



82	каша жидкая молочная	200/10	5,02	3,47	43,27	225	200/10	5,02	3,47	43,27	225
3	сыр	15	5,8	8,3	14,83	157	15	5,8	8,3	14,83	157
1	масло сливочное	5	1,18	3,74	7,44	68	5	1,18	3,74	7,44	68
382	какао с молоком	200	4,07	3,54	17,58	118,6	200	4,07	3,54	17,58	118,6
ПР	хлеб валитек-8	30	2,37	0,3	6,9	70,14	30	2,37	0,3	6,9	70,14
	<b>ИТОГО</b>		<b>18,44</b>	<b>19,35</b>	<b>90,02</b>	<b>413,7</b>		<b>18,44</b>	<b>19,35</b>	<b>90,02</b>	<b>638,74</b>
	<b>ОБЕД</b>										
20	салат из свежих огурцов	80	0,6	4,8	1,46	0,44	100	0,75	6,01	1,83	0,56
88	щи из свежей капусты с картофелем	200/5	1,45	4,09	6,5	73,95	250/10	1,81	5,12	8,13	92,44
259	жаркое по-домашнему	200	19,06	21,29	19,5	347,1	250	21,44	23,95	21,95	390,3
348	компот из плодов кураги	200	0,78	0,04	27,63	114,8	200	0,78	0,04	27,63	114,8
ПР	хлеб крестьянский	30	2,4	0,45	28,13	75	40	3,2	0,6	28,14	100
ПР	хлеб валитек-8	20	1,58	0,2	4,6	46,76	30	2,37	0,3	6,9	70,14
	<b>ИТОГО</b>		<b>25,87</b>	<b>30,67</b>	<b>87,82</b>	<b>658,1</b>		<b>30,35</b>	<b>36,02</b>	<b>94,58</b>	<b>768,24</b>

День: Среда  
Неделя : первая  
Сезон : весенне-летний

№ рецептур	Возрастная группа от 7 до 10 лет						от 10 лет и старше				
	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
	<b>ЗАВТРАК</b>										
182	каша жидкая молочная	200/10	7,31	10,98	49,18	325	200/10	7,31	10,98	49,18	325
209	яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	63	40	5,08	4,6	0,28	63
378	чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	81	200	1,52	1,35	15,9	81
ПР	хлеб валитек-8	30	2,37	0,3	6,9	70,14	30	2,37	0,3	6,9	70,14
	<b>ИТОГО</b>		<b>16,28</b>	<b>17,23</b>	<b>72,26</b>	<b>214,1</b>		<b>16,28</b>	<b>17,23</b>	<b>72,26</b>	<b>539,14</b>
	<b>ОБЕД</b>										
23	салат из свежих	80	8,8	0,48	0,36	0,61	100	11,01	0,61	0,45	0,77
83	борщ с картофелем	200/5	1,7	4,21	11,28	98,28	250/10	2,12	5,26	14,11	122,85
171	каша рассыпчатая	150	3,78	7,78	39,29	242	200	5,04	10,37	52,38	322
290	грудка куринная	50	11,65	11,66	3,51	166	50	11,65	11,66	3,51	166
331	соус сметанный с	50	0,88	2,49	3,51	40,05	50	0,88	2,49	3,51	40,05
349	компот из смеси	200	0,66	0,09	32	132,8	200	0,66	0,09	32	132,8
ПР	хлеб крестьянский	30	2,4	0,45	28,13	75	40	3,2	0,6	28,14	100
ПР	хлеб валитек-8	20	1,58	0,2	4,6	46,76	30	2,37	0,3	6,9	70,14
	<b>ИТОГО</b>		<b>31,45</b>	<b>27,16</b>	<b>122,68</b>	<b>801,5</b>		<b>36,93</b>	<b>31,38</b>	<b>141</b>	<b>954,61</b>

День: Четверг  
Неделя : первая  
Сезон : весенне-летний

№ рецептур	Возрастная группа от 7 до 10 лет						от 10 лет и старше				
	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
	<b>ЗАВТРАК</b>										
120	суп молочный с макаронными	200	21,88	18,98	71,82	120	200	21,88	18,98	71,82	120
1	масло сливочное	10	2,36	7,49	14,89	136	10	2,36	7,49	14,89	136
379	кофейный напиток с мол	200	3,6	2,67	28,27	155,2	200	3,6	2,67	28,27	155,2
ПР	хлеб валитек-8	30	2,37	0,3	6,9	70,14	30	2,37	0,3	6,9	70,14



45	салат из белокачанной	80	1,07	4,9	6,87	76,05	100	1,34	6,86	8,6	95,06
98	суп крестьянский с	200/5	1,21	4,04	5,01	62,83	250/10	1,52	5,17	6,27	78,53
265	плов с мясом	150/50	22,2	25,77	35,03	442	200/50	27,75	28,43	43,79	589
355	кисель с витамином	200	0	0	24	95	200	0	0	24	95
ПР	хлеб крестьянский	30	2,4	0,45	28,13	75	40	3,2	0,6	28,14	100
ПР	хлеб валитек-8	20	1,58	0,2	4,6	46,76	30	2,37	0,3	6,9	70,14
	<b>ИТОГО</b>		<b>28,46</b>	<b>35,16</b>	<b>103,64</b>	<b>797,6</b>		<b>36,18</b>	<b>41,36</b>	<b>117,7</b>	<b>1027,73</b>

День: Вторник

Неделя : вторая

Сезон : весенне-летний

№ реце птур	Возрастная группа от 7 до 10 лет						от 10 лет и старше					
	Прием пищи, наименование блюда	Масса порци	Пищевые вещества (г)			Энер гетич еская ценн ость	Масса порци	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская ценность (ккал)	
			Б	Ж	У			Б	Ж	У		
	<b>ЗАВТРАК</b>											
120	суп молочный с макаронными	200	21,88	18,98	71,82	120	200	21,88	18,98	71,82	120	
3	сыр	15	5,8	8,3	14,83	157	15	5,8	8,3	14,83	157	
1	масло сливочное	5	1,18	3,74	7,44	68	5	1,18	3,74	7,44	68	
382	какао с молоком	200	4,07	3,54	17,58	118,6	200	4,07	3,54	17,58	118,6	
ПР	хлеб валитек-8	30	2,37	0,3	6,9	70,14	30	2,37	0,3	6,9	70,14	
	<b>ИТОГО</b>		<b>35,3</b>	<b>34,86</b>	<b>118,57</b>	<b>413,7</b>		<b>35,3</b>	<b>34,86</b>	<b>118,6</b>	<b>533,74</b>	
	<b>ОБЕД</b>											
20	салат из свежих огурцов	80	0,6	4,8	1,46	0,44	100	0,75	6,01	1,83	0,56	
92	щи из квашеной капусты с картофелем	200/5	1,34	4,04	5,16	67,15	250/10	1,67	5,05	6,45	83,94	
203	макаронные изделия отварные с маслом	150/7	5,73	6,07	31,98	205	200/10	7,64	8,1	42,64	274	
331	соус сметанный с	50	0,88	2,49	3,51	40,05	50	0,88	2,49	3,51	40,05	
278	тефтели	60	8,13	9,01	10,72	157	60	8,13	9,01	10,72	157	
348	компот из плодов кураги	200	0,78	0,04	27,63	114,8	200	0,78	0,04	27,63	114,8	
ПР	хлеб крестьянский	30	2,4	0,45	28,13	75	40	3,2	0,6	28,14	100	
ПР	хлеб валитек-8	20	1,58	0,2	4,6	46,76	30	2,37	0,3	6,9	70,14	
	<b>ИТОГО</b>		<b>21,44</b>	<b>26,9</b>	<b>113,19</b>	<b>706,2</b>		<b>25,42</b>	<b>31,6</b>	<b>127,8</b>	<b>840,49</b>	

День: Среда

Неделя : вторая

Сезон : весенне-летний

№ реце птур	Возрастная группа от 7 до 10 лет						от 10 лет и старше					
	Прием пищи, наименование блюда	Масса порци	Пищевые вещества (г)			Энер гетич еская ценн ость	Масса порци	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская ценность (ккал)	
			Б	Ж	У			Б	Ж	У		
	<b>ЗАВТРАК</b>											
182	каша жидкая молочная	200/10	7,51	11,72	37,05	326	200/10	7,51	11,72	37,05	326	
209	яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	63	40	5,08	4,6	0,28	63	
378	чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	81	200	1,52	1,35	15,9	81	
ПР	хлеб валитек-8	30	2,37	0,3	6,9	70,14	30	2,37	0,3	6,9	70,14	
	<b>ИТОГО</b>		<b>16,48</b>	<b>17,97</b>	<b>60,13</b>	<b>214,1</b>		<b>16,48</b>	<b>17,97</b>	<b>60,13</b>	<b>540,14</b>	
	<b>ОБЕД</b>											
23	салат из свежих	80	8,8	0,48	0,36	0,61	100	11,01	0,61	0,45	0,77	
104	суп картофельный с мясными	200/5	1,8	2,28	12,67	87,34	250/10	2,25	2,86	15,85	109,18	

71	каша рассыпчатая	150	8,85	9,55	39,86	280	150	8,85	9,55	39,86	280
293	голень куриная	55	11,08	12,89	0,04	161	55	11,08	12,89	0,04	161
331	соус сметанный с	50	0,88	2,49	3,51	40,05	50	0,88	2,49	3,51	40,05
355 А	Напиток витаминизированный	200	0	0	19	80	200	0	0	19	80
ПР	хлеб крестьянский	30	2,4	0,45	28,13	75	40	3,2	0,6	28,14	100
ПР	хлеб валитек-8	20	1,58	0,2	4,6	46,76	30	2,37	0,3	6,9	70,14
	<b>ИТОГО</b>		<b>35,39</b>	<b>28,14</b>	<b>108,17</b>	<b>770,8</b>		<b>39,64</b>	<b>29,3</b>	<b>113,8</b>	<b>841,14</b>

День: Четверг

Неделя : вторая

Сезон : весенне-летний

№ рецептур	Возрастная группа от 7 до 10 лет						от 10 лет и старше					
	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У			Б	Ж	У		
	<b>ЗАВТРАК</b>											
181	каша жидкая молочная	200/10	7,31	10,98	49,18	325	200/10	7,31	10,98	49,18	325	
1	масло сливочное	10	2,36	7,49	14,89	136	10	2,36	7,49	14,89	136	
379	кофейный напиток с молк	200	3,6	2,67	28,27	155,2	200	3,6	2,67	28,27	155,2	
ПР	хлеб валитек-8	30	2,37	0,3	6,9	70,14	30	2,37	0,3	6,9	70,14	
	<b>ИТОГО</b>		<b>15,64</b>	<b>21,44</b>	<b>99,24</b>	<b>361,3</b>		<b>15,64</b>	<b>21,44</b>	<b>99,24</b>	<b>686,34</b>	
	<b>ОБЕД</b>											
70	огурец натуральный	50	0,4	0,05	1,75	10	50	0,4	0,05	1,75	10	
82	борщ с капустой и	200/5	1,51	4,12	9,17	83,44	250/10	1,89	5,16	11,47	108,93	
128	пюре картофельное	150/5	3,35	9,89	19,44	186,9	200/10	4,47	13,2	25,93	249,2	
230	рыба жареная филе	50	7,64	7,4	2,2	106	50	7,64	7,4	2,2	106	
349	компот из смеси	200	0,66	0,09	32	132,8	200	0,66	0,09	32	132,8	
ПР	хлеб крестьянский	30	2,4	0,45	28,13	75	40	3,2	0,6	28,14	100	
ПР	хлеб валитек-8	20	1,58	0,2	4,6	46,76	30	2,37	0,3	6,9	70,14	
	<b>ИТОГО</b>		<b>17,54</b>	<b>22</b>	<b>97,29</b>	<b>640,9</b>		<b>20,63</b>	<b>26,8</b>	<b>108,4</b>	<b>777,07</b>	

День: Пятница

Неделя : вторая

Сезон : весенне-летний

№ рецептур	Возрастная группа от 7 до 10 лет						от 10 лет и старше					
	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У			Б	Ж	У		
	<b>ЗАВТРАК</b>											
182	каша жидкая молочная	200/10	5,02	3,47	43,27	225	200/10	5,02	3,47	43,37	225	
252	Масло сливочное	5	1,18	3,74	7,44	68	72	1,18	3,74	7,44	68	
382	какао с молоком	200	4,07	3,54	17,58	118,6	200	4,07	3,54	17,58	118,6	
ПР	хлеб валитек-8	30	2,37	0,3	6,9	70,14	30	2,37	0,3	6,9	70,14	
3	сыр	15	5,8	8,3	14,83	157	15	5,8	8,3	14,83	157	
	<b>ИТОГО</b>		<b>13,42</b>	<b>15,88</b>	<b>46,75</b>	<b>345,7</b>		<b>13,42</b>	<b>15,88</b>	<b>46,75</b>	<b>413,74</b>	
	<b>ОБЕД</b>											
52	салат из свёклы	80	1,19	4,84	6,64	30,34	100	1,49	6,05	8,25	37,94	
96	суп рассольник	200/5	1,65	4,19	9,86	88,37	250/10	2,08	5,24	12,33	113,06	
139	капуста тушеная	150	3,09	5,57	11,95	116,6	200	4,12	7,43	15,93	155,5	
268	биточки	70	10,8	15,36	9,01	219,5	80	12,24	17,41	10,21	248,8	
348	компот из плодов кураги	200	0,78	0,04	27,63	114,8	200	0,78	0,04	27,63	114,8	
ПР	хлеб крестьянский	30	2,4	0,45	28,13	75	40	3,2	0,6	28,14	100	

ПР	хлеб валитек-8	20	1,58	0,2	4,6	46,76	30	2,37	0,3	6,9	70,14
	<b>ИТОГО</b>		<b>21,49</b>	<b>30,45</b>	<b>97,82</b>	<b>691,4</b>		<b>26,28</b>	<b>37,07</b>	<b>109,4</b>	<b>840,24</b>