

Согласовано  
 Д.А. Машин

Д.А. Машин

Утверждено  
 Индивидуальный предприниматель  
 Ашикулин Сергей Николаевич  
 С.Н. Ашикулин



Примерное меню приготавливаемых блюд для обеспечения питания (завтрак, обед) обучающихся г. Выборга и Выборгского района Ленинградской области  
 с 12 лет и старше в образовательных учреждениях г. Выборга и Выборгского района Ленинградской области

Понедельник Первая неделя

| Наименование  | Технологическая документация/рецептур | № рецептур или технологической карты | Выход в гр. | Пищевая ценность |       |        |         |        |        | Минеральные вещества |        |      |       |        |  | Витамины |  |  |  |  |  |  |  |  |
|---|---------------------------------------|--------------------------------------|-------------|------------------|-------|--------|---------|--------|--------|----------------------|--------|------|-------|--------|--|----------|--|--|--|--|--|--|--|--|
|   |                                       |                                      |             | Б                | Ж     | У      | ЭЦ      | Са     | Мг     | Fe                   | P      | В1   | С     | А      |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Завтрак</b>  |                                       |                                      |             |                  |       |        |         |        |        |                      |        |      |       |        |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом сливочным | 2017                                  | 173                                  | 260         | 10,29            | 14,18 | 27,39  | 271,49  | 196,42 | 89,20  | 1,75                 | 82,17  | 0,26 | 0,66  | 21,88  |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сыр (порциями)  | 2017                                  | 15                                   | 15          | 3,48             | 4,43  | 0,00   | 54,60   | 132,00 | 5,25   | 0,15                 | 75,00  | 0,01 | 0,11  | 39,00  |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Батон пшеничный в/с   | к/к                                   | к/к                                  | 60          | 4,74             | 0,60  | 28,98  | 140,28  | 13,80  | 19,80  | 0,66                 | 52,20  | 0,10 | 0,00  | 0,00   |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Чай с сахаром   | 2017                                  | 376                                  | 200         | 0,20             | 0,00  | 14,00  | 28,00   | 6,00   | 0,00   | 0,40                 | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Джем/Повидло  | к/к                                   | к/к                                  | 20          | 0,10             | 0,00  | 14,32  | 57,68   | 2,40   | 1,80   | 0,08                 | 3,60   | 0,00 | 0,48  | 0,00   |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого:  |                                       |                                      | 555         | 18,81            | 19,21 | 84,69  | 552,05  | 350,62 | 116,05 | 3,04                 | 212,97 | 0,37 | 1,25  | 60,88  |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Обед</b>   |                                       |                                      |             |                  |       |        |         |        |        |                      |        |      |       |        |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Завтрак</b>  |                                       |                                      |             |                  |       |        |         |        |        |                      |        |      |       |        |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп картофельный с бобовыми   | 2017                                  | 102                                  | 250         | 5,49             | 5,28  | 16,33  | 134,75  | 38,08  | 35,30  | 2,03                 | 87,18  | 0,08 | 5,81  | 0,00   |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Кура отварная   | 2017                                  | 288                                  | 10          | 2,11             | 1,36  | 0,00   | 20,67   | 3,90   | 2,00   | 0,18                 | 14,30  | 0,04 | 0,00  | 2,28   |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Печень по-Строгановски  | 2017                                  | 255                                  | 100         | 10,13            | 11,23 | 3,90   | 163,42  | 38,24  | 17,47  | 4,74                 | 239,32 | 0,20 | 4,12  | 366,51 |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Греча отварная рассыпчатая  | 2017                                  | 302                                  | 200         | 5,10             | 6,89  | 47,76  | 261,54  | 17,31  | 43,33  | 5,27                 | 144,67 | 0,13 | 0,00  | 0,03   |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Томаты свежие порционно   | 2017                                  | 71                                   | 60          | 2,16             | 4,04  | 1,01   | 48,79   | 13,80  | 7,00   | 0,42                 | 12,00  | 0,00 | 14,40 | 0,00   |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб пшеничный  | к/к                                   | к/к                                  | 20          | 1,58             | 0,20  | 9,66   | 46,76   | 4,60   | 6,60   | 0,22                 | 17,40  | 0,08 | 0,00  | 0,00   |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб ржано-пшеничный  | к/к                                   | к/к                                  | 40          | 2,24             | 0,44  | 19,76  | 91,96   | 9,20   | 10,00  | 1,24                 | 42,40  | 0,04 | 0,00  | 0,00   |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Компот из смеси сухофруктов   | 2017                                  | 349                                  | 200         | 0,04             | 0,00  | 24,76  | 94,20   | 6,40   | 0,00   | 0,18                 | 3,60   | 0,01 | 1,08  | 0,00   |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого:  |                                       |                                      | 880         | 28,85            | 29,44 | 123,18 | 862,09  | 131,53 | 121,70 | 14,28                | 560,87 | 0,58 | 25,41 | 368,82 |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого за день:  |                                       |                                      | 1435,00     | 47,66            | 48,65 | 207,87 | 1414,14 | 482,15 | 237,76 | 17,32                | 773,84 | 0,95 | 26,66 | 429,69 |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Вторник Первая неделя</b>  |                                       |                                      |             |                  |       |        |         |        |        |                      |        |      |       |        |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Завтрак</b>  |                                       |                                      |             |                  |       |        |         |        |        |                      |        |      |       |        |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Запеканка творожная с соусом молочным сладким №327                    | 2017                                  | 223/327                              | 230         | 14,32            | 10,97 | 36,67  | 293,50  | 304,07 | 44,48  | 1,05                 | 380,60 | 0,07 | 0,23  | 128,44 |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Батон пшеничный в/с   | к/к                                   | к/к                                  | 30          | 2,37             | 0,30  | 14,49  | 70,14   | 6,90   | 9,90   | 0,33                 | 26,10  | 0,05 | 0,00  | 0,00   |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Напиток кофейный на молоке  | 2017                                  | 379                                  | 200         | 3,60             | 2,67  | 29,20  | 155,20  | 158,67 | 16,80  | 0,22                 | 82,40  | 0,07 | 1,17  | 6,84   |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Яблоко  | 2017                                  | 338                                  | 100         | 0,80             | 5,50  | 4,30   | 67,10   | 17,30  | 3,90   | 0,20                 | 21,20  | 0,00 | 1,80  | 0,00   |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого:  |                                       |                                      | 560         | 21,09            | 19,44 | 84,66  | 585,94  | 486,94 | 75,08  | 1,80                 | 510,30 | 0,19 | 3,20  | 135,28 |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Обед</b>   |                                       |                                      |             |                  |       |        |         |        |        |                      |        |      |       |        |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Завтрак</b>  |                                       |                                      |             |                  |       |        |         |        |        |                      |        |      |       |        |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп картофельный с макаронными изделиями                              | 2017                                  | 112                                  | 250         | 2,66             | 4,59  | 17,14  | 116,23  | 24,60  | 27,00  | 1,09                 | 26,65  | 0,11 | 8,25  | 22,80  |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Кура отварная   | 2017                                  | 288                                  | 10          | 2,11             | 1,36  | 0,00   | 20,67   | 3,90   | 2,00   | 0,18                 | 14,30  | 0,04 | 0,00  | 2,28   |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Котлета рыбная (минтай) с соусом №326                                 | 2017                                  | 239/326                              | 100         | 13,32            | 12,06 | 9,63   | 209,90  | 208,11 | 23,44  | 0,66                 | 86,33  | 0,07 | 0,91  | 329,06 |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рис отварной  | 2017                                  | 304                                  | 200         | 4,89             | 6,23  | 44,89  | 267,96  | 26,36  | 17,48  | 0,00                 | 22,00  | 0,06 | 0,00  | 0,20   |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат витаминный (2 вариант)  | 2017                                  | 49                                   | 100         | 2,60             | 6,22  | 22,15  | 154,90  | 7,48   | 4,28   | 0,35                 | 21,45  | 0,27 | 6,12  | 35,62  |  |          |  |  |  |  |  |  |  |  |

Понедельник Первая неделя

орник Первая неделя

|                         |      |     |             |              |              |               |                |               |               |             |               |             |              |               |
|-------------------------|------|-----|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|---------------|-------------|---------------|-------------|--------------|---------------|
| Чай с сахаром и лимоном | 2017 | 377 | 200         | 0,13         | 0,02         | 10,25         | 41,68          | 14,05         | 2,4           | 0,38        | 4,4           | 0           | 2,83         | 0             |
| Хлеб пшеничный          | к/к  | к/к | 20          | 1,58         | 0,20         | 9,66          | 46,76          | 4,60          | 6,60          | 0,22        | 17,40         | 0,08        | 0,00         | 0,00          |
| Хлеб ржано-пшеничный    | к/к  | к/к | 40          | 2,24         | 0,44         | 19,76         | 91,96          | 9,20          | 10,00         | 1,24        | 42,40         | 0,04        | 0,00         | 0,00          |
| Итого:                  |      |     | 920         | 29,54        | 31,12        | 133,48        | 950,06         | 298,30        | 93,20         | 4,11        | 234,93        | 0,67        | 18,11        | 389,95        |
| <b>Итого за день:</b>   |      |     | <b>1480</b> | <b>50,62</b> | <b>50,56</b> | <b>218,14</b> | <b>1536,00</b> | <b>785,24</b> | <b>168,29</b> | <b>5,91</b> | <b>745,24</b> | <b>0,86</b> | <b>21,31</b> | <b>525,23</b> |

**Среда Первая неделя**

|   |      |     |       |       |       |       |        |        |       |      |        |      |       |        |
|---|------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|------|--------|------|-------|--------|
| <b>Завтрак</b>  |      |     |       |       |       |       |        |        |       |      |        |      |       |        |
| Каша молочная из риса и пшена «Дружба» с маслом сливочным | 2017 | 175 | 260   | 12,93 | 16,76 | 20,36 | 273,75 | 196,36 | 33,06 | 0,93 | 194,75 | 0,15 | 1,49  | 114,33 |
| Батон пшеничный в/с                                       | к/к  | к/к | 60,00 | 4,74  | 0,60  | 28,98 | 140,28 | 13,80  | 19,80 | 0,66 | 52,20  | 0,10 | 0,00  | 0,00   |
| Леченое заправное   | к/к  | к/к | 30    | 0,57  | 1,62  | 9,62  | 124,35 | 12,3   | 4,5   | 0,3  | 26,1   | 0,03 | 0     | 22,23  |
| Напиток из плодов шиповника                               | 2017 | 8   | 200   | 0,68  | 0,28  | 17,98 | 77,12  | 21,33  | 3,44  | 0,63 | 3,44   | 0,01 | 19,00 | 0,00   |
| Итого:  |      |     | 550   | 18,91 | 19,26 | 76,94 | 615,50 | 243,80 | 60,80 | 2,52 | 276,50 | 0,29 | 20,49 | 136,56 |

**Обед**

|                              |      |     |                |              |              |               |                |               |               |             |               |             |              |               |
|------------------------------|------|-----|----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|---------------|-------------|---------------|-------------|--------------|---------------|
| Борщ с капустой и картофелем | 2017 | 82  | 250,00         | 1,81         | 4,91         | 12,74         | 99,12          | 44,38         | 10,96         | 0,54        | 42,42         | 0,04        | 6,54         | 0,00          |
| Кура отварная                | 2017 | 288 | 10             | 2,11         | 1,36         | 0,00          | 20,67          | 3,90          | 2,00          | 0,18        | 14,30         | 0,04        | 0,00         | 2,28          |
| Плов из птицы                | 2017 | 291 | 250            | 19,05        | 20,58        | 52,50         | 489,94         | 56,38         | 59,38         | 2,74        | 179,13        | 0,08        | 1,26         | 310,04        |
| Салат из моркови с яблоками  | 2017 | 59  | 100            | 1,08         | 0,18         | 8,62          | 40,40          | 24,28         | 3,75          | 1,08        | 44,00         | 0,05        | 6,25         | 0,00          |
| Чай с сахаром                | 2017 | 376 | 200            | 0,20         | 0,00         | 14,00         | 28,00          | 6,00          | 0,40          | 0,40        | 0,00          | 0,00        | 0,00         | 0,00          |
| Хлеб пшеничный               | к/к  | к/к | 20             | 1,58         | 0,20         | 9,66          | 46,76          | 4,60          | 6,60          | 0,22        | 17,40         | 0,08        | 0,00         | 0,00          |
| Хлеб ржано-пшеничный         | к/к  | к/к | 40             | 2,24         | 0,44         | 19,76         | 91,96          | 9,20          | 10,00         | 1,24        | 42,40         | 0,04        | 0,00         | 0,00          |
| Итого:                       |      |     | 870,00         | 28,07        | 27,67        | 117,28        | 816,85         | 148,74        | 92,69         | 6,40        | 339,65        | 0,33        | 14,05        | 312,32        |
| <b>Итого за день:</b>        |      |     | <b>1420,00</b> | <b>46,99</b> | <b>46,93</b> | <b>194,22</b> | <b>1432,35</b> | <b>392,53</b> | <b>153,49</b> | <b>8,92</b> | <b>616,15</b> | <b>0,61</b> | <b>34,54</b> | <b>448,87</b> |

**Четверг Первая неделя**

|   |      |     |     |       |       |       |        |        |       |      |       |      |       |        |
|---|------|-----|-----|-------|-------|-------|--------|--------|-------|------|-------|------|-------|--------|
| <b>Завтрак</b>                                |      |     |     |       |       |       |        |        |       |      |       |      |       |        |
| Каша молочная жидкая из манной крупы с маслом | 2017 | 181 | 260 | 12,17 | 6,71  | 44,88 | 286,70 | 250,31 | 9,78  | 0,58 | 45,56 | 0,05 | 0,00  | 65,46  |
| Бутерброд с сыром                             | 2017 | 3   | 40  | 4,9   | 11,55 | 17,10 | 193    | 106,00 | 4,80  | 0,12 | 0,09  | 0,06 | 0,11  | 39,00  |
| Чай с сахаром и лимоном                       | 2017 | 377 | 200 | 0,13  | 0,02  | 10,25 | 41,68  | 14,05  | 2,4   | 0,38 | 4,4   | 0    | 2,83  | 0      |
| Апельсин                                      | 2017 | 338 | 100 | 0,90  | 0,20  | 8,10  | 37,80  | 34,00  | 13,00 | 0,30 | 18,33 | 0,04 | 26,00 | 0,00   |
| Итого:  |      |     | 600 | 18,10 | 18,48 | 80,33 | 559,18 | 404,36 | 29,98 | 1,38 | 68,38 | 0,15 | 28,94 | 104,46 |

**Обед**

|  |      |         |             |              |              |               |                |               |               |             |               |             |              |               |
|--|------|---------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|---------------|-------------|---------------|-------------|--------------|---------------|
| Суп из овощей                            | 2017 | 99      | 250         | 2,10         | 7,48         | 11,69         | 122,96         | 32,14         | 28,78         | 0,09        | 86,84         | 0,14        | 8,50         | 0,00          |
| Кура отварная                            | 2017 | 288     | 10          | 2,11         | 1,36         | 0,00          | 20,67          | 3,90          | 2,00          | 0,18        | 14,30         | 0,04        | 0,00         | 2,28          |
| Колбаса, биточки, шинцели с соусом №332  | 2017 | 268/332 | 100         | 13,58        | 10,58        | 12,96         | 198,12         | 182,09        | 20,86         | 1,20        | 47,99         | 0,11        | 0,11         | 268,50        |
| Картофель отварной с маслом растительным | 2017 | 125     | 200         | 3,81         | 5,76         | 30,68         | 189,80         | 19,52         | 25,77         | 1,55        | 146,63        | 0,02        | 28,00        | 28,00         |
| Салат из отварной свеклы                 | 2017 | 52      | 100         | 1,43         | 6,08         | 8,37          | 93,90          | 35,15         | 20,90         | 1,33        | 40,97         | 0,02        | 3,42         | 0             |
| Компот из свежих яблок                   | 2017 | 342     | 200         | 0,20         | 0,20         | 22,30         | 110,00         | 12,00         | 0,00          | 0,80        | 2,40          | 0,02        | 0,00         | 0,00          |
| Хлеб пшеничный                           | к/к  | к/к     | 20          | 1,58         | 0,20         | 9,66          | 46,76          | 4,60          | 6,60          | 0,22        | 17,40         | 0,08        | 0,00         | 0,00          |
| Хлеб ржано-пшеничный                     | к/к  | к/к     | 40          | 2,24         | 0,44         | 19,76         | 91,96          | 9,20          | 10,00         | 1,24        | 42,40         | 0,04        | 0,00         | 0,00          |
| Итого:                                   |      |         | 920         | 27,06        | 32,10        | 115,41        | 874,17         | 298,60        | 114,90        | 6,61        | 398,92        | 0,47        | 40,03        | 298,78        |
| <b>Итого за день:</b>                    |      |         | <b>1520</b> | <b>45,16</b> | <b>50,58</b> | <b>195,73</b> | <b>1433,35</b> | <b>702,95</b> | <b>144,88</b> | <b>7,99</b> | <b>467,30</b> | <b>0,61</b> | <b>68,97</b> | <b>403,24</b> |

**Пятница Первая неделя**

|  |      |     |     |       |       |       |        |        |       |      |        |      |      |       |
|--|------|-----|-----|-------|-------|-------|--------|--------|-------|------|--------|------|------|-------|
| <b>Завтрак</b>   |      |     |     |       |       |       |        |        |       |      |        |      |      |       |
| Каша молочная жидкая из гречневой крупы с маслом сливочным | 2017 | 183 | 260 | 9,83  | 14,48 | 9,83  | 206,44 | 239,82 | 53,36 | 1,63 | 182,87 | 0,19 | 0,00 | 28,23 |
| Батон пшеничный в/с  | к/к  | к/к | 60  | 4,74  | 0,60  | 28,98 | 140,28 | 13,80  | 19,80 | 0,66 | 52,20  | 0,10 | 0,00 | 0,00  |
| Какао на молоке  | 2017 | 382 | 200 | 3,52  | 3,72  | 25,49 | 145,20 | 122,00 | 14,00 | 0,56 | 39,00  | 0,04 | 1,30 | 0,01  |
| Джем/Повидло   | к/к  | к/к | 30  | 0,15  | 0     | 21,48 | 86,52  | 3,6    | 2,7   | 0,12 | 5,4    | 0    | 0,72 | 0     |
| Итого:   |      |     | 550 | 18,24 | 18,80 | 85,78 | 578,44 | 379,22 | 89,86 | 2,97 | 279,47 | 0,33 | 2,02 | 28,24 |

| Обед                                  |      |         |             |              |              |               |                |               |               |             |               |             |              |                |
|---------------------------------------|------|---------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|---------------|-------------|---------------|-------------|--------------|----------------|
| Расошлиник Лениградский со сметаной   | 2017 | 96      | 260         | 3,10         | 8,28         | 30,10         | 199,79         | 26,20         | 25,65         | 0,97        | 7,1,26        | 0,10        | 7,47         | 0,00           |
| Кура отварная                         | 2017 | 288     | 10          | 2,11         | 1,36         | 0,00          | 20,67          | 3,90          | 2,00          | 0,18        | 14,30         | 0,04        | 0,00         | 2,28           |
| Котлета рыбная (минтай) с соусом №326 | 2017 | 239,326 | 100         | 13,32        | 12,06        | 9,63          | 209,90         | 208,11        | 23,44         | 0,66        | 86,33         | 0,07        | 0,91         | 3,29,06        |
| Пюре картофельное                     | 2017 | 312     | 200         | 4,08         | 6,40         | 27,27         | 183,00         | 49,31         | 37,00         | 1,35        | 75,47         | 0,14        | 12,49        | 34,00          |
| Салат из квашеной капусты             | 2017 | 47      | 100         | 1,72         | 5,02         | 8,50          | 86,03          | 52,45         | 16,08         | 0,67        | 34,08         | 0,02        | 19,88        | 0,00           |
| Чай с сахаром                         | 2017 | 376     | 200         | 0,20         | 0,00         | 14,00         | 28,00          | 6,00          | 0,00          | 0,40        | 0,00          | 0,00        | 0,00         | 0,00           |
| Хлеб пшеничный                        | к/к  | к/к     | 20          | 1,58         | 0,20         | 9,66          | 46,76          | 4,60          | 6,60          | 0,22        | 17,40         | 0,08        | 0,00         | 0,00           |
| Хлеб ржано-пшеничный                  | к/к  | к/к     | 40          | 2,24         | 0,44         | 19,76         | 91,96          | 9,20          | 10,00         | 1,24        | 42,40         | 0,04        | 0,00         | 0,00           |
| Итого:                                |      |         | 930         | 28,35        | 33,76        | 118,92        | 866,11         | 359,77        | 120,78        | 5,67        | 341,25        | 0,48        | 40,75        | 3,65,34        |
| <b>Итого за день:</b>                 |      |         | <b>1480</b> | <b>46,59</b> | <b>52,55</b> | <b>204,70</b> | <b>1444,55</b> | <b>738,98</b> | <b>210,64</b> | <b>8,65</b> | <b>620,71</b> | <b>0,81</b> | <b>42,77</b> | <b>3,33,58</b> |

Суббота Первая неделя

| Завтрак  |      |         |     |       |       |       |        |        |       |      |        |      |      |        |
|--|------|---------|-----|-------|-------|-------|--------|--------|-------|------|--------|------|------|--------|
| Запеканка творожная с соусом молочным сладким №327 | 2017 | 223/327 | 230 | 14,32 | 10,97 | 36,67 | 293,50 | 304,07 | 44,48 | 1,05 | 380,60 | 0,07 | 0,23 | 128,44 |
| Напиток кофейный на молоке                         | 2017 | 379     | 200 | 3,60  | 2,67  | 29,20 | 155,20 | 158,67 | 16,80 | 0,22 | 82,40  | 0,07 | 1,17 | 6,84   |
| Бутерброд с джемом                                 | 2017 | 2       | 50  | 2,23  | 3,53  | 24,80 | 140,40 | 9,81   | 10,17 | 0,78 | 26,46  | 0,78 | 0,05 | 20,52  |
| Яблоко   | 2017 | 338     | 100 | 0,80  | 5,50  | 4,30  | 67,10  | 17,30  | 3,90  | 0,20 | 21,20  | 0,00 | 1,80 | 0,00   |
| Итого:   |      |         | 580 | 20,95 | 22,67 | 94,97 | 656,20 | 489,85 | 75,35 | 2,25 | 510,66 | 0,92 | 3,25 | 155,80 |

Обед

|  |      |     |                |              |              |               |                |               |               |              |                |             |              |               |
|--|------|-----|----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|---------------|--------------|----------------|-------------|--------------|---------------|
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 2017 | 112 | 250            | 2,66         | 4,59         | 17,14         | 116,23         | 24,60         | 27,00         | 1,09         | 26,65          | 0,11        | 8,25         | 22,80         |
| Кура отварная                            | 2017 | 288 | 10             | 2,11         | 1,36         | 0,00          | 20,67          | 3,90          | 2,00          | 0,18         | 14,30          | 0,04        | 0,00         | 2,28          |
| Печень по-Строгановски                   | 2017 | 255 | 100            | 10,13        | 11,23        | 3,90          | 163,42         | 38,24         | 17,47         | 4,74         | 239,32         | 0,20        | 4,12         | 366,51        |
| Речка отварная расщипчатая               | 2017 | 302 | 200            | 5,10         | 6,89         | 47,76         | 261,54         | 17,31         | 43,33         | 5,27         | 144,67         | 0,13        | 0,00         | 0,03          |
| Салат из зеленого горошка                | 2017 | 10  | 100            | 2,98         | 5,19         | 6,25          | 83,60          | 21,45         | 20,80         | 0,68         | 26,57          | 0,11        | 11,00        | 1,30          |
| Напиток цитрусовый                       | 2008 | 436 | 200            | 0,18         | 0,02         | 27,46         | 94,58          | 16,3          | 4,1           | 0,18         | 4,4            | 0,03        | 25,5         | 0,1           |
| Хлеб пшеничный                           | к/к  | к/к | 20             | 1,58         | 0,20         | 9,66          | 46,76          | 4,60          | 6,60          | 0,22         | 17,40          | 0,08        | 0,00         | 0,00          |
| Хлеб ржано-пшеничный                     | к/к  | к/к | 40             | 2,24         | 0,44         | 19,76         | 91,96          | 9,20          | 10,00         | 1,24         | 42,40          | 0,04        | 0,00         | 0,00          |
| Итого:                                   |      |     | 920            | 26,98        | 29,92        | 131,93        | 878,76         | 135,60        | 131,30        | 13,60        | 515,70         | 0,75        | 48,87        | 393,02        |
| <b>Итого за день:</b>                    |      |     | <b>1500</b>    | <b>47,93</b> | <b>52,59</b> | <b>226,90</b> | <b>1534,96</b> | <b>625,45</b> | <b>206,66</b> | <b>15,85</b> | <b>1026,37</b> | <b>1,66</b> | <b>52,12</b> | <b>548,82</b> |
| <b>Среднее значение за неделю:</b>       |      |     | <b>1472,50</b> | <b>47,49</b> | <b>50,31</b> | <b>207,93</b> | <b>1465,89</b> | <b>621,22</b> | <b>186,95</b> | <b>10,77</b> | <b>708,27</b>  | <b>0,78</b> | <b>41,06</b> | <b>458,24</b> |

Понедельник Вторая неделя

Завтрак

|  |      |     |     |       |       |        |        |        |       |      |        |      |       |       |
|--|------|-----|-----|-------|-------|--------|--------|--------|-------|------|--------|------|-------|-------|
| Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом | 2017 | 173 | 260 | 7,64  | 12,97 | 82,65  | 389,11 | 237,96 | 28,55 | 1,46 | 144,86 | 0,21 | 0,67  | 26,52 |
| Напиток из плодов шиповника                    | 2017 | 8   | 200 | 0,68  | 0,28  | 17,98  | 77,12  | 21,33  | 3,44  | 0,63 | 3,44   | 0,01 | 19,00 | 0,00  |
| Яйцо вареное                                   | 2017 | 209 | 40  | 5,10  | 4,60  | 0,30   | 63,00  | 22,00  | 4,80  | 1,00 | 76,80  | 0,03 | 0,00  | 0,11  |
| Батон пшеничный в/с                            | к/к  | к/к | 60  | 4,74  | 0,60  | 28,98  | 140,28 | 13,80  | 19,80 | 0,66 | 52,20  | 0,10 | 0,00  | 0,00  |
| Итого:   |      |     | 560 | 18,16 | 18,45 | 129,91 | 669,51 | 295,10 | 56,59 | 3,75 | 277,30 | 0,35 | 19,67 | 26,63 |

Обед

|                             |      |     |             |              |              |               |                |               |               |              |               |             |              |               |
|-----------------------------|------|-----|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|---------------|--------------|---------------|-------------|--------------|---------------|
| Суп картофельный с бобовыми | 2017 | 102 | 250         | 5,49         | 5,28         | 16,33         | 134,75         | 38,08         | 35,30         | 2,03         | 87,18         | 0,08        | 5,81         | 0,00          |
| Кура отварная               | 2017 | 288 | 10          | 2,11         | 1,36         | 0,00          | 20,67          | 3,90          | 2,00          | 0,18         | 14,30         | 0,04        | 0,00         | 2,28          |
| Плов из птицы               | 2017 | 291 | 250         | 19,05        | 20,58        | 52,50         | 489,94         | 56,38         | 59,38         | 2,74         | 179,13        | 0,08        | 1,26         | 310,04        |
| Салат из соевых орудов      | 2008 | 17  | 100         | 0,87         | 3,12         | 2,62          | 59,80          | 23,28         | 13,43         | 0,22         | 28,23         | 0,02        | 5,55         | 0,00          |
| Компот из смеси сухофруктов | 2017 | 349 | 200         | 0,04         | 0,00         | 24,76         | 94,20          | 6,40          | 0,00          | 0,18         | 3,60          | 0,01        | 1,08         | 0,00          |
| Хлеб пшеничный              | к/к  | к/к | 20          | 1,58         | 0,20         | 9,66          | 46,76          | 4,60          | 6,60          | 0,22         | 17,40         | 0,08        | 0,00         | 0,00          |
| Хлеб ржано-пшеничный        | к/к  | к/к | 40          | 2,24         | 0,44         | 19,76         | 91,96          | 9,20          | 10,00         | 1,24         | 42,40         | 0,04        | 0,00         | 0,00          |
| Итого:                      |      |     | 870         | 31,38        | 30,98        | 125,63        | 938,08         | 141,84        | 126,71        | 6,81         | 372,24        | 0,34        | 13,70        | 312,32        |
| <b>Итого за день:</b>       |      |     | <b>1430</b> | <b>49,53</b> | <b>49,43</b> | <b>255,53</b> | <b>1607,59</b> | <b>436,93</b> | <b>183,30</b> | <b>10,56</b> | <b>649,54</b> | <b>0,69</b> | <b>33,37</b> | <b>338,95</b> |

Понедельник Вторая неделя

Суббота Первая неделя

Пятница Первая не

**Вторник Вторая неделя**

|  |      | Завтрак |     |       |       |       |        |        |       |      |        |      |       |       |
|--|------|---------|-----|-------|-------|-------|--------|--------|-------|------|--------|------|-------|-------|
| Затеканка рисовая с творогом и с соусом молочным<br>спяжника № 377 | 2017 | 188     | 210 | 10,61 | 4,99  | 37,65 | 228,54 | 182,44 | 31,80 | 1,44 | 215,75 | 0,11 | 2,33  | 29,66 |
| Какао на молоке  | 2017 | 382     | 200 | 3,52  | 3,72  | 25,49 | 145,20 | 122,00 | 14,00 | 0,56 | 39,00  | 0,04 | 1,30  | 0,01  |
| Бутерброд с сыром  | 3    | 2017    | 40  | 4,90  | 11,55 | 17,10 | 193,00 | 106,00 | 4,80  | 0,12 | 0,09   | 0,06 | 0,11  | 39,00 |
| Апельсин   | 2017 | 338     | 100 | 0,90  | 0,20  | 8,10  | 37,80  | 34,00  | 13,00 | 0,30 | 18,33  | 0,04 | 26,00 | 0,00  |
| <b>Итого:</b>  |      |         | 550 | 19,93 | 20,46 | 88,34 | 604,54 | 444,44 | 63,60 | 2,42 | 273,17 | 0,25 | 29,74 | 68,67 |

**Обед**

|                              |      |         |      |       |       |        |         |        |        |      |        |      |       |        |
|------------------------------|------|---------|------|-------|-------|--------|---------|--------|--------|------|--------|------|-------|--------|
| Борщ Сибирский со сметаной   | 2017 | 63      | 260  | 4,98  | 1,89  | 9,81   | 101,66  | 88,66  | 22,45  | 1,39 | 28,12  | 0,09 | 1,94  | 31,47  |
| Тфтели из кур в соусе №331   | 2017 | 297/331 | 100  | 10,37 | 16,21 | 10,97  | 228,50  | 54,44  | 13,78  | 1,26 | 232,56 | 0,11 | 0,44  | 235,97 |
| Макаронные изделия отварные  | 2017 | 202     | 200  | 7,36  | 6,03  | 35,27  | 224,60  | 6,48   | 28,16  | 1,48 | 49,56  | 0,08 | 0,00  | 96,33  |
| Салат витаминный (2 вариант) | 2017 | 49      | 100  | 2,60  | 6,22  | 22,15  | 154,90  | 7,48   | 4,28   | 0,35 | 21,45  | 0,27 | 6,12  | 35,62  |
| Чай с сахаром                | 2017 | 376     | 200  | 0,20  | 0,00  | 14,00  | 28,00   | 6,00   | 0,00   | 0,40 | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 0,00   |
| Хлеб пшеничный               | к/к  | к/к     | 20   | 1,58  | 0,20  | 9,66   | 46,76   | 4,60   | 6,60   | 0,22 | 17,40  | 0,08 | 0,00  | 0,00   |
| Хлеб ржано-пшеничный         | к/к  | к/к     | 40   | 2,24  | 0,44  | 19,76  | 91,96   | 9,20   | 10,00  | 1,24 | 42,40  | 0,04 | 0,00  | 0,00   |
| <b>Итого:</b>                |      |         | 920  | 29,32 | 30,99 | 121,61 | 876,38  | 176,87 | 85,26  | 6,33 | 391,48 | 0,67 | 8,50  | 399,39 |
| <b>Итого за день:</b>        |      |         | 1470 | 49,25 | 51,45 | 209,95 | 1480,92 | 621,31 | 148,87 | 8,75 | 664,65 | 0,91 | 38,25 | 468,05 |

**Среда Вторая неделя**

|                                       |      | Завтрак |     |       |       |       |        |        |       |      |        |      |      |       |
|---------------------------------------|------|---------|-----|-------|-------|-------|--------|--------|-------|------|--------|------|------|-------|
| Каша вязкая молочная рисовая с маслом | 2017 | 174     | 260 | 13,08 | 19,13 | 28,78 | 332,30 | 241,43 | 53,31 | 0,58 | 82,95  | 0,04 | 0,00 | 28,23 |
| Чай с сахаром и лимоном               | 2017 | 377     | 200 | 0,13  | 0,02  | 10,25 | 41,68  | 14,05  | 2,40  | 0,38 | 4,40   | 0,00 | 2,83 | 0,00  |
| Джем/Повидло                          | к/к  | к/к     | 30  | 0,15  | 0     | 21,48 | 86,52  | 3,6    | 2,7   | 0,12 | 5,4    | 0    | 0,72 | 0     |
| Батон пшеничный в/с                   | к/к  | к/к     | 60  | 4,74  | 0,60  | 28,98 | 140,28 | 13,80  | 19,80 | 0,66 | 52,20  | 0,10 | 0,00 | 0,00  |
| <b>Итого:</b>                         |      |         | 550 | 18,10 | 19,75 | 89,49 | 600,78 | 272,88 | 78,21 | 1,74 | 144,95 | 0,14 | 3,55 | 28,23 |

**Обед**

|                          |      |     |      |       |       |        |         |        |        |       |        |      |       |        |
|--------------------------|------|-----|------|-------|-------|--------|---------|--------|--------|-------|--------|------|-------|--------|
| Суп картофельный         | 2017 | 97  | 250  | 2,34  | 2,83  | 16,64  | 101,25  | 25,85  | 31,13  | 1,175 | 76,8   | 0,11 | 2,00  | 0,00   |
| Рыба отварная            | 2017 | 226 | 20   | 3,51  | 0,48  | 0,06   | 18,50   | 3,38   | 2,60   | 0,14  | 34,40  | 0,02 | 0,07  | 1,71   |
| Бифстроганов из кур      | 2017 | 290 | 100  | 11,84 | 13,47 | 5,97   | 189,50  | 43,22  | 14,89  | 1,01  | 15,11  | 0,06 | 1,60  | 244,33 |
| Пюре картофельное        | 2017 | 312 | 200  | 4,08  | 6,40  | 27,27  | 183,00  | 49,31  | 37,00  | 1,35  | 75,47  | 0,14 | 12,49 | 34,00  |
| Салат из отварной свеклы | 2017 | 52  | 100  | 1,43  | 6,08  | 8,37   | 93,90   | 35,15  | 20,90  | 1,33  | 40,97  | 0,02 | 3,42  | 0      |
| Напиток цитрусовый       | 2008 | 436 | 200  | 0,18  | 0,02  | 27,46  | 94,58   | 16,3   | 4,1    | 0,18  | 4,4    | 0,03 | 25,5  | 0,1    |
| Хлеб пшеничный           | к/к  | к/к | 20   | 1,58  | 0,20  | 9,66   | 46,76   | 4,60   | 6,60   | 0,22  | 17,40  | 0,08 | 0,00  | 0,00   |
| Хлеб ржано-пшеничный     | к/к  | к/к | 40   | 2,24  | 0,44  | 19,76  | 91,96   | 9,20   | 10,00  | 1,24  | 42,40  | 0,04 | 0,00  | 0,00   |
| <b>Итого:</b>            |      |     | 930  | 27,20 | 29,91 | 115,18 | 819,45  | 187,00 | 127,21 | 6,65  | 306,94 | 0,49 | 45,08 | 280,14 |
| <b>Итого за день:</b>    |      |     | 1480 | 45,30 | 49,66 | 204,67 | 1420,23 | 459,88 | 205,51 | 8,39  | 451,89 | 0,63 | 48,63 | 308,37 |

**Четверг Вторая неделя**

**Завтрак**

|  |      |     |        |       |       |       |        |        |        |      |        |      |      |       |
|--|------|-----|--------|-------|-------|-------|--------|--------|--------|------|--------|------|------|-------|
| Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев «Гркулес» с маслом сливочным | 2017 | 173 | 260    | 10,29 | 14,18 | 27,39 | 271,49 | 196,42 | 89,20  | 1,75 | 82,17  | 0,26 | 0,66 | 21,88 |
| Сыр (порциками)  | 2017 | 15  | 15     | 3,48  | 4,43  | 0,00  | 54,60  | 132,00 | 5,25   | 0,15 | 75,00  | 0,01 | 0,11 | 39,00 |
| Батон пшеничный в/с  | к/к  | к/к | 60     | 4,74  | 0,60  | 28,98 | 140,28 | 13,80  | 19,80  | 0,66 | 52,20  | 0,10 | 0,00 | 0,00  |
| Печенье замяное  | к/к  | к/к | 20     | 0,38  | 1,08  | 6,41  | 35,27  | 8,20   | 3,00   | 0,20 | 17,40  | 0,02 | 0,00 | 14,82 |
| Напиток кофейный на молоке   | 2017 | 379 | 200    | 3,6   | 2,67  | 29,2  | 155,2  | 158,67 | 16,8   | 0,22 | 82,4   | 0,07 | 1,17 | 6,84  |
| <b>Итого:</b>  |      |     | 555,00 | 22,49 | 22,96 | 91,98 | 656,84 | 509,09 | 134,05 | 3,82 | 309,17 | 0,45 | 1,94 | 82,54 |

**Обед**

|  |      |     |     |      |      |      |       |       |       |      |       |      |      |      |
|--|------|-----|-----|------|------|------|-------|-------|-------|------|-------|------|------|------|
| Пи из квашеной капусты с картофелем и сметаной | 2017 | 92  | 260 | 1,64 | 4,92 | 6,27 | 81,50 | 47,33 | 20,43 | 0,78 | 44,28 | 0,03 | 6,08 | 0,00 |
| Куря отварная                                  | 2017 | 288 | 10  | 2,11 | 1,36 | 0,00 | 20,67 | 3,90  | 2,00  | 0,18 | 14,30 | 0,04 | 0,00 | 2,28 |

**г Вторая неделя**

|  |      |         |                |              |              |               |                |               |               |              |               |             |              |               |
|--|------|---------|----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|---------------|--------------|---------------|-------------|--------------|---------------|
| Котлета, биточки, шницели с соусом №332                    | 2017 | 268,332 | 100            | 13,58        | 10,58        | 12,96         | 198,12         | 182,09        | 20,86         | 1,20         | 47,99         | 0,11        | 0,11         | 268,50        |
| Капустя тушеная  | 2017 | 321     | 200            | 3,71         | 8,64         | 46,03         | 265,20         | 29,28         | 58,65         | 2,31         | 159,45        | 0,31        | 42,00        | 47,88         |
| Томаты свежие порционно                                    | 2017 | 71      | 60             | 2,16         | 4,04         | 1,01          | 48,79          | 13,80         | 7,00          | 0,42         | 12,00         | 0,00        | 14,40        | 0,00          |
| Компот из свежих яблок                                     | 2017 | 447     | 700            | 0,70         | 0,70         | 72,30         | 110,00         | 12,00         | 0,09          | 0,80         | 2,40          | 0,02        | 0,00         | 0,00          |
| Хлеб пшеничный   | к/к  | к/к     | 20             | 1,58         | 0,20         | 9,66          | 46,76          | 4,60          | 6,60          | 0,22         | 17,40         | 0,08        | 0,00         | 0,00          |
| Хлеб ржано-пшеничный                                       | к/к  | к/к     | 40             | 2,24         | 0,44         | 19,76         | 91,96          | 9,20          | 10,00         | 1,24         | 42,40         | 0,04        | 0,00         | 0,00          |
| Итого:   |      |         | 890            | 27,22        | 30,38        | 117,98        | 863,00         | 302,19        | 125,53        | 7,14         | 340,22        | 0,62        | 62,59        | 318,66        |
| <b>Итого за день:</b>                                      |      |         | <b>1445,00</b> | <b>49,71</b> | <b>53,34</b> | <b>209,96</b> | <b>1519,84</b> | <b>811,29</b> | <b>259,59</b> | <b>10,96</b> | <b>649,39</b> | <b>1,07</b> | <b>64,52</b> | <b>401,20</b> |
| <b>Пятница Вторая неделя</b>                               |      |         |                |              |              |               |                |               |               |              |               |             |              |               |
| <b>Завтрак</b>   |      |         |                |              |              |               |                |               |               |              |               |             |              |               |
| Каша молочная жидкая из гречневой крупы с маслом сливочным | 2017 | 183     | 260            | 9,83         | 14,48        | 9,83          | 206,44         | 239,82        | 53,36         | 1,63         | 182,87        | 0,19        | 0,00         | 28,23         |
| Батон пшеничный в/с  | к/к  | к/к     | 60             | 4,74         | 0,60         | 28,98         | 140,28         | 13,80         | 19,80         | 0,66         | 52,20         | 0,10        | 0,00         | 0,00          |
| Какао на молоке  | 2017 | 382     | 200            | 3,52         | 3,72         | 25,49         | 145,20         | 122,00        | 14,00         | 0,56         | 39,00         | 0,04        | 1,30         | 0,01          |
| Джем/Повидло   | к/к  | к/к     | 30             | 0,15         | 0            | 21,48         | 86,52          | 3,6           | 2,7           | 0,12         | 5,4           | 0           | 0,72         | 0             |
| Итого:   |      |         | 550            | 18,24        | 18,80        | 85,78         | 578,44         | 379,22        | 89,86         | 2,97         | 279,47        | 0,33        | 2,02         | 28,24         |
| <b>Обед</b>  |      |         |                |              |              |               |                |               |               |              |               |             |              |               |
| Суп картофельный   | 2017 | 97      | 250            | 2,34         | 2,83         | 16,64         | 101,25         | 25,85         | 31,13         | 1,175        | 76,8          | 0,11        | 2,00         | 0,00          |
| Кура отварная  | 2017 | 228     | 10             | 2,11         | 1,36         | 0,00          | 20,67          | 3,90          | 2,00          | 0,18         | 14,30         | 0,04        | 0,00         | 2,28          |
| Котлета рыбная (минтай) с соусом №326                      | 2017 | 239/326 | 100            | 13,32        | 12,06        | 9,63          | 209,90         | 208,11        | 23,44         | 0,66         | 86,33         | 0,07        | 0,91         | 329,06        |
| Рис отварной   | 2017 | 304     | 200            | 4,89         | 6,23         | 44,89         | 267,96         | 26,36         | 17,48         | 0,00         | 22,00         | 0,06        | 0,00         | 0,20          |
| Салат из квашеной капусты                                  | 2017 | 47      | 100            | 1,72         | 5,02         | 8,50          | 86,03          | 52,45         | 16,08         | 0,67         | 34,08         | 0,02        | 19,88        | 0,00          |
| Чай с сахаром и лимоном                                    | 2017 | 377     | 200            | 0,13         | 0,02         | 10,25         | 41,68          | 14,05         | 2,4           | 0,38         | 4,4           | 0           | 2,83         | 0             |
| Хлеб пшеничный   | к/к  | к/к     | 20             | 1,58         | 0,20         | 9,66          | 46,76          | 4,60          | 6,60          | 0,22         | 17,40         | 0,08        | 0,00         | 0,00          |
| Хлеб ржано-пшеничный                                       | к/к  | к/к     | 40             | 2,24         | 0,44         | 19,76         | 91,96          | 9,20          | 10,00         | 1,24         | 42,40         | 0,04        | 0,00         | 0,00          |
| Итого:   |      |         | 880            | 28,33        | 28,15        | 119,33        | 866,21         | 344,52        | 109,13        | 4,52         | 297,72        | 0,41        | 25,62        | 331,54        |
| <b>Итого за день:</b>                                      |      |         | <b>1430</b>    | <b>46,57</b> | <b>46,95</b> | <b>205,11</b> | <b>1444,65</b> | <b>723,74</b> | <b>198,99</b> | <b>7,49</b>  | <b>577,18</b> | <b>0,74</b> | <b>27,64</b> | <b>359,78</b> |
| <b>Суббота Вторая неделя</b>                               |      |         |                |              |              |               |                |               |               |              |               |             |              |               |
| <b>Завтрак</b>   |      |         |                |              |              |               |                |               |               |              |               |             |              |               |
| Каша молочная жидкая из манной крупы с маслом              | 2017 | 181     | 260            | 12,17        | 6,71         | 44,88         | 286,70         | 250,31        | 9,78          | 0,58         | 45,56         | 0,05        | 0,00         | 65,46         |
| Бутерброд с сыром  | 3    | 2017    | 40             | 4,9          | 11,55        | 17,10         | 193,00         | 106,00        | 4,80          | 0,12         | 0,09          | 0,06        | 0,11         | 39,00         |
| Чай с сахаром  | 2017 | 376     | 200            | 0,20         | 0,00         | 14,00         | 28,00          | 6,00          | 0,00          | 0,40         | 0,00          | 0,00        | 0,00         | 0,00          |
| Апельсин   | 2017 | 338     | 100            | 0,90         | 0,20         | 8,10          | 37,80          | 34,00         | 13,00         | 0,30         | 18,33         | 0,04        | 26,00        | 0,00          |
| Итого:   |      |         | 600            | 18,17        | 18,46        | 84,08         | 545,50         | 396,31        | 27,58         | 1,40         | 63,98         | 0,15        | 26,11        | 104,46        |
| <b>Обед</b>  |      |         |                |              |              |               |                |               |               |              |               |             |              |               |
| Рассольник Ленинградский со сметаной                       | 2017 | 96      | 260            | 3,10         | 8,28         | 30,10         | 199,79         | 26,20         | 25,65         | 0,97         | 71,26         | 0,10        | 7,47         | 0,00          |
| Кура отварная  | 2017 | 288     | 10             | 2,11         | 1,36         | 0,00          | 20,67          | 3,90          | 2,00          | 0,18         | 14,30         | 0,04        | 0,00         | 2,28          |
| Печень по-строгановски                                     | 2017 | 255     | 100            | 10,13        | 11,23        | 3,90          | 163,42         | 38,24         | 17,47         | 4,74         | 239,32        | 0,20        | 4,12         | 366,51        |
| Макаронные изделия отварные                                | 2017 | 202     | 200            | 7,36         | 6,03         | 35,27         | 224,60         | 6,48          | 28,16         | 1,48         | 49,56         | 0,08        | 0,00         | 96,33         |
| Салат из белокочанной капусты                              | 2017 | 45      | 100            | 1,54         | 0,11         | 10,91         | 48,12          | 104,64        | 19,09         | 0,73         | 35,38         | 0,03        | 13,49        | 9,09          |
| Компот из смеси сухофруктов                                | 2017 | 349     | 200            | 0,04         | 0,00         | 24,76         | 94,20          | 6,40          | 0,00          | 0,18         | 3,60          | 0,01        | 1,08         | 0,00          |
| Хлеб пшеничный   | к/к  | к/к     | 20             | 1,58         | 0,20         | 9,66          | 46,76          | 4,60          | 6,60          | 0,22         | 17,40         | 0,08        | 0,00         | 0,00          |
| Хлеб ржано-пшеничный                                       | к/к  | к/к     | 40             | 2,24         | 0,44         | 19,76         | 91,96          | 9,20          | 10,00         | 1,24         | 42,40         | 0,04        | 0,00         | 0,00          |
| Итого:   |      |         | 930            | 28,10        | 27,65        | 134,36        | 889,52         | 199,66        | 108,97        | 9,74         | 473,22        | 0,58        | 26,16        | 474,21        |
| <b>Итого за день:</b>                                      |      |         | <b>1530</b>    | <b>46,27</b> | <b>46,11</b> | <b>218,43</b> | <b>1435,02</b> | <b>595,96</b> | <b>136,55</b> | <b>11,14</b> | <b>537,21</b> | <b>0,73</b> | <b>52,27</b> | <b>578,67</b> |
| <b>Среднее значение за неделю:</b>                         |      |         | <b>1464,17</b> | <b>47,77</b> | <b>49,49</b> | <b>217,28</b> | <b>1484,71</b> | <b>608,19</b> | <b>188,80</b> | <b>9,55</b>  | <b>588,31</b> | <b>0,80</b> | <b>44,11</b> | <b>409,17</b> |
| <b>Среднее значение за 12 дней:</b>                        |      |         | <b>1468,33</b> | <b>47,63</b> | <b>49,90</b> | <b>212,60</b> | <b>1475,30</b> | <b>614,70</b> | <b>187,88</b> | <b>10,16</b> | <b>648,29</b> | <b>0,79</b> | <b>42,59</b> | <b>433,70</b> |

**Суббота Вторая неделя**

**Пятница Вторая неделя**