



СОГЛАСОВАНО:

Начальник ЦСХ «Республика Беларусь»
 Федеральная служба по ветеринарному и фитосанитарному надзору
 в Республике Беларусь
 и в Республике Беларусь
 по С/Россельхозцентр в г. Минск
 А. Д. Харченко
 18 марта 2023 г.

**Перспективное 18-дневное меню горячего питания для учащихся общеобразовательных учреждений
 - Минераловодского городского округа на ДОУ 2023 г.**

Сезон: лето

ЮН
2023 г.

Возраст 11-17 лет

№ рецептуры	Наименование продукта	Выход	Цена	Протеин, г/кг				Энерг. Ценность ккал	Полезные жиры				Минеральные вещества			
				Б	Ж	У	К		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1 день, 1																
С У Т Е Н Ь																
Завтрак																
№211 сбор 2005г под ред. Могильного	Овощи натуральные	212,5	48,56	23,2	23,30	19,98	312,00	0,13	0,39	507,40	0,47	160,00	368,00	27,60	4,00	
№311 сбор 2005г под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие замороженн	100	7,12	0,85	0,00	3,33	16,00	0,02	1,80	0,00	0,03	13,80	25,50	8,53	2,57	
№144 сбор 2005г под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.ж. в упаковке 72,5%	10	7,46	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,00	2,40	3,00	0,00	0,02	
№445 сбор 2021г под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200,10	1,31	0,76	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,30	7,70	1,20	0,82	
№338 сбор 2005 под ред. Могильного	Яйца куриные свежие селенные калийированные 1 шт	200	17,85	0,80	0,67	19,70	88,70	0,04	13,30	0,00	0,00	20,40	14,80	12,00	2,00	
к.к	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого завтрак:			84,12	28,31	31,74	71,82	615,40	0,26	15,49	547,40	2,12	218,40	453,80	65,33	11,00	
Обед																
№82 сбор 2005г под ред. Могильного	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250,5	4,79	1,82	4,91	12,74	102,50	0,05	10,29	0,00	2,40	44,38	53,23	26,25	3,10	
№200 сбор 2005г под ред. Могильного	Курица	100,100	113,00	23,70	20,38	4,95	312,50	0,06	1,39	25,00	0,85	46,50	264,63	43,50	0,98	
№203 сбор 2005г под ред. Могильного	Мякнота отварные с маслом	180,5	8,01	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,0	0,74	10,63	32,88	7,13	0,071	
№71 сбор 2005г под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	8,06	1,20	0,20	4,67	26,00	0,020	1,80	0,0	0,07	11,80	25,17	8,33	2,35	
№493 сбор 2021г под ред. Перевалова	Компот из сухофруктов	200	4,43	0,00	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69	
к.к	Хлеб ржанко-пшеничный	40	1,99	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56	
к.к	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого обед:			147,16	40,95	32,55	107,19	914,70	0,32	13,68	50,00	5,50	158,61	433,11	131,61	8,64	
Итого 1 день:			231,28	69,26	64,29	179,01	1530,10	0,59	29,17	597,40	7,62	377,01	886,91	196,94	19,64	
2 ДЕНЬ																
Завтрак																
№234 сбор 2005г под ред. Могильного	Литочки рыбные	100	27,32	14,80	18,80	11,60	274,00	0,09	1,15	22,50	1,83	57,00	218,38	28,38	0,76	
№310 сбор 2005 г под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180,5	17,49	4,30	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,03	
№459 сбор 2021г под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимонном	200,10 7	2,61	0,30	0,10	9,50	40,00	0,00	1,00	0,00	0,02	7,90	9,10	5,00	0,87	
к.к	Хлеб ржанко-пшеничный	40	1,99	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56	
Итого завтрак:			49,41	22,24	24,38	63,36	603,80	0,35	28,53	46,50	2,66	98,34	390,88	89,02	4,82	

Обед															
№80 сбор 2012г. под ред. Могильного	Суп картофельный с крупами	250	7,54	2,18	4,39	14,29	129,50	0,11	8,25	0,00	1,25	24,00	66,70	26,65	0,97
№294 сбор 2005г. под ред. Могильного	Котлеты рубленные из птицы	100	32,32	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,80	17,86
№171 сбор 2005г. под ред. Могильного	Капша гречневая раскатанная с маслом	180,5	13,47	10,63	7,18	47,77	316,0	0,3	0	24	0,75	19,08	252,12	168	5,78
№71 сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	8,06	1,20	0,20	4,67	26,00	0,020	1,80	0,0	0,07	13,80	25,17	8,33	2,35
№42 сб 2005 г. под ред. Могильного	Компот из свежих яблок	200	4,65	0,16	0,00	29,00	136,00	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
к.к	Хлеб ржаной-пшеничный	40	1,99	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
к.к	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:			70,71	36,65	28,00	158,75	1090,80	0,65	11,45	72,50	4,46	127,66	597,09	257,24	30,17
Итого 2 день:			120,12	58,89	52,38	222,11	1694,60	1,00	39,98	119,00	7,12	226,00	987,97	346,26	34,99
3 ДЕНЬ															
Завтрак															
№181 сбор 2005г. под ред. Могильного	Капша жидкая мясорубная с маслом	200,5	13,58	3,18	3,89	21,44	184,00	0,04	0,00	20,00	0,30	8,00	27,00	5,80	0,52
№14 сбор 2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное высшего сорта 1/2 пачки 22,5%	30	7,30	0,08	7,28	0,14	60,70	0,01	0,00	40,00	0,10	2,40	4,00	0,00	0,02
№15 сбор 2005г. под ред. Могильного	Сыр Российский	30	27,85	0,94	8,86	0,00	107,50	0,00	0,22	78,00	1,20	264,00	150,00	13,50	0,30
№161 сбор 2005г. под ред. Переломова	Какао с молоком с сахаром	200	13,90	1,20	3,60	19,20	177,00	0,02	0,20	15,20	0,05	108,00	85,40	21,40	0,58
к.к	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
№138 сбор 2005 под ред. Могильного	Яблока свежие сезонные, календарные, 1 шт	200	17,85	0,80	0,67	19,70	88,70	0,04	13,30	0,00	0,00	21,70	1,30	12,00	2,80
Итого завтрак:			77,64	17,40	24,69	79,85	662,90	0,17	13,72	153,20	2,41	412,90	315,60	62,50	4,92
Обед															
№102 сбор 2005г. под ред. Могильного	Суп картофельный с фасолью	250	7,82	5,49	5,27	16,32	134,75	0,23	5,81	0,00	2,12	38,08	87,18	35,30	2,01
№282 сбор 2012г. под ред. Могильного	Котлеты из говядины	100	53,18	15,55	11,55	15,70	238,75	0,10	0,15	28,75	0,85	43,75	101,25	12,50	1,13
№137 сбор 2012г. под ред. Могильного	Рагу из овощей	180,5	18,29	2,13	11,10	13,40	292,00	0,87	9,92	24,00	3,17	31,44	63,24	27,80	0,95
№495 сбор 2005г. под ред. Переломова	Компот из сухофруктов	200	4,23	0,00	0,00	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,00	20,00	14,20	14,40	0,69
к.к	Хлеб ржаной-пшеничный	40	1,99	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
к.к	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:			87,59	29,63	28,91	98,25	883,70	0,55	16,08	52,75	8,23	156,57	368,87	122,04	7,16
Итого 3 день:			165,23	47,03	53,60	178,10	1546,60	0,72	29,80	205,95	10,64	569,47	684,47	184,54	12,08
4 ДЕНЬ															
Завтрак															
№291 сбор 2005г. под ред. Могильного	Плов из птицы	100,200	51,03	27,38	30,44	57,31	573,75	0,08	0,08	64,80	0,31	60,38	267,30	62,04	2,78
№71 сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	7,12	0,83	0,00	3,33	19,00	0,020	1,80	0,0	0,07	13,80	25,50	8,33	2,37
№157 сбор 2005г. под ред. Переломова	Чай с сахаром	200,10	1,31	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	1,20	0,82
к.к	Хлеб ржаной-пшеничный	40	1,99	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
Итого завтрак:			61,50	31,05	31,02	83,30	697,35	0,17	1,88	64,80	0,94	93,28	363,70	93,97	7,53
Обед															
№84 сбор 2005г. под ред. Могильного	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250,5	11,95	3,54	5,10	14,53	168,25	0,09	6,29	0,00	2,44	50,25	97,93	34,50	1,71
№239 сбор 2005г. под ред. Могильного	Голубцы рыбные с соусом	100,60	33,03	12,80	11,80	18,20	230,00	0,20	0,30	10,00	4,88	52,75	141,75	59,25	1,78
№310 сбор 2005г. под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180,5	17,49	5,50	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63
№71 сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	8,06	1,20	0,20	4,67	26,00	0,02	1,80	0,00	0,07	13,80	25,17	8,33	2,35
№42 сб 2005 г. под ред. Могильного	Компот из свежих яблок	200	4,65	0,16	0,00	29,00	136,00	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
к.к	Хлеб ржаной-пшеничный	40	1,99	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
к.к	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:			79,18	28,04	22,99	128,03	955,25	0,64	34,87	34,00	8,73	164,69	671,29	175,82	10,70
Итого 4 день:			140,68	59,09	54,01	211,33	1652,60	0,81	36,75	64,80	9,67	257,97	1034,99	269,79	18,23
5 ДЕНЬ															
Завтрак															
№223 сбор 2005г. под ред. Могильного	Запеканка из творога со ступенным мяском	200,20	88,07	31,90	24,50	61,80	463,00	0,10	0,45	138,80	0,71	276,00	364,00	41,00	1,30

№14 сбор 2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.ж не менее 72,5%	10	7,46	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02	
№459 сбор 2021г. под ред. Переломова	Чай с сахаром	200	10,77	0,30	0,10	9,30	40,00	0,00	1,00	0,00	0,02	2,90	9,10	3,00	0,87	
№338 сбор 2005 под ред. Могильного	Бананы свежие калиброванные 1 шт	200	30,93	2,90	0,00	47,20	200,00	0,08	18,00	0,00	0,00	15,00	52,00	73,00	0,94	
к.к	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого завтрак:			130,95	38,38	32,27	138,01	863,70	0,25	19,45	178,80	1,36	310,50	492,90	132,80	3,93	
Обед																
№88 сбор 2005г. под ред. Могильного	Суп из свежей картошки с картофелем из сметаной	250	9,30	1,74	4,89	9,20	144,75	0,06	18,47	0,00	2,37	43,33	47,63	22,50	0,80	
№281 сбор 2012г. под ред. Могильного	Котлеты рубленые с картофелем и мясным соусом	100	10,98	11,64	12,90	0,98	261,90	0,00	0,31	48,75	0,64	63,00	133,55	23,13	1,00	
№305 сбор 2005г. под ред. Могильного	Рис отваренный	180	10,26	3,64	4,30	26,67	200,00	0,02	0,00	21,00	0,27	2,42	60,00	19,00	0,513	
№71 сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	7,12	0,83	0,00	3,33	16,00	0,020	1,80	0,00	0,07	13,80	25,50	8,33	2,37	
№352 сбор 2005г. под ред. Могильного	Квас из яблок домашнего	200	4,40	0,30	0,00	14,50	159,20	0,02	5,60	0,00	0,00	10,20	15,18	5,04	0,42	
к.к	Хлеб ржаной пшеничный	40	1,99	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	61,20	18,80	1,56	
к.к	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого обед:			82,93	23,99	22,98	116,41	927,65	0,33	25,98	69,81	4,50	155,95	380,96	109,75	7,46	
Итого 5 день:			213,88	62,37	55,25	254,42	1791,35	0,58	45,43	248,61	5,86	466,45	873,86	242,55	11,39	
2 неделя																
6 ДЕНЬ																
Завтрак																
№174 сбор 2005г. под ред. Могильного	Шашлык из говядины с рисом и маслом	200	10,11	4,09	4,07	32,09	207,00	0,03	0,00	20,00	0,25	5,20	67,00	71,80	0,45	
№14 сбор 2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.ж не менее 72,5%	10	7,46	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02	
№15 сбор 2005г. под ред. Могильного	Сыр Российский	30	22,88	6,94	8,86	0,00	107,50	0,00	0,22	78,00	1,20	261,00	180,00	10,50	0,30	
№457 сбор 2021г. под ред. Переломова	Чай с сахаром	200	10,77	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82	
№338 сбор 2005 под ред. Могильного	Бананы свежие калиброванные 1 шт	200	17,85	0,80	0,67	19,70	88,70	0,04	13,30	0,00	0,00	21,30	14,80	12,00	2,90	
к.к	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого завтрак:			67,49	15,31	21,37	80,60	631,90	0,14	13,52	138,00	2,08	307,70	277,30	61,70	5,29	
Обед																
№82 сбор 2012г. под ред. Могильного	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,88	2,68	2,84	17,14	104,75	0,11	8,25	0,00	1,42	24,00	66,65	27,00	1,08	
№282 сбор 2012г. под ред. Могильного	Котлеты из говядины	100	11,18	15,55	11,55	13,20	238,75	0,10	0,15	28,75	0,85	43,75	101,25	12,50	1,13	
№121 сб 2005г. под ред. Могильного	Капуста тушеная	180	16,31	1,76	6,67	17,30	244,00	0,06	29,90	0,00	3,54	102,00	75,20	38,20	1,46	
№389 сбор 2005г. под ред. Могильного	Напиток из плодов шиповника	200	7,14	0,68	0,28	20,75	143,80	0,01	10,00	0,00	0,00	21,33	3,44	3,44	0,63	
к.к	Хлеб ржаной пшеничный	40	1,99	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	61,20	18,80	1,56	
к.к	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого обед:			88,38	28,51	22,23	103,62	895,50	0,42	48,30	28,75	6,90	214,88	346,54	113,14	6,66	
Итого 6 день:			155,87	43,82	43,60	184,22	1527,40	0,56	61,82	166,75	8,98	522,58	623,84	174,84	11,95	
3 НЕДЕЛЯ																
Завтрак																
№231 сбор 2012г. под ред. Могильного	Сырники из творога с сметанным соусом	200	26	87,71	28,70	23,70	47,53	435,00	0,11	0,49	108,80	4,12	292,00	425,60	48,00	1,39
№14 сбор 2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.ж не менее 72,5%	10	7,46	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02	
№457 сбор 2021г. под ред. Переломова	Чай с сахаром	200	10,77	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82	
№338 сбор 2005 под ред. Могильного	Бананы свежие калиброванные 1 шт	200	30,93	2,90	0,00	47,20	200,00	0,08	18,00	0,00	0,00	15,00	52,00	73,00	0,94	
к.к	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого завтрак:			121,83	35,00	24,21	119,37	767,60	0,26	18,49	108,80	4,65	321,30	520,10	138,40	3,95	
Обед																
№102 сбор 2005г. под ред. Могильного	Суп картофельный с бобовыми	250	7,82	5,49	5,27	16,32	134,75	0,23	5,81	0,00	2,42	38,08	87,18	35,30	2,03	
№291 сбор 2005г. под ред. Могильного	Плов из птицы	100	20	51,08	27,38	30,44	57,31	573,75	0,08	0,08	64,80	0,31	60,38	267,30	62,64	2,78
№71 сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	7,12	0,83	0,00	3,33	16,00	0,020	1,80	0,00	0,07	13,80	25,50	8,33	2,37	

342 сб 2005 г	Компот из свежих яблок	200	5,65	0,16	0,00	29,00	146,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,34	4,40	0,87	
к.к	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,99	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56	
к.к	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого обед:			75,54	39,70	36,60	138,69	1035,30	0,47	7,79	64,80	3,89	140,71	486,22	142,67	10,41	
Итого 7 день:			197,37	74,70	60,81	258,06	1802,90	0,73	26,28	173,60	8,54	462,01	1006,32	281,07	14,36	
8 ДЕНЬ																
Завтрак																
№306 сбор 2005г под ред. Могильного	Макаронные изделия с сыром	200	21,59	4,78	5,06	26,65	171,25	0,04	0,00	25,00	0,71	10,61	17,88	7,13	0,07	
№14 сбор 2005г под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.ж.в не менее 72,5%	30	7,46	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02	
№462 сбор 2021г под ред. Перевалова	Каша с молоком	200	9,77	3,39	2,00	13,80	94,00	0,03	0,20	19,00	0,01	11,30	0,10	22,30	0,65	
№338 сбор 2005 под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные 1 шт	200	17,85	0,80	0,67	19,70	288,70	0,04	13,30	0,00	0,00	21,30	14,80	12,00	2,90	
к.к	Хлеб пшеничный	40	1,85	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	14,80	13,20	0,80	
Итого завтрак:			60,55	12,16	16,30	79,66	514,65	0,18	14,00	84,00	1,35	154,83	176,58	54,63	4,44	
Обед																
№82 сбор 2005г под ред. Могильного	Вермишель с картофелем со сметаной	250,5	9,79	1,82	3,90	17,74	102,50	0,05	10,79	0,00	3,40	44,38	11,23	26,25	3,10	
№279 сбор 2005г под ред. Могильного	Тертая капуста тушеная с сосиской сметанная с сметаной	100,90	31,62	18,18	30,88	12,98	353,33	0,10	0,07	85,00	1,10	87,80	50,47	40,17	1,61	
№110 сбор 2005г под ред. Могильного	Картофель отварной с мясом	180,5	17,49	4,50	2,00	78,90	220,20	0,19	26,58	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63	
№71 сбор 2005г под ред. Могильного	Свиной натуральное свежее (шницель)	100	8,06	1,20	0,70	4,63	26,00	0,020	1,00	0,0	0,07	13,80	75,17	8,33	2,35	
№495 сбор 2021г под ред. Перевалова	Каша из хлопьев быстрого приготовления	200	4,43	0,60	0,10	50,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,0	0,20	14,40	0,60	
к.к	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,99	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56	
к.к	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого обед:			95,26	32,14	31,98	122,12	950,23	0,51	39,69	109,00	5,31	178,72	498,97	157,99	9,89	
Итого 8 день:			155,81	44,30	48,28	201,78	1464,88	0,69	53,69	193,00	6,66	333,55	675,55	212,62	14,33	
9 ДЕНЬ																
Завтрак																
№240 сбор 2012г под ред. Могильного	Творог из творожной массы с медом и сахаром	200,20	78,48	25,50	20,10	36,80	392,00	0,10	2,48	135,00	0,70	218,00	317,00	35,20	2,22	
№14 сбор 2005г под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.ж.в не менее 72,5%	30	7,46	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02	
№457 сбор 2021г под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200,10	1,51	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,20	4,20	0,82	
№338 сбор 2005 под ред. Могильного	Бананы свежие калиброванные 1 шт	200	30,93	2,90	0,00	47,20	200,00	0,08	18,90	0,00	0,00	15,60	52,00	73,00	0,94	
к.к	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,99	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56	
Итого завтрак:			120,17	31,32	27,94	106,80	765,70	0,25	20,48	175,00	1,36	254,50	442,90	131,20	5,56	
Обед																
№108,109 сбор 2005г под ред. Могильного	Суп картофельный с овощами	250	9,32	2,06	3,10	12,58	124,50	0,08	3,78	4,50	1,34	22,38	47,35	18,13	0,68	
№290 сбор 2005г под ред. Могильного	Пшеничная каша в соусе	100,60	45,73	26,40	29,80	8,00	230,60	0,05	0,01	40,00	0,40	51,15	124,63	19,00	1,51	
№305 сбор 2005г под ред. Могильного	Рис отваренный	180	10,26	3,64	4,30	26,67	200,00	0,02	0,00	21,0	0,27	2,42	50,60	19,00	0,513	
№71 сбор 2005г под ред. Могильного	Свиной натуральное свежее (котлет)	100	7,12	0,83	0,00	3,33	16,00	0,020	1,80	0,0	0,07	13,80	25,50	8,33	2,37	
№352 сбор 2005г под ред. Могильного	Кисель из яблок свежих	200	5,40	0,30	0,00	14,50	139,20	0,02	3,60	0,06	0,06	11,20	15,48	5,64	0,42	
к.к	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,99	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56	
к.к	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого обед:			81,70	39,07	38,09	117,81	873,90	0,33	13,16	65,56	3,23	123,53	371,56	101,50	7,85	
Итого 9 день:			201,87	70,39	66,03	224,61	1639,60	0,59	33,64	240,56	4,59	378,03	814,46	232,70	13,41	
10 ДЕНЬ																
Завтрак																
№294 сбор 2005г под ред. Могильного	Котлеты рубленые из птицы	100	32,12	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	17,86	
№171 сбор 2005г под ред. Могильного	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180,5	13,47	10,63	7,18	47,77	316,0	0,3	0	24	0,75	19,08	252,12	168	5,76	

№465 сбор 2021г. под ред. Перевалова	Кофейный напиток с молоком	200	9,90	2,80	2,50	13,60	88,00	0,03	0,70	19,00	0,00	108,30	75,60	12,60	0,12	
к.к.	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого завтрак:			57,37	33,27	25,43	111,03	807,10	0,48	2,00	91,50	2,58	178,91	509,38	211,66	24,54	
<i>Обед</i>																
№88 сбор 2005г. под ред. Могильного	Пицца свежая капуста с жареной ветчиной	250,5	9,30	1,34	4,80	9,20	144,75	0,06	18,47	0,00	2,47	43,44	47,63	22,25	0,50	
№229 сбор 2005г. под ред. Могильного	Рыба тушеная в томате с овощами	100,50	47,81	13,30	7,80	7,20	204,00	0,00	1,45	24,60	1,92	65,00	226,00	28,80	0,82	
№310 сбор 2005г. под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180,5	17,49	4,50	0,00	28,90	220,20	0,00	20,38	24,00	0,25	09,44	100,20	16,84	1,03	
442 сб 2005г.	Компот из свежих яблок	200	5,65	0,16	0,00	29,00	118,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,75	8,24	4,40	0,57	
к.к.	Хлеб ржаной-пшеничный	40	1,99	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,30	
к.к.	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого обед:			84,12	26,54	18,58	107,03	849,75	0,49	46,40	48,60	5,63	156,22	480,07	124,29	6,48	
Итого 10 день:			141,49	59,81	44,01	218,06	1656,85	0,96	48,40	140,10	8,21	335,13	989,45	335,95	31,02	
3 неделя																
<i>11 ДЕНЬ</i>																
<i>Завтрак</i>																
№210 сбор 2005г. под ред. Могильного	Омлет картофельный	212,5	48,50	23,20	2,30	19,98	312,00	0,15	0,30	507,40	1,42	100,00	368,00	27,60	4,00	
№71 сбор 2005г. под ред. Могильного	Салат натуральные свежие овощи (ор-о)	100	8,00	1,50	0,70	4,67	20,00	0,020	1,80	0,0	0,07	1,30	25,47	8,33	0,30	
№14 сбор 2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.т.ж. не менее 72,5%	10	7,46	0,08	7,26	0,14	66,10	0,001	0,00	40,00	0,10	7,40	3,00	0,00	0,02	
№457 сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200,10	1,31	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,10	7,70	4,20	0,82	
№338 сбор 2005г. под ред. Могильного	Бананы свежие калиброванные 1 шт	200	17,85	0,80	0,07	19,70	88,70	0,04	13,30	0,00	0,00	71,00	14,80	12,00	2,00	
к.к.	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого завтрак:			85,06	28,68	31,94	73,16	625,40	0,26	15,49	547,40	2,12	218,40	453,47	65,33	10,98	
<i>Обед</i>																
№82 сбор 2005г. под ред. Могильного	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250,5	9,74	1,82	4,91	12,74	102,50	0,05	10,29	0,00	2,40	44,58	53,23	26,25	1,19	
№289 сбор 2005г. под ред. Могильного	Рыба запеченная	100,180	53,27	13,44	8,00	25,72	235,56	0,10	11,45	34,32	0,64	94,43	178,46	57,72	2,44	
№71 сбор 2005г. под ред. Могильного	Салат натуральные свежие овощи (ор-о)	100	7,12	0,84	0,00	3,33	16,00	0,020	1,80	0,0	0,07	13,80	25,50	8,33	2,57	
№495 сбор 2021г. под ред. Перевалова	Компот из сухофруктов	200	4,43	0,00	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	70,10	19,20	14,40	0,60	
к.к.	Хлеб ржаной-пшеничный	40	1,99	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,30	
к.к.	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого обед:			78,48	22,60	14,56	94,62	602,26	0,38	23,74	34,32	4,60	165,91	374,39	138,70	8,95	
Итого 11 день:			163,54	51,28	46,50	167,78	1227,66	0,64	39,23	581,72	6,72	384,31	827,86	204,03	19,93	
<i>12 ДЕНЬ</i>																
<i>Завтрак</i>																
№223 сбор 2005г. под ред. Могильного	Запеканка из творога со свежими яблоками	200,20	88,07	11,90	24,50	61,80	463,00	0,10	0,45	138,80	0,71	236,00	394,00	41,60	1,30	
№14 сбор 2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.т.ж. не менее 72,5%	10	7,46	0,08	7,26	0,14	66,10	0,001	0,00	40,00	0,10	7,40	3,00	0,00	0,02	
№462 сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с молоком	200	9,77	3,30	2,90	13,80	94,00	0,03	0,70	19,00	0,01	111,30	91,10	22,30	0,65	
№338 сбор 2005г. под ред. Могильного	Бананы свежие калиброванные 1 шт	200	30,93	2,90	0,00	47,20	200,00	0,08	18,00	0,00	0,00	15,00	52,00	71,00	0,94	
к.к.	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого завтрак:			138,11	41,38	35,07	142,31	917,70	0,28	19,15	197,80	1,35	413,90	574,90	180,10	3,71	
<i>Обед</i>																
№82 сбор 2012г. под ред. Могильного	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,88	2,68	2,84	17,14	104,75	0,11	8,25	0,00	1,42	24,80	66,65	27,00	1,08	
№281 сбор 2012г. под ред. Могильного	Возлеги рубленные запеченные с мякотными сосисой	100	46,98	11,64	12,90	9,98	263,50	0,06	0,11	48,75	0,64	63,00	133,75	23,13	1,00	

№171 сбор 2005г. под ред. Могильного	Капса гречишная рассыпчатая с маслом	180,5	13,47	10,63	7,18	47,77	416,00	0,30	0,00	24,00	0,75	19,08	252,12	168,00	5,76	
№152 сбор 2005г. под ред. Могильного	Кисель из яблок свежих	200	5,40	0,30	0,00	34,50	139,20	0,02	5,60	0,00	0,00	10,20	15,48	5,04	0,42	
к.к.	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,99	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,50	9,20	34,80	13,20	0,80	
к.к.	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,51	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого обед:			77,60	31,09	23,81	142,12	987,65	0,63	13,96	72,81	3,96	140,08	566,00	255,17	10,62	
Итого 12 дней:			215,71	72,47	58,88	284,43	1905,35	0,91	33,11	270,61	5,31	553,98	1140,90	405,27	14,33	
13 ДЕНЬ																
Завтрак																
№106 сбор 2005г. под ред. Могильного	Млкартонный стерилиз. с сахаром	200	23,50	4,76	5,06	26,65	173,25	0,01	0,00	25,00	0,71	10,63	32,88	7,13	0,07	
№141 сбор 2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское 82,5% не менее 72,5%	10	7,40	0,08	7,26	0,14	60,00	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02	
№71 сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	7,12	0,83	0,00	3,33	16,00	0,02	1,80	0,00	0,07	13,80	25,50	8,33	2,37	
№41 сбор 2021г. под ред. Перельова	Мол. суфле с лимонной	200 10,7	2,61	0,5	0,1	9,50	4,00	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80	
к.к.	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,51	9,20	34,80	13,20	0,80	
№155 сбор 2005г. под ред. Могильного	Яблоки свежие семенных недорезанные 1шт	200	17,83	0,99	0,67	19,70	85,70	0,04	13,30	0,00	0,03	21,30	14,80	2,00	0,03	
Итого завтрак:			60,51	9,99	13,50	78,69	476,65	0,17	16,10	65,00	1,43	65,23	120,08	45,66	7,03	
Обед																
№141 сбор 2005г. под ред. Могильного	Борщ с фасолью картофельной сметаной	250,5	11,68	3,34	5,16	14,54	160,75	0,04	6,29	0,00	2,44	30,25	97,93	11,50	0,71	
№171 сбор 2005г.	Борщ рыбный с лимон.	100	25,92	0,83	18,62	31	255	0,00	0,00	6,00	0,72	78	242,00	180	0,03	
№411 сбор 2005г. под ред. Могильного	Картофель отварной, запечен.	180,5	17,49	4,00	5,00	28,90	220,70	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	30,64	0,4	
№71 сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	8,09	1,70	0,20	4,67	50,00	0,02	1,80	0,00	0,07	15,80	25,17	8,33	0,14	
№126 2005г.	Компот из свежих яблок	200	5,65	0,16	0,00	29,00	140,80	0,00	0,10	0,00	0,00	8,25	8,24	4,10	0,87	
к.к.	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,99	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,50	14,00	63,20	18,80	1,56	
к.к.	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,51	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого обед:			72,07	26,07	29,86	120,83	980,25	1,34	34,57	30,00	3,97	189,94	571,54	154,07	9,85	
Итого 13 дней:			132,58	36,06	43,36	199,52	1456,90	1,51	50,67	95,00	5,40	255,17	691,62	199,73	16,88	
14 ДЕНЬ																
Завтрак																
№181 сбор 2005г. под ред. Могильного	Капса жидкая молочная с маслом	200,5	13,55	1,18	3,89	21,44	183,00	0,04	0,00	20,00	0,50	8,00	27,00	5,50	0,42	
№141 сбор 2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское 82,5% не менее 72,5%	10	7,40	0,08	7,26	0,14	60,00	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02	
№15 сбор 2005г. под ред. Могильного	Сыр Российский	30	22,88	0,04	8,86	0,00	107,50	0,00	0,22	78,00	1,20	264,00	150,00	10,50	0,30	
№405 сбор 2021г. под ред. Перельова	Кофейный напиток с лимонной	200	9,00	2,80	2,50	13,00	85,00	0,03	0,70	19,00	0,00	108,30	75,60	12,00	0,12	
к.к.	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,51	9,20	34,80	13,20	0,80	
к.к.	Бюбигурт 4шт	125	28,11	1,90	4,40	23,00	145,00	0,10	12,50	0,20	0,50	50,00	15,00	35,00	0,80	
Итого завтрак:			83,81	20,10	27,32	77,55	685,20	0,24	13,42	157,20	2,83	441,90	306,00	76,80	2,36	
Обед																
№108 109 сбор 2005г. под ред.	Суп картофельный с клецками	250	9,32	2,06	3,10	12,58	80,50	0,08	5,75	4,50	1,34	22,78	47,35	18,13	0,68	
№347 сбор 2021г. под ред. Перельова	Колбаса "Шоколад"	100	14,98	15,30	11,00	13,30	263,00	0,14	0,00	30,00	1,40	80,00	136,00	21,00	2,07	
№171 сбор 2005г. под ред. Могильного	Капса гречишная рассыпчатая с маслом	180,5	13,47	10,63	7,18	47,77	316,00	0,3	0	24	0,75	19,08	252,12	168	5,76	
№71 сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	7,12	0,83	0	3,33	16,00	0,02	1,8	0	0,07	13,80	25,50	8,33	2,37	
№405 сбор 2021г. под ред. Перельова	Компот из сухофруктов	200	4,44	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69	
к.к.	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,99	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,50	14,00	63,20	18,80	1,56	
к.к.	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,51	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого обед:			83,19	35,26	22,27	129,81	929,70	0,69	7,75	58,50	5,05	148,96	578,17	261,86	13,93	
Итого 14 дней:			167,00	55,36	49,59	209,36	1614,90	0,93	21,17	215,70	7,88	590,86	884,17	338,66	16,29	

15 ДЕНЬ

Завтрак

№240 сбор 2012г. под ред. Митянского	Пудинг из творога с яблоками и малиной студеной	200,20	78,48	25,50	29,10	36,86	392,00	0,10	2,48	135,00	0,70	218,00	117,00	55,20	2,22
№14 сбор 2005г. под ред. Митянского	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не менее 72,5%	10	7,46	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02
№338 сбор 2005г. под ред. Митянского	Блишки сладкие с изюмом/миндаль 1 шт	200	30,93	2,90	0,00	12,20	70,00	0,08	18,00	0,00	0,00	15,00	52,00	31,00	0,94
№457 сбор 2021г. под ред. Черкалова	Чай с сахаром	200,10	1,31	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
к.к.	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,90	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	14,80	13,20	0,80
Итого завтрак:			120,06	31,88	27,87	112,81	790,70	0,25	20,48	175,00	1,33	249,70	414,80	125,60	4,80
Обед															
№102 сбор 2005г. под ред. Митянского	Суп картофельный с овощами	250	7,82	5,49	5,27	16,32	30,70	0,23	5,81	0,00	2,42	38,08	87,18	19,10	2,93
№291 сбор 2005г. под ред. Митянского	Плов из птицы	100,200	51,08	27,38	40,44	57,31	57,75	0,08	0,08	164,80	0,31	60,18	267,30	67,94	2,78
№713 сбор 2005г. под ред. Митянского	Овощи варенные с соусом томатным	100	8,00	1,20	0,20	4,67	0,00	0,020	1,80	0,00	0,07	15,80	25,17	8,13	2,35
№386 сбор 2005г. под ред. Митянского	Паштет из печени индейки	200	2,14	0,68	0,28	20,73	125,80	0,01	10,60	0,00	0,00	21,33	1,44	4,14	0,03
к.к.	Хлеб ржаной-пшеничный	40	1,79	2,64	0,48	13,35	60,00	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
к.к.	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,90	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	14,80	13,20	0,80
Итого обед:			77,97	40,59	37,08	131,78	1097,45	0,48	17,69	64,80	3,89	156,79	481,09	141,71	10,15
Итого 15 день:			198,03	72,47	64,95	244,59	1888,15	0,73	38,17	239,80	5,22	406,49	895,89	267,31	14,95

4 недели

16 ДЕНЬ

Завтрак

№294 сбор 2005г. под ред. Митянского	Коллеты рубленые с начинкой	100	12,12	16,64	15,34	30,29	508,50	0,08	1,30	45,70	1,10	42,33	146,80	17,80	17,80
№321 сб 2005г. под ред. Митянского	Каша геркулесовая	180	10,31	3,76	6,67	17,30	72,100	0,06	29,90	0,00	1,54	102,00	77,20	88,20	1,46
№459 сбор 2021г. под ред. Черкалова	Чай с сахаром с лимоном	200,10,7	2,63	0,5	0,1	9,50	40	0	1	0,00	0,00	7,90	9,1	0	0,87
к.к.	Хлеб пшеничный	50	2,48	4,00	0,51	24,21	118,25	0,09	0,00	0,00	0,66	11,50	43,50	19,50	1,60
№338 сбор 2005г. под ред. Митянского	Блишки сладкие с изюмом и миндальными 1 шт	200	13,85	0,80	0,67	19,70	88,70	0,04	13,30	0,00	0,00	21,30	14,80	12,00	2,90
Итого завтрак:			71,24	25,50	23,29	101,00	799,45	0,26	45,50	48,50	5,52	185,03	291,46	89,56	24,09
Обед															
№80 сбор 2012г. под ред. Митянского	Суп картофельный с крупой	250	7,54	2,18	4,39	14,29	129,50	0,11	8,25	0,00	1,25	24,00	66,70	26,65	0,97
№279 сбор 2005г. под ред. Митянского	Тертель из говядины с соусом сметанным с картофелем	100,50	11,62	18,18	20,88	22,98	133,33	0,10	1,92	88,00	1,10	57,80	203,17	40,77	1,67
№203 сбор 2005г. под ред. Митянского	Макаронные отварные с маслом	180,5	8,01	5,70	6,07	32,00	275,50	0,04	0,00	25,00	0,71	19,63	32,88	7,13	0,971
№495 сбор 2021г. под ред. Черкалова	Компот из сухофруктов	200	1,13	0,69	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
к.к.	Хлеб ржаной-пшеничный	40	1,79	2,64	0,48	13,36	60,00	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
к.к.	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,41	19,37	94,90	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	14,80	13,20	0,80
Итого обед:			75,47	32,50	32,33	122,10	956,53	0,40	9,47	110,00	4,55	135,73	419,95	120,35	5,76
Итого 16 день:			146,71	58,00	55,62	223,10	1755,98	0,66	54,97	158,50	10,07	320,76	711,41	209,91	29,85

17 ДЕНЬ

Завтрак

№174 сбор 2005г. под ред. Митянского	Каша вязкая манная из риса с маслом	200,5	16,11	4,09	4,07	42,09	217,00	0,03	0,00	20,00	0,25	5,70	67,00	21,80	0,45
№14 сбор 2005г. под ред. Митянского	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не менее 72,5%	10	7,46	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02
№457 сбор 2021г. под ред. Черкалова	Чай с сахаром	200,10	1,31	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
к.к.	Хлеб пшеничный	50	2,35	4,00	0,51	24,21	118,25	0,09	0,00	0,00	0,66	11,50	43,50	16,50	1,60
к.к.	Блиночек 1 шт	125	28,11	3,90	4,40	23,00	145,00	0,10	12,50	0,20	0,50	50,00	15,00	35,00	0,80
Итого завтрак:			55,34	12,27	16,34	88,74	604,35	0,22	12,50	60,20	1,51	74,70	136,20	77,50	3,09
Обед															
№88 сбор 2005г. под ред. Митянского	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250,5	9,30	1,74	4,89	9,20	144,75	0,06	18,47	0,00	2,37	43,33	47,63	22,25	0,80

№229 сбор 2005г под ред. Могильного	Рыба тушеная в томате с овощами	100,50	47,81	14,30	7,80	7,20	204,00	0,09	1,45	24,60	1,92	65,00	226,00	28,80	0,82
№330 сбор 2005г под ред. Могильного	Картофель отварной, маслом	180,5	17,49	4,50	5,00	28,50	320,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63
№71 сбор 2005г под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	8,06	1,20	0,20	4,07	26,00	0,02	1,80	0,00	0,07	13,80	25,17	8,34	2,35
142 сб 2005г	Каша из свежей гречки	200	5,65	0,16	0,00	20,00	116,60	0,00	0,30	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
к.к	Хлеб ржаной из отрубей	40	1,99	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
к.к	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,20	0,43	16,33	92,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:			92,18	27,74	18,78	111,70	878,75	0,51	48,20	48,60	5,70	170,02	505,24	132,62	8,83
Итого 17 день:			147,52	40,01	35,12	200,44	1480,10	0,73	60,70	108,80	7,21	244,72	641,44	210,12	11,92
18 ДЕНЬ															
Завтрак															
№210 сбор 2005г под ред. Могильного	Омлет натуральный	212,5	48,90	23,29	21,30	60,08	312,00	0,14	0,50	87,40	1,42	166,00	508,00	77,00	4,00
№71 сбор 2005г под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	7,12	0,83	0,00	5,34	3,00	0,020	1,30	0,00	0,07	13,80	25,30	8,33	2,47
№15 сбор 2005г под ред. Могильного	Сыр Российский	30	22,88	0,94	8,86	10,00	117,50	0,00	0,72	0,00	1,20	264,00	150,00	10,50	0,30
№14 сбор 2005г под ред. Могильного	Мясное блюдо (суп) с говядиной, картофелем, морковью, луком	10	7,40	0,08	7,26	0,14	60,10	0,00	0,00	10,00	0,30	7,40	3,00	0,00	0,02
№459 сбор 2021г под ред. Черкасова	Напиток газированный	200,00	2,61	0,3	0,1	0,00	0,0	0	1	0,00	0,00	7,9	0,0	0	0,87
№338 сбор 2005г под ред. Могильного	Яйцо вареное, отварной картофель, масло сливочное	700	17,85	0,8	0,07	00,36	88,7	0,04	1,3	0,0	0,0	21,3	4,8	12	2,90
к.к	Хлеб пшеничный	40	2,35	4,00	0,41	24,2	118,25	0,09	0,00	0,00	0,06	11,50	43,30	16,50	1,00
Итого завтрак:			108,77	36,15	40,70	76,86	748,55	0,28	16,71	625,40	3,47	487,50	613,90	79,93	11,55
Обед															
№82 сбор 2012г под ред. Могильного	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,88	2,68	2,84	17,14	104,75	0,11	8,25	0,00	42	24,60	0,00	27,00	1,98
№294 сбор 2005г под ред. Могильного	Литовский суп с капустой	100	32,12	16,64	15,34	50,20	308,50	0,08	1,70	18,50	1,30	42,33	110,80	17,80	17,80
№203 сбор 2005г под ред. Могильного	Макаронный суп с мясом	180,5	8,01	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,00	0,71	10,63	27,88	7,13	0,071
№495 сбор 2021г под ред. Черкасова	Компот из сухофруктов	200	4,43	0,60	0,10	20,10	84,00	0,04	0,20	0,00	0,40	20,10	16,20	14,40	0,60
к.к	Хлеб ржаной из отрубей	40	1,99	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
к.к	Хлеб пшеничный	43	2,62	3,44	0,44	20,82	101,70	0,08	0,00	0,00	0,57	9,89	37,41	14,19	0,86
Итого обед:			56,45	31,70	25,27	133,71	894,05	0,38	9,75	73,50	4,96	121,55	366,20	99,38	22,12
Итого 18 день:			165,22	67,85	65,97	210,57	1642,60	0,66	26,46	698,90	8,43	609,05	980,10	179,31	33,67
Средняя на 18 дней:			170,00	57,95	53,46	214,97	1626,58	0,78	40,52	251,05	7,45	405,20	852,83	249,53	18,85

При наличии средств в рационе питания могут быть включены дополнительные продукты (овощи и фрукты свежие, сыр, дополнительные хлеб и т.д. продукты, обогащенные витаминами и микроэлементами).

(показатели в скобках - 178,00 руб/сут на 1 место в В*, показатели на одного ребенка в В*, показатель на одного ребенка)

перспективное 18 дневное меню для муниципальных общеобразовательных учреждений составлено на основе меню демонстрационных сборников

рециптур блюд для предприятий общественного питания (2005г., 2007г., 2008г., 2011г., 2012г.), с учетом физиологических

норм питания для детей данного возраста. Стоимость рационального питания - 170,00 руб

Нормы выхода

использованные в составе блюд даны с учетом потерь при их обработке (охлаждение и порционирование). В рецептурах супов,

соусов, сладких блюд, напитков указана норма на порцию с учетом потерь на выкипание

начальник отдела охраны и укрепления
здоровья

Кузнецов Ю.С.