

Согласовано  
Начальник территориального отдела  
Управления Роспотребнадзора  
по Красноярскому краю  
в г.Минусинске

\_\_\_\_\_ Т.И.Малегина

Утверждено  
Руководитель УО  
администрации  
Минусинского района

\_\_\_\_\_ И.П.Аликова

**Примерное 10-дневное меню для питания школьников МКОУ Притубинская ООШ №22**  
(догоотовочные)

Возрастная категория: с 12 до 18 лет.

Сезон: осенне-зимний

№рецепт.,	Прием пищи,	Масса	Пищевые вещества (г)				Витамины			Минеральные вещества				
			Б	Ж	У	Эн.цен.ккал	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
						<b>ДЕНЬ 1</b>								
	<b>Завтрак</b>													
№311-2004г. Лапшина	Каша молочная рисовая жидкая, с маслом и сахаром	200/6/20	4.99	8.18	30.22	214.37	0.07	0.23	48.86	121.67	192.51	49.80	0.40	
№648-2004г. Лапшина	Кисель из концентрата	200	0.00	0.00	11.14	49.60	0.00	0.00	0.00	0.16	10.00	4.00	0.004	
	Хлеб пшеничный.	25	2.28	0.24	14.76	64.50	0.03	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33	
	Хлеб ржаной	25	2.55	0.99	12.75	71.40	0.13	0.12	0.00	21.90	37.50	12.00	0.85	
	Сосиска в тесте	100	12.00	17.90	21.80	286.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
	<b>Итого</b>		<b>21.82</b>	<b>27.31</b>	<b>90.67</b>	<b>685.87</b>	<b>0.23</b>	<b>0.35</b>	<b>48.86</b>	<b>149.73</b>	<b>259.51</b>	<b>70.00</b>	<b>1.58</b>	
	<b>Обед</b>													
№148-2004г. Лапшина	Суп лапша домашняя	250/10	2.50	7.25	22.64	114.16	0.02	16.04	12.45	47.06	45.20	17.69	0.54	
	Шоколадный батончик "Бонди"	30	2.00	10.50	13.50	156.00	0.02	0.15	13.80	27.90	1.08	21.60	0.22	

№692-2004г. Лапшина	Кофейный напиток с молоком.	200	3.12	2.66	14.18	93.34	0.04	1.30	0.03	125.74	190.00	28.00	0.14
	Хлеб пшеничный.	25	2.28	0.24	14.76	64.50	0.03	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33
	Хлеб ржаной	25	2.55	0.99	12.75	71.40	0.13	0.12	0.00	21.90	37.50	12.00	0.85
	<b>Итого</b>		<b>12.45</b>	<b>21.64</b>	<b>77.83</b>	<b>499.40</b>	<b>0.24</b>	<b>17.61</b>	<b>26.28</b>	<b>228.60</b>	<b>293.28</b>	<b>83.49</b>	<b>2.08</b>
	<b>Всего за 1 день</b>		<b>34.27</b>	<b>48.95</b>	<b>168.50</b>	<b>1185.27</b>	<b>0.46</b>	<b>17.96</b>	<b>75.14</b>	<b>378.33</b>	<b>552.79</b>	<b>153.49</b>	<b>3.66</b>
						<b>ДЕНЬ 2</b>							
	<b>Завтрак</b>												
№311-2004г. Лапшина	Каша пшеничная жидкая с маслом и сахаром.	200/6/20	6.74	10.40	25.79	224.29	0.11	0.90	50.16	185.32	186.12	47.39	0.72
	Масло сливочное порционное	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0	0	45	2.4	0.02	0.05	0.02
	Хлеб пшеничный.	25	4.30	1.80	17.40	109.60	0.03	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33
	Хлеб ржаной	25	3.40	1.30	17.00	103.60	0.13	0.12	0.00	21.90	37.50	12.00	0.85
№685-2004г. Лапшина	Чай с сахаром.	200	12.00	3.06	13.00	49.28	0.00	6.00	0.00	11.60	0.00	0.00	0.54
	Яблоко.	100	0.26	0.17	11.41	52.00	0.02	4.60	3.00	6.00	11.00	5.00	0.12
	<b>Итого</b>		<b>26.80</b>	<b>24.03</b>	<b>84.70</b>	<b>604.87</b>	<b>0.29</b>	<b>11.62</b>	<b>98.16</b>	<b>233.22</b>	<b>254.14</b>	<b>68.64</b>	<b>2.58</b>
	<b>Обед</b>												
№50-2004г. Лапшина	Салат из свеклы с сыром	100	1.78	8.83	20.30	164.70	0.06	4.68	8.38	40.00	36.32	19.68	0.72
б/н	Котлета мясная п/ф.	100	9.74	12.14	15.60	244.00	0.11	1.06	0.00	102.66	222.66	14.66	1.34
№520-2004г. Лапшина	Пюре картофельное	180	10.48	2.76	1.14	248.48	0.25	0.00	0.02	16.63	174.06	70.02	5.57
№639-2004г. Лапшина	Компот из сухофруктов.	200	1.04	0.00	26.96	107.44	0.02	0.80	0.00	41.14	25.20	13.50	0.68
	Хлеб пшеничный.	25	4.30	1.80	17.40	109.60	0.03	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33
	Хлеб ржаной	25	3.40	1.30	17.00	103.60	0.13	0.12	0.00	21.90	37.50	12.00	0.85
	<b>Итого</b>		<b>30.73</b>	<b>26.83</b>	<b>98.40</b>	<b>977.82</b>	<b>0.60</b>	<b>6.66</b>	<b>8.40</b>	<b>228.33</b>	<b>515.24</b>	<b>134.06</b>	<b>9.49</b>
	<b>Всего за 2 день</b>		<b>57.53</b>	<b>50.85</b>	<b>183.10</b>	<b>1582.69</b>	<b>0.89</b>	<b>18.29</b>	<b>106.56</b>	<b>461.55</b>	<b>769.38</b>	<b>202.71</b>	<b>12.06</b>

						<b>ДЕНЬ 3</b>							
	<b>Завтрак</b>												
№311-2004г. Лапшина	Каша рисовая молочная жидкая, с маслом и сахаром.	200/6/20	4.99	8.18	30.22	214.37	0.07	0.23	48.86	121.67	192.51	49.80	0.40
	Какао с молоком	200	4.20	3.62	17.28	118.66	0.04	0.88	17.80	120.14	0.73	57.16	1.36
	Хлеб пшеничный.	25	4.30	1.80	17.40	109.60	0.03	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33
	Хлеб ржаной	25	3.40	1.30	17.00	103.60	0.13	0.12	0.00	21.90	37.50	12.00	0.85
	Сыр полутвердый	20	5	5.4	0	68.8	0	0	0	0	0	0	0
	Мини рулет	100	1.60	4.90	21.70	133.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
	<b>Итого</b>		<b>23.49</b>	<b>25.20</b>	<b>103.60</b>	<b>748.03</b>	<b>0.27</b>	<b>1.23</b>	<b>66.66</b>	<b>269.71</b>	<b>250.24</b>	<b>123.16</b>	<b>2.94</b>
	<b>Обед</b>												
№139-2004г. Лапшина	Суп картофельный с бобовыми.	250	5.13	5.35	16.13	129.25	0.15	5.83	0.03	50.28	109.38	40.30	1.80
	Яйцо отварное	40	5.10	4.60	0.30	63.50	0.03	0.00	105.00	22.22	0.92	4.85	1.01
№685-2004г. Лапшина	Чай с сахаром.	200	12.00	3.06	13.00	49.28	0.00	6.00	0.00	11.60	0.00	0.00	0.54
	Хлеб пшеничный.	25	4.30	1.80	17.40	109.60	0.03	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33
	Хлеб ржаной	25	3.40	1.30	17.00	103.60	0.13	0.12	0.00	21.90	37.50	12.00	0.85
	<b>Итого</b>		<b>29.93</b>	<b>16.11</b>	<b>63.83</b>	<b>455.23</b>	<b>0.34</b>	<b>11.95</b>	<b>105.03</b>	<b>112.00</b>	<b>167.30</b>	<b>61.35</b>	<b>4.53</b>
	<b>Всего за 3 день</b>		<b>53.41</b>	<b>41.31</b>	<b>167.42</b>	<b>1203.26</b>	<b>0.61</b>	<b>13.17</b>	<b>171.68</b>	<b>381.70</b>	<b>417.54</b>	<b>184.51</b>	<b>7.47</b>
						<b>ДЕНЬ 4</b>							
	<b>Завтрак</b>												
№44-2007г. Конь И.Я., Мосов А.В., Тобис В.И.,	Суп рыбный из консервов	250	4.80	3.80	8.50	86.50	0.03	10.58	163.60	55.78	147.34	40.01	1.10
	Хлеб пшеничный.	25	4.30	1.80	17.40	109.60	0.03	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33
	Хлеб ржаной	25	3.40	1.30	17.00	103.60	0.13	0.12	0.00	21.90	37.50	12.00	0.85

	Яблоко.	100	0.26	0.17	11.41	52.00	0.02	4.60	3.00	6.00	11.00	5.00	0.12
№692-2004г. Лапшина	Кофейный напиток с молоком.	200	3.12	2.66	14.18	93.34	0.04	1.30	0.03	125.74	190.00	28.00	0.14
	<b>Итого</b>		<b>15.88</b>	<b>9.73</b>	<b>68.49</b>	<b>445.04</b>	<b>0.25</b>	<b>16.60</b>	<b>166.63</b>	<b>215.42</b>	<b>405.34</b>	<b>89.21</b>	<b>2.54</b>
	<b>Обед</b>												
б/н	Пельмени п/ф	200	19.80	27.80	27.00	438.00	0.34	0.00	0.00	34.00	7.20	26.00	1.80
	Сыр полутвердый	20	5	5.4	0	68.8	0	0	0	0	0	0	0
№693-2004г. Лапшина	Какао с молоком.	200	4.20	3.62	17.28	118.66	0.06	1.60	0.04	152.94	160.00	18.00	0.54
	Хлеб пшеничный.	25	4.30	1.80	17.40	109.60	0.03	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33
	Хлеб ржаной	25	3.40	1.30	17.00	103.60	0.13	0.12	0.00	21.90	37.50	12.00	0.85
	<b>Итого</b>		<b>36.70</b>	<b>39.92</b>	<b>78.68</b>	<b>838.66</b>	<b>0.56</b>	<b>1.72</b>	<b>0.04</b>	<b>214.84</b>	<b>224.20</b>	<b>60.20</b>	<b>3.52</b>
	<b>Всего за 4 день</b>		<b>52.58</b>	<b>49.65</b>	<b>147.17</b>	<b>1283.70</b>	<b>0.81</b>	<b>18.32</b>	<b>166.67</b>	<b>430.26</b>	<b>629.54</b>	<b>149.41</b>	<b>6.06</b>
						<b>ДЕНЬ 5</b>							
	<b>Завтрак</b>												
№42-2004г. Лапшина	Салат из свежей капусты с яблоком	100	0.77	7.54	6.85	101.40	0.04	35.71	127.90	35.28	0.75	13.05	1.05
№443-2004г. Лапшина	Плов с мясом	280	28.00	25.87	46.85	410.26	0.34	0.73	1.40	52.86	290.74	42.49	2.54
№705-2004г.	Напиток из шиповника.	200	0.68	0.28	18.98	81.34	0.02	100.00	0.27	21.34	0.00	0.00	0.62
	Хлеб пшеничный.	15	2.10	0.90	8.70	54.80	0.08	0.00	0.00	25.00	1.12	8.20	0.72
	Хлеб ржаной	15	1.70	0.70	8.50	51.80	0.09	0.08	0.00	14.60	0.76	8.00	0.57
	<b>Итого</b>		<b>33.25</b>	<b>35.29</b>	<b>89.88</b>	<b>699.60</b>	<b>0.57</b>	<b>136.52</b>	<b>129.57</b>	<b>149.08</b>	<b>293.37</b>	<b>71.74</b>	<b>5.50</b>
	<b>Обед</b>												
№311-2004г.	Каша пшеничная жидкая	150/5/15	5.07	7.82	19.40	168.71	0.08	0.68	37.73	139.40	140.00	35.65	0.54
	Мини рулет	100	1.60	4.90	21.70	133.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
№685-2004г. Лапшина	Чай с сахаром.	200	12.00	3.06	13.00	49.28	0.00	6.00	0.00	11.60	0.00	0.00	0.54
	Хлеб пшеничный.	25	4.30	1.80	17.40	109.60	0.03	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33
	Хлеб ржаной	25	3.40	1.30	17.00	103.60	0.13	0.12	0.00	21.90	37.50	12.00	0.85
	<b>Итого</b>		<b>26.37</b>	<b>18.88</b>	<b>88.50</b>	<b>564.19</b>	<b>0.24</b>	<b>6.80</b>	<b>37.73</b>	<b>178.90</b>	<b>197.00</b>	<b>51.85</b>	<b>2.26</b>
	<b>Всего за 5 день</b>		<b>59.62</b>	<b>54.17</b>	<b>178.38</b>	<b>1263.79</b>	<b>0.81</b>	<b>143.32</b>	<b>167.30</b>	<b>327.98</b>	<b>490.37</b>	<b>123.59</b>	<b>7.76</b>





						ДЕНЬ 9								
Завтрак														
б/н	Щи со свежей капустой	250/10	1.85	6.85	11.27	110.35	0.03	10.58	163.60	55.78	147.34	40.01	1.10	
№738-2004г. Лапшина	Пирожки печеные с картофелем	100	5.00	8.30	29.50	213.10	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
№707-2004г. Лапшина	Сок	200	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	4.00	0.00	14.00	14.00	8.00	2.80	
	Хлеб пшеничный.	15	2.10	0.90	8.70	54.80	0.08	0.00	0.00	25.00	1.12	8.20	0.72	
	Хлеб ржаной	20	1.70	0.70	8.50	51.80	0.09	0.08	0.00	14.60	0.76	8.00	0.57	
	<b>Итого</b>		<b>11.65</b>	<b>16.95</b>	<b>78.17</b>	<b>522.05</b>	<b>0.22</b>	<b>14.66</b>	<b>163.60</b>	<b>109.38</b>	<b>163.22</b>	<b>64.21</b>	<b>5.19</b>	
<b>Обед</b>														
№508-2004г.	Гречка рассыпчатая.	180	10.48	2.76	1.14	248.48	0.25	0.00	0.02	16.63	174.06	70.02	5.57	
б/н	Гуляш п/ф	100	7.54	6.24	1.26	129.94	0.10	0.73	5.00	9.79	143.00	18.00	2.43	
	Сыр полутвердый	20	5	5.4	0	68.8	0	0	0	0	0	0	0	
№707-2004г. Лапшина	Чай с сахаром.	200	12.00	3.06	13.00	49.28	0.00	6.00	0.00	11.60	0.00	0.00	0.54	
	Хлеб пшеничный.	15	2.10	0.90	8.70	54.80	0.08	0.00	0.00	25.00	1.12	8.20	0.72	
	Хлеб ржаной	20	1.70	0.70	8.50	51.80	0.09	0.08	0.00	14.60	0.76	8.00	0.57	
	<b>Итого</b>		<b>38.81</b>	<b>19.06</b>	<b>32.60</b>	<b>603.10</b>	<b>0.52</b>	<b>6.81</b>	<b>5.02</b>	<b>77.62</b>	<b>318.94</b>	<b>104.22</b>	<b>9.82</b>	
	<b>Всего за 9 день</b>		<b>50.46</b>	<b>36.01</b>	<b>110.77</b>	<b>1125.15</b>	<b>0.74</b>	<b>21.47</b>	<b>168.62</b>	<b>187.00</b>	<b>482.16</b>	<b>168.43</b>	<b>15.01</b>	
						ДЕНЬ 10								
Завтрак														
№43-2004г. Лапшина	Салат из свежей капусты	100	0.87	4.77	8.35	82.35	0.06	4.68	8.38	40.00	36.32	19.68	0.72	
№516-2004г.	Макаронь отварные.	180	6.43	0.67	1.03	168.96	0.07	0.00	0.001	10.81	80.60	32.04	9.37	
№413-2004г. Лапшина	Сосиска отварная.	100	10.40	20.00	0.80	195.00	0.03	0.00	0.00	25.00	139.00	15.00	1.80	
№707-2004г. Лапшина	Чай с сахаром.	200	12.00	3.06	13.00	49.28	0.00	6.00	0.00	11.60	0.00	0.00	0.54	
	Хлеб пшеничный.	25	4.30	1.80	17.40	109.60	0.03	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33	
	Хлеб ржаной	25	3.40	1.30	17.00	103.60	0.13	0.12	0.00	21.90	37.50	12.00	0.85	

	<b>Итого</b>		<b>27.00</b>	<b>11.60</b>	<b>56.78</b>	<b>513.79</b>	<b>0.29</b>	<b>10.80</b>	<b>8.38</b>	<b>90.31</b>	<b>173.92</b>	<b>67.92</b>	<b>11.81</b>
	<b>Обед</b>												
№160-2004г. Лапшина	Суп молочный с вермишелью	250	6.00	3.80	24.20	210.00	0.10	1.84	31.00	178.10	1.89	28.20	0.62
	Сыр полутвердый	20	5	5.4	0	68.8	0	0	0	0	0	0	0
№692-2004г. Лапшина	Кофейный напиток с молоком.	200	3.12	2.66	14.18	93.34	0.04	1.30	0.03	125.74	190.00	28.00	0.14
	Хлеб пшеничный.	25	4.30	1.80	17.40	109.60	0.03	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33
	Хлеб ржаной	25	3.40	1.30	17.00	103.60	0.13	0.12	0.00	21.90	37.50	12.00	0.85
	<b>Итого</b>		<b>18.70</b>	<b>12.30</b>	<b>58.60</b>	<b>492.00</b>	<b>0.26</b>	<b>1.96</b>	<b>31.00</b>	<b>206.00</b>	<b>58.89</b>	<b>44.40</b>	<b>1.80</b>
	<b>Всего за 10 день</b>		<b>45.70</b>	<b>23.90</b>	<b>115.38</b>	<b>1005.79</b>	<b>0.55</b>	<b>12.76</b>	<b>39.38</b>	<b>296.31</b>	<b>232.81</b>	<b>112.32</b>	<b>13.61</b>

Пономарева Оксана Сергеевна тел. 2-26-95.



Согласовано  
Начальник территориального отдела  
Управления Роспотребнадзора  
по Красноярскому краю

в г. Минусинске

\_\_\_\_\_ Т.И.Малегина.

Утверждено  
Руководитель УО  
администрации  
Минусинского района

\_\_\_\_\_ И.П.Аликова.

**Примерное 10-дневное меню для питания школьников МКОУ Притубинская ООШ №22**  
(доготовочные)

Возрастная категория: с 11 до 13 лет.

Сезон: осенне-зимний

№рецепт., сборник	Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)			Минеральные вещества			
			Б	Ж	У	Эн.цен.к кал	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	<b>Завтрак</b>												
№340-2004г. Лапшина В.Т.	Омлет натуральный с	200/9	17.40	18.12	6.42	256.00	0.08	0.36	400.00	186.80	3.29	25.45	2.64
	Йогурт	200	10.00	6.40	7.00	136.00	0.08	1.20	42.00	244.00	192.00	30.00	0.20
	Сыр полутвердый	20	5	5.4	0	68.8	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб	15	2.10	0.90	8.70	54.80	0.08	0.00	0.00	25.00	1.12	8.20	0.72
	Хлеб ржаной	20	1.70	0.70	8.50	51.80	0.09	0.08	0.00	14.60	0.76	8.00	0.57
	Апельсин.	100	0.90	0.20	8.10	43.00	0.04	60.00	4.00	34.00	23.00	13.00	0.30

	<b>Итого</b>		<b>37.10</b>	<b>31.72</b>	<b>38.72</b>	<b>610.40</b>	<b>0.37</b>	<b>61.64</b>	<b>446.00</b>	<b>504.40</b>	<b>220.17</b>	<b>84.65</b>	<b>4.43</b>
	<b>Обед</b>												
№43-2004г. Лапшина В.Т.	Салат из свежей капусты	100	0.87	4.77	8.35	82.35	0.06	4.68	8.38	40.00	36.32	19.68	0.72
№139-2004г. Лапшина В.Т.	Суп картофельный с	250	5.13	5.35	16.13	129.25	0.15	5.83	0.03	50.28	109.38	40.30	1.80
№413-2004г. Лапшина В.Т.	Сосиска отварная.	100	10.40	20.00	0.80	195.00	0.03	0.00	0.00	25.00	139.00	15.00	1.80
№508-2004г. Лапшина В.Т.	Гречка рассыпчатая.	180	10.48	2.76	1.14	248.48	0.25	0.00	0.02	16.63	174.06	70.02	5.57
№639-2004г. Лапшина В.Т.	Компот из сухофруктов.	200	12.00	3.06	13.00	49.28	0.00	6.00	0.00	11.60	0.00	0.00	0.54
	Хлеб	20	2.10	0.90	8.70	54.80	0.08	0.00	0.00	25.00	1.12	8.20	0.72
	Хлеб ржаной	20	1.70	0.70	8.50	51.80	0.09	0.08	0.00	14.60	0.76	8.00	0.57
	<b>Итого</b>		<b>42.67</b>	<b>37.54</b>	<b>56.62</b>	<b>810.96</b>	<b>0.66</b>	<b>16.59</b>	<b>8.43</b>	<b>183.11</b>	<b>460.64</b>	<b>161.20</b>	<b>11.72</b>
	<b>Полдник</b>												
№773-2004г.	Булочка	100	7.80	6.12	53.86	302.00	0.00	0.00	0.00	22.60	0.00	50.00	1.46
	Йогурт	200	10.00	6.40	7.00	136.00	0.08	1.20	42.00	244.00	192.00	30.00	0.20
	<b>Итого</b>		<b>17.80</b>	<b>12.52</b>	<b>60.86</b>	<b>438.00</b>	<b>0.08</b>	<b>1.20</b>	<b>42.00</b>	<b>266.60</b>	<b>192.00</b>	<b>80.00</b>	<b>1.66</b>
	<b>Всего</b>		<b>97.57</b>	<b>81.78</b>	<b>156.20</b>	<b>1859.36</b>	<b>1.11</b>	<b>79.43</b>	<b>496.43</b>	<b>954.11</b>	<b>872.81</b>	<b>325.85</b>	<b>17.81</b>
						<b>ДЕНЬ 2</b>							
	<b>Завтрак</b>												
№315-2004г. Лапшина В.Т.	Запеканка рисовая с творогом и	200/8	10.23	14.23	12.47	386.16	0.05	0.00	0.04	74.61	171.53	39.23	1.08
	сливочное порционное	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0	0	45	2.4	0.02	0.05	0.02
	Колбаса порционная	20	3.00	5.50	0.30	63.00	0.06	0.00	0.00	10.00	1.35	5.25	0.43
	Хлеб	25	2.28	0.24	14.76	64.50	0.03	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33

	Хлеб ржаной	20	1.70	0.70	8.50	51.80	0.09	0.08	0.00	14.60	0.76	8.00	0.57
№692-2004г. Лапшина В.Т.	Кофейный напиток с	200	3.12	2.66	18.91	124.45	0.05	1.73	0.04	167.65	253.33	37.33	0.19
	<b>Итого</b>		<b>20.43</b>	<b>30.63</b>	<b>55.03</b>	<b>756.01</b>	<b>0.29</b>	<b>1.81</b>	<b>45.08</b>	<b>275.27</b>	<b>446.50</b>	<b>94.06</b>	<b>2.62</b>
	<b>Обед</b>												
№12-2011г. Могильный	Салат из кукурузы.	100	2.88	6.18	8.03	99.30	0.10	9.30	25.12	18.67	280.05	96.72	0.67
б/н	Борщ консервированн ый, со сметаной.	250/10	1.85	6.85	11.27	110.35	0.03	10.58	163.60	55.78	147.34	40.01	1.10
б/н	Шницель	100	14.98	4.48	9.73	108.33	0.10	3.05	31.00	48.83	184.00	56.00	1.05
№512-2004г. Лапшина В.Т.	Рис припущенный.	180	4.37	5.17	44.01	189.94	0.04	0.00	0.01	2.90	22.09	11.06	0.61
№685-2004г. Лапшина В.Т.	Чай с сахаром.	200	12.00	3.06	13.00	49.28	0.00	6.00	0.00	11.60	0.00	0.00	0.54
	Хлеб	20	2.10	0.90	8.70	54.80	0.08	0.00	0.00	25.00	1.12	8.20	0.72
	Хлеб ржаной	20	1.70	0.70	8.50	51.80	0.09	0.08	0.00	14.60	0.76	8.00	0.57
	<b>Итого</b>		<b>39.88</b>	<b>27.34</b>	<b>103.24</b>	<b>663.80</b>	<b>0.44</b>	<b>29.01</b>	<b>219.73</b>	<b>177.37</b>	<b>635.36</b>	<b>219.99</b>	<b>5.26</b>
	<b>Полдник</b>												
№445.2, 1100 рецептур блюд (тех.карт), хим.состав и	Ватрушка с повидлом	80	4.60	3.90	35.20	213.30	0.01	0.00	0.00	4.51	0.00	0.00	0.15
	Кефир	200	5.80	6.40	8.00	118.00	0.06	1.40	44.00	240.00	1.60	28.00	0.20
	Яблоко.	100	0.26	0.17	11.41	52.00	0.02	4.60	3.00	6.00	11.00	5.00	0.12
	<b>Итого</b>		<b>10.66</b>	<b>10.47</b>	<b>54.61</b>	<b>383.30</b>	<b>0.09</b>	<b>6.00</b>	<b>47.00</b>	<b>250.51</b>	<b>12.60</b>	<b>33.00</b>	<b>0.47</b>
	<b>Всего за 2 день</b>		<b>70.97</b>	<b>68.44</b>	<b>212.88</b>	<b>1803.11</b>	<b>0.82</b>	<b>36.82</b>	<b>311.81</b>	<b>703.15</b>	<b>1094.46</b>	<b>347.05</b>	<b>8.34</b>
						<b>ДЕНЬ 3</b>							
№311-2004г. Лапшина В.Т.	Каша манная жидкая с	200/6/20	6.00	8.20	29.30	215.00	0.06	0.22	0.00	125.48	157.27	13.29	0.40

№685-2004г. Лапшина В.Т.	Чай с сахаром.	200	12.00	3.06	13.00	49.28	0.00	6.00	0.00	11.60	0.00	0.00	0.54
	Колбаса	25	3.00	5.50	0.30	63.00	0.06	0.00	0.00	10.00	1.35	5.25	0.43
	Масло сливочное	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0	0	45	2.4	0.02	0.05	0.02
	Хлеб	25	2.28	0.24	14.76	64.50	0.03	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33
	Хлеб ржаной	20	1.70	0.70	8.50	51.80	0.09	0.08	0.00	14.60	0.76	8.00	0.57
	Банан.	100	1.50	0.50	21.00	96.00	0.04	10.00	10.00	8.00	28.00	42.00	0.60
	<b>Итого</b>		<b>26.58</b>	<b>25.50</b>	<b>86.96</b>	<b>605.68</b>	<b>0.28</b>	<b>16.30</b>	<b>55.00</b>	<b>178.08</b>	<b>206.90</b>	<b>72.79</b>	<b>2.89</b>
	<b>Обед</b>												
№61-2004г. Лапшина В.Т.	Салат из сыра и яблок.	100	14.00	5.00	4.70	120.00	0.06	4.68	8.38	40.00	36.32	19.68	0.72
б/н	Рассольник консервированн ый, со сметаной.	250/10	1.88	7.08	13.39	114.85	0.10	7.58	15.61	32.00	71.46	30.46	0.87
б/н	Гуляш п/ф	100	7.54	6.24	1.26	129.94	0.10	0.73	5.00	9.79	143.00	18.00	2.43
№330-2004г. Лапшина В.Т.	Бобовые отварные.	180	16.56	1.62	28.62	206.00	0.42	0.00	1.80	84.60	192.60	75.60	5.94
№639-2004г. Лапшина В.Т.	Компот из сухофруктов.	200	12.00	3.06	13.00	49.28	0.00	6.00	0.00	11.60	0.00	0.00	0.54
	Хлеб	20	2.10	0.90	8.70	54.80	0.08	0.00	0.00	25.00	1.12	8.20	0.72
	Хлеб ржаной	20	1.70	0.70	8.50	51.80	0.09	0.08	0.00	14.60	0.76	8.00	0.57
	<b>Итого</b>		<b>55.78</b>	<b>24.60</b>	<b>78.17</b>	<b>726.67</b>	<b>0.85</b>	<b>19.07</b>	<b>30.79</b>	<b>217.59</b>	<b>445.26</b>	<b>159.94</b>	<b>11.79</b>
	<b>Полдник</b>												
№265-2004г. Коровка	Блинчики со сгущенкой	115/15	9.57	12.42	52.61	358.80	0.81	0.35	521.00	89.70	7.31	16.10	6.52
	Йогурт	200	10.00	6.40	7.00	136.00	0.08	1.20	42.00	244.00	192.00	30.00	0.20
	<b>Итого</b>		<b>19.57</b>	<b>18.82</b>	<b>59.61</b>	<b>494.80</b>	<b>0.89</b>	<b>1.55</b>	<b>563.00</b>	<b>333.70</b>	<b>199.31</b>	<b>46.10</b>	<b>6.72</b>
	<b>Всего за 3 день</b>		<b>101.93</b>	<b>68.92</b>	<b>224.74</b>	<b>1827.15</b>	<b>2.02</b>	<b>36.92</b>	<b>648.79</b>	<b>729.37</b>	<b>851.47</b>	<b>278.83</b>	<b>21.40</b>
						<b>ДЕНЬ 4</b>							



		<b>ДЕНЬ 5</b>											
<b>Завтрак</b>													
№321-2004г. Лапшина В.Т.	Пудинг гречневый протертый с	200/8,5	8.02	8.10	15.83	170.70	0.12	0.00	0.04	74.55	171.40	39.20	1.08
№692-2004г. Лапшина В.Т.	Кофейный напиток с	200	3.12	2.66	14.18	93.34	0.04	1.30	0.03	125.74	190.00	28.00	0.14
	Колбаса	25	3.00	5.50	0.30	63.00	0.06	0.00	0.00	10.00	1.35	5.25	0.43
	Масло сливочное	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0	0	45	2.4	0.02	0.05	0.02
	Хлеб	25	2.28	0.24	14.76	64.50	0.03	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33
	Хлеб ржаной	20	1.70	0.70	8.50	51.80	0.09	0.08	0.00	14.60	0.76	8.00	0.57
	Апельсин.	100	0.90	0.20	8.10	43.00	0.04	60.00	4.00	34.00	23.00	13.00	0.30
	<b>Итого</b>		<b>19.12</b>	<b>24.70</b>	<b>61.77</b>	<b>552.44</b>	<b>0.38</b>	<b>61.38</b>	<b>49.07</b>	<b>267.29</b>	<b>406.03</b>	<b>97.70</b>	<b>2.87</b>
<b>Обед</b>													
№12-2011г. Могильный	Салат из кукурузы.	100	2.88	6.18	8.03	99.30	0.10	9.30	25.12	18.67	280.05	96.72	0.67
№44-2007г. Конь И.Я.,	Суп рыбный из консервов	250	4.80	3.80	8.50	86.50	0.10	8.25	0.03	25.90	67.40	26.68	1.03
б/н	Котлета мясная	100	9.74	12.14	15.60	244.00	0.11	0.88	0.00	55.15	169.73	30.99	1.08
№516-2004г. Лапшина В.Т.	Макароны отварные.	180	6.43	0.67	1.03	168.96	0.07	0.00	0.001	10.81	80.60	32.04	9.37
№639-2004г. Лапшина В.Т.	Компот из сухофруктов.	200	12.00	3.06	13.00	49.28	0.00	6.00	0.00	11.60	0.00	0.00	0.54
	Хлеб	20	2.10	0.90	8.70	54.80	0.08	0.00	0.00	25.00	1.12	8.20	0.72
	Хлеб ржаной	20	1.70	0.70	8.50	51.80	0.09	0.08	0.00	14.60	0.76	8.00	0.57
	<b>Итого</b>		<b>39.65</b>	<b>27.45</b>	<b>63.36</b>	<b>754.64</b>	<b>0.55</b>	<b>24.51</b>	<b>25.14</b>	<b>161.73</b>	<b>599.66</b>	<b>202.62</b>	<b>13.97</b>
<b>Полдник</b>													
№318-2004г. Лапшина	Пудинг манный, с джемом	180/27	11.70	9.00	57.10	358.00	0.14	0.72	81.90	142.67	3.77	28.67	1.22

№707-2004г. Лапшина	Сок яблочный.	200	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	4.00	0.00	14.00	14.00	8.00	2.80
	<b>Итого</b>		<b>12.70</b>	<b>9.20</b>	<b>77.30</b>	<b>450.00</b>	<b>0.16</b>	<b>4.72</b>	<b>81.90</b>	<b>156.67</b>	<b>17.77</b>	<b>36.67</b>	<b>4.02</b>
	<b>Всего за 5 день</b>		<b>71.47</b>	<b>61.35</b>	<b>202.43</b>	<b>1757.08</b>	<b>1.09</b>	<b>90.61</b>	<b>156.11</b>	<b>585.69</b>	<b>1023.46</b>	<b>336.98</b>	<b>20.86</b>
					<b>ДЕНЬ 6</b>								
	<b>Завтрак</b>												
№311-2004г. Лапшина В.Т.	Каша рисовая жидкая, с	200/6/20	4.99	8.18	30.22	214.37	0.07	0.23	48.86	121.67	192.51	49.80	0.40
№693-2004г. Лапшина В.Т.	Какао с молоком.	200	4.20	3.62	17.28	118.66	0.06	1.60	0.04	152.94	160.00	18.00	0.54
	Масло сливочное	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0	0	45	2.4	0.02	0.05	0.02
	Сыр полутвердый	20	5	5.4	0	68.8	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб	25	2.28	0.24	14.76	64.50	0.03	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33
	Хлеб ржаной	20	1.70	0.70	8.50	51.80	0.09	0.08	0.00	14.60	0.76	8.00	0.57
	<b>Итого</b>		<b>18.27</b>	<b>25.44</b>	<b>70.86</b>	<b>584.23</b>	<b>0.25</b>	<b>1.91</b>	<b>93.89</b>	<b>297.61</b>	<b>372.79</b>	<b>80.05</b>	<b>1.86</b>
	<b>Обед</b>												
№43-2004г. Лапшина В.Т.	Салат из свежей капусты	100	0.87	4.77	8.35	82.35	0.06	4.68	8.38	40.00	36.32	19.68	0.72
№139-2004г. Лапшина В.Т.	Суп картофельный с	250	5.13	5.35	16.13	129.25	0.15	5.83	0.03	50.28	109.38	40.30	1.80
№487-2004г. Лапшина В.Т.	Птица отварная.	100	7.83	5.98	1.21	136.23	0.10	1.23	138.63	12.45	254.04	27.41	2.15
№512-2004г. Лапшина В.Т.	Рис припущенный.	180	4.37	5.17	44.01	189.94	0.04	0.00	0.01	2.90	22.09	11.06	0.61
№685-2004г. Лапшина В.Т.	Чай с сахаром.	200	12.00	3.06	13.00	49.28	0.00	6.00	0.00	11.60	0.00	0.00	0.54
	Хлеб	20	2.10	0.90	8.70	54.80	0.08	0.00	0.00	25.00	1.12	8.20	0.72
	Хлеб ржаной	20	1.70	0.70	8.50	51.80	0.09	0.08	0.00	14.60	0.76	8.00	0.57

	<b>Итого</b>		<b>33.99</b>	<b>25.93</b>	<b>99.90</b>	<b>693.65</b>	<b>0.52</b>	<b>17.81</b>	<b>147.04</b>	<b>156.83</b>	<b>423.70</b>	<b>114.66</b>	<b>7.11</b>
	<b>Полдник</b>												
№359-2004г. Лапшина	Сырники с морковью	80	13.69	6.72	21.76	208.00	0.05	0.15	664.20	78.82	2.91	27.70	0.66
№685-2004г. Лапшина	Чай с сахаром.	200	12.00	3.06	13.00	49.28	0.00	6.00	0.00	11.60	0.00	0.00	0.54
	Банан.	100	1.50	0.50	21.00	96.00	0.04	10.00	10.00	8.00	28.00	42.00	0.60
	<b>Итого</b>		<b>27.19</b>	<b>10.28</b>	<b>55.76</b>	<b>353.28</b>	<b>0.09</b>	<b>16.15</b>	<b>674.20</b>	<b>98.42</b>	<b>30.91</b>	<b>69.70</b>	<b>1.80</b>
	<b>Всего за 6 день</b>		<b>79.45</b>	<b>61.64</b>	<b>226.52</b>	<b>1631.16</b>	<b>0.86</b>	<b>35.87</b>	<b>915.13</b>	<b>552.85</b>	<b>827.41</b>	<b>264.41</b>	<b>10.77</b>
						<b>ДЕНЬ 7</b>							
	<b>Завтрак</b>												
№340-2004г. Лапшина В.Т.	Омлет натуральный с	200/9	15.70	18.12	6.42	249.86	0.08	0.36	430.67	201.64	826.67	25.45	2.64
	Йогурт	200	10.00	6.40	7.00	136.00	0.08	1.20	42.00	244.00	192.00	30.00	0.20
	Сыр полутвердый	20	5	5.4	0	68.8	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб	25	2.28	0.24	14.76	64.50	0.03	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33
	Хлеб ржаной	25	2.55	0.99	12.75	71.40	0.13	0.12	0.00	21.90	37.50	12.00	0.85
	<b>Итого</b>		<b>35.53</b>	<b>31.15</b>	<b>40.93</b>	<b>590.56</b>	<b>0.32</b>	<b>1.68</b>	<b>472.67</b>	<b>473.54</b>	<b>1075.67</b>	<b>71.65</b>	<b>4.02</b>
	<b>Обед</b>												
№42-2004г. Лапшина	Салат из свежей капусты с	100	0.77	7.54	6.85	101.40	0.04	35.71	127.90	35.28	0.75	13.05	1.05
б/н	Рассольник консервированн ый, со сметаной.	250/10	1.88	7.08	13.39	114.85	0.10	7.58	15.61	32.00	71.46	30.46	0.87
б/н	Гуляш п/ф	100	7.54	6.24	1.26	129.94	0.10	0.73	5.00	9.79	143.00	18.00	2.43
№508-2004г. Лапшина В.Т.	Гречка рассыпчатая.	180	10.48	2.76	1.14	248.48	0.25	0.00	0.02	16.63	174.06	70.02	5.57
№685-2004г. Лапшина В.Т.	Чай с сахаром.	200	12.00	3.06	13.00	49.28	0.00	6.00	0.00	11.60	0.00	0.00	0.54



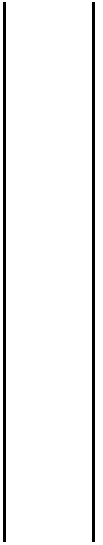
	Хлеб	20	2.10	0.90	8.70	54.80	0.08	0.00	0.00	25.00	1.12	8.20	0.72
	Хлеб ржаной	20	1.70	0.70	8.50	51.80	0.09	0.08	0.00	14.60	0.76	8.00	0.57
	<b>Итого</b>		<b>36.46</b>	<b>28.28</b>	<b>52.84</b>	<b>750.55</b>	<b>0.66</b>	<b>50.10</b>	<b>148.53</b>	<b>144.90</b>	<b>391.15</b>	<b>147.73</b>	<b>11.74</b>
№779-2004г. Лапшина	Булочка "Молочная"	100	8.80	2.20	50.30	257.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
	Молоко	200	5.80	6.40	9.40	120.00	0.08	2.60	44.00	240.00	1.60	28.00	0.20
	Яблоко.	100	0.26	0.17	11.41	52.00	0.02	4.60	3.00	6.00	11.00	5.00	0.12
	<b>Итого</b>		<b>14.86</b>	<b>8.77</b>	<b>71.11</b>	<b>429.00</b>	<b>0.10</b>	<b>7.20</b>	<b>47.00</b>	<b>246.00</b>	<b>12.60</b>	<b>33.00</b>	<b>0.32</b>
	<b>Всего за 7 день</b>		<b>86.85</b>	<b>68.20</b>	<b>164.88</b>	<b>1770.11</b>	<b>1.08</b>	<b>58.98</b>	<b>668.20</b>	<b>864.44</b>	<b>1479.42</b>	<b>252.38</b>	<b>16.08</b>
						<b>ДЕНЬ 8</b>							
	<b>Завтрак</b>												
№312-2004г. Лапшина В.Т.	Крупеник с пшеничной крупой, с	200/8	21.64	20.31	10.80	316.16	0.43	0.35	0.00	116.29	157.73	13.33	6.56
	Йогурт	200	10.00	6.40	7.00	136.00	0.08	1.20	42.00	244.00	192.00	30.00	0.20
	Масло сливочное	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0	0	45	2.4	0.02	0.05	0.02
	Хлеб	25	2.28	0.24	14.76	64.50	0.03	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33
	Хлеб ржаной	25	2.55	0.99	12.75	71.40	0.13	0.12	0.00	21.90	37.50	12.00	0.85
	<b>Итого</b>		<b>36.57</b>	<b>35.24</b>	<b>45.41</b>	<b>654.16</b>	<b>0.67</b>	<b>1.67</b>	<b>87.00</b>	<b>390.59</b>	<b>406.75</b>	<b>59.58</b>	<b>7.96</b>
	<b>Обед</b>												
№12-2011г. Могильный	Салат из кукурузы.	100	2.88	6.18	8.03	99.30	0.10	9.30	25.12	18.67	280.05	96.72	0.67
№148-2004г. Лапшина	Суп лапша домашняя	250/10	2.50	7.25	22.64	114.16	0.02	16.04	12.45	47.06	45.20	17.69	0.54
б/н	Шницель	100	14.98	4.48	9.73	108.33	0.10	3.05	31.00	48.83	184.00	56.00	1.05
№512-2004г. Лапшина В.Т.	Рис припущенный.	180	4.37	5.17	44.01	189.94	0.04	0.00	0.01	2.90	22.09	11.06	0.61

№639-2004г. Лапшина В.Т.	Компот из сухофруктов.	200	12.00	3.06	13.00	49.28	0.00	6.00	0.00	11.60	0.00	0.00	0.54
	Хлеб	20	2.10	0.90	8.70	54.80	0.08	0.00	0.00	25.00	1.12	8.20	0.72
	Хлеб ржаной	20	1.70	0.70	8.50	51.80	0.09	0.08	0.00	14.60	0.76	8.00	0.57
	<b>Итого</b>		<b>40.53</b>	<b>27.74</b>	<b>114.61</b>	<b>667.61</b>	<b>0.43</b>	<b>34.47</b>	<b>68.58</b>	<b>168.65</b>	<b>533.22</b>	<b>197.67</b>	<b>4.70</b>
	<b>Полдник</b>												
№445.2, 1100 рецептур блюд (тех.карт),	Ватрушка с повидлом	80	4.60	3.90	35.20	213.30	0.01	0.00	0.00	4.51	0.00	0.00	0.15
№685-2004г. Лапшина	Молоко	200	5.80	6.40	9.40	120.00	0.08	2.60	44.00	240.00	1.60	28.00	0.20
	Яблоко.	100	0.26	0.17	11.41	52.00	0.02	4.60	3.00	6.00	11.00	5.00	0.12
	<b>Итого</b>		<b>10.66</b>	<b>10.47</b>	<b>56.01</b>	<b>385.30</b>	<b>0.11</b>	<b>7.20</b>	<b>47.00</b>	<b>250.51</b>	<b>12.60</b>	<b>33.00</b>	<b>0.47</b>
	<b>Всего</b>		<b>87.76</b>	<b>73.45</b>	<b>216.03</b>	<b>1707.07</b>	<b>1.21</b>	<b>43.34</b>	<b>202.58</b>	<b>809.76</b>	<b>952.58</b>	<b>290.25</b>	<b>13.13</b>
						<b>ДЕНЬ 9</b>							
	<b>Завтрак</b>												
№302-2004г. Лапшина В.Т.	Каша вязкая из овсянных хлопьев "Геркулес" с	200/6/20	8.14	9.81	35.50	263.22	0.20	0.51	0.03	136.94	313.74	39.88	1.66
№692-2004г. Лапшина В.Т.	Кофейный напиток с	200	3.12	2.66	14.18	93.34	0.04	1.30	0.03	125.74	190.00	28.00	0.14
	Хлеб	25	2.28	0.24	14.76	64.50	0.03	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33
	Хлеб ржаной	25	2.55	0.99	12.75	71.40	0.13	0.12	0.00	21.90	37.50	12.00	0.85
	Апельсин.	100	0.90	0.20	8.10	43.00	0.04	60.00	4.00	34.00	23.00	13.00	0.30
	<b>Итого</b>		<b>16.99</b>	<b>13.90</b>	<b>85.29</b>	<b>535.46</b>	<b>0.44</b>	<b>61.93</b>	<b>4.06</b>	<b>324.58</b>	<b>583.74</b>	<b>97.08</b>	<b>3.28</b>
	<b>Обед</b>												
№50-2004г. Лапшина В.Т.	Салат из свеклы с сыром	100	1.78	8.83	20.30	164.70	0.06	4.68	8.38	40.00	36.32	19.68	0.72
№138-2004г. Лапшина В.Т.	Суп картофельный с	250	2.50	2.80	17.00	93.25	0.10	8.25	0.03	25.90	67.40	26.68	1.03

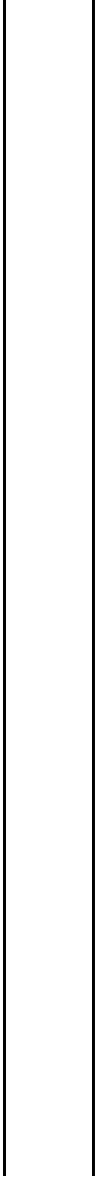
б/н	Котлета мясная п/ф.	100	9.74	12.14	15.60	244.00	0.11	1.06	0.00	102.66	222.66	14.66	1.34
№516-2004г. Лапшина В.Т.	Макароны отварные.	180	6.43	0.67	1.03	168.96	0.07	0.00	0.001	10.81	80.60	32.04	9.37
№685-2004г. Лапшина В.Т.	Чай с сахаром.	200	12.00	3.06	13.00	49.28	0.00	6.00	0.00	11.60	0.00	0.00	0.54
	Хлеб	20	2.10	0.90	8.70	54.80	0.08	0.00	0.00	25.00	1.12	8.20	0.72
	Хлеб ржаной	20	1.70	0.70	8.50	51.80	0.09	0.08	0.00	14.60	0.76	8.00	0.57
	<b>Итого</b>		<b>36.25</b>	<b>29.10</b>	<b>84.13</b>	<b>826.79</b>	<b>0.51</b>	<b>20.07</b>	<b>8.41</b>	<b>230.57</b>	<b>408.87</b>	<b>109.26</b>	<b>14.28</b>
	<b>Полдник</b>												
№265-2004г. Коровка	Блинчики со сгущенкой	115/15	9.57	12.42	52.61	358.80	0.81	0.35	521.00	89.70	7.31	16.10	6.52
	Кефир	200	5.80	6.40	8.00	118.00	0.06	1.40	44.00	240.00	1.60	28.00	0.20
	<b>Итого</b>		<b>15.37</b>	<b>18.82</b>	<b>60.61</b>	<b>476.80</b>	<b>0.87</b>	<b>1.75</b>	<b>565.00</b>	<b>329.70</b>	<b>8.91</b>	<b>44.10</b>	<b>6.72</b>
	<b>Всего</b>		<b>68.60</b>	<b>61.82</b>	<b>230.03</b>	<b>1839.05</b>	<b>1.82</b>	<b>83.75</b>	<b>577.46</b>	<b>884.86</b>	<b>1001.52</b>	<b>250.44</b>	<b>24.28</b>
						<b>ДЕНЬ 10</b>							
	<b>Завтрак</b>												
№311-2004г. Лапшина В.Т.	Каша пшеничная жидкая с	200/6/20	6.74	10.40	25.79	224.29	0.11	0.90	50.16	185.32	186.12	47.39	0.72
№693-2004г. Лапшина В.Т.	Какао с молоком.	200	4.20	3.62	17.28	118.66	0.06	1.60	0.04	152.94	160.00	18.00	0.54
	Сыр полутвердый	20	5	5.4	0	68.8	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб	25	2.28	0.24	14.76	64.50	0.03	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33
	Хлеб ржаной	25	2.55	0.99	12.75	71.40	0.13	0.12	0.00	21.90	37.50	12.00	0.85
	Банан.	100	1.50	0.50	21.00	96.00	0.04	10.00	10.00	8.00	28.00	42.00	0.60
	<b>Итого</b>		<b>22.27</b>	<b>21.15</b>	<b>91.58</b>	<b>643.65</b>	<b>0.37</b>	<b>12.62</b>	<b>60.19</b>	<b>374.16</b>	<b>431.12</b>	<b>123.59</b>	<b>3.04</b>
	<b>Обед</b>												
№10-2011г. Могильный	Салат из зеленого	100	14.00	5.00	4.70	120.00	0.06	4.68	8.38	40.00	36.32	19.68	0.72

№44-2007г. Конь И.Я., Мосов А.В.,	Суп рыбный из консервов	250	4.80	3.80	8.50	86.50	0.03	10.58	163.60	55.78	147.34	40.01	1.10
№413-2004г. Лапшина В.Т.	Сосиска отварная.	100	10.40	20.00	0.80	195.00	0.03	0.00	0.00	25.00	139.00	15.00	1.80
№330-2004г. Лапшина В.Т.	Бобовые отварные.	180	16.56	1.62	28.62	206.00	0.42	0.00	1.80	84.60	192.60	75.60	5.94
№685-2004г. Лапшина В.Т.	Чай с сахаром.	200	12.00	3.06	13.00	49.28	0.00	6.00	0.00	11.60	0.00	0.00	0.54
	Хлеб	20	2.10	0.90	8.70	54.80	0.08	0.00	0.00	25.00	1.12	8.20	0.72
	Хлеб ржаной	20	1.70	0.70	8.50	51.80	0.09	0.08	0.00	14.60	0.76	8.00	0.57
	<b>Итого</b>		<b>61.56</b>	<b>35.08</b>	<b>72.82</b>	<b>763.38</b>	<b>0.71</b>	<b>21.34</b>	<b>173.78</b>	<b>256.58</b>	<b>517.14</b>	<b>166.49</b>	<b>11.39</b>
	<b>Полдник</b>												
№773-2004г. Лапшина	Булочка "Веснушка"	100	7.80	6.12	53.86	302.00	0.00	0.00	0.00	22.60	0.00	50.00	1.46
	Молоко	200	5.80	6.40	9.40	120.00	0.08	2.60	44.00	240.00	1.60	28.00	0.20
	Яблоко.	100	0.26	0.17	11.41	52.00	0.02	4.60	3.00	6.00	11.00	5.00	0.12
	<b>Итого</b>		<b>13.86</b>	<b>12.69</b>	<b>74.67</b>	<b>474.00</b>	<b>0.10</b>	<b>7.20</b>	<b>47.00</b>	<b>268.60</b>	<b>12.60</b>	<b>83.00</b>	<b>1.78</b>
	<b>Всего</b>		<b>97.69</b>	<b>68.92</b>	<b>239.07</b>	<b>1881.03</b>	<b>1.18</b>	<b>41.16</b>	<b>280.97</b>	<b>899.34</b>	<b>960.86</b>	<b>373.09</b>	<b>16.21</b>

Пономарева Оксана Сергеевна тел. 2-26-95.





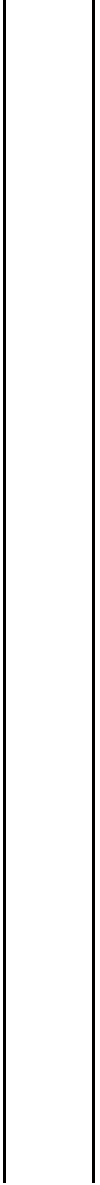




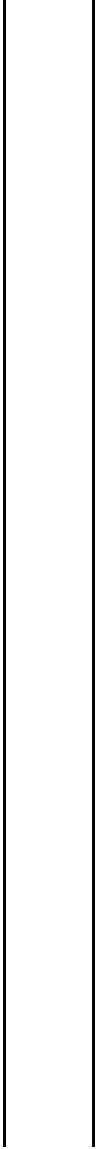
















|

|