

	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого завтрак:		590	54,84	13,67	19,36	66,64	611,38	0,18	12,89	118,00	1,53	282,33	244,92	57,13	4,60	
ЗАВТРАК 4 ДЕНЬ																
№201 сбор 2005г под ред. Могиланова	Пшено с маслом	100/20	51,93	7,79	0,33	9,52	871,75	0,08	0,08	0,08	0,39	36,78	367,30	23,61	1,58	
№477 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	5,10	7,70	4,20	0,82	
№341 сбор 2005 под ред. Могиланова	Яблоки свежие калиброванные 1 шт.	200	26,75	4,47	0,48	36,13	167,00	0,08	10,00	0,00	0,35	60,75	16,75	10,75	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	
Итого завтрак:		740	81,08	31,80	31,37	119,10	846,35	0,22	105,08	64,80	1,22	139,73	378,45	108,39	5,76	
ЗАВТРАК 5 ДЕНЬ																
№223 сбор 2015г под ред. Могиланова	Запеканка творожная со сливочным маслом	150/10	64,78	23,76	18,89	10,50	396,50	0,08	0,36	111,00	0,77	22,00	313,45	13,30	1,04	
№159 сбор 2021г под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	2,64	0,36	0,10	9,50	40,00	0,00	1,00	0,00	0,02	7,90	9,10	5,00	0,87	
№338 сбор 2005 под ред. Могиланова	Яблоки свежие калиброванные	120	10,71	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,73	13,42	10,88	2,66	
к/к	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого завтрак:		537	79,58	29,50	20,54	90,26	610,03	0,18	13,44	111,00	1,11	257,38	372,77	62,38	5,37	
Всего завтраки: 1 неделя:(средняя)			362,09	122,86	124,03	445,97	3451,55	1,26	194,21	760,80	9,85	964,34	1802,12	440,43	29,13	
Итого за неделю																
ЗАВТРАК 6 ДЕНЬ																
№174 сбор 2005г под ред. Могиланова	Каши вязкая молочная из риса с маслом	200/5	16,11	4,09	4,07	32,09	237,00	0,03	0,00	20,00	0,25	5,70	67,00	21,80	0,45	
№14 сбор 2005г под ред. Могиланова	Масло сливочное крестьянское высшего качества 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. Могиланова	Сыр Российский	15	11,44	3,47	4,43	0,00	93,75	0,00	0,11	39,00	0,60	132,00	75,00	8,25	0,15	
№338 сбор 2005 под ред. Могиланова	Яблоки свежие калиброванные	120	10,71	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,73	13,42	10,88	2,66	
№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	5,10	7,70	4,20	0,82	
к/к	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого завтрак:		600	48,91	11,48	16,74	72,79	608,38	0,14	12,19	99,00	1,47	173,73	200,92	55,33	4,90	
ЗАВТРАК 7 ДЕНЬ																
№231 сбор 2012г под ред. Могиланова	Сырники из творога со сливочным маслом	150/10	63,30	22,95	18,99	14,80	348,00	0,09	0,39	87,00	0,30	233,40	340,50	38,40	1,11	
№462 сбор 2021г под ред. Перевалова	Какао с маслом	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	
к/к	Бюйогурт в пид.упак	125	28,11	3,90	4,40	23,00	145,00	0,10	12,50	0,20	0,50	50,00	15,00	55,00	0,80	
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:		515	103,17	32,79	26,77	84,96	656,60	0,29	13,59	106,20	4,37	408,70	509,80	114,50	4,12	
ЗАВТРАК 8 ДЕНЬ																
№282 сбор 2012г под ред. Могиланова	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	
№203 сбор 2005г под ред. Могиланова	Макаронь отварные с маслом	180/5	8,01	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,0	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071	
№459 сбор 2021г под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	2,64	0,36	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 пшеничный	40	1,88	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого завтрак:		542	65,68	24,71	18,12	76,52	598,25	0,20	1,15	53,75	2,10	71,48	178,03	37,83	2,87	
ЗАВТРАК 9 ДЕНЬ																
№240 сбор 2012г под ред. Могиланова	Пудинг из творога с яблоками с маслом и сливочным	150/15	58,93	20,42	16,01	29,44	313,50	0,08	1,99	108,00	0,56	174,75	253,65	28,20	1,78	
№465 сбор 2021г под ред. Перевалова	Кофейный напиток с маслом	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	
№338 сбор 2005 под ред. Могиланова	Бананы свежие калиброванные 1 шт.	170	26,29	2,47	0,00	40,12	170,00	0,07	13,30	0,00	0,00	12,75	44,20	62,05	0,80	
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:		567	97,11	28,33	18,99	96,52	641,10	0,24	17,99	127,00	1,12	309,80	436,65	121,65	4,26	
ЗАВТРАК 10 ДЕНЬ																

Учебн. 2005г. завтрак - Молоко	Кол-во рублевые единицы	100	2,12	16,61	15,34	30,74	868,59	0,08	1,30	48,30	1,39	42,73	146,89	17,80	17,80
У 177, борт 2025г. завтрак - Молоко	Кол-во рублевые единицы	180,8	4,17	31,97	28,48	57,45	1619,0	0,17	2,70	93,60	2,79	82,35	282,73	34,56	34,56
У 187, борт 2025г. завтрак - Черствый	Кол-во рублевые единицы	260,00	5,91	45,79	41,19	82,38	2300,00	0,23	3,60	126,00	3,69	108,00	372,00	46,50	46,50
У 133, борт 2005г. завтрак - Молоко	Кол-во рублевые единицы	150	3,36	25,95	23,50	47,45	1328,7	0,04	0,63	21,60	0,63	18,90	64,42	7,93	7,93
У 133, борт 2005г. завтрак - Молоко	Кол-во рублевые единицы	30	0,67	5,19	4,70	9,49	265,74	0,01	0,13	4,32	0,13	3,78	12,88	1,58	1,58
Итого завтрак:		655	59,49	31,11	23,50	118,62	836,03	0,48	13,38	72,50	2,57	95,04	454,90	214,14	27,90
Всего завтраки 2 недели (средняя)			374,36	128,42	104,12	449,41	3340,36	1,36	58,30	458,45	11,63	1058,75	1780,30	543,45	44,05
Всего за 10 дней:			736,45	251,28	228,15	895,38	6791,91	2,62	252,51	1219,25	21,48	2023,09	3582,42	983,88	73,17
Средняя за 10 дней:			73,65	25,13	22,82	89,54	679,19	0,26	25,25	121,93	2,15	202,31	358,24	98,39	7,32

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

Стоимость рациона питания за завтрак - 73,65 руб/сут (с учетом 9% скидки на питание в столовой и 0% скидки на питание в буфете)

Персональное 10-дневное меню для детей с аллергией на белок коровьего молока, утвержденное составлено на основании данных медицинской комиссии

рецепт диетического рациона питания для детей с 2009г. - 2011г., 2004г. - 2012г. с учетом физических нагрузок

нормативы для детей разного возраста. Стоимость рациона питания (применяется формула) - 23,55 руб.

Норма выхода

Голубицианов и отовый блед даны с учетом потерь при изготовлении и складывании и расфасовании. В рецептурах кубов

сладкой пастилы блед даны с учетом потерь при изготовлении и складывании и расфасовании.

начальник отдела охраны и укрепления
здоровья

Кузнецова Ю.С.