

Сборник рецептов, блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1983 г.

Сборник рецептов на продукцию обучающихся во всех образовательных учреждениях 2011 г. М.П. Могильный, В.А. Тутельян

Составлено  
 Директор ООО "Парадиз"  
 Школа № 4  
 Козлова



1 День

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	l, мкг	Se, мг		
<b>Завтрак 1-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО</b>																			
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" С МАСЛОМ	250/0/10	25,30	12,00	32,50	280,00	4,01	0,21	0,00	0,16	0,00	364,54	344,51	68,10	0,00	0,00	0,00	0,00	190	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/15	0,00	0,00	14,04	56,12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,54	0,00	1,17	0,00	0,83	0,00	0,00	431	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,50	70,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>505</b>	<b>27,67</b>	<b>12,30</b>	<b>61,04</b>	<b>406,12</b>	<b>4,01</b>	<b>0,21</b>	<b>0,00</b>	<b>0,16</b>	<b>0,00</b>	<b>370,08</b>	<b>344,51</b>	<b>69,27</b>	<b>0,00</b>	<b>0,83</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>		
<b>Обед 1-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО</b>																			
СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИН. БУЛЬОНЕ	200	6,00	3,20	10,00	160,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	103	2011
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	100	8,15	6,60	11,90	140,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	291	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/10	0,00	0,00	9,97	39,87	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,80	0,00	1,25	0,00	0,73	0,00	0,00	430	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,33	14,82	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>15,83</b>	<b>10,13</b>	<b>46,69</b>	<b>408,90</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>5,80</b>	<b>0,00</b>	<b>1,25</b>	<b>0,00</b>	<b>0,73</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>		
<b>Обед платный</b>																			
СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИН. БУЛЬОНЕ	250	7,50	4,00	12,50	200,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	103	2011
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	16,30	13,20	23,80	280,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	291	2011
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,20	0,20	27,90	115,00	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,00	0,00	0,00	394	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,33	14,82	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,50	70,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>710</b>	<b>28,05</b>	<b>18,03</b>	<b>93,52</b>	<b>734,06</b>	<b>2,00</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>7,00</b>	<b>4,00</b>	<b>4,00</b>	<b>1,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>71,55</b>	<b>40,45</b>	<b>201,25</b>	<b>1 549,08</b>	<b>6,01</b>	<b>0,22</b>	<b>0,00</b>	<b>0,16</b>	<b>0,00</b>	<b>382,88</b>	<b>348,51</b>	<b>74,52</b>	<b>1,00</b>	<b>1,56</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>		

2 ДЕНЬ

Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептуры	Сборник рецептов				
	Масса порции	Белки, г		Жиры, г	Углевод, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг			I, мкг	Se, мг	F, мг	
		Белки, г																			Жиры, г
<b>Завтрак 1-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО</b>																					
	60/0/15	2,57	5,51	27,79	169,41	6,00	0,04	0,02	0,04	0,08	10,17	24,71	6,35	0,42	51,91	0,00	0,00	0,00	2	2011	
	200/0/20	9,01	20,21	28,93	334,88	0,06	0,06	0,06	0,04	0,00	156,84	113,38	11,69	0,93	69,63	0,63	0,01	0,02	210	2008	
	200/0/15	0,00	0,00	14,04	56,12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,54	0,00	1,17	0,00	0,83	0,00	0,00	0,00	431	2008	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>510</b>	<b>11,58</b>	<b>25,72</b>	<b>70,76</b>	<b>560,41</b>	<b>6,06</b>	<b>0,10</b>	<b>0,08</b>	<b>0,08</b>	<b>0,06</b>	<b>172,55</b>	<b>138,09</b>	<b>19,21</b>	<b>1,35</b>	<b>122,37</b>	<b>0,63</b>	<b>0,01</b>	<b>0,02</b>			
<b>Обед 1-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО</b>																					
	200	4,96	4,00	10,96	135,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	82	2011	
	100	7,42	9,12	9,23	148,76	5,04	0,07	0,07	0,03	0,00	12,00	84,55	18,24	1,07	395,58	5,11	0,01	0,07	258	2008	
	200/0/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,65	0,00	1,22	0,00	0,71	0,00	0,00	0,00	430	2008	
	30	1,68	0,33	14,82	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>14,06</b>	<b>13,45</b>	<b>44,69</b>	<b>392,45</b>	<b>5,04</b>	<b>0,07</b>	<b>0,07</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>17,85</b>	<b>84,55</b>	<b>19,46</b>	<b>1,07</b>	<b>396,29</b>	<b>5,11</b>	<b>0,01</b>	<b>0,07</b>			
<b>Обед платный</b>																					
	250	6,20	5,00	13,70	170,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	82	2011	
	200	14,81	18,14	18,42	296,40	10,07	0,15	0,15	0,06	0,00	23,93	168,94	36,38	2,15	789,55	10,20	0,02	0,11	258	2008	
	200	0,20	0,20	27,90	115,00	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	384	2008	
	30	1,68	0,33	14,82	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008	
	30	2,37	0,30	14,50	70,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>710</b>	<b>25,26</b>	<b>23,97</b>	<b>89,34</b>	<b>720,40</b>	<b>12,07</b>	<b>0,16</b>	<b>0,15</b>	<b>0,06</b>	<b>0,00</b>	<b>30,93</b>	<b>172,94</b>	<b>40,38</b>	<b>3,15</b>	<b>789,55</b>	<b>10,20</b>	<b>0,02</b>	<b>0,11</b>			
<b>Всего за день:</b>		<b>50,90</b>	<b>63,14</b>	<b>204,79</b>	<b>1 673,26</b>	<b>23,17</b>	<b>0,33</b>	<b>0,30</b>	<b>0,17</b>	<b>0,08</b>	<b>221,13</b>	<b>395,58</b>	<b>79,05</b>	<b>5,57</b>	<b>1 308,21</b>	<b>15,94</b>	<b>0,04</b>	<b>0,20</b>			

Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества							№ рецептур	Сборник рецептов				
	Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	К, мг	Л, мкг			Se, мг	Ф, мг		
<b>Завтрак 1-11 кл. ТЖС./ОВЗ/СВО</b>																				
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	4,14	22,91	27,93	334,97	13,56	0,16	0,15	0,08	0,23	55,60	111,44	39,36	1,60	996,54	10,95	0,00	0,06	128	2011
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	75	8,40	18,30	0,30	199,50	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00	27,00	121,50	15,00	1,50	0,00	0,00	0,00	0,00	254	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/15	0,00	0,00	14,04	56,12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,54	0,00	1,17	0,00	0,83	0,00	0,00	0,00	431	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,50	70,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>14,91</b>	<b>41,51</b>	<b>56,77</b>	<b>660,59</b>	<b>13,56</b>	<b>0,31</b>	<b>0,15</b>	<b>0,08</b>	<b>0,23</b>	<b>88,04</b>	<b>232,94</b>	<b>55,53</b>	<b>3,10</b>	<b>997,37</b>	<b>10,95</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>		
<b>Обед 1-11 кл. ТЖС./ОВЗ/СВО</b>																				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА КУРИН БУЛЬОНЕ	200	7,60	4,32	10,80	140,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	102	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,60	3,83	23,05	141,02	0,00	0,05	0,01	0,00	0,00	19,59	27,60	7,00	0,65	42,21	0,51	0,01	0,01	309	2011
ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ)	60/0/30	3,68	6,75	3,68	92,06	0,94	0,04	0,00	0,00	0,00	7,50	72,23	9,38	0,94	0,00	0,00	0,00	0,00	283	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,65	0,00	1,22	0,00	0,71	0,00	0,00	0,00	430	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,33	14,82	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>630</b>	<b>16,56</b>	<b>15,23</b>	<b>62,03</b>	<b>480,78</b>	<b>0,94</b>	<b>0,09</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>32,74</b>	<b>99,83</b>	<b>17,60</b>	<b>1,59</b>	<b>42,92</b>	<b>0,51</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>		
<b>Обед платный</b>																				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА КУРИН БУЛЬОНЕ	250	9,50	5,40	13,50	175,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	102	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,37	5,77	34,45	211,46	0,00	0,07	0,02	0,00	0,00	29,49	41,33	10,49	0,98	63,13	0,76	0,01	0,01	309	2011
ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ)	80/0/30	7,62	14,39	9,48	197,18	1,53	0,06	0,04	0,11	0,00	14,39	72,32	12,05	0,87	107,67	2,61	0,01	0,05	283	2008
КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,46	0,00	1,80	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00	349	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,33	14,82	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,50	70,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>770</b>	<b>26,54</b>	<b>26,19</b>	<b>106,12</b>	<b>800,05</b>	<b>1,53</b>	<b>0,13</b>	<b>0,06</b>	<b>0,11</b>	<b>0,00</b>	<b>52,34</b>	<b>113,65</b>	<b>24,34</b>	<b>1,85</b>	<b>172,00</b>	<b>3,37</b>	<b>0,02</b>	<b>0,06</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>68,01</b>	<b>82,93</b>	<b>224,92</b>	<b>1 941,42</b>	<b>16,03</b>	<b>0,53</b>	<b>0,22</b>	<b>0,19</b>	<b>0,23</b>	<b>173,12</b>	<b>446,42</b>	<b>97,47</b>	<b>6,54</b>	<b>1 212,29</b>	<b>14,83</b>	<b>0,03</b>	<b>0,12</b>		

Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал		Витамины					Минеральные вещества						№ рецептур	Сборник рецептов			
	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод. Б, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг			Se, мг	F, мг	
<b>Завтрак 1-11 кл. ТЖС./ОВЗ/СВО</b>																				
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕН МОЛОКОМ	150/0/20	18,10	13,28	26,84	303,97	0,25	0,05	0,26	0,09	0,15	186,38	217,31	27,23	0,78	199,82	2,50	0,02	0,03	223	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/15	0,00	0,00	14,04	56,12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,54	0,00	1,17	0,00	0,83	0,00	0,00	0,00	431	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	65	5,14	0,65	31,42	151,67	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,75	4,90	37,20	208,50	0,00	0,04	0,03	0,01	0,00	14,50	45,00	10,00	1,05	55,00	0,00	0,00	0,00		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>26,99</b>	<b>18,83</b>	<b>109,50</b>	<b>720,26</b>	<b>0,25</b>	<b>0,09</b>	<b>0,29</b>	<b>0,10</b>	<b>0,15</b>	<b>206,42</b>	<b>262,31</b>	<b>38,40</b>	<b>1,83</b>	<b>255,65</b>	<b>2,50</b>	<b>0,02</b>	<b>0,03</b>		
<b>Обед 1-11 кл. ТЖС./ОВЗ/СВО</b>																				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ НА КУРИН.БУЛЬОНЕ	200	8,48	6,00	20,32	160,00	0,80	0,02	0,00	0,02	0,00	12,00	66,00	13,60	0,96	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	100	7,20	9,77	8,70	151,54	4,31	0,06	0,07	0,14	0,00	13,88	81,05	17,98	1,04	343,69	4,82	0,01	0,05	309	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,65	0,00	1,22	0,00	0,71	0,00	0,00	0,00	430	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,33	14,82	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>17,36</b>	<b>16,10</b>	<b>53,52</b>	<b>419,24</b>	<b>5,11</b>	<b>0,08</b>	<b>0,07</b>	<b>0,16</b>	<b>0,00</b>	<b>31,53</b>	<b>149,05</b>	<b>32,80</b>	<b>2,00</b>	<b>344,40</b>	<b>4,82</b>	<b>0,01</b>	<b>0,05</b>		
<b>Обед платный</b>																				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ НА КУРИН.БУЛЬОНЕ	250	10,60	7,50	25,40	200,02	1,00	0,03	0,00	0,03	0,00	15,00	85,01	17,00	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	14,38	19,31	17,28	300,73	8,58	0,14	0,16	0,28	0,00	27,59	161,77	35,82	2,06	685,43	9,60	0,01	0,11	309	2008
КИСЕЛЬ ПЛОДОВОЯГОДНЫЙ	200	0,10	0,10	27,90	113,00	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	5,00	8,00	2,00	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	411	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,33	14,82	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,50	70,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>710</b>	<b>29,13</b>	<b>27,54</b>	<b>99,90</b>	<b>752,75</b>	<b>11,58</b>	<b>0,18</b>	<b>0,16</b>	<b>0,31</b>	<b>0,00</b>	<b>47,59</b>	<b>264,78</b>	<b>54,82</b>	<b>3,66</b>	<b>685,43</b>	<b>9,60</b>	<b>0,01</b>	<b>0,11</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>73,48</b>	<b>62,47</b>	<b>262,92</b>	<b>1 892,25</b>	<b>16,94</b>	<b>0,35</b>	<b>0,52</b>	<b>0,57</b>	<b>0,15</b>	<b>285,54</b>	<b>686,14</b>	<b>126,02</b>	<b>7,49</b>	<b>1 285,48</b>	<b>16,92</b>	<b>0,04</b>	<b>0,19</b>		

Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал		Витамины					Минеральные вещества							№ рецептур	Сборник рецептур	
	Масса порции	Жиры, г	Углеводы, г	Белки, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	И, мкг	Se, мг			F, мг
<b>Завтрак 1-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО</b>																			
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,70	32,80	203,00	0,00	0,02	0,00	0,05	0,00	3,00	61,00	19,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,00	325	2008
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,90	3,60	61,00	1,00	0,01	0,00	0,15	0,00	4,00	10,00	5,00	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	364	2008
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	90	12,06	14,99	233,88	0,89	0,09	0,11	0,05	0,00	38,01	136,68	22,22	1,99	197,96	6,20	0,01	0,06	294	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/15	0,00	0,00	56,12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,54	0,00	1,17	0,00	0,83	0,00	0,00	0,00	431	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,50	70,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>535</b>	<b>19,03</b>	<b>77,64</b>	<b>624,00</b>	<b>1,89</b>	<b>0,12</b>	<b>0,11</b>	<b>0,25</b>	<b>0,00</b>	<b>50,55</b>	<b>207,68</b>	<b>47,39</b>	<b>2,79</b>	<b>198,79</b>	<b>6,20</b>	<b>0,01</b>	<b>0,06</b>		
<b>Обед 1-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО</b>																			
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИН БУЛЬОНЕ	200	5,20	5,84	120,00	17,60	0,05	0,00	0,16	0,00	28,00	37,60	16,80	0,64	0,00	0,00	0,00	0,00	84	2008
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ И МЯСОМ	100	8,51	13,71	186,14	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	205	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	5,85	0,00	1,22	0,00	0,71	0,00	0,00	0,00	430	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,33	14,82	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>15,39</b>	<b>44,05</b>	<b>413,84</b>	<b>17,60</b>	<b>0,05</b>	<b>0,00</b>	<b>0,16</b>	<b>0,00</b>	<b>33,65</b>	<b>37,60</b>	<b>18,02</b>	<b>0,64</b>	<b>0,71</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>		
<b>Обед платный</b>																			
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИН БУЛЬОНЕ	250	6,50	7,30	150,00	22,00	0,06	0,00	0,20	0,00	35,00	47,00	21,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	84	2008
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ И МЯСОМ	200	17,01	27,41	372,14	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	205	2011
НАПИТОК ЦИТРУСОВЫЙ	200	0,19	0,04	24,51	101,02	4,45	0,01	0,00	0,00	15,97	4,29	4,33	0,11	40,31	0,27	0,00	0,00	436	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,33	14,82	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,50	70,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>710</b>	<b>27,75</b>	<b>88,54</b>	<b>762,16</b>	<b>26,45</b>	<b>0,07</b>	<b>0,00</b>	<b>0,20</b>	<b>0,00</b>	<b>50,97</b>	<b>51,29</b>	<b>25,33</b>	<b>0,91</b>	<b>40,31</b>	<b>0,27</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>62,17</b>	<b>210,23</b>	<b>1 800,00</b>	<b>45,94</b>	<b>0,24</b>	<b>0,11</b>	<b>0,61</b>	<b>0,00</b>	<b>135,17</b>	<b>296,57</b>	<b>90,74</b>	<b>4,34</b>	<b>239,81</b>	<b>6,47</b>	<b>0,01</b>	<b>0,06</b>		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептур	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг			Se, мг
<b>Завтрак 1-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО</b>																			
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	250/0/10	8,49	14,37	41,36	329,52	0,61	0,17	0,07	0,18	138,07	183,26	48,40	1,39	270,05	12,58	0,00	0,01	189	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/15	0,00	0,00	14,04	56,12	0,00	0,00	0,00	0,00	5,54	0,00	1,17	0,00	0,83	0,00	0,00	0,00	431	2008
ХЛЕБ ПШЕНАЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,50	70,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>505</b>	<b>10,86</b>	<b>14,67</b>	<b>69,90</b>	<b>455,64</b>	<b>0,61</b>	<b>0,17</b>	<b>0,07</b>	<b>0,18</b>	<b>143,61</b>	<b>183,26</b>	<b>49,57</b>	<b>1,39</b>	<b>270,88</b>	<b>12,58</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>		
<b>Обед 1-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО</b>																			
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИН. БУЛЬОНЕ	200	6,00	3,20	10,00	160,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	103	2011
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	100	8,15	6,60	11,90	140,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	291	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	5,65	0,00	1,22	0,00	0,71	0,00	0,00	0,00	430	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,33	14,82	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>15,83</b>	<b>10,13</b>	<b>48,40</b>	<b>407,73</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>5,65</b>	<b>0,00</b>	<b>1,22</b>	<b>0,00</b>	<b>0,71</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>		
<b>Обед платный</b>																			
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИН. БУЛЬОНЕ	250	7,50	4,00	12,50	200,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	103	2011
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	16,29	13,19	23,78	279,82	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	291	2011
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,20	0,20	27,90	115,00	2,00	0,01	0,00	0,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	394	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,33	14,82	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,50	70,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>710</b>	<b>28,04</b>	<b>18,02</b>	<b>93,50</b>	<b>733,88</b>	<b>2,00</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>7,00</b>	<b>4,00</b>	<b>4,00</b>	<b>1,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>54,73</b>	<b>42,82</b>	<b>209,80</b>	<b>1 597,25</b>	<b>2,61</b>	<b>0,18</b>	<b>0,07</b>	<b>0,18</b>	<b>156,26</b>	<b>187,26</b>	<b>54,79</b>	<b>2,39</b>	<b>271,59</b>	<b>12,56</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецептур	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
																					Витамин С
<b>Завтрак 1-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО</b>																					
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ	600/15	2,57	5,51	27,79	169,41	6,00	0,04	0,02	0,04	0,08	10,17	24,71	6,35	0,42	51,91	0,00	0,00	0,00	2	2011	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200/20	9,01	20,21	28,93	334,88	0,06	0,06	0,06	0,04	0,00	156,84	113,38	11,69	0,93	69,63	0,63	0,01	0,02	210	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/15	0,00	0,00	14,04	56,12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,54	0,00	1,17	0,00	0,83	0,00	0,00	0,00	431	2008	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>510</b>	<b>11,58</b>	<b>25,72</b>	<b>70,76</b>	<b>560,41</b>	<b>6,06</b>	<b>0,10</b>	<b>0,08</b>	<b>0,08</b>	<b>0,08</b>	<b>172,55</b>	<b>138,09</b>	<b>19,21</b>	<b>1,35</b>	<b>122,37</b>	<b>0,63</b>	<b>0,01</b>	<b>0,02</b>			
<b>Обед 1-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО</b>																					
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИН. БУЛЬОНЕ	200	4,96	4,00	10,96	136,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	82	2011	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	100	3,90	7,80	14,30	143,00	7,00	0,08	0,00	0,19	0,00	19,00	60,00	24,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	133	2008	
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	60	7,92	4,66	4,59	91,08	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	294	2011	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,65	0,00	1,22	0,00	0,71	0,00	0,00	0,00	430	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,33	14,82	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>600</b>	<b>18,46</b>	<b>16,79</b>	<b>54,35</b>	<b>477,81</b>	<b>7,00</b>	<b>0,08</b>	<b>0,00</b>	<b>0,19</b>	<b>0,00</b>	<b>24,65</b>	<b>60,00</b>	<b>25,22</b>	<b>1,00</b>	<b>0,71</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>			
<b>Обед платный</b>																					
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИН. БУЛЬОНЕ	250	6,20	5,00	13,70	170,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	82	2011	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	150	5,85	11,70	21,45	214,50	10,50	0,12	0,00	0,29	0,00	28,50	90,00	36,00	1,50	0,00	0,00	0,00	0,00	133	2008	
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	90	11,89	7,00	6,90	136,73	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	294	2011	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,20	0,20	27,90	115,00	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	394	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,33	14,82	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,50	70,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>750</b>	<b>28,19</b>	<b>24,53</b>	<b>99,27</b>	<b>775,27</b>	<b>12,50</b>	<b>0,13</b>	<b>0,00</b>	<b>0,29</b>	<b>0,00</b>	<b>35,50</b>	<b>94,00</b>	<b>40,00</b>	<b>2,50</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>58,23</b>	<b>67,04</b>	<b>224,38</b>	<b>1 813,49</b>	<b>25,56</b>	<b>0,31</b>	<b>0,08</b>	<b>0,56</b>	<b>0,08</b>	<b>232,70</b>	<b>292,09</b>	<b>84,43</b>	<b>4,85</b>	<b>123,08</b>	<b>0,63</b>	<b>0,01</b>	<b>0,02</b>			

Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал		Витамины					Минеральные вещества							№ рецептур	Сборник рецептур		
	Масса порции	Жиры, г	Углеводы, г	ккал	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг	
																				Белки, г
<b>Завтрак 1-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО</b>																				
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	250/0/10	6,73	13,57	44,11	326,30	0,60	0,06	0,15	0,07	0,18	132,58	154,38	36,83	0,63	220,12	11,01	0,01	0,03	324	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/15	0,00	0,00	14,04	56,12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,54	0,00	1,17	0,00	0,83	0,00	0,00	0,00	431	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,50	70,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>505</b>	<b>9,10</b>	<b>13,87</b>	<b>72,65</b>	<b>452,42</b>	<b>0,60</b>	<b>0,06</b>	<b>0,15</b>	<b>0,07</b>	<b>0,18</b>	<b>138,12</b>	<b>154,38</b>	<b>38,00</b>	<b>0,63</b>	<b>220,95</b>	<b>11,01</b>	<b>0,01</b>	<b>0,03</b>		
<b>Обед 1-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО</b>																				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА КУРИН-БУЛЬОНЕ	200	7,60	4,32	10,80	140,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	102	2011
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,69	4,61	24,00	154,00	0,00	0,14	0,00	0,02	0,00	12,30	135,35	90,75	3,08	0,00	0,00	0,00	0,00	181	2008
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/0/30	4,69	3,36	2,07	57,05	4,55	0,07	0,00	1,95	0,00	4,90	80,85	5,25	1,75	0,00	0,00	0,00	0,00	256	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,65	0,00	1,22	0,00	0,71	0,00	0,00	0,00	430	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,33	14,82	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>620</b>	<b>19,66</b>	<b>12,62</b>	<b>61,37</b>	<b>458,75</b>	<b>4,55</b>	<b>0,21</b>	<b>0,00</b>	<b>1,97</b>	<b>0,00</b>	<b>22,85</b>	<b>216,20</b>	<b>97,22</b>	<b>4,83</b>	<b>0,71</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>		
<b>Обед платный</b>																				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА КУРИН-БУЛЬОНЕ	250	9,50	5,40	13,50	175,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	102	2011
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,54	6,93	36,02	231,13	0,00	0,21	0,00	0,03	0,00	18,47	203,14	136,19	4,62	0,00	0,00	0,00	0,00	181	2008
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70/0/30	0,44	4,57	1,95	50,92	0,00	0,01	0,00	0,03	0,06	7,64	7,25	1,20	0,05	0,63	0,00	0,00	0,00	256	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,46	0,00	1,80	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00	349	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,33	14,82	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,50	70,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>760</b>	<b>22,53</b>	<b>17,53</b>	<b>100,15</b>	<b>673,46</b>	<b>0,00</b>	<b>0,22</b>	<b>0,00</b>	<b>0,06</b>	<b>0,06</b>	<b>34,57</b>	<b>210,39</b>	<b>139,19</b>	<b>4,67</b>	<b>1,83</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>51,29</b>	<b>44,02</b>	<b>234,17</b>	<b>1 584,63</b>	<b>5,15</b>	<b>0,49</b>	<b>0,15</b>	<b>2,10</b>	<b>0,24</b>	<b>195,54</b>	<b>580,97</b>	<b>274,41</b>	<b>10,13</b>	<b>223,49</b>	<b>11,01</b>	<b>0,01</b>	<b>0,03</b>		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества						№ рецептур	Сборник рецептур								
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг			К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг				
<b>Завтрак 1-11 кл. ТЖ/ОВЗ/СВО</b>																								
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	7,08	7,71	45,41	279,62	0,00	0,08	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	39,12	54,49	13,84	1,29	83,19	1,00	0,02	0,02	0,00	309	2011
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	75	8,40	18,30	0,30	199,50	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	27,00	121,50	15,00	1,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	254	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/15	0,00	0,00	14,04	56,12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,54	0,00	1,17	0,00	0,83	0,00	0,00	0,00	0,00	431	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,50	70,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>17,85</b>	<b>26,31</b>	<b>74,25</b>	<b>605,24</b>	<b>0,00</b>	<b>0,23</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>71,66</b>	<b>175,99</b>	<b>30,01</b>	<b>2,79</b>	<b>84,02</b>	<b>1,00</b>	<b>0,02</b>	<b>0,02</b>	<b>0,00</b>		
<b>Обед 1-11 кл. ТЖ/ОВЗ/СВО</b>																								
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ НА КУРИН БУЛЬОНЕ	200	8,48	6,00	20,32	160,00	0,80	0,02	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	68,00	13,60	0,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,11	3,45	14,21	96,55	6,90	0,09	0,06	0,01	0,05	23,63	56,04	19,37	0,80	507,34	5,65	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	335	2008
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60	9,49	9,13	9,01	156,15	0,00	0,09	0,00	0,05	0,00	30,03	105,70	19,22	0,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	239	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,65	0,00	1,22	0,00	0,71	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,33	14,82	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>600</b>	<b>21,76</b>	<b>18,91</b>	<b>68,04</b>	<b>520,40</b>	<b>7,70</b>	<b>0,20</b>	<b>0,06</b>	<b>0,08</b>	<b>0,05</b>	<b>71,31</b>	<b>229,74</b>	<b>53,41</b>	<b>2,72</b>	<b>508,05</b>	<b>5,65</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	
<b>Обед платный</b>																								
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ НА КУРИН БУЛЬОНЕ	250	10,60	7,50	25,40	200,02	1,00	0,03	0,00	0,03	0,00	15,00	85,01	17,00	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	5,22	21,32	1145,27	10,36	0,12	0,11	0,04	0,08	35,49	84,14	29,08	1,18	761,37	8,47	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	335	2008
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	90	14,23	13,69	13,51	234,23	0,00	0,14	0,00	0,07	0,00	45,04	158,55	28,83	1,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	239	2008
КИСЕЛЬ ПЛОДОВОЯГОДНЫЙ	200	0,10	0,10	27,90	113,00	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	5,00	8,00	2,00	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	411	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,33	14,82	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,50	70,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>750</b>	<b>32,14</b>	<b>27,14</b>	<b>117,45</b>	<b>831,52</b>	<b>13,36</b>	<b>0,30</b>	<b>0,11</b>	<b>0,14</b>	<b>0,08</b>	<b>100,53</b>	<b>335,70</b>	<b>76,91</b>	<b>4,22</b>	<b>761,37</b>	<b>8,47</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>71,75</b>	<b>72,36</b>	<b>259,74</b>	<b>1 957,16</b>	<b>21,06</b>	<b>0,73</b>	<b>0,20</b>	<b>0,22</b>	<b>0,13</b>	<b>243,50</b>	<b>741,43</b>	<b>160,33</b>	<b>9,73</b>	<b>1 353,44</b>	<b>15,12</b>	<b>0,02</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	

Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал		Витамины						Минеральные вещества						№ рецептур	Сборник рецептур		
	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг	
																				Завтрак 1-11 кл. ТЖС./ОВЗ/СВО
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,70	6,30	32,80	0,00	0,02	0,00	0,05	0,00	3,00	61,00	19,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	325	2008
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,90	4,90	3,60	1,00	0,01	0,00	0,15	0,00	4,00	10,00	5,00	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	364	2008
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	90	12,06	14,99	12,70	233,88	0,89	0,09	0,11	0,05	38,01	136,68	22,22	1,99	197,96	6,20	0,01	0,06	0,00	294	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,50	70,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/15	0,00	0,00	14,04	56,12	0,00	0,00	0,00	0,00	5,54	0,00	1,17	0,00	0,83	0,00	0,00	0,00	0,00	431	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>535</b>	<b>19,03</b>	<b>26,49</b>	<b>77,64</b>	<b>624,00</b>	<b>1,89</b>	<b>0,12</b>	<b>0,11</b>	<b>0,25</b>	<b>50,55</b>	<b>207,68</b>	<b>47,38</b>	<b>2,79</b>	<b>198,79</b>	<b>6,20</b>	<b>0,01</b>	<b>0,06</b>			
<b>Обед 1-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО</b>																				
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИН-БУЛЬОНЕ	200	0,92	3,99	7,21	68,75	5,07	0,02	0,03	0,17	21,21	22,49	11,88	0,47	172,03	2,14	0,00	0,00	0,00	76	2008
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ И МЯСОМ	100	8,51	11,28	13,72	186,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	205	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	5,65	0,00	1,22	0,00	0,71	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,33	14,82	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2008	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>11,11</b>	<b>15,60</b>	<b>45,43</b>	<b>362,67</b>	<b>5,07</b>	<b>0,02</b>	<b>0,03</b>	<b>0,17</b>	<b>26,86</b>	<b>22,49</b>	<b>13,10</b>	<b>0,47</b>	<b>172,74</b>	<b>2,14</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>		
<b>Обед платный</b>																				
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИН-БУЛЬОНЕ	250	1,15	4,98	8,99	85,93	6,34	0,05	0,04	0,21	26,51	28,12	14,85	0,60	215,04	2,67	0,00	0,00	0,00	76	2008
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ И МЯСОМ	200	17,01	22,56	27,42	372,31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	205	2011
НАПИТОК ЦИТРУСОВЫЙ	200	0,19	0,04	24,51	101,02	4,45	0,01	0,00	0,00	15,97	4,29	4,33	0,11	40,31	0,27	0,00	0,00	0,00	436	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,33	14,82	69,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,50	70,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2008	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>710</b>	<b>22,40</b>	<b>28,21</b>	<b>90,24</b>	<b>698,26</b>	<b>10,79</b>	<b>0,06</b>	<b>0,04</b>	<b>0,21</b>	<b>42,48</b>	<b>32,41</b>	<b>19,18</b>	<b>0,71</b>	<b>255,35</b>	<b>2,94</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>52,54</b>	<b>70,30</b>	<b>213,31</b>	<b>1 684,93</b>	<b>17,75</b>	<b>0,20</b>	<b>0,18</b>	<b>0,53</b>	<b>119,89</b>	<b>262,58</b>	<b>79,67</b>	<b>3,97</b>	<b>626,88</b>	<b>11,28</b>	<b>0,01</b>	<b>0,08</b>			