

## Примерное меню №1

(для категории граждан, предусмотренной пунктом 3 статьи 11 Закона края от 2 ноября 2000 года №12-961 «О защите прав ребенка», в возрасте от 6 до 11 лет)

Наименование блюда	Выход 1 порции, гр.	Пищевые вещества (Г)			Витамины (мг)	Минеральные вещества (мг)	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость продуктов питания, руб.	Накладные расходы, руб.	Стоимость блюда, руб.
		Белки	Жиры	Углеводы						
<b>1 день</b>										
<b>Горячий завтрак</b>										
Масло сливочное	10	0,01	7,25	0,06	0	3,1	77			
Колбаса в/к	30	4,9	13,4	0	0	60	140			
Булочка "Дорожная"	70	5,5	8	41,8	0,64	97	261			
Каша молочная "Геркулесовая" со сливочным маслом	200/10	8,6	10,8	31,4	1,2	205,9	257,2			
Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	0,2	37,2	60			
Хлеб пшеничный	41	3,1	0,2	20,1	0,1	0	94,7			
<b>ИТОГО:</b>		22,21	39,65	108,36	2,14	403,2	889,9			
<b>Горячий обед</b>										
Суп из овощей с картофелем со сметаной	200/5	1,9	5,4	14,4	17,3	90	113,8			
Биточек "По - домашнему"	65	9,6	12,1	7,1	0,06	133,8	175,8			
Макароны отварные	200	7,2	0,8	48,8	0,08	73	231,2			
Соус сметанно - томатный	30	0,54	1,5	2,3	1,4	23,3	25,5			
Кисель плодово - ягодный	200	0,3	0	34,5	30,6	8	139,2			
Хлеб пшеничный	31	2,3	0,15	15,07	0,07	0	71			
Хлеб пшенично - ржаной	31	2,3	0,15	15,07	0,07	0	71			
<b>ИТОГО:</b>		24,14	20,1	137,24	49,58	328,1	827,5			
<b>ИТОГО:</b>		46,35	59,75	245,6	51,72	731,3	1717,4			
<b>2 день</b>										
<b>Горячий завтрак</b>										
Масло сливочное	15	0,015	10,8	0,09	0	4,65	115,5			
Каша молочная "Манная" со сливочным маслом	200/5	6,1	7,7	33,5	1,05	269	227,7			
Бисквит фруктовый с кокосом	80	6	7,8	59,6	0	24,8	333,6			
Чай с лимоном	200/7/15	0,2	0	10,1	1,1	13	42,2			
Хлеб пшеничный	35	2,7	0,17	17,6	0,08	0	82,8			
<b>ИТОГО:</b>		15,015	26,47	120,89	2,23	311,45	801,8			
<b>Горячий обед</b>										
Суп картофельный с клецками	200	4,2	5,02	23,2	0,1	19	154,8			
Грудка тушеная в сметанно - томатном соусе	60/30	15,7	20	2,3	10,3	60,7	252			
Рис припущенный	180	4,3	5,7	47,2	0,047	94	243			
Компот из сухофруктов	200	0,44	0	28,9	0,8	128	90			
Хлеб пшеничный	23	1,9	0,12	12,6	0,06	0	59,2			
Хлеб пшенично - ржаной	23	1,9	0,12	12,6	0,06	0	59,2			
<b>ИТОГО:</b>		28,44	30,96	126,8	11,367	301,7	858,2			
<b>ИТОГО:</b>		43,455	57,43	247,69	13,597	613,15	1660			
<b>3 день</b>										
<b>Горячий завтрак</b>										
Масло сливочное	10	0,01	7,25	0,06	0	3,1	77			
Колбаса в/к	35	5,6	15,5	0	0	60	162,9			
Булочка "Бутербродная"	50	4	4,2	29,05	0,64	97	170,5			

Каша молочная "Пшеничная" со сливочным маслом	200/5	8,6	8,8	46	1,22	401,1	297,6			
Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	0,2	37,2	60			
Хлеб пшеничный	41	3,07	0,2	20,1	0,09	0	71			
ИТОГО:		21,38	35,95	110,21	2,15	598,4	839			
<b>Горячий обед</b>										
Рассольник "Домашний" со сметаной	200/5	1,7	4,02	15,3	16,8	121	103,8			
Биточек "Особый"	55	8,6	7,7	9,7	0,052	113,2	142,4			
Картофельное пюре со сливочным маслом	160/5	3,3	9,04	19,8	11,4	41,5	172,6			
Компот из сухофруктов	200	0,44	0	28,9	0,8	128	90			
Хлеб пшеничный	26	1,9	0,12	12,6	0,06	0	59,2			
Хлеб пшенично - ржаной	26	1,9	0,12	12,6	0,06	0	59,2			
ИТОГО:		17,84	21	98,9	29,172	403,7	627,2			
ИТОГО:		39,22	56,95	209,11	31,322	1002,1	1466,2			
<b>4 день</b>										
<b>Горячий завтрак</b>										
Масло сливочное	10	0,01	7,25	0,06	0	3,1	77			
Повидло	20	0,08	0	13,2	0	12	53,1			
Каша молочная "Пшеничная" со сливочным маслом	200/5	9,3	5,7	39	0,5	197,7	235,1			
Бисквит фруктовый с кокосом	80	6	7,8	59,6	0	24,8	333,6			
Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	0,2	37,2	60			
Хлеб пшеничный	32	2,3	0,15	15,07	0,07	0	71			
ИТОГО:		17,79	20,9	141,93	0,77	274,8	829,8			
<b>Горячий обед</b>										
Суп картофельный с горохом	200	4,06	4,3	19,1	11,8	209,3	131			
Сарделька припущенная	90	9,2	17,3	1,5	0	190,3	198,5			
Макароны отварные со сливочным маслом	150/5	5,4	4,2	36,6	0,5	63,5	205,8			
Кисель плодово - ягодный	200	0,3	0	34,5	30,6	8	139,2			
Хлеб пшеничный	22	1,9	0,12	12,6	0,06	0	59,2			
Хлеб пшенично - ржаной	22	1,9	0,12	12,6	0,06	0	59,2			
ИТОГО:		22,76	26,04	116,9	43,02	471,1	792,9			
ИТОГО:		40,55	46,94	258,83	43,79	745,9	1622,7			
<b>5 день</b>										
<b>Горячий завтрак</b>										
Каша молочная "Дружба" со сливочным маслом	200/5	6,1	8,5	35	1,1	313,3	240,9			
Королевское яблочко	80	5,8	4,6	70,8	4,5	20,8	348			
Чай с лимоном	200/7/15	0,2	0	10,1	1,1	13	42,2			
Хлеб пшеничный	40	3,07	0,2	20,1	0,09	0	71			
ИТОГО:		15,17	13,3	136	6,79	347,1	702,1			
<b>Горячий обед</b>										
Борщ "Сибирский" с фасолью со сметаной	200/5	1,7	5,5	12,4	17,6	83,2	106,06			
Тефтели	60	7,4	10,8	8,4	0,057	123,5	160,5			
Картофельное пюре	180	3,7	6,1	59,4	12,8	46,8	194,1			
Соус сметанно - томатный	30	0,54	1,5	2,3	1,4	23,3	25,5			
Компот из сухофруктов	200	0,44	0	28,9	0,8	128	90			
Хлеб пшеничный	37	2,7	0,17	17,6	0,08	0	82,8			
Хлеб пшенично - ржаной	37	2,7	0,17	17,6	0,08	0	82,8			
ИТОГО:		19,18	24,24	146,6	32,817	404,8	741,76			
ИТОГО:		34,35	37,54	282,6	39,607	751,9	1443,86			
<b>6 день</b>										
<b>Горячий завтрак</b>										

Масло сливочное	15	0,015	10,8	0,09	0	4,65	115,5			
Сочень с творогом	70	5,7	13	36	6,3	35,4	283,5			
Суп молочный с вермишелью со сливочным маслом	200/5	3,4	7,4	16,6	0,4	160	146,6			
Чай с шиповником	200/6/1 5	0,2	0	10,1	1,1	13	42,2			
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,15	15,07	0,07	0	71			
ИТОГО:		11,615	31,35	77,86	7,87	213,05	658,8			
<b>Горячий обед</b>										
Суп из овощей с картофелем со сметаной	200/5	1,9	5,4	14,4	17,3	90	113,8			
Биточек "По - домашнему"	60	8,8	11,1	6,6	0,055	123,5	190,5			
Гречка отварная	180	9,02	7,5	48,9	0,8	29,5	299,1 8			
Соус сметанно - томатный	30	0,54	1,5	2,3	1,4	23,3	25,5			
Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	0,2	37,2	60			
Хлеб пшеничный	31	2,3	0,15	15,07	0,07	0	71			
Хлеб пшенично - ржаной	32	2,3	0,15	15,07	0,07	0	71			
ИТОГО:		24,96	25,8	117,34	19,895	303,5	830,9 8			
ИТОГО:		36,575	57,15	195,2	27,765	516,55	1489, 78			
<b>7 день</b>										
<b>Горячий завтрак</b>										
Масло сливочное	10	0,01	7,25	0,06	0	3,1	77			
Яйцо отварное	1 шт.	5,1	4,6	0,3	0,03	105	63			
Каша молочная "Манная" со сливочным маслом	200/5	6,1	7,7	33,5	1,05	269	227,7			
Кольцо песочное	48	2,2	8,4	24,6	0,032	20,2	183			
Чай с лимоном	200/7/1 5	0,2	0	10,1	1,1	13	42,2			
Хлеб пшеничный	23	1,9	0,12	12,6	0,06	0	59,2			
ИТОГО:		15,51	28,07	81,16	2,272	410,3	652,1			
<b>Горячий обед</b>										
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200/5	1,7	4,02	15,3	16,8	121	103,8			
Котлета из минтая	80	11,8	15	9,3	2,05	212,3	219,2			
Картофельное пюре со сливочным маслом	180/5	3,7	6,1	59,4	12,8	46,8	194,1			
Компот из сухофруктов	200	0,44	0	28,9	0,8	128	90			
Хлеб пшеничный	35	2,7	0,17	17,6	0,08	0	82,8			
Хлеб пшенично - ржаной	35	2,7	0,17	17,6	0,08	0	82,8			
ИТОГО:		23,04	25,46	148,1	32,61	508,1	772,7			
ИТОГО:		38,55	53,53	229,26	34,882	918,4	1424, 8			
<b>8 день</b>										
<b>Горячий завтрак</b>										
Масло сливочное	15	0,015	10,8	0,09	0	4,65	115,5			
Сдоба "Выборгская" с повидлом	70	3,2	2,8	19,9	0	8,5	118,7			
Каша молочная "Геркулесовая" со сливочным маслом	200/5	8,6	10,8	31,4	1,2	205,9	257,2			
Яблоко	100	0,4	0,4	9,7	0,1	72	44			
Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	0,2	37,2	60			
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,12	12,6	0,06	0	59,2			
ИТОГО:		14,215	24,92	88,69	1,56	328,25	654,6			
<b>Горячий обед</b>										
Суп картофельный с клецками	200	4,2	5,02	23,2	0,1	19	154,8			
Грудка отварная	60	14	9,4	1,1	2,02	200,5	145			
Рис припущенный с овощами	180	4,3	5,7	47,2	0,047	94	243			
Кисель плодово - ягодный	200	0,3	0	34,5	30,6	8	139,2			
Хлеб пшеничный	34	2,7	0,17	17,6	0,08	0	82,8			

Хлеб пшенично - ржаной	34	2,7	0,17	17,6	0,08	0	82,8			
ИТОГО:		28,2	20,46	141,2	32,927	321,5	847,6			
ИТОГО:		42,415	45,38	229,89	34,487	649,75	1502,2			
<b>9 день</b>										
<b>Горячий завтрак</b>										
Масло сливочное	10	0,01	7,25	0,06	0	3,1	77			
Бутерброд горячий с сыром	30/15/5	5,6	8,5	14,2	0,56	328	156			
Каша молочная "Пшеничная" со сливочным маслом	200/5	8,6	12,4	46	1,22	401,1	330			
Конфета шоколадная	40	1,6	15,8	21,7	0,12	68,2	235,5			
Чай с лимоном	200/7/15	0,2	0	10,1	1,1	13	42,2			
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,15	15,07	0,07	0	71			
ИТОГО:		18,31	44,1	107,13	3,07	813,4	911,7			
<b>Горячий обед</b>										
Суп картофельный с горохом	200	4,06	4,3	19,1	11,8	209,3	131			
Фрикадельки тушеные	2/35.	9,3	10,7	5,7	0,06	144,1	156,5			
Макароны отварные	180	6,48	0,72	44	0,6	76,2	208,1			
Соус сметанно - томатный	30	0,54	1,5	2,3	1,4	23,3	25,5			
Компот из сухофруктов	200	0,44	0	28,9	0,8	128	90			
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,12	12,6	0,06	0	59,2			
Хлеб пшенично - ржаной	25	1,9	0,12	12,6	0,06	0	59,2			
ИТОГО:		24,62	17,46	125,2	14,78	580,9	729,5			
ИТОГО:		42,93	61,56	232,33	17,85	1394,3	1641,2			
<b>10 день</b>										
<b>Горячий завтрак</b>										
Масло сливочное	10	0,01	7,25	0,06	0	3,1	77			
Колбаса в/к	35	5,6	15,5	0	0	60	162,9			
Каша молочная "Пшеничная" со сливочным маслом	200/5	9,3	5,7	39	0,5	197,7	235,1			
Печенье "Топленое молоко"	57	4,5	5,6	44,7	0	12,4	250,2			
Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	0,2	37,2	60			
Хлеб пшеничный	28	2,3	0,15	15,07	0,07	0	71			
ИТОГО:		21,81	34,2	113,83	0,77	310,4	856,2			
<b>Горячий обед</b>										
Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,3	4,9	9,2	12	35,2	86,1			
Котлета "Нежная"	70	11,6	15,4	11,4	0,1	30,5	228,9			
Картофельное пюре со сливочным маслом	180/5	3,7	6,1	59,4	12,8	46,8	194,1			
Компот из сухофруктов	200	0,44	0	28,9	0,8	128	90			
Хлеб пшеничный	35	2,7	0,17	17,6	0,08	0	82,8			
Хлеб пшенично - ржаной	35	2,7	0,17	17,6	0,08	0	82,8			
ИТОГО:		22,44	26,74	144,1	25,86	240,5	764,7			
ИТОГО:		44,25	60,94	257,93	26,63	550,9	1620,9			

Примерное меню №2

(для категории граждан, предусмотренной пунктом 3 статьи 11 Закона края от 2 ноября 2000 года №12-961 «О защите прав ребенка», в возрасте от 12 до 18 лет)

Наименование	Выход 1 порции, гр.	Пищевые вещества (Г)			Витамины (мг)	Минеральные вещества (мг)	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость продуктов питания, руб.	Накладные расходы, руб.	Стоимость блюда, руб.
		Белки	Жиры	Углеводы						
<b>1 день</b>										
<b>Горячий завтрак</b>										
Масло сливочное	20	0,02	14,5	0,12	0	6,2	154			
Колбаса в/к	35	5,6	15,5	0	0	60	162,9			
Булочка "Дорожная"	70	5,5	8	41,8	0,64	97	261			
Каша молочная "Геркулесовая" со сливочным маслом	250/10	10,73	11,7	39,2	1,5	257,4	305			
Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	0,2	37,2	60			
Хлеб пшеничный	35	2,7	0,17	17,6	0,08	0	82,8			
ИТОГО:		24,65	49,87	113,72	2,42	457,8	1025,7			
<b>Горячий обед</b>										
Суп из овощей с картофелем со сметаной	250/10	2,4	6,7	18	21,6	112,5	113,8			
Биточек "По домашнему"	75	11	14	8,2	0,07	154,4	203			
Макаронные отварные	200	7,2	0,8	48,8	0,08	73	231,2			
Соус сметанно-томатный	30	0,54	1,5	2,3	1,4	23,3	25,5			
Кисель плодово-ягодный	200	0,3	0	34,5	30,6	8	139,2			
Хлеб пшеничный	29	2,3	0,15	15,07	0,07	0	71			
Хлеб пшенично-ржаной	29	2,3	0,15	15,07	0,07	0	71			
ИТОГО:		26,04	23,3	141,94	53,89	371,2	854,7			
ИТОГО:		50,69	73,17	255,66	56,31	829	1880,4			
<b>2 день</b>										
<b>Горячий завтрак</b>										
Масло сливочное	20	0,02	14,5	0,12	0	6,2	154			
Каша молочная "Манная" со сливочным маслом	280/10	8,5	7,9	46,8	1,5	376,6	227,7			
Бисквит фруктовый с кокосом	80	6	7,8	59,6	0	24,8	333,6			
Чай с лимоном	200/7/15	0,2	0	10,1	1,1	13	42,2			
Хлеб пшеничный	47	3,8	0,17	17,6	0,08	0	82,8			
ИТОГО:		18,52	30,37	134,22	2,68	420,6	840,3			
Суп картофельный с клецками	250	5,2	6,3	29	0,12	23,8	193,5			
Грудка тушеная в сметанно-томатном соусе	70/30	18,23	23,07	2,3	12,01	70,8	289,7			
Рис припущенный	180	4,3	5,7	47,2	0,047	94	243			
Компот из сухофруктов	200	0,44	0	28,9	0,8	128	90			
Хлеб пшеничный	32	2,3	0,15	15,07	0,07	0	71			
Хлеб пшенично-ржаной	33	2,3	0,15	15,07	0,07	0	71			
ИТОГО:		32,77	35,37	137,54	13,117	316,6	958,2			
ИТОГО:		51,29	65,74	271,76	15,797	737,2	1798,5			

3 день										
<b>Горячий завтрак</b>										
Масло сливочное	20	0,02	14,5	0,12	0	6,2	154			
Колбаса в/к	35	5,6	15,5	0	0	60	162,9			
Булочка "Бутербродная"	50	4	4,2	29,05	0,64	97	170,5			
Каша молочная "Пшеничная" со сливочным маслом	280/10	12	9,5	64,4	1,7	561	391,1			
Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	0,2	37,2	60			
Хлеб пшеничный	31	2,3	0,15	15,07	0,07	0	71			
ИТОГО:		24,02	43,85	123,64	2,61	761,4	1009,5			
<b>Горячий обед</b>										
Рассольник "Домашний" со сметаной	250/10	2,1	5,02	19,1	21	151,2	129,8			
Биточек "Особый"	60	9,4	8,4	10,6	0,06	123,5	155,4			
Картофельное пюре со сливочным маслом	180/5	3,7	6,1	59,4	12,8	46,8	194,1			
Компот из сухофруктов	200	0,44	0	28,9	0,8	128	90			
Хлеб пшеничный	35	2,7	0,17	17,6	0,08	0	82,8			
Хлеб пшенично - ржаной	35	2,7	0,17	17,6	0,08	0	82,8			
ИТОГО:		21,04	19,86	153,2	34,82	449,5	734,9			
ИТОГО:		45,06	63,71	276,84	37,43	1210,9	1744,4			
4 день										
<b>Горячий завтрак</b>										
Масло сливочное	20	0,02	14,5	0,12	0	6,2	154			
Повидло	20	0,08	0	13,2	0	12	53,1			
Каша молочная "Пшеничная" со сливочным маслом	250/10	11,6	9,8	48,7	0,6	247,1	329,4			
Бисквит фруктовый с кокосом	80	6	7,8	59,6	0	24,8	333,6			
Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	0,2	37,2	60			
Хлеб пшеничный	41	3,08	0,19	20,1	0,09	0	94,6			
ИТОГО:		20,88	32,29	156,72	0,89	327,3	1024,7			
<b>Горячий обед</b>										
Суп картофельный с горохом	250	5,07	5,4	23,9	14,8	261,6	163,8			
Сарделька припущенная	100	10,2	19,2	1,7	0	211,5	220,5			
Макароны отварные со сливочным маслом	180/5	6,5	4,3	44	0,6	76,2	240,7			
Кисель плодово - ягодный	200	0,3	0	34,5	30,6	8	139,2			
Хлеб пшеничный	27	2,3	0,15	15,07	0,07	0	71			
Хлеб пшенично - ржаной	27	2,3	0,15	15,07	0,07	0	71			
ИТОГО:		26,67	29,2	134,24	46,14	557,3	906,2			
ИТОГО:		47,55	61,49	290,96	47,03	884,6	1930,9			
5 день										
<b>Горячий завтрак</b>										
Каша молочная "Дружба" со сливочным маслом	280/15	8,6	17,7	49,1	1,5	438,6	390,1			
Королевское яблочко	80	5,8	4,6	70,8	4,5	20,8	348			
Чай с лимоном	200/7/15	0,2	0	10,1	1,1	13	42,2			
Хлеб пшеничный	49	3,8	0,25	25,2	0,11	0	118,4			
ИТОГО:		18,4	22,55	155,2	7,21	472,4	898,7			
<b>Горячий обед</b>										

Борщ "Сибирский " с фасолью со сметаной	250/10	2,1	6,8	15,5	22	104	132,6			
Тефтели	65	8,01	11,7	9,1	0,06	133,8	173,8			
Картофельное пюре	200	4,1	6,8	66	14,2	52	215,7			
Соус сметанно - томатный	50	0,9	2,5	3,8	2,4	38,8	42,5			
Компот из сухофруктов	200	0,44	0	28,9	0,8	128	90			
Хлеб пшеничный	33	2,3	0,15	15,07	0,07	0	71			
Хлеб пшенично - ржаной	33	2,3	0,15	15,07	0,07	0	71			
ИТОГО:		20,15	28,1	153,44	39,6	456,6	796,6			
ИТОГО:		38,55	50,65	308,64	46,81	929	1695,3			

#### 6 день

##### Горячий завтрак

Масло сливочное	20	0,02	14,5	0,12	0	6,2	154			
Сочень с творогом	70	5,7	13	36	6,3	35,4	283,5			
Суп молочный с вермишелью со сливочным маслом	280/15	4,8	16,1	23,4	0,56	224	257,7			
Чай с шиповником	200/6/15	0,2	0	10,1	1,1	13	42,2			
Хлеб пшеничный	34	2,7	0,17	17,6	0,08	0	82,8			
ИТОГО:		13,42	43,77	87,22	8,04	278,6	820,2			

##### Горячий обед

Суп из овощей с картофелем со сметаной	250/10	2,4	6,8	18	21,6	112,5	142,3			
Биточек "По домашнему"	70	10,3	13	5,6	0,064	144	222,2			
Гречка отварная	180	9,02	7,5	48,9	0,8	29,5	299,18			
Соус сметанно - томатный	30	0,54	1,5	2,3	1,4	23,3	25,5			
Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	0,2	37,2	60			
Хлеб пшеничный	29	2,3	0,15	15,07	0,07	0	71			
Хлеб пшенично - ржаной	29	2,3	0,15	15,07	0,07	0	71			
ИТОГО:		26,96	29,1	119,94	24,204	346,5	891,18			
ИТОГО:		40,38	72,87	207,16	32,244	625,1	1711,38			

#### 7 день

##### Горячий завтрак

Масло сливочное	20	0,02	14,5	0,12	0	6,2	154			
Яйцо отварное	1 шт.	5,1	4,6	0,3	0,03	105	63			
Каша молочная "Манная" со сливочным маслом	250/10	7,6	12,3	42	1,3	336,2	309,1			
Кольцо песочное	48	2,2	8,4	24,6	0,032	20,2	183			
Чай с лимоном	200/7/15	0,2	0	10,1	1,1	13	42,2			
Хлеб пшеничный	35	2,7	0,17	17,6	0,08	0	82,8			
ИТОГО:		17,82	39,97	94,72	2,542	480,6	834,1			

##### Горячий обед

Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/10	2,2	5,02	19,2	21	151,2	129,8			
Котлета из минтая	85	12,5	16	10	2,2	225,6	232,9			
Картофельное пюре со сливочным маслом	210/10	4,4	10,1	69,4	15	54,6	386,1			
Компот из сухофруктов	200	0,44	0	28,9	0,8	128	90			
Хлеб пшеничный	34	2,7	0,17	17,6	0,08	0	82,8			
Хлеб пшенично - ржаной	34	2,7	0,17	17,6	0,08	0	82,8			
ИТОГО:		24,94	31,46	162,7	39,16	559,4	1004,4			

ИТОГО:		42,76	71,43	257,42	41,702	1040	1838,5			
<b>8 день</b>										
<b>Горячий завтрак</b>										
Масло сливочное	20	0,02	14,5	0,12	0	6,2	154			
Сдоба "Выборгская" с повидлом	70	3,2	2,8	19,9	0	8,5	118,7			
Каша молочная "Геркулесовая" со сливочным маслом	250/10	10,73	11,7	39,2	1,5	257,4	305			
Яблоко	110	0,44	0,44	10,7	0,11	79,2	48,4			
Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	0,2	37,2	60			
Хлеб пшеничный	42	3,8	0,17	17,6	0,08	0	82,8			
ИТОГО:		18,29	29,61	102,52	1,89	388,5	768,9			
<b>Горячий обед</b>										
Суп картофельный с клецками	250	5,2	6,3	29	0,12	23,8	193,5			
Грудка отварная	70	16,4	0,5	1,3	2,4	233,9	169,2			
Рис припущенный с овощами	200	4,8	6,4	52,5	0,05	104,4	270			
Кисель плодово-ягодный	200	0,3	0	34,5	30,6	8	139,2			
Хлеб пшеничный	34	2,7	0,17	17,6	0,08	0	82,8			
Хлеб пшенично-ржаной	35	2,7	0,17	17,6	0,08	0	82,8			
ИТОГО:		32,1	13,54	152,5	33,33	370,1	937,5			
ИТОГО:		50,39	43,15	255,02	35,22	758,6	1706,4			
<b>9 день</b>										
<b>Горячий завтрак</b>										
Масло сливочное	20	0,02	14,5	0,12	0	6,2	154			
Бутерброд горячий с сыром	30/15/5	5,6	8,5	14,2	0,56	328	156			
Каша молочная "Пшеничная" со сливочным маслом	250/10	10,8	18,2	57,6	1,5	501,4	437,4			
Конфета шоколадная	40	1,6	15,8	21,7	0,12	68,2	235,5			
Чай с лимоном	200/7/15	0,2	0	10,1	1,1	13	42,2			
Хлеб пшеничный	37	3,8	0,17	17,6	0,08	0	82,8			
ИТОГО:		22,02	57,17	121,32	3,36	916,8	1107,9			
<b>Горячий обед</b>										
Суп картофельный с горохом	250	5,07	5,4	23,8	14,8	261,6	163,8			
Фрикадельки тушеные	2/40.	10,7	12,2	6,5	0,07	164,7	178,6			
Макароны отварные	230	8,3	2,07	56,3	0,77	97,4	265,9			
Соус сметанно-томатный	30	0,54	1,5	2,3	1,4	23,3	25,5			
Компот из сухофруктов	200	0,44	0	28,9	0,8	128	90			
Хлеб пшеничный	29	2,3	0,15	15,07	0,07	0	71			
Хлеб пшенично-ржаной	29	2,3	0,15	15,07	0,07	0	71			
ИТОГО:		29,65	21,47	147,94	17,98	675	865,8			
ИТОГО:		51,67	78,64	269,26	21,34	1591,8	1973,7			
<b>10 день</b>										
<b>Горячий завтрак</b>										
Масло сливочное	20	0,02	14,5	0,12	0	6,2	154			
Колбаса в/к	35	5,6	15,5	0	0	60	162,9			
Каша молочная "Пшеничная" со сливочным маслом	250/10	11,6	9,8	48,7	0,6	247,1	329,4			
Печенье "Топленое молоко"	57	4,5	5,6	44,7	0	12,4	250,2			
Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	0,2	37,2	60			



Хлеб пшеничный	41	3,8	0,17	17,6	0,08	0	82,8			
ИТОГО:		25,62	45,57	126,12	0,88	362,9	1039,3			
<b>Горячий обед</b>										
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	1,6	6,1	11,5	15	44	107,6			
Котлета "Нежная"	75	12,4	16,5	12,2	0,1	32,8	245,2			
Картофельное пюре со сливочным маслом	220/10	4,6	10,3	72,7	15,7	57,2	404,5			
Компот из сухофруктов	200	0,44	0	28,9	0,8	128	90			
Хлеб пшеничный	21	1,9	0,12	12,6	0,06	0	59,2			
Хлеб пшенично - ржаной	21	1,9	0,12	12,6	0,06	0	59,2			
ИТОГО:		22,84	33,14	150,5	31,72	262	965,7			
ИТОГО:		48,46	78,71	276,62	32,6	624,9	2005			