Digens MB09 Colle ve 36

Wen. A.H. Dokphilikha Mynya Colle No 36

MB09

COLL No 36

MB09

C. Hersburge

MB09

MB

УТВЕРЖДАЮ Исполнительный директор Автономной некоммерческой организации «Комбинат социадыного питания» Ш.С. Нагучева

## Основное (организованное) двухнедельное цикличное меню (сезон: осень2024г) для организации питания учащихся возрастной категории 12 лет и старше, ОВЗ, инвалиды в общеобразовательных учреждениях (завтрак, обед,полдник)

Offices Protection of Superior water MEDY (indicated Sel., MEDY COLL S. MED). COLL Sel. MEDY COLL Sel. (MEDY COLL Sel., MEDY C

24.07.2024 МО Туапсинский район

		I P					47								$\Box$
	1 1		1.1							- 1				1	
пишн	7		ž ,	Пищевая	ценность,	-	сския		Вит	ынны		Mi	инеральные ве	цества,мг/ сут	r
Присм пи	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порини.	белок	# *	углевалы	Энергетиче цениость, в	А,рет.экв/ сут	ВІ,мг/еут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо
ЕДЕЛЯ: 1	// ДЕНЬ: 1				_'									•	
TB (81															
eytolinok cytolinok notpediocth notpedicina	1777	Сыр Дружба 1 шт	17,5	1,50	4,90	0,56	52,85	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
125 160 160 160 160	TTKN261	Блинчики со стущенным молоком 170/30	200	12,13	11,13	57,36	349,40	0,00	0,23	0,21	0,19	157,72	47,92	201,63	2,09
Ped ped ped NX	П	Батон пшеничный	40	4,40	1,74	30,80	157,20	0,00	0,06	0,00	0,00	11,40	7,80	0,00	0,7
C) TOI TOI Ten	261**	Чай с сахаром	180	0,06	0,18	9.01	36,00	0,00	0.00	0,00	0,03	9,86	1,26	2,52	0,2
2 1	ITI	Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,00	0,00	14	2,00	240,00	7,00	18,00	1,00
		всего (норма — не менее 550г	637,5												
		нто	ГО ЗАВТРАК	24,09	24,35	107,13	715,45	0,00	0,29	14,21	2,22	418,98	63,98	222,15	4,0
55	Γ"														
треблени	19**	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,96	6,07	3,64	70,00	107,25	0,04	0,03	8,25	19,00	16,04	33,92	0,7
3 5	TTK №47	Суп-лапша с курицей 250/25	275	5,52	8,62	47,22	168,86	119,29	0,05	0,04	0,49	27,92	10,44	37,64	0,6
потребления	184**	Котлеты домашние 95/5	100	13,33	23,64	11,74	313,33	42,67	0,18	0,12	0,67	15,96	20,93	143,76	3,6
	210**	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,53	163,80	28,56	0,16	0,13	21,80	44,37	33,30	103,91	1,2
0 8	ITI	Хлеб ржано-пшеничный	43	2,92	0,52	14,45	73,44	0,00	0,06	0,04	0,00	19,37	20,23	64,80	1,6
FEBRUARY NAMED IN COLUMN	m	Хлеб пшеничный	48	3,55	0,43	23,57	112,54	0,00	0,00	0.02	0,00	9,60	6,72	31,20	0,5
2 1	241**	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,10	32,00	132,00	0,00	0,02	0,02	0,72	32,48	17,46	23,44	0,6
отреб	ITI	Вафли «золотце моё»	15	1,80	0,30	14,55	55,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0
потребности	231**	Нектарины	120	1,08	0,12	11,40	54,00	0,00	0,05	0,10	12,00	24,00	19,20	40,80	0,7
=		ассго(норма -не менее 800	2) 1081											1	1_
		И	того обед	33,50	45,56	183,10	1143,47	297,77	0,56	0,50	43,92	192,69	144,32	479,48	9,7
IOJUHHK (15%) or cyrotholi lotpechocui lotpechocui			7	6.40	9,6	13,9	194.4	72,9	1,6	0,4	1,08	149,2	7,6	88,2	1.
TOTA SONO SONO SONO SONO	TTKN958	Горячий бутерброд с сыром и помидорами	50	6,40				_							
E Company	266**	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,00	24,40	0,06	81,0	1,58	152,22	21,34	124,56	0,4
5 ° ° ° ° °	231**	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47.00	0,00	0.03	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2,2
		всего (норма — не менее 350г	): 350												
		ИТОГ	о полдник	10,88	13,54	41,28	359,40	97,30	1,69	0,60	12,66	317,42	37,94	223,76	4,3

			1				3 -								
<b>a</b>	pr.		ă E	'Пищева	я ценность,	r	ECKSSI KKB.1		Вит	амины		Ma	неральные вес	цества,мг/ су	r
Присм пи	Ж рецептуры	Наименование блюда	Масса пори	белок	жир	углеводы	Энергетиче	Asper.nm/ cyr	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Маганя	Фосфор	Meanin
неделя: 17	/ ДЕНЬ: 2	2													
5	45*	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,30	3,25	6,45	60,40	203,75	0,02	0,00	17,08	24,97	15,08	28,30	0,4
Sa E E E E	189**	Фрикадельки из говядины в соусе 50/50	100	8,63	8,24	8,10	141,00	12,50	0,04	0,07	1,75	22,40	14,51	93,63	1,
011111	303*	Каша вязкая гречневая	180	5,49	6,00	24,62	174,60	0,00	0,13	0,02	0,00	10,13	35,88	102,56	1,1
суточной суточной потребности ногребления непредления непредления	П	Хлеб ржано-пшеничный	29	1,97	0,35	9,74	49,53	0,00	0,04	0,03	0,00	13,06	13,64	43,70	1,0
E 0 0 0 0 0 0	LU	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	21,10	93,78	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,60	26,00	0,4
~	רוו	Сок яблочный	200	1,00	0,00	20,00	42,00	0,00	0,01	0,01	4,00	14,00	8,00	14,00	1,-
	231**	Нектарины	100	0,90	0,10	9,50	45	0,00	0,04	0,08	10,00	20,00	16,00	34,00	0.
		всего ( <b>корма</b> — не менее 550г):	749												T
*		нтого	3ABTPAK	22,25	18,30	99,51	606,31	216,25	0,29	0,23	32,83	112,56	108,72	342,19	6,
от сугочной потребления веществ	54**	Помидоры свежие	100	1,1	0,2	3,8	22	133	0,06	0,04	17,5	14	20	26	0
10 99 13	108*	Суп картофельный с клёцками	250	3,56	4,59	18,79	143,75	21,05	0,01	0,08	5,75	33,4	25,35	72,23	Ι,
ch di	TTK№46	Жаркое по -домашнему (свинина) 90/160	250	10,00	21,12	33,52	497,50	0,00	0,29	0,31	36,30	37,75	72,11	358,11	5,
10 II	ш	Хлеб ржано-пшеничный	43	2,92	0,52	14,45	73,44	0,00	0.06	0,04	0,00	19,37	20,23	64,80	1
% II XII	ITI	Хлеб пшеничный	50	3,70	0,45	26,38	117,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	7,00	32,50	0
35°	54-7xH	Компот из красной смородины	200	0,30	0,10	8,44	35,33	3,06	10,0	0,01	24,00	9,56	8,56	8,11	0,
реби	231**	Апельсины свежие	140	0,56	0,42	14,42	65,80	0,00	0,04	0,03	7,00	26,60	16,80	22,40	3,
Обец(		всего(норма -не менее 800г)	1033												1
<u> </u>			того обед	22,14	27,39	119,80	954,83	157,11	0,48	θ,53	90,55	150,68	170,05	584,15	13,
6 OT IPCTH EBLX						1 7									$\equiv$
1155 mm	11**	Сыр порциями	15	3,48	4,43	0,00	54	39,00	0,005	0,045	0,11	132,00	5,25	75,00	0
H PO	182	Каша вязкая молочная рисовая 200/10	210	3,05	5,2	38,04	211,32	26,25	0,03	0,03	0,00	6,17	21,53	66,42	0
Chest Bess	m	Хлеб пшеничный	20	1,48	81,0	9,82	46,89	0,00	0,00	10,0	0,00	4,00	2,80	13,00	0
ПОЛДНИК (15% от суточной гогребност потребления ищевых вещес)	TT	Хлеб ржано-пшеничный	15	1,02	81,0	5,04	25,62	0,00	0,02	0,02	0,00	6,76	7,06	22,61	0
- 0 E	236**	Компот из свежих плодов (яблоки)	180	0,14	0,14	25,09	102,60	0,00	0,00	0,02	0,81	12,76	4,63	3,96	0
	L	всего(нарма -не менее 350г)	140 ПОЛДНИК	0.17	10.12	77,99	440.43	(6.36	0.04	0.10	0,92	441.40		100.00	+
1		HIOLO	HOLLINK	9,17	10,13	1 //.99	440.43	65,25	0.06	0,12	0.97	161,69	41.26	180,99	2

Г.			1		P			7								$\top$
N H		туры		лин, г	Пищевая	ценность		HECKBR.		Вит	asunua		Mi	неральные ве	щества,мі/ сут	T
Прием г		Nº peuen	Наименование блюда	Macca nopi	белок	жир	углеводы	Эпергетиче пенность, в	А,рет.экв/ сут	В1,мг/сут	В2 м /сут	С,мг'сут	Кальций	Маглий	Фосфор	Желено
неделя:	1 //	ДЕНЬ: 3														
. 3	6															
JUNTON (25% OF CYTOTHON INTROCUOUTH INTROCUOUTH INTROCUOUTH		144**	Омлет натуральный	200	20,18	30,48	3,68	368,00	457,63	0,11	0,69	0,32	149,73	25,20	332,08	3,71
Hotel Hotel		TTKN265	Хлопья кукурузные с молоком 185/30	215	6,95	6,37	25,04	318.06	34,84	0,09	0.29	2,39	233,16	31,66	190,03	0,63
N o o		ľΠ	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	21,10	93,78	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44
4000	È	ITI	Пряники	34	2,05	3,40	25,16	139,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
and and		264**	Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,35	45,00	18,00	0,04	0,14	1,17	113,20	12,60	81,00	0,13
			асего (порма — не менее 550г):	669												
_			итог	O 3ABTPAK	34,98	43,02	89,33	964.24	510,47	0,23	1,15	3,88	504,10	75,06	629,11	4,90
No X																
9	Į	16**	Салат из свежих огурцов	100	0,75	6	2,33	66	0	0,02	0,03	4,68	23,33	13,17	39,58	0,57
суточной ости инщевых		62**	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	4,92	10,93	102,5	168,25	0,05	0,05	10,68	49,73	26,13	54,6	1,23
	===	TTKN241	Гуляш из говядины 50/50	100	5,15	6,68	4,67	150	12,00	0,05	0,12	1,78	13,91	20,90	158.42	2,30
Эбед 35% от потребнения	cinec	303*	Каша пшеничная вязкая	180	4,80	6,00	28,73	189,60	0,00	0,13	0,02	0,00	13,16	35,88	102,56	1,18
% d ==	36	П	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,38	0,42	11,76	59,78	0,00	0,05	0,04	0,00	15,77	16,47	52,75	1,31
35	-[	Ш	Хлеб пшеничный	44	3,26	0,40	21,60	103,40	0,00	0,00	0,02	0,00	8,80	6,16	28,60	0,48
) - cl		54-7xH	Компот из чёрной смородины	081	0,27	0,09	7,60	31,80	2,75	0,01	10,0	21,60	8,60	7,70	7,30	0,32
Обе		m	Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0.00	0,00	14	2,00	240,00	7,00	18,00	1,00
			всего (норма — не менее 800г):	1089												
				ИТОГО ОБЕД	24,41	30,91	97,02	823,08	183,00	0,31	14,29	40,74	373,29	133,40	461,81	8,39
т суточной этребнести отребления вешеств)																
Ж (П.) чной пости енаи		TTKN264	Макароны отварные с сыром	200	17,6	9,06	39,6	276,9	44,93	0,07	0,07	0,05	168	14,67	133,33	1,02
полдник ( от суточно потребленя потребленя		П	Хлеб пшеничный	16	1,18	0,14	7,86	37,51	0,00	0,00	10,0	0,00	3,20	2,24		0,18
OT C DOT C HOT HOT		261**	Чай с сахаром	180	0,06	0,18	9,01	36,00	0,00	0,00	0,00	0,03	9,86	1,26	2,52	0,21
ž g		231**	Апельсины свежне	001	0,40	0,30	10,30	47,00	0,00	0,03	0,02	5,00	19,00	12,00	16,00	2,30
			всего (порма — не менее 350г):	196												I
			ОТОТИ	полдиик	19,25	9,68	66,77	397,41	44,93	0,10	0,10	5,08	200,06	30,17	151,85	3,70

	Т		47		6			7	Τ			T		-	I	T
5		2		, r	Пощевая	ценность	r	KB31		Вит	амины		Mi	птеральные вст	щества,мг/ сут	
Присм пиши		Ж рецентуры	Наименование блюда	Масса порции,	белок	ж ж	углевалы	Энергетическая ценность, кквл	А.рет.экв/сут	В1,мг/сут	В2,мг/сут	Съмг/сут	Кальний	Магний	Фосфар	Женто
неделя: 1	//	ДЕНЬ: 4														
T	<u>E</u> -	18**	Свлат из свежих помидоров	001	1,10	6,12	4,57	77,00	66,67	0.03	0,03	18,50	17,73	17,45	31,83	0,83
em em	ŧΓ	TTK №59	Рыбные палочки	100	11,00	13,40	17,80	236,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0.00	0.00
e6 H	3	334	Рис отварной с овощами	180	4,10	5,95	37,50	220,50	0,00	0,05	0,03	1,08	15,66	35,10	99,72	0,79
заптрак (23%) суточной потребности	3	П	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,36	10,08	51,00	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13
	ĔΓ	Ш	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	21,10	93,78	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44
	ŧΓ	TTK№50	Чай с шиповником	200	0,80	0,20	16,70	66,70	98,00	0,01	0,06	80,00	12,22	3,33	3,33	0,56
	Т		всего(норма -не менее 550г):	650												
			нтого	3ABTPAK	22,00	26,39	107,75	744,98	164,67	0,14	0,17	99,58	67,13	75,60	206,10	3,74
Обед (35% от суточной потребности потребления	THUICBЫХ BCIIICCTB	36** 72** TTKN:444 210** TTI TTI TTI 231**	Салат из свеклы с сыром Рассольник ленинградский Котлеты из куриного филе Пюре картофельное Хлеб ржано-пшеничный Хлеб пиеничный Сок яблочный 0,2 в промышленной упаковке Яблоки свежне вкего(норма-не менее 800г)	100 250 100 180 35 48 200 100	4,67 2,02 10,60 3,67 2,38 3,55 1,00 0,40	9,38 5,1 6,00 5,76 0,42 0,43 0,00 0,40	7,19 12 16,64 24,53 11,76 23,57 20,00 9,80	131,00 105 161,30 163,80 59,78 112,54 42,00 47,00	38,50 130 0,00 28,56 0,00 0,00 0,00 0,00	0.02 0,1 0,07 0,16 0,05 0,00 0,01 0.03	0,07 0,05 0,08 0,13 0,04 0,02 0,01 0,02	5,77 8,13 0,62 21,80 0,00 0,00 4,00 10,00	161,70 29,15 29,33 44,37 15,77 9,60 14,00	22,98 24,18 64,00 33,30 16,47 6,72 8,00 9,00	1,28 56,73 144,00 103,91 52,75 31,20 14,00	1,28 0,93 1,38 1,21 1,31 0,53 1,40 2,20
X = 1 = 1			111	гого обед	28,29	27,49	125,49	822,42	197,06	0.44	0,41	50,32	319,92	184,64	414,86	10,23
flo.tahlark (15% or cy rostroil normed in the increases minimenax neurons)		3*	Бутерброд с сыром 60/10/30	100	11,6	16,6	29,66	314	118	80,0	0,14	0,22	278,4	18,9	192	0,98
10.1 (15) cyrc cyrc cyrc main		266**	Какао с молоком	081	3,67	3,19	15,82	106,20	21,96	0,05	0,16	1,42	137,00	19,21	112,10	0,43
E 11 E		231**	Нектарины	100	0,90	0,10	9,50	45	0.00	0,04	80,0	10,00	20,00	16,00	34.00	0,60
			псего (норма -не менее 350г)	380												
			MTOFO	полдник	16,17	19,89	54,98	465,20	139,96	0,17	0,38	11,64	435,40	54,11	338,10	2,01

		N.		×	1		7								
н	74		1 ни, г	Пищевая	ценность	-	еская		Вит	амины		Mis	неральные ве	цества,мг/ сут	r
Прием ви	N peuenry	Напменование блюда	Масса порции,	белак	ж.	углеводы	Энергетиче исиность, 1	4,рет.экв/су:	В1,м/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Калыня	Магинй	Фосфор	Железо
неделя: 17	// ДЕНЬ: <i>5</i>	5													•
2 Z															
к (25% от потребности ии пиневыз кетв)	54**	Огурцы свежне	100	0,70	0,10	1,90	12,00	11,70	0,04	0,02	4,90	17,00	14,00	30,00	0,50
% % HHIII	184**	Котлеты домашние 95/5	100	13,33	23,64	11,74	313,33	42,67	0,18	0,12	0,67	15,96	20,93	143,76	3,60
трак (25% 10й погрес 5тения пні веществ)	207**	Макароны отварные с маслом	180	6,62	5,42	31,73	201,60	22,08	0,07	0,00	0,00	5,83	25,34	44,60	1,33
грак ой п пени зеще	m	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,36	10,08	51,00	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13
6.16 Be	m	Хлеб пшеничный	50	3,70	0,45	24,55	117,23	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	7,00	32,50	0,55
Завт суточи потребл	261**	Чай с сахаром	180	0,06	0,18	9,01	36,00	0,00	0,00	0,00	0,03	9,86	1,26	2,52	0,21
÷ €	231**	Яблоки свежие	100	0.40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,03	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20
		всего (норма — не менее 550г);	740												
	·	нтог	O 3ABTPAK	26,85	30,55	98,82	778,16	76,45	0,36	0,22	15,59	88,16	91,65	309,59	9,51
=							·								
TO THE SET OF	54**	Помидоры свежие	100	1,1	0,2	3,8	22	133	0,06	0,04	17,5	14	20	26	0,9
35% от глиой биости биости бления	78**	Суп картофельный с горохом	250	5,50	5,28	16,53	147,50	121,50	0,23	0.08	5,83	42,68	35,58	01,88	2,05
E 6 6 ×	179**	Плов из говядниы 85/165	250	28,92	23,99	35,29	449,00	327,50	0,11	0,17	2,24	24,25	53,61	278,99	3,51
Суто нотре нотре нотре		Хлеб ржано-пшеничный	42	2,86	0,50	14,11	71,74	0,00	0,06	0,04	0,00	18,92	19,76	63,29	1,58
20 00 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	П	Батон пшеничный	50	5,50	2,18	38,50	196,50	0,00	0,08	00,0	0,00	14,25	9,75	0.00	0,90
	54-13их	Напиток из шиповника с сахаром	200	0,60	0,20	15,20	65,22	98,00	10,0	0,04	80,00	11,00	3,00	3,00	0,53
_		всего(норма -не менее 800г):	892												
		III	гого обед	11,18	32,34	123,43	951,96	680,00	0,54	0,37	105,57	125,10	141,70	459,38	9,47
× ; 5	F														
ПОЛДНИК (15% от суточной потребления иншевых веществ)	TTKM61	Блинчики со стущенным молоком 170/30	200	12,13	11,13	57,36	349,40	0.00	0.23	0,21	0,19	157.72	47.92	201.63	2,09
CLS9 Type Type Type Type Type Type Type Type	386*	Кефир 1 шт 200гр 2,5%	200	5,80	5,00	8,00	100,00	40,00	0.08	0.34	1,40	240.00	28,00	180.00	0,20
E . 55 E .		всего (норма- не менее 350г)	100					,,,,,					2.10	1.10,00	-,=0
i	•	итого	полдник	17,93	16,13	65,36	449,40	40,00	0,31	0,55	1,59	397,72	75,92	381,63	2,29

Ē	2	4	76	писва	я ценность,	г	ECCUIII FOGUI		Вит	вмины		Mi	исральные ве	щества,мг/ сут	r
Прием пи	М рецептуры	Наименование блюда	Масса порци	белек	C.H.M.	углеводы	Энергетиче	А.рет.экв/ сут	В1,м /сут	В2,мгсут	С,мг/сут	Кальций	Магний	фосфор	Железо
ЕДЕЛЯ: 1/	/ ДЕНЬ: С	УББОТА													
Завтряк (25% от суточной погребности потребления иншевых веществ)	45*	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,30	3,25	6,45	60,40	203,75	0,02	0.00	17.08	24,97	15.08	28.30	0,4
o o o	TTKN911	Гуляш из говядины 50/50	100	5,15	6,68	4.67	150	12,00	0.05	0,12	1,78	13,91	20.90	158,42	2,3
259 1Pc 11H 1B)	303*	Каша вязкая гречневая	180	5,49	6.00	24,62	174,60	0.00	0.13	0,02	0.00	10,13	35,88	102,56	1,1
DO DO DE C	П	Хлеб ржано-пшеничный	31	2,11	0.37	10,42	52,95	0,00	0.05	0.03	0,00	13,97	14,59	46,72	1,1
T Property of the second secon	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,59	0,32	17,19	82,06	0,00	0,00	0,02	0,00	7,00	4,90	22,75	0,3
Jan Pet	m	Сок яблочный	180	0,90	0,00	18,00	37,80	0,00	0,01	10,0	3,60	12,60	7,20	12,60	1,2
cyT HOT	231**	Яблоки свежие	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,00	0,04	0,02	12,00	19,20	10,80	13,20	2,6
		всего (норма — не менес 550г):	746												
			ЭАВТРАК	18,02	17,10	93,10	614,21	215,75	0,30	0,23	34,46	101,77	109,35	384,55	9,
т.															
11 11 15 16CT	18**	Салат из свежих помидоров с репчатым луком	100	1,10	6,12	4,57	77,00	66,67	0,03	0,03	18,50	17,73	17,45	31,83	8,0
	66**	Щи из свежей капусты с картофелем (с курицей)250/25	275	1,78	4,95	7,9	87,5	140,25	0,05	0,05	15,775	49,25	22,13	49	0,8
35% синой биост	TTK №46	Жаркое по -домашнему (свинина) 90/160	250	00,01	21,12	33,52	497,50	0,00	0,29	0,31	36,30	37,75	72,11	358,11	5,3
Обед( 35% суточной потребнос потреблен исвых вен	m	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,24	7,20	34,00	0,00	0,03	0,02	0,00	9,01	9,41	30,14	0,
9 5 E E E	FIT	Хлеб пшеничный	22	1,63	0,20	10,80	51,58	0,00	0,00	0,01	0,00	4,40	3,08	14,30	0,2
Обед( 35% от суточной потребности потребления пинсевых веществ	236**	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0.16	0,16	27,88	114,00	0,00	0,00	0,02	0,90	14,18	5,14	4,40	0,9
=	П	Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,00	3	14	2.00	240,00	7,00	18,00	1,0
		всего(норма -не менее 800г):	1067												
		ИТ	ого обед	22,03	39,18	101,27	981,58	206,92	3,40	14,45	73,48	372,32	136,32	505,79	9,8
ПОЛДНИК (15% от суточной потребления писочной потребления писочной потребления писочноств)	143**	Яйцо отварное	40	4.8	4	0,3	56,6	100	0,03	0,18	0,00	22	5	77	+-
5 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	11**	Сыр порциями	15	3,48	4,43	0,00	54	39,00	0.005	0,045	0,11	132,00	5,25	75,00	0,1
HIK HIGH IN	m	Хлеб пшеничный	21	1,55	0,19	10,31	49,23	0,00	0,00	0,01	0,00	4.20	2,94	13,65	0,:
Chen Chen	m	Хлеб ржано-пшенячный	20	1,36	0,24	6,72	34,16	0,00	0,03	0,02	0,00	9.01	9,41	30,14	0,
TOT	54-13 <sub>HX</sub>	Напиток из шиповника с сахаром	200	0,60	0,20	15,20	65,22	98,00	10,0	0,04	80,00	11.00	3,00	3,00	0,:
- C.	231**	Нектарины	100	0,90	0,10	9,50	45	0,00	0.04	0,08	10,00	20,00	16,00	34,00	0,0
		всего (порма — не менсе 350г):	396												
		ОЛОТИ	полдник	12,69	9,16	42,03	304,22	237,00	0,12	0,38	90,11	198,21	41.60	232,79	3,2

de outer riot i	Initia	ность, г	3 8		Buta	амины		Mi	неральные ве	цества,мг/ су	ſ
d w	белон	жир	Энергетическая	А.рет.экв/ сут	ВІ,мг/сут	В2.мс/сут	СмГ/сут	Кал пин	Мигиий	Фосфор	Железв
3,12	3,75			15,00	0,05	00,0	0,90	186,00	22,50	142,50	0,1
11,13	12,13		_	0,00	0,23	0,21	0,19	157,72	47,92	201,63	2,0
0,32	2,59			0,00	0,00	0,02	0,00	7,00	4,90	22,75	0,3
3,19	3,67			21,96	0,05	0,16	1,42	137,00	19,21	112,10	0,4
0,40	0,40	0,40 9,80	47,00	0,00	0,03	0.02	10,00	16,00	9,00	11,00	2,2
18,15	AK 22,54	18,15 119,5	4 705,26	36,96	0,36	0,41	12,51	503,72	103,53	489,98	5,2
6.04	1.09	6,04 3,77	73,00	50.83	0,03	0.04	13,21	25,42	18.83	35,62	0,6
8,62	5,52			119.29	0.05	0.04	0.49	27,92	10.44	37,64	0.6
8,77	8,37			13,00	0,05	0,04	3,11	37,66	16.66	103.49	1,3
6,00	4,80			0,00	0,13	0,02	0,00	13,16	35,88	102,56	1,1
0,41	2,31			0,00	0,05	0.03	0,00	15,32	16,00	51,24	1,2
0,35	2,89			0,00	0,00	0,02	0,00	7,80	5,46	25,35	0,4
0,09	0.27			2,75	0,01	0.01	21,60	8,60	7,70	7,30	0,3
5,00	5,40			40,00	0,08	0,34	1,40	240,00	28,00	180,00	0,2
4	2,5	4 21	130	ti ti	0,022	0	0	14,5	10	45	1,0
39,28	БЕД 33,15	39,28 169,5	5 1044,86	225,87	0,42	0,59	39,81	390,37	148,97	588,21	7,0
				_							
9,6	6,40	9,6 13,9	194,4	72,9	1,6	0,4	1,08	149,2	7,6	88,2	1,7
0,02	0.12	0.02 15.20	0 55,80	0,00	0,00	0.00	2,55	12,78	2.16	3.96	0,3
0.30	0,40			0.00	0,03	0.02	5.00	19.00	12.00	16.00	2,3
0,00	1,00			0,00	0,01	0,01	4.00	14.00	8.00	14.00	1,4
0,00	1.00	20,00	12,00	1,00	4,41	5,01	00	1.,00	5,50		+ ,,,
0 02	11115 7.92	0 02 50 40	339.20	72 90	164	0.43	12.63	194 98	29.76	122.16	5,7
	ІНК 7,92		9,92 59,4	9,92 59,40 339,20	9,92 59,40 339,20 72,90	9,92 59,40 339,20 72,90 1,64	9,92 59,40 339,20 72,90 1,64 0,43	9,92 59,40 339,20 72,90 1,64 0,43 12,63	9,92 59,40 339,20 72,90 1,64 0,43 12,63 194,98	9,92 59,40 339,20 72,90 1,64 0,43 12,63 194,98 29,76	9,92 59,40 339,20 72,90 1,64 0,43 12,63 194,98 29,76 122,16

 1	* 3	- 7	ин, г	<b>ў житюва</b>	я ценность,	г	EC KRS		Вит	амины		М	инеральные ве	щества,мг/ сут	r
Прием пи	№ решептуры	Наименование блюда	Масса порини,	моггад	фиж	углеводы	Энергетиче	A per oxis/ey	В1,мг/сут	В2,м1/сут	Самг/сут	Калыня	Магний	Фасфор	Желен
НЕДЕЛЯ: 2	// ДЕНЬ:7														
H H CTB	ITI	Икра кабачковая	100	1,20	4,72	7,70	77,51	0,02	0,02	0,06	7,50	40.00	15,00	37,50	0,70
ной пост	TTKN:44	Котлеты из куриного филе	100	10.60	6.00	16,64	161,30	0.00	0.07	0.08	0.62	29.33	64.00	144.00	1,38
eyroshod cyroshod norpe6.ien	207**	Макароны отварные с маслом	180	6,62	5,42	31,73	201,60	22,08	0,07	0.00	0,00	5,83	25,34	44,60	1,33
Tps CyT OTP OTP	m	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,36	10,08	51,00	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13
E 1 21 211	ГП	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	21,10	93,78	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,60	26,00	0.44
	m	Сок яблочный	180	0,90	0,00	18,00	37,80	0,00	0,01	0,01	3,60	12,60	7,20	12,60	0,90
		всего (норма — не менее 550г):	630												
		ИТОГО	3ABTPAK	24,32	16,86	105,25	622,99	22,10	0,21	0,20	11,72	109,28	131,26	309,91	5,87
- E							•								
уточной ребления пеств	54**	Огурцы свежие	100	0,70	0,10	1,90	12,00	11,70	0,04	0,02	4,90	17,00	14,00	30,00	0,50
150	62**	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	4,92	10,93	102,5	168,25	0,05	0,05	10,68	49.73	26,13	54,6	1,23
5 5 1	TTK№37	Мясо тушеное(говядина) с соусом 50/50	100	15,94	20,97	11,33	251,55	55,56	0,06	0,13	1,90	12,26	23,02	166,06	2,43
01 01 01 01 01 01 01 01 01 01 01 01 01 0	303*	Каша вязкая гречневая	180	5,49	6,00	24,62	174,60	0,00	0.13	0,02	0,00	10.13	35,88	102,56	1,18
% E X	m	Хлеб ржано-пшеничный	48	3,26	0,58	16,13	81,98	0,00	0,07	0,05	0,00	21,62	22,58	72,34	1,80
35°	Ш	Баток пшеничный	53	5,83	2,31	40,81	208,29	00,0	0,08	0,00	0,00	15,11	10,34	0,00	0,95
	241**	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,10	32,00	132,00	0,00	0,02	0,02	0,72	32,48	17,46	23,44	0,68
пребл	m	Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,00	0,00	14	2,00	240,00	7.00	18,00	1,00
		всего(порма -не менее 800г):	1131	-											
			ого обед	39,68	41.37	147,12	1082,92	235,51	0.45	14,30	20,20	398.32	156,41	467,00	9,77
5 E 2				,									,	1	1 74.7
5% of participants	144**	Омлет натуральный	200	20,19	30,48	3,68	368,00	457,63	0,11	0,69	0,32	149,73	25,20	332,08	3,71
-ИК (15% с потребнос ния пящев пиств)	ITI	Хлеб пценичный	16	1,18	0,14	7,86	37,51	0,00	0,00	0,01	0,00	3.20	2.24	10,40	0,18
no ддник ( зуточно потр потребления	54-7xH	Компот из красной смородины	180	0,27	0,09	7,60	31,80	2,75	0,01	0,01	21,60	8,60	7,70	7,30	0,32
полдн суточно потреба	231**	Яблоки свежне	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,03	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2.20
E ST TOU		всего (норма- не менее 350г)	496												
		нтого	полдник	22,04	31,11	28,94	484,31	460,38	0,15	0,73	31,92	177,53	44.14	360,78	6.40

¥ 11	2	9	HK, T	3 ищевая	і ценность,	1	КК	-	Вита	мины		Mi	неральные вег	цества,мг/ сут	:
Прием пи	Ж решенту	Наименование блюда	Масса порц	белок	жнр	углевады	Эпергетиче пенпость, ь	А,рет.экв/сут	ВІ,мг/сут	В2 мг/сут	Сытсу	Кальния	Магний	Фосфор	Железо
НЕДЕЛЯ: 2.	// ДЕНЬ: 8														
Зянтрак (25% от суточной потребности потребности потребления пинцевых веществ)	m	Йогурт 2,5 % жирности	125	3,75	3,12	19,37	120.60	15,00	0,05	0.00	0,90	186.00	22,50	142,50	0,16
(25% пной пности меще с	TTK N:60	Запеканка из творога со сметаной 180/20	200	10,46	18,52	23,30	284	61,38	0,072	0.36	0.351	268,80	38,40	349.2	1,035
Sie Sie	П	Хлеб пшеничный	30	2,22	0,27	15,83	70,00	0,00	0,00	0,02	0,00	6,00	4,20	19,50	0,33
pak yros rpe6 rpe6	264**	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,94	50,00	20,00	0,04	0,16	1,30	125,78	14,00	90,00	0,14
3akT C NO NO HUICE	231**	Яблоки свежне	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,03	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20
į Ė		всего (норма- не менее 550г)	655												
		ИТОГ	О ЗАВТРАК	19,99	24,99	84,24	571,60	96,38	0,19	0,56	12,55	602,58	88,10	612,20	3,86
15 X															
Обед 35% от суточной потребления инпевых веществ	45*	Салат из белокочанной капусты с морховью	100	1,30	3,25	6,45	60,40	203,75	0,02	0,00	17,08	24,97	15,08	28,30	0,47
35% от суто отребности 5.тения инш веществ	108*	Сул картофельный с клецками	250	3,56	4,59	18,79	143,75	21,05	0,1	0,075	5,75	33,4	25,35	72,23	1,175
7 8 1 5	TTK №59	Рыбные палочки	100	11,00	13,40	17,80	236,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5% от греби гения вещес	334	Рис отварной с овощами	180	4.10	5,95	37,50	220,50	0,00	0,05	0,03	80,1	15,66	35,10	99,72	0,79
35% 10тре блеш вец	IΠ	Хлеб ржано-пшеничный	42	2,86	0,50	14,11	71,74	0,00	0,06	0,04	0,00	18,92	19,76	63,29	1,58
(2) ≧ %	П	Хлеб пшеничный	49	3,63	0,44	24,06	114,88	0,00	0,00	0,02	0,00	9,80	6,86	31,85	0,54
Обед(	П	Сок яблочный	180	0,90	0,00	18,00	37,80	0,00	10,0	0,01	3,60	12,60	7,20	12,60	1,26
_ <u> </u>	m	Вафли «золотце моё»	15	1,80	0,30	14,55	55,50	00,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		всего (нарма — не менее 800г):	916												
		li e	того обед	29,14	28,44	151,26	940,57	224,80	0,24	0,18	27,51	115,35	109,35	307,99	5,81
20 OT SCHIE															
15% e65%	П	Сыр Дружба І шт	17,5	1,50	4,90	0,56	52,85	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0.00	0,00	0,00
ПОЛДНИК (15% от суточной потребности потребнения пипсым веществ)	1.	Бутерброд с маслом сливочным 60/20	80	4,35	13,51	27,50	250,24	73,60	0,06	0,40	0,00	15,46	7,73	41,40	0,65
E STORM	TTK№63	Чай с молоком	180	2,74	1,22	7,20	72,90	9,00	0,04	0,14	1,20	60,00	13,86	83,52	0,37
TOT	231**	Апельсины свежие	100	0,40	0,30	10,30	47,00	0.00	0,03	0,02	5,00	19,00	12,00	16,00	2,30
다양일		всего (порма- не менее 350г)	377,5			-									
		ПТОГО	полдинк	8,99	19,93	45,56	422,99	82,60	0,13	0,56	6,20	94,46	33,59	140,92	3,32

3	3	- 9	4 8 .	🧣 ўнщева:	ценность,	r	PC KBS KHEE	- 1	Вит	амины		Mi	неральные вег	цества,мг/ су	
Приси ви	Ж реш птуры	Наименование блюда	Macca nopu	белок	жир	углеводы	Эпергетиче ценность, э	А.рет.экв/сут	ВІ,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальший	Магиия	фофоф	Желево
неделя: 2	// ДЕНЬ: 9														
TO # 8			100 T	2.37	1 001	22,87	185,30	30,92	0,03	4,20	5,67	59,22	60,92	30,13	1,70
OH OH OH OH	75*	Икра свекольная	100		0,01										_
к (25%) очной очной ебиост ебления певых	TTKN:45	Плов из курицы80/170	30	15,50	0,36	41,81 10,08	440,62 51,00	9,98	0,14	0,16	7,54	20,44 13,52	67,55	219,16 45,21	5,46
ввтряк (25% о суточной потребления питребления питребления питребления питребления	m	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,04	0,36	21,10	93,78	0,00	0,00	0,03	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44
188	261**	Хлеб пшеничный Чай с сахаром	180	0,06	0,18	9.01	36,00	0,00	0,00	0,02	0,03	9,86	1,26	2,52	0,4
<u>~</u>	261**	учан с сахаром всего (норма — не менсе 550г):	600	0,00	0,18	9,01	30,00	0,00	0,00	0,00	0,03	7,60	1,20	4,32	0,2
			3ABTPAK	22.93	12.61	104.87	806,70	40,90	0,22	4,41	13,23	111,02	1-19.44	323,03	8,9.
Обел( 35% от суточной потреблости потребления пищевых веществ	54** 66** TTK№38	Помидоры свежие Щи из свежей капусты с картофелем (с курицей)250/25 Азу (говядина) 60/190 Хлеб ржано-пшеничный	275 250 42	1,1 1,78 22,25 2,86	0,2 4,95 17,12 0,50	3,8 7,9 35,90 14,11	22 87,5 366,87 71,74	133 140,25 125,00 0,00	0,06 0,05 0,03 0,06	0,04 0,05 0,03 0,04	17,5 15,775 6,25 0,00	14 49,25 62,75 18,92	20 22,13 13,75 19,76	26 49 75,00 63,29	0,5 0,8 0,2
9 1 2	П	Хлеб пшскичный	49	3,63	0,44	24,06	114,88	00,0	0,00	0,02	0,00	9,80	6,86	31,85	0,5
10.1	TTK№57	Компот из ягод свежемороженых	200	0,30	0,09	12,33	49,13	3,36	0,01	0,01	26,33	10,03	8,89	9,33	0,3
5 OH	287**	Ватрушка с творогом	75	9,22	5,48	29,18	202,00	34,00	80,0	0,12	0,04	50,80	21,60	90,20	0,9
		всего(норма -не менее 800г):	991												<del> </del>
		И	гого обед	41,13	28,78	127,28	914,12	435,61	0,29	0,31	65,90	215,55	112,98	344,68	5,3
										1	l				
¥ _FEVO	П	Печенье «Кубаночка»	30	2,5	4	21	130	. 0	0,022	0	0	14,5	10	45	1,0
ПОЛДНИК (15% от суточной потребления пписевах веществ)	m	Снежок (в индивидуальной упаковке промышленного производства)	200	5,40	5,00	21,60	153,00	40,00	80,0	0,34	1,40	240,00	28,00	180,00	0,2
F . 9 5 5	231**	Яблоки свежие	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,00	0,04	0,02	12,00	19,20	10,80	13,20	2,6
		всего (норма- не менее 350г)			-			1							1
		RACEO	полдник	8.38	9,48	54,36	339,40	40,00	0.14	0.36	13,40	273,70	48.80	238,20	3,8

1	ypu.		м н,	, ницева	я ценность,		PK BA		Вит	амины		Mi	нералыные вег	цества,мг/ су	т
Прием он	Ж рецепту	Наименование блюда	Macca nopu	делок	ж	углеводы	Энергетическая пенета	А.рст. экв/оут	ВІ,мг/сут	В2мг/сут	C,Mr/cyT	Кальций	Магинй	Фасфор	Железо
НЕДЕЛЯ: 2/	ДЕНЬ: 1	0				,									
суточной ребления пестя)	11**	Сыр порциями	15	3,48	4.43	0.00	54	39,00	0.005	0.045	0,11	132,00	5,25	75,00	0,15
5 2 E	10**	Масло сливочное	15	0,12	10,875	0,195	99	60	0	0,015	0	3,6	0	4,5	0,03
C F H		Каша вязкая молочная рисовая 200/10	210	3,05	5,2	38,04	211,32	26,25	0,03	0,03	0,00	6,17	21,53	66,42	0,48
% oT RoT		Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	21,10	93,78	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44
25°	П	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,36	10,08	51,00	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13
B B K	262**	Чай с лимоном	180	0,12	0,01	15,20	55,80	0,00	0,00	0,00	2,50	12,78	2,16	3,96	0,36
требности п	rn	Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,00	0,00	14	2,00	240,00	7,00	18,00	1,00
Зави		всего (норма — не менее 550г).	690												
			ЗАВТРАК	17,77	27,64	94,02	684,90	125,25	0,08	14,14	4,61	416,07	55,66	239,09	3,59
Обец 35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)															
00 [8]	П	Икра кабачковая	100	1,20	4,72	7,70	77,51	0,02	0,02	0,06	7,50	40,00	15,00	37,50	0,70
10 H3 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	72**	Рассольник ленинградский	250	2,02	5,1	12	105	130	0,1	0,05	8,13	29,15	24,18	56,73	0,93
35% от отребност кления веществ)	184**	Котлеты домашние 95/5	100	13,33	23,64	11,74	313,33	42,67	0,18	0,12	0,67	15,96	20,93	143,76	3,60
x 66 3	207**	Макароны отварные с маслом	180	6,62	5,42	31,73	201,60	22,08	0,07	0,00	0,00	5,83	25,34	44,60	1,33
Обед (3 точной по потреб пищевых	m	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	13,44	68,32	0,00	0,06	0,04	0,00	18,02	18,82	60,28	1,50
90 11 11 11	П	Хлеб пшеничный	45	3,33	0,41	22,10	105,50	0,00	0,00	0,02	0,00	9,00	6,30	29,25	0,50
2 =	264**	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,94	50,00	20,00	0,04	0,16	1,30	125,78	14,00	90,00	0,14
<u>්</u>	231**	Апельсины свежие	130	0,52	0,39	13,39	61,10	0,00	0,04	0,03	6,50	24,70	15,60	20,80	2,99
		всего (норма — не менее 800г):	1045												
		ЙT	ого обед	32,90	42,84	128,04	982,37	214,77	0,51	0,48	24,09	268,44	140,17	482,91	11,68
TO JUHIK (15% or cyrovnoñ norpečiveni norpečiveni minicelax nemecta)	TTKN::61	Блинчики со сгущенным молоком 170/30	200	12,13	11,13	57,36	349,40	0,00	0,23	0,21	0,19	157,72	47.92	201.63	2,09
5% 5% rovin ee5m unes		Йогурт 2.5 % жирности	125	3,75	3,12	19.37	120,60	15,00	0,05	0,00	0,19	186,00	22.50	142.50	0,16
10.01	ГП 54-13нх	Иогурт 2.5 % жирности Напиток из шиповника с сахаром	180	0,54	0.18	13,68	58,70	88,20	0,01	0,00	72,00	9.90	2,70	2,70	0,10
	34-138X	напиток из циповника с сахаром всего (нормо- не менее 350г)	505	0,54	0,18	15,08	26,70	00,20	0,01	40,0	72,00	7,90	2,70	2,70	7,40
		всего (порма- не менее 350г)	203		1	1	1	1		1_	1	1		346.83	2,73

HILLER	иситуры	a contract of	Bak,	пщева	я ценность,	r	RECKAR	2.0	Вит	алины		Mi	шеральные вег	цества,мг/ су	
Присм 11	У ренент	Наименование блюда	Macca nop	белок	жнр	углеводы	Энергетич пенность,	, рет.экв/су	ВІмпоут	В2мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железа
неделя: 2/	ДЕНЬ: С	УББОТА		-											
Завтрак (25% от уточной потребности отребления пишевых веществ)								, ,							
TO A DI	54**	Огурцы свежие	100	0,70	01,0	1,90	12,00	11,70	0,04	0,02	4,90	17,00	14,00	30,00	0,5
1896 1881 1881	187**	Тефтели мясные (говядина) 65/35	001	8,37	8,77	9,06	149,09	13,00	0,05	0,08	3,11	37,66	16,66	103,49	1,34
N (2)	303*	Каша вязкая гречневая	180	5,49	6,00	24,62	174,60	0,00	0,13	0,02	00,00	10,13	35,88	102,56	1,18
og o	П	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,36	10,08	51,00	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13
pe6.	П	Хлеб пшеничный	34	2,52	0,31	16,69	79,71	0,00	0,00	0,02	00,0	6,80	4,76	22,10	0,37
2 cyr.	231**	Сок яблочный 0,2 в промышленной упаковке Яблоки свежие	200	1,00	0,00	20,00	42,00	0,00	0,01	0,01	4,00	14,00	8,00	14,00	1,40
	231**	всего (норма — не менее 550г):	789	0,58	0,58	14,21	68,15	0,00	0,04	0,03	14,50	23,20	13,05	15,95	3,15
			O SABTPAK	20,70	16,12	96,57	576,55	24,70	0,32	0,21	26,51	122,31	106,47	333,31	1
		more	O SABITAR	20,70	10,12	70,37	370,33	24,70	0,52	0,21	20,31	122,31	100,47	333,31	9,10
T IB)	54**	Помидоры свежие	100	1,1	0,2	3,8	22	133	0.06	0.04	17,5	14	20	26	0,9
ii ii iiiii iiiii	78**	Суп картофельный с горохом	250	5,50	5,28	16,53	147,50	121.50	0.23	0.08	5,83	42.68		88,10	2,05
35% очной биос блен к веш	TTK№45	Плов из курицы80/170	250	15,50	11,70	41,81	440,62	9,98	0,14	0,16	7,54	20,44	35,58 67,55	219.16	5,46
(3)	ГП	Хлеб ржано-паценичный	25	1,70	0,30	8,40	42,70	0.00	0.04	0,03	0,00	11,26	11,76	37,68	0,94
Обед( суто потре потре	ÍΠ	Хлеб пшеничный	26	1.92	0,45	26,38	117,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10.00	7.00	32,50	0,55
	241**	Компот из смеси сухофруктов	180	0.59	0.09	28.80	118,80	0,00	0.02	0.02	0,65	29,23	15,71	21.10	0,61
Обец(35% от суточной потребиести потребиения пищевых вещест	231**	Нектарины	100	0.90	0,10	9,50	45	0.00	0.04	0.08	10,00	20,00	16,00	34,00	0,60
		всего (норма — не менее 800г):	931					1 1		- 111	14,00	20,00		,	0,00
		ИТС	ого обед	27,22	18,12	135,22	933,62	264,48	0,52	0.43	41.51	147,61	173,60	458,53	11,1
9															
NO 434C	TTKN:64	Макароны отварные с сыром	200	17,6	9,06	39,6	276,93	44,93	0,07	0,07	0,05	168	14,67	133,33	1,0
ecra	П	Хлеб ржано-пшеничный	42	2.86	0,50	14,11	71,74	0,00	0.07	0,05	0,00	20,27	21,17	67,82	1.6
non page and	m	Хлеб пшеничный	50	3,70	0.45	24,55	117,23	0,00	0.00	0.03	0.00	10,00	7,00	32,50	0,5
888	54-7хн	Компот из чёрной смородины	200	0,30	0,10	8,44	35,33	3,06	0.01	0.01	24.00	9.56	8,56	8,11	0,3
О.Т.ДИНИК потребнос	m	Вафли «золотце моё»	15	1,80	0,30	14,55	55,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0.00	0.0
orty I		всего (нарма- не менее 350г)	507											.,	1
0 =		нтого	поланик	26.26	10,41	101,25	556,73	47,99	0,15	0.15	24,05	207.83	51.40	241,76	3,61

СЕЗОН:Осень ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГО	РИЯ 12 лет	и старше	3AB	TPAK										
	Пищевая ценность, г			, iec	Витамины		Миневальные вешества, чт/ сут							
Потребность в пицевых веществах, энергии, витаминах н	белок	фиж	углеводы	Suepreth Ran Rehilocts KRAJI	А.рет.экв/ сут	ВІ,месут	В2,мг/сут	Съягерт	Кальции	Магиий	Фосфоф	Желето		
минеральных веществах (суточная) по СанПиН 2.3/2.4.3590-20	90	92	383	2720	900	1,4	1,6	70	1200	1200	300	18		
Потребностья пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (завтрак — 25% от суточной нормы)по СанПиН 2.3/2.4.3590-20		23,00	95,75	680	225	0,35	0.4	17,5	300	300	75	4,5		
Итого завтрак(25% от суточной потребности потребления пишевых веществ)—среднее значение за 10 дней	23,04	23,01	100,01	699,00	127	0,25	3.01	22,48	263,14	96,57	367	6,22		

	Пищевая ценность, г			Mars 28.7		Витам	ины		Минеральные вещества,мг/ сут				
Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных вещестах (суточная) по	белок	di di	углеводы	Энергетическ	А.рет. экв/ сут	В1,мг/сут	B2,str/cy+	Съигоут	Кальций	Магиий	фосфор	Железо	
СанПиН 2.3/2.4.3590-20	90	92	383	2720	900	1,4	1,6	70	1200	1200	300	18	
Потребностья пищеных веществах, тергии, витаминах и минеральных неществах (обед — 35% от суточной нормы)по СанПиН 2.3/2.4.3590-20	31.5	32,2	134,05	952	245	0,49	0.56	24,5	420	420	105	6,3	
Итига абед(35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)—ереднее значение за12 дней	31,51	33,50	134.05	965	277	0,68	3,90	51,97	255,80	146	463	9,3	

СЕЗОН:Осень ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГО	РИЯ 12ле	т и старше	пс	лдник									
	Пищевая ценность, г			KKRJI	Виталины				Минеральные вещества,мг/ суг				
Потребность в пищевых веществех, энергии, витаминах и	белок	жир	углеводы	Энергетиче пенность,	А.рет.экв/ сут	ВТамевух	В2,мг/сут	Carreys	Кальпий	Магний	Фосфор	Желен	
минеральных веществах (суточная) по СонПиН 2.3/2.4.3590-20	90	92	383	2720	900	1,4	1.6	70	1200	1200	300	18	
Потревностья пищевых вещехтвах, тергии, витаминах и минеральных веществах (погдіник — 15% от суточной нормы)по СанПиН 2.3/2.4.3590-20	13,5	13,8	57,45	408	135	0,21	0,24	10,5	180	180	45	2,7	
Иттого полдник(IS% от суточной лотребности потребления пищевых веществ)—среднее значение за 12 дней	14,67	14,48	60,69	423,95	119	0,41	0.38	23,61	251,05	47	248	3,6	