

СОГЛАСОВАНО

Директор

15 августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "Балт Сервис"



**Примерный четырехнедельный рацион (20 дней) питания
для учащихся с диагнозом непереносимость лактоза и глютена г. Неман и Неманского района
2024-2025 гг.
возрастная категория 7-11 лет и старше**

| Наименование блюд | № рецепт | Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Энерг. ценность, | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|---|----------|------------|----------------------|---------------|----------------|------------------|---------------|---------------|--------------|--------------|---------------------------|----------------|----------------|--------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | глеводы, | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| Понедельник (1 неделя) | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Хлебцы свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,65 | 0,1 | 8,95 | 39,3 | 0,035 | 35 | | 0,2 | 25 | 17 | 11 | 1,25 |
| Соус птицы отварное в бульоне 1/90 | 1716 | 90 | 20,922 | 14,008 | 2,423 | 219,451 | 0,067 | 1,759 | 0,048 | 0,616 | 13,386 | 147,873 | 74,565 | 1,306 |
| Столфовый отварной с маслом 1/150 | 1711 | 150 | 3,053 | 4,406 | 24,524 | 149,96 | 0,181 | 30 | 0,021 | 0,203 | 24,54 | 90,263 | 35,016 | 1,426 |
| Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,02 | 2,06 | 0 | 0,01 | 14,528 | 6,05 | 5,264 | 0,569 |
| Итого: | | 545 | 24,79 | 18,55 | 51,088 | 470,458 | 0,303 | 68,819 | 0,069 | 1,028 | 77,454 | 261,186 | 125,845 | 4,551 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп из моркови с кукурузой 1/60 | 1824 | 60 | 0,802 | 2,441 | 4,517 | 43,241 | 0,028 | 2,736 | 0,864 | 1,229 | 18,276 | 28,977 | 18,087 | 0,315 |
| Суп с рисом и томатом на бульоне 1/200 | 1275 | 200 | 4,432 | 6,488 | 17,398 | 145,711 | 0,095 | 7,154 | 0,006 | 2,011 | 29,424 | 72,724 | 27,738 | 0,97 |
| Салат мясной запеченный в соусе 1/90 | 1183 | 90 | 10,906 | 15,222 | 13,458 | 234,458 | 0,357 | 0,959 | 0,048 | 2,687 | 13,281 | 70,833 | 17,185 | 1,156 |
| Салат из овощей 1/150 | 1448 | 150 | 2,772 | 7,126 | 18,881 | 150,744 | 0,122 | 32,919 | 0,54 | 3,255 | 46,901 | 77,622 | 35,691 | 1,286 |
| Молоко из изюма 1/200 | 1201 | 200 | 0,495 | | 26,22 | 106,86 | 0,03 | | | | 21 | 19,356 | 8,2 | 0,497 |
| Итого: | | 700 | 19,407 | 31,277 | 80,473 | 681,013 | 0,632 | 43,768 | 1,458 | 9,182 | 128,88 | 269,512 | 106,901 | 4,223 |
| Итого: | | | 44,197 | 49,827 | 131,561 | 1 151,47 | 0,935 | 112,59 | 1,527 | 10,21 | 206,34 | 530,698 | 232,746 | 8,775 |
| Вторник (1 неделя) | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп из моркови с маслом 1/60 | 1801 | 60 | 0,749 | 3,654 | 4,274 | 52,979 | 0,035 | 2,88 | 1,152 | 1,814 | 17,769 | 32,13 | 22,02 | 0,422 |
| Суп жаркое по-домашнему с мясом 1/200 | 1728 | 200 | 16,619 | 21,444 | 29,91 | 379,11 | 0,623 | 34,65 | 0,32 | 3,777 | 39,692 | 199,453 | 57,132 | 2,457 |
| Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,02 | 2,06 | 0 | 0,01 | 14,528 | 6,05 | 5,264 | 0,569 |
| Итого: | | 465 | 17,533 | 25,133 | 49,376 | 493,834 | 0,678 | 39,59 | 1,472 | 5,601 | 71,989 | 237,633 | 84,416 | 3,448 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп из свежей капусты с кукурузой и морковью 1/60 | 1819 | 60 | 1,026 | 3,644 | 4,626 | 55,408 | 0,018 | 19,661 | 0,12 | 1,65 | 26,925 | 20,481 | 10,314 | 0,304 |
| Суп жаркое со свежей капустой с картофелем на бульоне 1/200 | 1439 | 200 | 4,066 | 6,943 | 10,813 | 122,004 | 0,049 | 14,854 | 0,172 | 2 | 46,194 | 44,034 | 21,988 | 1,193 |
| Суп жаркое курицы тушеное в соусе 1/90 | 1255 | 90 | 15,875 | 12,092 | 2,574 | 182,625 | 0,052 | 1,799 | 0,09 | 1,176 | 13,349 | 114,503 | 57,064 | 0,996 |
| Суп жаркое гречневая 1/150 | 1680 | 150 | 6,878 | 5,119 | 35,774 | 216,673 | 0,226 | | 0,021 | 3,544 | 22,005 | 159,153 | 106,401 | 3,573 |
| Суп жаркое напиток из шиповника 1/200 | 656 | 200 | 0,24 | 0,02 | 16,428 | 66,854 | 0 | 0,04 | 0 | | 11,052 | 3,302 | 3,676 | 0,375 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|------------|---------------|---------------|----------------|-----------------|--------------|---------------|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------|---------------|-------|
| | 700 | 28,084 | 27,819 | 70,214 | 643,563 | 0,346 | 36,354 | 0,403 | 8,369 | 119,53 | 341,473 | 199,443 | 6,44 | |
| | | 45,617 | 52,952 | 119,59 | 1 137,40 | 1,024 | 75,944 | 1,875 | 13,97 | 191,51 | 579,105 | 283,859 | 9,888 | |
| Среда (1 неделя) | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Без молока с курицей и картофелем 1/200 | 1077 | 200 | 22,423 | 21,592 | 6,43 | 309,736 | 0,127 | 6,023 | 0,256 | 3,854 | 107,48 | 292,729 | 52,129 | 3,4 |
| Печенье свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,65 | 0,1 | 8,95 | 39,3 | 0,035 | 35 | | 0,2 | 25 | 17 | 11 | 1,25 |
| Заварной с сахаром и лимоном 1/200/5 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,02 | 2,06 | 0 | 0,01 | 14,528 | 6,05 | 5,264 | 0,569 |
| Итого: | 505 | 23,238 | 21,727 | 30,571 | 410,782 | 0,183 | 43,083 | 0,256 | 4,064 | 147,01 | 315,779 | 68,393 | 5,219 | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп овощной с яблоками 1/60 | 1422 | 60 | 0,888 | 3,65 | 4,518 | 54,478 | 0,02 | 15,6 | 0,24 | 1,68 | 23,673 | 21,615 | 12,336 | 0,508 |
| Картофельный на бульоне 1/200 | 336 | 200 | 4,626 | 6,519 | 10,373 | 118,668 | 0,061 | 6,082 | 0,166 | 2,08 | 25,674 | 43,274 | 14,268 | 0,743 |
| Суп припущенная с овощами 1/90 | 1112 | 90 | 19,798 | 1,002 | 22,692 | 178,978 | 0,125 | 0,6 | 0,091 | 0,464 | 39 | 269,27 | 40,8 | 0,859 |
| Пюре картофельное отварной 1/150 | 1711 | 150 | 3,053 | 4,406 | 24,524 | 149,96 | 0,181 | 30 | 0,021 | 0,203 | 24,54 | 90,263 | 35,016 | 1,426 |
| Соус фруктовый разливной в ассортименте 1/200 | 116 | 200 | 0 | 0 | 22,4 | 89,603 | 0,04 | 1,8 | | 0,02 | 14 | 14 | 8 | 2,8 |
| Итого: | 700 | 28,365 | 15,578 | 84,506 | 591,686 | 0,426 | 54,082 | 0,518 | 4,446 | 126,89 | 438,422 | 110,42 | 6,335 | |
| Итого: | | 51,602 | 37,306 | 115,077 | 1 002,47 | 0,609 | 97,165 | 0,774 | 8,511 | 273,9 | 754,201 | 178,813 | 11,555 | |
| Среда (1 неделя) | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп из сырых овощей 1/60 | 1817 | 60 | 0,883 | 2,453 | 4,283 | 42,737 | 0,019 | 14,31 | 0,264 | 1,151 | 23,646 | 22,377 | 12,747 | 0,477 |
| Хлеб Домашняя натуральная запеченная (без дрожжей) 1/90 | 671 | 90 | 11,233 | 16,698 | 14,121 | 251,694 | 0,357 | 0,723 | 0,011 | 2,862 | 17,771 | 73,602 | 16,365 | 1,119 |
| Пюре гречневая 1/150 | 1680 | 150 | 6,878 | 5,119 | 35,774 | 216,673 | 0,226 | | 0,021 | 3,544 | 22,005 | 159,153 | 106,401 | 3,573 |
| Заварной с сахаром и лимоном 1/200/5 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,02 | 2,06 | 0 | 0,01 | 14,528 | 6,05 | 5,264 | 0,569 |
| Итого: | 505 | 19,158 | 24,305 | 69,368 | 572,849 | 0,623 | 17,093 | 0,297 | 7,567 | 77,95 | 261,182 | 140,777 | 5,738 | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп гречневый овощной 1/60 | 462 | 60 | 0,772 | 4,879 | 4,745 | 65,981 | 0,028 | 6,072 | 0,187 | 2,196 | 13,852 | 25,774 | 11,693 | 0,521 |
| Суп из свежей капусты с картофелем на бульоне 1/200 | 1442 | 200 | 4,098 | 6,951 | 8,281 | 112,076 | 0,054 | 23,254 | 0,172 | 1,996 | 46,214 | 40,034 | 19,708 | 0,919 |
| Суп с курицей 1/200 | 1443 | 200 | 16,904 | 16,704 | 41,976 | 385,856 | 0,224 | 3,336 | 0,32 | 4,12 | 45,3 | 272,503 | 112,48 | 2,077 |
| Соус сметанный из ягод з/м 1/200 | 1658 | 200 | 0,16 | | 17,02 | 68,72 | 0,012 | 2 | | 0,12 | 13 | 4,006 | 3,7 | 0,147 |
| Итого: | 660 | 21,934 | 28,535 | 72,022 | 632,633 | 0,319 | 34,662 | 0,679 | 8,432 | 118,37 | 342,316 | 147,581 | 3,665 | |
| Итого: | | 41,092 | 52,839 | 141,39 | 1 205,48 | 0,942 | 51,755 | 0,975 | 15,999 | 196,32 | 603,499 | 288,358 | 9,403 | |
| Среда (1 неделя) | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Пюре гречневая по-купечески с курицей 1/200 | 2515 | 200 | 20,749 | 18,019 | 36,99 | 393,129 | 0,272 | 3,401 | 0,32 | 7,052 | 35,588 | 263,659 | 157,576 | 4,428 |
| Печенье свежие (яблоко) (v)1/100 | -/- | 100 | 0,65 | 0,1 | 8,95 | 39,3 | 0,035 | 35 | | 0,2 | 25 | 17 | 11 | 1,25 |
| Заварной с шиповником 1/200 | 1666 | 200 | 0,24 | 0,02 | 16,428 | 66,854 | 0 | 0,04 | 0 | | 11,052 | 3,302 | 3,676 | 0,375 |
| Итого: | 500 | 21,639 | 18,14 | 62,368 | 499,283 | 0,307 | 38,441 | 0,32 | 7,252 | 71,64 | 283,961 | 172,252 | 6,053 | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп из свежей капусты с морковью 1/60 | 1672 | 60 | 0,981 | 3,653 | 4,185 | 53,545 | 0,02 | 22,05 | 0,18 | 1,668 | 27,687 | 20,28 | 11,232 | 0,369 |
| Суп гороховый на бульоне 1/200 | 1764 | 200 | 7,358 | 6,631 | 15,725 | 152,012 | 0,189 | 9,242 | 0,166 | 2,032 | 43,174 | 86,754 | 32,708 | 1,847 |
| Пюре мясная 1/90 | 134 | 90 | 10,727 | 13,461 | 11,051 | 208,257 | 0,344 | 1,239 | 0,048 | 1,896 | 17,287 | 97,337 | 20,03 | 0,918 |
| Пюре картофельное отварной с маслом 1/150 | 1711 | 150 | 3,053 | 4,406 | 24,524 | 149,96 | 0,181 | 30 | 0,021 | 0,203 | 24,54 | 90,263 | 35,016 | 1,426 |
| Соус сметанный из яблок 1/200 | 1690 | 200 | 0,08 | | 16,96 | 68,16 | 0,006 | 2 | | 0,04 | 12,2 | 2,206 | 3,7 | 0,487 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|------|--------|--------|---------|----------|---------|--------|--------|--------|--------|---------|---------|---------|-------|
| го: | 700 | 22,198 | 28,152 | 72,444 | 631,934 | 0,739 | 64,531 | 0,415 | 5,838 | 124,89 | 296,839 | 102,686 | 5,047 | |
| го: | | 43,837 | 46,291 | 134,812 | 1 131,22 | 1,045 | 102,97 | 0,735 | 13,09 | 196,53 | 580,8 | 274,938 | 11,1 | |
| ень понедельник (2 неделя) | | | | | | | | | | | | | | |
| трак | | | | | | | | | | | | | | |
| о птицы отварное в бульоне 1/90 | 1716 | 90 | 20,922 | 14,008 | 2,423 | 219,451 | 0,067 | 1,759 | 0,048 | 0,616 | 13,386 | 147,873 | 74,565 | 1,306 |
| отварной 1/150 | 1700 | 150 | 3,78 | 4,331 | 41,024 | 218,195 | 0,179 | | 0,021 | 0,473 | 41,28 | 174,909 | 64,251 | 1,16 |
| кты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,65 | 0,1 | 8,95 | 39,3 | 0,035 | 35 | | 0,2 | 25 | 17 | 11 | 1,25 |
| заварной с сахаром и лимоном 1/200/5 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,02 | 2,06 | 0 | 0,01 | 14,528 | 6,05 | 5,264 | 0,569 |
| го: | | 545 | 25,517 | 18,475 | 67,588 | 538,693 | 0,301 | 38,819 | 0,069 | 1,298 | 94,194 | 345,832 | 155,08 | 4,286 |
| д | | | | | | | | | | | | | | |
| ат из моркови с маслом 1/60 | 1801 | 60 | 0,749 | 3,654 | 4,274 | 52,979 | 0,035 | 2,88 | 1,152 | 1,814 | 17,769 | 32,13 | 22,02 | 0,422 |
| | 1454 | 200 | 4,146 | 7,567 | 8,151 | 117,292 | 0,061 | 15,066 | 0,178 | 1,97 | 39,534 | 41,794 | 17,748 | 0,823 |
| овощное с мясом 1/200 | 1731 | 200 | 16,486 | 21,187 | 24,301 | 353,828 | 0,56 | 45,442 | 0,48 | 3,881 | 63,242 | 178,723 | 53,802 | 2,303 |
| пот из изюма 1/200 | 1201 | 200 | 0,495 | | 26,22 | 106,86 | 0,03 | | | | 21 | 19,356 | 8,2 | 0,497 |
| го: | | 660 | 21,876 | 32,408 | 62,946 | 630,959 | 0,685 | 63,388 | 1,81 | 7,666 | 141,55 | 272,003 | 101,77 | 4,045 |
| го: | | 47,393 | 50,883 | 130,534 | 1 169,65 | 0,986 | 102,21 | 1,879 | 8,964 | 235,74 | 617,835 | 256,85 | 8,331 | |
| ень вторник (2 неделя) | | | | | | | | | | | | | | |
| трак | | | | | | | | | | | | | | |
| очек куриный натуральный запеченный (без ба) 1/90, свежая капуста с кукурузой 1/30 | 1432 | 120 | 12,805 | 14,764 | 15,275 | 245,198 | 0,064 | 11,545 | 0,108 | 3,887 | 29,121 | 99,748 | 46,954 | 1,09 |
| отварной 1/150 | 1700 | 150 | 3,78 | 4,331 | 41,024 | 218,195 | 0,179 | | 0,021 | 0,473 | 41,28 | 174,909 | 64,251 | 1,16 |
| заварной с сахаром и лимоном 1/200/5 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,02 | 2,06 | 0 | 0,01 | 14,528 | 6,05 | 5,264 | 0,569 |
| го: | | 475 | 16,75 | 19,131 | 71,49 | 525,139 | 0,264 | 13,605 | 0,129 | 4,37 | 84,929 | 280,707 | 116,469 | 2,819 |
| д | | | | | | | | | | | | | | |
| ат овощной с яблоками 1/60 | 1422 | 60 | 0,888 | 3,65 | 4,518 | 54,478 | 0,02 | 15,6 | 0,24 | 1,68 | 23,673 | 21,615 | 12,336 | 0,508 |
| солоник Ленинградский на бульоне 1/200 | 1438 | 200 | 4,618 | 7,079 | 14,921 | 141,868 | 0,078 | 10,274 | 0,178 | 2,28 | 34,61 | 68,65 | 22,356 | 1,087 |
| на гречневая с курицей 1/200 | 1115 | 200 | 20,749 | 18,019 | 36,99 | 393,129 | 0,272 | 3,401 | 0,32 | 7,052 | 35,588 | 263,659 | 157,576 | 4,428 |
| иток из шиповника 1/200 | 656 | 200 | 0,24 | 0,02 | 16,428 | 66,854 | 0 | 0,04 | 0 | | 11,052 | 3,302 | 3,676 | 0,375 |
| го: | | 660 | 26,495 | 28,769 | 72,857 | 656,328 | 0,369 | 29,315 | 0,738 | 11,012 | 104,92 | 357,226 | 195,944 | 6,397 |
| го: | | 43,245 | 47,9 | 144,347 | 1 181,47 | 0,633 | 42,92 | 0,867 | 15,382 | 189,85 | 637,932 | 312,413 | 9,217 | |
| ень среда (2 неделя) | | | | | | | | | | | | | | |
| трак | | | | | | | | | | | | | | |
| ат из моркови с маслом 1/60 | 1801 | 60 | 0,749 | 3,654 | 4,274 | 52,979 | 0,035 | 2,88 | 1,152 | 1,814 | 17,769 | 32,13 | 22,02 | 0,422 |
| ет без молока 1/150 | 1706 | 150 | 12,195 | 15,483 | 1,829 | 195,441 | 0,063 | 0,332 | 0,23 | 3,78 | 86,97 | 196,876 | 15 | 2,319 |
| кты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,65 | 0,1 | 8,95 | 39,3 | 0,035 | 35 | | 0,2 | 25 | 17 | 11 | 1,25 |
| заварной с сахаром и лимоном 1/200/5 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,02 | 2,06 | 0 | 0,01 | 14,528 | 6,05 | 5,264 | 0,569 |
| го: | | 515 | 13,759 | 19,273 | 30,244 | 349,466 | 0,153 | 40,272 | 1,382 | 5,804 | 144,27 | 252,056 | 53,284 | 4,56 |
| д | | | | | | | | | | | | | | |
| ат из свеклы с маслом 1/60 | 1682 | 60 | 0,854 | 4,852 | 5,009 | 67,118 | 0,011 | 5,692 | | 2,169 | 23,267 | 24,924 | 12,654 | 0,814 |
| из свежей капусты с картофелем на бульоне | | | | | | | | | | | | | | |
| 00 | 1442 | 200 | 4,098 | 6,951 | 8,281 | 112,076 | 0,054 | 23,254 | 0,172 | 1,996 | 46,214 | 40,034 | 19,708 | 0,919 |
| окое по-домашнему с курицей 1/200 | 1702 | 200 | 17,499 | 17,413 | 29,31 | 343,955 | 0,25 | 35,65 | 0,32 | 3,888 | 40,908 | 208,981 | 93,864 | 2,542 |
| ипот из яблок 1/200 | 1690 | 200 | 0,08 | | 16,96 | 68,16 | 0,006 | 2 | | 0,04 | 12,2 | 2,206 | 3,7 | 0,487 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|------|------------|---------------|---------------|----------------|-----------------|--------------|---------------|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------|---------------|
| | 660 | 22,531 | 29,217 | 59,559 | 591,31 | 0,322 | 66,596 | 0,492 | 8,093 | 122,59 | 276,144 | 129,926 | 4,762 | |
| | | 36,29 | 48,489 | 89,803 | 940,775 | 0,475 | 106,87 | 1,874 | 13,897 | 266,86 | 528,2 | 183,21 | 9,323 | |
| Среда (2 неделя) | | | | | | | | | | | | | | |
| Трап | | | | | | | | | | | | | | |
| Осенний 1/60 | 665 | 60 | 0,709 | 3,634 | 4,693 | 54,311 | 0,033 | 4,003 | 0,72 | 1,755 | 17,095 | 25,349 | 16,167 | 0,533 |
| Хлеб мясной натуральный запеченный (без сахара) 1/90 | 1183 | 90 | 10,906 | 15,222 | 13,458 | 234,458 | 0,357 | 0,959 | 0,048 | 2,687 | 13,281 | 70,833 | 17,185 | 1,156 |
| Отварной 1/150 | 1700 | 150 | 3,78 | 4,331 | 41,024 | 218,195 | 0,179 | | 0,021 | 0,473 | 41,28 | 174,909 | 64,251 | 1,16 |
| Заварной с сахаром 1/200 | 1675 | 200 | 0,12 | 0,031 | 15,041 | 60,921 | 0 | 0,06 | 0 | | 12,528 | 4,95 | 4,664 | 0,539 |
| | | 500 | 15,515 | 23,218 | 74,216 | 567,885 | 0,57 | 5,022 | 0,789 | 4,914 | 84,184 | 276,042 | 102,267 | 3,389 |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| Овощной с картофелем 1/50 | | | 0,808 | 3,093 | 4,772 | 50,164 | 0,039 | 6,17 | 0,206 | 1,405 | 10,882 | 25,664 | 11,084 | 0,398 |
| С рисом и томатом на бульоне 1/200 | 1275 | 200 | 4,432 | 6,488 | 17,398 | 145,711 | 0,095 | 7,154 | 0,006 | 2,011 | 29,424 | 72,724 | 27,738 | 0,97 |
| Гречневая с курицей 1/200 | 1115 | 200 | 20,749 | 18,019 | 36,99 | 393,129 | 0,272 | 3,401 | 0,32 | 7,052 | 35,588 | 263,659 | 157,576 | 4,428 |
| Пот из ягод з/м 1/200 | 1658 | 200 | 0,16 | | 17,02 | 68,72 | 0,012 | 2 | | 0,12 | 13 | 4,006 | 3,7 | 0,147 |
| | | 600 | 26,149 | 27,601 | 76,18 | 657,724 | 0,417 | 18,725 | 0,532 | 10,588 | 88,894 | 366,053 | 200,098 | 5,943 |
| | | | 41,664 | 50,819 | 150,396 | 1 225,61 | 0,987 | 23,747 | 1,321 | 15,502 | 173,08 | 642,094 | 302,365 | 9,332 |
| Четверг (2 неделя) | | | | | | | | | | | | | | |
| Трап | | | | | | | | | | | | | | |
| Гречневая с мясом 1/200 | 1789 | 200 | 18,988 | 21,182 | 37,535 | 416,727 | 0,616 | 2,4 | 0,32 | 6,941 | 31,024 | 248,588 | 119,172 | 4,306 |
| Пирожки свежие (яблоко) (v)1/150 | 518 | 150 | 0,975 | 0,15 | 13,425 | 58,95 | 0,053 | 52,5 | | 0,3 | 37,5 | 25,5 | 16,5 | 1,875 |
| Заварной с шиповником 1/200 | 1666 | 200 | 0,24 | 0,02 | 16,428 | 66,854 | 0 | 0,04 | 0 | | 11,052 | 3,302 | 3,676 | 0,375 |
| | | 550 | 20,203 | 21,352 | 67,388 | 542,531 | 0,669 | 54,94 | 0,32 | 7,241 | 79,576 | 277,39 | 139,348 | 6,556 |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| Пот из свежей капусты с морковью 1/60 | 1672 | 60 | 0,981 | 3,653 | 4,185 | 53,545 | 0,02 | 22,05 | 0,18 | 1,668 | 27,687 | 20,28 | 11,232 | 0,369 |
| Пирожки рыбный 1/200 | 339 | 200 | 7,003 | 4,659 | 22,764 | 160,998 | 0,561 | 17,326 | 0,163 | 2,044 | 38,402 | 124,373 | 35,614 | 1,289 |
| Пирожки из курицы 1/90 | 1716 | 90 | 15,838 | 12,102 | 2,619 | 182,748 | 0,053 | 1,576 | | 1,18 | 10,935 | 113,374 | 56,457 | 1,004 |
| Пирожки софоль отварной 1/150 | 1711 | 150 | 3,053 | 4,406 | 24,524 | 149,96 | 0,181 | 30 | 0,021 | 0,203 | 24,54 | 90,263 | 35,016 | 1,426 |
| Пот из яблок 1/200 | 1690 | 200 | 0,08 | | 16,96 | 68,16 | 0,006 | 2 | | 0,04 | 12,2 | 2,206 | 3,7 | 0,487 |
| | | 700 | 26,955 | 24,82 | 71,052 | 615,411 | 0,82 | 72,952 | 0,364 | 5,135 | 113,76 | 350,495 | 142,019 | 4,575 |
| | | | 47,158 | 46,172 | 138,44 | 1 157,94 | 1,489 | 127,89 | 0,684 | 12,376 | 193,34 | 627,885 | 281,367 | 11,131 |
| Пятница (2 неделя) | | | | | | | | | | | | | | |
| Трап | | | | | | | | | | | | | | |
| Пот из свежей капусты с морковью 1/60 | 1672 | 60 | 0,981 | 3,653 | 4,185 | 53,545 | 0,02 | 22,05 | 0,18 | 1,668 | 27,687 | 20,28 | 11,232 | 0,369 |
| Пирожки мясная натуральная запеченная (без хлеба) 1/200 | 1772 | 90 | 10,906 | 15,222 | 13,458 | 234,458 | 0,357 | 0,959 | 0,048 | 2,687 | 13,281 | 70,833 | 17,185 | 1,156 |
| Пирожки гречневая 1/150 | 1680 | 150 | 6,878 | 5,119 | 35,774 | 216,673 | 0,226 | | 0,021 | 3,544 | 22,005 | 159,153 | 106,401 | 3,573 |
| Пирожки заварной с сахаром и лимоном 1/200/5 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,02 | 2,06 | 0 | 0,01 | 14,528 | 6,05 | 5,264 | 0,569 |
| | | 505 | 18,93 | 24,03 | 68,608 | 566,421 | 0,624 | 25,069 | 0,249 | 7,909 | 77,501 | 256,317 | 140,082 | 5,668 |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| Пот из квашеной капусты со свеклой 1/60 | 664 | 60 | 0,946 | 3,661 | 4,248 | 53,722 | 0,014 | 7,068 | | 1,658 | 21,114 | 20,967 | 10,59 | 4,004 |
| Пирожки гороховый на бульоне 1/200 | 1764 | 200 | 7,358 | 6,631 | 15,725 | 152,012 | 0,189 | 9,242 | 0,166 | 2,032 | 43,174 | 86,754 | 32,708 | 1,847 |
| Пирожки кикаделька куриная 1/90 | 1736 | 90 | 17,09 | 17,692 | 16,24 | 292,548 | 0,121 | 2,08 | | 3,694 | 12,143 | 109,174 | 60,72 | 1,597 |
| Пирожки из овощей 1/150 | 1448 | 150 | 2,772 | 7,126 | 18,881 | 150,744 | 0,122 | 32,919 | 0,54 | 3,255 | 46,901 | 77,622 | 35,691 | 1,286 |
| Пот из изюма 1/200 | 1201 | 200 | 0,495 | | 26,22 | 106,86 | 0,03 | | | | 21 | 19,356 | 8,2 | 0,497 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|------|--------|--------|---------|----------|----------|--------|--------|--------|--------|---------|---------|---------|--------|
| | 700 | 28,661 | 35,11 | 81,313 | 755,886 | 0,475 | 51,309 | 0,706 | 10,639 | 144,33 | 313,873 | 147,909 | 9,23 | |
| | | 47,591 | 59,14 | 149,921 | 1 322,31 | 1,099 | 76,378 | 0,955 | 18,548 | 221,83 | 570,189 | 287,991 | 14,898 | |
| Вторник (3 неделя) | | | | | | | | | | | | | | |
| Трапеза | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп из моркови с маслом 1/60 | 1801 | 60 | 0,749 | 3,654 | 4,274 | 52,979 | 0,035 | 2,88 | 1,152 | 1,814 | 17,769 | 32,13 | 22,02 | 0,422 |
| Суп с курицей 1/200 | 1443 | 200 | 16,904 | 16,704 | 41,976 | 385,856 | 0,224 | 3,336 | 0,32 | 4,12 | 45,3 | 272,503 | 112,48 | 2,077 |
| Заварной с сахаром и лимоном 1/200/5 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,02 | 2,06 | 0 | 0,01 | 14,528 | 6,05 | 5,264 | 0,569 |
| Итого: | | 465 | 17,818 | 20,394 | 61,442 | 500,581 | 0,279 | 8,276 | 1,472 | 5,944 | 77,597 | 310,683 | 139,764 | 3,068 |
| Среда (3 неделя) | | | | | | | | | | | | | | |
| Трапеза | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп из свежей капусты с кукурузой и морковью | 1819 | 60 | 1,026 | 3,644 | 4,626 | 55,408 | 0,018 | 19,661 | 0,12 | 1,65 | 26,925 | 20,481 | 10,314 | 0,304 |
| Суп со свежей капустой с картофелем на бульоне | 1439 | 200 | 4,066 | 6,943 | 10,813 | 122,004 | 0,049 | 14,854 | 0,172 | 2 | 46,194 | 44,034 | 21,988 | 1,193 |
| Курица тушеное в соусе 1/90 | 1255 | 90 | 15,875 | 12,092 | 2,574 | 182,625 | 0,052 | 1,799 | 0,09 | 1,176 | 13,349 | 114,503 | 57,064 | 0,996 |
| Пюре гречневая 1/150 | 1680 | 150 | 6,878 | 5,119 | 35,774 | 216,673 | 0,226 | | 0,021 | 3,544 | 22,005 | 159,153 | 106,401 | 3,573 |
| Пирог из шиповника 1/200 | 656 | 200 | 0,24 | 0,02 | 16,428 | 66,854 | 0 | 0,04 | 0 | | 11,052 | 3,302 | 3,676 | 0,375 |
| Итого: | | 700 | 28,084 | 27,819 | 70,214 | 643,563 | 0,346 | 36,354 | 0,403 | 8,369 | 119,53 | 341,473 | 199,443 | 6,44 |
| Итого: | | | 45,902 | 48,213 | 131,656 | 1 144,14 | 0,625 | 44,63 | 1,875 | 14,314 | 197,12 | 652,156 | 339,207 | 9,508 |
| Четверг (3 неделя) | | | | | | | | | | | | | | |
| Трапеза | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп (без молока) с кукурузой 1/170/30 | 17 | 200 | 14,421 | 17,547 | 5,372 | 237,1 | 0,077 | 1,816 | 0,261 | 4,284 | 111,17 | 235,426 | 20,9 | 2,629 |
| Пюре свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,65 | 0,1 | 8,95 | 39,3 | 0,035 | 35 | | 0,2 | 25 | 17 | 11 | 1,25 |
| Заварной с сахаром и лимоном 1/200/5 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,02 | 2,06 | 0 | 0,01 | 14,528 | 6,05 | 5,264 | 0,569 |
| Итого: | | 505 | 15,236 | 17,683 | 29,514 | 338,146 | 0,133 | 38,876 | 0,261 | 4,494 | 150,69 | 258,476 | 37,164 | 4,448 |
| Пятница (3 неделя) | | | | | | | | | | | | | | |
| Трапеза | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп овощной с яблоками 1/60 | 1422 | 60 | 0,888 | 3,65 | 4,518 | 54,478 | 0,02 | 15,6 | 0,24 | 1,68 | 23,673 | 21,615 | 12,336 | 0,508 |
| Суп-пюре Ленинградский на бульоне 1/200 | 1438 | 200 | 4,618 | 7,079 | 14,921 | 141,868 | 0,078 | 10,274 | 0,178 | 2,28 | 34,61 | 68,65 | 22,356 | 1,087 |
| Пюре припущенная с овощами 1/90 | 1112 | 90 | 19,798 | 1,002 | 22,692 | 178,978 | 0,125 | 0,6 | 0,091 | 0,464 | 39 | 269,27 | 40,8 | 0,859 |
| Пюре картофельное пюре 1/150 | 1720 | 150 | 3,404 | 4,904 | 22,94 | 149,511 | 0,161 | 27,053 | 0,026 | 0,186 | 47,16 | 100,554 | 34,275 | 1,281 |
| Пирог фруктовый разливной в ассортименте 1/200 | 116 | 200 | 0 | 0 | 22,4 | 89,603 | 0,04 | 1,8 | | 0,02 | 14 | 14 | 8 | 2,8 |
| Итого: | | 700 | 28,708 | 16,636 | 87,471 | 614,437 | 0,424 | 55,327 | 0,534 | 4,631 | 158,44 | 474,089 | 117,767 | 6,534 |
| Итого: | | | 43,944 | 34,319 | 116,985 | 952,583 | 0,557 | 94,202 | 0,796 | 9,125 | 309,14 | 732,565 | 154,931 | 10,982 |
| Суббота (3 неделя) | | | | | | | | | | | | | | |
| Трапеза | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп из свежей капусты с морковью 1/60 | 1672 | 60 | 0,981 | 3,653 | 4,185 | 53,545 | 0,02 | 22,05 | 0,18 | 1,668 | 27,687 | 20,28 | 11,232 | 0,369 |
| Пирог Домашняя натуральная запеченная (без сахара) 1/90 | 671 | 90 | 11,233 | 16,698 | 14,121 | 251,694 | 0,357 | 0,723 | 0,011 | 2,862 | 17,771 | 73,602 | 16,365 | 1,119 |
| Пюре гречневая 1/150 | 1680 | 150 | 6,878 | 5,119 | 35,774 | 216,673 | 0,226 | | 0,021 | 3,544 | 22,005 | 159,153 | 106,401 | 3,573 |
| Заварной с сахаром и лимоном 1/200/5 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,02 | 2,06 | 0 | 0,01 | 14,528 | 6,05 | 5,264 | 0,569 |
| Итого: | | 505 | 19,257 | 25,505 | 69,271 | 583,657 | 0,624 | 24,833 | 0,213 | 8,084 | 81,991 | 259,085 | 139,262 | 5,631 |
| Воскресенье (3 неделя) | | | | | | | | | | | | | | |
| Трапеза | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп-пюре овощной 1/60 | 462 | 60 | 0,772 | 4,879 | 4,745 | 65,981 | 0,028 | 6,072 | 0,187 | 2,196 | 13,852 | 25,774 | 11,693 | 0,521 |
| Суп овощной с зеленым горошком на бульоне 1/200 | 1454 | 200 | 4,146 | 7,567 | 8,151 | 117,292 | 0,061 | 15,066 | 0,178 | 1,97 | 39,534 | 41,794 | 17,748 | 0,823 |
| Пюре птицы припущенное с овощами 1/90 | 1716 | 90 | 15,838 | 12,102 | 2,619 | 182,748 | 0,053 | 1,576 | | 1,18 | 10,935 | 113,374 | 56,457 | 1,004 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------|------|-----|--------|--------|--------|----------|-------|--------|-------|--------|--------|---------|---------|-------|
| варной 1/150 | 1700 | 150 | 3,78 | 4,331 | 41,024 | 218,195 | 0,179 | | 0,021 | 0,473 | 41,28 | 174,909 | 64,251 | 1,16 |
| от из ягод з/м 1/200 | 1658 | 200 | 0,16 | | 17,02 | 68,72 | 0,012 | 2 | | 0,12 | 13 | 4,006 | 3,7 | 0,147 |
| | | 700 | 24,696 | 28,88 | 73,559 | 652,936 | 0,333 | 24,714 | 0,386 | 5,939 | 118,6 | 359,857 | 153,849 | 3,656 |
| | | | 43,953 | 54,385 | 142,83 | 1 236,59 | 0,957 | 49,546 | 0,598 | 14,023 | 200,59 | 618,942 | 293,111 | 9,287 |

Пятница (3 неделя)

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------|------|-----|--------|--------|--------|---------|-------|--------|------|-------|--------|---------|---------|-------|
| гач | 1115 | 200 | 20,749 | 18,019 | 36,99 | 393,129 | 0,272 | 3,401 | 0,32 | 7,052 | 35,588 | 263,659 | 157,576 | 4,428 |
| гречневая с курицей 1/200 | | 100 | 0,65 | 0,1 | 8,95 | 39,3 | 0,035 | 35 | | 0,2 | 25 | 17 | 11 | 1,25 |
| ы свежие по сезону (v)1/100 | -/- | | | | | | | | | | | | | |
| варной с шиповником 1/200 | 1666 | 200 | 0,24 | 0,02 | 16,428 | 66,854 | 0 | 0,04 | 0 | | 11,052 | 3,302 | 3,676 | 0,375 |
| | | 500 | 21,639 | 18,14 | 62,368 | 499,283 | 0,307 | 38,441 | 0,32 | 7,252 | 71,64 | 283,961 | 172,252 | 6,053 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------|------|-----|--------|--------|---------|----------|-------|--------|-------|--------|--------|--------|---------|-------|
| из моркови с маслом 1/60 | 1801 | 60 | 0,749 | 3,654 | 4,274 | 52,979 | 0,035 | 2,88 | 1,152 | 1,814 | 17,769 | 32,13 | 22,02 | 0,422 |
| картофельный на бульоне 1/200 | 1441 | 200 | 4,246 | 6,471 | 14,285 | 132,364 | 0,086 | 9,242 | 0,166 | 1,984 | 36,234 | 61,854 | 25,508 | 0,985 |
| мясная 1/90 | 134 | 90 | 10,727 | 13,461 | 11,051 | 208,257 | 0,344 | 1,239 | 0,048 | 1,896 | 17,287 | 97,337 | 20,03 | 0,918 |
| отварной 1/150 | 1711 | 150 | 3,053 | 4,406 | 24,524 | 149,96 | 0,181 | 30 | 0,021 | 0,203 | 24,54 | 90,263 | 35,016 | 1,426 |
| от из ягод з/м 1/200 | 1658 | 200 | 0,16 | | 17,02 | 68,72 | 0,012 | 2 | | 0,12 | 13 | 4,006 | 3,7 | 0,147 |
| | | 700 | 18,934 | 27,992 | 71,153 | 612,28 | 0,657 | 45,361 | 1,387 | 6,017 | 108,83 | 285,59 | 106,274 | 3,898 |
| | | | 40,573 | 46,132 | 133,521 | 1 111,56 | 0,964 | 83,802 | 1,707 | 13,269 | 180,47 | 569,55 | 278,526 | 9,951 |

Понедельник (4 неделя)

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------------|------|-----|--------|--------|--------|---------|-------|--------|------|------|--------|---------|---------|-------|
| с курицей 1/200 | 1443 | 200 | 16,904 | 16,704 | 41,976 | 385,856 | 0,224 | 3,336 | 0,32 | 4,12 | 45,3 | 272,503 | 112,48 | 2,077 |
| ты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,65 | 0,1 | 8,95 | 39,3 | 0,035 | 35 | | 0,2 | 25 | 17 | 11 | 1,25 |
| варной с сахаром и лимоном 1/200/5 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,02 | 2,06 | 0 | 0,01 | 14,528 | 6,05 | 5,264 | 0,569 |
| | | 505 | 17,719 | 16,84 | 66,117 | 486,902 | 0,279 | 40,396 | 0,32 | 4,33 | 84,828 | 295,553 | 128,744 | 3,897 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|------|-----|--------|--------|---------|----------|-------|--------|-------|--------|--------|---------|---------|-------|
| ат овощной с яблоками 1/60 | 1422 | 60 | 0,888 | 3,65 | 4,518 | 54,478 | 0,02 | 15,6 | 0,24 | 1,68 | 23,673 | 21,615 | 12,336 | 0,508 |
| из свежей капусты с картофелем на бульоне | 1442 | 200 | 4,098 | 6,951 | 8,281 | 112,076 | 0,054 | 23,254 | 0,172 | 1,996 | 46,214 | 40,034 | 19,708 | 0,919 |
| кое по-домашнему с курицей 1/200 | 1702 | 200 | 17,499 | 17,413 | 29,31 | 343,955 | 0,25 | 35,65 | 0,32 | 3,888 | 40,908 | 208,981 | 93,864 | 2,542 |
| питок из изюма 1/200 | 1201 | 200 | 0,495 | | 26,22 | 106,86 | 0,03 | | | | 21 | 19,356 | 8,2 | 0,497 |
| | | 660 | 22,98 | 28,015 | 68,328 | 617,369 | 0,354 | 74,504 | 0,732 | 7,564 | 131,8 | 289,985 | 134,108 | 4,466 |
| | | | 40,699 | 44,855 | 134,446 | 1 104,27 | 0,633 | 114,9 | 1,052 | 11,894 | 216,62 | 585,538 | 262,852 | 8,362 |

Вторник (4 неделя)

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------------------------------|------|-----|--------|--------|--------|---------|-------|--------|-------|-------|--------|---------|---------|-------|
| плета мясная запеченная в соусе 1/90, | 1772 | 120 | 11,382 | 16,746 | 15,417 | 257,913 | 0,366 | 11,911 | 0,138 | 3,384 | 26,346 | 80,317 | 22,39 | 1,312 |
| гарнировка из свежей капусты 1/30 | 1680 | 150 | 6,878 | 5,119 | 35,774 | 216,673 | 0,226 | | 0,021 | 3,544 | 22,005 | 159,153 | 106,401 | 3,573 |
| на гречневая 1/150 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,02 | 2,06 | 0 | 0,01 | 14,528 | 6,05 | 5,264 | 0,569 |
| й варной с сахаром и лимоном 1/200/5 | | 475 | 18,424 | 21,901 | 66,382 | 536,332 | 0,613 | 13,971 | 0,159 | 6,938 | 62,879 | 245,521 | 134,055 | 5,454 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|------|-----|--------|--------|--------|---------|-------|--------|-------|-------|--------|---------|--------|-------|
| лат Осенний 1/60 | 665 | 60 | 0,709 | 3,634 | 4,693 | 54,311 | 0,033 | 4,003 | 0,72 | 1,755 | 17,095 | 25,349 | 16,167 | 0,533 |
| п картофельный с рисом на бульоне 1/200 | 1441 | 200 | 4,246 | 6,471 | 14,285 | 132,364 | 0,086 | 9,242 | 0,166 | 1,984 | 36,234 | 61,854 | 25,508 | 0,985 |
| ту овощное с мясом 1/200 | 1731 | 200 | 16,486 | 21,187 | 24,301 | 353,828 | 0,56 | 45,442 | 0,48 | 3,881 | 63,242 | 178,723 | 53,802 | 2,303 |
| питок из шиповника 1/200 | 656 | 200 | 0,24 | 0,02 | 16,428 | 66,854 | 0 | 0,04 | 0 | | 11,052 | 3,302 | 3,676 | 0,375 |
| | | 660 | 21,681 | 31,312 | 59,706 | 607,357 | 0,679 | 58,727 | 1,366 | 7,62 | 127,62 | 269,229 | 99,153 | 4,197 |

| | | | | | | | | | | | | |
|--|--------|--------|---------|----------|-------|--------|-------|--------|-------|---------|---------|-------|
| | 40,105 | 53,213 | 126,088 | 1 143,69 | 1,291 | 72,699 | 1,525 | 14,558 | 190,5 | 514,749 | 233,209 | 9,651 |
|--|--------|--------|---------|----------|-------|--------|-------|--------|-------|---------|---------|-------|

день среда (4 неделя)

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------|-----|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|--------------|
| трак | | | | | | | | | | | | | | |
| т (без молока) с кукурузой 1/170/30 | 17 | 200 | 14,421 | 17,547 | 5,372 | 237,1 | 0,077 | 1,816 | 0,261 | 4,284 | 111,17 | 235,426 | 20,9 | 2,629 |
| ты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,65 | 0,1 | 8,95 | 39,3 | 0,035 | 35 | | 0,2 | 25 | 17 | 11 | 1,25 |
| аварной с сахаром и лимоном 1/200/5 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,02 | 2,06 | 0 | 0,01 | 14,528 | 6,05 | 5,264 | 0,569 |
| того: | | 505 | 15,236 | 17,683 | 29,514 | 338,146 | 0,133 | 38,876 | 0,261 | 4,494 | 150,69 | 258,476 | 37,164 | 4,448 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|
| т из свежей капусты с кукурузой и морковью | 1819 | 60 | 1,026 | 3,644 | 4,626 | 55,408 | 0,018 | 19,661 | 0,12 | 1,65 | 26,925 | 20,481 | 10,314 | 0,304 |
| т со свежей капустой с картофелем на бульоне | 1439 | 200 | 4,066 | 6,943 | 10,813 | 122,004 | 0,049 | 14,854 | 0,172 | 2 | 46,194 | 44,034 | 21,988 | 1,193 |
| т с куриной в соусе 1/90 | 1763 | 90 | 12,047 | 10,865 | 11,086 | 190,313 | 0,071 | 2,02 | 0,048 | 1,995 | 16,737 | 108,003 | 48,907 | 1,006 |
| тофель отварной 1/150 | 1711 | 150 | 3,053 | 4,406 | 24,524 | 149,96 | 0,181 | 30 | 0,021 | 0,203 | 24,54 | 90,263 | 35,016 | 1,426 |
| тот из яблок 1/200 | 1690 | 200 | 0,08 | | 16,96 | 68,16 | 0,006 | 2 | | 0,04 | 12,2 | 2,206 | 3,7 | 0,487 |
| того: | | 700 | 20,271 | 25,859 | 68,008 | 585,845 | 0,324 | 68,535 | 0,361 | 5,888 | 126,6 | 264,986 | 119,925 | 4,416 |
| того: | | | 35,507 | 43,542 | 97,521 | 923,991 | 0,457 | 107,41 | 0,622 | 10,382 | 277,29 | 523,462 | 157,089 | 8,864 |

день четверг (4 неделя)

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--|------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|--------------|
| трак | | | | | | | | | | | | | | |
| т из моркови с маслом 1/60 | 1801 | 60 | 0,749 | 3,654 | 4,274 | 52,979 | 0,035 | 2,88 | 1,152 | 1,814 | 17,769 | 32,13 | 22,02 | 0,422 |
| т гречневая с курицей 1/200 | 1115 | 200 | 20,749 | 18,019 | 36,99 | 393,129 | 0,272 | 3,401 | 0,32 | 7,052 | 35,588 | 263,659 | 157,576 | 4,428 |
| т заварной с сахаром и лимоном 1/200/5 | 404 | 205 | 0,165 | 0,036 | 15,191 | 61,746 | 0,02 | 2,06 | 0 | 0,01 | 14,528 | 6,05 | 5,264 | 0,569 |
| того: | | 465 | 21,662 | 21,709 | 56,456 | 507,854 | 0,327 | 8,341 | 1,472 | 8,877 | 67,885 | 301,839 | 184,86 | 5,419 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--|------|------------|---------------|---------------|----------------|-----------------|--------------|---------------|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------|---------------|
| т из квашеной капусты со свеклой 1/60 | 664 | 60 | 0,946 | 3,661 | 4,248 | 53,722 | 0,014 | 7,068 | | 1,658 | 21,114 | 20,967 | 10,59 | 4,004 |
| т солоник Ленинградский на бульоне 1/200 | 1438 | 200 | 4,618 | 7,079 | 14,921 | 141,868 | 0,078 | 10,274 | 0,178 | 2,28 | 34,61 | 68,65 | 22,356 | 1,087 |
| тлет мясная натуральная запеченная (без хлеба) | 1772 | 90 | 10,906 | 15,222 | 13,458 | 234,458 | 0,357 | 0,959 | 0,048 | 2,687 | 13,281 | 70,833 | 17,185 | 1,156 |
| тотфельное пюре 1/150 | 1720 | 150 | 3,404 | 4,904 | 22,94 | 149,511 | 0,161 | 27,053 | 0,026 | 0,186 | 47,16 | 100,554 | 34,275 | 1,281 |
| тот из ягод з/м 1/200 | 1658 | 200 | 0,16 | | 17,02 | 68,72 | 0,012 | 2 | | 0,12 | 13 | 4,006 | 3,7 | 0,147 |
| того: | | 700 | 20,034 | 30,866 | 72,587 | 648,279 | 0,622 | 47,353 | 0,251 | 6,931 | 129,17 | 265,01 | 88,106 | 7,675 |
| того: | | | 41,696 | 52,575 | 129,043 | 1 156,13 | 0,949 | 55,694 | 1,724 | 15,808 | 197,05 | 566,849 | 272,966 | 13,093 |

день пятница (4 неделя)

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------------------------|------|------------|---------------|--------------|---------------|----------------|--------------|--------------|-------------|--------------|---------------|----------------|---------------|-------------|
| втрак | | | | | | | | | | | | | | |
| т с мясом 1/200 | 1692 | 200 | 16,918 | 21,3 | 42,591 | 429,733 | 0,599 | 2,4 | 0,32 | 4,016 | 45,844 | 269,431 | 78,932 | 2,055 |
| тукты свежие по сезону (v)1/100 | -/- | 100 | 0,65 | 0,1 | 8,95 | 39,3 | 0,035 | 35 | | 0,2 | 25 | 17 | 11 | 1,25 |
| т заварной с шиповником 1/200 | 1666 | 200 | 0,24 | 0,02 | 16,428 | 66,854 | 0 | 0,04 | 0 | | 11,052 | 3,302 | 3,676 | 0,375 |
| того: | | 500 | 17,808 | 21,42 | 67,969 | 535,887 | 0,634 | 37,44 | 0,32 | 4,216 | 81,896 | 289,733 | 93,608 | 3,68 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|------|------------|---------------|---------------|----------------|-----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|--------------|
| т из свежей капусты с морковью 1/60 | 1672 | 60 | 0,981 | 3,653 | 4,185 | 53,545 | 0,02 | 22,05 | 0,18 | 1,668 | 27,687 | 20,28 | 11,232 | 0,369 |
| туп овощной с зеленым горошком на бульоне 1/200 | 1454 | 200 | 4,146 | 7,567 | 8,151 | 117,292 | 0,061 | 15,066 | 0,178 | 1,97 | 39,534 | 41,794 | 17,748 | 0,823 |
| т яркое по-домашнему с мясом 1/200 | 1728 | 200 | 16,619 | 21,444 | 29,91 | 379,11 | 0,623 | 34,65 | 0,32 | 3,777 | 39,692 | 199,453 | 57,132 | 2,457 |
| тот из яблок 1/200 | 1690 | 200 | 0,08 | | 16,96 | 68,16 | 0,006 | 2 | | 0,04 | 12,2 | 2,206 | 3,7 | 0,487 |
| того: | | 660 | 21,826 | 32,664 | 59,206 | 618,106 | 0,709 | 73,766 | 0,678 | 7,454 | 119,11 | 263,732 | 89,812 | 4,137 |
| того: | | | 39,634 | 54,084 | 127,175 | 1 153,99 | 1,344 | 111,21 | 0,998 | 11,67 | 201,01 | 553,465 | 183,42 | 7,817 |