

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ № 2» ИМОСК

Антоненко Н. А.

« 09 » января 2024 года

## **ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ**

двухразового горячего питания (завтрак и обед)

для обучающихся 5 – 11 классов с ограниченными возможностями здоровья  
МБОУ «СОШ №2» ИМОСК

в зимне - весенний период 2023/2024 учебного года

Меню составлено с использованием "Сборника рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях" (под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна, 2011) и «Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания (под ред. Марчука Ф.Л., 1996)

СОГЛАСОВАНО

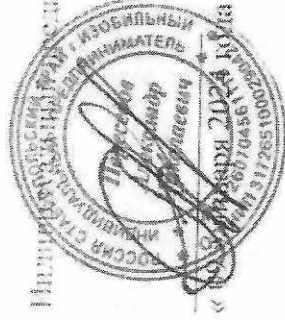
Начальник отдела образования администрации  
Изобильнского муниципального округа  
Староуринского края

Г.В. Мартиросян



УТВЕРЖДАЮ  
Начальник отдела образования администрации

А.Н. Переселов



**ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
двухразового горячего питания (завтрак и обед)  
для обучающихся 5 – 11 классов с ограниченными возможностями здоровья  
в зимне - весенний период 2023/2024 учебного года

Меню составлено с использованием "Сборника рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях" (под ред. М.П.Могильного и В.А.Гутельяна, 2011) и «Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания (под ред. Марчука Ф.Л., 1996)

## День 1

№ рецепта	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Эн. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества			
							В1	С	А, мкг	РР	Ca	P	Mg	Fe
204	Мясные изделия с сыром	200,30	7,50	12,90	51,13	200,00	0,07	1,14	65,32	20,01	155,56	187,43	43,40	0,71
1	Бутерброд с маслом сливочным	30,10	0,96	9,96	17,70	133,00	0,05	0,13	70,80	0,56	167,04	115,20	11,34	0,58
376	Чай с сахаром	200,15	0,24	0,14	27,84	62,00	0,02	1,80	0,00	0,15	14,81	0,01	5,11	0,61
Пр	Фрукты/ягоды, апельсины, мандарины	100-150	0,07	0,02	15,00	60,00	0,06	15,00	33,30	0,58	14,17	43,83	8,45	0,95
	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>14,77</b>	<b>23,02</b>	<b>111,67</b>	<b>565</b>	<b>0,196</b>	<b>18,07</b>	<b>169,42</b>	<b>21,1</b>	<b>351,58</b>	<b>346,472</b>	<b>68,3</b>	<b>2,85</b>
102	Суп картофельный с горохом	250	5,49	4,27	16,54	148,25	0,23	5,83	0,00	1,15	42,68	88,10	55,58	2,05
пр	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,20	9,66	46,80	0,02	0,13	0,20	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
389	Сок фруктовый	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,06	15,00	33,30	0,58	14,17	43,83	8,45	0,95
	<b>Итого</b>	<b>480</b>	<b>36,684</b>	<b>50,53</b>	<b>264,544</b>	<b>1385,05</b>	<b>0,702</b>	<b>57,1</b>	<b>372,34</b>	<b>44,194</b>	<b>764,61</b>	<b>842,274</b>	<b>187,23</b>	<b>8,924</b>
	<b>Всего</b>	<b>980,00</b>	<b>51,45</b>	<b>73,55</b>	<b>376,21</b>	<b>1950,05</b>	<b>0,90</b>	<b>75,17</b>	<b>591,76</b>	<b>65,29</b>	<b>1116,19</b>	<b>1188,78</b>	<b>255,53</b>	<b>11,77</b>

## День 2

№ рецепта	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Эн. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества			
							В1	С	А, мкг	РР	Ca	P	Mg	Fe
279	Тертленг 2-й вариант	90	8,29	9,21	9,44	205,00	0,05	0,41	33,00	1,62	23,05	1,62	16,50	0,68
312	Шоле картофельное (картофель отварной) с маслом сливочным	150	3,68	5,76	27,25	137,00	0,16	21,79	0,12	1,63	44,37	103,91	33,36	1,21
528	Сок апельсиновый	30	0,66	0,16	31,98	25,00	0,03	0,72	20,00	0,25	32,40	23,40	17,40	0,69
389	Сок фруктовый	300	0,07	0,02	15,00	60,00	0,06	15,00	33,30	0,58	14,17	43,83	8,45	0,95
пр	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,20	9,66	46,80	0,02	0,13	0,20	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
Пр	Хлеб ржаной (облаженный)	20	1,58	0,20	9,66	46,80	0,02	0,13	0,20	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
	<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>15,868</b>	<b>15,49</b>	<b>102,998</b>	<b>520,6</b>	<b>0,34</b>	<b>38,18</b>	<b>86,82</b>	<b>4,608</b>	<b>123,79</b>	<b>207,56</b>	<b>88,91</b>	<b>3,978</b>
101	Суп с картофелем и крупой	250	7,50	3,25	17,25	128,25	0,15	1,00	0,00	1,00	82,50	327,80	47,50	2,95
пр	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,80	0,02	0,13	0,20	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
Пр	Фрукты/ягоды, апельсины, мандарины	100-150	0,07	0,02	15,00	60,00	0,06	15,00	33,30	0,58	14,17	43,83	8,45	0,95
376	Чай с сахаром	200,15	0,07	0,02	15,00	60,00	0,06	15,00	33,30	0,58	14,17	43,83	8,45	0,95
	<b>Итого</b>	<b>470</b>	<b>32,67</b>	<b>25,26</b>	<b>253,47</b>	<b>1131,25</b>	<b>0,92</b>	<b>107,00</b>	<b>207,44</b>	<b>10,02</b>	<b>330,37</b>	<b>846,06</b>	<b>232,32</b>	<b>11,65</b>
	<b>Всего</b>	<b>1030</b>	<b>49</b>	<b>41</b>	<b>356</b>	<b>1652</b>	<b>1</b>	<b>145</b>	<b>294</b>	<b>15</b>	<b>463</b>	<b>1054</b>	<b>331</b>	<b>16</b>

0 День 3

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Время, г	Углевод, день, г	Жиры, г	Зв. ценность, ккал	Витаминная кр				Минеральные вещества			
							Вит. С	А, мкг	РР	Св	Р	Мг	К	Ф
284	Котлеты рубленые из мяса птицы	98	17,44	16,75	14,65	236,00	0,02	0,90	48,47	4,89	53,90	21,90	19,80	3,25
302	Каша рисовая с маслом	150	6,66	8,00	29,55	252,00	0,13	0,00	2,30	1,67	10,13	130,64	86,44	2,91
74	Икра рыбная (соль)	60	1,10	0,10	2,30	27,69	0,03	0,72	0,25	0,25	32,40	23,40	17,46	0,69
342	Котлет из говядины с яич	200	0,97	0,02	15,00	60,00	0,06	15,00	33,30	0,58	14,17	43,83	8,45	0,95
пр	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,20	9,66	46,80	0,02	0,13	0,20	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
пр	Хлеб ржаной (обойеный)	20	1,58	0,20	9,66	46,80	0,02	0,13	0,20	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
	<b>Итого</b>	<b>566</b>	<b>28,78</b>	<b>25,27</b>	<b>80,918</b>	<b>799,20</b>	<b>0,28</b>	<b>16,88</b>	<b>84,67</b>	<b>7,918</b>	<b>119,7</b>	<b>304,67</b>	<b>145,35</b>	<b>8,24</b>
	<b>Обс</b>													
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,75	0,05	49,73	0,06	0,60	49,70	54,60	26,15	1,22
пр	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,20	9,66	46,80	0,02	0,13	0,20	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
388	Сов. фруктов	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,06	15,00	33,30	0,38	14,17	43,83	8,45	0,95
	<b>Итого</b>	<b>480</b>	<b>42,77</b>	<b>38,93</b>	<b>192,78</b>	<b>1443,13</b>	<b>0,67</b>	<b>97,72</b>	<b>154,42</b>	<b>12,39</b>	<b>254,07</b>	<b>654,17</b>	<b>312,08</b>	<b>15,64</b>
	<b>Итого</b>	<b>1045</b>	<b>71</b>	<b>64</b>	<b>264</b>	<b>2202</b>	<b>1</b>	<b>115</b>	<b>239</b>	<b>30</b>	<b>374</b>	<b>958</b>	<b>487</b>	<b>24</b>

День 4

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Время, г	Углевод, день, г	Жиры, г	Зв. ценность, ккал	Витаминная кр				Минеральные вещества			
							Вит. С	А, мкг	РР	Св	Р	Мг	К	Ф
174	Каша из яч. молотая с маслом и сахаром	200 (100)	7,56	16,20	51,13	367,00	0,07	1,14	65,32	20,01	155,50	187,43	43,40	0,71
1	Бутерброд с маслом сливочным	35 (10)	0,96	9,96	17,70	153,00	0,05	0,12	70,80	0,36	167,04	115,20	11,34	0,58
376	Чай с сахаром	200 (15)	0,24	0,14	27,84	63,00	0,02	1,80	0,09	0,15	14,81	0,01	5,11	0,61
пр	Фрукты (блюда атласского монастыря)	100 (50)	0,07	0,02	15,00	60,00	0,06	15,00	33,30	0,38	14,17	43,83	8,45	0,95
	<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>10,77</b>	<b>46,22</b>	<b>115</b>	<b>60</b>	<b>0,06</b>	<b>15</b>	<b>33,3</b>	<b>0,58</b>	<b>34,17</b>	<b>43,83</b>	<b>8,45</b>	<b>0,95</b>
	<b>Обс</b>													
96	Рисовая каша с маслом	250	3,85	4,90	11,75	98,40	0,06	10,20	3,80	3,10	72,00	270,00	36,00	1,60
пр	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,20	9,66	46,80	0,02	0,13	0,20	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
380	Сов. фруктов	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,06	15,00	33,30	0,38	14,17	43,83	8,45	0,95
	<b>Итого</b>	<b>480</b>	<b>5,50</b>	<b>5,12</b>	<b>36,41</b>	<b>205,20</b>	<b>0,14</b>	<b>25,33</b>	<b>39,30</b>	<b>3,94</b>	<b>90,77</b>	<b>331,23</b>	<b>51,05</b>	<b>2,77</b>
	<b>Итого</b>	<b>1100</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>51</b>	<b>265</b>	<b>0</b>	<b>40</b>	<b>73</b>	<b>5</b>	<b>105</b>	<b>375</b>	<b>60</b>	<b>4</b>

День 5

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Белок, г	Жиры, г	Углевод, мм.г	Эк. энергетич., ккал	Витамин, мг				Минеральные вещества			
							В1	С	А, мкг	РР	Са	Р	Mg	Fe
291	Пюре из фруктов	900/150	22,42	12,94	47,39	450,00	0,18	8,49	36,40	6,90	46,93	245,31	70,11	2,2
297-71	Омлет сырный (сыр, сливки, яйца, жаренные в масле)	60	0,66	0,10	2,39	7,00	0,03	0,72	0,25	0,25	32,40	23,40	17,40	0,92
342	Каша из смеси круп	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,06	15,00	33,30	0,58	14,17	43,83	8,45	0,92
342	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,20	9,66	46,90	0,02	0,13	0,20	0,26	4,66	17,40	6,60	0,22
376	Хлеб ржаной (объемный)	20	1,58	0,20	9,66	46,88	0,02	0,13	0,20	0,26	4,66	17,40	6,60	0,22
376	Фрукты (яблоки, апельсины, малина)	100-150	0,07	0,02	15,00	60,00	0,06	15,00	33,30	0,58	14,17	43,83	8,45	0,92
	Итого	540	27,40	13,48	99,11	676,00	0,27	39,46	103,65	8,84	116,87	391,17	117,67	5,42
103	Сыр варшавский с сахарозой разделен	250	7,69	9,66	27,45	178,12	0,12	8,25	0,00	4,73	29,20	67,58	27,28	1,15
376	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,20	9,66	46,89	0,02	0,13	0,20	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	0,06	15,00	33,30	0,58	14,17	43,83	8,45	0,92
	Итого	630	40,05	23,74	208,55	1163,12	0,20	93,10	204,18	16,10	202,38	642,44	190,10	10,11
	Итого	1180	67	37	298	1840	1	133	308	25	319	1034	308	16

День 6

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Белок, г	Жиры, г	Углевод, мм.г	Эк. энергетич., ккал	Витамин, мг				Минеральные вещества			
							В1	С	А, мкг	РР	Са	Р	Mg	Fe
174	Каша овсяная молотая из риса с маслом и сахаром	240/10/10	7,50	16,20	51,12	387,60	0,07	1,14	65,32	20,01	155,56	187,43	43,40	0,71
1	Бульон с мясом свиным	30/10	6,96	9,96	17,70	133,00	0,05	0,13	70,80	0,26	167,04	115,20	11,24	0,56
376	Чай с сахаром	200/15	0,24	0,14	27,84	62,00	0,02	1,20	0,00	0,15	14,81	0,01	5,11	0,63
376	Фрукты (яблоки, апельсины, малина)	100-150	0,07	0,02	15,00	60,00	0,06	15,00	33,30	0,58	14,17	43,83	8,45	0,92
	Итого	630	0,07	0,02	15	60	0,06	15	33,3	0,58	14,17	43,83	8,45	0,92
108	Сыр варшавский с какао	230	7,59	3,25	17,25	138,25	0,15	1,00	0,00	1,00	82,80	327,50	47,50	2,25
376	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,20	9,66	46,80	0,02	0,13	0,20	0,26	4,66	17,40	6,60	0,22
376	Ириски (печенье из маки, сахар, масло)	70/60	1,38	13,78	39,92	282,00	0,08	0,10	0,84	2,76	50,40	20,20	8,60	1,04
389	Сыр французский	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,06	15,00	33,30	0,58	14,17	43,83	8,45	0,92
	Итого	560	10,62	16,29	111,83	647,05	0,45	46,23	100,94	5,76	180,01	496,99	88,05	6,34
	Итого	1180	11	16	127	767	0	61	134	6	194	510	97	7

День 7

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Весов, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Эв. ценность, ккал	Витамин, мг				Минеральные вещества			
							В1	С	А, мкг	РР	Ca	P	Mg	Fe
269	Котлеты биточки свиные в масле	90	49,48	22,96	5,06	202,00	0,04	0,15	104,80	3,02	57,60	88,00	14,52	1,22
312	Макаронные изделия отварные	150	3,68	5,76	27,25	137,00	0,16	21,79	0,12	1,63	44,37	103,91	33,30	1,21
342	Компот из свежих яблок	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,06	15,00	33,30	0,58	14,17	43,83	8,45	0,95
пр	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,30	9,66	46,80	0,02	0,13	0,20	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
Пр	Хлеб ржаной (обогатенный)	20	1,58	0,28	9,66	46,80	0,02	0,13	0,20	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
Пр	Фрукты яблок, апельсины, mandarins	100-150	0,07	0,02	15,00	60,00	0,06	15,00	33,30	0,58	14,17	43,83	8,45	0,95
	<b>Итого</b>	<b>520</b>	<b>56,47</b>	<b>28,56</b>	<b>81,64</b>	<b>552,60</b>	<b>0,36</b>	<b>52,20</b>	<b>171,92</b>	<b>7,24</b>	<b>139,51</b>	<b>314,37</b>	<b>77,92</b>	<b>4,78</b>
80	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,75	0,05	49,73	0,00	0,60	49,70	54,60	26,13	1,22
пр	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,30	9,66	46,80	0,02	0,13	0,20	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	0,06	15,00	33,30	0,58	14,17	43,83	8,45	0,95
	<b>Итого</b>	<b>480</b>	<b>3,45</b>	<b>5,14</b>	<b>35,59</b>	<b>210,55</b>	<b>0,13</b>	<b>64,86</b>	<b>33,50</b>	<b>1,44</b>	<b>68,47</b>	<b>115,83</b>	<b>41,18</b>	<b>2,39</b>
	<b>Итого</b>	<b>1000</b>	<b>60</b>	<b>33</b>	<b>117</b>	<b>763</b>	<b>0</b>	<b>117</b>	<b>205</b>	<b>9</b>	<b>208</b>	<b>430</b>	<b>119</b>	<b>7</b>

День 8

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Весов, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Эв. ценность, ккал	Витамин, мг				Минеральные вещества			
							В1	С	А, мкг	РР	Ca	P	Mg	Fe
204	Котлеты рубленные в масле	90	17,44	16,75	14,65	286,00	0,02	0,90	48,42	4,89	53,80	72,00	19,89	3,25
302	Каша рисовая с гречневой	150	3,50	6,00	24,63	291,00	0,13	0,00	2,30	1,67	10,13	130,64	86,44	2,91
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	0,06	15,00	33,30	0,58	14,17	43,83	8,45	0,95
пр	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,20	9,66	46,80	0,02	0,13	0,20	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
Пр	Хлеб ржаной (обогатенный)	20	1,58	0,20	9,66	46,80	0,02	0,13	0,20	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
Пр	Фрукты яблок, апельсины, mandarins	100-150	0,07	0,02	15,00	60,00	0,06	15,00	33,30	0,58	14,17	43,83	8,45	0,95
	<b>Итого</b>	<b>635</b>	<b>26</b>	<b>23</b>	<b>89</b>	<b>791</b>	<b>0</b>	<b>31</b>	<b>118</b>	<b>8</b>	<b>101</b>	<b>325</b>	<b>136</b>	<b>9</b>
102	Суп картофельный с горохом	250	5,49	4,27	16,54	148,25	0,23	5,83	0,00	1,15	42,68	88,10	35,58	2,05
пр	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,20	9,66	46,80	0,02	0,13	0,20	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
Пр	Пирожки дрожной (на дрожжах или слоеного теста)	70-80	1,38	12,78	39,92	292,00	0,08	0,10	0,84	2,76	50,40	20,20	8,60	1,04
389	Сок фруктовый	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,06	15,00	33,30	0,58	14,17	43,83	8,45	0,95
	<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>61,02</b>	<b>46,90</b>	<b>243,09</b>	<b>1842,25</b>	<b>0,99</b>	<b>82,48</b>	<b>221,36</b>	<b>16,36</b>	<b>260,99</b>	<b>747,73</b>	<b>312,11</b>	<b>18,03</b>
	<b>Итого</b>	<b>1195</b>	<b>87</b>	<b>70</b>	<b>332</b>	<b>2633</b>	<b>1</b>	<b>114</b>	<b>339</b>	<b>25</b>	<b>362</b>	<b>1073</b>	<b>448</b>	<b>27</b>

День 9

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод. д-т, г	Эн. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества			
							В1	С	А, мкг	РР	Са	Р	Mg	Fe
289	Рагу из пшеницы	400	12,72	27,87	10,91	411,09	0,09	8,23	1,20	11,20	59,90	9,20	0,77	
70-71	Омлет с сыром (сыр, соевый, кашеный, вареномолочный) в парке	60	0,66	0,10	2,39	7,80	0,03	0,72	0,25	32,40	23,40	17,46	0,69	
342	Компот из свежих яблок	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,06	15,00	33,30	14,17	45,83	8,45	0,95	
пр	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,20	9,66	46,80	0,02	0,13	0,20	4,60	17,40	6,60	0,22	
Пр	Хлеб ржаной (обогатенный)	20	1,58	0,20	9,66	46,80	0,02	0,13	0,20	4,60	17,40	6,60	0,22	
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>16,62</b>	<b>23,39</b>	<b>47,63</b>	<b>571,60</b>	<b>0,22</b>	<b>24,21</b>	<b>33,95</b>	<b>2,56</b>	<b>66,97</b>	<b>48,31</b>	<b>2,86</b>	
96	Рассольник легионеровский	250	3,85	4,80	11,75	98,40	0,06	10,20	5,80	3,10	72,00	270,00	36,00	1,60
пр	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,20	9,66	46,80	0,02	0,13	0,20	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
389	Сок фруктовый	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,06	15,00	33,30	0,38	14,17	43,83	8,45	0,95
	<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>5,50</b>	<b>5,12</b>	<b>36,41</b>	<b>205,40</b>	<b>0,14</b>	<b>25,33</b>	<b>39,30</b>	<b>3,94</b>	<b>90,77</b>	<b>331,23</b>	<b>51,05</b>	<b>2,77</b>
	<b>Всего</b>	<b>1080</b>	<b>22</b>	<b>29</b>	<b>84</b>	<b>777</b>	<b>0</b>	<b>50</b>	<b>73</b>	<b>7</b>	<b>158</b>	<b>493</b>	<b>99</b>	<b>6</b>

День 10

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод. д-т, г	Эн. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества			
							В1	С	А, мкг	РР	Са	Р	Mg	Fe
234	Котлета рыбная (Минтай)	90	29,65	10,15	16,90	207,00	0,08	1,08	23,22	1,02	56,48	164,95	38,97	1,52
312	Пюре картофельное (картофель, отварной) с мясом свиным	150	3,68	5,76	27,25	164,70	0,16	21,79	0,12	1,63	44,37	103,91	33,30	1,21
376	Чай с сахаром	200/15	0,24	0,14	27,84	62,00	0,02	1,80	0,06	0,15	14,81	0,01	5,11	0,61
пр	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,20	9,66	46,80	0,02	0,13	0,20	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
Пр	Хлеб ржаной (обогатенный)	20	1,58	0,20	9,66	46,80	0,02	0,13	0,20	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
Пр	Фрукты (яблоки, апельсины, мандарины)	100-150	0,07	0,02	15,00	60,00	0,06	15,00	33,30	0,58	14,17	43,83	8,45	0,95
	<b>Итого</b>	<b>555</b>	<b>7,16</b>	<b>6,32</b>	<b>89,42</b>	<b>380,30</b>	<b>0,28</b>	<b>38,85</b>	<b>33,82</b>	<b>2,89</b>	<b>82,55</b>	<b>182,55</b>	<b>60,06</b>	<b>3,22</b>
82	Борщ с капустой и картофелем	280	1,80	4,92	10,93	103,73	0,05	49,73	0,00	0,60	49,70	54,69	26,13	1,22
пр	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,20	9,66	46,80	0,02	0,13	0,20	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
Пр	Шарлотка печеная (из дрожжевого или сметанного теста)	70-80	1,38	12,78	39,92	292,00	0,08	0,10	0,84	2,76	50,40	20,20	8,60	1,04
389	Сок фруктовый	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,06	15,00	33,30	0,58	14,17	43,83	8,45	0,95
	<b>Итого</b>	<b>740</b>	<b>3,38</b>	<b>5,12</b>	<b>20,59</b>	<b>150,56</b>	<b>0,07</b>	<b>49,86</b>	<b>0,30</b>	<b>0,86</b>	<b>54,30</b>	<b>72,00</b>	<b>32,73</b>	<b>1,44</b>
	<b>Всего</b>	<b>1285</b>	<b>11</b>	<b>110</b>	<b>531</b>	<b>531</b>	<b>0</b>	<b>89</b>	<b>34</b>	<b>4</b>	<b>137</b>	<b>288</b>	<b>93</b>	<b>5</b>
	<b>Среднесуточные показатели:</b>	<b>1104,50</b>	<b>43,48</b>	<b>38,06</b>	<b>211,79</b>	<b>1331,99</b>	<b>0,74</b>	<b>93,81</b>	<b>324,15</b>	<b>17,86</b>	<b>343,65</b>	<b>740,00</b>	<b>225,77</b>	<b>12,19</b>