0,04	-	-	0,67	8,00	26,00	5,60	0,44
389	Сок фруктовый, ягодный в индивидуальной упаковке	150	2,26	0,38	31,50	141,00	0,03	10,00	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20
	Итого за прием	600	13,49	9,41	97,68	533,85	0,13	11,17	18,00	11,94	157,09	176,54	46,00	3,20
	День №10 Обед													
71	Овощи натуральные свежие помидоры	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25
101	Суп картофельный с крупой	200	1,44	3,94	8,75	83,00	0,04	8,54	-	1,64	39,78	43,68	20,90	0,98
295	Битчек куриный	90/50	26,38	27,02	41,63	515,20	0,10	2,05		0,18	22,76	320,22	62,86	4,24
312	Картофельное пюре	180	0,16	-	29,00	116,00	0,01	3,60	-	-	6,20	3,96	3,24	0,85
376	Чай с сахаром	200	4,63	0,46	32,69	157,08	0,10	-	-	1,18	13,80	50,20	19,80	1,14

	Итого за прием	520	33,91	33,98	88,76	794,56	0,18	1,79	0,31	1,69	329,50	403,31	46,58	0,76
	День №12 -Обед													
71	Овощи натуральные свежие помидоры	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,27	3,99	7,32	76,20	0,06	8,30		1,86	27,90	39,40	16,60	0,62
279	Тефтели из говядины с соусом томатном	90/50	13,41	16,03	14,64	259,20	0,08	0,91	20,00	0,14	46,62	162,74	49,33	2,40
303	Каша вязкая пшеничная	180	5,30	4,90	28,60	179,00	0,08	-	0,02	0,97	9,87	41,36	7,36	0,75
342	Компот из свежих плодов	200	1,00		20,20	84,80	0,02	4,00	-	-	14,00	14,00	8,00	0,60
	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,69	157,08	0,10	-	-	1,18	13,80	50,20	19,80	1,14
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	14,12	72,00	0,09			1,32	11,20	54,00	27,00	1,44
	Итого за прием	830	28,60	25,91	118,52	834,28	0,45	15,66	20,02	5,48	131,89	376,70	135,09	7,20
	Итого за день		62,51	59,89	207,28	1628,84	0,63	17,45	20,33	7,17	461,39	780,01	181,67	7,96
	День № 13 -Завтрак													
3	Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянский" МДЖ 72,5% и сыром (Российским)	200/10/10	8,12	8,65	32,42	240,85	0,06	1,17	18,00	0,17	130,29	138,14	31,12	0,50
210	Омлет натуральный маслом сливочным "Крестьянским" МДЖ 72,5%	106/10	0,07	0,02	15,00	60,00				11,10	2,80	1,40	0,28	0,06
376	Чай с сахаром	200	2,28	0,27	14,07	69,00	0,05	-	-	0,59	6,90	25,20	9,90	0,57
	Кондитерское изделие	150	1,90	0,42	17,36	81,00	0,03	10,00	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20
	Итого за прием	600	12,37	9,36	78,85	450,85	0,14	11,17	18,00	11,86	155,99	175,74	50,30	3,33
	День №13 -Обед													
71	Овощи натуральные свежие огурцы	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25
82	Борщ с капустой и картофелем	200	2,84	3,67	15,03	111,40	0,08	4,60	16,80	0,06	26,72	57,80	20,30	0,94
291	Плов из птицы	90/180	12,24	23,52	12,37	310,40	0,08	0,83	73,12	0,12	44,43	78,03	17,12	1,36
376	Чай с сахаром	200	0,16	-	29,00	116,00	0,01	3,60	-	-	6,20	3,96	3,24	0,85
	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,69	157,08	0,10	-	-	1,18	13,80	50,20	19,80	1,14
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	14,12	72,00	0,09			1,32	11,20	54,00	27,00	1,44

	Итого за прием	790	25,51	44,66	117,06	985,88	0,49	28,13	134,92	2,76	152,17	350,32	127,79	7,03
	Итого за день		37,88	54,02	195,91	1436,73	0,63	39,30	152,92	14,62	308,16	526,06	178,09	10,36
	День №14 -Завтрак													
3	Бутерброд с маслом сливочным"Крестьянский м" МДЖ 72,5%	200/10/10	8,12	8,65	32,42	240,85	0,06	1,17	18,00	0,17	130,29	138,14	31,12	0,50
222	Пудинг из творога (запеченый) со сгущенным молоком	100/30	1,52	1,35	15,90	81,00	0,04	1,33	0,01	0,04	126,60	92,80	15,40	0,41
376	Чай с сахаром	200	4,40	2,30	45,30	220,00	0,06	0,24	0,06	0,70	158,10	107,70	17,43	0,74
	Кондитерское изделие													
	Итого за прием	500	14,04	12,30	93,62	541,85	0,16	2,74	18,07	0,91	414,99	338,64	63,95	1,65
	День №14-Обед													
71	Овощи натуральные свежие помидоры	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25
101	Суп картофельный с крупой	200	2,05	2,22	12,55	87,20	0,07	4,86		0,04	23,60	46,18	19,04	0,80
229	Рыба тушеная с овощами	2	13,68	8,62	10,86	140,00	0,11	3,77	42,50	0,12	54,50	216,00	40,50	1,50
312	Картофельное пюре	180	3,08	4,22	20,64	135,07	0,14	18,16	-	0,14	36,97	86,60	27,75	1,01
376	Чай с сахаром	200	0,16	-	29,00	116,00	0,01	3,60	-	-	6,20	3,96	3,24	0,85
-	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,69	157,08	0,10	-	-	1,18	13,80	50,20	19,80	1,14
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	21,18	90,00	0,12	-	-	1,65	14,00	67,50	27,00	1,80
	Итого за прием	860	27,25	16,17	127,87	731,35	0,56	32,84	42,50	3,14	157,57	485,44	144,33	7,35
	Итого за день		41,29	28,47	221,49	1273,20	0,72	35,58	60,57	4,05	572,56	824,08	208,28	9,00
	День №15 - Завтрак													
181	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным"Крестьянский м" МДЖ 72,5%	20	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25
382	Какао с молоком	200	15,90	27,10	16,80	380,00	0,14	1,40	244,00	0,48	126,00	242,60	30,20	2,60
410	Булочка сдобная	100	0,07	0,02	15,00	60,00				11,10	2,80	1,40	0,28	0,06
389	Сок фруктовый, ягодный в индивидуальной	200	3,04	0,36	18,76	92,00	0,04	-	-	0,67	8,00	26,00	5,60	0,44

	упаковке													
	Итого за прием	510	19,36	27,53	51,51	538,00	0,20	3,85	244,00	12,26	145,30	285,00	43,08	3,35
	День №15-Обед													
96	Рассольник ленинградский	200	2,69	4,39	16,30	117,06	0,12	2,73	0,03	3,77	44,16	229,20	52,96	1,27
295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	90/50	13,45	8,50	19,54	208,00	0,08	20,03	16,00	0,13	57,30	166,20	43,00	1,50
309	Макаронные изделия отварные	180	4,00	4,24	24,55	152,40	0,11			0,04	20,86	134,60	28,80	2,27
342	Компот из свежих плодов	200	1,00		20,20	84,80	0,02	4,00	-	-	14,00	14,00	8,00	0,60
	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,69	157,08	0,10	-	-	1,18	13,80	50,20	19,80	1,14
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	14,12	72,00	0,09			1,32	11,20	54,00	27,00	1,44
338	Фрукты свежие апельсин 1 шт	150	1,90	0,42	17,36	81,00	0,03	10,00	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20
	Итого за прием	980	30,31	18,49	144,76	872,34	0,55	36,76	16,03	6,44	177,32	659,20	188,56	10,42
	Итого за день		49,67	46,02	196,27	1410,34	0,75	40,61	260,03	18,70	322,62	944,20	231,64	13,77
	Итого за 15 дней		760,21	708,87	3311,20	22711,68	11,03	457,94	1421,35	183,14	7227,47	12807,37	3435,65	182,80
	В среднем за один день		50,7	47,3	220,7	1514,1	0,7	30,5	94,8	12,2	481,8	853,8	229,0	12,2

№ рецептуры	Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход порции и грамм	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	С	А	В2	Са	Р	Mg	Fe
	2-я возрастная группа													
	День №1 - завтрак													
204	Макаронные отварные с сыром	200/40/10	8,12	8,65	32,42	240,85	0,06	1,17	18,00	0,17	130,29	138,14	31,12	0,50
3	Бутерброд с маслом сливочным «Крестьянским» МДЖ 72,5%	200	3,01	2,88	13,36	89,56	0,04	1,17	0,02	0,08	108,50	81,31	12,60	0,11
376	Чай с сахаром	200	0,80	0,90	79,80	326,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
-	Мороженое пломбир 1 шт	30	2,28	0,27	14,07	69,00	0,05	-	-	0,59	6,90	25,20	9,90	0,57
	Итого за прием	500	14,21	12,70	139,65	725,41	0,14	2,34	18,02	0,84	245,69	244,65	53,62	1,18
	День №1 – обед:													
71	Овощи натуральные свежие помидоры	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25
102	Суп гороховый	200	2,84	3,67	15,03	111,40	0,08	4,60	16,80	0,06	26,72	57,80	20,30	0,94
295	Биточек рубленый из бройлер - цыплят	100/5	19,35	20,40	6,16	285,89	0,03	0,92		0,10	21,81	154,15	22,03	3,06
303	Каша пшеничная рассыпчатая	200	4,00	4,24	24,55	152,40	0,11			0,04	20,86	134,60	28,80	2,27
377	Чай с лимоном	200	0,16	0,16	27,90	114,60	0,01	3,60	-	-	6,20	3,96	3,24	0,85
-	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	18,76	92,00	0,04	-	-	0,67	8,00	26,00	5,60	0,44
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	14,12	72,00	0,09	-	-	1,32	11,20	54,00	27,00	1,44
	Итого за прием	860	32,38	29,36	107,47	834,29	0,38	11,57	16,80	2,20	103,29	445,51	113,97	9,25
	Итого за день		46,59	42,06	247,12	1559,70	0,53	13,91	34,82	3,04	348,98	690,16	167,59	10,43
	День №2 – завтрак:													
181	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным "Крестьянским" МДЖ 72,5%	220/10	6,60	8,74	18,77	183,01	0,06	0,24	0,06	0,70	158,10	107,70	17,43	0,74
382	Какао с молоком	200	4,53	4,36	31,76	185,74	0,06	1,17	18,00	0,17	130,29	138,14	31,12	0,50
410	Булочка сдобная	100	1,52	1,35	15,90	81,00	0,03	0,30	135,00	0,10	83,30	56,50	8,50	0,46

-	Фрукты	200	2,28	0,27	14,07	69,00	0,05	-	-	0,59	6,90	25,20	9,90	0,57
	Итого за прием	510	14,93	14,72	80,50	518,75	0,20	1,71	153,06	1,56	378,59	327,54	66,95	2,27
	День №2 – обед:													
71	Овощи натуральные свежие огурцы	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25
88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00	0,04	8,54	-	1,64	39,78	43,68	20,90	0,98
290	Птица тушенная в соусе сметанном	100/50	16,20	33,05	2,40	372,50	0,14	0,23	0,30	4,24	104,00	255,50	20,77	3,02
309	Макаронные изделия отварные	200	1,00		20,20	84,80	0,02	4,00	-	-	14,00	14,00	8,00	0,60
-	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,69	157,08	0,10	-	-	1,18	13,80	50,20	19,80	1,14
-	Хлеб ржаной	40	3,30	0,60	21,18	90,00	0,12	-	-	1,65	14,00	67,50	27,00	1,80
376	Чай с сахаром	200	0,60	0,60	14,70	67,62	0,03	10,00	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20
	Итого за прием	950	27,52	38,70	100,87	861,00	0,46	25,22	0,30	8,72	210,08	456,88	112,47	9,99
	Итого за день:		42,45	53,42	181,37	1379,75	0,66	26,93	153,36	10,28	588,67	784,42	179,42	12,26
	День №3 – завтрак:													
3	Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянским" МДЖ 72,5% и сыром(Российский)	20/10/30	0,17	0,03	0,50	3,00	0,01	1,40		0,01	4,25	7,50	3,50	0,15
210	Омлет натуральный с маслом сливочным"Крестьянским" МДЖ 72,5%	220/10	15,90	27,10	16,80	380,00	0,14	1,40	244,00	0,48	126,00	242,60	30,20	2,60
376	Чай с сахаром	200	3,87	3,48	22,90	134,79	0,22	0,73	40,80	0,30	209,72	256,40	54,39	1,93
-	Кондитерские изделия (печенье) в индивидуальной упаковке	50	2,28	0,27	14,07	69,00	0,05	-	-	0,59	6,90	25,20	9,90	0,57
-		90	4,60	11,20	25,00	219,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого за прием	550	26,82	42,08	79,27	805,79	0,42	3,53	284,80	1,38	346,87	531,70	97,99	5,25
	День №3 -Обед													
71	Овощи натуральные свежие помидоры	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,39	4,21	13,20	118,60	0,12	8,42	-	2,93	26,90	77,54	28,04	1,42
234	Тефтели рыбные	100/50	13,45	8,50	19,54	208,00	0,08	20,03	16,00	0,13	57,30	166,20	43,00	1,50

312	Картофельное пюре	200	8,85	9,56	39,86	280	0,21	0	40	3,6	26,39	210,35	140,5	4,73
376	Чай с сахаром	200	0,16	0,16	27,90	114,60	0,01	3,60	-	-	6,20	3,96	3,24	0,85
	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,69	157,08	0,10	-	-	1,18	13,80	50,20	19,80	1,14
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	14,12	72,00	0,09			1,32	11,20	54,00	27,00	1,44
338	Фрукты свежие бананы 1 шт	150	2,26	0,38	31,50	141,00	0,03	10,00	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20
	Итого за прием	890	36,73	23,80	179,76	1097,28	0,66	44,50	56,00	9,17	166,29	588,25	277,58	13,53
	Итого за день		63,55	65,88	259,03	1903,07	1,07	48,03	340,80	10,55	513,16	1119,95	375,57	18,78
	День №4 завтрак													
222	Пудинг из творога (запеченый) со сгущенным молоком	150/30	13,44	18,84	47,20	384,00	0,24	0,69	29,40	0,26	190,70	234,70	58,44	2,50
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,01	2,88	13,36	89,56	0,04	1,17	0,02	0,08	108,50	81,31	12,60	0,11
389	Сок фруктовый, ягодный в индивидуальной упаковке	200	2,28	0,27	14,07	69,00	0,05	-	-	0,59	6,90	25,20	9,90	0,57
	Итого за прием	500	18,73	21,99	74,63	542,56	0,32	1,86	29,42	0,93	306,10	341,21	80,94	3,18
	День №4-Обед													
71	Овощи натуральные свежие помидоры	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,27	3,99	7,32	76,20	0,06	8,30		1,86	27,90	39,40	16,60	0,62
268	Котлеты из говядины	100/50	14,56	7,68	7,68	158,00	0,11	6,03	0,29	3,47	61,23	250,90	66,63	1,25
302	Каша гречневая рассыпчатая	200	3,08	4,22	20,64	135,07	0,14	18,16	-	0,14	36,97	86,60	27,75	1,01
342	Компот из свежих плодов	200	1,00		20,20	84,80	0,02	4,00	-	-	14,00	14,00	8,00	0,60
-	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,69	157,08	0,10	-	-	1,18	13,80	50,20	19,80	1,14
-	Хлеб ржаной	40	3,30	0,60	21,18	90,00	0,12	-	-	1,65	14,00	67,50	27,00	1,80
338	Фрукты свежие яблоки 1 шт	150	0,60	0,60	14,70	67,62	0,03	10,00	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20
	Итого за прием	950	28,79	17,60	125,36	774,77	0,59	48,94	0,29	8,31	192,40	534,60	181,78	8,87
	Итого за день		47,52	39,59	199,99	1317,33	0,92	50,80	29,71	9,24	498,50	875,81	262,72	12,05
	День №5 - завтрак													
3	Бутерброд с маслом сливочным	20/10/3 0	6,60	8,74	18,77	183,01	0,06	0,24	0,06	0,70	158,10	107,70	17,43	0,74

	"Крестьянским" МДЖ 72,5% и сыром(Российский)													
173	Каша вязкая молочная овсяная с маслом сливочным "Крестьянским" МДЖ 72,5% и сахаром	220/10	8,12	8,65	32,42	240,85	0,06	1,17	18,00	0,17	130,29	138,14	31,12	0,50
375	Чай с лимоном	200	1,52	1,35	15,90	81,00	0,04	1,33	0,01	0,04	126,60	92,80	15,40	0,41
-	Фрукты свежие	150	0,80	0,90	79,80	326,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого за прием	530	17,04	19,64	146,89	830,86	0,16	2,74	18,07	0,91	414,99	338,64	63,95	1,65
	День №5 -Обед													
71	Овощи натуральные свежие огурцы	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25
102	Суп картофельный с крупой	200	4,39	4,21	13,20	118,60	0,12	8,42	-	2,93	26,90	77,54	28,04	1,42
291	Плов из птицы	90/200	13,32	18,11	16	284,8	0,05	0,18	26,09	3,96	37,86	122,84	19,55	8,36
376	Чай с сахаром	200	4	4,24	24,55	152,4	0,08	0	0	0,9	15,6	100,9	21,6	1,7
389	Сок фруктовый, ягодный в индивидуальной упаковке	200	0,16	0,16	27,90	114,60	0,01	3,60	-	-	6,20	3,96	3,24	0,85
-	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,69	157,08	0,10	-	-	1,18	13,80	50,20	19,80	1,14
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	21,18	90,00	0,12	-	-	1,65	14,00	67,50	27,00	1,80
	Итого за прием	900	30,15	27,83	136,47	923,48	0,49	14,65	26,09	10,63	122,86	437,94	126,23	15,5 2
	Итого за день		47,19	47,47	283,36	1754,34	0,65	17,39	44,16	11,54	537,85	776,58	190,18	17,1 7
	День №6 -Завтрак													
180	Каша молочная гречневая с маслом сливочным "Крестьянским" МДЖ 72,5%	220/10	22,30	16,00	20,74	319,50	0,10	0,64	0,12	2,32	374,40	339,30	34,67	0,84
382	Какао с молоком	200	3,87	3,48	22,90	134,79	0,22	0,73	40,80	0,30	209,72	256,40	54,39	1,93
-	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,07	69,00	0,05	-	-	0,59	6,90	25,20	9,90	0,57
-	Мороженое пломбир 1 шт	90	4,60	11,20	25,00	219,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого за прием	538	33,05	30,95	82,71	742,29	0,37	1,37	40,92	3,21	591,02	620,90	98,96	3,34
	День №6 -Обед													
71	Овощи натуральные свежие помидоры	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25

96	Рассольник ленинградский	200	1,84	4,45	12,47	98,83	0,12	2,73	0,03	3,77	44,16	229,20	52,96	1,27
294	Котлеты рубленые из птицы с маслом сливочным	100/50	11,80	22,70	11,90	299,80	0,07	-	0,00	2,22	12,85	154,50	22,53	2,33
309	Макаронные изделия отварные	200	5,30	4,90	28,60	179,00	0,08	-	0,02	0,97	9,87	41,36	7,36	0,75
377	Чай с лимоном	200	1,00		20,20	84,80	0,02	4,00	-	-	14,00	14,00	8,00	0,60
	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,69	157,08	0,10	-	-	1,18	13,80	50,20	19,80	1,14
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	21,18	90,00	0,12	-	-	1,65	14,00	67,50	27,00	1,80
	Итого за прием	790	28,22	33,16	127,99	915,51	0,52	9,18	0,06	9,80	117,18	571,76	144,65	8,14
	Итого за день		61,27	64,11	210,70	1657,80	0,89	10,55	40,97	13,01	708,20	1192,66	243,61	11,48
	День №7 -Завтрак													
219	Сырники со сгущенным молоком	150/20	8,12	8,65	32,42	240,85	0,06	1,17	18,00	0,17	130,29	138,14	31,12	0,50
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00				11,10	2,80	1,40	0,28	0,06
3	Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянским" МДЖ 72,5%	20/30/10	2,28	0,27	14,07	69,00	0,05	-	-	0,59	6,90	25,20	9,90	0,57
338	Фрукты свежие бананы 1 шт	150	2,26	0,38	31,50	141,00	0,03	10,00	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20
	Итого за прием	600	12,73	9,32	92,99	510,85	0,14	11,17	18,00	11,86	155,99	175,74	50,30	3,33
	День №7 -Обед													
71	Овощи натуральные свежие огурцы	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25
102	Суп картофельный с бобовыми	200	2,84	3,67	15,03	111,40	0,08	4,60	16,80	0,06	26,72	57,80	20,30	0,94
298	Голубцы ленивые	200/30	14,56	7,68	7,68	158,00	0,11	6,03	0,29	3,47	61,23	250,90	66,63	1,25
312	Картофельное пюре	200	3,08	4,22	20,64	135,07	0,14	18,16	-	0,14	36,97	86,60	27,75	1,01
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	-	29,00	116,00	0,01	3,60	-	-	6,20	3,96	3,24	0,85
-	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,69	157,08	0,10	-	-	1,18	13,80	50,20	19,80	1,14
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	21,18	90,00	0,12	-	-	1,65	14,00	67,50	27,00	1,80
	Итого за прием	840	28,92	16,68	127,17	773,55	0,57	34,84	17,09	6,51	167,42	531,96	171,72	7,24
	Итого за день		41,65	26,00	220,16	1284,40	0,71	46,01	35,09	18,37	323,41	707,70	222,02	10,57

71	Овощи натуральные свежие огурцы	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25
101	Суп картофельный с рисовой крупой	200	4,39	4,21	13,20	118,60	0,12	8,42	-	2,93	26,90	77,54	28,04	1,42
279	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	100/50	8,82	9,8	11,16	167,82	0,06	0,48	39	4,36	27,95	98,26	19,5	0,81
303	Каша вязкая пшеничная	200	8,85	9,56	39,86	280	0,21	0	40	3,6	26,39	210,35	140,5	4,73
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	-	29,00	116,00	0,01	3,60	-	-	6,20	3,96	3,24	0,85
	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,69	157,08	0,10	-	-	1,18	13,80	50,20	19,80	1,14
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	14,12	72,00	0,09			1,32	11,20	54,00	27,00	1,44
	Итого за прием	980	29,84	24,56	140,98	917,50	0,61	14,95	79,00	13,40	120,94	509,31	245,08	10,64
	Итого за день		67,43	55,31	223,46	1673,69	0,92	16,07	119,90	18,38	562,56	1098,91	334,09	13,59
	День №10 -Завтрак													
181	Каша жидкая молочная из овсянной крупы с маслом сливочным "Крестьянским" МДЖ 72,5%	200/10	8,12	8,65	32,42	240,85	0,06	1,17	18,00	0,17	130,29	138,14	31,12	0,50
379	Кофейный напиток с молоком	200	0,07	0,02	15,00	60,00				11,10	2,80	1,40	0,28	0,06
-	Булочка с повидлом	75	3,04	0,36	18,76	92,00	0,04	-	-	0,67	8,00	26,00	5,60	0,44
389	Сок фруктовый, ягодный в индивидуальной упаковке	150	2,26	0,38	31,50	141,00	0,03	10,00	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20
	Итого за прием	600	13,49	9,41	97,68	533,85	0,13	11,17	18,00	11,94	157,09	176,54	46,00	3,20
	День №10 Обед													
71	Овощи натуральные свежие помидоры	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25
101	Суп картофельный с крупой	200	1,44	3,94	8,75	83,00	0,04	8,54	-	1,64	39,78	43,68	20,90	0,98
295	Битчек куриный	100/50	26,38	27,02	41,63	515,20	0,10	2,05		0,18	22,76	320,22	62,86	4,24
312	Картофельное пюре	200	0,16	-	29,00	116,00	0,01	3,60	-	-	6,20	3,96	3,24	0,85
376	Чай с сахаром	200	4,63	0,46	32,69	157,08	0,10	-	-	1,18	13,80	50,20	19,80	1,14

	Итого за прием	520	33,91	33,98	88,76	794,56	0,18	1,79	0,31	1,69	329,50	403,31	46,58	0,76
	День №12 -Обед													
71	Овощи натуральные свежие помидоры	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,27	3,99	7,32	76,20	0,06	8,30		1,86	27,90	39,40	16,60	0,62
279	Тефтели из говядины с соусом томатном	100/50	13,41	16,03	14,64	259,20	0,08	0,91	20,00	0,14	46,62	162,74	49,33	2,40
303	Каша вязкая пшеничная	200	5,30	4,90	28,60	179,00	0,08	-	0,02	0,97	9,87	41,36	7,36	0,75
342	Компот из свежих плодов	200	1,00		20,20	84,80	0,02	4,00	-	-	14,00	14,00	8,00	0,60
	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,69	157,08	0,10	-	-	1,18	13,80	50,20	19,80	1,14
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	14,12	72,00	0,09			1,32	11,20	54,00	27,00	1,44
	Итого за прием	830	28,60	25,91	118,52	834,28	0,45	15,66	20,02	5,48	131,89	376,70	135,09	7,20
	Итого за день		62,51	59,89	207,28	1628,84	0,63	17,45	20,33	7,17	461,39	780,01	181,67	7,96
	День № 13 -Завтрак													
3	Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянский" МДЖ 72,5% и сыром (Российским)	20/10/30	8,12	8,65	32,42	240,85	0,06	1,17	18,00	0,17	130,29	138,14	31,12	0,50
210	Омлет натуральный маслом сливочным "Крестьянским" МДЖ 72,5%	150/10	0,07	0,02	15,00	60,00				11,10	2,80	1,40	0,28	0,06
376	Чай с сахаром	200	2,28	0,27	14,07	69,00	0,05	-	-	0,59	6,90	25,20	9,90	0,57
	Кондитерское изделие	150	1,90	0,42	17,36	81,00	0,03	10,00	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20
	Итого за прием	600	12,37	9,36	78,85	450,85	0,14	11,17	18,00	11,86	155,99	175,74	50,30	3,33
	День №13 -Обед													
71	Овощи натуральные свежие огурцы	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25
82	Борщ с капустой и картофелем	200	2,84	3,67	15,03	111,40	0,08	4,60	16,80	0,06	26,72	57,80	20,30	0,94
291	Плов из птицы	90/200	12,24	23,52	12,37	310,40	0,08	0,83	73,12	0,12	44,43	78,03	17,12	1,36
376	Чай с сахаром	200	0,16	-	29,00	116,00	0,01	3,60	-	-	6,20	3,96	3,24	0,85
	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,69	157,08	0,10	-	-	1,18	13,80	50,20	19,80	1,14
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	14,12	72,00	0,09			1,32	11,20	54,00	27,00	1,44

	Итого за прием	790	25,51	44,66	117,06	985,88	0,49	28,13	134,92	2,76	152,17	350,32	127,79	7,03
	Итого за день		37,88	54,02	195,91	1436,73	0,63	39,30	152,92	14,62	308,16	526,06	178,09	10,36
	День №14 -Завтрак													
3	Бутерброд с маслом сливочным"Крестьянский м" МДЖ 72,5%	20/10	8,12	8,65	32,42	240,85	0,06	1,17	18,00	0,17	130,29	138,14	31,12	0,50
222	Пудинг из творога (запеченый) со сгущенным молоком	150/30	1,52	1,35	15,90	81,00	0,04	1,33	0,01	0,04	126,60	92,80	15,40	0,41
376	Чай с сахаром	200	4,40	2,30	45,30	220,00	0,06	0,24	0,06	0,70	158,10	107,70	17,43	0,74
	Кондитерское изделие													
	Итого за прием	500	14,04	12,30	93,62	541,85	0,16	2,74	18,07	0,91	414,99	338,64	63,95	1,65
	День №14-Обед													
71	Овощи натуральные свежие помидоры	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25
101	Суп картофельный с крупой	200	2,05	2,22	12,55	87,20	0,07	4,86		0,04	23,60	46,18	19,04	0,80
229	Рыба тушеная с овощами	100/50	13,68	8,62	10,86	140,00	0,11	3,77	42,50	0,12	54,50	216,00	40,50	1,50
312	Картофельное пюре	200	3,08	4,22	20,64	135,07	0,14	18,16	-	0,14	36,97	86,60	27,75	1,01
376	Чай с сахаром	200	0,16	-	29,00	116,00	0,01	3,60	-	-	6,20	3,96	3,24	0,85
-	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,69	157,08	0,10	-	-	1,18	13,80	50,20	19,80	1,14
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	21,18	90,00	0,12	-	-	1,65	14,00	67,50	27,00	1,80
	Итого за прием	860	27,25	16,17	127,87	731,35	0,56	32,84	42,50	3,14	157,57	485,44	144,33	7,35
	Итого за день		41,29	28,47	221,49	1273,20	0,72	35,58	60,57	4,05	572,56	824,08	208,28	9,00
	День №15 - Завтрак													
181	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным"Крестьянский м" МДЖ 72,5%	20/10	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45		0,01	8,50	15,00	7,00	0,25
382	Какао с молоком	200	15,90	27,10	16,80	380,00	0,14	1,40	244,00	0,48	126,00	242,60	30,20	2,60
410	Булочка сдобная	100	0,07	0,02	15,00	60,00				11,10	2,80	1,40	0,28	0,06
389	Сок фруктовый, ягодный в индивидуальной	200	3,04	0,36	18,76	92,00	0,04	-	-	0,67	8,00	26,00	5,60	0,44

	упаковке													
	Итого за прием	510	19,36	27,53	51,51	538,00	0,20	3,85	244,00	12,26	145,30	285,00	43,08	3,35
	День №15-Обед													
96	Рассольник ленинградский	200	2,69	4,39	16,30	117,06	0,12	2,73	0,03	3,77	44,16	229,20	52,96	1,27
295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	100/50	13,45	8,50	19,54	208,00	0,08	20,03	16,00	0,13	57,30	166,20	43,00	1,50
309	Макаронные изделия отварные	200	4,00	4,24	24,55	152,40	0,11			0,04	20,86	134,60	28,80	2,27
342	Компот из свежих плодов	200	1,00		20,20	84,80	0,02	4,00	-	-	14,00	14,00	8,00	0,60
	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,69	157,08	0,10	-	-	1,18	13,80	50,20	19,80	1,14
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	14,12	72,00	0,09			1,32	11,20	54,00	27,00	1,44
338	Фрукты свежие апельсин 1 шт	150	1,90	0,42	17,36	81,00	0,03	10,00	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20
	Итого за прием	980	30,31	18,49	144,76	872,34	0,55	36,76	16,03	6,44	177,32	659,20	188,56	10,42
	Итого за день		49,67	46,02	196,27	1410,34	0,75	40,61	260,03	18,70	322,62	944,20	231,64	13,77
	Итого за 15 дней		760,21	708,87	3311,20	22711,68	11,03	457,94	1421,35	183,14	7227,47	12807,37	3435,65	182,80
	В среднем за один день		50,7	47,3	220,7	1514,1	0,7	30,5	94,8	12,2	481,8	853,8	229,0	12,2