

№ рецептура по Сборнику бюджет 2015г.	Наименование блюда	Выход порции (г)	Пищевые вещества			Энергетиче- ская ценность (ккал)	Микроэлементы (мг)					Витамины (мг)					
			белки	жиры	углеводы		Са	Mg	P	Fe	B ₁	C	A				
	Первая неделя																
	Понедельник																
	Завтрак																
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
210	Омлет картофельный	200	18,6	19,2	4,6	266	165	27	328	3,5	0,1	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,1	0,0	14,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Батон, витаминный с микроэлементами	41	3,3	0,8	23,5	115	16	0	0	0,8	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		22,7	27,9	46,9	530	211	44	354	8,3	0,2	15,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Обед																
101	Суп картофельный с крупой, с рыбными консервами, зеленью	265	5,6	6,8	17,0	152	15	27	67	1,0	0,1	8,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
265	Плов из говядины	200	11,6	11,7	37,1	300	9	41	176	1,5	0,1	0,7	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,9	0,0	2,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами	35	2,6	0,4	15,9	78	26	0	0	1,4	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		20,1	19,0	75,2	553	58	73	253	4,7	0,3	11,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Подлник																
	Плюшка домашняя	100	8,0	7,0	64,0	357	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		8,2	7,1	76,0	406	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Итого:		51,0	54,0	198,1	1489	280	125	616	13,2	0,5	31,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Вторник																
	Завтрак																
14	Масло шоколадное	15	0,2	9,3	3,3	98	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
259	Жаркое по-домашнему	200	10,1	12,0	19,3	226	16	40	165	2,0	0,2	8,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Батон, витаминный с микроэлементами	27	2,2	0,5	15,4	76	11	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		12,7	21,9	43,0	421	32	44	173	3,4	0,3	8,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Обед																
82	Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	1,7	4,9	9,9	91	34	21	50	1,1	0,2	10,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ТТК117	Биточки с сыром	100	19,0	11,0	9,4	213	1	1	1	1,0	1,0	0,6	1,0	0,0	0,0	1,0	0,0
309	Рожки отварные	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
348	Компот из кураги	200	1,1	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/19	3,3	0,7	21,7	106	26	0	0	1,4	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		31,6	22,3	87,7	708	102	52	122	5,1	1,4	11,9	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0
	Подлник																
	Изделие слоёное "Ярмарочное с варёной ступёнкой"	100	7,3	5,2	50,1	276	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		7,5	5,3	55,1	297	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Итого:		51,8	49,5	185,8	1426	138	100	303	9,4	1,7	20,3	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0
	Среда																
	Завтрак																
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
260	Гуляш из говядины	100	8,2	8,6	2,8	121	16	15	23	1,0	0,0	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
304	Рис отварной	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,9	0,0	2,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Батон, витаминный с микроэлементами	34	2,7	0,7	19,4	95	14	0	0	0,7	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		15,7	24,2	61,2	525	42	43	109	3,2	0,1	3,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0

157	Сольянка домашняя со сметаной, зеленью	260	7,7	7,0	7,2	120	24	33	102	1,2	0,1	5,3	0,5
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,0	0,3	0,0	0,0
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Хлеб пшеничный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/21	3,5	0,7	22,8	112	26	0	0	1,4	0,2	0,0	0,0
	Всего:		31,7	24,8	78,6	663	73	56	205	5,4	0,6	5,4	0,5
	Подлинник												
	Изделие слоеное "Ярмарочное с варёной сгущённой"	100	7,3	5,2	50,1	276	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		7,5	5,3	55,1	297	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		49,7	49,5	243,0	1620	217	99	396	10,7	0,8	16,7	0,6
	Среда												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0
291	Плов из филе индейки	200	10,7	17,1	45,2	378	23	36	102	1,7	0,3	4,0	0,0
245/1	Кофейный напиток быстрорастворимый	200	2,6	1,8	16,6	93	84	10	63	0,1	0,0	0,9	14,0
	Батон, витаминный с микроэлементами	30	2,4	0,6	17,2	84	12	0	0	0,6	0,1	0,0	0,0
	Всего:		15,8	26,8	79,1	621	121	46	168	2,4	0,4	4,9	14,0
	Обед												
96	Рассолыник Ленинградский с зеленью	250	2,1	5,1	17,3	124	18	23	72	1,0	0,2	7,7	0,0
234	Котлета рыбная	100	15,3	12,5	18,4	246	62	43	176	1,3	0,2	0,4	4,4
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,2	0,0	0,4	0,1
	Печенье	20	1,6	3,2	13,0	88	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Хлеб пшеничный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/21	3,5	0,7	22,8	112	26	0	0	1,4	0,2	0,0	0,0
	Всего:		26,5	27,9	96,1	741	157	103	355	5,8	0,6	8,6	4,5
	Подлинник												
	Слоба Ашметитная с начинкой фруктово-ягодной	100	6,5	6,5	86,0	270	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		6,7	6,6	91,0	291	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		49,0	61,3	266,2	1653	283	153	531	9,1	1,0	13,6	18,5
	Четверг												
	Завтрак												
14	Масло шоколадное	15	0,2	9,3	3,3	98	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
260	Гуляш из говядины	100	8,2	8,6	2,8	121	16	15	23	1,0	0,0	0,6	0,0
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон, витаминный с микроэлементами	20	1,6	0,4	11,4	56	8	0	0	0,4	0,1	0,0	0,0
	Всего:		16,7	24,1	56,0	508	37	28	73	3,2	0,1	0,7	0,0
	Обед												
102	Суп картофельный с горохом, зеленью	250	5,5	5,3	15,3	131	30	32	87	2,0	0,4	6,0	0,0
ТТК116	Нагетсы "Классические"	100	22,2	8,9	12,2	217	1	1	1	1,0	1,0	0,6	1,0
304	Рис отварной	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,6	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Хлеб пшеничный с микроэлементами	25	1,8	0,3	10,8	53	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0
	Всего:		34,1	22,1	77,0	642	56	60	169	5,5	1,5	6,7	1,0
	Подлинник												
	Слойка с фруктовой начинкой	100	4,5	11,5	52,5	330	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0

	Всего:		4,7	11,6	57,5	351	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		55,5	57,8	190,5	1501	98	92	250	9,6	1,7	7,5	1,1
	Пятница												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0
271	Виточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,0	0,3	0,0	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,2	0,0	0,4	0,1
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон, витаминный с микроэлементами	23	1,8	0,5	13,2	64	9	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	Всего:		19,7	25,5	42,9	479	72	47	163	3,5	0,4	0,5	0,1
	Обед												
111/2004	Борщ "Сибирский" с зеленью	250	1,3	4,9	10,0	92	33	19	43	1,0	0,2	9,2	0,0
278	Тфтели мясные в соусе	100/50	13,8	16,6	15,0	264	31	13	72	0,1	0,2	0,3	0,0
309	Рожки отварные	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0
	Кекс для детского питания	28	1,7	6,2	15,7	124	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
ТТК 89	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17,0	69	9	3	6	0,1	0,0	15,0	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/41	5,1	1,1	34,3	168	34	0	0	1,8	0,2	0,0	0,0
	Всего:		28,6	34,6	125,5	929	115	44	163	3,9	0,7	24,5	0,1
	Полдник												
	Нижгородская слобка с маком глазированной	100	8,0	9,0	73,0	400	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
348	Компот из кураги	200	1,1	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	Всего:		9,1	9,0	86,2	486	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	Итого:		57,4	69,1	254,6	1894	221	112	355	8,2	1,1	25,8	0,1
	Суббота												
	Завтрак												
204	Макароны с сыром	180	10,2	13,5	29,0	278	121	19	131	0,8	0,1	0,0	0,0
	Творог для детского питания	100	7,6	4,2	11,1	113	85	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон, витаминный с микроэлементами	14	1,1	0,3	8,0	39	6	0	0	0,3	0,0	0,0	0,0
	Всего:		49,4	19,1	53,1	451	217	23	139	2,0	0,1	0,1	0,0
	Обед												
88	Ши из свежей капусты с картофелем, зеленью	250	1,7	5,0	7,8	83	34	19	47	0,8	0,2	19,0	0,0
295	Котлета рубленая из куринного филе	100	20,2	9,0	16,8	229	42	72	151	1,8	0,2	1,3	0,1
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	8,8	44,1	296	18	161	242	5,4	0,3	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,1	0,0	14,0	0,0
	Кекс для детского питания	28	1,7	6,2	15,7	124	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
388	Напиток из пшенички	200	0,7	0,3	19,6	84	10	3	3	0,6	0,0	20,0	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами	33	2,4	0,4	14,3	70	24	0	0	1,3	0,1	0,0	0,0
	Всего:		37,4	30,2	132,0	948	151	268	458	13,0	0,8	54,3	0,1
	Полдник												
	Изделие слоеное "Ямарочное с варёной стружкой"	100	7,3	5,2	50,1	276	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		7,5	5,3	55,1	297	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		64,0	53,6	240,2	1696	372	295	605	15,9	0,9	54,5	0,1
	Третья неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
ТТК117	Биточки с сыром	100	19,0	11,0	9,4	213	1	1	1	1,0	1,0	0,6	1,0
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон, витаминный с микроэлементами	20	1,6	0,4	11,4	56	8	0	0	0,4	0,1	0,0	0,0

376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		6,7	6,6	91,0	291	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		53,9	61,3	258,1	1641	246	282	606	14,1	1,0	17,7	4,5
Четверг													
	Завтрак												
278	Тертые мясные в соусе томатном	100/50	13,8	16,6	15,0	264	31	13	72	0,1	0,2	0,3	0,0
304	Рис отварной	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,6	0,0	0,0	0,0
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	45	0,5	0,1	1,7	10	6	9	12	0,4	0,0	11,3	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон, витаминный с микроэлементами	29	2,3	0,6	16,6	81	12	0	0	0,6	0,1	0,0	0,0
	Всего:		21,2	24,9	72,0	596	56	49	165	2,6	0,3	11,6	0,1
	Обед												
102	Суп картофельный с горохом, зеленью	250	5,5	5,3	15,3	131	30	32	87	2,0	0,4	6,0	0,0
ТТК117	Биточки с сыром	100	19,0	11,0	9,4	213	1	1	1	1,0	1,0	0,6	1,0
309	Рожки отварные	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0
ТТК 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,0	0,0	28,0	112	3	0	6	0,0	0,0	7,6	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами	42	3,0	0,5	18,1	89	30	0	0	1,6	0,2	0,0	0,0
	Всего:		34,0	22,5	104,3	757	72	42	136	5,5	1,6	14,2	1,0
	Полдник												
	Изделие слоёное "Ямарочное с варёной сгущёнкой"	100	7,3	5,2	50,1	276	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		7,5	5,3	55,1	297	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		62,7	52,7	231,4	1650	133	95	309	9,0	2,0	25,9	1,1
Пятница													
	Завтрак												
271	Биточки "Школьные"	100	16,5	17,1	9,3	257	32	16	107	1,2	0,2	0,2	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,2	0,0	0,4	0,1
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,9	0,0	2,9	0,0
	Батон, витаминный с микроэлементами	56	4,5	1,1	32,0	157	22	0	0	1,1	0,2	0,0	0,0
	Всего:		25,1	24,6	61,0	567	108	54	216	4,4	0,4	3,5	0,1
	Обед												
157	Солянка домашняя со сметаной, зеленью	260	6,4	5,9	5,8	99	21	27	59	0,9	0,1	4,2	0,5
285	Макаронник с мясом	200	21,0	17,6	39,3	399	22	23	131	1,9	0,2	0,4	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/27	4,0	0,8	26,2	129	29	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	Всего:		31,6	24,4	76,3	648	77	54	198	5,2	0,5	4,7	0,5
	Полдник												
	Плюшка домашняя	100	8,0	7,0	64,0	357	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0
	Всего:		8,2	7,1	76,0	406	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0
	Итого:		64,9	56,1	213,3	1621	196	116	423	9,8	0,9	12,7	0,6
Суббота													
	Завтрак												
14	Масло шоколадное	15	0,2	9,3	3,3	98	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
ТТК 99	Бефстроганов из куринного филе в сырном соусе	100	13,6	8,0	3,3	140	152	49	170	0,9	0,0	0,2	3,6
304	Рис отварной	180	4,4	7,5	33,7	220	2	23	73	0,6	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон, витаминный с микроэлементами	40	3,2	0,8	22,9	112	16	0	0	0,8	0,1	0,0	0,0
	Всего:		21,6	25,7	68,2	591	175	76	251	3,2	0,2	0,3	3,6
	Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной, зеленью	255	1,8	5,6	12,0	106	37	22	54	1,1	0,2	10,3	0,0

ТТК 274	Ежики Апститные	100/50	11,3	11,8	12,9	202	17	15	77	0,8	0,1	1,0	0,0
310	Картофель отварной	180	3,5	5,7	18,4	138	18	35	95	1,4	0,2	17,5	0,0
ТТК 275	Капуста квашенная с растительным маслом, сахаром (доп.	70	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,4	0,0	18,6	0,0
ТТК 89	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17,0	69	9	3	6	0,1	0,0	15,0	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/23	3,6	0,8	24,0	117	27	0	0	1,4	0,2	0,0	0,0
	Всего:		21,5	27,6	92,8	703	138	85	251	5,2	0,7	62,4	0,0
	Полдник												
	Изделие слоное "Ямарочное с варёной сгущёнкой"	100	7,3	5,2	50,1	276	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		7,5	5,3	55,1	297	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		50,6	58,6	216,1	1591	318	165	510	9,3	0,9	62,8	3,7
	Четвертая неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
204	Макароньы с сыром	180	10,2	13,5	29,0	278	121	19	131	0,8	0,1	0,0	0,0
	Творог для детского питания	100	7,6	4,2	11,1	113	85	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон, витаминный с микроэлементами	14	1,1	0,3	8,0	39	6	0	0	0,3	0,0	0,0	0,0
	Всего:		19,1	18,1	53,1	451	217	23	139	2,0	0,1	0,1	0,0
	Обед												
ТТК 370	Суп сырный с грибами, зеленью	200/15	3,8	4,8	21,7	145	104	15	82	1,0	0,3	9,4	0,0
260	Гуляш из говядины	100	10,6	10,5	2,4	146	16	18	23	1,2	0,1	0,5	0,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	7,3	36,6	246	15	133	201	4,5	0,2	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами	24	1,7	0,3	10,4	51	17	0	0	0,9	0,1	0,0	0,0
	Всего:		24,8	23,0	76,1	609	157	170	314	8,5	0,7	10,0	0,0
	Полдник												
	Слойка с фруктовой начинкой	100	4,5	11,5	52,5	330	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		4,7	11,6	57,5	351	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		48,6	52,7	186,7	1411	379	197	461	11,4	0,8	10,2	0,0
	Вторник												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,0	0,0	0,0	0,0
291	Плов из филе индейки	200	10,7	17,1	45,2	378	23	36	102	1,7	0,3	4,0	0,0
	Огурцы свежие (доп.гарнир)	30	0,2	0,0	0,8	4	7	4	13	0,2	0,0	3,0	0,0
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,9	0,0	2,9	0,0
	Батон, витаминный с микроэлементами	30	2,4	0,6	17,2	84	12	0	0	0,6	0,1	0,0	0,0
	Всего:		13,7	25,1	68,5	555	52	45	128	3,4	0,4	9,9	0,0
	Обед												
211/2022	Борщ "Краснодарский со сметаной, зеленью	255	1,8	6,5	9,6	105	36	20	47	1,0	0,2	18,0	0,0
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,0	0,3	0,0	0,0
309	Вермишель отварная	180	6,5	5,7	33,5	212	8	9	42	0,9	0,1	0,0	0,0
	Кежс для детского питания	28	1,7	6,2	15,7	124	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/43	5,2	1,2	35,4	173	35	0	0	1,8	0,2	0,0	0,0
	Всего:		29,2	31,0	114,4	853	94	43	150	5,6	0,8	18,1	0,1
	Полдник												
	Нижгородская слоба с маком глазированная	100	8,0	9,0	73,0	400	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0

348	Компот из кураги	200	1.1	0.0	13.2	86	33	21	29	0.7	0.0	0.9	0.0
	<i>Всего:</i>		9.1	9.0	86.2	486	33	21	29	0.7	0.0	0.9	0.0
	<i>Итого:</i>		52.0	65.1	269.1	1894	179	109	307	9.7	1.2	28.9	0.1
	Среда												
	Завтрак												
864/2022	Влины "Домашние" со ступённым молоком	168/20	11.5	26.4	46.3	469	92	10	0	0.0	0.0	0.2	0.0
338	Пюре фруктовое	125	0.0	0.0	13.8	55	0	0	0	0.0	0.0	0.0	0.0
376	Фрукты свежие	140	0.5	0.5	13.7	62	23	13	15	3.1	0.0	14.0	0.0
	Чай с сахаром	200	0.2	0.1	5.0	21	5	4	8	0.9	0.0	0.1	0.0
	<i>Всего:</i>		12.2	27.0	78.8	607	120	27	23	4.0	0.0	14.3	0.0
	Обед												
278/2022	Суп куриный с зеленью	250	2.3	3.0	11.7	96	16	26	70	0.9	0.4	0.1	0.0
234	Котлета рыбная	100	15.3	12.5	18.4	246	62	43	176	1.3	0.2	0.4	4.4
312	Пюре картофельное	180	3.8	6.3	14.5	130	46	33	99	1.2	0.0	0.4	0.1
ТТК 89	Компот из апельсинов	200	0.2	0.1	17.0	69	9	3	6	0.1	0.0	15.0	0.0
	Хлеб пшеничный с микроэлементами/Батон, витаминный с микроэлементами	25/28	4.0	0.9	26.8	131	29	0	0	1.5	0.2	0.0	0.0
	<i>Всего:</i>		25.6	22.8	88.4	672	162	105	351	5.0	0.8	15.9	4.5
	Подлник												
	Плюшка домашняя	100	8.0	7.0	64.0	357	0	0	0	0.0	0.0	0.0	0.0
ТТК 206	Компот из ягод	200	0.2	0.1	12.0	49	11	8	9	0.2	0.0	4.5	0.0
	<i>Всего:</i>		8.2	7.1	76.0	406	11	8	9	0.2	0.0	4.5	0.0
	<i>Итого:</i>		46.0	56.9	243.2	1685	293	140	383	9.2	0.8	34.7	4.5
	Четверг												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	10	0.1	7.3	0.1	66	2	0	3	0.0	0.0	0.0	0.0
ТТК 65	Митболлы в томатном соусе	100/50	19.8	18.2	11.5	286	18	19	12	1.5	0.2	0.6	0.0
304	Рис отварной	150	3.7	6.3	28.5	185	1	12	62	0.5	0.0	0.0	0.0
376	Чай с сахаром	200	0.2	0.1	5.0	21	5	4	8	0.9	0.0	0.1	0.0
	Батон, витаминный с микроэлементами	20	1.6	0.4	11.4	56	8	0	0	0.4	0.1	0.0	0.0
	<i>Всего:</i>		25.4	32.3	56.5	614	34	35	85	3.3	0.3	0.7	0.0
	Обед												
102	Суп картофельный с горохом, зеленью	250	5.5	5.3	15.3	131	30	32	87	2.0	0.4	6.0	0.0
ТТК116	Наггетсы "Классические"	100	22.2	8.9	12.2	217	1	1	1	1.0	1.0	0.6	1.0
309	Рожки отварные	180	6.5	5.7	33.5	212	8	9	42	0.9	0.1	0.0	0.0
376	Чай с сахаром	200	0.2	0.1	5.0	21	5	4	8	0.9	0.0	0.1	0.0
	Хлеб пшеничный с микроэлементами/Батон, витаминный с микроэлементами	25/22	3.6	0.7	23.4	115	27	0	0	1.4	0.2	0.0	0.0
	<i>Всего:</i>		38.0	20.7	89.4	696	71	46	138	6.2	1.6	6.7	1.0
	Подлник												
	Изделие слоёное "Ямарочное с варёной ступённой"	100	7.3	5.2	50.1	276	0	0	0	0.0	0.0	0.0	0.0
376	Чай с сахаром	200	0.2	0.1	5.0	21	5	4	8	0.9	0.0	0.1	0.0
	<i>Всего:</i>		7.5	5.3	55.1	297	5	4	8	0.9	0.0	0.1	0.0
	<i>Итого:</i>		70.9	58.3	201.0	1607	110	85	231	10.4	1.9	7.5	1.1
	Пятница												
	Завтрак												
271	Биточки домашние	100	13.8	11.3	10.1	198	10	10	53	1.0	0.3	0.0	0.0
312	Пюре картофельное	180	3.8	6.3	14.5	130	46	33	99	1.2	0.0	0.4	0.1
	Вафли	20	0.8	7.0	10.8	110	0	0	0	0.0	0.0	0.0	0.0
377	Чай с лимоном	200/7	0.3	0.1	5.2	23	8	5	10	0.9	0.0	2.9	0.0
	Батон, витаминный с микроэлементами	29	2.3	0.6	16.6	81	12	0	0	0.6	0.1	0.0	0.0

