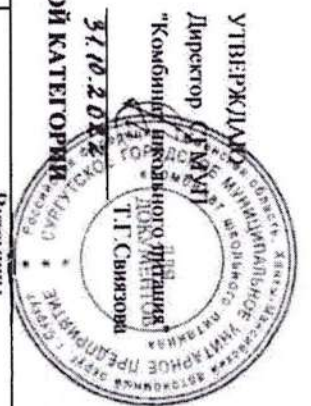


СОИ РАСОВАНО  
Директор МБОУ

*Ж.Е. Савиц*



ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ (1 СМЕНА) ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ



Наименование блюда	№ рецепта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. ккал	Минеральные элементы (мг)										Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	А.мг	Р.мкг	Т.э.мг	В.мг	С.мг						
<b>Понедельник</b>																					
<b>Завтрак 12 лет и старше 1 смена</b>																					
Колбаса отварная	ТТК № 239	100	11,28	14,96	0,00	179,76	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0				
Макарониз с сыром	№ 333 сб.2004	200	9,92	12,39	35,21	292,42	177,48	14,81	144,66	0,97	53,64	100,44	1	0,07	0,06						
Каша с молоком	№ 693 сб.2004	200	3,64	3,34	24,10	134,77	110,63	26,97	101,09	0,90	12,00	22,12	0,01	0,03	0,52						
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>550</b>	<b>28,23</b>	<b>31,19</b>	<b>82,35</b>	<b>719,31</b>	<b>288,11</b>	<b>41,78</b>	<b>245,75</b>	<b>1,87</b>	<b>65,64</b>	<b>122,56</b>	<b>1,01</b>	<b>0,10</b>	<b>0,58</b>						
<b>Обед 12 лет и старше 1 смена</b>																					
Салат из свежей капусты с кукурузой	ТТК № 80	100	1,60	4,53	10,91	87,37	42,02	10,72	20,65	0,48	0	35,19	2,36	0,02	12,54						
Рассольник ленинградский	№ 132 сб.2004	250	2,07	3,52	17,26	107,11	19,62	21,06	61,82	0,82	12	224,78	0,23	0,08	6,4						
Зелень (укроп, петрушка)	ТТК № 41	1	0,03	0,00	0,09	0,44	2,06	0,67	0,82	0,02	0	8,5	0,02	0	0,5						
Жаркое по - домашнему	№ 436 сб.2004	225	23,35	20,96	21,48	366,09	35,66	50,41	267,25	3,98	14,4	39,65	0,71	0,16	10,74						
Напиток из плодов шиповника (вит. 7)	ТТК № 809-70	200	0,69	0,29	34,27	130,54	12,81	3,42	3,55	0,66	0,03	163,43	0,76	0,01	2,00						
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
<b>Итого за "Обед"</b>		<b>826</b>	<b>31,13</b>	<b>29,80</b>	<b>107,05</b>	<b>803,91</b>	<b>112,17</b>	<b>86,28</b>	<b>354,09</b>	<b>5,96</b>	<b>26,43</b>	<b>471,55</b>	<b>4,08</b>	<b>0,27</b>	<b>230,18</b>						
<b>Итого за прием</b>		<b>1376</b>	<b>59,36</b>	<b>60,99</b>	<b>189,40</b>	<b>1523,22</b>	<b>400,28</b>	<b>128,06</b>	<b>599,84</b>	<b>7,83</b>	<b>92,07</b>	<b>594,11</b>	<b>5,09</b>	<b>0,37</b>	<b>230,76</b>						

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	Эл. ккал	Минеральные элементы (мг)							Витамины						
							Ca	Mg	P	Fe	A, мг	P, мкг	T, мг	B1, мг	C, мг					
<b>Вторник</b>																				
<b>Завтрак 12 лет и старше 1 смена</b>																				
Копченый из рыбы	ТТК № 301	100	13,93	6,36	13,27	167,13	23,53	20,62	147,79	0,48	15,00	26,13	3,17	0,05	0,40					
Рис цветной	ТТК № 528	180	4,26	4,52	38,99	212,51	15,81	25,67	78,68	0,62	14,98	37,08	0,3	0,04	0,72					
Чай с сахаром	ТТК № 804	200	1,70	0,41	12,96	59,76	0,37	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
Корж "Школьный"	ТТК № 1507	75	5,55	9,66	55,66	327,02	22,53	9,13	56,45	0,75	72,93	80,17	0,83	0,09	0,11					
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>605</b>	<b>28,83</b>	<b>21,45</b>	<b>143,92</b>	<b>878,77</b>	<b>62,24</b>	<b>55,42</b>	<b>282,92</b>	<b>1,90</b>	<b>102,91</b>	<b>143,38</b>	<b>4,30</b>	<b>0,18</b>	<b>1,23</b>					
<b>Обед 12 лет и старше 1 смена</b>																				
<b>Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)</b>	№ 124 сб 2004	250	1,76	3,37	10,02	74,30	36,68	18,4	41,78	0,71	12	228,53	0,2	0,05	12,22					
Г оварина отварная для 1 блюда	ТТК № 233	20	5,44	3,89	0,16	57,34	5,09	5,79	43,69	0,73	0	16,01	0,13	0,01	0,04					
Зелень (укроп, петрушка)	ТТК № 41	1	0,03	0,00	0,09	0,44	2,06	0,67	0,82	0,02	0	8,5	0,02	0	0,5					
Полжарка из филе индейки	ТТК № 406	130	27,92	14,01	6,35	260,47	44,86	30,87	263,19	2,05	56,16	127,6	0,77	0,08	3,04					
Пюре из бобовых	ТТК № 317	180	20,34	6,02	51,94	327,78	93,27	78,41	203,94	6,29	25,44	30,38	0,5	0,79	0					
Компот из изюма (вит. 7)	ТТК № 822-70	200	0,37	0,01	28,80	109,82	0,66	0,02	0,15	0,05	0,03	0,03	0	0	0					
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
Хлеб столичный из муки в/с	п/п	50	3,43	0,49	24,01	116,57	0	0	0	0	0	0	0	0	0					
<b>Итого за "Обед"</b>		<b>856</b>	<b>60,96</b>	<b>28,04</b>	<b>132,40</b>	<b>1000,79</b>	<b>182,62</b>	<b>134,16</b>	<b>553,57</b>	<b>9,85</b>	<b>93,63</b>	<b>411,05</b>	<b>1,62</b>	<b>0,93</b>	<b>15,80</b>					
<b>Итого за прием</b>		<b>1461</b>	<b>90</b>	<b>49</b>	<b>276</b>	<b>1880</b>	<b>245</b>	<b>190</b>	<b>836</b>	<b>12</b>	<b>197</b>	<b>554</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>17</b>					





Наименование блюда	№ рещ.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭД, ккал	Минеральные элементы (мг)							Витамины						
							Ca	Mg	P	Fe	А,мг	P,мкг	Т,мг	В1,мг	С,мг					
Четверг																				
Завтрак 12 лет и старше I смена																				
Каша молочная манная жидкая	№ 311 сб.2004	200	5,86	3,24	28,81	166,37	121,35	17,94	106,33	0,4	12,67	23,23	0,46	0,06	0,55					
Масло сливочное	ТТК № 43	10	4,08	7,25	0,13	66,06	2,4	0	3	0,02	40	45	0,1	0	0					
Запеканка из творога	№ 366 сб.2004	100	17,64	11,77	16,69	245,16	148,54	21,32	188,48	0,51	69,83	80,74	0,35	0,04	0,24					
Соус клубничный	№ 618 сб.2004	20	0,08	0,04	11,80	45,50	3,91	1,6	2,04	0,14	0	0,51	0,05	0	2,45					
Чай с сахаром	ТТК № 804	200	1,70	0,41	12,96	59,76	0,37	0,80	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
Хлеб столичный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
Итого за "Завтрак"		580	28,75	23,21	93,43	695,20	276,57	40,86	299,85	1,12	122,50	149,48	0,96	0,10	3,24					
Обед 12 лет и старше I смена																				
Винегрет "Морской"	ТТК № 78	100	1,20	5,63	9,75	91,11	20,34	15,29	35,67	0,69	0	202,06	2,31	0,04	8,2					
Суп картофельный с макаронными изделиями	№ 140 сб.2004	250	2,72	2,32	20,66	112,58	20,56	21,32	57,34	0,92	7,2	215,78	0,32	0,09	6,6					
Зелень (укроп, петрушка)	ТТК № 41	1	0,03	0,00	0,09	0,44	2,06	0,67	0,82	0,02	0	8,5	0,02	0	0,5					
Рыба, запеченная с сырной пастой (пикша)	ТТК № 311	100	15,81	15,31	2,05	208,37	78,23	5,56	55,97	0,23	27,99	52,41	4,24	0,01	0,8					
Ризотто овощное	ТТК № 536	180	4,80	7,47	37,15	235,20	13,6	22,38	70,16	0,56	25,92	48,6	0,31	0,03	0					
Компот ягодно-яблочный "Рябинка" (вит 7)	ТТК № 834-70	200	0,34	0,10	24,42	94,58	7,64	3,5	10,12	0,56	0,02	1,03	300,04	0	0,8					
Пирожное "Тесочное кольцо"	№ 50 сб.1999	48	3,87	13,34	25,93	237,28	11,23	17,69	41,75	0,64	89,56	98,39	0,8	0,07	0					
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
Хлеб столичный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
Итого за "Обед"		929	32,16	44,67	143,09	1092,21	153,66	86,41	271,83	3,58	150,69	626,77	308,04	0,24	16,90					
Итого за прием		1509	60,91	67,88	236,52	1787,41	430,23	127,27	571,68	4,70	273,19	776,25	309,00	0,34	20,14					









Наименование блюда	№ рецеп.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод- ды, г	Элл. ккал	Минеральные элементы (мг)							Витамины				
							Са	Мг	Р	К	С	А, мг	Р, мкг	Т, мг	В1, мг	С, мг		
<b>Понедельник</b>																		
<b>Завтрак 12 лет и старше 1 смена</b>																		
Соусы отварные	№ 413 сб 2004	100	11,28	14,96	0,00	179,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00		
Макаронные изделия отварные	№ 516 сб 2004	180	6,77	5,36	44,94	254,45	19,75	10,17	56,41	1,04	25,20	28,35	0,98	0,10	0,00	0,00		
Яблоко		130	0,52	0,52	15,08	63,28	20,8	11,7	14,3	2,86	0	6,5	0,26	0,04	0,04	1,3		
Кавал с молоком	№ 693 сб 2004	200	3,64	3,34	24,10	134,77	110,63	26,97	101,09	0,90	12,00	22,12	0,01	0,03	0,03	0,52		
Хлеб "Прибрежный"	п/п	30	2,21	0,59	15,38	75,12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>665</b>	<b>26,14</b>	<b>25,02</b>	<b>111,51</b>	<b>765,66</b>	<b>151,18</b>	<b>48,84</b>	<b>171,80</b>	<b>4,80</b>	<b>37,20</b>	<b>56,97</b>	<b>1,75</b>	<b>0,17</b>	<b>0,00</b>	<b>13,52</b>		
<b>Обед 12 лет и старше 1 смена</b>																		
Салат из соевых стручков с луком	№ 17 сб 2004	100	0,20	4,42	3,74	54,16	4,09	1,83	7,66	0,1	0	0	2,23	0,01	0,6	0,6		
Суп из овощей (горошек зеленый)	№ 135 сб 2004	250	1,80	3,42	12,03	83,19	26,97	19,17	47,39	0,74	12	228,63	0,2	0,06	8,52	8,52		
Говядина отварная для 1 блюда	ТТК № 233	20	5,44	3,89	0,16	57,34	5,09	5,79	43,69	0,73	0	16,01	0,13	0,01	0,04	0,04		
Зелень (укроп, петрушка)	ТТК № 41	1	0,03	0,00	0,09	0,44	2,06	0,67	0,82	0,02	0	8,5	0,02	0	0,5	0,5		
Котлеты из рыбы	ТТК № 301	100	13,93	6,36	13,27	167,13	23,53	20,62	147,79	0,48	15,00	26,13	3,17	0,05	0,40	0,40		
Рис припущенный	№ 512 сб 2004	180	4,19	4,57	43,99	234,54	11,59	27,75	85,03	0,6	15,12	28,35	0,32	0,04	0	0		
Компот из смеси сухофруктов (вит.7)	ТТК № 816-70	200	0,98	0,06	30,73	116,38	28,88	18,29	25,54	0,61	0,02	116,63	1,1	0,01	0,32	0,32		
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	50	3,43	0,49	24,01	116,57	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
<b>Итого за "Обед"</b>		<b>926</b>	<b>31,67</b>	<b>23,46</b>	<b>139,05</b>	<b>883,81</b>	<b>102,21</b>	<b>94,12</b>	<b>357,92</b>	<b>3,28</b>	<b>42,14</b>	<b>424,25</b>	<b>7,17</b>	<b>0,18</b>	<b>10,38</b>	<b>10,38</b>		
<b>Итого за прием</b>		<b>1591</b>	<b>57,81</b>	<b>48,48</b>	<b>250,56</b>	<b>1649,47</b>	<b>253,39</b>	<b>142,96</b>	<b>529,72</b>	<b>8,08</b>	<b>79,34</b>	<b>481,22</b>	<b>8,92</b>	<b>0,35</b>	<b>23,90</b>	<b>23,90</b>		

Наименование Блюда	№ рец.	Выход. г	Белки. г	Жиры. г	Углево- льн. г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)							Витаминны				
							Ca	Mg	P	Fe	А.мг	РЭ.мкг	ТЭ.мг	В1.мг	С.мг			
<b>Вторник</b>																		
<b>Завтрак 12 лет и старше 1 смена</b>																		
Салат из свежих помидоров	№ 19 сб.2004	100	0,98	9,97	4,64	111,24	19,7	18,27	24,85	0,86	0	121,03	5,04	0,05	22,3			
Зразы "Лениние" с соусом	ТТК № 228	100	8,67	10,71	11,42	175,81	19,7	12,79	79,09	1,16	14,29	98,62	1,92	0,02	0,89			
Капша перловая расщипчатая	№ 508 сб.2004	180	5,14	4,58	39,48	214,81	26,62	20,6	166,37	0,97	15,12	28,35	4,7	0,05	0			
Чай с лимоном	ТТК № 803	207	1,76	0,42	13,28	62,23	2,83	0,73	1,34	0,09	0,00	0,14	0,01	0,00	1,12			
Батончик "На здоронье" пшенично-ржаной	ш/п	20	1,57	0,59	9,80	51,74	19,89	0	0	0,8	0	0	0	0,09	0			
Хлеб пшеничный из муки в/с	ш/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>632</b>	<b>19,84</b>	<b>26,52</b>	<b>90,63</b>	<b>674,11</b>	<b>88,74</b>	<b>52,39</b>	<b>271,65</b>	<b>3,88</b>	<b>29,41</b>	<b>248,14</b>	<b>7,67</b>	<b>0,21</b>	<b>24,31</b>			
<b>Обед 12 лет и старше 1 смена</b>																		
Рассольник	№ 130 сб.2004	250	1,70	3,48	14,41	93,98	19,31	19,92	50,3	0,78	984	224,78	0,19	0,07	6,6			
Г оварина отпарная для 1 блока	ТТК № 233	15	4,08	2,92	0,12	43,00	3,81	4,35	32,77	0,55	0	12,01	0,1	0,01	0,03			
Зелень (укроп, петрушка)	ТТК № 41	1	0,03	0,00	0,09	0,44	2,06	0,67	0,82	0,02	0	8,5	0,02	0	0,5			
Нагетсы "Детские"	ТТК № 416	100	18,09	20,09	7,05	279,90	1,06	0	1,31	0,01	12	22,5	0,05	0	0			
Фасоль зеленая резаная б/з припущенная	ТТК № 531	180	4,28	4,49	10,56	88,69	109,54	41,03	71,61	1,77	15,12	148,95	0,6	0,13	14,4			
Компот "Сливовый № 2" (нит.7)	ТТК № 832-70	200	0,31	0,09	25,06	97,01	7,48	3,12	8,76	0,41	0,02	5,53	150,13	0,01	1,04			
Кулебяка с яблоками	ТТК № 904	100	5,99	2,33	49,60	240,14	16,82	10,56	46,76	1,36	2,85	8,69	1,71	0,06	0,7			
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ш/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Хлеб пшеничный из муки в/с	ш/п	50	3,43	0,49	24,01	116,57	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
<b>Итого за "Обед"</b>		<b>921</b>	<b>39,58</b>	<b>34,14</b>	<b>141,93</b>	<b>1013,81</b>	<b>160,08</b>	<b>79,65</b>	<b>212,33</b>	<b>4,90</b>	<b>1013,99</b>	<b>430,96</b>	<b>152,80</b>	<b>0,28</b>	<b>23,27</b>			
<b>Итого за прием</b>		<b>1553</b>	<b>59,42</b>	<b>60,66</b>	<b>232,56</b>	<b>1687,92</b>	<b>248,82</b>	<b>132,04</b>	<b>483,98</b>	<b>8,78</b>	<b>1043,40</b>	<b>679,10</b>	<b>160,47</b>	<b>0,49</b>	<b>47,58</b>			





Наименование биолода	№ рец.	Выход, г	Всипки, г	Жиры, г	Углево- дн., г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг.)							Витамины						
							Са	Мг	Р	Fe	А.мг	Р.э.мг	Т.э.мг	В1.мг	С.мг					
Четверг																				
Завтрак 12 лет и старше I смена																				
Сыр (попшьям)	№ 97 с6 2004	20	4,89	4,59	0,00	61,91	176	7,83	111,36	0,17	27,6	51,6	0,1	0	0,06					
Капла молочная из смеси зерновых хлопьев	ТТК № 702	210	6,43	10,17	27,61	228,24	116,97	13,05	85,95	0,14	36,67	68,23	0,10	0,03	0,55					
Масло сливочное	ТТК № 43	10	0,08	7,25	0,13	66,06	2,4	0	3	0,02	49	45	0,1	0	0					
Творожник с изюмом	ТТК № 605	100	11,90	15,17	42,05	348,52	91,57	15,02	135,07	0,81	73,68	133,5	0,72	0,05	0,12					
Чай с сахаром	ТТК № 804	20м	1,70	0,41	12,96	59,76	0,37	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
Багачник "На здоровье" пшенично-ржаной																				
Обогащенный витаминами, железом и кальцием	п/п	20	1,57	0,59	9,80	51,74	19,89	0	0	0,8	0	0	0	0,09	0					
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
Итого за "Завтрак"		585	28,29	38,43	104,56	874,52	407,20	35,90	335,38	1,99	177,95	298,33	1,02	0,17	0,73					
Обед 12 лет и старше I смена																				
Сул картофельный с макаронными изделиями	№ 140 с6 2004	250	2,72	2,32	20,66	112,58	20,56	21,32	57,34	0,92	7,2	215,78	0,32	0,09	6,6					
Говядина отварная для I блока	ТТК № 233	10	2,71	1,94	0,00	28,34	2,36	2,74	21,53	0,36	0	0,01	0,06	0,01	0					
Сарделька аппетитная	ТТК № 224	100	21,97	23,45	5,39	320,47	26,27	27,33	203,4	3,11	22,4	31,5	0,59	0,21	0,13					
Капустя тушеная	№ 534 с6 2004	180	4,09	4,24	20,81	128,86	104,32	33,67	69,17	1,38	15,12	119,55	0,37	0,06	38,27					
Компот ягодно-фруктовый (вит. 7)	ТТК 835 -70	200	0,22	0,09	25,68	99,83	10,01	5,27	7,6	0,43	0,02	7,37	0,13	0	1,07					
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
Итого за "Обед"		790	35,10	32,54	95,58	802,44	163,52	90,33	359,04	6,20	44,74	374,21	1,47	0,37	46,07					
Итого за прием		1375	63,39	70,97	200,14	1676,96	570,72	126,23	694,42	8,19	222,69	672,54	2,49	0,54	46,80					



Наименование блюда	№ рецепта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭНД, ккал	Минеральные элементы (мг)							Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	P, мкг	Г, мкг	В1, мг	С, мг			
<b>Пятница</b>																		
<b>Завтрак 12 лет и старше I смена</b>																		
Котлета из мяса птицы в панировке	ТТК № 404	100	16,22	8,73	12,82	195,96	11,79	10,59	112,79	0,81	22,58	22,46	0,54	0,02	0			
Рис с овощами	ТТК № 527	180	4,07	7,40	40,24	241,45	25,27	34,25	95,96	0,85	25,92	25,88	0,47	0,05	1,61			
Груша		100	0,40	0,30	13,10	50,69	19	12	16	2,3	0	2	0,4	0,02	5			
Кофейный напиток (растворимый)	ТТК 808	200	1,70	1,41	25,00	116,08	53,33	6,09	39,15	0,10	6,00	11,60	0,00	0,01	0,26			
Хлеб столничный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>630</b>	<b>25,78</b>	<b>18,34</b>	<b>114,20</b>	<b>716,52</b>	<b>109,39</b>	<b>62,93</b>	<b>263,90</b>	<b>4,06</b>	<b>54,50</b>	<b>258,426</b>	<b>1,41</b>	<b>0,10</b>	<b>6,87</b>			
<b>Обед 12 лет и старше I смена</b>																		
Борщ с картофелем	№ 114 сб 2004	250	1,97	3,43	16,71	101,31	31,44	24,37	55,33	1,17	12	234,47	0,23	0,06	6,86			
Зелень (укроп, петрушка)	ТТК № 41	1	0,03	0,00	0,09	0,44	2,06	0,67	0,82	0,02	0	8,5	0,02	0	0,5			
Мясо тушеное	№ 433 сб 2004	100	15,07	14,28	3,17	201,18	16,54	19,45	145,2	2,15	9,6	87,63	0,47	0,05	0,76			
Картофель отварной	№ 518 сб 2004	180	3,43	4,65	29,07	170,38	28,83	36,71	94,82	1,51	15,12	33,75	0,24	0,16	14,4			
Блинчики с молоком ступенным вареным	ТТК № 922	55	7,24	10,24	15,18	183,37	0,63	0	0,78	0,01	7,2	13,5	0,03	0	0			
Напиток из плодов шиповника (вит. 7)	ТТК № 809-70	200	0,69	0,29	34,27	130,54	12,81	3,42	3,55	0,66	0,03	163,43	0,76	0,01	200			
Хлеб столничный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
<b>Итого за "Обед"</b>		<b>836</b>	<b>31,82</b>	<b>33,39</b>	<b>121,53</b>	<b>899,58</b>	<b>92,31</b>	<b>84,62</b>	<b>300,50</b>	<b>5,52</b>	<b>43,95</b>	<b>541,28</b>	<b>1,75</b>	<b>0,28</b>	<b>222,52</b>			
<b>Итого за прием</b>		<b>1466</b>	<b>57,60</b>	<b>51,73</b>	<b>235,73</b>	<b>1616,11</b>	<b>201,70</b>	<b>147,55</b>	<b>564,40</b>	<b>9,58</b>	<b>98,45</b>	<b>3125,54</b>	<b>3,16</b>	<b>0,38</b>	<b>229,39</b>			

