Утверждаю

директор МБОУ Быстрянской СОШ № 15

в.В. Кулешова

приказ № 01-06-61 от « 30 » сентя Бра 2024 г.

Примерное двухнедельное меню для питания воспитанников дошкольного уровня МБОУ Быстрянской СОШ № 15

(с доготовочным циклом)

Возрастная категория: 3 – 7 лет

Сезон: осенне-зимний

ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ

№рецепт., сборник	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевн	ые вещества	(r)		мины 1Г)	Минеральные вещества	
			Б	ж	У Эн.цен.ккал		B1	С	Ca	Fe
						ПОНЕДЕЛЬНИК				+
	Завтрак									+
№ 302 сборник В.Т Лапшина	Каша вязкая кукурузная с маслом и сахаром	150/5/10	3,51	0.51	0.5	141.9	0,04	0,00	8.420	1.140
	Хлеб пшеничный.	30	2,43	0,36	14,10	69,00	0,00	0,00	0.00	0,00
пром	Масло (порциями).	5	0,05	3,62	0,07	33,01	0,000	0,00		0,020
пром	Сыр (порциями)	3	0,70	0,89	0,00	10,92	0,000	0,02		0,020
263 Коровка Л.С 2004г	Чай с сахаром.	150/9	0,00	0,00	8.980	30,00	0,00	0.27		0,05
200 породжитье 200 п	Итого	150/7	6,25	5,23	24,64	287,87	0,04	0.27		1,24
	Второй завтрак		0,23	3,23	24,04	207,07	0,04	0,27	C Ca Ca 00 8.420 00 0,00 00 1,20 02 26,40 27 0,27 29 36,29 75 10,80 40 9,23 85 25,91 24 0,00 51 44,06 39 11,80 00 0,12 00 0,00 39 91,12 82 64,76 27 0,27 00 0,00 00	1,24
	Фрукты свежие (яблоко)	90	1,89	0,00	27,54	117,72	0,02	6,75		1,49
пром	Итого	70	1.89	0.00	27,54	117,72	0,02	6,75		1,49
, 2004 г. Коровка Л.С. 110, 2004 г. Коровка Л.С. 228, 2005 г. М.П. Могильный. 520, 2004 г. В.Т Лапшина полуфабрикат 2004г Лапшина В.Т	Обед		1,07	0,00	21,34	117,72	0,02	0,73	10,00	1,49
№ 2004 г. Коровка П.С	Салат из зеленого горошка с луком репчатым.	45	1,18	3,81	2,93	50,25	0,04	2,40	0.22	0,30
•			· ·	,		, in the second	· ·			
•	Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной.	150/6/5	2,12	3,59	5,87	70,27	0,03	5,85	25,91	0,65
№228, 2005 г. М.П. Могильный.	Соус красный основной.	35	0,39	0,70	2,17	16,80	0,00	0,24	0,00	0,00
№520, 2004 г. В.Т Лапшина	Картофельное пюре.	120	2,60	3,74	6,43	99,12	0,08	2,51	44,06	0,59
б/н полуфабрикат	Тефтели	40	5,29	4,85	5,22	86,86	0,03	0,39	11,80	0,41
№ 2004г Лапшина В.Т	Кисель из плодов шиповника.	150	0,13	0,05	15,06	57,47	0,00	0,00	0,12	0,00
пром	Хлеб ржаной.	40	2,92	0,40	19,56	68,40	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого		14,63	17,14	57,24	449,17	0,18	11,39	8.420 0,00 1,20 26,40 0,27 36,29 10,80 10,80 10,80 9,23 25,91 0,00 44,06 11,80 0,12 0,00 91,12 64,76 0,27 0,00 0,00 65,03 203,24 139,01 0,00 1,20 26,40	1,95
	Усиленный полдник									
№44, 2007 г. Конь И.Я.	Суп рыбный из консервов.	150	6,11	1,56	9,99	90,51	0,06	4,82	64,76	0,78
№263 2004г Коровка Л С.	Чай с сахаром.	150/9	0,00	0,00	8,98	30,00	0,00	0,27	0,27	0,05
пром	Хлеб пшеничный.	30	2,43	0,36	14,10	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пром	Вафли	20	2,43	5,58	24,93	136,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ipon.	Итого		10,97	7,50	58,00	326,01	0,06	5,09	8.420 0,00 1,20 26,40 0,27 36,29 10,80 10,80 9,23 25,91 0,00 44,06 11,80 0,12 0,00 91,12 64,76 0,27 0,00 0,00 65,03 203,24 139,01 0,00 1,20 26,40	0,83
	Всего за 1 день		33,74	29,87	167,42	1180,77	0,30	23,52	203,24	5,51
						вторник				
	Завтрак									
№96, 2004 г. Коровка Л.С.	Каша вязкая молочная пшенная.	150	5,26	6,07	21,29	159,75	0,11	1,46	139,01	0,57
TDOM	Хлеб пшеничный.	30	2,43	0,36	14,10	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пром пром	Масло (порциями).	5	0,05	3,62	0,07	33,01	0,000	0,00	1,20	0,020
пром	Сыр (порциями)	3	0,70	0,89	0,00	10,92	0,000	0,02	26,40	0,030
№250, 2004 г. Коровка Л.С.	Какао с молоком.	150	1,00	1,08	10,83	75,00	0,03	0,83	91,48	0,02
	Итого		8,74	11,13	46,29	350,72	0,14	2,29	8.420 0,00 1,20 26,40 0,27 36,29 10,80 10,80 9,23 25,91 0,00 44,06 11,80 0,12 0,00 91,12 64,76 0,27 0,00 0,00 65,03 203,24 139,01 0,00 1,20 26,40 91,48	0,61
	Второй завтрак		<u> </u>	 	 		 	<u> </u>	1 '	+

пром	Йогурт	150	4,50	3,75	16,50	82,80	0,00	0,00	0,00	0,00
пром	Итого		4,50	3,75	16,50	82,80	0,00	0,00	0,00	0,00
	Обед									
№49,Лапшина В.Т	Салат из моркови.	40	0,50	0,04	4,64	20,92	0,02	1,92	10,43	0,28
№36, 2004 г. Коровка Л.С.	Суп картофельный с бобовыми, с мясом птицы.	200/10	4,30	3,90	17,51	105,60	0,17	4,83	28,44	1,03
№100, г.Уфа.	Плов из курицы.	150	13,95	1,58	29,45	324,75	0,06	0,57	17,78	1,47
№639 200г В Г Лапшина	Компот из смеси сухофруктов.	150	0,75	0,05	20,63	82,50	0,00	0,24	21,53	0,47
пром	Хлеб ржаной.	40	2,92	0,40	19,56	68,40	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого		22,42	5,97	91,79	602,17	0,25	7,56	78,18	3,25
	Усиленный полдник									
№458 2011г М П Могильный	Ватрушка с повидлом,творогом	60	7,90	4,69	25,00	173,00	0,00	0,03	0,00	0,00
№263 2004г Коровка Л С.	Чай с сахаром.	150/9	0,00	0,00	8,98	30,00	0,00	0,27	0,27	0,05
	Итого		7,90	4,69	33,98	203,00	0,00	0,30	0,27	0,05
	Всего за 2 день		43,56	25,54	188,56	1238,69	0,39	10,15	336,54	3,91
						СРЕДА				
	Завтрак									
№ 136-Уфа	Каша вязкая молочная гречневая	150/3,75	6,60	6,83	26,63	195,00	0,14	0,15	89,03	2,49
№263 2004гКоровка Л.С	Чай с сахаром.	150/9	0,00	0,00	8,98	30,00	0,00	0,27	0,27	0,05
пром	Хлеб пшеничный.	30	2,43	0,36	14,10	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пром	Масло (порциями).	5	0,05	3,62	0,07	33,01	0,000	0,00	1,20	0,02
	Итого		8,64	10,66	50,77	330,05	0,14	0,42	90,50	2,56
	Второй завтрак									
пром	Фрукты свежие (яблоко)	90	1,89	0,00	27,54	117,72	0,02	6,75	0,00 10,43 28,44 17,78 21,53 0,00 78,18 0,00 0,27 0,27 336,54 89,03 0,27 0,00 1,20	1,49
	Итого		1,89	0,00	27,54	117,72	0,02	6,75		1,49
	Обед									
№31, справ. М. 2003г.	Салат "Пестрый".	40	0,40	2,00	3,90	35,00	0,01	1,60	· ·	0,57
№131,сб.шк 2004г	Рассольник домашний	200/10	1,80	5,00	11,50	99,00	0,07	8,40	20,91	0,81
№436, сб. шк. 2004г.	Жаркое по-домашнему.	150	16,90	15,67	8,20	242,00	0,08	1,68	14,41	2,62
№256 ,2004г Коровка Л.С	Напиток из шиповника.	150	0,18	0,08	13,75	75,00	0,01	11,00	3,38	0,17
пром	Хлеб ржаной.	40	2,92	0,40	19,56	68,40	0,08	0,00		1,56
	Итого		22,20	23,15	56,91	519,40	0,25	22,68	63,16	5,73
	Усиленный полдник								10,43 28,44 17,78 21,53 0,00 78,18 0,00 0,27 0,27 336,54 89,03 0,27 0,00 1,20 90,50 10,80 10,80 10,46 20,91 14,41 3,38 14,00 63,16 0,00 94,31 0,00 94,31 258,77	
№206, М.П Могильный	Макароны отварные с сыром	150	3,29	10,01	22,71	218,00	0,00	0,14		0,00
№692,2004г Лапшина В.Т	Кофейный напиток	150	2,34	2,00	10,64	70,00	0,03	0,98	i i	0,11
пром	Хлеб пшеничный.	30	2,43	0,36	14,10	69,00	0,00	0,00		0,00
	Итого		7,64	12,22	48,44	360,00	0,03	1,12	· ·	0,11
	Всего за 3 день		40,37	46,03	159,72	1327,17	0,44	30,97	258,77	9,89
						ЧЕТВЕРГ				
	Завтрак									
№302 ,2004г Лапшина В.Т	Каша вязкая из овсяных хлопьев«Геркулес»,с маслом и сахаром	150/5/10	5,94	7,16	25,92	192,17	0,15	0,37	99,98	1,21
пром	Хлеб пшеничный.	30	2,43	0,36	14,10	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пром	Масло (порциями).	5	0,05	3,62	0,07	33,01	0,000	0,00	1,20	0,02

№263,2004г Коровка Л.С	Чай с сахаром.	150/9	0,00	0,00	8,98	30,00	0,00	0,27	0,27	0,05
	Итого		8,42	11,14	49,07	324,18	0,15	0,64	101,45	1,28
	Второй завтрак									
пром	Йогурт	150	4,50	3,75	16,50	82,80	0,00	1,05	0,00	0,00
i posi	Итого		4,50	3,75	16,50	82,80	0,00	1,05	0,00	0,00
	Обед									
№43,2004г Лапшина В.Т .	Салат из белокочанной капусты	40	0,56	2,03	3,47	34,36	0,02	4,55	17,87	0,21
83,2011г Могильный М.П	Суп картофельный с фрикадельками	200/20	5,83	4,55	13,60	118,8	0,00	9,86	0,00	0,00
№144, 2004 г. Коровка Л.С.	Рыба, тушеная с овощами.	70	6,70	3,47	30,32	70,88	0,05	2,77	26,33	0,54
№315,М.П Могильный	Рис отварной	120	2,92	4,30	29,35	167,76	0,00	0,00	0,00	0,00
пром	Сок фруктовый.	150	0,75	0,00	15,75	63,00	0,00	3,60	12,60	2,50
1,сб,питания в д/о 2011г	Хлеб ржаной.	40	2,00	0,40	17,00	81,60	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого		18,76	14,75	109,49	536,40	0,07	20,78	56,80	3,25
	Усиленный полдник									
№110,2004г Коровка Л.С	Омлет натуральный с маслом	80	7,21	10,01	1,79	125,00	0,04	0,39	63,98	0,96
№693,2004г Лапшина В.Т	Какао с молоком.	150	3,15	2,72	12,96	89,00	0,05	1,20	114,70	0,41
пром	Печенье	20	1,60	2,80	13,80	86,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пром	Хлеб пшеничный.	30	2,43	0,36	14,10	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пром	Итого		14,39	15,89	42,65	369,00	0,09	1,59	178,68	1,37
	Всего за 4 день		46,07	45,53	217,71	1312,38	0,31	24,06	336,93	5,90
						ПЯТНИЦА			17,87 0,00 26,33 0,00 12,60 0,00 56,80 63,98 114,70 0,00 178,68 336,93 136,70 0,27 0,00 26,40 1,20 138,17 10,80 10,45 17,66 0,00 0,12 0,00 28,23	
	Завтрак									
№84, 2004 г. Коровка Л.С.	Каша вязкая молочная "Дружба".	150	4,66	5,79	20,78	150,75	0,08	1,46	136,70	0,38
№263,2004г Л.С Коровка	Чай с сахаром.	150/9	0,00	0,00	8,98	30,00	0,00	0,27	0,27	0,05
1,Сб,питания в д/о 2011г	Хлеб пшеничный.	30	2,01	0,21	15,09	72,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пром	Сыр (порциями)	3	0,70	0,89	0,00	10,92	0,00	0,02	26,40	0,03
пром	Масло (порциями).	5	0,05	3,62	0,07	33,01	0,000	0,00	1,20	0,020
	Итого		6,72	9,62	44,92	285,76	0,08	1,73	138,17	0,45
	Второй завтрак									
пром	Фрукты свежие (яблоко)	90	1,89	0,00	27,54	117,72	0,02	6,75	10,80	1,49
nposi	Итого		1,89	0,00	27,54	117,72	0,02	6,75	10,80	1,49
	Обед									
№21, прав. М. 2003г.	Салат "Здоровье".	40	0,70	2,00	2,90	32,00	0,03	1,00	10,45	0,32
37,Коровка Л.С2004г	Суп картофельный с клецками,с мясом птицы	150/8	3,09	4,22	11,35	104,70	0,09	3,18	17,66	0,82
№200,2004г Коровка Л.С	Капуста тушеная с курицей.	150	6,75	5,63	5,52	191,25	0,00	14,25	0,00	0,00
№648, сб. шк. 2004г.	Кисель из концентрата.	150	0,00	0,00	8,36	37,20	0,00	0,00	0,12	0,00
пром	Хлеб ржаной.	40	2,92	0,40	19,56	68,40	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого		13,46	12,25	47,69	433,55	0,12	18,43	28,23	1,14
	Усиленный полдник									
№779, сб. шк. 2004г.	Булочка молочная.	70	6,50	1,50	36,40	188,00	0,08	0,15	40,87	0,65
№261, 2004 г. Коровка Л.С.	Чай с молоком.	150/9	0,67	0,83	11,25	46,67	0,02	0,54	50,29	1,14
	Итого		7,17	2,33	47,65	234,67	0,10	0,69	91,16	1,79
	Всего за первую неделю		29,24	24,20	167,80	1071,70	0,32	27,60	268,36	4,87
	* * · · · · · · · · · · · · · · · · · ·									

						понедельниг	C			
	Завтрак									
№91, 2004 г. Коровка Л.С.	Каша вязкая молочная пшеничная.	150	5,26	6,07	21,29	159,75	0,11	1,46	139,01	0,57
№263 ,2004г Коровка Л.С	Чай с сахаром.	150/9	0,00	0,00	8,98	30,00	0,00	0,27	0,27	0,05
	Хлеб пшеничный.	30	2,43	0,36	14,10	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пром	Масло (порциями).	5	0,05	3,62	0,07	33,01	0,000	0,00	1,20	0,020
	Итого		7,74	10,05	44,44	291,76	0,11	1,73	140,48	0,64
	Второй завтрак									
пром	Фрукты свежие (яблоко)	90	1,89	0,00	27,54	117,72	0,02	6,75	10,80	1,49
пром	Итого		1,89	0,00	27,54	117,72	0,02	6,75	10,80	1,49
	Обед									
№40, сб. шк. 2004г.	Салат "Витаминный".	35	0,50	1,60	3,80	31,00	0,01	2,24	12,25	0,32
N. 120 2004 - H D. T.	Суп крестьянский с крупой и говядиной тушеной	150/15	1,50	1,68	10,20	61,95	0,06	4,95	15,54	0,62
№138,2004г Лапшина В .Т готпродукт полуфабрикат	Котлета (полуфабрикат)	80	11,25	9,17	8,18	159,01	0,05	0,93	30,90	0,98
№508,2004г.Лапшина В.Т	Каша гречневая рассыпчатая.	120	6,84	5,78	32,94	216,41	0,17	0,00	11,39	3,64
№228, 2005 г. М.П. Могильный.	Соус красный основной.	35	0,39	0,70	2,17	16,80	0,00	0,24	0,00	0,00
№705, сб. шк. 2004г.	Напиток из плодов шиповника.	150	0,50	0,20	21,70	89,00	0,01	60,00	9,17	0,48
пром	Хлеб ржаной.	40	2,92	0,40	19,56	68,40	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого		23,90	19,53	98,55	642,57	0,30	68,36	79,25	6,04
	Усиленный полдник			· ·	<u> </u>			,	,	
№77, 2004 г. Коровка Л.С.	Рагу из овощей.	120	1,78	3,23	8,13	69,34	0,00	11,46	0,00	0,00
№263,2004г Коровка Л.С	Чай с сахаром.	150/9	0,00	0,00	8,98	30,00	0,00	0,27	0,27	0,05
	Хлеб пшеничный.	30	2,43	0,36	14,10	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пром	Вафли	20	1,00	4,80	13,00	100	0,00	0,00	0,00	0,00
пром	Итого		5,21	8,39	44,21	268,34	0,00	11,73	0,27	0,05
	Всего за 6 день		38,74	37,97	214,74	1320,39	0,43	88,57	230,80	8,22
						вторник				
	Завтрак									
№173, 2005 г. М.П. Могильный.	Каша вязкая молочная рисовая.	150	4,16	5,60	19,56	144,00	0,05	1,46	135,18	0,23
	Хлеб пшеничный.	30	2,43	0,36	14,10	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пром	Масло (порциями).	5	0,05	3,62	0,07	33,01	0,000	0,00	1,20	0,020
№693,2004г В.Т Лапшина	Какао с молоком.	150	3,15	2,72	12,96	89,00	0,05	1,20	114,71	0,41
	Итого		9,79	12,30	46,69	335,01	0,10	2,66	251,09	0,66
	Второй завтрак									
	Йогурт	150	4,50	3,75	16,50	82,80	0,00	1,05	0,00	0,00
пром	Итого		4,50	3,75	16,50	82,80	0,00	1,05	0,00	0,00
	Обед									
№25, сб. шк. 2004г.	Салат "Степной".	30	0,40	1,20	2,30	21,00	0,02	1,63	5,84	0,19
№272004гКоровкаЛ.С.	Борщ с капустой ,мясом и со сметаной	150/60/5	2,12	3,59	5,87	70,27	0,03	5,85	25,91	0,65
№ 301 Могильный М.П	Птица тушеная	80	17,65	14,58	4,70	221,00	0,05	0,02	54,50	1,62
№516,2004г Лапшина В.Т	Макаронные изделия отварные	120	4,28	0,44	0,68	125,98	0,05	0,00	7,20	6,25
пром	Сок фруктовый.	150	0,75	0,00	15,75	63,00	0,00	3,60	12,60	2,50
пром	Хлеб ржаной.	40	2,92	0,40	19,56	68,40	0,00	0,00	0,00	0,00

	Итого		27,99	20,47	42,06	573,23	0,25	10,50	117,95	12,37
	Усиленный полдник									
№106,2004г Коровка Л.С	Картофель в молоке	130	3,12	4,01	25,73	145,01	0,18	27,25	55,22	1,28
17,2004гЛапшина В.Т	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,52	3,07	1,57	35,88	0,01	3,33	13,97	0,37
№263,2004гКоровка Л.С	Чай с сахаром.	150/9	0,00	0,00	8,98	30,00	0,00	0,27	0,27	0,05
	Хлеб пшеничный.	30	2,43	0,36	14,10	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пром	Итого		6,07	7,44	50,38	279,89	0,19	30,85	69,46	1,70
	Всего за 7 день		43,56	43,96	155,63	1270,93	0,54	45,06	438,50	14,73
						СРЕДА				
	Завтрак									
№302,2004гЛапшина В.Т	Каша манная с маслом и сахаром	150/6/5	2,27	1,23	16,23	197,11	0,04	0,16	57,80	0,24
№263,2004г Лапшина Л.С	Чай с сахаром.	150/9	0,00	0,00	8,98	30,00	0,00	0,27	0,27	0,05
	Хлеб пшеничный.	30	2,43	0,36	14,10	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пром пром	Сыр (порциями)	3	0,70	0,89	0,00	10,92	0,00	0,02	26,40	0,03
пром	Масло (порциями).	5	0,05	3,62	0,07	33,01	0,000	0,00	1,20	0,020
	Итого		4,75	5,21	39,38	329,12	0,04	0,43	59,27	0,31
	Второй завтрак									
	Фрукты свежие (яблоко)	90	1,89	0,00	27,54	117,72	0,02	6,75	10,80	1,49
252, еб. шк. 2004г.	Итого		1,89	0,00	27,54	117,72	0,02	6,75	10,80	2,20
	Обед								55,22 13,97 0,27 0,00 69,46 438,50 57,80 0,27 0,00 26,40 1,20 59,27	
№52, сб. шк. 2004г.	Салат картофельный с зеленым горошком.	30	0,97	3,00	3,00	43,00	0,01	0,77	6,43	0,23
№32, 2004 г. Коровка Л.С.	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом птицы.	150/8	3,23	2,93	13,13	79,20	0,13	3,62	21,33	0,77
№150, сб. Пермь. 2001г.	Голубцы ленивые (2 вариант).	180/20	14,22	9,81	10,44	187,20	0,00	1,03	0,00	0,00
№150, со. пермь. 2001г. №639,2004г Лапшина В.Т	Компот из смеси сухофруктов.	150	0,75	0,05	20,63	82,50	0,00	0,24	21,53	0,47
пром	Хлеб ржаной.	40	2,92	0,40	19,56	68,40	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого		22,09	16,19	66,76	460,30	0,14	5,66	49,29	1,47
	Усиленный полдник									
№265, 2004 г. Коровка Л.С.	Блинчики со сгущенкой	75/10	6,24	8,10	34,31	234,00	0,08	1,03	104,10	0,69
№263,2004гКоровка Л.С	Чай с сахаром.	150/9	0,00	0,00	8,98	30,00	0,00	0,27	0.27	0,05
	Итого		6,24	8,10	43,29	264,00	0,08	1,30		0,74
	Всего за 8 день		34,97	29,50	176,97	1171,14	0,28	14,14	223,73	4,72
						ЧЕТВЕРГ			13,97 0,27 0,00 69,46 438,50 57,80 0,27 0,00 26,40 1,20 59,27 10,80 10,80 21,53 0,00 21,53 0,00 49,29 104,10 0,27 104,37 223,73 148,85 0,00 1,20 26,40 94,31	
	Завтрак								55,22 13,97 0,27 0,00 69,46 438,50 57,80 0,27 0,00 26,40 1,20 59,27 10,80 10,80 6,43 21,33 0,00 21,53 0,00 49,29 104,10 0,27 104,37 223,73 148,85 0,00 1,20 26,40 94,31 244,36	
№99, 2004 г. Коровка Л.С.	Каша вязкая молочная ячневая.	150	4,98	5,69	21,10	153,00	0,09	1,46	148,85	0,41
	Хлеб пшеничный.	30	2,43	0,36	14,10	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пром пром	Масло (порциями).	5	0,05	3,62	0,07	33,01	0,001	0,00	1,20	0,020
пром	Сыр (порциями)	3	0,70	0,89	0,00	10,92	0,000	0,02	26,40	0,030
№253, 2004 г. Лапшина В.Т	Кофейный напиток	150	2,34	2,00	10,64	70,00	0,03	0,98	94,31	0,01
	Итого		7,37	11,31	31,81	256,01	0,12	2,44	244,36	0,44
	Второй завтрак		'		1		-	-	<u> </u>	<u> </u>
	Йогурт	150	4,50	3,75	16,50	82,80	0,00	1,05	0,00	0,00
пром	Итого		4,50	3,75	16,50	82,80	0,00	1,05	0,00	0,00

	Обед									
№39, справ. М. 2003г.	Салат "Школьный".	40	0,50	3,00	2,60	39,00	0,00	1,76	0,00	0,00
№34, 2004 г. Коровка Л.С.	Свекольник со сметаной(на мясном бульоне)	150/5	1,15	3,80	7,47	62,49	0,00	7,41	0,00	0,00
№256, 2016г., Могильный В.А.	Рыба отварная.	60	15,50	0,96	0,62	72,34	0,00	1,26	0,00	0,00
№520,2004гЛапшина В.Т	Картофельное пюре.	120	2,60	3,74	6,43	99,12	0,08	2,51	44,06	0,59
№372,c62011r	Компот из груш или яблок	150	0,12	0,12	17,91	73,20	0,00	1,29	0,00	0,00
пром	Хлеб ржаной.	40	2,92	0,40	19,56	68,40	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого		22,79	12,02	54,59	414,55	0,08	14,23	44,06	0,59
	Усиленный полдник									
№294,1вар.сб.1996г	Сырники из творога	80(15)	15,00	10,20	24,10	246,00	0,04	0,27	0,00 0,00 44,06 0,00 0,00 44,06 122,74 0,27 123,01 411,43 79,50 114,71 0,00 1,20 195,41 10,80 10,43 26,68 2,84 0,00 0,00 40,07 22,00 0,00 1,20 26,40 0,27 23,47	0,66
№263 2004гКоровка Л.С	Чай с сахаром.	150/9	0,00	0,00	8,98	30,00	0,00	0,27	0,27	0,05
	Итого		15,00	10,20	33,08	276,00	0,04	0,54	0,00 0,00 0,00 44,06 0,00 0,00 44,06 122,74 0,27 123,01 411,43 79,50 114,71 0,00 1,20 195,41 10,80 10,43 26,68 2,84 0,00 0,00 0,12 0,00 40,07 22,00 0,00 1,20 26,40 0,27	0,71
	Всего за 9 день		49,66	37,28	135,98	1029,36	0,24	18,26	0,00 0,00 44,06 0,00 44,06 122,74 0,27 123,01 411,43 79,50 114,71 0,00 1,20 195,41 10,80 10,43 26,68 2,84 0,00 0,00 40,07 22,00 0,00 1,20 0,00 1,20 0,00 40,07	1,74
						ПЯТНИЦА	-			
	Завтрак									
№160 2004гЛапшина В.Т	Суп молочный с макаронными изделиями.	150	4,95	6,75	15,48	140,28	0,03	0,68	79,50	0,35
№693 2004гЛапшина В.Т	Какао с молоком.	150	3,15	2,72	12,96	89,00	0,05	1,20	114,71	0,41
пром	Хлеб пшеничный.	30	2,43	0,36	14,10	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пром	Масло (порциями).	5	0,05	3,62	0,07	33,01	0,000	0,00	1,20	0,020
	Итого		10,58	13,45	42,61	331,29	0,08	1,88	195,41	0,78
	Второй завтрак								0,00 0,00 44,06 0,00 0,00 44,06 122,74 0,27 123,01 411,43 79,50 114,71 0,00 1,20 195,41 10,80 10,80 10,43 26,68 2,84 0,00 0,00 40,07 22,00 0,00 1,20 26,40 0,27	
пром	Фрукты свежие (яблоко)	90	1,89	0,00	27,54	117,72	0,02	6,75	10,80	1,49
пром	Итого		1,89	0,00	27,54	117,72	0,02	6,75	10,80	1,49
	Обед								0,00 0,00 44,06 0,00 0,00 44,06 122,74 0,27 123,01 411,43 79,50 114,71 0,00 1,20 195,41 10,80 10,80 10,43 26,68 2,84 0,00 0,00 40,07 22,00 0,00 1,20 26,40 0,27 23,47	
№49,2004гВ.Т Лапшина	Салат из моркови.	40	0,50	0,04	4,64	20,92	0,02	1,92	10,43	0,28
124,сб шк2004г	Щи из свежей капусты с картофелем	200/10	1,40	4,90	7,00	78,00	0,05	12,06	26,68	0,59
152,2004гКоровка Л.С	Гуляш (полуфабрикат)	60	4,50	5,70	1,85	123,60	0,03	0,60	2,84	0,14
№96, 2004 г. Коровка Л.С.	Горошница.	120	5,04	2,80	15,04	136,00	0,00	0,00	0,00	0,00
№228, 2005 г. М.П. Могильный.	Соус красный основной.	35	0,39	0,70	2,17	16,80	0,00	0,24	0,00	0,00
№2004г Лапшина В.Т.	Кисель из плодов шиповника.	150	0,13	0,05	15,06	57,47	0,00	0,00	0,12	0,00
пром	Хлеб ржаной.	40	2,92	0,40	19,56	68,40	0,00	0,00	0.00	0,00
пром	Итого	40	14,88	14,59	67,11	501,19	0,00	14,82	1 '	1,01
			14,00	14,57	07,11	301,17	0,10	14,02	40,07	1,01
№209, 2005 г. М.П. Могильный.	Усиленный полдник Яйцо отварное.	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,00	22.00	1,00
,	rindo orbapnoc.	1	3,10	4,00	0,50	05,00	0,03	0,00	22,00	1,00
rmay	Хлеб пшеничный.	30	2,43	0,36	14,10	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00
пром пром	Масло (порциями).	5	0,05	3,62	0,07	33,01	0,00	0,00	1,20	0,020
пром	Сыр (порциями)	3	0,70	0,89	0,00	10,92	0,00	0,02	26,40	0,030
263,2004гКоровкаЛ.С	Чай с сахаром.	150/9	0,00	0,00	8,98	30,00	0,00	0,27	0,27	0,05
	Итого		7,58	8,58	23,45	195,01	0,03	0,27	23,47	1,07
	Всего за две недели		34,93	36,62	160,71	1145,21	0,23	23,72	260.75	4,35