

УТВЕРЖДАЮ

ИП Козлов В.И.  
В.И. Козлов  
«01» февраля 2023 год



ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ  
( 10-ти дневное)  
ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЛЕНИНГРАДСКИЙ РАЙОН  
Сезон: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

Возраст : от 7 до 11 лет  
В том числе дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

Сезон: зима - весна  
 возрастная категория: 7-11 лет  
 понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 День 1 завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,76	3,56	3,08	47,60	115	2013
	ГУЛЯШ	80	11,88	11,88	2,47	164,19	260	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,61	2,95	29,43	162,75	309	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	14,72	59,25	376	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,16	9,54	45,59	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	109	2013
	ЯБЛОКО *	100	0,40	0,40	9,80	47,00	112	2013
<b>Итого за завтрак:</b>								
		590	20,55	19,19	75,72	561,18		
обед	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,78	3,21	13,13	89,01	96	2011
	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,95	3,06	4,94	52,58	47	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (БИТОЧКИ)	90	14,37	13,38	13,10	230,00	268	2011
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,20	4,40	25,50	150,00	324	2008
	СОК ВИШНЕВЫЙ	200	1,36	0,39	22,12	98,94	442	2008
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,59	0,27	16,70	79,78	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,36	10,02	52,20	109	2013
<b>Итого за обед:</b>								
		1355	25,24	25,07	105,51	752,51		
<b>Итого за день:</b>								
		1355	45,79	44,26	181,23	1313,69		

ЯБЛОКО \* - допускается выдача иных фруктов  
 МАНДАРИН \* - допускается выдача иных фруктов

Приним пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур	
			Белки	Жиры	Углеводы				
Неделя 1 День 2 завтрак	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	50	1,50	0,10	3,15	19,40	пр-пр-80	пр-пр-80	
	РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	90	9,83	3,64	3,71	87,81	229	2011	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	2,96	4,92	19,99	136,52	312	2011	
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	14	2011	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,58	0,00	32,36	131,73	349	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,85	0,19	11,93	56,99	108	2013	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	109	2013	
	<b>Итого за завтрак:</b>		<b>535</b>	<b>17,34</b>	<b>77,9</b>	<b>542,05</b>			
	обед	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,58	4,60	9,94	89,69	82	2011
		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,84	3,66	4,97	56,07	52	2011
КУЛЕШ С МЯСОМ ИЗ ПЕРЛОВОЙ КРУПЫ		190	14,32	13,01	20,30	255,46	203.1	2012	
КАКАО С МОЛОКОМ		200	3,75	3,01	24,42	141,00	382	2011	
ПЕЧЕНЬЕ		25	1,88	2,45	18,60	104,25	590	2013	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,22	0,23	14,32	68,39	108	2013	
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,66	0,30	8,35	43,50	109	2013	
МАНДАРИН *		100	0,80	0,20	7,50	38,00	112	2013	
<b>Итого за обед:</b>			<b>830</b>	<b>27,46</b>	<b>108,4</b>	<b>796,36</b>			
<b>Итого за день:</b>			<b>1365</b>	<b>45,14</b>	<b>186,3</b>	<b>1338,41</b>			

ЯБЛОКО \* -допускается выдача иных фруктов МАНДАРИН \* -допускается выдача иных фруктов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки	Жиры	Углеводы				
Неделя 1 День 3 завтрак	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с повидлом (115/40)	155	12,96	7,37	38,03	273,78	223	2011	
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	14	2011	
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0,00	36,40	15	2011	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,50	1,30	22,40	107,00	432	2008	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,85	0,19	11,93	56,99	108	2013	
	МАНДАРИН *	100	0,80	0,20	7,50	38,00	112	2013	
<b>Итого за завтрак:</b>		500	19,48	20,26	79,94	586,97			
обед	СУП С КРУПКОЙ И ТОМАТОМ	200	1,41	3,09	12,81	84,86	116	2011	
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЕЦ)	60	0,48	0,06	1,02	7,80	70	2011	
	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	17,23	21,99	18,15	339,83	309	2008	
	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО НАТУРАЛЬНОГО	200	0,69	0,19	41,88	172,72	358	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,96	0,31	19,09	91,18	108	2013	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,36	10,02	52,20	109	2013	
<b>Итого за обед:</b>		730	24,76	26,00	102,97	748,59			
<b>Итого за день:</b>		1230	44,24	46,26	182,91	1335,56			

ЯБЛОКО \* -допускается выдача иных фруктов МАНДАРИН \* -допускается выдача иных фруктов

Прием пищи период	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 День 4 завтрак	КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	40	1,20	0,08	2,52	15,52	пр.пр-во 316	2008
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	85	10,96	14,13	9,15	207,83	143	2011
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160	3,00	4,57	18,26	127,53	377	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,16	0,01	14,92	61,56	108	2013
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,85	0,19	11,93	56,99	109	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	530	18,49	19,22	63,46	504,23		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	200	2,56	4,61	14,01	107,69	113	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	0,66	0,00	1,44	8,40	70	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	90	14,08	15,69	5,26	226,68	250	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	5,13	5,74	25,07	172,81	184	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	200	0,97	0,00	24,64	106,70	442	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	112	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,22	0,23	14,32	68,39	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,36	10,02	52,20	109	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	860	28,01	27,03	104,56	789,87		
Итого за обед:		1060	30,57	31,64	118,57	897,56		
Итого за день:								

ЯБЛОКО \* -допускается выдача иных фруктов МАНДАРИН \* -допускается выдача иных фруктов

взрослой категории 1-1 лет

Период выдачи рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур	
			Белки	Жиры	Углеводы				
Неделя 1 День 5 завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	50	0,71	3,05	4,14	46,73	52	2011	
	ТЕФТЕЛИ (2-ОЙ ВАРИАНТ) 70/30 с соусом томатным с овощами	100	9,59	11,30	11,52	186,18	284	2008	
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	140	4,12	4,77	18,65	133,77	324	2008	
	СОК ВИШНЕВЫЙ	200	1,36	0,39	22,12	98,94	442	2008	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,85	0,19	11,93	56,99	108	2013	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	109	2013	
	ЯБЛОКО *	100	0,40	0,40	9,80	47,00	112	2013	
	<b>Итого за завтрак:</b>	635	19,35	20,34	84,84	604,41			
	Итого за обед:	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	1,02	4,07	7,63	71,34	102	2011
		ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	60	1,24	2,98	6,26	58,00	54	2011
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ		220	17,93	16,94	20,68	307,84	233	2011	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0,58	0,00	32,36	131,73	349	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,96	0,31	19,09	91,18	108	2013	
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,66	0,30	8,35	43,50	109	2013	
МАНДАРИН *		100	0,80	0,20	7,50	38,00	112	2013	
<b>Итого за обед:</b>		845	26,19	24,80	101,87	741,59			
<b>Итого за день:</b>		1480	46	45	187	1346			

ЯБЛОКО \* - допускается выдача иных фруктов МАНДАРИН \* - допускается выдача иных фруктов

	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
итого завтраки за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	558,0	19,19	19,27	76,37	559,77
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 20% от суточной нормы:		15,4	15,8	67	470
норма по СанПин 25% от суточной нормы:		19,25	19,75	83,75	587,5
выход норм в % соотношении за 5 дней		24,92	24,39	22,80	23,82

ИТОГО ОБЕД 30-35 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки за 5 дней(первая неделя) в среднем фактически:	806	26,25	26,07	104,66	765,78
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 30 % от суточной нормы:		23,1	23,7	100,5	705
норма по СанПин 35 % от суточной нормы:		26,95	27,65	117,25	822,5
выход норм в % соотношении за 5 дней		34,09	33,00	31,24	32,59

ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД= 50-60 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки за 5 дней(первая неделя) в среднем фактически:		42,26	42,42	171,14	1246,24
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 50% от суточной нормы:		38,5	39,5	167,5	1175
норма по СанПин 60% от суточной нормы:		46,2	47,4	201	1410
выход норм в % соотношении за 5 дней		54,88	53,70	51,09	53,03

Совокупный вес  
возрастной категории 7-11 лет  
по неделям

Приним пища	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2								
День 6								
завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,76	3,56	3,08	47,60	115	2013
	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ 80/20	100	11,50	12,15	10,00	194,68	271	2011
	КАША ПШЕНИЧНАЯ вязкая	145	3,99	3,65	24,93	148,44	184	2008
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ВИШНЯ)	200	0,31	0,08	18,63	78,23	342	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,85	0,19	11,93	56,99	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	109	2013
<b>Итого за завтрак:</b>		530	19,73	19,87	75,25	560,74		
обед	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	200	2,13	3,23	14,56	96,01	112	2011
	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,52	3,07	1,57	36,98	21	2011
	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	200	16,81	16,78	15,93	282,03	274	2012
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	590	2013
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	14,72	59,25	376	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,96	0,31	19,09	91,18	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,30	8,35	43,50	109	2013
	ЯБЛОКО *	120	0,48	0,48	11,76	56,40	112	2013
<b>Итого за обед:</b>		865	26,16	26,13	100,86	748,75		
<b>Итого за день:</b>		1395	45,89	46	176,11	1309,49		

ЯБЛОКО \* - допускается выдача иных фруктов МАНДАРИН \* - допускается выдача иных фруктов



Примечание	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы				
Неделя 7 День 7 завтрак	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ПОМИДОР)	50	0,55	0,00	1,20	7,00	70	2011	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	175	16,54	16,55	17,30	284,44	259	2011	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,58	0,00	32,36	131,73	349	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,85	0,19	11,93	56,99	108	2013	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	109	2013	
	МАНДАРИН *	80	0,64	0,16	6,00	30,40	112	2013	
<b>Итого за завтрак:</b>		550	21,48	17,14	75,47	545,36			
обед	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	200	4,72	2,08	20,24	119,20	93	2008	
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,14	5,34	4,62	71,40	115	2013	
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ( 70/20)	90	9,52	11,19	10,44	182,64	279	2011	
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	150	5,13	6,40	31,73	205,66	205	2011	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,50	1,30	22,40	107,00	432	2008	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,85	0,19	11,93	56,99	108	2013	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	109	2013	
	<b>Итого за обед:</b>	745	25,18	26,74	108,04	777,69			
	<b>Итого за день:</b>	1295	46,66	43,88	183,51	1323,05			

ЯБЛОКО \* -допускается выдача иных фруктов МАНДАРИН \* -допускается выдача иных фруктов

Период выдачи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборная рецептура	
Неделя 2 День В завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ ОТВАРНОЙ	50	0,71	3,05	4,14	46,73	52	2011	
	РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	90	9,83	3,64	3,71	87,81	229	2011	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	2,96	4,92	19,99	136,52	312	2011	
	МАСЛО(ПОРЦИОНАМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	14	2011	
	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО С САХАРОМ	200	0,69	0,19	38,01	157,24	359	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,85	0,19	11,93	56,99	108	2013	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	109	2013	
	<b>Итого за завтрак:</b>		<b>17,41</b>	<b>20,48</b>	<b>84,54</b>	<b>594,89</b>			
	обед	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,45	3,08	7,01	62,13	88	2011
		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,80	0,12	3,78	23,28	пр.пр-во	пр.пр-во
МЯСО ТУШЕНОЕ		90	13,97	15,99	2,47	209,74	256	2011	
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗАЯ		150	4,12	4,31	25,74	158,07	184	2008	
СОК АБРИКОСОВЫЙ		200	0,97	0,00	24,64	106,70	442	2008	
ЯБЛОКО *		120	0,48	0,48	11,76	56,40	112	2013	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,59	0,27	16,70	79,78	108	2013	
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,66	0,30	8,35	43,50	109	2013	
<b>Итого за обед:</b>		<b>880</b>	<b>27,04</b>	<b>24,55</b>	<b>100,45</b>	<b>739,60</b>			
<b>Итого за день:</b>		<b>1415</b>	<b>44,45</b>	<b>45,03</b>	<b>184,99</b>	<b>1334,49</b>			

ЯБЛОКО \* -допускается выдача иных фруктов МАНДАРИН \* -допускается выдача иных фруктов

Примечание	Наименование блюда	Наименование продукта				Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептура	Сборная рецептура		
		Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы						
Неделя 3 День 9 завтрак		ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (СУРЮЦ)	30	0,24	0,03	0,51	3,00	70	2011		
		КОЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОБЛЕРОВ ЦЫПЛЯТ	75	10,50	11,00	9,57	180,79	180,79	205	2011	
		РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,89	4,48	17,83	124,44	124,44	143	2011	
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	86,00	442	2008	
		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,88	2,45	18,60	104,25	104,25	590	2013	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,85	0,19	11,93	56,99	56,99	108	2013	
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	34,80	109	2013	
		Итого за завтрак:	525	19,68	18,67	84,92	590,67	590,67			
		обед		СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	2,56	4,61	14,01	107,69	113	2011
				САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,95	3,06	4,94	52,58	52,58	47
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200			20,77	24,63	35,58	447,07	447,07	311	2008	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200			0,16	0,01	14,92	61,56	61,56	377	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35			2,59	0,27	16,70	79,78	79,78	108	2013	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25			1,66	0,30	8,35	43,50	43,50	109	2013	
Итого за обед:	720			28,69	32,88	94,50	792,18	792,18			
Итого за день:	1245	48,37	51,55	179,42	1382,85	1382,85					

ЯБЛОКО \* -допускается выдача иных фруктов МАНДАРИН \* -допускается выдача иных фруктов

Валюты

Пример меню	Наименование блюда	Вес блюда	Блюда	Половые продукты	Углеводы	Витаминная ценность	№ рецептуры	Сборная рецептура
Виды 8 Доп. 10 заправ	ВАША ВЯЗКА "АРТЕМОВСКИЙ"	200	8,36	7,66	47,44	393,97	118	2008
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ (30/10) со соусом мясным	60	6,58	5,40	13,52	130,85	216	2012
	МАСЛО (ПОРЦИОННО)	10	0,05	0,25	0,08	74,00	14	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	14,72	59,25	176	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,16	9,54	45,59	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	109	2013
	СУП С КРУПОЙ	510	17,89	21,73	91,98	638,66		
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ПОМИДОРЫ)	200	1,49	4,20	9,79	83,04	115	2011
Итого за завтрак:	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (100/30) С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ (КОТЛЕТЫ)	60	0,66	0,00	1,44	8,40	70	2011
	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	100	14,06	11,19	17,92	232,56	234	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	3,23	10,58	22,66	203,34	142	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,58	0,00	32,36	131,73	349	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,59	0,27	16,70	79,78	108	2013
	МАНДАРИН *	25	1,66	0,30	8,35	43,50	109	2013
	Итого за обед:	100	0,80	0,20	7,50	38,00	112	2013
	Итого за день:	870	25,07	26,74	116,72	820,35		
		1380	42,96	48,47	208,7	1459,01		

ЯБЛОКО \* -допускается выдача иных фруктов. МАНДАРИН \* -допускается выдача иных фруктов

Прошито и скреплено  
печатью

В.И. Козлов

