

УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВАНО

3



ОСНОВНОЕ МЕНЮ

2-х недельное меню для обучающихся 5-11 классов (возрастная категория: 12 лет и старше) СВО

Оказание услуг по организации горячего питания обучающихся (СВО), получающих начальное общее образование, получающих основное общее и среднее общее образование, для школ города Ессентуки на 2024 учебный год

С использованием:

- * Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций, Сборник технических нормативов, под редакцией члена-корреспондента Российской Академии Наук В. Р. Кучмы, Москва 2016 г.
- * Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, Сборник технических нормативов, издательство Москва "Дели плюс" 2017 г (2011 г), рекомендовано НИИ питания РАМН, руководители разработки сборника Могильный М.П. (ГОУ ВПО ПГТУ), Тутельян В.А.(ГУУ НИИ питания РАМН)
- *Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, разработанная ГОУ высшего профессионального образования Московский государственный университет прикладной биотехнологии (МГУПБ) И.О. ректора Е.И.Титов, Московский фонд содействия санитарно-эпидемиологическому благополучию населения Первый заместитель исполнительного директора В.И.Тобис, ГУ НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков НЦ здоровья детей РАМН Директор В.Р.Кучма, 2006 г
- *Семидневные меню для основных вариантов стандартных диет оптимизированного состава, применяемых в лечебно-профилактических учреждениях здравоохранения и учреждениях (отделениях) социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов: практ. руководство (нормативный документ) / Сост. Б.С.Каганов, А.С. Шарафетдинов, Э.Н.Преображенская и др.- М.:2010. -496с.
- *СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и МР 2.4.0179-20

г. Ессентуки 2024 год.

Неделя 1

День 1

№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал
			белки, г	жиры, г	углеводы, г	
Завтрак						
174/2017	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА(с маслом сливочным)	200	10,50	10,83	42,86	293,44
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,95	0,50	24,15	116,90
14/2017	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(порциями)"КРЕСТЬЯНСКОЕ" 72,5%	10	0,1	7,2	0,13	65,72
15/2017	СЫР "РОССИЙСКИЙ"(порциями)	15	3,48	4,4525	0	53,745
377/2017	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,53	0,00	9,87	41,60
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА	50	3,00	9,50	23,00	190,00
338/2017	ФРУКТЫ КАЛИБРОВАННЫЕ(ЯБЛОКО, АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН)	150	0,60	0,60	14,70	66,60
	Итого завтрак:	675,00	22,16	33,08	114,71	828,01
Обед						
20/2017	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	100	3,50	0,10	9,82	55,11
119/2017	СУП ГОРОХОВЫЙ	250	7,50	3,95	17,25	128,25
246/2017	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ 60/60	120	14,20	13,80	4,50	199,00
309/2017	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным 72,5%	180	6,12	9,00	34,20	242,28
342/2017	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	23,88	97,60
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА	50	3,00	9,50	23,00	190,00
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,98	0,25	12,07	58,45
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	45	2,52	0,45	22,23	103,45
	Итого обед:	970	38,98	37,21	146,95	1074,14
	Всего:	1645,00	61,14	70,29	261,66	1902,15

Неделя 1						
День 2						
№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал
			белки, г	жиры, г	углеводы, г	
Завтрак						
210/2017	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	18,59	33,10	43,50	386,21
71/2017	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ(ОГУРЦЫ)	75	0,60	0,08	1,88	10,58
376/2017	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,53	0,00	9,47	40,00
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,95	0,50	24,15	116,90
14/2017	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(порциями)"КРЕСТЬЯНСКОЕ" 72,5%	10	0,10	7,20	0,13	65,72
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА	50	3,00	9,50	23,00	190,00
15/2017	СЫР "РОССИЙСКИЙ"(порциями)	15	3,48	4,43	0	53,75
	Итого завтрак:	600	30,25	54,81	102,13	863,16
Обед						
70,71/2017	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ/СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,80	0,10	2,50	14,13
82/2017	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 250/15	265	4,97	14,50	11,43	131,99
234/2017	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ с соусом	120	12,57	8,90	10,55	141,37
312/2017	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,7	3,3	22,96	131,68
349/2017	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,16	0,3	47,26	196,38
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА	50	3,00	9,50	23,00	190,00
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,975	0,25	12,07	58,45
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	45	2,52	0,45	22,23	103,45
	Итого обед:	985	30,70	37,30	152,00	967,45
	Всего:	1585	60,95	92,11	254,13	1830,61

Неделя 1						
День 3						
№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал
			белки, г	жиры, г	углеводы, г	
Завтрак						
		200	18,51	21,58	21,10	336,80
259/2017	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ ГОВЯДИНЫ	200	4,08	3,54	17,58	118,6
382/2017	КАКАО С МОЛОКОМ					
338/2017	ФРУКТЫ КАЛИБРОВАННЫЕ(ЯБЛОКО, АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН)	150	0,60	0,600	14,70	66,60
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА	50	3,00	9,50	23,00	190,00
		50	3,95	0,50	24,15	116,90
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	650	30,14	35,72	100,53	828,90
	Итого завтрак:					
Обед						
52/2017	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,40	6,03	8,28	92,98
111/2017	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,97	2,82	2,40	100,12
280/2017	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ 65/35	100	14,10	15,63	21,50	251,90
302/2017	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,37	5,16	44,00	239,94
342/2017	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,03	0,02	5,50	114,60
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА	50	3,00	9,50	23,00	190,00
		25	1,98	0,25	12,07	58,45
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	2,52	0,45	22,23	103,45
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	950	30,37	39,86	138,98	1151,44
	Итого обед:	1600,00	60,51	75,58	239,51	1980,34
	Всего:					

Неделя 1

День 4

№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал
			белки, г	жиры, г	углеводы, г	
Завтрак						
223/2017	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со сгущенным молоком 185/15	200	16,71	18,15	79,93	493,13
377/2017	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,53	0,00	9,87	41,60
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,95	0,50	24,15	116,90
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА	50	3,00	9,50	23,00	190,00
338/2017	ФРУКТЫ КАЛИБРОВАННЫЕ(ЯБЛОКО, АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН)	100	0,4	0,4	9,8	44,4
	Итого завтрак:	600	24,59	28,55	146,75	886,03
Обед						
53/2017	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	1,65	4,12	7,31	73,04
87/2017	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	1,77	4,90	6,13	75,10
291/2017	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ(филе) 95/185	280	23,71	18,10	50,17	425,30
389/2017	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,60
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА	50	3,00	9,50	23,00	190,00
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,98	0,25	12,07	58,45
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	45	2,52	0,45	22,23	103,45
	Итого обед:	950	35,63	37,52	141,11	1011,94
	Всего:	1550	60,22	66,07	287,86	1897,97

Неделя 1						
День 5						
№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал
			белки, г	жиры, г	углеводы, г	
Завтрак						
204/2017	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	13,49	15,88	34,02	333,56
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,95	0,5	24,15	116,9
379/2017	НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ НА МОЛОКЕ	200	3,60	2,67	29,20	155,20
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА	50	3,00	9,50	23,00	190,00
ПР	БИО ЙОГУРТ(в индивидуальной упаковке)	125	4,40	3,00	6,50	78,00
	Итого завтрак:	625	28,44	31,55	116,87	873,66
Обед						
70,71/2017	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ/СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,80	0,10	2,50	14,13
101/2017	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ(рисовой)	250	1,97	2,71	12,11	148,25
268/2017	КОТЛЕТА ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 100/5	105	15,67	22,99	13,60	326,80
312/2017	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,70	2,79	22,96	131,68
352/2017	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	8,90	4,10	39,84	145,08
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА	50	3,00	9,50	23,00	190,00
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,98	0,25	12,07	58,45
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	45	2,52	0,45	22,23	103,45
	Итого обед:	955	38,54	42,89	148,31	1117,84
	Всего:	1580	66,98	74,44	265,18	1991,50
	Среднее за завтрак 1 недели:	630	27,12	36,74	116,20	855,95
	Среднее за обед 1 недели	962,00	34,84	38,96	145,47	1064,56
	Итого за 1 неделю:	1592,00	61,96	75,70	261,67	1920,51

Неделя 2

День 1

№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал
			белки, г	жиры, г	углеводы, г	
Завтрак						
173/2017	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ (с маслом сливочным) 190/10	200	10,50	6,10	36,96	208,24
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,95	0,50	24,15	116,90
14/2017	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(порциями)"КРЕСТЬЯНСКОЕ" 72,5%	10	0,1	7,2	0,13	65,72
15/2017	СЫР "РОССИЙСКИЙ"(порциями)	15	3,48	4,43	0,00	53,75
377/2017	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,53	0,00	9,87	41,60
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА	50	3,00	9,50	23,00	190,00
338/2017	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО, АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН)	150	0,60	0,60	14,70	66,60
	Итого завтрак:	675	22,16	28,33	108,81	742,81
Обед						
70,71/2017	ОВОЦИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ/СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,80	0,10	2,50	14,13
96/2017	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,01	6,50	11,98	107,25
279/2017	ТЕФТЕЛИ(2 вариант) ИЗ ГОВЯДИНЫ 70/60(соус № 332)	130	13,80	11,80	11,89	185,90
309/2017	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	6,12	9,00	34,20	242,28
346/2010	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	200	0,45	0,10	33,99	141,20
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА	50	3,00	9,50	23,00	190,00
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,98	0,25	12,07	58,45
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	45	2,52	0,45	22,23	103,45
	Итого обед:	980	30,68	37,70	151,86	1042,66
	Всего:	1655	52,84	66,03	260,67	1785,47

Неделя 2

День 2

№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал
			белки, г	жиры, г	углеводы, г	
Завтрак						
70,71/2017	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ/СОЛЕННЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	0,48	0,06	1,50	8,46
291/2017	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ(филе) 90/180	270	22,88	17,8	48,24	412,2
376/2017	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,53	0	9,47	40
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,4	19,32	93,52
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА	50	3,00	9,50	23,00	190,00
338/2017	ФРУКТЫ КАЛИБРОВАННЫЕ(ЯБЛОКО, АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН)	100	0,40	0,40	9,80	44,40
	Итого завтрак:	720	30,45	28,16	111,33	788,58
Обед						
70,71/2017	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ/СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,80	0,10	2,50	14,13
82/2017	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 235/15	250	4,97	7,61	11,43	131,99
237/2017	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ с маслом 100/5	105	12,10	15,91	15,00	244,36
305/2017	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	4,37	5,16	44,00	239,94
349/2017	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,40	0,27	17,20	72,80
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА	50	3,00	9,50	23,00	190,00
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,98	0,25	12,07	58,45
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	45	2,52	0,45	22,23	103,45
	Итого обед:	955	30,14	39,25	147,43	1055,12
	Всего:	1675	60,59	67,41	258,76	1843,70

Неделя 2

День 3

№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал
			белки, г	жиры, г	углеводы, г	
Завтрак						
222/2017	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА со сгущенным молоком 185/15	200	27,80	18,43	38,59	427,00
377/2017	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,53	0,00	9,87	41,60
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,95	0,50	24,15	116,90
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА	50	3,00	9,50	23,00	190,00
ПР	БИО ЙОГУРТ(в индивидуальной упаковке)	125	4,4	3	6,5	78
	Итого завтрак:	625	39,68	31,43	102,11	853,50
Обед						
73/2017	ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	100	1,02	4,86	5,39	69,40
102/2017	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	4,90	5,32	19,22	144,42
295/2017	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ (со сливочным маслом) 100/5	105	15,88	14,21	14,11	247,87
305/2017	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	180	6,11	7,69	38,40	247,68
342/2017	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	23,88	97,60
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА	50	3,00	9,50	23,00	190,00
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,98	0,25	12,07	58,45
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	45	2,52	0,45	22,23	103,45
	Итого обед:	955	35,57	42,44	158,30	1158,87
	Всего:	1580	75,25	73,87	260,41	2012,37

Неделя 2

День 4

№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал
			белки, г	жиры, г	углеводы, г	
Завтрак						
246/2017	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ 50/50	100	11,83	15,10	3,75	192,50
125/2017	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	3,08	2,33	25,90	128,70
377/2017	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,53	0,00	9,87	41,60
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,95	0,50	24,15	116,90
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА	50	3,00	9,50	23,00	190,00
338/2017	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО, АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН)	150	0,60	0,60	14,70	66,60
	Итого завтрак:	700	22,99	28,03	101,37	736,30
Обед						
53/2017	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	1,65	4,12	7,31	73,04
101/2017	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ(рисовой)	250	1,97	2,71	12,11	148,25
259/2017	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ ГОВЯДИНЫ	280	25,91	30,33	26,60	473,35
359/2017	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИЯГОДНОГО С САХАРОМ	200	0,31	0,00	39,40	160,00
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА	50	3,00	9,50	23,00	190,00
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,98	0,25	12,07	58,45
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	45	2,52	0,45	22,23	103,45
	Итого обед:	950	37,34	47,36	142,72	1206,54
	Всего:	1650	60,33	75,39	244,09	1942,84

Неделя 2

День 5

№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал
			белки, г	жиры, г	углеводы, г	
Завтрак						
295/2017	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	90	13,68	12,94	22,90	258,00
ПР	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВИРОВАНЬЙ	60	2,16	0,06	5,88	33
302/2017	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,64	4,30	44,50	225,90
382/2017	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,08	3,54	17,58	118,60
14/2017	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(порциями)"КРЕСТЬЯНСКОЕ" 72,5%	10	0,10	7,20	0,13	65,72
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА	50	3,00	9,50	23,00	190,00
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЬЙ	50	3,95	0,50	24,15	116,90
	Итого завтрак:	610	30,61	38,04	138,14	1008,12
Обед						
70,71/2017	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ/СОЛЕНЬЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,80	0,10	2,50	14,13
108/2017	СУП КАРТОФЕЛЬНЬЙ С КЛЕЦКАМИ	250	3,56	4,59	18,79	144,25
26//2017	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 90/10	100	15,00	22,00	13,02	312,73
312/2017	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,70	2,79	22,96	131,68
342/2017	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	23,88	97,60
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА	50	3,00	9,50	23,00	190,00
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЬЙ	25	1,98	0,25	12,07	58,45
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЬЙ	45	2,52	0,45	22,23	103,45
	Итого обед:	950	30,72	39,84	138,45	1052,29
	Всего:	1560	61,33	77,88	276,59	2060,41
	Среднее за завтрак 2 недели:	666,00	29,18	30,80	112,35	825,86
	Среднее за обед 2 недели	958	32,89	41,32	147,75	1103,10
	Итого за 1 неделю:	1624,00	62,06	72,12	260,10	1928,96
	ВСЕГО за 10 дней:	16080	620,09	739,07	2608,86	19247,36
	СРЕДНЕЕ ЗА 1 ДЕНЬ:	1608	62,01	73,91	260,89	1924,74