

Примерное меню								
(для категории граждан, предусмотренной пунктом 2 статьи 11 Закона края от 2 ноября 2000 года №12-961 «О защите прав ребенка», в возрасте от 11 до 18 лет включительно)								
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД 1 ПОРЦИИ , г.	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА (г)			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ (ККАЛ)	СТОИМОСТЬ ПРОДУКТО В ПИТАНИЯ, РУБ.	НАКЛАДНЫЕ РАСХОДЫ (35%), РУБ.	СТОИМОСТЬ БЛЮДА, РУБ.
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ				
1 ДЕНЬ								
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	120	9,16	8,24	1,95	122,06	48,96	17,14	66,10
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	170	4,33	2,40	25,79	143,15	9,33	3,26	12,59
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,32	0,00	29,20	118,00	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,92	0,17	12,50	56,50	1,75	0,61	2,36
ИТОГО:		15,73	10,81	69,44	439,71	70,43	24,65	95,08
2 ДЕНЬ								
ТВЕДЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ	90/50	10,92	18,00	16,27	270,13	39,31	13,76	53,07
КАПУСТА ТУШЕННАЯ С ОТВАРНЫМ КАРТОФЕЛЕМ	160	3,00	3,57	6,20	129,45	25,09	8,78	33,87
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,26	0,00	16,00	65,00	4,42	1,55	5,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,76	0,15	11,50	51,98	1,61	0,56	2,17
ИТОГО:		15,94	21,72	49,97	516,56	70,43	24,65	95,08
3 ДЕНЬ								
ЗРАЗА РУБЛЕННАЯ С ЯЙЦОМ	100	12,00	10,02	13,25	246,38	34,50	12,08	46,58
КАША РАССЫПЧАТАЯ "ГРЕЧНЕВАЯ"	180	6,85	4,99	33,14	280,18	18,98	6,64	25,62
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8	0,05	5,79	0,11	52,80	7,32	2,56	9,88
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,00	28,90	90,00	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,45	0,21	16,00	72,32	2,25	0,79	3,04
ИТОГО:		21,79	21,02	91,40	741,68	70,43	24,65	95,08
4 ДЕНЬ								
РЫБА (ГОРБУША) ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	110	21,30	20,60	4,80	291,10	33,12	11,59	44,71
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,72	6,12	22,32	159,24	24,54	8,59	33,13
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,53	0,22	16,50	74,58	2,38	0,83	3,21
ИТОГО:		19,17	26,29	96,51	664,12	70,43	24,65	95,08
5 ДЕНЬ								
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	120	16,20	12,90	6,30	208,10	51,28	17,95	69,22
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	170	4,30	5,70	47,20	243,00	12,62	4,42	17,04
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,26	0,00	16,00	65,00	4,42	1,55	5,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,11	0,74	2,85
ИТОГО:		23,06	18,80	84,50	583,90	70,43	24,65	95,08
6 ДЕНЬ								
ЖАРКОЕ "ПО-ДОМАШНЕМУ" С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	280	17,10	7,80	21,00	223,00	67,17	23,51	90,68
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,76	0,15	11,50	51,98	1,65	0,58	2,23
ИТОГО:		18,96	7,95	47,50	334,98	70,43	24,65	95,08
7 ДЕНЬ								
ПЛОВ С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	300	16,38	14,62	38,32	448,41	58,02	20,31	78,33
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,15	0,19	14,00	63,28	2,02	0,71	2,73
ИТОГО:		18,83	14,81	86,82	650,89	70,43	24,65	95,08
8 ДЕНЬ								
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ	255	9,21	17,29	1,50	561,84	67,41	23,60	91,01

С МЯСОМ									
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,13	10,00	45,20	1,41	0,49	1,90	
ИТОГО:		10,84	17,42	26,50	667,04	70,43	24,65	95,08	
9 ДЕНЬ									
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННО-ТОМАТНЫМ	85/50	8,03	13,98	13,38	210,38	46,90	16,41	63,31	
КАША РАССЫПЧАТАЯ "ТРЕЧНЕВАЯ"	165	6,85	4,99	33,14	256,83	17,40	6,09	23,48	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,26	0,00	16,00	65,00	4,42	1,55	5,97	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,84	0,16	12,00	54,24	1,72	0,60	2,32	
ИТОГО:		16,98	19,13	74,52	586,45	70,43	24,65	95,08	
10 ДЕНЬ									
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	105	9,16	8,24	1,95	122,06	42,84	15,00	57,84	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	175	3,62	5,95	21,70	154,82	23,86	8,35	32,21	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,12	0,74	2,86	
ИТОГО:		15,18	14,39	53,65	404,68	70,43	24,65	95,08	
11 ДЕНЬ									
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	115	16,20	12,90	6,30	208,10	49,14	17,20	66,34	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	170	4,33	2,40	25,79	143,15	9,33	3,26	12,59	
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,69	0,15	11,00	49,72	1,57	0,55	2,12	
ИТОГО:		22,52	15,45	77,59	540,17	70,43	24,65	95,08	
12 ДЕНЬ									
ЖАРКОЕ "ПО-ДОМАШНЕМУ" С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	280	17,10	7,80	21,00	223,00	67,17	23,51	90,68	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,76	0,15	11,50	51,98	1,65	0,58	2,23	
ИТОГО:		18,96	7,95	47,50	334,98	70,43	24,65	95,08	
ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ									
(для категории граждан, предусмотренной пунктом 2 статьи 11 Закона края от 2 ноября 2000 года №12-961 «О защите прав ребенка», в возрасте от 11 до 18 лет включительно)									
—									
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД ПОРЦИИ, г.	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА (г)			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ (ККАЛ)	СТОИМОСТЬ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ РУБ.	НАКЛАДНЫЕ РАСХОДЫ (35%), РУБ.	СТОИМОСТЬ БЛЮДА, РУБ.	
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ					
1 ДЕНЬ									
ГОРЯЧИЙ ОБЕД									
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	110	1,10	6,10	6,90	87,00	17,61	6,16	23,77	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	5,01	4,39	7,76	120,90	10,22	3,58	13,79	
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	130	9,16	8,24	1,95	122,06	53,04	18,56	71,60	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	4,33	2,40	25,79	143,15	9,87	3,46	13,33	
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,45	0,21	16,00	72,32	2,24	0,78	3,02	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	32	2,45	0,21	16,00	72,32	2,25	0,79	3,04	
ИТОГО:		24,81	21,56	108,90	756,95	105,62	36,97	142,59	
2 ДЕНЬ									
ГОРЯЧИЙ ОБЕД									
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ	80	1,30	8,50	9,63	125,27	10,68	3,74	14,42	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,60	3,79	0,72	76,56	17,31	6,06	23,37	
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	85/30	10,92	18,00	16,27	270,13	35,36	12,38	47,73	
КАПУСТА ТУШЕННАЯ С ОТВАРНЫМ КАРТОФЕЛЕМ	180	3,00	3,57	6,20	129,45	28,22	9,88	38,10	
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03	

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,99	0,17	13,00	58,76	1,83	0,64	2,47
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	26	1,99	0,17	13,00	58,76	1,83	0,64	2,47
ИТОГО:		18,21	21,92	82,97	656,30	105,62	36,97	142,59

3 ДЕНЬ

ГОРЯЧИЙ ОБЕД

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	100	3,00	9,90	19,60	179,50	17,41	6,09	23,50
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	1,71	3,91	3,57	83,60	16,26	5,69	21,95
ЭРАЗА РУБЛЕННАЯ С ЯЙЦОМ	105	12,00	10,02	13,25	246,38	36,23	12,68	48,90
КАША РАССЫПЧАТАЯ "ГРЕЧНЕВАЯ"	180	6,85	4,99	33,14	233,49	18,98	6,64	25,62
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,03	3,62	0,07	33,00	4,58	1,60	6,18
КОМПЮТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,00	28,90	90,00	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,61	0,23	17,00	76,84	2,39	0,84	3,23
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	34	2,61	0,23	17,00	76,84	2,40	0,84	3,24
ИТОГО:		29,24	32,89	132,53	1019,65	105,62	36,97	142,59

4 ДЕНЬ

ГОРЯЧИЙ ОБЕД

ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	100	1,50	10,10	11,70	143,70	17,20	6,02	23,22
РАССОЛЬНИК "ЛЕНИНГРАДСКИЙ" СО СМЕТАНОЙ	250/10	4,20	5,20	23,20	154,80	18,59	6,51	25,10
РЫБА (ГОРБУША) ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	100	21,30	20,60	4,80	291,10	30,11	10,54	40,65
ШОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,21	5,27	19,22	137,13	24,54	8,59	33,13
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,61	0,23	17,00	76,84	2,39	0,84	3,23
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	34	2,61	0,23	17,00	76,84	2,39	0,84	3,23
ИТОГО:		35,72	41,62	127,42	1019,61	105,62	36,97	142,59

5 ДЕНЬ

ГОРЯЧИЙ ОБЕД

САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ	80	1,30	8,50	9,63	125,27	10,68	3,74	14,42
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,16	7,52	8,16	114,00	14,38	5,03	19,42
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	110	13,69	6,11	4,75	130,00	47,00	16,45	63,45
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	3,64	4,33	37,36	206,00	13,37	4,68	18,04
НАПИТОК ИЗ ОБЛЕПИХИ	200	0,14	0,00	16,91	61,79	16,22	5,68	21,90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,15	0,19	14,00	63,28	1,98	0,69	2,67
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	28	2,15	0,19	14,00	63,28	1,99	0,70	2,69
ИТОГО:		25,22	26,83	104,81	763,62	105,62	36,97	142,59

6 ДЕНЬ

ГОРЯЧИЙ ОБЕД

ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	110	0,60	0,10	2,30	13,00	15,73	5,51	21,24
СУП "ЛАШНА-ДОМАШНЯ" (РОЛЛТОН)	250	2,60	5,50	13,40	113,80	8,61	3,01	11,63
ЖАРКОЕ "ПО-ДОМАШНЕМУ" С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	290	17,10	7,80	21,00	223,00	69,57	24,35	93,92
КОМПЮТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,00	28,90	90,00	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,16	0,76	2,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	31	2,38	0,21	15,50	70,06	2,17	0,76	2,93
ИТОГО:		25,42	13,81	96,10	577,66	105,62	36,97	142,59

7 ДЕНЬ

ГОРЯЧИЙ ОБЕД

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	110	1,10	6,10	6,90	87,00	17,61	6,16	23,77
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	5,76	7,39	19,90	178,50	10,22	3,58	13,79
ПЛОВ С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	290	19,40	16,13	1,00	386,00	56,09	19,63	75,72
НАПИТОК ИЗ ОБЛЕПИХИ	200	0,14	0,00	16,91	61,79	16,22	5,68	21,90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,91	0,25	19,00	85,88	2,74	0,96	3,70
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	39	2,99	0,26	19,50	88,14	2,75	0,96	3,71
ИТОГО:		32,30	30,13	83,21	887,31	105,62	36,97	142,59

8 ДЕНЬ

ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	80	0,60	0,10	2,30	13,00	12,98	4,54	17,52
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	250/10	1,59	3,80	0,69	69,95	15,22	5,33	20,55
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	250	10,29	9,97	10,30	354,00	66,09	23,13	89,22
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,46	0,00	21,78	85,68	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,15	0,19	14,00	63,28	1,97	0,69	2,66
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	28	2,15	0,19	14,00	63,28	1,98	0,69	2,67
ИТОГО:		17,23	14,24	63,07	649,19	105,62	36,97	142,59
9 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ	100	1,30	8,50	9,63	125,27	13,35	4,67	18,02
СУП "КРЕСТЬЯНСКИЙ" С КРУПОЙ	250	2,68	4,19	2,66	80,22	9,41	3,29	12,70
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ПНИЦЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННО-ТОМАТНЫМ	100/50	8,03	13,98	13,38	210,38	54,26	18,99	73,26
КАША РАССЫПЧАТАЯ "ГРЕЧНЕВАЯ"	180	6,85	4,99	33,14	217,92	18,98	6,64	25,62
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,26	0,00	16,00	65,00	4,42	1,55	5,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,84	0,25	18,50	83,62	2,60	0,91	3,51
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	37	2,84	0,25	18,50	83,62	2,60	0,91	3,51
ИТОГО:		24,79	32,15	111,81	866,03	105,62	36,97	142,59
10 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	50	0,28	1,55	2,51	26,27	5,26	1,84	7,11
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (САЙРА)	250	4,20	4,70	15,28	123,48	27,23	9,53	36,76
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	100	15,40	6,40	3,70	134,00	40,80	14,28	55,08
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,12	4,68	12,78	133,00	21,82	7,64	29,45
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,08	0,00	21,80	87,60	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,69	0,15	11,00	49,72	1,56	0,55	2,11
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	22	1,69	0,15	11,00	49,72	1,57	0,55	2,12
ИТОГО:		26,45	17,62	78,07	603,79	105,62	36,97	142,59
11 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ	90	1,51	2,61	0,00	45,20	17,50	6,12	23,62
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	1,71	3,91	3,57	83,60	16,26	5,69	21,95
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	110	18,67	8,33	6,48	177,27	47,00	16,45	63,45
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	3,61	2,00	21,49	119,29	9,87	3,46	13,33
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,32	0,00	29,20	118,00	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,45	0,21	16,00	72,32	2,29	0,80	3,09
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	32	2,45	0,21	16,00	72,32	2,30	0,81	3,11
ИТОГО:		30,73	17,28	92,74	688,00	105,62	36,97	142,59
12 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	110	0,60	0,10	2,30	13,00	15,73	5,51	21,24
СУП "ЛАШША-ДОМАШНЯЯ" (РОЛТОН)	250	2,60	5,50	13,40	113,80	8,61	3,01	11,63
ЖАРКОЕ "ПО-ДОМАШНЕМУ" С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	290	17,10	7,80	21,00	223,00	69,57	24,35	93,92
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,00	28,90	90,00	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,16	0,76	2,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	31	2,38	0,21	15,50	70,06	2,17	0,76	2,93
ИТОГО:		25,42	13,81	96,10	577,66	105,62	36,97	142,59
ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ								
(для категории граждан, предусмотренной пунктом 7 статьи 14 Закона края от 2 ноября 2000 года №12-961 «О защите прав ребенка», в возрасте от 6 до 10 лет включительно)								
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД 1 ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА (г)			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ	СТОИМОСТЬ	НАКЛАДНЫЕ	СТОИМОСТЬ

	г.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЦЕННОСТЬ (ККАЛ)	ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ, РУБ.	РАСХОДЫ (35%), РУБ.	БЛЮДА, РУБ.
1 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК								
СЫР ТВЕРДЫЙ, ПОРЦИОННАЯ	22	5,60	15,50	0,00	162,90	18,33	6,41	24,74
КАША ПШЕННАЯ	200	4,77	3,24	46,89	15,21	13,20	4,62	17,82
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,71	3,14	17,49	104,79	15,75	5,51	21,26
ФРУКТ СВЕЖИЙ "ЯБЛОКО"	100	1,50	0,13	28,35	98,00	11,48	4,02	15,49
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,99	0,17	13,00	58,76	1,83	0,64	2,47
ИТОГО:		17,57	22,18	105,73	439,66	60,58	21,20	81,78
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	90	1,10	6,10	6,90	87,00	14,41	5,04	19,45
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	200	5,01	4,39	7,76	120,90	8,17	2,86	11,03
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	110	9,16	8,24	1,95	122,06	44,88	15,71	60,59
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	160	4,33	2,40	25,79	143,15	8,78	3,07	11,85
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,11	0,74	2,85
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,11	0,74	2,85
ИТОГО:		46,35	59,75	245,60	1717,40	90,86	31,80	122,66
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						151,44	53,00	204,44
2 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК								
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	0,05	3,63	0,03	38,50	5,49	1,92	7,41
ОМЛЕТ "НАТУРАЛЬНЫЙ" С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	130/30	5,88	9,88	21,63	199,00	36,23	12,68	48,91
ФРУКТ СВЕЖИЙ "МАНДАРИН"	100	0,44	0,44	10,78	51,70	14,85	5,20	20,05
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,61	0,23	17,00	76,84	2,40	0,84	3,24
ИТОГО:		15,02	26,47	120,89	801,80	60,58	21,20	81,78
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ	60	1,30	8,50	9,63	125,27	8,01	2,80	10,81
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,60	3,79	0,72	76,56	14,19	4,97	19,16
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ	75/30	10,92	18,00	16,27	270,13	31,56	11,05	42,61
КАПУСТА ТУШЕННАЯ С ОТВАРНЫМ КАРТОФЕЛЕМ	150	3,00	3,57	6,20	129,45	23,52	8,23	31,75
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,76	0,15	11,50	51,98	1,59	0,56	2,15
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	23	1,76	0,15	11,50	51,98	1,59	0,56	2,15
ИТОГО:		28,44	30,96	126,80	858,20	90,86	31,80	122,66
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						151,44	53,00	204,44
3 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК								
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	7	0,01	7,25	0,06	77,00	6,41	2,24	8,65
СЫР ТВЕРДЫЙ, ПОРЦИОННАЯ	25	5,60	15,50	0,00	162,90	20,83	7,29	28,11
КАША МОЛОЧНАЯ "РИСОВАЯ"	200	6,10	7,70	33,50	227,70	14,98	5,24	20,22
ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ И САХАРОМ	200	2,90	3,10	15,70	96,90	4,34	1,52	5,86
ФРУКТ СВЕЖИЙ "ЯБЛОКО"	100	1,50	0,13	28,35	98,00	11,48	4,02	15,49
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,76	0,24	18,00	81,36	2,55	0,89	3,44
ИТОГО:		21,38	35,95	110,21	839,00	60,58	21,20	81,78
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	75	3,00	9,90	19,60	179,50	13,06	4,57	17,63
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,71	3,91	3,57	83,60	11,97	4,19	16,16
ЗРАЗА РУБЛЕННАЯ С ЯЙЦОМ	95	12,00	10,02	13,25	246,38	32,78	11,47	44,25
КАША РАССЫПЧАТАЯ "ТРЕЧНЕВАЯ"	160	6,85	4,99	33,14	233,49	16,87	5,90	22,77
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,03	3,62	0,07	33,00	4,58	1,60	6,18
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,00	28,90	90,00	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,11	0,74	2,85

ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,12	0,74	2,86
ИТОГО:		17,84	21,00	98,90	627,20	90,86	31,80	122,66
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						151,44	53,00	204,44
4 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК								
СЫР ТВЕРДЫЙ, ПОРЦИОННАЯ	30	13,40	13,60	0,00	180,00	24,99	8,75	33,74
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	200	8,00	5,70	34,00	209,90	11,90	4,17	16,07
ФРУКТ СВЕЖИЙ "МАНДАРИН"	100	1,50	0,13	28,35	98,00	14,85	5,20	20,05
ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200	2,90	3,10	15,70	96,90	6,18	2,16	8,34
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,99	0,26	19,50	88,14	2,66	0,93	3,59
ИТОГО:		17,79	20,90	141,93	829,80	60,58	21,20	81,78
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	70	1,50	10,10	11,70	143,70	12,04	4,21	16,25
РАССОЛЬНИК "ЛЕНИНГРАДСКИЙ" СО СМЕТАНОЙ	200/5	4,20	5,20	23,20	154,80	13,84	4,84	18,68
РЫБА (ГОРБУША) ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	100	21,30	20,60	4,80	291,10	30,11	10,54	40,65
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	3,21	5,27	19,22	137,13	21,13	7,40	28,53
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,84	0,16	12,00	54,24	1,67	0,58	2,25
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	24	1,84	0,16	12,00	54,24	1,68	0,59	2,27
ИТОГО:		22,76	26,04	116,90	792,90	90,86	31,80	122,66
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						151,44	53,00	204,44
5 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК								
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	150	32,04	17,46	60,84	324,54	48,81	17,08	65,89
МОЛОКО СТУШЕННОЕ	18	0,30	0,75	2,00	15,40	8,60	3,01	11,61
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,69	0,15	11,00	49,72	1,56	0,55	2,11
ИТОГО:		15,17	13,30	136,00	702,10	60,58	21,20	81,78
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ	60	1,30	8,50	9,63	125,27	8,01	2,80	10,81
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	200/5	2,16	7,52	8,16	114,00	11,85	4,15	16,00
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	95	13,69	6,11	4,75	130,00	40,59	14,21	54,80
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	3,64	4,33	37,36	206,00	11,14	3,90	15,04
НАПИТОК ИЗ ОБЛЕПХИ	200	0,14	0,00	16,91	61,79	16,22	5,68	21,90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,69	0,15	11,00	49,72	1,52	0,53	2,05
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	22	1,69	0,15	11,00	49,72	1,53	0,54	2,07
ИТОГО:		19,18	24,24	146,60	741,76	90,86	31,80	122,66
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						151,44	53,00	204,44
6 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК								
ГРЕНКА В ЯИЧНО-МОЛОЧНОЙ СМЕСИ	70	5,60	6,20	25,00	181,00	14,18	4,96	19,14
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200	8,92	4,62	64,99	294,80	11,68	4,09	15,77
ФРУКТ СВЕЖИЙ "МАНДАРИН"	120	0,96	0,36	0,00	51,40	17,82	6,24	24,06
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	0,20	0,00	10,10	42,20	14,68	5,14	19,82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,38	0,21	15,50	70,06	2,22	0,78	3,00
ИТОГО:		18,06	11,39	115,59	639,46	60,58	21,20	81,78
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	70	0,60	0,10	2,30	13,00	10,01	3,50	13,51
СУП "ЛАПША-ДОМАШНЯЯ" (РОЛТОН)	200	2,60	5,50	13,40	113,80	6,89	2,41	9,30
ЖАРКОЕ "ПО-ДОМАШНЕМУ" С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	260	17,10	7,80	21,00	223,00	62,37	21,83	84,20
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,00	28,90	90,00	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,10	0,74	2,84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,11	0,74	2,85
ИТОГО:		25,34	13,80	95,60	575,40	90,86	31,80	122,66
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						151,44	53,00	204,44

7 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК								
СЫР ТВЕРДЫЙ, ПОРЦИОННАЯ	30	5,60	15,50	0,00	162,90	24,99	8,75	33,74
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,01	7,25	0,06	77,00	4,58	1,60	6,18
КАША МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕСОВАЯ"	200	8,65	14,43	31,43	295,70	12,63	4,42	17,05
ФРУКТ СВЕЖИЙ "ЯБЛОКО"	100	1,50	0,13	28,35	98,00	11,48	4,02	15,49
ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ И САХАРОМ	200	0,34	0,28	28,75	130,00	4,34	1,51	5,85
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,76	0,24	18,00	81,36	2,57	0,90	3,47
ИТОГО:		18,86	37,83	106,59	844,96	60,58	21,20	81,78
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	80	1,10	6,10	6,90	87,00	12,81	4,48	17,29
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	200	5,76	7,39	19,90	178,50	8,17	2,86	11,03
ПЛОВ С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	250	19,40	16,13	1,00	386,00	48,35	16,92	65,27
НАПИТОК ИЗ ОБЛЕПИХИ	200	0,14	0,00	16,91	61,79	16,22	5,68	21,90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,84	0,25	18,50	83,62	2,65	0,93	3,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	37	2,84	0,25	18,50	83,62	2,65	0,93	3,58
ИТОГО:		32,07	30,11	81,71	880,53	90,86	31,80	122,66
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						151,44	53,00	204,44
8 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК								
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	10	0,05	3,63	0,03	38,50	9,15	3,20	12,36
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150/30	8,10	9,80	24,00	220,00	30,35	10,62	40,97
ФРУКТ СВЕЖИЙ "АПЕЛЬСИН"	100	0,44	0,44	10,78	51,70	17,55	6,14	23,69
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,90	3,10	15,70	96,90	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,07	0,18	13,50	61,02	1,92	0,67	2,59
ИТОГО:		13,56	17,15	64,01	468,12	60,58	21,20	81,78
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	65	0,60	0,10	2,30	13,00	10,55	3,69	14,25
ПЦИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,59	3,80	0,69	69,95	11,21	3,92	15,13
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	220	10,29	9,97	10,30	354,00	58,16	20,35	78,51
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,46	0,00	21,78	85,68	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,92	0,17	12,50	56,50	1,78	0,62	2,40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	25	1,92	0,17	12,50	56,50	1,78	0,62	2,40
ИТОГО:		16,77	14,20	60,07	635,63	90,86	31,80	122,66
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						151,44	53,00	204,44
9 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК								
СЫР ТВЕРДЫЙ, ПОРЦИОННАЯ	25	4,80	13,28	0,00	139,63	20,83	7,29	28,11
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	5	0,05	3,63	0,03	38,50	4,58	1,60	6,18
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	200	8,65	16,03	46,03	368,50	12,74	4,46	17,20
КАКАО С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ	200	3,80	4,10	16,50	113,20	15,75	5,51	21,26
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	2,36	14,88	83,40	4,38	1,53	5,91
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,45	0,21	16,00	72,32	2,30	0,81	3,11
ИТОГО:		18,31	44,10	107,13	911,70	60,58	21,20	81,78
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ	70	1,30	8,50	9,63	125,27	9,35	3,27	12,62
СУП "КРЕСТЬЯНСКИЙ" С КРУПНОЙ	200	2,68	4,19	2,66	80,22	7,52	2,63	10,16
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННО-ТОМАТНЫМ	90/50	8,03	13,98	13,38	210,38	49,35	17,27	66,63
КАША РАССЫПЧАТАЯ "ТРЕЧНЕВАЯ"	150	6,85	4,99	33,14	217,92	15,81	5,54	21,35
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,26	0,00	16,00	65,00	4,42	1,55	5,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,38	0,21	15,50	70,06	2,20	0,77	2,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	31	2,38	0,21	15,50	70,06	2,20	0,77	2,97
ИТОГО:		23,87	32,07	105,81	838,91	90,86	31,80	122,66
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						151,44	53,00	204,44
10 ДЕНЬ								

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК								
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	0,05	3,63	0,03	38,50	5,49	1,92	7,41
ОМЛЕТ "НАТУРАЛЬНЫЙ" С КУКУРУЗОЙ	130/30	5,88	9,88	21,63	199,00	35,34	12,37	47,71
ФРУКТ СВЕЖИЙ "ЯБЛОКО"	100	0,44	0,44	10,78	51,70	11,48	4,02	15,49
ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	6,18	2,16	8,34
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,22	0,19	14,50	65,54	2,09	0,73	2,82
ИТОГО:		8,69	14,14	61,94	414,74	60,58	21,20	81,78
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	30	0,28	1,55	2,51	26,27	3,16	1,11	4,26
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (САЙРА)	200	4,20	4,70	15,28	123,48	21,78	7,62	29,41
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	90	15,40	6,40	3,70	134,00	36,72	12,85	49,57
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3,12	4,68	12,78	133,00	19,09	6,68	25,77
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,08	0,00	21,80	87,60	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,13	10,00	45,20	1,36	0,48	1,84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	20	1,53	0,13	10,00	45,20	1,37	0,48	1,85
ИТОГО:		26,15	17,60	76,07	594,75	90,86	31,80	122,66
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						151,44	53,00	204,44
11 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК								
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	8	0,05	3,63	0,03	38,50	7,32	2,56	9,88
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ЯБЛОКАМИ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/20	6,90	3,57	40,80	227,80	24,12	8,44	32,56
ТРЕУГОЛЬНИК ПЕСОЧНЫЙ	70	4,38	3,69	28,96	166,54	25,00	8,75	33,75
САЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,76	0,24	18,00	81,36	2,53	0,89	3,42
ИТОГО:		18,31	44,10	107,13	911,70	60,58	21,20	81,78
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ	60	1,51	2,61	0,00	45,20	11,66	4,08	15,75
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,71	3,91	3,57	83,60	11,97	4,19	16,16
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	105	18,67	8,33	6,48	177,27	44,87	15,70	60,57
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	3,61	2,00	21,49	119,29	8,23	2,88	11,11
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,32	0,00	29,20	118,00	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,99	0,17	13,00	58,76	1,87	0,65	2,52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	26	1,99	0,17	13,00	58,76	1,87	0,65	2,52
ИТОГО:		29,81	17,20	86,74	660,88	90,86	31,80	122,66
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						151,44	53,00	204,44
12 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК								
СЫР ТВЕРДЫЙ, ПОРЦИОННАЯ	30	13,40	13,60	0,00	180,00	24,99	8,75	33,74
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ МАШНОЙ КРУПЫ	200	8,00	5,70	34,00	209,90	11,90	4,17	16,07
ФРУКТ СВЕЖИЙ "ЯБЛОКО"	130	0,44	0,44	10,78	51,70	14,92	5,22	20,14
ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	6,18	2,16	8,34
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,76	0,24	18,00	81,36	2,59	0,91	3,50
ИТОГО:		24,70	19,98	77,78	582,96	60,58	21,20	81,78
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	70	0,60	0,10	2,30	13,00	10,01	3,50	13,51
СУП "ЛАПША-ДОМАШНЯЯ" (РОЛЛТОН)	200	2,60	5,50	13,40	113,80	6,89	2,41	9,30
ЖАРКОЕ "ПО-ДОМАШНЕМУ" С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	260	17,10	7,80	21,00	223,00	62,37	21,83	84,20
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,00	28,90	90,00	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,10	0,74	2,84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,11	0,74	2,85
ИТОГО:		25,34	13,80	95,60	575,40	90,86	31,80	122,66
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						151,44	53,00	204,44
ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ								
(для категории граждан, предусмотренной пунктом 7 статьи 14 Закона края от 2 ноября 2000 года №12-961 «О защите прав ребенка», в возрасте от 11 лет и старше)								

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД 1 ПОРЦИИ, Г.	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА (г)			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ (ККАЛ)	СТОИМОСТЬ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ, РУБ.	НАКЛАДНЫЕ РАСХОДЫ (35%), РУБ.	СТОИМОСТЬ БЛЮДА, РУБ.
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ				
1 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК								
СЫР ТВЕРДЫЙ, ПОРЦИОННАЯ	30	5,60	15,50	0,00	162,90	24,99	8,75	33,74
КАША ПШЕННАЯ	250	4,77	3,24	46,89	15,21	16,50	5,78	22,28
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,71	3,14	17,49	104,79	15,75	5,51	21,26
ФРУКТ СВЕЖИЙ "ЯБЛОКО"	100	1,50	0,13	28,35	98,00	11,48	4,02	15,49
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,92	0,17	12,50	56,50	1,74	0,61	2,35
ИТОГО:		17,50	22,18	105,23	437,40	70,46	24,66	95,12
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	110	1,10	6,10	6,90	87,00	17,61	6,16	23,77
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	5,01	4,39	7,76	120,90	10,22	3,58	13,79
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	130	9,16	8,24	1,95	122,06	53,04	18,56	71,60
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	4,33	2,40	25,79	143,15	9,87	3,46	13,33
КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,45	0,21	16,00	72,32	2,24	0,78	3,02
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	32	2,45	0,21	16,00	72,32	2,25	0,79	3,04
ИТОГО:		24,81	21,56	108,90	756,95	105,62	36,97	142,59
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						176,08	61,63	237,71
2 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК								
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	3,63	0,03	38,50	9,15	3,20	12,36
ОМЛЕТ "НАТУРАЛЬНЫЙ" С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	150/35	5,88	9,88	21,63	199,00	41,96	14,69	56,65
ФРУКТ СВЕЖИЙ "МАНДАРИН"	100	0,44	0,44	10,78	51,70	14,85	5,20	20,05
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,07	0,27	20,00	90,40	2,88	1,01	3,89
ИТОГО:		9,54	14,22	67,44	439,60	70,46	24,66	95,12
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ	80	1,30	8,50	9,63	125,27	10,68	3,74	14,42
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,60	3,79	0,72	76,56	17,31	6,06	23,37
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	85/30	10,92	18,00	16,27	270,13	35,36	12,38	47,73
КАПУСТА ТУШЕННАЯ С ОТВАРНЫМ КАРТОФЕЛЕМ	180	3,00	3,57	6,20	129,45	28,22	9,88	38,10
КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,99	0,17	13,00	58,76	1,83	0,64	2,47
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	26	1,99	0,17	13,00	58,76	1,83	0,64	2,47
ИТОГО:		18,21	21,92	82,97	656,30	105,62	36,97	142,59
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						176,08	61,63	237,71
3 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК								
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,01	7,25	0,06	77,00	9,15	3,20	12,36
СЫР ТВЕРДЫЙ, ПОРЦИОННАЯ	30	5,60	15,50	0,00	162,90	24,99	8,75	33,74
КАША МОЛОЧНАЯ "РИСОВАЯ"	250	6,10	7,70	33,50	227,70	18,73	6,55	25,28
ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ И САХАРОМ	200	2,90	3,10	15,70	96,90	4,34	1,52	5,86
ФРУКТ СВЕЖИЙ "ЯБЛОКО"	100	1,50	0,13	28,35	98,00	11,48	4,02	15,49
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,92	0,17	12,50	56,50	1,78	0,62	2,40
ИТОГО:		18,03	33,85	90,11	719,00	70,46	24,66	95,12
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	100	3,00	9,90	19,60	179,50	17,41	6,09	23,50
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	1,71	3,91	3,57	83,60	16,26	5,69	21,95
ЗРАЗА РУБЛЕННАЯ С ЯЙЦОМ	105	12,00	10,02	13,25	246,38	36,23	12,68	48,90
КАША РАССЫПЧАТАЯ "ГРЕЧНЕВАЯ"	180	6,85	4,99	33,14	233,49	18,98	6,64	25,62
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,03	3,62	0,07	33,00	4,58	1,60	6,18
КОМПЮТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,00	28,90	90,00	7,38	2,58	9,96

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,61	0,23	17,00	76,84	2,39	0,84	3,23
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	34	2,61	0,23	17,00	76,84	2,40	0,84	3,24
ИТОГО:		29,24	32,89	132,53	1019,65	105,62	36,97	142,59
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						176,08	61,63	237,71
4 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК								
СЫР ТВЕРДЫЙ, ПОРЦИОННАЯ	35	13,40	13,60	0,00	180,00	29,16	10,20	39,36
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	250	8,00	5,70	34,00	209,90	14,88	5,21	20,08
ФРУКТ СВЕЖИЙ "МАНДАРИН"	120	1,50	0,13	28,35	98,00	17,82	6,24	24,06
ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200	2,90	3,10	15,70	96,90	6,18	2,16	8,34
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,99	0,26	19,50	88,14	2,43	0,85	3,28
ИТОГО:		28,79	22,79	97,55	672,94	70,46	24,66	95,12
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	100	1,50	10,10	11,70	143,70	17,20	6,02	23,22
РАССОЛЬНИК "ЛЕНИНГРАДСКИЙ" СО СМЕТАНОЙ	250/10	4,20	5,20	23,20	154,80	18,59	6,51	25,10
РЫБА (ГОРБУША) ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	100	21,30	20,60	4,80	291,10	30,11	10,54	40,65
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,21	5,27	19,22	137,13	24,54	8,59	33,13
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,61	0,23	17,00	76,84	2,39	0,84	3,23
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	34	2,61	0,23	17,00	76,84	2,39	0,84	3,23
ИТОГО:		35,72	41,62	127,42	1019,61	105,62	36,97	142,59
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						176,08	61,63	237,71
5 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК								
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	180	32,04	17,46	60,84	324,54	58,57	20,50	79,07
МОЛОКО СТУЩЕННОЕ	18	0,30	0,75	2,00	15,40	8,60	3,01	11,61
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,84	0,16	12,00	54,24	1,68	0,59	2,27
ИТОГО:		34,28	18,37	89,84	454,18	70,46	24,66	95,12
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ	80	1,30	8,50	9,63	125,27	10,68	3,74	14,42
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,16	7,52	8,16	114,00	14,38	5,03	19,42
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	110	13,69	6,11	4,75	130,00	47,00	16,45	63,45
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	3,64	4,33	37,36	206,00	13,37	4,68	18,04
НАПИТОК ИЗ ОБЛЕПИХИ	200	0,14	0,00	16,91	61,79	16,22	5,68	21,90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,15	0,19	14,00	63,28	1,98	0,69	2,67
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	28	2,15	0,19	14,00	63,28	1,99	0,70	2,69
ИТОГО:		25,22	26,83	104,81	763,62	105,62	36,97	142,59
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						176,08	61,63	237,71
6 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК								
ГРЕЧКА В ЯИЧНО-МОЛОЧНОЙ СМЕСИ	100	5,60	6,20	25,00	181,00	20,26	7,09	27,35
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЮ	250	8,92	4,62	64,99	294,80	14,60	5,11	19,71
ФРУКТ СВЕЖИЙ "МАНДАРИН"	120	0,96	0,36	0,00	51,40	17,82	6,24	24,06
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	0,20	0,00	10,10	42,20	14,68	5,14	19,82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,37	0,29	22,00	99,44	3,11	1,09	4,20
ИТОГО:		19,05	11,47	122,09	668,84	70,46	24,66	95,12
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	110	0,60	0,10	2,30	13,00	15,73	5,51	21,24
СУП "ЛАНША-ДОМАШНЯЯ" (РОЛТОН)	250	2,60	5,50	13,40	113,80	8,61	3,01	11,63
ЖАРКОЕ "ПО-ДОМАШНЕМУ" С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	290	17,10	7,80	21,00	223,00	69,57	24,35	93,92
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,00	28,90	90,00	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,16	0,76	2,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	31	2,38	0,21	15,50	70,06	2,17	0,76	2,93
ИТОГО:		25,42	13,81	96,10	577,66	105,62	36,97	142,59

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						176,08	61,63	237,71
7 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК								
СЫР ТВЕРДЫЙ, ПОРЦИОННАЯ	30	5,60	15,50	0,00	162,90	24,99	8,75	33,74
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,01	7,25	0,06	77,00	9,15	3,20	12,36
КАША МОЛОЧНАЯ "ТЕРКУЛЕСОВАЯ"	250	8,65	14,43	31,43	295,70	15,79	5,53	21,31
ФРУКТ СВЕЖИЙ "ЯБЛОКО"	120	1,50	0,13	28,35	98,00	13,77	4,82	18,59
ЧАЙ С ПИПОВНИКОМ И САХАРОМ	200	0,34	0,28	28,75	130,00	4,34	1,52	5,86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,61	0,23	17,00	76,84	2,42	0,85	3,27
ИТОГО:		18,71	37,82	105,59	840,44	70,46	24,66	95,12
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	110	1,10	6,10	6,90	87,00	17,61	6,16	23,77
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	5,76	7,39	19,90	178,50	10,22	3,58	13,79
ПЛОВ С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	290	19,40	16,13	1,00	386,00	56,09	19,63	75,72
НАПИТОК ИЗ ОБЛЕПИХИ	200	0,14	0,00	16,91	61,79	16,22	5,68	21,90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,91	0,25	19,00	85,88	2,74	0,96	3,70
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	39	2,99	0,26	19,50	88,14	2,75	0,96	3,71
ИТОГО:		32,30	30,13	83,21	887,31	105,62	36,97	142,59
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						176,08	61,63	237,71
8 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК								
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	10	0,05	3,63	0,03	38,50	9,15	3,20	12,36
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200/40	8,10	9,80	24,00	220,00	40,46	14,16	54,62
ФРУКТ СВЕЖИЙ "АПЕЛЬСИН"	100	0,44	0,44	10,78	51,70	17,55	6,14	23,69
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,90	3,10	15,70	96,90	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,84	0,16	12,00	54,24	1,69	0,59	2,28
ИТОГО:		13,33	17,13	62,51	461,34	70,46	24,66	95,12
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	80	0,60	0,10	2,30	13,00	12,98	4,54	17,52
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	250/10	1,59	3,80	0,69	69,95	15,22	5,33	20,55
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	250	10,29	9,97	10,30	354,00	66,09	23,13	89,22
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,46	0,00	21,78	85,68	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,15	0,19	14,00	63,28	1,97	0,69	2,66
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	28	2,15	0,19	14,00	63,28	1,98	0,69	2,67
ИТОГО:		17,23	14,24	63,07	649,19	105,62	36,97	142,59
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						176,08	61,63	237,71
9 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК								
СЫР ТВЕРДЫЙ, ПОРЦИОННАЯ	28	4,80	13,28	0,00	139,63	23,32	8,16	31,49
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	10	0,05	3,63	0,03	38,50	9,15	3,20	12,36
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	250	8,65	16,03	46,03	368,50	15,93	5,57	21,50
КАКАО С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ	200	3,80	4,10	16,50	113,20	15,75	5,51	21,26
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	2,36	14,88	83,40	4,38	1,53	5,91
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,07	0,18	13,50	61,02	1,93	0,68	2,61
ИТОГО:		20,87	39,58	90,94	804,25	70,46	24,66	95,12
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ	100	1,30	8,50	9,63	125,27	13,35	4,67	18,02
СУП "КРЕСТЬЯНСКИЙ" С КРУПОЙ	250	2,68	4,19	2,66	80,22	9,41	3,29	12,70
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННО-ТОМАТНЫМ	100/50	8,03	13,98	13,38	210,38	54,26	18,99	73,26
КАША РАССЫПЧАТАЯ "ГРЕЧНЕВАЯ"	180	6,85	4,99	33,14	217,92	18,98	6,64	25,62
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,26	0,00	16,00	65,00	4,42	1,55	5,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,84	0,25	18,50	83,62	2,60	0,91	3,51
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	37	2,84	0,25	18,50	83,62	2,60	0,91	3,51
ИТОГО:		24,79	32,15	111,81	866,03	105,62	36,97	142,59
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						176,08	61,63	237,71
10 ДЕНЬ								

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК								
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8	0,05	3,63	0,03	38,50	7,32	2,56	9,88
ОМЛЕТ "НАТУРАЛЬНЫЙ" С КУКУРУЗОЙ	150/40	5,88	9,88	21,63	199,00	42,90	15,02	57,92
ФРУКТ СВЕЖИЙ "ЯБЛОКО"	100	0,44	0,44	10,78	51,70	11,48	4,02	15,49
ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	6,18	2,16	8,34
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,76	0,24	18,00	81,36	2,58	0,90	3,48
ИТОГО:		9,23	14,19	65,44	430,56	70,46	24,66	95,12
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	50	0,28	1,55	2,51	26,27	5,26	1,84	7,11
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (САЙРА)	250	4,20	4,70	15,28	123,48	27,23	9,53	36,76
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	100	15,40	6,40	3,70	134,00	40,80	14,28	55,08
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,12	4,68	12,78	133,00	21,82	7,64	29,45
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,08	0,00	21,80	87,60	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,69	0,15	11,00	49,72	1,56	0,55	2,11
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	22	1,69	0,15	11,00	49,72	1,57	0,55	2,12
ИТОГО:		26,45	17,62	78,07	603,79	105,62	36,97	142,59
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						176,08	61,63	237,71
11 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК								
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	13	0,05	3,63	0,03	38,50	11,90	4,16	16,06
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ЯБЛОКАМИ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/20	6,90	3,57	40,80	227,80	28,98	10,14	39,12
ТРЕУГОЛЬНИК ПЕСОЧНЫЙ	70	4,38	3,69	28,96	166,54	25,00	8,75	33,75
САЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,22	0,28	21,00	94,92	2,98	1,04	4,02
ИТОГО:		18,31	44,10	107,13	911,70	70,46	24,66	95,12
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ	90	1,51	2,61	0,00	45,20	17,50	6,12	23,62
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	1,71	3,91	3,57	83,60	16,26	5,69	21,95
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	110	18,67	8,33	6,48	177,27	47,00	16,45	63,45
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	3,61	2,00	21,49	119,29	9,87	3,46	13,33
КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ	200	0,32	0,00	29,20	118,00	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,45	0,21	16,00	72,32	2,29	0,80	3,09
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	32	2,45	0,21	16,00	72,32	2,30	0,81	3,11
ИТОГО:		30,73	17,28	92,74	688,00	105,62	36,97	142,59
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						176,08	61,63	237,71
12 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК								
СЫР ТВЕРДЫЙ, ПОРЦИОННАЯ	36	13,40	13,60	0,00	180,00	29,99	10,50	40,48
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	250	8,00	5,70	34,00	209,90	14,88	5,21	20,08
ФРУКТ СВЕЖИЙ "ЯБЛОКО"	140	0,44	0,44	10,78	51,70	16,07	5,62	21,69
ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	6,18	2,16	8,34
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,60	0,31	23,50	106,22	3,35	1,17	4,52
ИТОГО:		25,54	20,05	83,28	607,82	70,46	24,66	95,12
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	110	0,60	0,10	2,30	13,00	15,73	5,51	21,24
СУП "ЛАПША-ДОМАШНЯЯ" (РОЛЛТОН)	250	2,60	5,50	13,40	113,80	8,61	3,01	11,63
ЖАРКОЕ "ПО-ДОМАШНЕМУ" С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	290	17,10	7,80	21,00	223,00	69,57	24,35	93,92
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,00	28,90	90,00	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,16	0,76	2,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	31	2,38	0,21	15,50	70,06	2,17	0,76	2,93
ИТОГО:		25,42	13,81	96,10	577,66	105,62	36,97	142,59
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						176,08	61,63	237,71
ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ								
(для категории граждан, предусмотренной пунктом 7 статьи 14 Закона края от 2 ноября 2000 года №12-961 «О защите прав ребенка», в возрасте от 6 до 10 лет включительно)								

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД 1 ПОРЦИИ, г.	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА (г)			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ (ККАЛ)	СТОИМОСТЬ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ, РУБ.	НАКЛАДНЫЕ РАСХОДЫ (3%), РУБ.	СТОИМОСТЬ БЛЮДА, РУБ.
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ				
1 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	90	1,10	6,10	6,90	87,00	14,41	5,04	19,45
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	200	5,01	4,39	7,76	120,90	8,17	2,86	11,03
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	110	9,16	8,24	1,95	122,06	44,88	15,71	60,59
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	160	4,33	2,40	25,79	143,15	8,78	3,07	11,85
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,11	0,74	2,85
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,11	0,74	2,85
ИТОГО:		46,35	59,75	245,60	1717,40	90,86	31,80	122,66
ПОЛДНИК								
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	170/30	5,40	11,40	34,35	261,00	26,47	9,26	35,73
БУЛОЧКА "ДОРОЖНАЯ"	50	4,38	3,69	28,96	166,54	12,00	4,20	16,20
ЧАЙ С ПИПОВНИКОМ И САХАРОМ	200	4,20	4,50	25,50	129,00	4,34	1,52	5,86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,30	0,20	15,00	67,80	2,63	0,92	3,55
ИТОГО:		7,29	14,27	30,29	313,20	45,44	15,90	61,34
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						136,30	47,70	184,00
2 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ	60	1,30	8,50	9,63	125,27	8,01	2,80	10,81
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,60	3,79	0,72	76,56	14,19	4,97	19,16
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	75/30	10,92	18,00	16,27	270,13	31,56	11,05	42,61
КАПУСТА ТУШЕННАЯ С ОТВАРНЫМ КАРТОФЕЛЕМ	150	3,00	3,57	6,20	129,45	23,52	8,23	31,75
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,76	0,15	11,50	51,98	1,59	0,56	2,15
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	23	1,76	0,15	11,50	51,98	1,59	0,56	2,15
ИТОГО:		28,44	30,96	126,80	858,20	90,86	31,80	122,66
ПОЛДНИК								
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	120	8,04	7,40	27,40	208,40	39,05	13,67	52,71
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	6	0,25	0,38	1,00	7,70	2,87	1,00	3,87
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,26	0,00	16,00	65,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,30	0,20	15,00	67,80	1,92	0,67	2,59
ИТОГО:		7,50	19,28	112,90	399,20	45,44	15,90	61,34
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						136,30	47,70	184,00
3 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	75	3,00	9,90	19,60	179,50	13,06	4,57	17,63
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,71	3,91	3,57	83,60	11,97	4,19	16,16
ЗРАЗА РУБЛЕННАЯ С ЯЙЦОМ	95	12,00	10,02	13,25	246,38	32,78	11,47	44,25
КАША РАССЫПЧАТАЯ "ГРЕЧНЕВАЯ"	160	6,85	4,99	33,14	233,49	16,87	5,90	22,77
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,03	3,62	0,07	33,00	4,58	1,60	6,18
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,00	28,90	90,00	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,11	0,74	2,85
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,12	0,74	2,86
ИТОГО:		17,84	21,00	98,90	627,20	90,86	31,80	122,66
ПОЛДНИК								
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	21,08	25,80	3,84	330,26	27,11	9,49	36,60
ПИРОЖЕК ПЕЧЕННЫЙ	60	4,38	3,69	28,96	166,54	15,00	5,25	20,25
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,84	0,16	12,00	54,24	1,72	0,60	2,32

ИТОГО:		9,11	8,86	85,65	378,00	45,44	15,90	61,34
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						136,30	47,70	184,00
4 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	70	1,50	10,10	11,70	143,70	12,04	4,21	16,25
РАССОЛЬНИК "ЛЕНИНГРАДСКИЙ" СО СМЕТАНОЙ	200/5	4,20	5,20	23,20	154,80	13,84	4,84	18,68
РЫБА (ГОРБУША) ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	100	21,30	20,60	4,80	291,10	30,11	10,54	40,65
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	3,21	5,27	19,22	137,13	21,13	7,40	28,53
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,84	0,16	12,00	54,24	1,67	0,58	2,25
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	24	1,84	0,16	12,00	54,24	1,68	0,59	2,27
ИТОГО:		22,76	26,04	116,90	792,90	90,86	31,80	122,66
ПОЛДНИК								
ЗАПЕКАНКА МАННАЯ С ИЗЮМОМ	170	18,30	2,76	22,00	183,00	18,41	6,44	24,85
СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	20	3,00	2,63	14,14	89,30	9,56	3,34	12,90
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,71	3,14	17,49	104,79	15,75	5,51	21,26
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,84	0,16	12,00	54,24	1,72	0,60	2,32
ИТОГО:		9,47	7,50	50,40	341,80	45,44	15,90	61,34
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						136,30	47,70	184,00
5 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАШНОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ	60	1,30	8,50	9,63	125,27	8,01	2,80	10,81
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	200/5	2,16	7,52	8,16	114,00	11,85	4,15	16,00
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	95	13,69	6,11	4,75	130,00	40,59	14,21	54,80
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	3,64	4,33	37,36	206,00	11,14	3,90	15,04
НАПИТОК ИЗ ОБЛЕПИХИ	200	0,14	0,00	16,91	61,79	16,22	5,68	21,90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,69	0,15	11,00	49,72	1,52	0,53	2,05
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	22	1,69	0,15	11,00	49,72	1,53	0,54	2,07
ИТОГО:		19,18	24,24	146,60	741,76	90,86	31,80	122,66
ПОЛДНИК								
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ	135	18,30	2,76	22,00	183,00	39,53	13,84	53,37
СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	6	3,00	2,63	14,14	89,30	2,87	1,00	3,87
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,13	10,00	45,20	1,43	0,50	1,93
ИТОГО:		6,67	12,91	56,14	472,20	45,44	15,90	61,34
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						136,30	47,70	184,00
6 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	70	0,60	0,10	2,30	13,00	10,01	3,50	13,51
СУП "ЛАПША-ДОМАШНЯЯ" (РОЛЛТОН)	200	2,60	5,50	13,40	113,80	6,89	2,41	9,30
ЖАРКОЕ "ПО-ДОМАШНЕМУ" С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	260	17,10	7,80	21,00	223,00	62,37	21,83	84,20
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,00	28,90	90,00	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,10	0,74	2,84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,11	0,74	2,85
ИТОГО:		25,34	13,80	95,60	575,40	90,86	31,80	122,66
ПОЛДНИК								
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/35	4,70	7,90	17,30	159,20	25,72	9,00	34,72
БУЛОЧКА "ДОРОЖНАЯ"	50	6,90	8,70	0,00	108,00	12,00	4,20	16,20
ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	200	2,80	2,80	15,40	93,30	6,18	2,16	8,34
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	2,30	0,20	15,00	67,80	1,54	0,54	2,08
ИТОГО:		8,75	37,30	34,50	356,00	45,44	15,90	61,34
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						136,30	47,70	184,00
7 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	80	1,10	6,10	6,90	87,00	12,81	4,48	17,29
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	200	5,76	7,39	19,90	178,50	8,17	2,86	11,03

ПЛОВ С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	250	19,40	16,13	1,00	386,00	48,35	16,92	65,27
НАПИТОК ИЗ ОБЛЕПИХИ	200	0,14	0,00	16,91	61,79	16,22	5,68	21,90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,84	0,25	18,50	83,62	2,65	0,93	3,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	37	2,84	0,25	18,50	83,62	2,65	0,93	3,58
ИТОГО:		32,07	30,11	81,71	880,53	90,86	31,80	122,66
ПОЛДНИК								
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	21,08	25,80	3,84	330,26	27,11	9,49	36,60
ПИРОЖЕК ПЕЧЕННЫЙ	60	4,38	3,69	28,96	166,54	15,00	5,25	20,25
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,84	0,16	12,00	54,24	1,72	0,60	2,32
ИТОГО:		8,55	16,09	75,30	357,60	45,44	15,90	61,34
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						136,30	47,70	184,00
8 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	65	0,60	0,10	2,30	13,00	10,55	3,69	14,25
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,59	3,80	0,69	69,95	11,21	3,92	15,13
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	220	10,29	9,97	10,30	354,00	58,16	20,35	78,51
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,46	0,00	21,78	85,68	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,92	0,17	12,50	56,50	1,78	0,62	2,40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	25	1,92	0,17	12,50	56,50	1,78	0,62	2,40
ИТОГО:		16,77	14,20	60,07	635,63	90,86	31,80	122,66
ПОЛДНИК								
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	170	3,00	3,57	6,20	129,45	17,65	6,18	23,82
СДОБА "ВЫБОРГСКАЯ"	70	4,38	3,69	28,96	166,54	15,00	5,25	20,25
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,32	0,00	29,20	118,00	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,99	0,26	19,50	88,14	2,40	0,84	3,24
ИТОГО:		8,15	6,25	68,82	368,60	45,44	15,90	61,34
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						136,30	47,70	184,00
9 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ	70	1,30	8,50	9,63	125,27	9,35	3,27	12,62
СУП "КРЕСТЬЯНСКИЙ" С КРУПОЙ	200	2,68	4,19	2,66	80,22	7,52	2,63	10,16
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННО-ТОМАТНЫМ	90/50	8,03	13,98	13,38	210,38	49,35	17,27	66,63
КАША РАССЫПЧАТАЯ "ГРЕЧНЕВАЯ"	150	6,85	4,99	33,14	217,92	15,81	5,54	21,35
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,26	0,00	16,00	65,00	4,42	1,55	5,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,38	0,21	15,50	70,06	2,20	0,77	2,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	31	2,38	0,21	15,50	70,06	2,20	0,77	2,97
ИТОГО:		23,87	32,07	105,81	838,91	90,86	31,80	122,66
ПОЛДНИК								
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	120	8,04	7,40	27,40	208,40	39,05	13,67	52,71
МОЛОКО СТУЩЕННОЕ	6	0,25	0,38	1,00	7,70	2,87	1,00	3,87
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,26	0,00	16,00	65,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,30	0,20	15,00	67,80	1,92	0,67	2,59
ИТОГО:		5,96	13,00	66,30	357,60	45,44	15,90	61,34
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						136,30	47,70	184,00
10 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	30	0,28	1,55	2,51	26,27	3,16	1,11	4,26
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (САЙРА)	200	4,20	4,70	15,28	123,48	21,78	7,62	29,41
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	90	15,40	6,40	3,70	134,00	36,72	12,85	49,57
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3,12	4,68	12,78	133,00	19,09	6,68	25,77
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,08	0,00	21,80	87,60	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,13	10,00	45,20	1,36	0,48	1,84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	20	1,53	0,13	10,00	45,20	1,37	0,48	1,85
ИТОГО:		26,15	17,60	76,07	594,75	90,86	31,80	122,66
ПОЛДНИК								

БЛИНЧИКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/8	5,30	3,60	52,10	262,00	15,97	5,59	21,56
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200	4,70	7,90	17,30	159,20	11,68	4,09	15,77
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,80	2,80	15,40	93,30	14,68	5,14	19,82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,37	0,29	22,00	99,44	3,11	1,09	4,20
ИТОГО:		3,6	2,4	74,8	318	45,44	15,90	61,34
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						136,30	47,70	184,00

11 ДЕНЬ

ГОРЯЧИЙ ОБЕД

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ	60	1,51	2,61	0,00	45,20	11,66	4,08	15,75
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,71	3,91	3,57	83,60	11,97	4,19	16,16
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	105	18,67	8,33	6,48	177,27	44,87	15,70	60,57
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	3,61	2,00	21,49	119,29	8,23	2,88	11,11
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,32	0,00	29,20	118,00	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,99	0,17	13,00	58,76	1,87	0,65	2,52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	26	1,99	0,17	13,00	58,76	1,87	0,65	2,52
ИТОГО:		29,81	17,20	86,74	660,88	90,86	31,80	122,66

ПОЛДНИК

ЗАПЕКАНКА МАЛЕНЬКАЯ С ИЗЮМОМ	170	18,30	2,76	22,00	183,00	18,41	6,44	24,85
СТУЩЕННОЕ МОЛОКО	20	3,00	2,63	14,14	89,30	9,56	3,34	12,90
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,71	3,14	17,49	104,79	15,75	5,51	21,26
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,84	0,16	12,00	54,24	1,72	0,60	2,32
ИТОГО:		5,96	13,00	66,30	357,60	45,44	15,90	61,34
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						136,30	47,70	184,00

12 ДЕНЬ

ГОРЯЧИЙ ОБЕД

ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	70	0,60	0,10	2,30	13,00	10,01	3,50	13,51
СУП "ЛАПША-ДОМАШНЯЯ" (РОЛЛТОН)	200	2,60	5,50	13,40	113,80	6,89	2,41	9,30
ЖАРКОЕ "ПО-ДОМАШНЕМУ" С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	260	17,10	7,80	21,00	223,00	62,37	21,83	84,20
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,00	28,90	90,00	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,10	0,74	2,84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,11	0,74	2,85
ИТОГО:		25,34	13,80	95,60	575,40	90,86	31,80	122,66

ПОЛДНИК

ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ	135	18,30	2,76	22,00	183,00	39,53	13,84	53,37
СТУЩЕННОЕ МОЛОКО	6	3,00	2,63	14,14	89,30	2,87	1,00	3,87
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,13	10,00	45,20	1,43	0,50	1,93
ИТОГО:		3,6	2,4	74,8	318	45,44	15,90	61,34
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						136,30	47,70	184,00

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

(для категории граждан, предусмотренной пунктом 7 статьи 14 Закона края от 2 ноября 2000 года №12-961 «О защите прав ребенка», в возрасте от 11 лет и старше)

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД 1 ПОРЦИИ, г.	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА (г)			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ (ККАЛ)	СТОИМОСТЬ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ, РУБ.	НАКЛАДНЫЕ РАСХОДЫ (25%), РУБ.	СТОИМОСТЬ БЛЮДА, РУБ.
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ				

1 ДЕНЬ

ГОРЯЧИЙ ОБЕД

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	110	1,10	6,10	6,90	87,00	17,61	6,16	23,77
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	5,01	4,39	7,76	120,90	10,22	3,58	13,79
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	130	9,16	8,24	1,95	122,06	53,04	18,56	71,60
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	4,33	2,40	25,79	143,15	9,87	3,46	13,33
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,45	0,21	16,00	72,32	2,24	0,78	3,02
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	32	2,45	0,21	16,00	72,32	2,25	0,79	3,04
ИТОГО:		24,81	21,56	108,90	756,95	105,62	36,97	142,59

ПОЛДНИК

КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	210/50	5,40	11,40	34,35	261,00	33,86	11,85	45,71
БУЛОЧКА "ДОРОЖНАЯ"	50	4,38	3,69	28,96	166,54	12,00	4,20	16,20
ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ И САХАРОМ	200	4,20	4,50	25,50	129,00	4,34	1,52	5,86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,30	0,20	15,00	67,80	2,64	0,92	3,56
ИТОГО:		7,29	14,27	30,29	313,20	52,84	18,49	71,33
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						158,46	55,46	213,92
2 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ	80	1,30	8,50	9,63	125,27	10,68	3,74	14,42
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,60	3,79	0,72	76,56	17,31	6,06	23,37
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	85/30	10,92	18,00	16,27	270,13	35,36	12,38	47,73
КАПУСТА ТУШЕННАЯ С ОТВАРНЫМ КАРТОФЕЛЕМ	180	3,00	3,57	6,20	129,45	28,22	9,88	38,10
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,99	0,17	13,00	58,76	1,83	0,64	2,47
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	26	1,99	0,17	13,00	58,76	1,83	0,64	2,47
ИТОГО:		18,21	21,92	82,97	656,30	105,62	36,97	142,59
ПОЛДНИК								
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	140	8,04	7,40	27,40	208,40	45,56	15,94	61,50
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	8	0,25	0,38	1,00	7,70	3,82	1,34	5,16
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,26	0,00	16,00	65,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,30	0,20	15,00	67,80	1,85	0,65	2,50
ИТОГО:		6,90	4,03	107,05	489,60	52,84	18,49	71,33
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						158,46	55,46	213,92
3 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	100	3,00	9,90	19,60	179,50	17,41	6,09	23,50
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	1,71	3,91	3,57	83,60	16,26	5,69	21,95
ЗРАЗА РУБЛЕННАЯ С ЯЙЦОМ	105	12,00	10,02	13,25	246,38	36,23	12,68	48,90
КАША РАССЫПЧАТАЯ "ГРЕЧНЕВАЯ"	180	6,85	4,99	33,14	233,49	18,98	6,64	25,62
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,03	3,62	0,07	33,00	4,58	1,60	6,18
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,00	28,90	90,00	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,61	0,23	17,00	76,84	2,39	0,84	3,23
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	34	2,61	0,23	17,00	76,84	2,40	0,84	3,24
ИТОГО:		29,24	32,89	132,53	1019,65	105,62	36,97	142,59
ПОЛДНИК								
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	190	21,08	25,80	3,84	330,26	34,34	12,02	46,36
ПИРОЖЕК ПЕЧЕННЫЙ	60	4,38	3,69	28,96	166,54	15,00	5,25	20,25
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,07	0,18	13,50	61,02	1,89	0,66	2,55
ИТОГО:		10,16	16,55	102,75	434,9	52,84	18,49	71,33
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						158,46	55,46	213,92
4 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	100	1,50	10,10	11,70	143,70	17,20	6,02	23,22
РАССОЛЬНИК "ЛЕНИНГРАДСКИЙ" СО СМЕТАНОЙ	250/10	4,20	5,20	23,20	154,80	18,59	6,51	25,10
РЫБА (ГОРБУША) ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	100	21,30	20,60	4,80	291,10	30,11	10,54	40,65
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,21	5,27	19,22	137,13	24,54	8,59	33,13
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,30	0,00	34,50	139,20	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,61	0,23	17,00	76,84	2,39	0,84	3,23
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	34	2,61	0,23	17,00	76,84	2,39	0,84	3,23
ИТОГО:		35,72	41,62	127,42	1019,61	105,62	36,97	142,59
ПОЛДНИК								
ЗАПЕКАНКА МАННАЯ С ИЗЮМОМ	210	18,30	2,76	22,00	183,00	22,74	7,96	30,70
СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	25	3,00	2,63	14,14	89,30	11,95	4,18	16,13
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,71	3,14	17,49	104,79	15,75	5,51	21,26

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,84	0,16	12,00	54,24	2,40	0,84	3,24
ИТОГО:		10,52	15,19	67,5	408,3	52,84	18,49	71,33
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						158,46	55,46	213,92
5 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ	80	1,30	8,50	9,63	125,27	10,68	3,74	14,42
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,16	7,52	8,16	114,00	14,38	5,03	19,42
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	110	13,69	6,11	4,75	130,00	47,00	16,45	63,45
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	3,64	4,33	37,36	206,00	13,37	4,68	18,04
НАПИТОК ИЗ ОБЛЕПИХИ	200	0,14	0,00	16,91	61,79	16,22	5,68	21,90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,15	0,19	14,00	63,28	1,98	0,69	2,67
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	28	2,15	0,19	14,00	63,28	1,99	0,70	2,69
ИТОГО:		25,22	26,83	104,81	763,62	105,62	36,97	142,59
ПОЛДНИК								
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ	160	18,30	2,76	22,00	183,00	46,85	16,40	63,25
СТУЩЕННОЕ МОЛОКО	6	3,00	2,63	14,14	89,30	2,87	1,00	3,87
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,61	0,14	10,50	47,46	1,51	0,53	2,04
ИТОГО:		8,07	15,04	56,14	499,20	52,84	18,49	71,33
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						158,46	55,46	213,92
6 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	110	0,60	0,10	2,30	13,00	15,73	5,51	21,24
СУП "ЛАПША-ДОМАШНЯЯ" (РОЛЛТОН)	250	2,60	5,50	13,40	113,80	8,61	3,01	11,63
ЖАРКОЕ "ПО-ДОМАШНЕМУ" С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	290	17,10	7,80	21,00	223,00	69,57	24,35	93,92
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,00	28,90	90,00	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,16	0,76	2,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	31	2,38	0,21	15,50	70,06	2,17	0,76	2,93
ИТОГО:		25,42	13,81	96,10	577,66	105,62	36,97	142,59
ПОЛДНИК								
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/45	4,70	7,90	17,30	159,20	32,69	11,44	44,12
БУЛОЧКА "ДОРОЖНАЯ"	50	6,90	8,70	0,00	108,00	12,00	4,20	16,20
ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	200	2,80	2,80	15,40	93,30	6,18	2,16	8,34
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,30	0,20	15,00	67,80	1,97	0,69	2,66
ИТОГО:		9,61	45,37	61,54	501,8	52,84	18,49	71,33
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						158,46	55,46	213,92
7 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	110	1,10	6,10	6,90	87,00	17,61	6,16	23,77
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	5,76	7,39	19,90	178,50	10,22	3,58	13,79
ПЛОВ С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	290	19,40	16,13	1,00	386,00	56,09	19,63	75,72
НАПИТОК ИЗ ОБЛЕПИХИ	200	0,14	0,00	16,91	61,79	16,22	5,68	21,90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,91	0,25	19,00	85,88	2,74	0,96	3,70
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	39	2,99	0,26	19,50	88,14	2,75	0,96	3,71
ИТОГО:		32,30	30,13	83,21	887,31	105,62	36,97	142,59
ПОЛДНИК								
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	190	21,08	25,80	3,84	330,26	34,34	12,02	46,36
ПИРОЖЕК ПЕЧЕННЫЙ	60	4,38	3,69	28,96	166,54	15,00	5,25	20,25
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,07	0,18	13,50	61,02	1,89	0,66	2,55
ИТОГО:		9,60	23,78	92,40	395,00	52,84	18,49	71,33
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						158,46	55,46	213,92
8 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	80	0,60	0,10	2,30	13,00	12,98	4,54	17,52
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	250/10	1,59	3,80	0,69	69,95	15,22	5,33	20,55

ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	250	10,29	9,97	10,30	354,00	66,09	23,13	89,22
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,46	0,00	21,78	85,68	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,15	0,19	14,00	63,28	1,97	0,69	2,66
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	28	2,15	0,19	14,00	63,28	1,98	0,69	2,67
ИТОГО:		17,23	14,24	63,07	649,19	105,62	36,97	142,59
ПОЛДНИК								
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	3,00	3,57	6,20	129,45	20,76	7,27	28,03
СДОБА С БРУСНИКОЙ И ПОМАДКОЙ	70	4,38	3,69	28,96	166,54	20,00	7,00	27,00
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,32	0,00	29,20	118,00	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	2,99	0,26	19,50	88,14	1,69	0,59	2,28
ИТОГО:		9,50	7,50	74,22	468,10	52,84	18,49	71,33
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						158,46	55,46	213,92
9 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ	100	1,30	8,50	9,63	125,27	13,35	4,67	18,02
СУП "КРЕСТЬЯНСКИЙ" С КРУПОЙ	250	2,68	4,19	2,66	80,22	9,41	3,29	12,70
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННО-ТОМАТНЫМ	100/50	8,03	13,98	13,38	210,38	54,26	18,99	73,26
КАША РАССЫПЧАТАЯ "ГРЕЧНЕВАЯ"	180	6,85	4,99	33,14	217,92	18,98	6,64	25,62
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,26	0,00	16,00	65,00	4,42	1,55	5,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,84	0,25	18,50	83,62	2,60	0,91	3,51
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	37	2,84	0,25	18,50	83,62	2,60	0,91	3,51
ИТОГО:		24,79	32,15	111,81	866,03	105,62	36,97	142,59
ПОЛДНИК								
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	140	8,04	7,40	27,40	208,40	45,56	15,94	61,50
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	8	0,25	0,38	1,00	7,70	3,82	1,34	5,16
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,26	0,00	16,00	65,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,30	0,20	15,00	67,80	1,85	0,65	2,50
ИТОГО:		5,98	13,00	73,31	468,10	52,84	18,49	71,33
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						158,46	55,46	213,92
10 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	50	0,28	1,55	2,51	26,27	5,26	1,84	7,11
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (САЙРА)	250	4,20	4,70	15,28	123,48	27,23	9,53	36,76
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	100	15,40	6,40	3,70	134,00	40,80	14,28	55,08
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,12	4,68	12,78	133,00	21,82	7,64	29,45
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,08	0,00	21,80	87,60	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,69	0,15	11,00	49,72	1,56	0,55	2,11
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	22	1,69	0,15	11,00	49,72	1,57	0,55	2,12
ИТОГО:		26,45	17,62	78,07	603,79	105,62	36,97	142,59
ПОЛДНИК								
БЛИНЧИКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/10	5,30	3,60	52,10	262,00	22,13	7,74	29,87
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	250	4,70	7,90	17,30	159,20	14,60	5,11	19,71
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,80	2,80	15,40	93,30	14,68	5,14	19,82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,13	10,00	45,20	1,44	0,50	1,94
ИТОГО:		4,96	9,96	84,43	401,88	52,84	18,49	71,33
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						158,46	55,46	213,92
11 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ	90	1,51	2,61	0,00	45,20	17,50	6,12	23,62
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	1,71	3,91	3,57	83,60	16,26	5,69	21,95
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	110	18,67	8,33	6,48	177,27	47,00	16,45	63,45
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	3,61	2,00	21,49	119,29	9,87	3,46	13,33
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	0,32	0,00	29,20	118,00	10,39	3,64	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,45	0,21	16,00	72,32	2,29	0,80	3,09
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	32	2,45	0,21	16,00	72,32	2,30	0,81	3,11
ИТОГО:		30,73	17,28	92,74	688,00	105,62	36,97	142,59

ПОЛДНИК								
ЗАПЕКАНКА МАННАЯ С ИЗЮМОМ	210	18,30	2,76	22,00	183,00	22,74	7,96	30,70
СТУЩЕННОЕ МОЛОКО	25	3,00	2,63	14,14	89,30	11,95	4,18	16,13
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,71	3,14	17,49	104,79	15,75	5,51	21,26
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,61	0,23	17,00	76,84	2,40	0,84	3,24
ИТОГО:		5,96	13,00	66,30	357,60	52,84	18,49	71,33
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						158,46	55,46	213,92
12 ДЕНЬ								
ГОРЯЧИЙ ОБЕД								
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	110	0,60	0,10	2,30	13,00	15,73	5,51	21,24
СУП "ЛАПША-ДОМАШНЯЯ" (РОЛЛТОН)	250	2,60	5,50	13,40	113,80	8,61	3,01	11,63
ЖАРКОЕ "ПО-ДОМАШНЕМУ" С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	290	17,10	7,80	21,00	223,00	69,57	24,35	93,92
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,00	28,90	90,00	7,38	2,58	9,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,00	67,80	2,16	0,76	2,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	31	2,38	0,21	15,50	70,06	2,17	0,76	2,93
ИТОГО:		25,42	13,81	96,10	577,66	105,62	36,97	142,59
ПОЛДНИК								
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ	160	18,30	2,76	22,00	183,00	46,85	16,40	63,25
СТУЩЕННОЕ МОЛОКО	6	3,00	2,63	14,14	89,30	2,87	1,00	3,87
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1,61	0,56	2,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,69	0,15	11,00	49,72	1,51	0,53	2,04
ИТОГО:		3,6	2,4	74,8	318	52,84	18,49	71,33
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						158,46	55,46	213,92

ЗАКАЗЧИК:

Директор:



/Г.В. Урозаева/

ИСПОЛНИТЕЛЬ:

Генеральный директор:
АО «Славянка»



/Л.Г. Носова/