

Школа

ГКОУ ВО "Гусь-Хрустальная специальная (коррекционная)  
общеобразовательная школа-интернат"

Утвердил: должность директор

## Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

фамилия Бугрова Татьяна Александровна

Возрастная категория

7-11 лет (Отд./корп. с.Дубасово)

дата

1	9	2024
день	месяц	год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша пшенная вязкая молочная	180	6,83	9,36	25,38	213,20
			гор.напиток	Какао с молоком	200	4,74	4,92	17,30	132,38
			хлеб пш.	Бутерброд с маслом сливочным	60	3,85	9,50	26,32	208,90
			<i>итого</i>		440	15,42	23,78	69,00	554,48
1	1	Завтрак 2	фрукт	Фрукт (груша)	200	0,80	0,60	26,00	94,00
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,92
			хлеб пш.	Бутерброд с сыром	39	6,16	6,58	10,50	128,00
			<i>итого</i>		439	6,96	7,18	46,49	261,92
1	1	Обед	закуска	Салат из моркови с яблоком	100	1,12	5,15	9,48	90,33
			1 блюдо	Щи из св. капусты, картофеля с курицей со сметаной	235	9,48	11,26	14,35	197,83
			2 блюдо	Плов с отварной говядины	185	15,78	14,85	24,36	294,27
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	12,16	48,24
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			<i>итого</i>		790	31,36	32,72	92,50	793,47
1	1	Полдник	хлеб пш.	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,68	10,50	55,20
			кисломол.	Кисломолочный продукт (йогурт)	150	4,35	3,75	16,50	117,00
			гор.блюдо	Пудинг творожный с повидлом	130	20,19	21,50	13,01	326,43
			<i>итого</i>		300	26,06	25,93	40,01	498,63
1	1	Ужин	гор.блюдо	Рыба тушеная в томате с овощами	75	11,04	3,37	5,37	96,76
			гарнир	Картофельное пюре	180	5,64	7,10	41,74	254,05
			напиток	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			закуска	Салат из свежих огурцов и помидор	100	0,55	5,06	2,13	56,70
			яйцо	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,80
			<i>итого</i>		665	28,23	21,79	101,87	725,11
1	1	<b>Итого за день:</b>			<b>2634</b>	<b>108,03</b>	<b>111,40</b>	<b>349,87</b>	<b>2833,61</b>
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Каша рисовая вязкая молочная	180	6,03	9,10	26,68	212,80

			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	4,62	4,81	18,81	137,04
			хлеб пш.	Бутерброд с маслом сливочным	60	3,85	9,50	26,32	208,90
			<i>итого</i>		440	14,50	23,41	71,81	558,74
1	2	Завтрак 2	напиток	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			хлеб пш.	Бутерброд с повидлом	40	1,60	0,68	23,50	105,20
			яйцо	Яйцо варенное	40	5,08	4,60	0,28	62,80
			<i>итого</i>		280	7,68	5,48	43,98	260,00
1	2	Обед	закуска	Салат из свеклы с соленым огурцом	100	1,52	5,10	7,94	84,60
			1 блюдо	Суп картофельный с крупой с курицей	225	9,54	11,30	16,43	209,07
			2 блюдо	Рыба запеченная в молочном соусе	80	12,88	4,84	6,00	119,49
			гарнир	Макароны отварные с маслом сливочным	138	3,16	6,57	20,97	157,82
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	12,16	48,24
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			<i>итого</i>		813	32,08	29,27	95,65	782,02
1	2	Полдник	кисломол.	Кисломолочный продукт (ряженка)	150	4,50	6,00	11,29	117,45
			мучн.издел.	Булочка с повидлом	125	8,17	7,45	67,86	367,92
			<i>итого</i>		275	12,67	13,45	79,15	485,37
1	2	Ужин	гор.блюдо	Капуста тушеная с мясом	200	17,23	16,92	12,54	272,68
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,92
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			фрукт	Фрукт (банан)	200	3,00	1,00	42,00	192,00
			<i>итого</i>		470	25,15	19,38	96,68	667,40
1	2	<b>Итого за день:</b>			<b>2278</b>	<b>92,08</b>	<b>90,99</b>	<b>387,27</b>	<b>2753,53</b>
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев	180	6,99	9,94	24,44	215,20
			гор.напиток	Какао с молоком	200	4,74	4,92	17,30	132,38
			хлеб пш.	Бутерброд с маслом сливочным	60	3,85	9,50	26,32	208,90
			<i>итого</i>		440	15,58	24,36	68,06	556,48
1	3	Завтрак 2	гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,92
			хлеб пш.	Бутерброд горячий с сыром	39	6,16	6,58	10,50	128,00
			фрукт	Фрукт (груша)	200	0,80	0,60	20,60	94,00
			<i>итого</i>		439	6,96	7,18	41,09	261,92
1	3	Обед	закуска	Салат из капусты белокочанной	100	1,57	5,10	7,00	81,18
			1 блюдо	Суп гороховый с курицей	225	15,54	10,35	32,24	284,57

			2 блюдо	Тефтели из говядины	80	13,92	14,56	6,07	211,27
			гарнир	Рис отварной	138	2,29	6,84	21,96	158,72
			соус	Соус красный основной	30	1,35	2,48	9,30	65,50
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	12,16	48,24
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			<i>итого</i>		843	39,65	40,79	120,88	1012,28
1	3	Полдник	хлеб пш.	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,68	10,50	55,20
			гор.блюдо	Запеканка из творога с повидлом	125	19,47	13,10	24,89	292,98
			кисломол.	Кисломолочный продукт (йогурт)	150	4,35	3,75	16,50	117,00
			<i>итого</i>		295	25,34	17,53	51,89	465,18
1	3	Ужин	гор.блюдо	Запеканка картофельная с печенью говяжей	230	24,37	13,81	38,33	376,68
			напиток	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			яйцо	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,80
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			закуска	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,96	0,13	9,15	46,10
			<i>итого</i>		640	37,33	20,20	100,11	740,38
1	3	<b>Итого за день:</b>			<b>2657</b>	<b>124,86</b>	<b>110,06</b>	<b>382,03</b>	<b>3036,24</b>
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Каша манная жидкая молочная	180	6,59	8,90	26,20	211,40
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	4,62	4,81	18,81	137,04
			хлеб пш.	Бутерброд с маслом сливочным	60	3,85	9,50	26,32	208,90
			<i>итого</i>		440	15,06	23,21	71,33	557,34
1	4	Завтрак 2	гор.напиток	Кисель концентрированный плодово-ягодный	200	0,00	0,00	2,61	10,41
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,68	10,50	55,20
			<i>итого</i>		220	1,52	0,68	13,11	65,61
1	4	Обед	закуска	Салат из свеклы	100	1,58	5,10	8,66	87,45
			1 блюдо	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	235	14,17	4,26	27,34	205,17
			2 блюдо	Гуляш мясной	75	14,29	14,33	6,94	214,07
			гарнир	Каша гречневая	138	3,83	7,24	17,19	149,12
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	12,16	48,24
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,66	24,60	120,00
			<i>итого</i>		818	38,85	32,61	112,64	906,85
1	4	Полдник	хлеб пш.	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,68	10,50	55,20
			кисломол.	Кисломолочный продукт (ряженка)	150	4,50	6,00	11,29	117,45

			фрукты	Фрукт (банан)	200	3,00	1,00	42,00	192,00
			<i>итого</i>		370	9,02	7,68	63,79	364,65
1	4	Ужин	гор.блюдо	Овощное рагу с курицей	195	10,68	12,31	18,05	227,88
			яйцо	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,80
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,92
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			<i>итого</i>		505	20,68	18,37	60,47	493,40
1	4	<b>Итого за день:</b>			<b>2353</b>	<b>85,13</b>	<b>82,55</b>	<b>321,34</b>	<b>2387,85</b>
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	180	7,05	9,36	23,50	206,40
			гор.напиток	Какао с молоком	200	4,74	4,92	17,30	132,38
			хлеб пш.	Бутерброд с маслом сливочным	60	3,85	9,50	26,32	208,90
			<i>итого</i>		440	15,64	23,78	67,12	547,68
1	5	Завтрак 2	гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,92
			хлеб пш.	Бутерброд с сыром	39	6,16	6,58	10,50	128,00
			фрукт	Фрукт (яблоко)	200	0,80	0,80	19,60	94,00
			<i>итого</i>		439	6,96	7,38	40,09	261,92
1	5	Обед	закуска	Салат витаминный	100	1,57	5,10	7,00	81,18
			1 блюдо	Суп картофельный с курицей	225	9,02	9,97	21,46	211,87
			2 блюдо	Котлета мясная из говядины	75	13,92	14,56	6,07	211,27
			гарнир	Макароны отварные с маслом сливочным	138	3,16	6,57	20,97	157,82
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	12,16	48,24
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			<i>итого</i>		808	32,65	37,66	99,81	873,18
1	5	Полдник	хлеб пш.	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,68	10,50	55,20
			гор.блюдо	Запеканка из творога со сметаной	125	19,91	16,10	12,61	274,98
			кисломол.	Кисломолочный продукт (йогурт)	150	4,35	3,75	16,50	117,00
			<i>итого</i>		295	25,78	20,53	39,61	447,18
1	5	Ужин	гор.блюдо	Биточки рыбные	75	11,74	3,46	6,12	103,05
			гарнир	Картофельное пюре	180	5,64	7,10	41,74	254,05
			закуска	Салат из соленых огурцов с луком	100	1,58	5,10	8,66	87,45
			напиток	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			яйцо	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,80
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00

			<i>итого</i>		665	29,96	21,92	109,15	762,15
1	5	<b>Итого за день:</b>			<b>2647</b>	<b>110,99</b>	<b>111,27</b>	<b>355,78</b>	<b>2892,11</b>
1	6	Завтрак	гор.блюдо	Суп молочный с макаронными изделиями	180	6,61	8,92	26,02	212,20
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	4,62	4,81	18,81	137,04
			хлеб пшен.	Бутерброд с маслом сливочным	60	3,85	9,50	26,32	208,90
			<i>итого</i>		440	15,08	23,23	71,15	558,14
1	6	Завтрак 2	напиток	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			конд.издел	Кондитерские изделия (вафля)	35	1,37	10,71	21,88	189,70
			хлеб пшен.	Бутерброд с повидлом	40	1,60	0,68	23,50	105,20
			<i>итого</i>		275	3,97	11,59	65,58	386,90
1	6	Обед	закуска	Салат из свежих помидор и огурцов	100	0,55	5,06	2,13	56,70
			1 блюдо	Борщ с капустой,картофелем,курицей со сметаной	235	9,79	11,29	17,72	212,47
			2 блюдо	Поджарка мясная	65	13,60	14,26	2,81	194,02
			гарнир	Рис отварной	138	2,29	6,84	21,96	158,72
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	12,16	48,24
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			<i>итого</i>		808	31,21	38,91	88,93	832,95
1	6	Полдник	хлеб пш.	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,68	10,50	55,20
			кисломол.	Кисломолочный продукт (ряженка)	150	4,50	6,00	11,29	117,45
			гор.блюдо	Омлет натуральный	68	0,93	4,86	1,45	53,33
			<i>итого</i>		238	6,95	11,54	23,24	225,98
1	6	Ужин	закуска	Сельдь рубленая	60	12,88	9,24	0,00	130,20
			гарнир	Картофельное пюре	180	5,64	7,10	41,74	254,05
			фрукт	Фрукт (апельсин)	200	1,80	0,40	16,20	86,00
			напиток	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,92
			хлеб пшен.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			<i>итого</i>		710	25,24	18,20	100,08	672,97
1	6	<b>Итого за день:</b>			<b>2471</b>	<b>82,45</b>	<b>103,47</b>	<b>348,98</b>	<b>2676,94</b>
1	7	Завтрак	гор.блюдо	Каша пшеничная вязкая молочная	180	6,83	9,36	25,38	213,20
			гор.напиток	Какао с молоком	200	4,74	4,92	17,30	132,38
			хлеб пш.	Бутерброд с маслом сливочным	60	3,85	9,50	26,32	208,90

			<i>итого</i>		440	15,42	23,78	69,00	554,48
1	7	Завтрак 2	фрукты	Фрукт (яблоко)	200	0,80	0,80	19,60	94,00
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,92
			хлеб пш.	Бутерброд горячий с сыром	39	6,16	6,28	10,50	128,00
			<i>итого</i>		439	6,96	7,08	40,09	261,92
1	7	Обед	1 блюдо	Рассольник "Ленинградский" с курицей со сметаной	235	9,64	11,45	22,23	233,57
			2 блюдо	Капуста тушеная с мясом	200	17,23	16,92	12,25	272,68
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	12,16	48,24
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			<i>итого</i>		705	31,85	29,83	78,79	717,29
1	7	Полдник	гор.блюдо	Пудинг из творога с повидлом	130	20,19	21,50	13,01	326,43
			кисломол.	Кисломолочный продукт (йогурт)	150	4,35	3,75	16,50	117,00
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,68	10,50	55,20
			<i>итого</i>		300	26,06	25,93	40,01	498,63
1	7	Ужин	гор.блюдо	Рыба запеченая под молочным соусом	75	12,88	4,84	6,00	119,49
			гарнир	Картофельное пюре	180	5,64	7,10	41,74	254,05
			напиток	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			конд.изд.	Кондитерские изделия (конфета)	35	0,88	3,15	26,95	140,00
			закуска	Икра свекольная	100	1,58	5,10	8,66	87,45
			<i>итого</i>		660	26,90	21,85	135,70	855,79
1	7	<b>Итого за день:</b>			<b>2544</b>	<b>107,19</b>	<b>108,47</b>	<b>363,59</b>	<b>2888,11</b>
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев	180	6,99	9,94	24,44	215,20
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	4,62	4,81	18,81	137,04
			хлеб пш.	Бутерброд с маслом сливочным	60	3,85	9,50	26,32	208,90
			<i>итого</i>		440	15,46	24,25	69,57	561,14
2	1	Завтрак 2	напиток	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			хлеб пш.	Бутерброд с повидлом	40	1,60	0,68	23,50	105,20
			<i>итого</i>		240	2,60	0,88	43,70	197,20
2	1	Обед	закуска	Салат из моркови с яблоком	100	1,12	5,15	9,48	90,33
			1 блюдо	Свекольник с курицей со сметаной	235	9,87	11,39	22,46	232,07
			2 блюдо	Рыба жареная	45	10,84	3,35	3,53	87,47

			гарнир	Макаронны отварные с маслом сливочным	138	3,16	6,57	20,97	157,82
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	12,16	48,24
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			<i>итого</i>		788	29,97	27,92	100,75	778,73
2	1	Полдник	хлеб пш.	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,68	10,50	55,20
			гор.блюдо	Омлет с сыром	85	3,25	7,81	1,45	89,73
			кисломол.	Кисломолочный продукт (ряженка)	150	4,50	6,00	11,29	117,45
			<i>итого</i>		255	9,27	14,49	23,24	262,38
2	1	Ужин	гор.блюдо	Овощи в молочном соусе с мясом говядины	220	17,85	15,16	16,27	274,74
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,92
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			фрукт	Фрукт (груша)	200	0,80	0,60	20,60	94,00
			<i>итого</i>		690	23,57	17,22	79,01	571,46
2	1	<b>Итого за день:</b>			<b>2413</b>	<b>80,87</b>	<b>84,76</b>	<b>316,27</b>	<b>2370,91</b>
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Каша рисовая вязкая молочная	180	6,03	9,10	26,68	212,80
			гор.напиток	Какао с молоком	200	4,74	4,92	17,30	132,38
			хлеб пш.	Бутерброд с маслом сливочным	60	3,85	9,50	26,32	208,90
			<i>итого</i>		440	14,62	23,52	70,30	554,08
2	2	Завтрак 2	гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,92
			хлеб пш.	Бутерброд с сыром	39	6,16	6,58	10,50	128,00
			яйцо	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80
			<i>итого</i>		279	11,24	11,18	20,77	230,72
2	2	Обед	закуска	Салат из сырых овощей	100	1,57	5,10	7,00	81,18
			1 блюдо	Суп с макаронными изделиями,картофелем и курицей	225	9,68	9,98	24,78	228,57
			2 блюдо	Печень по строгановски	100	22,72	15,55	10,39	273,65
			гарнир	Каша гречневая	138	3,83	7,24	17,19	149,12
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	12,16	48,24
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			<i>итого</i>		833	42,78	39,33	103,67	943,56
2	2	Полдник	хлеб пш.	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,68	10,50	55,20
			гор.блюдо	Запеканка из творога с повидлом	125	19,47	13,10	24,89	292,98
			кисломол.	Кисломолочный продукт (йогурт)	150	4,35	3,75	16,50	117,00

			<i>итого</i>		295	25,34	17,53	51,89	465,18
2	2	Ужин	закуска	Сельдь соленая с луком	65	10,03	12,71	0,69	156,95
			гарнир	Картофельное пюре	180	5,64	7,10	41,74	254,05
			напиток	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			фрукт	Фрукт (апельсин)	200	1,80	0,40	16,20	86,00
			<i>итого</i>		715	23,39	21,87	110,98	751,80
2	2	<b>Итого за день:</b>			<b>2562</b>	<b>117,37</b>	<b>113,43</b>	<b>357,61</b>	<b>2945,34</b>
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша манная жидкая молочная	180	6,59	8,90	26,20	211,40
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	4,62	4,81	18,81	137,04
			хлеб пш.	Бутерброд с маслом сливочным	60	3,85	9,50	26,32	208,90
			<i>итого</i>		440	15,06	23,21	71,33	557,34
2	3	Завтрак 2	фрукт	Фрукт (яблоко)	200	0,80	0,80	19,60	94,00
			напиток	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			хлеб пш.	Бутерброд с повидлом	40	1,60	0,68	23,50	105,20
			<i>итого</i>		440	3,40	1,68	63,30	291,20
2	3	Обед	закуска	Салат витаминный	100	1,57	5,10	7,00	81,18
			1 блюдо	Суп крестьянский с крупой и курицей со сметаной	235	9,54	11,30	16,43	209,07
			2 блюдо	Голубцы ленивые	180	16,08	14,72	21,30	282,37
			соус	Соус красный основной	30	1,35	2,48	9,30	65,50
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	12,16	48,24
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			<i>итого</i>		815	33,52	35,06	98,34	849,16
2	3	Полдник	хлеб пш.	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,68	10,50	55,20
			гор.блюдо	Омлет натуральный	68	0,93	4,86	1,45	53,33
			кисломол.	Кисломолочный продукт (ряженка)	150	4,50	6,00	11,29	117,45
			<i>итого</i>		238	6,95	11,54	23,24	225,98
2	3	Ужин	гор.блюдо	Котлета рыбная	75	11,74	3,46	6,12	103,05
			гарнир	Макароны отварные с маслом сливочным	138	3,16	6,57	20,97	157,82
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,92
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			закуска	Икра свекольная	100	1,58	5,10	8,66	87,45
			<i>итого</i>		583	21,40	16,59	77,89	551,04

2	3	<b>Итого за день:</b>		<b>2516</b>	<b>80,33</b>	<b>88,08</b>	<b>334,10</b>	<b>2474,72</b>	
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Каша пшеничная вязкая молочная	180	6,83	9,36	25,38	213,20
			гор.напиток	Какао с молоком	200	4,74	4,92	17,30	132,38
			хлеб пш.	Бутерброд с маслом сливочным	60	3,85	9,50	26,32	208,90
			<i>итого</i>		440	15,42	23,78	69,00	554,48
2	4	Завтрак 2	фрукты	Фрукт (банан)	200	3,00	1,00	42,00	192,00
			гор.напиток	Кисель концентрированный плодово-ягодный	200	0,00	0,00	2,61	10,41
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,68	10,50	55,20
			<i>итого</i>		420	4,52	1,68	55,11	257,61
2	4	Обед	закуска	Салат из сырых овощей	100	1,57	5,10	7,00	81,18
			1 блюдо	Щи из св. капусты, картофелем на мясном бульене со сметаной	210	4,18	5,14	17,88	123,32
			2 блюдо	Запеканка рисовая фаршированная мясом отварным	180	15,45	20,78	22,77	335,30
			сосус	Соус красный основной	30	1,35	2,48	9,30	65,50
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	12,16	48,24
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			<i>итого</i>		790	27,53	34,96	101,26	816,34
2	4	Полдник	муч.изделие	Сдоба обыкновенная	125	8,05	7,45	50,36	300,90
			кисломол.	Кисломолочный продукт (йогурт)	150	4,35	3,75	16,50	117,00
			<i>итого</i>		275	12,40	11,20	66,86	417,90
2	4	Ужин	гор.блюдо	Жаркое по домашнему с курицей	195	10,92	12,76	35,11	299,63
			напиток	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			закуска	Салат из свежих огурцов и помидор	100	0,55	5,06	2,13	56,70
			яйцо	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,80
			<i>итого</i>		605	22,47	24,08	89,87	673,93
2	4	<b>Итого за день:</b>		<b>2530</b>	<b>82,34</b>	<b>95,70</b>	<b>382,10</b>	<b>2720,26</b>	
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша рисовая вязкая молочная	180	6,03	9,10	26,68	212,80
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	4,62	4,81	18,81	137,04
			хлеб пш.	Бутерброд с маслом сливочным	60	3,85	9,50	26,32	208,90
			<i>итого</i>		440	14,50	23,41	71,81	558,74
2	5	Завтрак 2	фрукты	Фрукт (яблоко)	200	0,80	0,80	19,60	94,00
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,92
			хлеб пш.	Бутерброд горячий с сыром	39	6,16	6,58	10,50	128,00

			<i>итого</i>		439	6,96	7,38	40,09	261,92
2	5	Обед	закуска	Салат из свеклы с соленым огурцом	100	1,52	5,10	7,94	84,60
			1 блюдо	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	16,63	15,44	23,50	300,10
			2 блюдо	Рыба жареная	45	10,84	3,35	3,53	87,47
			гарнир	Макароны отварные с маслом сливочным	138	3,16	6,57	20,97	157,82
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	12,16	48,24
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			<i>итого</i>		803	37,13	31,92	100,25	841,03
2	5	Полдник	кисломол.	Кисломолочный продукт (ряженка)	150	4,50	6,00	11,29	117,45
			гор. блюдо	Запеканка из творога со сметаной	125	19,91	16,10	12,61	274,98
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,68	10,50	55,20
			<i>итого</i>		295	25,93	22,78	34,40	447,63
2	5	Ужин	гор.блюдо	Котлета куриная	75	15,21	3,66	4,71	113,53
			гарнир	Овощное рагу	180	4,45	5,89	18,37	146,64
			напиток	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			яйцо	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,80
			<i>итого</i>		565	30,66	15,81	75,71	577,77
2	5	<b>Итого за день:</b>			<b>2542</b>	<b>115,18</b>	<b>101,30</b>	<b>322,26</b>	<b>2687,09</b>
2	6	Завтрак	гор.блюдо	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев	180	6,99	9,94	24,44	215,20
			гор.напиток	Какао с молоком	200	4,74	4,92	17,30	132,38
			хлеб пш.	Бутерброд с маслом сливочным	60	3,85	9,50	26,32	208,90
			<i>итого</i>		440	15,58	24,36	68,06	556,48
2	6	Завтрак 2	гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,92
			хлеб пш.	Бутерброд горячий с сыром	39	6,16	6,58	10,50	128,00
			фрукт	Фрукт (груша)	200	0,80	0,60	20,60	94,00
			<i>итого</i>		439	6,96	7,18	41,09	261,92
2	6	Обед	закуска	Салат из капусты белокачанной	100	1,57	5,10	7,00	81,18
			1 блюдо	Суп гороховый с курицей	225	15,54	10,35	32,24	284,57
			2 блюдо	Тефтели из говядины	80	13,92	14,56	6,07	211,27
			гарнир	Рис отварной	138	2,29	6,84	21,96	158,72
			соус	Соус красный основной	30	1,35	2,48	9,30	65,50
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	12,16	48,24
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80

			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			<i>итого</i>		843	39,65	40,79	120,88	1012,28
2	6	Полдник	хлеб пш.	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,68	10,50	55,20
			гор.блюдо	Омлет с сыром	85	3,25	7,81	1,45	89,73
			кисломол.	Кисломолочный продукт (йогурт)	150	4,35	3,75	16,50	117,00
			<i>итого</i>		255	9,12	12,24	28,45	261,93
2	6	Ужин	гор.блюдо	Запеканка картофельная с печенью говяжей	230	24,37	13,81	38,33	376,68
			напиток	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			кон.издел	Кондитерское изделие (печенье)	35	2,63	3,43	26,04	145,95
			закуска	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,96	0,13	9,15	46,10
			<i>итого</i>		635	34,88	19,03	125,87	823,53
2	6	<b>Итого за день:</b>			<b>2612</b>	<b>106,19</b>	<b>103,60</b>	<b>384,35</b>	<b>2916,14</b>
2	7	Завтрак	гор.блюдо	Каша манная жидкая молочная	180	6,59	8,90	26,20	211,40
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	4,62	4,81	18,81	137,04
			хлеб пш.	Бутерброд с маслом сливочным	60	3,85	9,50	26,32	208,90
			<i>итого</i>		440	15,06	23,21	71,33	557,34
2	7	Завтрак 2	кон.издел	Кондитерское изделие (вафля)	35	1,37	10,71	21,88	189,70
			гор.напиток	Кисель концентрированный плодово-ягодный	200	0,00	0,00	2,61	10,41
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,68	10,50	55,20
			<i>итого</i>		255	2,89	11,39	34,99	255,31
2	7	Обед	закуска	Салат из свеклы	100	1,58	5,10	8,66	87,45
			1 блюдо	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	235	14,17	4,26	27,34	205,17
			2 блюдо	Гуляш мясной	75	14,29	14,33	6,94	214,07
			гарнир	Каша гречневая	140	3,83	7,24	17,19	149,12
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	12,16	48,24
			хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
			хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
			<i>итого</i>		820	38,85	32,39	104,44	866,85
2	7	Полдник	хлеб пш.	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,68	10,50	55,20
			кисломол.	Кисломолочный продукт (ряженка)	150	4,50	6,00	11,29	117,45
			гор.блюдо	Пудинг творожный со сметаной	130	19,75	18,50	25,29	344,43
			<i>итого</i>		300	25,77	25,18	47,08	517,08
2	7	Ужин	гор.блюдо	Овощное рагу с курицей	195	10,68	12,31	18,05	227,88
			яйцо	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,80

		гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,92
		хлеб пш.	Хлеб пшеничный	30	2,28	1,02	15,75	82,80
		хлеб рж.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
		фрукт	Фрукт (банан)	200	3,00	1,00	42,00	192,00
		<i>итого</i>		705	23,68	19,37	102,47	685,40
2	7	<b>Итого за день:</b>		<b>2520</b>	<b>106,25</b>	<b>111,54</b>	<b>360,31</b>	<b>2881,98</b>
<b>Среднее значение за период</b>				<i>2520</i>	<i>99,95</i>	<i>101,19</i>	<i>354,70</i>	<i>2747,49</i>


№ рецептуры	Цена
173	15,70
382	8,92
1	13,21
	37,83
пром	33,60
376	1,09
3	13,55
	48,24
59	5,28
88-288	16,35
265	52,13
349	2,43
пром	3,07
пром	2,03
	81,29
пром	2,05
386	12,00
222-337	40,90
	54,95
229	22,76
312	14,70
389	14,80
пром	3,07
пром	2,03
24	11,30
209	10,01
	78,67
	<b>300,98</b>
173	16,86

379	9,31
1	13,21
	39,38
389	14,80
2	4,87
209	10,01
	29,68
55	4,23
101	13,40
233	26,00
203	7,75
349	2,43
пром	3,07
пром	2,03
	58,91
386	12,95
426	9,80
	22,75
321-241	56,67
376	1,09
пром	2,03
пром	3,07
пром	32,00
	94,86
	<b>245,58</b>
173	15,80
382	8,92
1	13,21
	37,93
376	1,09
7	13,55
пром	33,60
	48,24
45	3,80
119-288	14,42

278	44,48
304	9,61
248	4,95
349	2,43
пром	3,07
пром	2,03
	84,79
пром	2,05
223-337	36,50
386	12,00
	50,55
284	48,59
389	14,80
209	10,01
пром	3,07
пром	2,03
53	5,57
	84,07
	<b>305,58</b>
481	15,74
379	9,31
1	13,21
	38,26
350	4,38
пром	2,05
	6,43
52	3,20
106	29,20
260	46,20
171	8,08
349	2,43
пром	3,07
пром	2,03
	94,21
пром	2,05
386	12,95

пром	32,00
	47,00
143-288	23,55
209	10,01
376	1,09
пром	3,07
пром	2,03
	39,75
	<b>225,65</b>
183	15,85
382	8,92
1	13,21
	37,98
376	1,09
3	13,55
пром	21,00
	35,64
48	5,75
97-288	13,31
268	44,92
203	7,75
349	2,43
пром	3,07
пром	2,03
	79,26
пром	2,05
223-330	38,56
386	12,00
	52,61
234	23,07
312	14,70
21	7,41
389	14,80
209	10,01
пром	3,07
пром	2,03

	75,09
	<b>280,58</b>
120	17,45
379	9,31
1	13,21
	39,97
389	14,80
пром	7,18
2	4,87
	26,85
24	11,30
82-288	17,74
251	44,15
304	9,61
349	2,43
пром	3,07
пром	2,03
	90,33
пром	2,05
386	12,95
210	12,09
	27,09
78	14,15
312	14,70
пром	30,00
376	1,09
пром	3,07
пром	2,03
	65,04
	<b>249,28</b>
173	15,70
382	8,92
1	13,21

	37,83
пром	21,00
376	1,09
7	13,55
	35,64
96-288	19,50
321-241	55,44
349	2,43
пром	3,07
пром	2,03
	82,47
222-337	40,90
386	12,00
пром	2,05
	54,95
233-326	26,00
312	14,70
389	14,80
пром	3,07
пром	2,03
пром	11,90
75	3,20
	75,70
	<b>286,59</b>
173	15,80
379	9,31
1	13,21
	38,32
389	14,80
2	4,87
	19,67
59	5,28
81-288	18,49
230	21,28

203	7,75
349	2,43
прои	3,07
пром	2,03
	60,33
пром	2,05
211	17,84
386	12,95
	32,84
317-241	55,35
376	1,09
пром	3,07
пром	2,03
пром	33,60
	95,14
	<b>246,30</b>
173	16,86
382	8,92
1	13,21
	38,99
376	1,09
3	13,55
209	10,01
	24,65
29	3,81
112-288	13,08
255	44,21
171	8,08
349	2,43
пром	3,07
пром	2,03
	76,71
пром	2,05
223-337	36,50
386	12,00

	50,55
76	14,15
312	14,70
389	14,80
пром	3,07
пром	2,03
пром	30,00
	78,75
	<b>269,65</b>
481	15,74
379	9,31
1	13,21
	38,26
пром	21,00
389	14,80
2	4,87
	40,67
48	5,75
98-288	16,37
287	54,81
248	4,95
349	2,43
пром	3,07
пром	2,03
	89,41
пром	2,05
210	12,09
386	12,95
	27,09
234	30,23
203	7,75
376	1,09
пром	3,07
пром	2,03
75	3,20
	47,37

	<b>242,80</b>
173	15,70
382	8,92
1	13,21
	37,83
пром	32,00
350	4,38
пром	2,05
	38,43
29	3,51
88-241	8,14
189-241	51,61
248	4,95
349	2,43
пром	3,07
пром	2,03
	75,74
421	5,85
386	12,00
	17,85
142	22,28
389	14,80
пром	3,07
пром	2,03
24	11,30
209	10,01
	63,49
	<b>233,34</b>
173	16,86
379	9,31
1	13,21
	39,38
пром	21,00
376	1,09
7	13,55

	35,64
55	4,23
104	48,22
230	21,51
203	7,75
349	2,43
пром	3,07
пром	2,03
	89,24
386	12,95
223-330	38,56
пром	2,05
	53,56
234	14,00
143	14,84
389	14,80
пром	3,07
пром	2,03
209	10,01
	58,75
	<b>276,57</b>
173	15,80
382	8,92
1	13,21
	37,93
376	1,09
7	13,55
пром	33,60
	48,24
45	3,80
119-288	14,42
278	44,48
304	9,61
248	4,95
349	2,43
пром	3,07

пром	2,03
	84,79
пром	2,05
211	17,84
386	12,00
	31,89
284	47,09
389	14,80
пром	3,07
пром	2,03
пром	5,08
53	5,57
	77,64
	<b>280,49</b>
481	15,74
379	9,31
1	13,21
	38,26
пром	7,18
350	4,38
пром	2,05
	13,61
52	3,20
106	29,20
260	46,20
171	8,08
349	2,43
пром	3,07
пром	2,03
	94,21
пром	2,05
386	12,95
222-330	41,31
	56,31
143-288	23,55
209	10,01

376	1,09
пром	3,07
пром	2,03
пром	32,00
	71,75
	<b>274,14</b>
	265,54