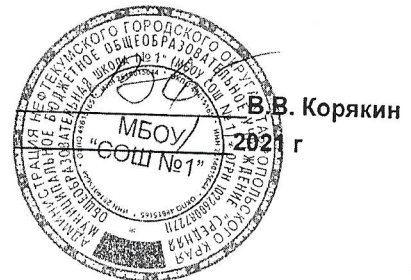


УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО "Веста"



СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ № 1
г.Нефтекумск



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
завтраков и обедов для детей-инвалидов и
детей с ограниченными возможностями здоровья - обучающихся 1- 4 кл.
на весенний период 2020-2021 учебного года
(бесплатное горячее питание за счёт средств бюджета Ставропольского края
и бюджета Нефтекумского городского округа Ставропольского края)

День: понедельник

Неделя: первая

Сезон: весенний

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ р/ц.	Приём пищи, наименован. блюда	Масса порц.	Пищевые. вещ-ва			Энерг.ц. (ккал)	Витамины (мг)							
			Б(г)	Ж(г)	У(г)		В 1	С	А	РР	Са	Mg	Р	Fe
Завтрак														
174/2017	Каша вязкая молочная из риса с м/с	200/10	5,6	6,64	40,7	244,96	0,01	1,14	20	0,61	60,3	34,36	105,7	0,48
377/2017	Чай с лимоном	200/7	0,13	0,02	15,2	61,5		2,83		0,03	14,2	2,4	4,4	0,36
15/2017	Сыр "Российский" (порциями)	15	3,48	4,43		53,79	0,00	0,1	39	0,03	132	5,25	75	0,15
14/2017	Масло сливочное 72,5% м.д.ж.	10	0,08	7,25	0,13	66,09	0,001		40	0,01	2,4		3	0,02
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,31	17,93	84,39	0,050			0,5	7,2	10,3	27,23	0,62
338/2017	Яблоко сезонное калиброванное	130	0,52	0,52	12,74	57,72	0,039	13		0,39	20,8	11,7	14,3	2,86
	Итого:		12,28	19,17	86,70	568,45	0,10	17,1	99,00	1,57	236,9	64,01	229,63	4,49
Обед														
70/2017	Овощи солёные (огурцы или помидоры)	60	0,5	0,1	1,5	8,90	0,01	6,0		0,24	6,00	9,00	21,00	0,48
102/2017	Суп картофельный с бобовыми	200	4,39	7,26	8,39	116,46	0,18	4,66		0,92	29,12	28,26	69,76	1,62
268/2017	Биточки из говядины	90	14	10,4	14,13	206,12	0,09	0,14	25,9	3,09	39,4	28,9	149,7	1,35
321/2017	Капуста тушеная	150	3,1	4,86	14,14	112,7	0,040	25,7		1,02	83,17	30,98	60,21	1,21
349/2017	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,02	27,77	113,02	0,020	0,4		0,14	31,82	4	15,4	1,25
	Хлеб пшеничный	20	1,65	0,2	11,95	56,2	0,030			0,33	4,8	6,87	18,22	0,41
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	51,24	0,050			0,21	10,5	14,1	47,4	1,17
	Итого:		26,06	23,2	87,9	664,64	0,42	36,9	25,9	5,95	204,8	122,1	381,69	7,49
	Итого за весь день		38,34	42,37	174,60	1233,1	0,52	54,0	124,9	7,52	441,7	186,1	611,3	12,0

День: вторник

Неделя: первая

Сезон: весенний

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва			Энерг.ц. (ккал)	Витамины (мг)							
			Б(г)	Ж(г)	У(г)		В 1	С	А	РР	Са	Mg	Р	Fe
Завтрак														
210/2017	Омлет натуральный	150	13,2	8,7	2,66	141,74	0,08	0,26	337	0,26	110,7	18,4	244,6	2,72
101/2004	Икра кабачковая	60	1,2	2,82	3,56	44,42	0,01	33,3		0,28	10,9	7,92	13,68	0,36
379/2017	Кофейный напиток с молоком	200	3,12	2,67	24,17	133,19	0,04	1,31	20	0,11	121,7	14	90	0,13
14/2017	Масло сливочное 72,5% м.д.ж.	10	0,08	7,25	0,13	66,09	0,001		40	0,01	2,4		3	0,02
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,31	17,93	84,39	0,050			0,5	7,2	10,3	27,23	0,62
	Итого:		20,07	21,75	48,45	469,83	0,18	34,9	397,0	1,16	252,9	50,62	378,5	3,85
Обед														
70/2017	Овощи солёные (огурцы или помидоры)	60	0,5	0,1	1,5	8,90	0,01	6,0		0,24	6,00	9,00	21,00	0,48
82/2017	Борщ из св. капусты с картофелем	200	1,86	4,53	11,9	95,81	0,04	8,24		0,46	35,5	20,2	42,58	0,95
227/2017	Рыба минтай припущенная	80	15,4	13,4	3,4	195,8	0,07	0,29	6,4	0,96	14,4	11,1	147,1	0,61
310/2017	Картофель отварной	150	2,9	4,3	23	142,3	0,15	21		1,56	14,64	29,33	79,7	1,15
648/2004	Кисель фруктовый	200	0,57	0,06	28,2	115,62	0	1,01		0,09	15,7	3,36	16,32	0,37
	Хлеб пшеничный	20	1,65	0,2	11,95	56,2	0,030			0,33	4,8	6,87	18,22	0,41
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	51,24	0,050			0,21	10,5	14,1	47,4	1,17
	Итого:		24,86	22,95	89,97	665,87	0,35	36,5	6,4	3,85	101,5	93,96	372,32	5,14
	Итого за весь день		44,93	44,70	138,42	1135,7	0,53	71,4	403,4	5,01	354,5	144,6	750,8	8,99

День: среда

Неделя: первая

Сезон: весенний

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва			Энерг.ц (ккал)	Витамины (мг)							
			Б(г)	Ж(г)	У(г)		В 1	С	А	РР	Са	Mg	Р	Fe
Завтрак														
204/2017	Макароны отварные с сыром	175/5/20	13,17	10,28	31,78	272,32	0,07	0,14	72	0,97	106	32,1	122,4	1,51
389/2017	Сок фруктовый (яблочный)	200	0,7	0,3	20,76	88,54	0,020	200	0,2	0,01	13,0	3,0	3,0	1,0
14/2017	Масло сливочное 72,5% м.д.ж.	10	0,08	7,25	0,13	66,09	0,001		40	0,01	2,4		3	0,02
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,31	17,93	84,39	0,050			0,5	7,2	10,3	27,23	0,62
338/2017	Яблоко сезонное калиброванное	130	0,52	0,52	12,74	57,72	0,039	13		0,39	20,8	11,7	14,3	2,86
	Итого:		16,94	18,66	83,34	569,06	0,18	213	112,2	1,88	149,4	57,10	169,93	6,01
Обед														
101/2017	Суп картофельный с рисом	200	1,58	2,19	11,66	72,67	0,08	6,6		0,85	18,44	20	50,04	0,7
294/2017	Котлета из птицы	90	13,89	14,75	14,2	245,11	0,07	0,47	27	3,6	35,21	17,7	106	0,97
321/2017	Капуста тушеная	50	1,03	1,62	4,72	37,58	0,02	8,58		0,33	27,7	10,33	20,06	0,1
302/2017	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	6,09	28,64	203,77	0,21		21	2,48	14,82	135,8	206,93	4,56
389/2017	Сок фруктовый (яблочный)	200	0,7	0,3	20,76	88,54	0,020	200	0,2	0,01	13,0	3,0	3,0	1,0
	Хлеб пшеничный	20	1,65	0,2	11,95	56,2	0,030			0,33	4,8	6,87	18,22	0,41
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	51,24	0,050			0,21	10,5	14,1	47,4	1,17
	Итого:		29,43	25,51	101,95	755,11	0,48	216	48,2	7,81	124,5	207,8	451,65	8,91
	Итого за весь день		46,37	44,17	185,29	1324,2	0,66	429	160,4	9,7	273,9	264,9	621,6	14,9

День: четверг

Неделя: первая

Сезон: весенний

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва			Энерг.ц (ккал)	Витамины (мг)							
			Б(г)	Ж(г)	У(г)		В 1	С	А	РР	Са	Mg	Р	Fe
Завтрак														
223/2017	Запеканка из творога	150	17,6	14,8	49	399,6	0,09	1,2	65,35	0,79	257,3	40,4	263,7	1,01
327/2017	Соус молочный (сладкий)	30	0,5	1,06	12,43	61,26	0,01	0,15	9,45	0,05	27,6	3,58	23,62	0,05
382/2017	Какао с молоком	200	4,2	3,62	21,28	134,5	0,05	1,6	24	0,17	152,9	22,26	127,9	0,55
14/2017	Масло сливочное 72,5% м.д.ж.	10	0,08	7,25	0,13	66,09	0,001		40	0,01	2,4		3	0,02
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,31	17,93	84,39	0,050			0,5	7,2	10,3	27,23	0,62
	Итого:		24,85	27,04	100,77	745,84	0,2	2,95	138,8	1,52	447,4	76,54	445,45	2,25
Обед														
70/2017	Овощи солёные (огурцы или помидоры)	60	0,5	0,1	1,5	8,90	0,01	6,0		0,24	6,00	9,00	21,00	0,48
88/2017	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,39	3,9	6,79	67,82	0,05	14,8		0,65	34,65	17,8	38,1	0,4
291/2017	Плов из птицы	90/200	26,1	23	53,5	525,40	0,07	1,3	60,5	5,11	56,9	59,9	251,3	2,8
342/2017	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	23,88	97,60	0,010	1,72		0,1	14,48	3,6	4,4	0,94
	Хлеб пшеничный	20	1,65	0,2	11,95	56,2	0,030			0,33	4,8	6,87	18,22	0,41
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	51,24	0,050			0,21	10,5	14,1	47,4	1,17
	Итого:		31,78	27,72	107,64	807,16	0,22	23,8	60,5	6,64	127,3	111,3	380,42	6,2
	Итого за весь день		56,63	54,76	208,41	1553,0	0,42	26,8	199,3	8,2	574,7	187,8	825,9	8,4

День: пятница

Неделя: первая

Сезон: весенний

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва			Энерг.ц (ккал)	Витамины (мг)				Ca	Mg	P	Fe
			Б(г)	Ж(г)	У(г)		В 1	С	А	РР				
Завтрак														
70/2017	Овощи солёные (огурцы или помидоры)	60	0,5	0,1	1,5	8,90	0,01	6,0		0,24	6,00	9,00	21,00	0,48
234/2017	Биточки рыбные из минтая	90	13,7	7	12	165,8	0,100	0,29	9	32,6	50,6	30,15	174,5	24,8
312/2017	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,44	137,2	0,14	18,2	25,5	1,36	36,98	27,75	86,6	1,01
377/2017	Чай с лимоном	200/7	0,13	0,02	15,2	61,5		2,83		0,03	14,2	2,4	4,4	0,36
14/2017	Масло сливочное 72,5% м.д.ж.	10	0,08	7,25	0,13	66,09	0,001		40	0,01	2,4		3	0,02
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,31	17,93	84,39	0,050			0,5	7,2	10,3	27,23	0,62
	Итого:		19,94	19,48	67,20	523,88	0,30	27,3	74,50	34,7	117,4	79,60	316,73	27,3
Обед														
52/2017	Свекла с растит/маслом	60	0,86	3,66	10,02	76,46	0,02	5,7		0,12	21,1	12,54	1,26	0,8
103/2017	Суп картофельный с макарон. издел.	200	2,15	2,27	13,71	83,87	0,088	6,6		0,94	19,68	21,6	53,32	0,86
290/2017	Птица тушеная с соусом томатным	90/50	13,4	11,4	3,95	172,00	0,07	0,6	48,4	4,51	63,1	26,9	155,5	1,99
302/2017	Каша пшеничная рассыпчатая	150	3,31	4,5	38,85	209,14	0,120		21	0,7	24,05	34,21	158,97	2,69
349/2017	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,02	27,77	113,02	0,020	0,4		0,14	31,82	4	15,4	1,25
	Хлеб пшеничный	20	1,65	0,2	11,95	56,2	0,030			0,33	4,8	6,87	18,22	0,41
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	51,24	0,050			0,21	10,5	14,1	47,4	1,17
	Итого:		23,79	22,41	116,27	761,93	0,4	13,3	69,4	6,95	175,1	120,2	450,07	9,17
	Итого за весь день		43,73	41,89	183,47	1285,8	0,70	40,6	143,9	41,7	292,4	199,8	766,8	36,5

День: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: весенний

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва			Энерг.ц (ккал)	Витамины (мг)				Ca	Mg	P	Fe
			Б(г)	Ж(г)	У(г)		В 1	С	А	РР				
Завтрак														
173/2017	Каша вязкая молочная из пшениной кр.с	200/10	5,67	5,28	32,55	200,4	0,04		20	0,46	10,7	7,9	38,6	0,47
15/2017	Сыр "Российский" (порциями)	15	3,48	4,43	0	53,79	0,00	0,1	39	0,03	132	5,25	75	0,15
377/2017	Чай с лимоном	200/7	0,13	0,02	15,2	61,5		2,83		0,03	14,2	2,4	4,4	0,36
14/2017	Масло сливочное 72,5% м.д.ж.	10	0,08	7,25	0,13	66,09	0,001		40	0,01	2,4		3	0,02
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,31	17,93	84,39	0,050			0,5	7,2	10,3	27,23	0,62
338/2017	Яблоко сезонное калибровнное	130	0,52	0,52	12,74	57,72	0,039	13		0,39	20,8	11,7	14,3	2,86
	Итого:		12,35	17,81	78,55	523,89	0,13	15,9	99,00	1,42	187,3	37,55	162,53	4,48
Обед														
75/2017	Икра свекольная	60	1,4	2,76	7,4	60,04	0	4,04		0,16	23	17,8	36,4	1
101/2017	Суп картофельный с рисом	200	1,58	2,19	11,66	72,67	0,08	6,6		0,8	18,40	20	50	0,7
268/2017	Шницель из говядины	90	8,91	12,6	9,3	186,24	0,09	0,14	25,9	3,09	39,4	28,9	149,7	1,35
203/2017	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,56	0,05		21	0,77	4,86	21,12	37,17	1,1
376/2017	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,02	15	60,98		0,03		0,02	11,3	1,47	2,83	0,32
	Хлеб пшеничный	20	1,65	0,2	11,95	56,2	0,030			0,33	4,8	6,87	18,22	0,41
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	51,24	0,050			0,21	10,5	14,1	47,4	1,17
	Итого:		21,24	22,65	91,78	655,93	0,3	10,8	46,9	5,38	112,3	110,3	341,72	6,05
	Итого за весь день		33,59	40,46	170,33	1179,8	0,43	26,7	145,9	6,8	299,6	147,8	504,3	10,5

День: вторник

Неделя: вторая

Сезон: весенний

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва			Энерг.ц (ккал)	Витамины (мг)							
			Б(г)	Ж(г)	У(г)		В 1	С	А	РР	Са	Mg	Р	Fe
Завтрак														
294/2017	Котлета из птицы	90	13,89	14,75	14,2	245,11	0,07	0,47	27	3,6	35,21	17,7	106	0,97
348/2011	Соус томатный	50	0,58	3,1	4	46,22	0,01	1,19	12	0,12	7,9	5,8	11,1	0,2
203/2017	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,56	0,05		21	0,77	4,86	21,12	37,17	1,1
382/2017	Какао с молоком	200	4,2	3,62	21,28	134,5	0,05	1,6	24	0,17	152,9	22,26	127,9	0,55
14/2017	Масло сливочное 72,5% м.д.ж.	10	0,08	7,25	0,13	66,09	0,001		40	0,01	2,4		3	0,02
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,31	17,93	84,39	0,050			0,5	7,2	10,3	27,23	0,62
	Итого:		26,74	33,55	83,99	744,87	0,23	3,26	124,0	5,17	210,5	77,18	312,40	3,46
Обед														
99/2017	Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,31	70,23	0,11	8,3		0,67	27,90	16,6	39,4	0,62
290/2017	Птица тушеная в соусе сметанном с том	90/50	16,3	14,79	5,13	218,83	0,070	3,04	54,9	5,06	58,3	22,1	136,8	1,47
302/2017	Каша перловая рассыпчатая	150	4,45	4,3	23,35	149,90	0,01			0,82	19,3	19	154,9	0,87
349/2017	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,02	27,77	113,02	0,020	0,4		0,14	31,82	4	15,4	1,25
	Хлеб пшеничный	20	1,65	0,2	11,95	56,2	0,030			0,33	4,8	6,87	18,22	0,41
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	51,24	0,050			0,21	10,5	14,1	47,4	1,17
	Итого:		26,09	23,66	85,53	659,42	0,29	11,7	54,9	7,23	152,6	82,67	412,12	5,79
	Итого за весь день		52,83	57,21	169,52	1404,3	0,52	15,0	178,9	12,4	363,1	159,9	724,5	9,3

День: среда

Неделя: вторая

Сезон: весенний

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва			Энерг.ц (ккал)	Витамины (мг)							
			Б(г)	Ж(г)	У(г)		В 1	С	А	РР	Са	Mg	Р	Fe
Завтрак														
173/2017	Каша вязкая молочная из пшеничной кр	200/10	5,43	4,23	38,27	212,87	0,08		20	0,45	16,7	22,1	103	1,76
389/2017	Сок фруктовый (яблочный)	200	0,7	0,3	20,76	88,54	0,020	200	0,2	0,01	13,0	3,0	3,0	1,0
14/2017	Сыр "Российский" (порциями)	15	3,48	4,43		53,79	0,00	0,1	39	0,03	132	5,25	75	0,15
15/2017	Масло сливочное 72,5% м.д.ж.	10	0,08	7,25	0,13	66,09	0,001		40	0,01	2,4		3	0,02
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,31	17,93	84,39	0,050			0,5	7,2	10,3	27,23	0,62
	Итого:		12,16	16,52	77,09	505,68	0,15	200	99,2	1,00	171,3	40,65	211,23	3,55
Обед														
49/2017	Овощи свежие, горош.зелён с масл.р	60	0,72	1,98	7,02	48,78	0,012	9,6		0,32	26,8	7,9	14,84	0,32
102/2017	Суп картофельный с бобовыми	200	4,39	7,26	8,39	116,46	0,18	4,66		0,92	29,12	28,26	69,76	1,62
278/2017	Тефтели из говядины	90/50	12,57	11,13	13,05	202,65	0,06	0,91	43,2	2,12	35,6	23,3	112,5	1,1
305/2017	Рис припущенный	150	4,64	5,29	36,67	212,85	0,02		21	0,67	2,42	19	60,6	0,51
342/2017	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	23,88	97,60	0,010	1,72		0,1	14,48	3,6	4,4	0,94
	Хлеб пшеничный	20	1,65	0,2	11,95	56,2	0,030			0,33	4,8	6,87	18,22	0,41
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	51,24	0,050			0,21	10,5	14,1	47,4	1,17
	Итого:		26,11	26,38	110,98	785,78	0,36	16,9	64,2	4,67	123,7	103	327,72	6,07
	Итого за весь день		38,27	42,90	188,07	1291,5	0,5	217	163,4	5,7	295,0	143,7	539,0	9,6

День: четверг

Неделя: вторая

Сезон: весенний

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва			Энерг.ц (ккал)	Витамины (мг)				Ca	Mg	P	Fe
			Б(г)	Ж(г)	У(г)		В 1	С	А	PP				
Завтрак														
70/2017	Овощи солёные (огурцы или помидоры)	40	0,48	0,06	1,02	6,54	0,00	2,1		0,06	13,8	8,4	14,4	0,36
291/2017	Плов из птицы	90/200	26,1	23	53,5	525,40	0,07	1,3	60,5	5,11	56,9	59,9	251,3	2,8
376/2017	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,02	15	60,98		0,03		0,02	11,3	1,47	2,83	0,32
14/2017	Масло сливочное 72,5% м.д.ж.	10	0,08	7,25	0,13	66,09	0,001		40	0,01	2,4		3	0,02
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,31	17,93	84,39	0,050			0,5	7,2	10,3	27,23	0,62
338/2017	Яблоко сезонное калибровнное	130	0,52	0,52	12,74	57,72	0,039	13		0,39	20,8	11,7	14,3	2,86
	Итого:		29,85	31,16	100,32	801,12	0,16	16,4	100,5	6,09	112,4	91,77	313,06	6,98
Обед														
70/2017	Овощи солёные (огурцы или помидоры)	60	0,72	1,98	7,02	48,78	0,012	9,6		0,32	26,8	7,9	14,84	0,32
82/2017	Борщ из св. капусты с картофелем	200	1,86	4,53	11,9	95,81	0,04	8,24		0,46	35,5	20,2	42,58	0,95
289/2017	Рагу из птицы	90/200	23,06	19,17	27,36	374,21	0,01	21	37,8	8,1	51,4	64,8	248,6	3,26
349/2017	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,02	27,77	113,02	0,020	0,4		0,14	31,82	4	15,4	1,25
	Хлеб пшеничный	20	1,65	0,2	11,95	56,2	0,030			0,33	4,8	6,87	18,22	0,41
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	51,24	0,050			0,21	10,5	14,1	47,4	1,17
	Итого:		29,71	26,26	96,02	739,26	0,16	39,3	37,8	9,56	160,8	117,9	387,04	7,36
	Итого за весь день		59,56	57,42	196,34	1540,4	0,32	55,7	138,3	15,7	273,2	209,6	700,10	14,3

День: пятница

Неделя: вторая

Сезон: весенний

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва			Энерг.ц (ккал)	Витамины (мг)				Ca	Mg	P	Fe
			Б(г)	Ж(г)	У(г)		В 1	С	А	PP				
Завтрак														
268/2017	Котлета из говядины	90	14	10,4	14,13	206,12	0,09	0,14	25,9	3,09	39,4	28,9	149,7	1,35
348/2011	Соус томатный	50	0,58	3,1	4	46,22	0,01	1,19	12	0,12	7,9	5,8	11,1	0,2
302/2017	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	6,09	28,64	203,77	0,21		21	2,48	14,82	135,8	206,93	4,56
321/2017	Капуста тушеная	50	1,03	1,62	4,72	37,58	0,02	8,58		0,33	27,7	10,33	20,06	0,1
389/2017	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,2	84,8	0,02	4		0,2	14	8	14	2,8
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,31	17,93	84,39	0,050			0,5	7,2	10,3	27,23	0,62
	Итого:		27,68	21,52	89,62	662,88	0,40	14	58,90	6,72	111,0	199,2	429,02	9,6
Обед														
101/2004	Икра кабачковая	60	1,2	2,82	3,56	44,42	0,01	33,3		0,28	10,9	7,92	13,68	0,36
96/2017	Рассольник ленинградский	200	1,68	4,09	13,27	96,61	0,07	6,03		0,86	21,2	20,7	57,6	0,8
294/2017	Биточки из птицы	90	13,89	14,75	14,2	245,11	0,07	0,47	27	3,6	35,21	17,7	106	0,97
203/2017	Вермишель отварная	150	5,52	4,52	26,45	168,56	0,05		21	0,77	4,86	21,12	37,17	1,1
349/2017	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,02	27,77	113,02	0,020	0,4		0,14	31,82	4	15,4	1,25
	Хлеб пшеничный	20	1,65	0,2	11,95	56,2	0,030			0,33	4,8	6,87	18,22	0,41
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	51,24	0,050			0,21	10,5	14,1	47,4	1,17
	Итого:		24,38	26,4	97,2	723,92	0,25	40,2	48	5,98	108,8	78,31	248,07	4,89
	Итого за весь день		52,06	47,92	186,82	1386,8	0,65	54	106,9	12,7	219,8	277,5	677,1	14,5

