



Утверждаю  
Директор МБОУ «СОШ №2  
пгт. Кировский»  
Григорьева Н.Н.

**Основное (организованное)**  
**15-дневное меню**  
**МБОУ «СОШ № 2 пгт. Кировский»**

*Дети 1-4 класс*

*( завтрак, обед )*

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

К основному (организованному) 15-ти дневному меню .

Работа столовой организована в соответствии с режимом работы МБОУ «СОШ №2» (пятидневная рабочая неделя).

График питания обучающихся и режим работы школьной столовой утвержден директором МБОУ СОШ №2 Григорьевой Натальей Николаевной.

Для детей-инвалидов и детей с ОВЗ предусмотрен двухразовый режим питания ,а именно - завтрак, калорийность которого составляет 25 % от дневной нормы и обед, калорийность которого составляет 35% от дневной нормы.

Также для детей 1-4 классов предусмотрено дополнительное питание, состоящее из молока .

Для осуществления питания детей предусмотрены все необходимые условия для организации питания обучающихся детей. Пищеблок оборудован следующими электроприборами: две электроплиты на 4 конфорки, с духовыми шкафами, 1 холодильник ,2 электротитана, две электросковороды, духовой шкаф.

Помещение пищеблока оборудовано вытяжной вентиляцией. Проведена и работает пожарная АПС, имеются средства пожаротушения( 2 огнетушителя).

Штат кухонных работников укомплектован специалистами (шеф-повар , 2 повара, 2 кухонных рабочих). Персонал пищеблока регулярно проходит медицинские осмотры и санитарно-гигиеническое обучение. Контроль за работой пищеблока, за соблюдением технологии приготовления, бракераж готовой продукции осуществляют шеф-повар Козяр Наталья Сергеевна , фельдшер а также члены бракеражной комиссии в составе: Приказ № 137 от 15.04.2024 г. Шулякова Л.А., начальник лагеря-председатель, БеленкоТ.В.- медицинский работник, Козяр Н.С.- шеф-повар ,Елисеева Е.А.-заведующая хозяйством.

Кухонным инвентарем и столовой посудой обеспечены в полном объеме.

Технологический и кухонный инвентарь промаркирован и используется в соответствии с назначением.

Имеются необходимые инструкции по технике безопасности, по применению моющих и дезинфицирующих средств и т.д.

Моющие и дезинфицирующие средства имеются в достаточном количестве.

Пищеблок соответствует требованиям СанПиН -2-3-2-4-3590-20 и имеются все необходимые условия для приготовления детского питания.

При формировании 10-дневного меню использовались нижеприведенные сборники рецептов, методические указания, методические рекомендации, сборник технических нормативов, технологическая инструкция по производству кулинарной продукции а также большой справочник калорийности продуктов и блюд. Далее в 10-дневном меню в графе "№ рецептуры" обозначены номера непосредственно тех технологических карт, в соответствии с которыми изготавливаются блюда.

## Сборники рецептов

№	Полное наименование	Краткое наименование
1	Большой справочник калорийности продуктов и блюд	Вне сборников
2	Методические указания города Москвы: Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях. 2007.	160 блюд
3	Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга	Сборник Санкт-Петербурга
4	Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях/М.П. Могильный, В.А. Тутельян	788 блюд, Могильный, Тутельян, Москва
5	Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях/Могильный, Тутельян	500 блюд
6	Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г.	сб. шк. 2004 г.
7	Сборник рецептов диетических блюд, кулинарных изделий, полуфабрикатов.	550 диетических блюд
8	Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях	773 блюда, СТН, Могильный М.П, Тутельян В.А, Москва
9	Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях.	280 блюд
10	Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ. Уральский региональный центр питания, 2013 г.	Уральский рег. центр питания, 2013 г.
11	Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах (к ГОСТ 30390-95, ГОСТ 50763-95), Москва, 2006 г.	ТИ, Москва 2006 г.

## *Список поставщиков пищевых продуктов .*

1. ИП Мхитарян М.А. (хлеб, хлеба-булочные изделия)
2. ООО «Торговый Дом «Никольск» (полуфабрикаты (вареники, пельмени, блинчики, сырники)
3. ООО «Родимая Сторонка» (молоко)
4. ООО «Форвард Трейд» (молоко)
5. ООО «Приморский завод минеральных вод» (вода питьевая)
6. ООО «ПРОДИС ДВ» (мясная продукция, колбасные изделия).
7. ООО «Уссурийская оптово-торговая база Приморского крайпотребсоюза» (основной поставщик продуктов питания).

## *Ассортиментный перечень используемых продуктов*

### *Рыбные продукты*

1. молоки лососевых рыб
2. филе минтая

### *Мясные продукты*

1. куры (куриный окорочок, бедро)
2. фарш индейки
3. фарш свинина\говядина
4. говядина

### *Молочные продукты*

1. молоко цельное
2. сливки сухие, сухое молоко
3. масло сливочное

### *Полуфабрикаты*

1. сырники с творогом
2. вареники (п\ф промышленного производства)

### *Крупы*

1. Рис
2. гречка
3. пшено
4. манка
5. горох
6. перловка
7. мука

8. сахар
9. макаронные изделия

### *Овощи*

1. картофель
2. свекла
3. морковь
4. лук
5. капуста белокочанная свежая
6. помидоры свежие
7. огурцы свежие
8. огурцы соленые

### *Фрукты*

1. апельсины
2. яблоки
3. бананы
4. груши

### *Прочие продукты*

1. чай
2. соль
3. кофейный напиток
4. сок
5. сухофрукты
6. томатная паста
7. приправа
8. лавровый лист

9. масло растительное

10. зелень сушеная

11. шиповник сухой

12. дрожжи

*Хлеб, хлеба-булочные изделия*

1. хлеб пшеничный , ржаной

2. рулеты

*Кондитерские изделия*

1. круассаны

2. вафли мягкие

3. пирожное бисквитное

4. рулетки бисквитные

# **10-дневное меню .**

**Первое блюдо :**

- 1. Суп картофельный с макаронными изделиями ,фрикадельками из мяса птицы .**
- 3. Борщ с капустой и картофелем .**
- 4. Рассольник « Ленинградский» .**
- 5. Суп гороховый с картофелем .**
- 6. Суп картофельный с гречневой крупой ,фрикадельками из мяса птицы .**
- 7. Суп картофельный с гречневой крупой , курицей .**
- 8. Суп Приморский с картофелем и, курицей .**

# **10-дневное меню .**

## **Вторые блюда :**

1. Суп молочный с крупой, сырники с творогом .
2. Птица запеченная, рис отварной ,соус томатный с овощами .
3. Гуляш , каша рассыпчатая гречневая .
4. Котлеты, биточки рыбные запеченные, картофельное пюре .
5. Пельмени мясные отварные с маслом .
6. Вареники с творогом (из полуфабриката промышленного производства) .
7. Макароны отварные , котлеты, биточки, шницели рубленные .
8. Куры отварные, соус томатный с овощами, каша рассыпчатая гречневая.
9. Молоки лососевых рыб, тушеные в томате с овощами, картофельное пюре .
10. Плов из курицы .
11. Вареники с капустой промышленного производства .
12. Плов из курицы гречневый.
13. Рагу из птицы, кролика или субпродуктов .
14. Поджарка, соус томатный с овощами, макаронные изделия отварные
15. Гуляш, рис отварной

# **10-дневное меню .**

## **Третьи блюда :**

- 1. Чай с сахаром .**
- 2. Компот из сухофруктов с сахаром .**
- 3. напиток из плодов шиповника .**
- 4. Сок .**
- 5. Какао с молоком .**



УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(ФИО)

(дата)

**Меню приготавливаемых блюд**

Возраст-  
ная 7-10 лет завтрак обед  
категория

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 1</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>Суп молочный с крупой</b>	<b>200</b>	<b>7,18</b>	<b>6,48</b>	<b>27,96</b>	<b>200,26</b>	<b>94</b>
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Макаронные изделия	12/12	1,36	0,25	8,35	41,04	
	Сахар	10/10	0	0	9,98	39,9	
	Молоко пастеризованное, 2,5%	200/200	5,8	5	9,6	108	
	<b>Сырники из творога</b>	<b>50</b>	<b>7,77</b>	<b>7,35</b>	<b>4,51</b>	<b>115,07</b>	<b>231</b>
	сырники полуфабрикат	50/50	7,77	5,68	4,51	100,1	
	Масло растительное	1,66/1,66	0	1,66	0	14,97	
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>15,06</b>	<b>63,66</b>	<b>375</b>
	Чай черный	2/2	0,4	0	0,08	3,82	
	Сахар	15/15	0	0	14,97	59,85	
	Вода	216/216	0	0	0	0	
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>30</b>	<b>1,98</b>	<b>0,36</b>	<b>10,02</b>	<b>52,2</b>	<b>700</b>
	Хлеб ржаной	30/30	1,98	0,36	10,02	52,2	
	<b>Бутерброд с сыром</b>	<b>50</b>	<b>5,91</b>	<b>7,8</b>	<b>14,57</b>	<b>146,98</b>	<b>3</b>
	Сыр "Российский"	16/15	3,48	4,42	0	54,6	
	Масло сливочное	5/5	0,06	3,08	0,08	28,3	
	Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08	
	<b>Молоко кипяченое</b>	<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>6,4</b>	<b>9,4</b>	<b>120</b>	<b>385</b>
	Молоко пастеризованное 3,2% жирности	200/200	5,8	6,4	9,4	120	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>730</b>	<b>29,04</b>	<b>28,39</b>	<b>81,52</b>	<b>698,17</b>	
<b>ОБЕД</b>	<b>суп картофельный с макаронными изделиями,</b>	<b>200</b>	<b>7,85</b>	<b>20,48</b>	<b>21,08</b>	<b>296,5</b>	<b>82</b>
	Картофель	100/60	1,2	0,24	9,78	46,2	
	Лук репчатый	9,6/8	0,11	0,02	0,66	3,28	
	Морковь	10,67/8	0,1	0,01	0,55	2,8	
	Масло растительное	10/10	0	9,99	0	89,9	
	Макаронные изделия	16/8	0,9	0,17	5,57	27,36	
	Хлеб пшеничный	9,38/9,38	0,7	0,09	4,53	20,02	
	фарш куриный	61,25/36,8	4,7	9,96	0	106,94	
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>15,06</b>	<b>63,66</b>	<b>375</b>
	Чай черный	2/2	0,4	0	0,08	3,82	
	Сахар	15/15	0	0	14,97	59,85	
	Вода	216/216	0	0	0	0	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>
	Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08	
	<b>фруктовая нарезка (апельсин)</b>	<b>100</b>	<b>0,7</b>	<b>0,17</b>	<b>7,04</b>	<b>37,39</b>	<b>341</b>
	Апельсин	129,57/86	0,7	0,17	7,04	37,39	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>530</b>	<b>11,4</b>	<b>20,95</b>	<b>57,67</b>	<b>461,63</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1260</b>	<b>40,44</b>	<b>49,34</b>	<b>139,19</b>	<b>1159,8</b>	

День 2							
ЗАВТРАК	<b>Птица запеченная</b>	<b>100</b>	<b>25,14</b>	<b>36,15</b>	<b>0,58</b>	<b>427,71</b>	<b>293 a</b>
	Масло сливочное	9,09/9,09	0,12	5,59	0,15	51,45	
	Соль поваренная пищевая	5,45/5,45	0	0	0	0	
	Курица	198,18/13	24,82	25,09	0	324,54	
	Петрушка	5,45/5,45	0,2	0,02	0,41	2,67	
	Лавровый лист	0,02/0,02	0	0	0,01	0,06	
	Масло растительное	5,45/5,45	0	5,44	0	49	
	<b>Рис отварной</b>	<b>150</b>	<b>4,11</b>	<b>5,55</b>	<b>33,48</b>	<b>200,46</b>	<b>315</b>
	Масло сливочное	6,75/6,75	0,09	4,15	0,11	38,2	
	Рис	53,55/53,5	4,02	1,39	33,36	162,26	
	<b>Соус томатный с овощами</b>	<b>50</b>	<b>0,85</b>	<b>3,24</b>	<b>4,53</b>	<b>51,19</b>	<b>349</b>
	Лук репчатый	5,95/5	0,07	0,01	0,41	2,05	
	Масло сливочное	1,5/1,5	0,02	0,92	0,03	8,49	
	Масло сливочное	1/1	0,01	0,62	0,02	5,66	
	Морковь	12/9	0,12	0,01	0,62	3,15	
	приправа	0,5/0,5	0	0	0	0	
	Лук репчатый	1,53/0,9	0,01	0	0,07	0,37	
	Пшеничная мука, высшего сорта	2,02/2,02	0,22	0,03	1,42	6,76	
	Масло сливочное	2,02/2,02	0,03	1,25	0,03	11,46	
	Масло сливочное	0,68/0,68	0,01	0,42	0,01	3,82	
	Морковь	3,6/2,7	0,04	0	0,19	0,94	
	Соль пищевая йодированная	0,45/0,45	0	0	0	0	
	Томат-паста	6,75/6,75	0,32	0	1,28	6,68	
	Сахар	0,45/0,45	0	0	0,45	1,8	
	зелень сушеная	0,05/0,05	0	0	0	0	
	<b>Соки овощные, фруктовые и</b>	<b>200</b>	<b>0,82</b>	<b>0,16</b>	<b>26,2</b>	<b>110</b>	<b>389</b>
	Сок фруктовый	200/200	0,82	0,16	26,2	110	
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>30</b>	<b>1,98</b>	<b>0,36</b>	<b>10,02</b>	<b>52,2</b>	<b>700</b>
	Хлеб ржаной	30/30	1,98	0,36	10,02	52,2	
	<b>фруктовая нарезка (груша)</b>	<b>60</b>	<b>0,24</b>	<b>0,18</b>	<b>6,18</b>	<b>28,2</b>	<b>368a</b>
	Груша	66,6/60	0,24	0,18	6,18	28,2	
<b>Молоко кипяченое</b>	<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>6,4</b>	<b>9,4</b>	<b>120</b>	<b>385</b>	
Молоко пастеризованное 3,2% жирности	200/200	5,8	6,4	9,4	120		
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>790</b>	<b>38,94</b>	<b>52,04</b>	<b>90,39</b>	<b>989,76</b>		
ОБЕД	<b>Суп гороховый с картофелем и</b>	<b>200</b>	<b>20,2</b>	<b>9,64</b>	<b>23,5</b>	<b>261,92</b>	<b>66</b>
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Лук репчатый	10/10	0,14	0,02	0,82	4,1	
	Куриный окорочок	82/70	14,91	7,7	0,07	129,22	
	Картофель	150/84	1,68	0,34	13,69	64,68	
	Горох шлифованный	16/16	3,28	0,32	7,92	47,68	
	Морковь	10,67/10	0,13	0,01	0,69	3,5	
	Соль	1,2/1,2	0	0	0	0	
	Петрушка (корень)	2,8/2,8	0,04	0,02	0,28	1,43	
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>15,06</b>	<b>63,66</b>	<b>375</b>
	Чай черный	2/2	0,4	0	0,08	3,82	
	Сахар	15/15	0	0	14,97	59,85	
	Вода	216/216	0	0	0	0	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>
Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08		
<b>фруктовая нарезка (яблоко)</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47</b>	<b>338</b>	
Яблоки	100/100	0,4	0,4	9,8	47		
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>530</b>	<b>23,37</b>	<b>10,34</b>	<b>62,85</b>	<b>436,66</b>		
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1320</b>	<b>62,31</b>	<b>62,38</b>	<b>153,24</b>	<b>1426,42</b>		
День 3							
	<b>Гуляш</b>	<b>100</b>	<b>11,96</b>	<b>28,26</b>	<b>2,2</b>	<b>344,47</b>	<b>260</b>
	Свинина, лопаточная часть	107/79	11,61	23,23	0	288,74	
	Лук репчатый	12/10	0,14	0,02	0,82	4,1	
	Томат-пюре	8/8	0	0	0	0	
	Мука пшеничная	2/2	0,21	0,02	1,38	6,68	

ЗАВТРАК	Масло растительное	5/5	0	5	0	44,95	
	<b>Каша рассыпчатая гречневая</b>	<b>150</b>	<b>7,11</b>	<b>7,33</b>	<b>39,94</b>	<b>261,66</b>	<b>313</b>
	Масло сливочное	5,25/5,25	0,07	3,23	0,09	29,72	
	Вода	98,39/98,39	0	0	0	0	
	Масло сливочное	3,46/3,46	0,05	2,13	0,06	19,6	
	Соль пищевая йодированная	0,35/0,35	0	0	0	0	
	Гречневая крупа	65,96/65,96	6,99	1,98	36,34	198,53	
	Сахар	3,46/3,46	0	0	3,46	13,82	
	<b>Напиток из плодов шиповника</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0</b>	<b>31,96</b>	<b>127</b>	<b>388</b>
	Сахарный песок	20/20	0	0	19,96	75,8	
	Плоды шиповника сушеные	20/20	0,8	0	12	51,2	
	Вода	200/200	0	0	0	0	
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>30</b>	<b>1,98</b>	<b>0,36</b>	<b>10,02</b>	<b>52,2</b>	<b>700</b>
	Хлеб ржаной	30/30	1,98	0,36	10,02	52,2	
	<b>фруктовая нарезка (банан)</b>	<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21</b>	<b>96</b>	<b>1</b>
	Банан	120/100	1,5	0,5	21	96	
	<b>Молоко кипяченое</b>	<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>6,4</b>	<b>9,4</b>	<b>120</b>	<b>385</b>
Молоко пастеризованное 3,2% жирности	200/200	5,8	6,4	9,4	120		
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>780</b>	<b>29,15</b>	<b>42,85</b>	<b>114,52</b>	<b>1001,33</b>	
ОБЕД	<b>Рассольник ленинградский с</b>	<b>200</b>	<b>13,02</b>	<b>9,88</b>	<b>17,78</b>	<b>212,44</b>	<b>76</b>
	Лук репчатый	10/8	0,11	0,02	0,66	3,28	
	Огурец соленый	4/3	0,02	0	0,05	0,39	
	Крупа перловая	10/10	0,93	0,11	6,69	31,5	
	Куриный окорочок	84/50	10,65	5,5	0,05	92,3	
	Картофель	100/60	1,2	0,24	9,78	46,2	
	Морковь	10,67/8	0,1	0,01	0,55	2,8	
	Масло растительное	4/4	0	4	0	35,96	
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>15,06</b>	<b>63,66</b>	<b>375</b>
	Чай черный	2/2	0,4	0	0,08	3,82	
	Сахар	15/15	0	0	14,97	59,85	
	Вода	216/216	0	0	0	0	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>
	Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08	
<b>фруктовая нарезка (банан)</b>	<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21</b>	<b>96</b>	<b>1</b>	
Банан	120/100	1,5	0,5	21	96		
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>530</b>	<b>17,29</b>	<b>10,68</b>	<b>68,33</b>	<b>436,18</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1310</b>	<b>46,44</b>	<b>53,53</b>	<b>182,85</b>	<b>1437,51</b>	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>День 4</b>							
ЗАВТРАК	<b>Котлеты или биточки рыбные запеченные</b>	<b>90</b>	<b>12,78</b>	<b>4,12</b>	<b>8,74</b>	<b>123,23</b>	<b>255</b>
	Масло сливочное	4,5/4,5	0,06	2,77	0,08	25,47	
	Треска	73,12/67,5	10,8	0,4	0	46,58	
	Молоко стерилизованное 3,5% жирности	22,5/22,5	0,68	0,79	1,06	14,18	
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1	15,75/15,75	1,24	0,16	7,61	37,01	
	<b>Картофельное пюре</b>	<b>150</b>	<b>2,67</b>	<b>4,08</b>	<b>21,79</b>	<b>134,88</b>	<b>131</b>
	Масло сливочное	5,25/5,25	0,07	3,23	0,09	29,72	
	Картофель	266,25/12	2,58	0,52	21,05	99,45	
	сливки сухие ,Корея	1,05/1,05	0,02	0,34	0,65	5,72	
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>15,06</b>	<b>63,66</b>	<b>375</b>
	Чай черный	2/2	0,4	0	0,08	3,82	
	Сахар	15/15	0	0	14,97	59,85	
	Вода	216/216	0	0	0	0	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>
	Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08	
<b>Салат из свежих огурцов</b>	<b>60</b>	<b>0,46</b>	<b>3,65</b>	<b>1,43</b>	<b>40,34</b>	<b>20</b>	
Огурец свежий	71,28/57	0,46	0,06	1,42	7,98		

	Масло растительное	3,6/3,6	0	3,6	0	32,36	
	<b>Молоко кипяченое</b>	<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>6,4</b>	<b>9,4</b>	<b>120</b>	<b>385</b>
	Молоко пастеризованное 3,2% жирности	200/200	5,8	6,4	9,4	120	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>730</b>	<b>24,48</b>	<b>18,55</b>	<b>70,91</b>	<b>546,19</b>	
<b>ОБЕД</b>	<b>Суп гречневый с картофелем и</b>	<b>200</b>	<b>18,62</b>	<b>9,8</b>	<b>24,4</b>	<b>262,4</b>	<b>67</b>
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Лук репчатый	10/10	0,14	0,02	0,82	4,1	
	Куриный окорочок	82/70	14,91	7,7	0,07	129,22	
	Картофель	150/84	1,68	0,34	13,69	64,68	
	Гречневая крупа	16/16	1,7	0,48	8,82	48,16	
	Морковь	10,67/10	0,13	0,01	0,69	3,5	
	Соль	1,2/1,2	0	0	0	0	
	Петрушка (корень)	2,8/2,8	0,04	0,02	0,28	1,43	
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>15,06</b>	<b>63,66</b>	<b>375</b>
	Чай черный	2/2	0,4	0	0,08	3,82	
	Сахар	15/15	0	0	14,97	59,85	
	Вода	216/216	0	0	0	0	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>
	Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08	
<b>фруктовая нарезка (груша)</b>	<b>60</b>	<b>0,24</b>	<b>0,18</b>	<b>6,18</b>	<b>28,2</b>	<b>368a</b>	
Груша	66,6/60	0,24	0,18	6,18	28,2		
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>490</b>	<b>21,63</b>	<b>10,28</b>	<b>60,13</b>	<b>418,34</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1220</b>	<b>46,11</b>	<b>28,83</b>	<b>131,04</b>	<b>964,53</b>	
<b>День 5</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>Пельмени мясные отварные с</b>	<b>170</b>	<b>13,84</b>	<b>27,39</b>	<b>45,98</b>	<b>485,74</b>	<b>293</b>
	Масло сливочное	4,73/4,73	0,06	2,91	0,08	26,75	
	бульманты	153/153	13,77	24,48	45,9	459	
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>15,06</b>	<b>63,66</b>	<b>375</b>
	Чай черный	2/2	0,4	0	0,08	3,82	
	Сахар	15/15	0	0	14,97	59,85	
	Вода	216/216	0	0	0	0	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>
	Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08	
	<b>фруктовая нарезка (апельсин)</b>	<b>100</b>	<b>0,78</b>	<b>0,17</b>	<b>7,04</b>	<b>37,39</b>	<b>341</b>
	Апельсин	129,57/86	0,78	0,17	7,04	37,39	
	<b>Молоко кипяченое</b>	<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>6,4</b>	<b>9,4</b>	<b>120</b>	<b>385</b>
Молоко пастеризованное 3,2% жирности	200/200	5,8	6,4	9,4	120		
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>700</b>	<b>23,19</b>	<b>34,26</b>	<b>91,97</b>	<b>770,87</b>	
<b>ОБЕД</b>	<b>Борщ с капустой и</b>	<b>200/8</b>	<b>13,92</b>	<b>26,04</b>	<b>15,72</b>	<b>353,96</b>	<b>54</b>
	Лук репчатый	9,4/8	0,11	0,02	0,66	3,28	
	Куриный окорочок	84/52	11,08	5,72	0,05	95,99	
	Капуста белокочанная	80/60	1,08	0,06	2,82	16,8	
	Картофель	100/60	1,2	0,24	9,78	46,2	
	Свекла	21,33/16	0,24	0,02	1,41	6,72	
	Томат-паста	2,4/2,4	0,12	0	0,46	2,38	
	Морковь	10,67/8	0,1	0,01	0,55	2,8	
	Вода питьевая	160/160	0	0	0	0	
	Масло растительное	20/20	0	19,98	0	179,8	
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>15,06</b>	<b>63,66</b>	<b>375</b>
	Чай черный	2/2	0,4	0	0,08	3,82	
	Сахар	15/15	0	0	14,97	59,85	
	Вода	216/216	0	0	0	0	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>
Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08		
<b>фруктовая нарезка (апельсин)</b>	<b>100</b>	<b>0,78</b>	<b>0,17</b>	<b>7,04</b>	<b>37,39</b>	<b>341</b>	
Апельсин	129,57/86	0,78	0,17	7,04	37,39		
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>530</b>	<b>17,47</b>	<b>26,51</b>	<b>52,31</b>	<b>519,09</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1230</b>	<b>40,66</b>	<b>60,77</b>	<b>144,28</b>	<b>1289,96</b>	
<b>День 6</b>							

ЗАВТРАК	<b>Вареники из полуфабриката промышленного производства</b>	<b>200</b>	<b>12</b>	<b>24</b>	<b>70</b>	<b>540</b>	<b>443</b>
	Масло сливочное	5,4/5,4	0,07	3,32	0,09	30,56	
	Вареники	180,54/180	21,6	11,52	29,16	309,6	
	<b>Какао с молоком</b>	<b>200</b>	<b>4,08</b>	<b>4,24</b>	<b>17,06</b>	<b>124,12</b>	<b>397</b>
	Сахар	11,12/11,12	0	0	11,1	44,37	
	Какао-порошок	2,22/2,22	0,54	0,33	0,23	6,42	
	Вода	88,88/88,88	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное 3,2% жирности	122,22/122,22	3,54	3,91	5,74	73,33	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>
	Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08	
	<b>Молоко кипяченое</b>	<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>6,4</b>	<b>9,4</b>	<b>120</b>	<b>385</b>
Молоко пастеризованное 3,2% жирности	200/200	5,8	6,4	9,4	120		
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>630</b>	<b>24,25</b>	<b>34,94</b>	<b>110,95</b>	<b>848,2</b>	
ОБЕД	<b>Суп с рыбными консервами</b>	<b>200</b>	<b>7,78</b>	<b>11,14</b>	<b>16,88</b>	<b>199,26</b>	<b>87</b>
	Лук репчатый	7,6/6,4	0,09	0,01	0,52	2,62	
	Картофель	93,25/56	1,12	0,22	9,13	43,12	
	Рис	10/10	0,75	0,26	6,23	30,3	
	Морковь	17,07/12,8	0,17	0,01	0,88	4,48	
	Петрушка	1,44/1,4	0,05	0,01	0,11	0,69	
	Вода	160/160	0	0	0	0	
	Масло растительное	10/10	0	9,99	0	89,9	
	Рыбные консервы	32/32	5,6	0,64	0	28,16	
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>15,06</b>	<b>63,66</b>	<b>375</b>
	Чай черный	2/2	0,4	0	0,08	3,82	
	Сахар	15/15	0	0	14,97	59,85	
	Вода	216/216	0	0	0	0	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>
	Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08	
	<b>Фруктовая нарезка (яблоко)</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47</b>	<b>338</b>
	Яблоки	100/100	0,4	0,4	9,8	47	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>530</b>	<b>10,95</b>	<b>11,84</b>	<b>56,23</b>	<b>374</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1160</b>	<b>35,2</b>	<b>46,78</b>	<b>167,18</b>	<b>1222,2</b>	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>День 7</b>							
ЗАВТРАК	<b>Котлеты, биточки, шницели</b>	<b>90</b>	<b>12,9</b>	<b>16,94</b>	<b>9,46</b>	<b>246,2</b>	<b>282</b>
	Масло сливочное	5,62/5,62	0,07	3,46	0,1	31,84	
	фарш "домашний"	90/66,38	11,28	13,28	0	168,59	
	Сухари панировочные	9/9	0	0	0	0	
	Лук репчатый	21,38/21,38	0,3	0,04	1,75	8,76	
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1	15,75/15,75	1,24	0,16	7,61	37,01	
	<b>Макаронные изделия отварные</b>	<b>150</b>	<b>5,93</b>	<b>1,11</b>	<b>36,54</b>	<b>179,55</b>	<b>202</b>
	Макаронные изделия	52,5/52,5	5,93	1,1	36,54	179,55	
	Соль пищевая йодированная	2,62/2,62	0	0	0	0	
	Вода	315/315	0	0	0	0	
	<b>Напиток из плодов шиповника</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0</b>	<b>31,96</b>	<b>127</b>	<b>388</b>
	Сахарный песок	20/20	0	0	19,96	75,8	
	Плоды шиповника сушеные	20/20	0,8	0	12	51,2	
	Вода	200/200	0	0	0	0	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>
	Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08	
	<b>Яйца вареные</b>	<b>41</b>	<b>5,21</b>	<b>4,72</b>	<b>0,29</b>	<b>64,37</b>	<b>209</b>
Соль поваренная пищевая	4,1/4,1	0	0	0	0		
Яйцо	41/41	5,21	4,72	0,29	64,37		
Вода	307,5/307,5	0	0	0	0		
<b>Молоко кипяченое</b>	<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>6,4</b>	<b>9,4</b>	<b>120</b>	<b>385</b>	
Молоко пастеризованное 3,2% жирности	200/200	5,8	6,4	9,4	120		

<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>711</b>	<b>33,01</b>	<b>29,47</b>	<b>102,14</b>	<b>801,2</b>	
<b>ОБЕД</b>	<b>Суп картофельный с гречневой крупой, фрикадельками</b>	<b>200</b>	<b>7,8</b>	<b>20,56</b>	<b>19,92</b>	<b>293,22</b>	<b>82 (1)</b>
	Картофель	100/60	1,2	0,24	9,78	46,2	
	Лук репчатый	9,6/8	0,11	0,02	0,66	3,28	
	Морковь	10,67/8	0,1	0,01	0,55	2,8	
	Масло растительное	10/10	0	9,99	0	89,9	
	Гречневая крупа	16/8	0,85	0,24	4,41	24,08	
	Хлеб пшеничный	9,38/9,38	0,74	0,09	4,53	20,02	
	фарш куриный	61,25/36,8	4,79	9,96	0	106,94	
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>15,06</b>	<b>63,66</b>	<b>375</b>
	Чай черный	2/2	0,4	0	0,08	3,82	
	Сахар	15/15	0	0	14,97	59,85	
	Вода	216/216	0	0	0	0	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>
	Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08	
	<b>фруктовая нарезка (банан)</b>	<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21</b>	<b>96</b>	<b>1</b>
Банан	120/100	1,5	0,5	21	96		
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>530</b>	<b>12,07</b>	<b>21,36</b>	<b>70,47</b>	<b>516,96</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1241</b>	<b>45,08</b>	<b>50,83</b>	<b>172,61</b>	<b>1318,16</b>	
<b>День 8</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>Куры отварные</b>	<b>90</b>	<b>26,89</b>	<b>13,87</b>	<b>0,46</b>	<b>234,26</b>	<b>120</b>
	Лук репчатый	4,95/4,05	0,06	0,01	0,33	1,66	
	Куриный окорочок	144,9/126	26,84	13,86	0,13	232,6	
	<b>Соус томатный с овощами</b>	<b>50</b>	<b>0,85</b>	<b>3,24</b>	<b>4,53</b>	<b>51,19</b>	<b>349</b>
	Лук репчатый	5,95/5	0,07	0,01	0,41	2,05	
	Масло сливочное	1,5/1,5	0,02	0,92	0,03	8,49	
	Масло сливочное	1/1	0,01	0,62	0,02	5,66	
	Морковь	12/9	0,12	0,01	0,62	3,15	
	приправа	0,5/0,5	0	0	0	0	
	Лук репчатый	1,53/0,9	0,01	0	0,07	0,37	
	Пшеничная мука, высшего сорта	2,02/2,02	0,22	0,03	1,42	6,76	
	Масло сливочное	2,02/2,02	0,03	1,25	0,03	11,46	
	Масло сливочное	0,68/0,68	0,01	0,42	0,01	3,82	
	Морковь	3,6/2,7	0,04	0	0,19	0,94	
	Соль пищевая йодированная	0,45/0,45	0	0	0	0	
	Томат-паста	6,75/6,75	0,32	0	1,28	6,68	
	Сахар	0,45/0,45	0	0	0,45	1,8	
	зелень сушеная	0,05/0,05	0	0	0	0	
	<b>Каша рассыпчатая гречневая</b>	<b>150</b>	<b>7,11</b>	<b>7,33</b>	<b>39,94</b>	<b>261,66</b>	<b>313</b>
	Масло сливочное	5,25/5,25	0,07	3,23	0,09	29,72	
	Вода	98,39/98,3	0	0	0	0	
	Масло сливочное	3,46/3,46	0,05	2,13	0,06	19,6	
	Соль пищевая йодированная	0,35/0,35	0	0	0	0	
	Гречневая крупа	65,96/65,9	6,99	1,98	36,34	198,53	
	Сахар	3,46/3,46	0	0	3,46	13,82	
	<b>Оладьи (с молоком сгущенным)</b>	<b>85</b>	<b>6,94</b>	<b>7,22</b>	<b>38,79</b>	<b>248,07</b>	<b>401</b>
	Молоко сгущенное с сахаром 8,5%	10/10	0,72	0,85	5,55	32,79	
	Масло растительное	4,5/4,5	0	4,49	0	40,42	
	Пшеничная мука, высшего сорта	42,33/42,3	4,57	0,55	29,59	141,38	
	Молоко пастеризованное, 2,5%	42,33/42,3	1,23	1,06	2,03	22,86	
	Яйцо	2,11/2,11	0,27	0,24	0,01	3,32	
	Соль пищевая йодированная	0,79/0,79	0	0	0	0	
	Дрожжи прессованные	1,23/1,23	0,16	0,03	0,1	1,34	
Сахар	1,5/1,5	0	0	1,49	5,97		
<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>15,06</b>	<b>63,66</b>	<b>375</b>	
Чай черный	2/2	0,4	0	0,08	3,82		
Сахар	15/15	0	0	14,97	59,85		
Вода	216/216	0	0	0	0		
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>	

	Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08	
	<b>Молоко кипяченое</b>	<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>6,4</b>	<b>9,4</b>	<b>120</b>	<b>385</b>
	Молоко пастеризованное 3,2% жирности	200/200	5,8	6,4	9,4	120	
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>805</b>	<b>50,36</b>	<b>38,36</b>	<b>122,67</b>	<b>1042,92</b>	
ОБЕД	<b>суп приморский с морской</b>	<b>200</b>	<b>7,5</b>	<b>7,38</b>	<b>1,28</b>	<b>101,66</b>	<b>511</b>
	Лук репчатый	10/8,5	0,12	0,02	0,7	3,48	
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0	
	Курица	82/40	7,28	7,36	0	95,2	
	Морковь, красная	10,67/8,5	0,11	0,01	0,59	2,98	
	Вода	200/200	0	0	0	0	
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>15,06</b>	<b>63,66</b>	<b>375</b>
	Чай черный	2/2	0,4	0	0,08	3,82	
	Сахар	15/15	0	0	14,97	59,85	
	Вода	216/216	0	0	0	0	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>
	Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08	
	<b>фруктовая нарезка (груша)</b>	<b>60</b>	<b>0,24</b>	<b>0,18</b>	<b>6,18</b>	<b>28,2</b>	<b>368a</b>
	Груша	66,6/60	0,24	0,18	6,18	28,2	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>490</b>	<b>10,51</b>	<b>7,86</b>	<b>37,01</b>	<b>257,6</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1295</b>	<b>60,87</b>	<b>46,22</b>	<b>159,68</b>	<b>1300,52</b>	
<b>День 9</b>							
ЗАВТРАК	<b>молоки лососевых рыб, тушенные в томате с овощами</b>	<b>90</b>	<b>11,04</b>	<b>1,44</b>	<b>16,12</b>	<b>132,27</b>	<b>79</b>
	Лук репчатый	6,3/5,4	0,08	0,01	0,44	2,21	
	Томат-паста	3,6/3,6	0,17	0	0,68	3,56	
	Морковь	22,08/16,2	0,21	0,02	1,12	5,67	
	Сахар	13,5/13,5	0	0	13,47	53,86	
	молоки лососевых рыб	114,12/66	10,58	1,32	0,4	66,15	
	зелень сушеная	0,05/0,05	0	0	0	0	
	приправа	0,9/0,9	0	0	0	0	
	Вода питьевая	2,7/2,7	0	0	0	0	
	Масло растительное	0,09/0,09	0	0,09	0	0,81	
	<b>Молоко кипяченое</b>	<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>6,4</b>	<b>9,4</b>	<b>120</b>	<b>385</b>
	Молоко пастеризованное 3,2% жирности	200/200	5,8	6,4	9,4	120	
	<b>Картофельное пюре</b>	<b>150</b>	<b>2,67</b>	<b>4,08</b>	<b>21,79</b>	<b>134,88</b>	<b>131</b>
	Масло сливочное	5,25/5,25	0,07	3,23	0,09	29,72	
	Картофель	266,25/12	2,58	0,52	21,05	99,45	
	сливки сухие ,Корея	1,05/1,05	0,02	0,34	0,65	5,72	
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>15,06</b>	<b>63,66</b>	<b>375</b>
	Чай черный	2/2	0,4	0	0,08	3,82	
	Сахар	15/15	0	0	14,97	59,85	
	Вода	216/216	0	0	0	0	
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>30</b>	<b>1,98</b>	<b>0,36</b>	<b>10,02</b>	<b>52,2</b>	<b>700</b>
	Хлеб ржаной	30/30	1,98	0,36	10,02	52,2	
	<b>фруктовая нарезка (апельсин)</b>	<b>100</b>	<b>0,78</b>	<b>0,17</b>	<b>7,04</b>	<b>37,39</b>	<b>341</b>
Апельсин	129,57/86	0,78	0,17	7,04	37,39		
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>770</b>	<b>22,67</b>	<b>12,45</b>	<b>79,43</b>	<b>540,4</b>	
ОБЕД	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>15,06</b>	<b>63,66</b>	<b>375</b>
	Чай черный	2/2	0,4	0	0,08	3,82	
	Сахар	15/15	0	0	14,97	59,85	
	Вода	216/216	0	0	0	0	
	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями, курицей</b>	<b>200</b>	<b>23,62</b>	<b>21,42</b>	<b>16,66</b>	<b>354,14</b>	<b>82\3</b>
	Лук репчатый	9,6/8	0,11	0,02	0,66	3,28	
	Куриный окорочок	140/100	21,3	11	0,1	184,6	
	Картофель	100/60	1,2	0,24	9,78	46,2	
	Макаронные изделия	16/8	0,9	0,17	5,57	27,36	
	Морковь	10,67/8	0,1	0,01	0,55	2,8	
	Масло растительное	10/10	0	9,99	0	89,9	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>

	Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08	
	<b>фруктовая нарезка (апельсин)</b>	<b>100</b>	<b>0,78</b>	<b>0,17</b>	<b>7,04</b>	<b>37,39</b>	<b>341</b>
	Апельсин	129,57/86	0,78	0,17	7,04	37,39	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>530</b>	<b>27,17</b>	<b>21,89</b>	<b>53,25</b>	<b>519,27</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1300</b>	<b>49,84</b>	<b>34,34</b>	<b>132,68</b>	<b>1059,67</b>	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>День 10</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>Плов из курицы</b>	<b>150</b>	<b>11,08</b>	<b>11,8</b>	<b>24,24</b>	<b>248,16</b>	<b>122</b>
	Лук репчатый	9,45/4,95	0,07	0,01	0,41	2,03	
	Куриный окорочок	63/37,5	7,99	4,12	0,04	69,22	
	Томат-паста	1,95/1,95	0,09	0	0,37	1,93	
	Рис	34,95/34,9	2,62	0,91	21,77	105,9	
	Морковь	36,8/24	0,31	0,02	1,66	8,4	
	Масло растительное	2,7/2,7	0	2,7	0	24,27	
	Масло растительное	4,05/4,05	0	4,05	0	36,41	
	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	<b>200</b>	<b>1,4</b>	<b>0,18</b>	<b>42,52</b>	<b>171,22</b>	<b>349</b>
	Урюк	3,34/8,34	0,42	0	5,63	24,19	
	Сахарный песок	20/20	0	0	19,96	75,8	
	Абрикосы сушеные без косточки (курага)	3,34/8,34	0,43	0,03	4,25	19,35	
	Груша	3,34/8,34	0,03	0,03	0,86	3,92	
	Изюм	3,34/8,34	0,24	0,05	5,5	22,03	
	Яблоки	3,34/8,34	0,03	0,03	0,82	3,92	
	Чернослив	3,34/8,34	0,24	0,05	5,5	22,03	
	Лимонная кислота	0,2/0,2	0	0	0	0	
	Вода	200/200	0	0	0	0	
	<b>пирожное бисквитное</b>	<b>32</b>	<b>0,51</b>	<b>1,64</b>	<b>5,84</b>	<b>39,94</b>	<b>3</b>
	пирожное бисквитное	10,24/10,2	0,51	1,64	5,84	39,94	
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>	
Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08		
<b>Молоко кипяченое</b>	<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>6,4</b>	<b>9,4</b>	<b>120</b>	<b>385</b>	
Молоко пастеризованное 3,2% жирности	200/200	5,8	6,4	9,4	120		
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>612</b>	<b>21,16</b>	<b>20,32</b>	<b>96,49</b>	<b>643,4</b>	
<b>ОБЕД</b>	<b>Рассольник ленинградский с</b>	<b>200</b>	<b>13,02</b>	<b>9,88</b>	<b>17,78</b>	<b>212,44</b>	<b>76</b>
	Лук репчатый	10/8	0,11	0,02	0,66	3,28	
	Огурец соленый	4/3	0,02	0	0,05	0,39	
	Крупа перловая	10/10	0,93	0,11	6,69	31,5	
	Куриный окорочок	84/50	10,65	5,5	0,05	92,3	
	Картофель	100/60	1,2	0,24	9,78	46,2	
	Морковь	10,67/8	0,1	0,01	0,55	2,8	
	Масло растительное	4/4	0	4	0	35,96	
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>15,06</b>	<b>63,66</b>	<b>375</b>
	Чай черный	2/2	0,4	0	0,08	3,82	
	Сахар	15/15	0	0	14,97	59,85	
	Вода	216/216	0	0	0	0	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>
	Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08	
	<b>фруктовая нарезка (яблоко)</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47</b>	<b>338</b>
Яблоки	100/100	0,4	0,4	9,8	47		
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>530</b>	<b>16,19</b>	<b>10,58</b>	<b>57,13</b>	<b>387,18</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1142</b>	<b>37,35</b>	<b>30,9</b>	<b>153,62</b>	<b>1030,58</b>	
<b>11 день</b>							
	<b>вареники с капустой промышленного производства</b>	<b>180</b>	<b>10,98</b>	<b>16,96</b>	<b>54,25</b>	<b>225,5</b>	<b>12</b>
	Масло сливочное	14,4/14,4	0,19	8,86	0,24	81,5	
	Соль пищевая йодированная	1,8/1,8	0	0	0	0	
	вареники с капустой	180/180	10,8	8,1	54	144	
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>15,06</b>	<b>63,66</b>	<b>375</b>

ЗАВТРАК	Чай черный	2/2	0,4	0	0,08	3,82	
	Сахар	15/15	0	0	14,97	59,85	
	Вода	216/216	0	0	0	0	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>
	Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08	
	<b>рулетки бисквитные</b>	<b>32</b>	<b>0,51</b>	<b>1,64</b>	<b>5,84</b>	<b>39,94</b>	<b>7</b>
	рулетки бисквитные	10,24/10,24	0,51	1,64	5,84	39,94	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>442</b>	<b>14,26</b>	<b>18,9</b>	<b>89,64</b>	<b>393,18</b>	
ОБЕД	<b>Суп гороховый с картофелем</b>	<b>500</b>	<b>19,8</b>	<b>8,05</b>	<b>27,8</b>	<b>340,65</b>	<b>66</b>
	Картофель	162,5/130	2,6	0,52	21,19	100,1	
	Лук репчатый	25/25	0,35	0,05	2,05	10,25	
	Петрушка (корень)	7/7	0,1	0,04	0,71	3,57	
	Масло сливочное	5/5	0,06	3,08	0,09	28,3	
	Морковь	26,67/25	0,32	0,02	1,72	8,75	
	Горох лущеный	40/40	9,2	0,64	1,36	125,6	
	Соль	3/3	0	0	0	0	
	Вода	560/560	0	0	0	0	
	Лук репчатый	4/3,2	0,04	0,01	0,26	1,31	
	Петрушка (корень)	2,8/2	0,03	0,01	0,2	1,02	
	Говядина (котлетное мясо)	45,2/33,2	6,64	3,25	0	55,78	
	Морковь	4,27/3,2	0,04	0	0,22	1,12	
	Кости	100/100	0	0	0	0	
	Яйца	4/4	0,51	0,46	0,03	6,28	
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>15,06</b>	<b>63,66</b>	<b>375</b>
	Чай черный	2/2	0,4	0	0,08	3,82	
	Сахар	15/15	0	0	14,97	59,85	
	Вода	216/216	0	0	0	0	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>
	Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08	
<b>фруктовая нарезка (банан)</b>	<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21</b>	<b>96</b>	<b>1</b>	
Банан	120/100	1,5	0,5	21	96		
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>830</b>	<b>24,07</b>	<b>8,85</b>	<b>78,35</b>	<b>564,39</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1272</b>	<b>38,33</b>	<b>27,75</b>	<b>167,99</b>	<b>957,57</b>	
<b>12 день</b>							
ЗАВТРАК	<b>Плов из курицы гречневый</b>	<b>200</b>	<b>16,22</b>	<b>15,94</b>	<b>28,96</b>	<b>329,96</b>	<b>123</b>
	Лук репчатый	12,6/6,6	0,09	0,01	0,54	2,71	
	Куриный окорочок	84/50	10,65	5,5	0,05	92,3	
	Томат-паста	2,6/2,6	0,12	0	0,49	2,57	
	Гречневая крупа	46,6/46,6	4,94	1,4	25,68	140,27	
	Морковь	49,07/32	0,42	0,03	2,21	11,2	
	Масло растительное	3,6/3,6	0	3,6	0	32,36	
	Масло растительное	5,4/5,4	0	5,39	0	48,55	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>
	Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08	
	<b>Напиток из плодов шиповника</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0</b>	<b>31,96</b>	<b>127</b>	<b>388</b>
	Сахарный песок	20/20	0	0	19,96	75,8	
	Плоды шиповника сушеные	20/20	0,8	0	12	51,2	
	Вода	200/200	0	0	0	0	
<b>фруктовая нарезка (яблоко)</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47</b>	<b>338</b>	
Яблоки	100/100	0,4	0,4	9,8	47		
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>530</b>	<b>19,79</b>	<b>16,64</b>	<b>85,21</b>	<b>568,04</b>	
ОБЕД	<b>Борщ с капустой и</b>	<b>200/8</b>	<b>13,92</b>	<b>26,04</b>	<b>15,72</b>	<b>353,96</b>	<b>54</b>
	Лук репчатый	9,4/8	0,11	0,02	0,66	3,28	
	Куриный окорочок	84/52	11,08	5,72	0,05	95,99	
	Капуста белокочанная	80/60	1,08	0,06	2,82	16,8	
	Картофель	100/60	1,2	0,24	9,78	46,2	
	Свекла	21,33/16	0,24	0,02	1,41	6,72	
	Томат-паста	2,4/2,4	0,12	0	0,46	2,38	
	Морковь	10,67/8	0,1	0,01	0,55	2,8	
	Вода питьевая	160/160	0	0	0	0	

<b>ОБЕД</b>	Масло растительное	20/20	0	19,98	0	179,8	
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>15,06</b>	<b>63,66</b>	<b>375</b>
	Чай черный	2/2	0,4	0	0,08	3,82	
	Сахар	15/15	0	0	14,97	59,85	
	Вода	216/216	0	0	0	0	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>
	Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08	
	<b>фруктовая нарезка (груша)</b>	<b>60</b>	<b>0,24</b>	<b>0,18</b>	<b>6,18</b>	<b>28,2</b>	<b>368а</b>
Груша	66,6/60	0,24	0,18	6,18	28,2		
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>490</b>	<b>16,93</b>	<b>26,52</b>	<b>51,45</b>	<b>509,9</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1020</b>	<b>36,72</b>	<b>43,16</b>	<b>136,66</b>	<b>1077,94</b>	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>13 день</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>Рагу из птицы, кролика или субпродуктов</b>	<b>200</b>	<b>17,46</b>	<b>22,42</b>	<b>18,24</b>	<b>344,92</b>	<b>289</b>
	Лук репчатый	13,72/11,4	0,16	0,02	0,94	4,68	
	Картофель	152,85/91	1,83	0,37	14,9	70,39	
	Томат-пюре	6,86/6,86	0	0	0	0	
	Соль поваренная пищевая	3,42/3,42	0	0	0	0	
	Курица	121,14/82	14,97	15,14	0	195,83	
	Мука пшеничная	1,14/1,14	0,12	0,01	0,79	3,81	
	Морковь	25,6/19,42	0,25	0,02	1,34	6,8	
	Петрушка	3,42/3,42	0,13	0,01	0,26	1,68	
	Лавровый лист	0,02/0,02	0	0	0,01	0,06	
	Масло растительное	2,28/2,28	0	2,28	0	20,5	
	Масло растительное	4,58/4,58	0	4,58	0	41,17	
	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	<b>200</b>	<b>1,4</b>	<b>0,18</b>	<b>42,52</b>	<b>171,22</b>	<b>349</b>
	Урюк	3,34/8,34	0,42	0	5,63	24,19	
	Сахарный песок	20/20	0	0	19,96	75,8	
	Абрикосы сушеные без косточки (курага)	3,34/8,34	0,43	0,03	4,25	19,35	
	Груша	3,34/8,34	0,03	0,03	0,86	3,92	
	Изюм	3,34/8,34	0,24	0,05	5,5	22,03	
	Яблоки	3,34/8,34	0,03	0,03	0,82	3,92	
	Чернослив	3,34/8,34	0,24	0,05	5,5	22,03	
	Лимонная кислота	0,2/0,2	0	0	0	0	
	Вода	200/200	0	0	0	0	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>
Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08		
<b>Салат из свежих огурцов</b>	<b>60</b>	<b>0,46</b>	<b>3,65</b>	<b>1,43</b>	<b>40,34</b>	<b>20</b>	
Огурец свежий	71,28/57	0,46	0,06	1,42	7,98		
Масло растительное	3,6/3,6	0	3,6	0	32,36		
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>490</b>	<b>21,69</b>	<b>26,55</b>	<b>76,68</b>	<b>620,56</b>	
<b>ОБЕД</b>	<b>Суп с рыбными консервами</b>	<b>200</b>	<b>7,78</b>	<b>11,14</b>	<b>16,88</b>	<b>199,26</b>	<b>87</b>
	Лук репчатый	7,6/6,4	0,09	0,01	0,52	2,62	
	Картофель	93,25/56	1,12	0,22	9,13	43,12	
	Рис	10/10	0,75	0,26	6,23	30,3	
	Морковь	17,07/12,8	0,17	0,01	0,88	4,48	
	Петрушка	1,44/1,4	0,05	0,01	0,11	0,69	
	Вода	160/160	0	0	0	0	
	Масло растительное	10/10	0	9,99	0	89,9	
	Рыбные консервы	32/32	5,6	0,64	0	28,16	
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>15,06</b>	<b>63,66</b>	<b>375</b>
	Чай черный	2/2	0,4	0	0,08	3,82	
	Сахар	15/15	0	0	14,97	59,85	
	Вода	216/216	0	0	0	0	
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>	
Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08		

	<b>фруктовая нарезка (апельсин)</b>	<b>100</b>	<b>0,78</b>	<b>0,17</b>	<b>7,04</b>	<b>37,39</b>	<b>341</b>
	Апельсин	129,57/86	0,78	0,17	7,04	37,39	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>530</b>	<b>11,33</b>	<b>11,61</b>	<b>53,47</b>	<b>364,39</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1020</b>	<b>33,02</b>	<b>38,16</b>	<b>130,15</b>	<b>984,95</b>	
<b>14 день</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>Поджарка</b>	<b>65</b>	<b>11,38</b>	<b>27,16</b>	<b>1,64</b>	<b>296,84</b>	<b>251</b>
	Свинина, тазобедренная часть	87/74	11,1	20,13	0	225,71	
	Лук репчатый	24/20	0,28	0,04	1,64	8,2	
	Томат-пюре	10/10	0	0	0	0	
	Масло растительное	7/7	0	6,99	0	62,93	
	<b>Макаронные изделия отварные</b>	<b>150</b>	<b>5,93</b>	<b>1,11</b>	<b>36,54</b>	<b>179,55</b>	<b>202</b>
	Макаронные изделия	52,5/52,5	5,93	1,1	36,54	179,55	
	Соль пищевая йодированная	2,62/2,62	0	0	0	0	
	Вода	315/315	0	0	0	0	
	<b>Соус томатный с овощами</b>	<b>50</b>	<b>0,85</b>	<b>3,24</b>	<b>4,53</b>	<b>51,19</b>	<b>349</b>
	Лук репчатый	5,95/5	0,07	0,01	0,41	2,05	
	Масло сливочное	1,5/1,5	0,02	0,92	0,03	8,49	
	Масло сливочное	1/1	0,01	0,62	0,02	5,66	
	Морковь	12/9	0,12	0,01	0,62	3,15	
	приправа	0,5/0,5	0	0	0	0	
	Лук репчатый	1,53/0,9	0,01	0	0,07	0,37	
	Пшеничная мука, высшего сорта	2,02/2,02	0,22	0,03	1,42	6,76	
	Масло сливочное	2,02/2,02	0,03	1,25	0,03	11,46	
	Масло сливочное	0,68/0,68	0,01	0,42	0,01	3,82	
	Морковь	3,6/2,7	0,04	0	0,19	0,94	
	Соль пищевая йодированная	0,45/0,45	0	0	0	0	
	Томат-паста	6,75/6,75	0,32	0	1,28	6,68	
	Сахар	0,45/0,45	0	0	0,45	1,8	
	зелень сушеная	0,05/0,05	0	0	0	0	
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>15,06</b>	<b>63,66</b>	<b>375</b>
	Чай черный	2/2	0,4	0	0,08	3,82	
	Сахар	15/15	0	0	14,97	59,85	
	Вода	216/216	0	0	0	0	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>
	Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08	
<b>фруктовая нарезка (груша)</b>	<b>60</b>	<b>0,24</b>	<b>0,18</b>	<b>6,18</b>	<b>28,2</b>	<b>368a</b>	
Груша	66,6/60	0,24	0,18	6,18	28,2		
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>555</b>	<b>21,17</b>	<b>31,99</b>	<b>78,44</b>	<b>683,52</b>	
<b>ОБЕД</b>	<b>Суп гречневый с картофелем и</b>	<b>200</b>	<b>18,62</b>	<b>9,8</b>	<b>24,4</b>	<b>262,4</b>	<b>67</b>
	Масло сливочное	2/2	0,03	1,23	0,03	11,32	
	Лук репчатый	10/10	0,14	0,02	0,82	4,1	
	Куриный окорочок	82/70	14,91	7,7	0,07	129,22	
	Картофель	150/84	1,68	0,34	13,69	64,68	
	Гречневая крупа	16/16	1,7	0,48	8,82	48,16	
	Морковь	10,67/10	0,13	0,01	0,69	3,5	
	Соль	1,2/1,2	0	0	0	0	
	Петрушка (корень)	2,8/2,8	0,04	0,02	0,28	1,43	
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>15,06</b>	<b>63,66</b>	<b>375</b>
	Чай черный	2/2	0,4	0	0,08	3,82	
	Сахар	15/15	0	0	14,97	59,85	
	Вода	216/216	0	0	0	0	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>
	Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08	
	<b>фруктовая нарезка (яблоко)</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47</b>	<b>338</b>
	Яблоки	100/100	0,4	0,4	9,8	47	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>530</b>	<b>21,79</b>	<b>10,5</b>	<b>63,75</b>	<b>437,14</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1085</b>	<b>42,96</b>	<b>42,49</b>	<b>142,19</b>	<b>1120,66</b>	
<b>15 день</b>							
	<b>Гуляш</b>	<b>100</b>	<b>11,96</b>	<b>28,26</b>	<b>2,2</b>	<b>344,47</b>	<b>260</b>
	Свинина, лопаточная часть	107/79	11,61	23,23	0	288,74	

ЗАВТРАК	Лук репчатый	12/10	0,14	0,02	0,82	4,1	
	Томат-пюре	8/8	0	0	0	0	
	Мука пшеничная	2/2	0,21	0,02	1,38	6,68	
	Масло растительное	5/5	0	5	0	44,95	
	<b>Рис отварной</b>	<b>150</b>	<b>4,11</b>	<b>5,55</b>	<b>33,48</b>	<b>200,46</b>	<b>315</b>
	Масло сливочное	6,75/6,75	0,09	4,15	0,11	38,2	
	Рис	53,55/53,5	4,02	1,39	33,36	162,26	
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>15,06</b>	<b>63,66</b>	<b>375</b>
	Чай черный	2/2	0,4	0	0,08	3,82	
	Сахар	15/15	0	0	14,97	59,85	
	Вода	216/216	0	0	0	0	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>
	Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08	
	<b>Салат из белокочанной капусты</b>	<b>60</b>	<b>0,93</b>	<b>3,05</b>	<b>5,41</b>	<b>52,79</b>	<b>45</b>
	Сахарный песок	3/3	0	0	2,99	11,37	
	Капуста белокочанная	59,16/47,3	0,85	0,05	2,22	13,26	
	Соль поваренная пищевая	0,9/0,9	0	0	0	0	
	Лук зеленый	7,5/6	0,08	0,01	0,19	1,2	
	Лимонная кислота	0,18/0,18	0	0	0	0	
	Вода	5,82/5,82	0	0	0	0	
Масло растительное	3/3	0	3	0	26,97		
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>540</b>	<b>19,77</b>	<b>37,16</b>	<b>70,64</b>	<b>725,46</b>		
ОБЕД	<b>суп приморский с морской</b>	<b>200</b>	<b>7,5</b>	<b>7,38</b>	<b>1,28</b>	<b>101,66</b>	<b>511</b>
	Лук репчатый	10/8,5	0,12	0,02	0,7	3,48	
	Соль поваренная пищевая	1/1	0	0	0	0	
	Курица	82/40	7,28	7,36	0	95,2	
	Морковь, красная	10,67/8,5	0,11	0,01	0,59	2,98	
	Вода	200/200	0	0	0	0	
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>15,06</b>	<b>63,66</b>	<b>375</b>
	Чай черный	2/2	0,4	0	0,08	3,82	
	Сахар	15/15	0	0	14,97	59,85	
	Вода	216/216	0	0	0	0	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>2,37</b>	<b>0,3</b>	<b>14,49</b>	<b>64,08</b>	<b>701</b>
Хлеб пшеничный	30/30	2,37	0,3	14,49	64,08		
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>430</b>	<b>10,27</b>	<b>7,68</b>	<b>30,83</b>	<b>229,4</b>		
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>970</b>	<b>30,04</b>	<b>44,84</b>	<b>101,47</b>	<b>954,86</b>		
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>	<b>17845</b>	<b>645,38</b>	<b>660,32</b>	<b>2214,83</b>	<b>17305,33</b>		
<b>Среднее значение за период</b>	<b>1050</b>	<b>37,96</b>	<b>38,84</b>	<b>130,28</b>	<b>1017,96</b>		