«СОГЛАСОВАНО»

Директор_____

_____

«_____»_____2026 года

«УТВЕРЖДАЮ»

Генеральный директор ООО «КСП Гай»

_____Аскерова Д.Г.

«_____»_____2026 года

ПЕРЕЧЕНЬ МЕНЮ

С УЧЕТОМ ПОТРЕБНОСТИ В ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВАХ И ЭНЕРГИИ

В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

В ВОЗРАСТЕ С 7 ДО 11 ЛЕТ (МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА)

НА ПЕРИОД УЧЕБНОГО ГОДА 2025-2026 гг

Рацион: РАЦИОН 7-11 с 1.04.26 **Неделя:** 1 **День:** вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Завтрак															
	Макаронные изделия отварные с сыром	200/15	11,28	9,6	49,39	330,25	0,12	0,42	0,08	1,63	160,9	18,7	148,85	1,52	331
	Кондитерское изделие	60	1,68	1,98	46,38	212,4	0,02				9,6	6	21,84	0,9	
	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,18	62,23		5,6			12,1	2,84	1,55	0,07	377
	Чай с молоком	200	1,45	1,25	17,37	86,85	0,02	0,65	0,02		64,8	8	0,05	0,05	378
	Батон обогащенный	40	3	1,16	20,56	104,8	0,04				7,6	5,2	26,36	0,4	
Итого за Завтрак		715	17,47	14	148,88	796,53	0,2	6,67	0,1	1,63	255	40,74	198,65	2,94	
Обед															
	Огурец соленый	60	0,48	0,06	1,02	7,8	0,01	6			13,8	8,4	14,46	0,36	
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	2,39	5,53	10,83	105,71	0,05	35,36	0,29	1,9	45,68	24,05	52,72	1,18	82
	Тефтели рыбные	50/50	6,53	5,67	6,82	104,62	0,06	1	0,01	2,35	31,19	22,61	79,79	0,68	239
	Рис припущенный	150	3,7	4,65	38,89	212,23	0,04		0,04	0,35	13,44	27,57	81,29	0,56	305
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,87	206,96	0,01	10,4		0,25	14,62	4,92	4,52	0,88	394
	Батон обогащенный	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0,02				3,8	2,6	13,18	0,2	
	Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	25	1,66	0,22	10,6	50,99	0,05			0,55	4,5	4,75	21,92	1	
Итого за Обед		755	16,42	16,87	106,31	740,71	0,24	52,76	0,34	5,4	127,03	94,9	267,88	4,86	
Итого за день		1 470	33,89	30,87	255,19	1537,24	0,44	59,43	0,44	7,03	382,03	135,64	466,53	7,8	

ООО "КСП Гай"

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: РАЦИОН 7-11 с 1.04.26 **Неделя:** 1 **День:** понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Завтрак															
	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200	5,84	6,07	38,36	232,1	0,07	2,51	0,05	0,28	123,61	35,77	153,36	0,54	184
	Фрукты свежие	80	0,64	0,16	6	124	0,05	30,4	0,01	0,16	28	8,8	0,16	0,08	730
	Чай с сахаром	200	0,2		15,39	62,33		0,2			11,33	5,75	8,32	0,82	430
	Чай с молоком	200	1,45	1,25	17,37	86,85	0,02	0,65	0,02		64,8	8	0,05	0,05	378
	Бутерброд с сыром	35	5,06	5,14	10,28	108,65	0,03	0,42	0,04	0,05	150,8	10,1	87,18	0,31	729
Итого за Завтрак		715	13,19	12,62	87,4	613,93	0,17	34,18	0,12	0,49	378,54	68,42	249,07	1,8	
Обед															
	Помидор свежий	60	0,66	0,12	2,28	14,4	0,04	15	0,1	0,23	8,4	12	15,6		
	Суп из овощей со сметаной	200	2,17	5,51	9,05	97,16	0,07	34,14	0,21	1,87	36,86	19,97	51,16	0,87	99
	Котлеты рубленные из мяса	50/40	8,35	10,25	6,89	153,09	0,06	1,4	0,03	1,54	11,95	14,03	93,56	1,39	294
	Макаронные изделия отварные	150	5,53	4,78	35,29	206,4	0,09		0,04	1,16	29,21	11,29	45,65	1,06	309
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,6	0,01	420	0,2		21,4	5,4	3,64	0,6	388
	Батон обогащенный	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0,02				3,8	2,6	13,18	0,2	
	Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	25	1,66	0,22	10,6	50,99	0,05			0,55	4,5	4,75	21,92	1	
Итого за Обед		745	20,55	21,74	104,01	711,04	0,34	470,54	0,58	5,35	116,12	70,04	244,71	5,12	
Итого за день		1 460	33,74	34,36	191,41	1324,97	0,51	504,72	0,7	5,84	494,66	138,46	493,78	6,92	

Рацион: РАЦИОН 7-11 с 1.04.26 **Неделя:** 1 **День:** среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Завтрак															
	Запеканка из творога с молоком сгущ.	150/30	27,51	19,36	62,04	538,5	0,14	0,87	0,17	1,26	295,88	49,7	296,72	1,55	223,01
	Фрукты свежие	80	0,64	0,16	6	124	0,05	30,4	0,01	0,16	28	8,8	0,16	0,08	730
	Чай с сахаром	200	0,2		15,39	62,33		0,2			11,33	5,75	8,32	0,82	430
	Чай с молоком	200	1,45	1,25	17,37	86,85	0,02	0,65	0,02		64,8	8	0,05	0,05	378
	Батон обогащенный	40	3	1,16	20,56	104,8	0,04				7,6	5,2	26,36	0,4	
Итого за Завтрак		700	32,8	21,93	121,36	916,48	0,25	32,12	0,2	1,42	407,61	77,45	331,61	2,9	
Обед															
	Салат из квашеной капусты (Весенне-летний период)	60	0,97	3,06	4,96	52,67	0,01	30,6		1,27	25,44	8,68	18,94	0,35	40,01
	Суп картофельный с горохом	200	5,23	4,99	15,35	127,44	0,19	18,36	0,19	3,24	30,95	29,07	74,06	1,72	99
	Птица, тушенная в соусе	50/40	13,65	15,8		196,48	0,05	2,7	0,07	0,99	12	13,5	129,57	1,2	290
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,1	6,5	41,15	259,16	0,31		0,04	4,9	25,92	145,53	219,65	5,09	181
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,6	0,01	420	0,2		21,4	5,4	3,64	0,6	388
	Батон обогащенный	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0,02				3,8	2,6	13,18	0,2	
	Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	25	1,66	0,22	10,6	50,99	0,05			0,55	4,5	4,75	21,92	1	
Итого за Обед		745	32,79	31,43	111,96	875,74	0,64	471,66	0,5	10,95	124,01	209,53	480,96	10,16	
Итого за день		1 445	65,59	53,36	233,32	1792,22	0,89	503,78	0,7	12,37	531,62	286,98	812,57	13,06	

Рацион: РАЦИОН 7-11 с 1.04.26 **Неделя:** 1 **День:** четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Завтрак															
	Каша овсяная со сливочным маслом	200	8,13	8,31	33,11	240,28	0,23	2,51	0,05	1,47	144,78	69,95	230,27	1,85	184
	Кондитерское изделие	60	1,68	1,98	46,38	212,4	0,02				9,6	6	21,84	0,9	
	Чай с сахаром	200			14,97	59,85					7,05	1,5			376
	Чай с молоком	200	1,45	1,25	17,37	86,85	0,02	0,65	0,02		64,8	8	0,05	0,05	378
	Батон обогащенный	40	3	1,16	20,56	104,8	0,04				7,6	5,2	26,36	0,4	
Итого за Завтрак		700	14,26	12,7	132,39	704,18	0,31	3,16	0,07	1,47	233,83	90,65	278,52	3,2	
Обед															
	Салат из свеклы, маслом растительным	60	0,99	3,06	7,8	62,67	0,01	13,2		1,35	27,77	14,72	29,25	0,95	
	Рассольник Ленинградский со сметаной	200	2,5	5,61	13,72	118,2	0,09	13,47	0,21	1,95	30,81	23,34	53,21	0,96	96
	Жаркое по-домашнему из	240	26,34	31,14	23,8	481,3	0,26	66,62	0,15	3,52	44,12	59,08	311,81	3,7	258
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,6	0,01	420	0,2		21,4	5,4	3,64	0,6	388
	Батон обогащенный	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0,02				3,8	2,6	13,18	0,2	
	Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	25	1,66	0,22	10,6	50,99	0,05			0,55	4,5	4,75	21,92	1	
Итого за Обед		745	33,67	40,89	95,82	902,16	0,44	513,29	0,56	7,37	132,4	109,89	433,01	7,41	
Итого за день		1 445	47,93	53,59	228,21	1606,34	0,75	516,45	0,63	8,84	366,23	200,54	711,53	10,61	

Рацион: РАЦИОН 7-11 с 1.04.26 **Неделя:** 1 **День:** пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Завтрак															
	Каша молочная "Дружба"	200	5,98	6,31	34	217,43	0,13	2,55	0,06	0,64	127,22	36,81	153,9	0,81	175
	Фрукты свежие	80	0,32	0,24	8,24	37,6	0,02	8		0,29	15,2	9,6	12,88	1,6	731
	Чай с сахаром	200	0,2		15,39	62,33		0,2			11,33	5,75	8,32	0,82	430
	Какао с молоком	200	3,87	3,1	25,17	145,36	0,04	2,6	0,03		130,47	32,1	116,37	0,98	382
	Батон обогащенный	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0,02				3,8	2,6	13,18	0,2	
Итого за Завтрак		700	11,87	10,23	93,08	515,12	0,21	13,35	0,09	0,93	288,02	86,86	304,65	4,41	
Обед															
	Огурец соленый (Весенне-летний период)	60	0,48	0,06	1,02	7,8	0,01	6			13,8	8,4	14,46	0,36	
	Суп куриный с вермишелью, картофелем	200	3,22	3,27	16,65	109,17	0,1	26,58	0,22	0,36	20,53	21,33	60,86	1	100
	Печень по-строгановски	90	14,71	12,2	3,28	185,01	0,01	0,82	0,02	2,55	10,25	2,31	0,53	0,13	255
	Макаронные изделия отварные	150	5,53	4,78	35,29	206,4	0,09		0,04	1,16	29,21	11,29	45,65	1,06	309
	Компот из смеси сухофруктов	200			23,95	95,76					9,93	2,1			402
	Батон обогащенный	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0,02				3,8	2,6	13,18	0,2	
	Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	25	1,66	0,22	10,6	50,99	0,05			0,55	4,5	4,75	21,92	1	
Итого за Обед		745	27,1	21,11	101,07	707,53	0,28	33,4	0,28	4,62	92,02	52,78	156,6	3,75	
Итого за день		1 445	38,97	31,34	194,15	1222,65	0,49	46,75	0,37	5,55	380,04	139,64	461,25	8,16	

Рацион: РАЦИОН 7-11 с 1.04.26 **Неделя:** 2 **День:** понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Завтрак															
	Макаронные изделия отварные с сыром	200/15	11,28	9,6	49,39	330,25	0,12	0,42	0,08	1,63	160,9	18,7	148,85	1,52	331
	Кондитерское изделие	60	1,68	1,98	46,38	212,4	0,02				9,6	6	21,84	0,9	
	Чай с сахаром	200	0,2		15,39	62,33		0,2			11,33	5,75	8,32	0,82	430
	Чай с молоком	200	1,45	1,25	17,37	86,85	0,02	0,65	0,02		64,8	8	0,05	0,05	378
	Батон обогащенный	40	3	1,16	20,56	104,8	0,04				7,6	5,2	26,36	0,4	
Итого за Завтрак		715	17,61	13,99	149,09	796,63	0,2	1,27	0,1	1,63	254,23	43,65	205,42	3,69	
Обед															
	Помидор свежий	60	0,66	0,12	2,28	14,4	0,04	15	0,1	0,23	8,4	12	15,6		
	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	200	2,29	1,44	11,03	69,36	0,05	17,67	0,28	0,22	44,63	23,8	24,81	1,17	76
	Плов из птицы	240	25,59	32,98	44,76	578,58	0,15	14,87	0,45	5,37	35,25	59,21	303,5	2,83	291
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,87	206,96	0,01	10,4		0,25	14,62	4,92	4,52	0,88	342,1
	Батон обогащенный	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0,02				3,8	2,6	13,18	0,2	
	Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	25	1,66	0,22	10,6	50,99	0,05			0,55	4,5	4,75	21,92	1	
Итого за Обед		745	31,86	35,5	106,82	972,69	0,32	57,94	0,83	6,62	111,2	107,28	383,53	6,08	
Итого за день		1 460	49,47	49,49	255,91	1769,32	0,52	59,21	0,93	8,25	365,43	150,93	588,95	9,77	

Рацион: РАЦИОН 7-11 с 1.04.26 **Неделя:** 2 **День:** вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Завтрак															
	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200	5,84	6,07	38,36	232,1	0,07	2,51	0,05	0,28	123,61	35,77	153,36	0,54	184
	Фрукты свежие	80	0,64	0,16	6	124	0,05	30,4	0,01	0,16	28	8,8	0,16	0,08	730
	Чай с сахаром	200			14,97	59,85					7,05	1,5			376
	Чай с молоком	200	1,45	1,25	17,37	86,85	0,02	0,65	0,02		64,8	8	0,05	0,05	378
	Батон обогащенный	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0,02				3,8	2,6	13,18	0,2	
Итого за Завтрак		700	9,43	8,06	86,98	555,2	0,16	33,56	0,08	0,44	227,26	56,67	166,75	0,87	
Обед															
	Огурец соленый	60	0,48	0,06	1,02	7,8	0,01	6			13,8	8,4	14,46	0,36	
	Суп картофельный с горохом	200	5,23	4,99	15,35	127,44	0,19	18,36	0,19	3,24	30,95	29,07	74,06	1,72	99
	Тефтели рыбные	50/50	6,53	5,67	6,82	104,62	0,06	1	0,01	2,35	31,19	22,61	79,79	0,68	239
	Картофельное пюре	150	3,16	5,16	21,56	145,75	0,16	50,84	0,05	0,24	47,03	33,13	95,52	1,32	128
	Компот из смеси сухофруктов	200			19,96	79,8					9,4	2			349
	Батон обогащенный	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0,02				3,8	2,6	13,18	0,2	
	Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	25	1,66	0,22	10,6	50,99	0,05			0,55	4,5	4,75	21,92	1	
Итого за Обед		755	18,56	16,68	85,59	568,8	0,49	76,2	0,25	6,38	140,67	102,56	298,93	5,28	
Итого за день		1 455	27,99	24,74	172,57	1124	0,65	109,76	0,33	6,82	367,93	159,23	465,68	6,15	

Рацион: РАЦИОН 7-11 с 1.04.26 **Неделя:** 2 **День:** среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Завтрак															
	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200	7,08	8,75	34,62	246,22	0,2	2,46	0,07	1,12	130,47	45,12	174,97	1,25	189
	Кондитерское изделие	60	1,68	1,98	46,38	212,4	0,02				9,6	6	21,84	0,9	
	Чай с сахаром	200			14,97	59,85					7,05	1,5			376
	Чай с молоком	200	1,45	1,25	17,37	86,85	0,02	0,65	0,02		64,8	8	0,05	0,05	378
	Батон обогащенный	40	3	1,16	20,56	104,8	0,04				7,6	5,2	26,36	0,4	
Итого за Завтрак		700	13,21	13,14	133,9	710,12	0,28	3,11	0,09	1,12	219,52	65,82	223,22	2,6	
Обед															
	Салат из свеклы, маслом растительным	60	0,99	3,06	7,8	62,67	0,01	13,2		1,35	27,77	14,72	29,25	0,95	
	Щи из свежей капусты со	200	2,24	5,41	5,93	84,58	0,04	54,94	0,27	1,82	53,09	18,09	40,64	0,91	87
	Голубцы ленивые со свининой	240	17,96	44,69	18,99	552,03	0,57	72,6		5,24	99	58,73	229,51		306
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,87	206,96	0,01	10,4		0,25	14,62	4,92	4,52	0,88	394
	Батон обогащенный	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0,02				3,8	2,6	13,18	0,2	
	Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	25	1,66	0,22	10,6	50,99	0,05			0,55	4,5	4,75	21,92	1	
Итого за Обед		745	24,51	54,12	81,47	1009,63	0,7	151,14	0,27	9,21	202,78	103,81	339,02	3,94	
Итого за день		1 445	37,72	67,26	215,37	1719,75	0,98	154,25	0,36	10,33	422,3	169,63	562,24	6,54	

Рацион: РАЦИОН 7-11 с 1.04.26 **Неделя:** 2 **День:** четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Завтрак															
	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	6,87	5,91	35,02	219,94	0,09	2,38	0,05	1,13	124,38	20,94	118,94	0,53	184
	Фрукты свежие	80	0,72	0,16	6,48	34,4	0,03	96	0,01	0,18	27,2	10,4	18,56	0,24	732
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,06	0,01	15,18	62,23		5,6			9,18	2,19	1,55	0,07	431
	Чай с молоком	200	1,45	1,25	17,37	86,85	0,02	0,65	0,02		64,8	8	0,05	0,05	378
	Батон обогащенный	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0,02				3,8	2,6	13,18	0,2	
Итого за Завтрак		700	10,6	7,91	84,33	455,82	0,16	104,63	0,08	1,31	229,36	44,13	152,28	1,09	
Обед															
	Огурец свежий (Весенне-летний период)	60	0,48	0,06	1,5	8,4	0,02	6	0,01	0,06	13,8	8,4	25,2	0,6	
	Суп куриный с вермишелью, картофелем	200	3,22	3,27	16,65	109,17	0,1	26,58	0,22	0,36	20,53	21,33	60,86	1	100
	Котлеты рубленные из мяса	50/40	8,35	10,25	6,89	153,09	0,06	1,4	0,03	1,54	11,95	14,03	93,56	1,39	294
	Макаронные изделия отварные	150	5,53	4,78	35,29	206,4	0,09		0,04	1,16	29,21	11,29	45,65	1,06	309
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,87	206,96	0,01	10,4		0,25	14,62	4,92	4,52	0,88	394
	Батон обогащенный	25	1,88	0,73	12,85	65,5	0,03				4,75	3,25	16,47	0,25	
	Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	25	1,66	0,22	10,6	50,99	0,05			0,55	4,5	4,75	21,92	1	
Итого за Обед		750	21,28	19,47	111,65	800,51	0,36	44,38	0,3	3,92	99,36	67,97	268,18	6,18	
Итого за день		1 450	31,88	27,38	195,98	1256,33	0,52	149,01	0,38	5,23	328,72	112,1	420,46	7,27	

Рацион: РАЦИОН 7-11 с 1.04.26 **Неделя:** 2 **День:** пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Завтрак															
	Омлет натуральный	150	14,01	24	2,74	283,24	0,09	1,08	0,39	4,78	106,99	17,94	232,21	2,58	214,03
	Фрукты свежие	110	0,44	0,44	10,78	305,8	0,03	28,6	0,01	0,69	17,6	8,8	12,43	2,42	338,01
	Чай с сахаром	200	0,2		15,39	62,33		0,2			11,33	5,75	8,32	0,82	430
	Чай с молоком	200	1,45	1,25	17,37	86,85	0,02	0,65	0,02		64,8	8	0,05	0,05	378
	Батон обогащенный	40	3	1,16	20,56	104,8	0,04				7,6	5,2	26,36	0,4	
Итого за Завтрак		700	19,1	26,85	66,84	843,02	0,18	30,53	0,42	5,47	208,32	45,69	279,37	6,27	
Обед															
	Салат из квашеной капусты	60	0,97	3,06	4,96	52,67	0,01	30,6		1,27	25,44	8,68	18,94	0,35	40,01
	Рассольник Ленинградский со сметаной	200	2,5	5,61	13,72	118,2	0,09	13,47	0,21	1,95	30,81	23,34	53,21	0,96	96
	Биточки мясные с соусом томатным	60/40	7,91	23,33	11,78	289,26	0,26	6,44	0,08	3,74	18,29	19,06	77,86	1,22	283
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,1	6,5	41,15	259,16	0,31		0,04	4,9	25,92	145,53	219,65	5,09	181
	Компот из изюма	200	0,46	0,1	37,11	151,96	0,03				26,97	10,73	25,9	0,6	401
	Батон обогащенный	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0,02				3,8	2,6	13,18	0,2	
	Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,05			0,66	5,4	5,7	26,3	1,2	
Итого за Обед		760	24,43	39,44	131,72	984,84	0,77	50,51	0,33	12,52	136,63	215,64	435,04	9,62	
Итого за день		1 460	43,53	66,29	198,56	1827,86	0,95	81,04	0,75	17,99	344,95	261,33	714,41	15,89	
Итого за период		14 535	410,71	438,68	2140,67	15180,68	6,7	2184,4	5,59	88,25	3983,91	1754,48	5697,4	92,17	
Среднее значение за период			41,1	43,9	214,1	1518,1	0,7	218,4	0,6	8,8	398,4	175,4	569,7	9,2	

Составил _____ Семенова

Утвердил _____