МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОВОРКОВСКАЯ ШКОЛА

Подписан: МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОВОРКОВСКАЯ ШКОЛА
DN: ИНН=002407009723, СНИЛС=12361105202, ОГРН=1022400594590, STREET="ПЕРЕУЛОК ПЕРВОМАЙСКИЙ, 2", E=zakupki@boguo.ru, C=RU, S=Красноярский край, L=п. Говорково, O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОВОРКОВСКАЯ ШКОЛА, G=Михаил Михайлович, SN=Чащин, T=ДИРЕКТОР, CN=МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОВОРКОВСКАЯ ШКОЛА
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2022-09-08 14:00:16
Foxit Reader Версия: 9.7.2

Утверждаю:

Директор МКОУ Говоркоская школа

_____ Чащин М.М.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОВОРКОВСКАЯ ШКОЛА

ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ НА 10 ДНЕЙ

С 6 до 10 лет (1 – 4 класс)

МКОУ ГОВОРКОВСКАЯ ШКОЛА

НА 2022 – 2023 УЧЕБНЫЙ ГОД.

1 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																
Макаронные изделия отварные			**150**	**5,3**	**5,5**	**32,7**	**202,0**	**0,06**	**0,03**	**0,02**	**0,66**	**8,73**	**36,85**	**13,79**	**0,77**	**Номер рецептуры: 54-1г-2020**
Масло сливочное	6,8	6,8		0,00	0,1	0,00	44,8	0,00	0,01	0,02	0,01	1,73	1	3,79	0,00	
Макаронные изд.	51,0	51,0		5,3	0,6	32,7	157,2	0,06	0,02	0,00	0,65	5	35,85	7	0,77	
Соль	0.05	0,05		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	3	0,00	
Соус томатный			**100**	**3,3**	**2,7**	**8,9**	**73,1**	**0,02**	**0,00**	**131,8**	**0,05**	**9**	**23,6**	**12,2**	**0,05**	**Номер рецептуры: 54-3соус-2020**
Мука пшеничная	5	5		0,5	0,1	3,2	15,3	0,01	0,00	0,00	0,05	1	3,7	0,7	0,01	
Масло сливочное	3	3		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Томат паста	20	20		0,7	0,0	2,1	11,3	0,01	0,00	24,0	0,00	4	12,2	8,0	0,04	
Сахар	1,8	1,8		0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соль	0,03	0,03		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Морковь	9	8		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Лук	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	50,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Тефтеля полуфабрикат.			**100**	**10,68**	**11,72**	**5,74**	**176,75**	**0,08**	**0,00**	**0,05**	**0,65**	**13,12**	**136,42**	**21,07**	**2,15**	
Горошек консервированный			**40**	**1,2**	**0,1**	**2,4**	**14,8**	**0,01**	**0,77**	**0,02**	**0,35**	**14,8**	**14,3**	**4,5**	**0,13**	**Номер рецептуры: 54-20з-2020**
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Итого калл.							**701,45**									

2 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																
Суп картофельный с пельменями			**200**	**20,01**	**19,3**	**17,1**	**323,0**	**0,16**	**10,67**	**0,22**	**0,36**	**21,19**	**150,14**	**37,16**	**2,20**	**Номер рецептуры: 54-6с-2020**
Масло сливочное	6,5	6,5		0,00	4,7	0,00	42,8	0,00	0,02	0,06	0,01	1	1	0	0,00	
Картофель	141,2	103,8		2,0	0,4	15,4	72,7	0,09	9,55	0,9	0,32	9	53	21	0,8	
Соль	0.08	0,08		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Пельмени полуфабрикат	140	120		17,01	13,8	1,61	180,8	0,07	1,1	0,5	0,03	9,19	88,94	12,66	1,4	
Лук	17,2	13,8		0,5	0,2	0,02	13,0	0,00	0,00	0,01	0,00	0	2,8	1	0,00	
Морковь	12	10		0,5	0,2	0,06	13,7	0,00	0,00	0,01	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай с лимоном			**200**	**0,3**	**0,00**	**6,7**	**27,9**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**3,59**	**1,50**	**1,26**	**0,20**	**Номер рецептуры: 54-3гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Лимон	8	7		0,01	0,00	0,02		**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Хлеб с сыром			**50**	**6,62**	**9,48**	**10,06**	**152**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-1з-2020**
Хлеб	30	30		**2,3**	**0,9**	**8,92**	**78**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Сыр	15,6	15		4,32	8,58	1,14	74	0,00	0,14	0,08	0,45	186,2	133,7	18,23	0,66	
Итого калл.							**710,90**									

3 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																
Гречка рассыпчатая			**150**	**8,2**	**6,9**	**35,9**	**238,9**	**0,21**	**0,00**	**27,5**	**0,32**	**14,00**	**180**	**120**	**4,0**	**Номер рецептуры: 54-4г-2020**
Масло сливочное	6,8	6,8		0,00	0,1	0,00	44,8	0,00	0,00	26,6	0,01	1	1	0	0,00	
Крупа гречневая	69	69		8,2	6,8	35,9	194,1	0,21	0,00	0,09	0,31	11,00	179	120	4,0	
Соль	0.05	0,05		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соус томатный			**100**	**3,3**	**2,7**	**8,9**	**73,1**	**0,02**	**0,00**	**131,8**	**0,05**	**9**	**23,6**	**12,2**	**0,05**	**Номер рецептуры: 54-3соус-2020**
Мука пшеничная	5	5		0,5	0,1	3,2	15,3	0,01	0,00	0,00	0,05	1	3,7	0,7	0,01	
Масло сливочное	3	3		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Томат паста	20	20		0,7	0,0	2,1	11,3	0,01	0,00	24,0	0,00	4	12,2	8,0	0,04	
Сахар	1,8	1,8		0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соль	0,03	0,03		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Морковь	9	8		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Лук	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	50,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Котлета			**100**	**10,68**	**11,72**	**5,74**	**176,75**	**0,08**	**0,00**	**0,05**	**0,65**	**13,12**	**136,42**	**21,07**	**2,15**	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Огурец консервированный			**100**	**3,13**	**3,29**	**6,99**	**77,88**	**0,03**	**12,50**	**0,06**	**0,35**	**7,00**	**13,00**	**10,00**	**0,45**	**Сборн.рецепт. техн.карта№294**
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Итого калл.							**801,43**									

4 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																
Борщ со свежей капусты			**250**	**20,91**	**26,0**	**22,31**	**313,7**	**0,13**	**9,4**	**161,67**	**8,22**	**24,0**	**233,9**	**47,5**	**2,68**	**Номер рецептуры: 54-2с-2020**
Свекла	80	64		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Капуста	100	80		1,4	0,1	3,4	19,7	0,01	0,01	0,04	0,03	0	0,04	0,04	0,04	
Томат	10	10		0,7	0,0	0,01	11,3	0,01	0,00	0,04	0,00	4	12,2	8,0	0,04	
Картофель	67,5	50		2,0	0,4	15,4	72,7	0,08	8,2	1,9	1,46	9	53	21	0,8	
Морковь	12	10		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,01	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Куры	85	80		16,31	13,8	1,61	149,8	0,03	1,1	6,5	6,73	9	156,2	12,1	2,52	
Лук репчатый	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	50,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Масло растит.	10	10		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Какао			**200**	**0,3**	**0,00**	**6,7**	**27,9**	**0,03**	**0,31**	**0,01**	**0,05**	**126,7**	**113,22**	**29,92**	**1,03**	**Номер рецептуры: 54-22гн-2020**
Какао	4	4		0,01	0,00	0,3	9,9	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	18	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Молоко сгущенное	38	38		0,01	0,00	0,02		**0,03**	**0,31**	**0,01**	**0,05**	124,11	111,72	28,79	0,85	
Хлеб с повидлом			**50**	**6,62**	**9,48**	**10,06**	**152**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-1з-2020**
Хлеб	30	30		**2,3**	**0,9**	**8,92**	**78**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
повидло	15,6	15		4,32	8,58	1,14	74	0,00	0,14	0,08	0,45	186,2	133,7	18,23	0,66	
Итого калл.							**701,6**									

5 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																
Картофельное пюре			**150**	**3,1**	**6,0**	**19,7**	**145,80**	**0,12**	**10,2**	**32,1**	**0,33**	**39**	**84**	**28**	**1,00**	**Номер рецептуры: 54-11г-2020**
Масло сливочное	6,8	6,8		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Картофель	171,4	126		2,3	1,6	19,7	106,2	0,09	8,3	8,6	0,33	37	83	28	1,0	
Молоко сухое	16	16		0,4	2,2	0,00	19,8	0,03	1,09	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Соль	0.05	0,05		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соус томатный			**100**	**3,3**	**2,7**	**8,9**	**73,1**	**0,02**	**0,00**	**131,8**	**0,05**	**9**	**23,6**	**12,2**	**0,05**	**Номер рецептуры: 54-3соус-2020**
Мука пшеничная	5	5		0,5	0,1	3,2	15,3	0,01	0,00	0,00	0,05	1	3,7	0,7	0,01	
Масло сливочное	3	3		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Томат паста	20	20		0,7	0,0	2,1	11,3	0,01	0,00	24,0	0,00	4	12,2	8,0	0,04	
Сахар	1,8	1,8		0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соль	0,03	0,03		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Морковь	9	8		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Лук	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	50,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Горбуша отварная			**100**	**13,57**	**11,67**	**3,49**	**173,75**	**0,25**	**0,04**	**0,05**	**5,08**	**52,64**	**326,49**	**58,61**	**2,58**	**Сборн.рецепт. техн.карта№163**
Горбуша	120	100		13,53	9,47	3,49	153,95	0,25	0,04	0,05	5,08	50,64	326,44	58,61	2,58	
Соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Масло растительное	0,10	0,10		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Салат с морской капусты			**100**	**0,84**	**5,06**	**5,32**	**252,30**	**0,01**	**34,73**	**0.02**	**2,01**	**68,85**	**48,31**	**3,50**	**0,89**	**Сборн.рецепт. техн.карта№4**
Капуста морская конс.	106	84														
Лук	13	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	50,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Масло растительное	10	10		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Итого калл.							**879,75**									

6 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																
Суп с фрикадельками			**250**	**22,28**	**21,52**	**30,64**	**390,05**	**0,24**	**11,78**	**0,26**	**2,20**	**70,42**	**376,12**	**165,57**	**8,44**	**Сборн.рецепт. техн.карта№48**
Рис	7,5	7,5		8,2	6,8	5,9	94,1	0,21	0,00	0,09	0,31	11,00	179	120	4,0	
Картофель	12,5	10		2,0	0,4	15,4	72,7	0,09	8,3	1,9	1,49	9	53	21	0,8	
Морковь	12	10		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Фрикадельки полуфабрикат	100	100		10,68	11,72	5,74	176,75	0,08	0,00	0,05	0,65	13,12	136,42	21,07	2,15	
Лук репчатый	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	50,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Масло растит.	10	10		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Компот из сухофруктов			**200**	**0,5**	**0,00**	**19,8**	**81**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-1хн-2020**
Сухофрукты	26,8	25		0,5	0,00	13,4	55,6	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,00	0,00	0,13	0,02	
Сахар	15	15		0,00	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Яблоко			**100**	**0,04**	**0,4**	**10,40**	**45**	**0,03**	**10,00**	**0,01**	**0,20**	**16,00**	**11,00**	**9,00**	**2,20**	
Итого калл.							**724,05**									

9 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																
Картофельное пюре			**150**	**3,1**	**6,0**	**19,7**	**145,80**	**0,12**	**10,2**	**32,1**	**0,33**	**39**	**84**	**28**	**1,00**	**Номер рецептуры: 54-11г-2020**
Масло сливочное	6,8	6,8		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Картофель	171,4	126		2,3	1,6	19,7	106,2	0,09	8,3	8,6	0,33	37	83	28	1,0	
Молоко сухое	16	16		0,4	2,2	0,00	19,8	0,03	1,09	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Соль	0.05	0,05		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Капуста тушенная			**150**	**4,45**	**2,8**	**15,6**	**112,0**	**0,02**	**31,9**	**126,5**	**0,15**	**73**	**28,1**	**19,5**	**0,14**	**Номер рецептуры: 54-8г-2020**
Мука пшеничная	5	5		0,5	0,1	3,2	15,3	0,01	0,00	0,00	0,05	1	3,7	0,7	0,01	
Капуста белокочанная	178	157,5		2,7	0,1	6,7	38,9	0,00	30,8	22,7	0,10	64	4,5	8,3	0,07	
Масло сливочное	6,8	6,8		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Томат паста	15	15		0,7	0,0	2,1	11,3	0,01	0,00	24,0	0,00	4	12,2	8,0	0,04	
Сахар	1,8	1,8		0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Морковь	12	10		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Лук	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	22,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Голень куриная	**120**	**100**		**16,31**	**13,8**	**1,61**	**169,5**	**0,03**	**1,1**	**6,5**	**0,05**	**9**	**156,6**	**12,5**	**2,56**	**Номер рецептуры: 54-21м-2020**
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Мандарин			**100**	**0,04**	**0,4**	**10,40**	**45**	**0,03**	**10,00**	**0,01**	**0,20**	**16,00**	**11,00**	**9,00**	**2,20**	
Итого калл.							**707,10**									

8 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																
Суп гороховый с гренками			**250**	**22,73**	**20,0**	**56,65**	**293,38**	**0,15**	**9,4**	**102,65**	**8,55**	**24**	**288,8**	**51,0**	**2,87**	**Номер рецептуры: 54-8с-2020**
Горох	21,25	20		3,2	3,2	36,4	88,9	0,03	0,00	14,45	0,33	4	71,5	24	0,23	
Картофель	67,5	50		2,0	0,4	15,4	72,7	0,09	8,3	1,9	1,49	9	53	21	0,8	
Морковь	12	10		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Куры	85	80		16,31	13,8	1,61	169,5	0,03	1,1	6,5	6,73	9	156,6	12,5	2,56	
Лук репчатый	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	22,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Масло растит.	10	10		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Кофейный напиток			**200**	**2,01**	**2,39**	**25,65**	**131,87**	**0,02**	**0,28**	**0,00**	**0,05**	**92,34**	**68,08**	**13,52**	**0,23**	**Сборн.рецепт. техн.карта№285**
Кофейный напиток	5	5		**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,12**	
Сахар	25	25		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,06	
Молко сгущенное	19	19		1,8	2,39	12,75	79,67	0,02	0,28	0,00	0,05	88,16	65,08	11,39	0,05	
Хлеб с сыром			**50**	**6,62**	**9,48**	**10,06**	**152**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-1з-2020**
Хлеб	30	30		**2,3**	**0,9**	**8,92**	**78**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Сыр	15,6	15		4,32	8,58	1,14	74	0,00	0,14	0,08	0,45	186,2	133,7	18,23	0,66	
Итого калл.							**785,25**									

7 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																
Рис отварной			**150**	**3,6**	**5,4**	**36,4**	**208,7**	**0,03**	**0,00**	**26,2**	**0,33**	**6**	**72**	**24**	**0,23**	**Номер рецептуры: 54-6г-2020**
Масло сливочное	6,8	6,8		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Рис	54	54		3,2	3,2	36,4	188,9	0,03	0,00	14,45	0,33	4	71,5	24	0,23	
Соль	0.05	0,05		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Печень по Строгановски			**100**	**13,4**	**14,9**	**14,2**	**259,9**	**0,09**	**1,2**	**113,15**	**0,76**	**21,40**	**230,17**	**47,47**	**3,10**	**Номер рецептуры: 54-18м-2020**
Масло сливочное	10	10		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Печень	124	103		10,7	12,2	5,3	186,8	0,07	1,2	8,9	0,71	10,4	207,1	35,27	3,5	
Соль	0.01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Мука пшеничная	5	5		0,5	0,1	3,2	15,3	0,01	0,00	0,00	0,05	1	3,7	0,7	0,01	
Томат паста	15	15		0,7	0,0	2,1	11,3	0,01	0,00	24,0	0,00	4	12,2	8,0	0,04	
Сахар	1,8	1,8		0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Морковь	12	10		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Лук	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	22,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Кукуруза консервированная			**40**	**1,2**	**0,1**	**2,4**	**14,8**	**0,01**	**0,77**	**0,02**	**0,35**	**14,8**	**14,3**	**4,5**	**0,13**	**Номер рецептуры: 54-20з-2020**
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Итого калл.							**718,20**									

10 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																
Плов с курицы			**200**	**27,3**	**19,24**	**41,61**	**404,9**	**0,06**	**1,1**	**55,2**	**7,06**	**15,0**	**235,8**	**40,0**	**2,79**	**Номер рецептуры: 54-12м-2020**
Масло сливочное	11	11		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Рис	45,3	45,3		3,2	3,2	36,4	188,9	0,03	0,00	14,45	0,33	4	71,5	24	0,23	
Соль	0.01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Курица	207	185		16,31	13,8	1,61	169,5	0,03	1,1	6,5	6,73	9	156,6	12,5	2,56	
Морковь	49	45		3,44	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	0,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Лук	12	10		3,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	22,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Огурец консервированный			**100**	**3,13**	**3,29**	**6,99**	**77,88**	**0,03**	**12,50**	**0,06**	**0,35**	**7,00**	**13,00**	**10,00**	**0,45**	**Сборн.рецепт. техн.карта№294**
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Кисель			**200**	**1,36**	**0,00**	**29,02**	**116,19**	**0,00**	**0,16**	**0,00**	**0,00**	**7,64**	**8,27**	**2,24**	**0,45**	**Номер технологической карты 274**
Кисель из концентрата	24	24		1,35	0,00	22,62	90,79	**0,00**	**0,16**	**0,00**	**0,00**	6,05	6,77	1,24	0,29	
Сахар	10	10		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Итого калл.							**806,97**									

Утверждаю:

Директор МКОУ Говоркоская школа

_____ Чащин М.М.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОВОРКОВСКАЯ ШКОЛА

ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ НА 10 ДНЕЙ

С 11 до 18 лет (5 – 11 класс)

МКОУ ГОВОРКОВСКАЯ ШКОЛА

НА 2022 – 2023 УЧЕБНЫЙ ГОД.

1 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																
Макаронные изделия отварные			**200**	**7,06**	**0,7**	**43,6**	**269,3**	**0,08**	**0,05**	**35,4**	**1,19**	**12**	**40**	**7**	**0,07**	**Номер рецептуры: 54-1г-2020**
Масло сливочное	6,8	6,8		0,00	0,1	0,00	44,8	0,00	0,02	35,4	0,01	1	1	0	0,00	
Макаронные изд.	51,0	51,0		7,06	0,6	43,6	224,5	0,06	0,03	0,00	1,18	9	39	7	0,07	
Соль	0.05	0,05		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соус томатный			**100**	**3,3**	**2,7**	**8,9**	**73,1**	**0,02**	**0,00**	**131,8**	**0,05**	**9**	**23,6**	**12,2**	**0,05**	**Номер рецептуры: 54-3соус-2020**
Мука пшеничная	5	5		0,5	0,1	3,2	15,3	0,01	0,00	0,00	0,05	1	3,7	0,7	0,01	
Масло сливочное	3	3		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Томат паста	20	20		0,7	0,0	2,1	11,3	0,01	0,00	24,0	0,00	4	12,2	8,0	0,04	
Сахар	1,8	1,8		0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соль	0,03	0,03		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Морковь	9	8		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Лук	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	50,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Тефтеля полуфабр.			**100**	**10,68**	**11,72**	**5,74**	**176,75**	**0,08**	**0,00**	**0,05**	**0,65**	**13,12**	**136,42**	**21,07**	**2,15**	
Горошек консервированный			**50**	**1,5**	**0,3**	**3**	**18,5**	**0,01**	**0,77**	**0,02**	**0,35**	**14,8**	**14,3**	**4,5**	**0,13**	**Номер рецептуры: 54-20з-2020**
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Итого калл.							**772,45**									

2 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																
Суп картофельный с пельменями			**250**	**20,01**	**19,3**	**17,1**	**323,0**	**0,16**	**10,67**	**0,22**	**0,36**	**21,19**	**150,14**	**37,16**	**2,20**	**Номер рецептуры: 54-6с-2020**
Масло сливочное	6,5	6,5		0,00	4,7	0,00	42,8	0,00	0,02	0,06	0,01	1	1	0	0,00	
Картофель	141,2	103,8		2,0	0,4	15,4	72,7	0,09	9,55	0,9	0,32	9	53	21	0,8	
Соль	0.08	0,08		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Пельмени полуфабрикат	140	120		17,01	13,8	1,61	180,8	0,07	1,1	0,5	0,03	9,19	88,94	12,66	1,4	
Лук	17,2	13,8		0,5	0,2	0,02	13,0	0,00	0,00	0,01	0,00	0	2,8	1	0,00	
Морковь	12	10		0,5	0,2	0,06	13,7	0,00	0,00	0,01	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Огурец консервированный			**100**	**0,8**	**0,05**	**1,15**	**6,5**	**0,01**	**0,06**	**0,03**	**0,02**	**20,21**	**20,42**	**2,33**	**0,06**	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай с лимоном			**200**	**0,3**	**0,00**	**6,7**	**27,9**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**3,59**	**1,50**	**1,26**	**0,20**	**Номер рецептуры: 54-3гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Лимон	8	7		0,01	0,00	0,02		**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Хлеб с сыром			**50**	**6,62**	**9,48**	**10,06**	**152**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-1з-2020**
Хлеб	30	30		**2,3**	**0,9**	**8,92**	**78**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Сыр	15,6	15		4,32	8,58	1,14	74	0,00	0,14	0,08	0,45	186,2	133,7	18,23	0,66	
Итого калл.							**798,15**									

3 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																
Гречка рассыпчатая			**200**	**10,9**	**9,2**	**47,8**	**318,5**	**0,21**	**0,00**	**27,5**	**0,32**	**14,00**	**180**	**120**	**4,0**	**Номер рецептуры: 54-4г-2020**
Масло сливочное	6,8	6,8		0,00	0,1	0,00	44,8	0,00	0,00	26,6	0,01	1	1	0	0,00	
Крупа гречневая	69	69		10,9	9,2	47,8	273,7	0,21	0,00	0,09	0,31	11,00	179	120	4,0	
Соль	0.05	0,05		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соус томатный			**100**	**3,3**	**2,7**	**8,9**	**73,1**	**0,02**	**0,00**	**131,8**	**0,05**	**9**	**23,6**	**12,2**	**0,05**	**Номер рецептуры: 54-3соус-2020**
Мука пшеничная	5	5		0,5	0,1	3,2	15,3	0,01	0,00	0,00	0,05	1	3,7	0,7	0,01	
Масло сливочное	3	3		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Томат паста	20	20		0,7	0,0	2,1	11,3	0,01	0,00	24,0	0,00	4	12,2	8,0	0,04	
Сахар	1,8	1,8		0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соль	0,03	0,03		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Морковь	9	8		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Лук	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	50,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Котлета			**100**	**10,68**	**11,72**	**5,74**	**176,75**	**0,08**	**0,00**	**0,05**	**0,65**	**13,12**	**136,42**	**21,07**	**2,15**	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Огурец консервированный			**100**	**3,13**	**3,29**	**6,99**	**77,88**	**0,03**	**12,50**	**0,06**	**0,35**	**7,00**	**13,00**	**10,00**	**0,45**	**Сборн.рецепт. техн.карта№294**
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Итого калл.							**881,03**									

4 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																
Борщ со свежей капусты			**300**	**20,91**	**26,0**	**22,31**	**313,7**	**0,13**	**9,4**	**161,67**	**8,22**	**24,0**	**233,9**	**47,5**	**2,68**	**Номер рецептуры: 54-2с-2020**
Свекла	80	64		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Капуста	100	80		1,4	0,1	3,4	19,7	0,01	0,01	0,04	0,03	0	0,04	0,04	0,04	
Томат	10	10		0,7	0,0	0,01	11,3	0,01	0,00	0,04	0,00	4	12,2	8,0	0,04	
Картофель	67,5	50		2,0	0,4	15,4	72,7	0,08	8,2	1,9	1,46	9	53	21	0,8	
Морковь	12	10		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,01	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Куры	85	80		16,31	13,8	1,61	149,8	0,03	1,1	6,5	6,73	9	156,2	12,1	2,52	
Лук репчатый	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	50,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Масло растит.	10	10		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Какао			**200**	**0,3**	**0,00**	**6,7**	**27,9**	**0,03**	**0,31**	**0,01**	**0,05**	**126,7**	**113,22**	**29,92**	**1,03**	**Номер рецептуры: 54-22гн-2020**
Какао	4	4		0,01	0,00	0,3	9,9	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	18	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Молоко сгущенное	38	38		0,01	0,00	0,02		**0,03**	**0,31**	**0,01**	**0,05**	124,11	111,72	28,79	0,85	
Хлеб с повидлом			**50**	**6,62**	**9,48**	**10,06**	**152**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-1з-2020**
Хлеб	30	30		**2,3**	**0,9**	**8,92**	**78**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
повидло	15,6	15		4,32	8,58	1,14	74	0,00	0,14	0,08	0,45	186,2	133,7	18,23	0,66	
Итого калл.							**701,6**									

5 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																
Картофельное пюре			**200**	**4,1**	**8,0**	**26,2**	**194,4**	**0,12**	**10,2**	**32,1**	**0,33**	**39**	**84**	**28**	**1,00**	**Номер рецептуры: 54-11г-2020**
Масло сливочное	6,8	6,8		0,5	3,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Картофель	171,4	126		3,1	1,6	26,2	154,8	0,09	8,3	8,6	0,33	37	83	28	1,0	
Молоко сухое	16	16		0,5	3,2	0,00	19,8	0,03	1,09	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Соль	0.05	0,05		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соус томатный			**100**	**3,3**	**2,7**	**8,9**	**73,1**	**0,02**	**0,00**	**131,8**	**0,05**	**9**	**23,6**	**12,2**	**0,05**	**Номер рецептуры: 54-3соус-2020**
Мука пшеничная	5	5		0,5	0,1	3,2	15,3	0,01	0,00	0,00	0,05	1	3,7	0,7	0,01	
Масло сливочное	3	3		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Томат паста	20	20		0,7	0,0	2,1	11,3	0,01	0,00	24,0	0,00	4	12,2	8,0	0,04	
Сахар	1,8	1,8		0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соль	0,03	0,03		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Морковь	9	8		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Лук	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	50,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Горбуша отварная			**100**	**13,57**	**11,67**	**3,49**	**173,75**	**0,25**	**0,04**	**0,05**	**5,08**	**52,64**	**326,49**	**58,61**	**2,58**	**Сборн.рецепт. техн.карта№163**
Горбуша	120	100		13,53	9,47	3,49	153,95	0,25	0,04	0,05	5,08	50,64	326,44	58,61	2,58	
Соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Масло растительное	0,10	0,10		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Салат с морской капусты			**100**	**0,84**	**5,06**	**5,32**	**252,30**	**0,01**	**34,73**	**0.02**	**2,01**	**68,85**	**48,31**	**3,50**	**0,89**	**Сборн.рецепт. техн.карта№4**
Капуста морская конс.	106	84														
Лук	13	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	50,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Масло растительное	10	10		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Итого калл.							**928,35**									

6 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																
Суп с фрикадельками			**300**	**26,73**	**25,82**	**36,77**	**468,06**	**0,24**	**11,78**	**0,26**	**2,20**	**70,42**	**376,12**	**165,57**	**8,44**	**Сборн.рецепт. техн.карта№48**
Рис	7,5	7,5		8,2	6,8	5,9	94,1	0,21	0,00	0,09	0,31	11,00	179	120	4,0	
Картофель	12,5	10		2,0	0,4	21,53	72,7	0,09	8,3	1,9	1,49	9	53	21	0,8	
Морковь	12	10		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Фрикадельки полуфабрикат	100	100		15,94	16,02	5,74	254,76	0,08	0,00	0,05	0,65	13,12	136,42	21,07	2,15	
Лук репчатый	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	50,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Масло растит.	10	10		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Компот из сухофруктов			**200**	**0,5**	**0,00**	**19,8**	**81**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-1хн-2020**
Сухофрукты	26,8	25		0,5	0,00	13,4	55,6	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,00	0,00	0,13	0,02	
Сахар	15	15		0,00	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Яблоко			**150**	**0,06**	**0,6**	**15,6**	**67,5**	**0,05**	**13,00**	**0,03**	**0,23**	**18,00**	**13,00**	**9,06**	**2,20**	
Итого калл.							**824,56**									

9 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																
Картофельное пюре			**200**	**3,1**	**6,0**	**19,7**	**145,80**	**0,12**	**10,2**	**32,1**	**0,33**	**39**	**84**	**28**	**1,00**	**Номер рецептуры: 54-11г-2020**
Масло сливочное	6,8	6,8		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Картофель	171,4	126		2,3	1,6	19,7	106,2	0,09	8,3	8,6	0,33	37	83	28	1,0	
Молоко сухое	16	16		0,4	2,2	0,00	19,8	0,03	1,09	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Соль	0.05	0,05		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Капуста тушенная			**150**	**4,45**	**2,8**	**15,6**	**112,0**	**0,02**	**31,9**	**126,5**	**0,15**	**73**	**28,1**	**19,5**	**0,14**	**Номер рецептуры: 54-8г-2020**
Мука пшеничная	5	5		0,5	0,1	3,2	15,3	0,01	0,00	0,00	0,05	1	3,7	0,7	0,01	
Капуста белокочанная	178	157,5		2,7	0,1	6,7	38,9	0,00	30,8	22,7	0,10	64	4,5	8,3	0,07	
Масло сливочное	6,8	6,8		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Томат паста	15	15		0,7	0,0	2,1	11,3	0,01	0,00	24,0	0,00	4	12,2	8,0	0,04	
Сахар	1,8	1,8		0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Морковь	12	10		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Лук	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	22,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Голень куриная	**120**	**100**	**100**	**16,31**	**13,8**	**1,61**	**169,5**	**0,03**	**1,1**	**6,5**	**0,05**	**9**	**156,6**	**12,5**	**2,56**	**Номер рецептуры: 54-21м-2020**
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Мандарин			**100**	**0,04**	**0,4**	**10,40**	**45**	**0,03**	**10,00**	**0,01**	**0,20**	**16,00**	**11,00**	**9,00**	**2,20**	
Итого калл.							**839,6**									

8 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																
Суп гороховый с гренками			**300**	**27,28**	**24,0**	**67,98**	**352,05**	**0,15**	**9,4**	**102,65**	**8,55**	**24**	**288,8**	**51,0**	**2,87**	**Номер рецептуры: 54-8с-2020**
Горох	21,25	20		3,2	3,2	47,37	89,3	0,03	0,00	14,45	0,33	4	71,5	24	0,23	
Картофель	67,5	50		2,0	0,4	15,4	74,34	0,09	8,3	1,9	1,49	9	53	21	0,8	
Морковь	12	10		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Куры	85	80		21,49	17,8	1,61	141,91	0,03	1,1	6,5	6,73	9	156,6	12,5	2,56	
Лук репчатый	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	22,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Масло растит.	10	10		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Кофейный напиток			**200**	**2,01**	**2,39**	**25,65**	**131,87**	**0,02**	**0,28**	**0,00**	**0,05**	**92,34**	**68,08**	**13,52**	**0,23**	**Сборн.рецепт. техн.карта№285**
Кофейный напиток	5	5		**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,12**	
Сахар	25	25		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,06	
Молко сгущенное	19	19		1,8	2,39	12,75	79,67	0,02	0,28	0,00	0,05	88,16	65,08	11,39	0,05	
Хлеб с сыром			**50**	**6,62**	**9,48**	**10,06**	**152**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-1з-2020**
Хлеб	30	30		**2,3**	**0,9**	**8,92**	**78**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Сыр	15,6	15		4,32	8,58	1,14	74	0,00	0,14	0,08	0,45	186,2	133,7	18,23	0,66	
Итого калл.							**843,92**									

7 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																
Рис отварной			**150**	**3,6**	**5,4**	**36,4**	**208,7**	**0,03**	**0,00**	**26,2**	**0,33**	**6**	**72**	**24**	**0,23**	**Номер рецептуры: 54-6г-2020**
Масло сливочное	6,8	6,8		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Рис	54	54		3,2	3,2	36,4	188,9	0,03	0,00	14,45	0,33	4	71,5	24	0,23	
Соль	0.05	0,05		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Печень по Строгановски			**150**	**20,1**	**22,35**	**21,3**	**389,85**	**0,09**	**1,2**	**113,15**	**0,76**	**21,40**	**230,17**	**47,47**	**3,10**	**Номер рецептуры: 54-18м-2020**
Масло сливочное	10	10		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Печень	124	103		17,0	20,11	12,4	316,75	0,07	1,2	8,9	0,71	10,4	207,1	35,27	3,5	
Соль	0.01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Мука пшеничная	5	5		0,5	0,1	3,2	15,3	0,01	0,00	0,00	0,05	1	3,7	0,7	0,01	
Томат паста	15	15		0,7	0,0	2,1	11,3	0,01	0,00	24,0	0,00	4	12,2	8,0	0,04	
Сахар	1,8	1,8		0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Морковь	12	10		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Лук	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	22,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Кукуруза консервированная			**40**	**1,2**	**0,1**	**2,4**	**14,8**	**0,01**	**0,77**	**0,02**	**0,35**	**14,8**	**14,3**	**4,5**	**0,13**	**Номер рецептуры: 54-20з-2020**
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Итого калл.							**785,25**									

10 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																
Плов с курицы			**250**	**34,12**	**24,05**	**52,01**	**506,1**	**0,06**	**1,1**	**55,2**	**7,06**	**15,0**	**235,8**	**40,0**	**2,79**	**Номер рецептуры: 54-12м-2020**
Масло сливочное	11	11		0,6	2,6	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Рис	45,3	45,3		4,2	4,2	45,2	277,0	0,03	0,00	14,45	0,33	4	71,5	24	0,23	
Соль	0.01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Курица	207	185		20,98	17,21	2,61	182,6	0,03	1,1	6,5	6,73	9	156,6	12,5	2,56	
Морковь	49	45		4,44	0,2	1,8	13,7	0,00	0,00	0,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Лук	12	10		3,9	0,2	2,4	13,0	0,00	0,00	22,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Огурец консервированный			**100**	**3,13**	**3,29**	**6,99**	**77,88**	**0,03**	**12,5**	**0,06**	**0,35**	**7,00**	**13,00**	**10,00**	**0,45**	**Сборн.рецепт. техн.карта №294**
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Кисель			**200**	**1,36**	**0,00**	**29,02**	**116,19**	**0,00**	**0,16**	**0,00**	**0,00**	**7,64**	**8,27**	**2,24**	**0,45**	**Номер технологической карты 274**
Кисель из концентрата	24	24		1,35	0,00	22,62	90,79	**0,00**	**0,16**	**0,00**	**0,00**	6,05	6,77	1,24	0,29	
Сахар	10	10		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Итого калл.							**908,17**									

Утверждаю:

Директор МКОУ Говорковская школа

_____ Чащин М.М.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ

УЧРЕЖДЕНИЕ ГОВОРКОВСКАЯ ШКОЛА

ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ НА 10 ДНЕЙ

ОВЗ

С 11 до 18 лет (5- 11 класс)

МКОУ ГОВОРКОВСКАЯ ШКОЛА

НА 2022 – 2023 УЧЕБНЫЙ ГОД.

1 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ЗАВТРАК																
Каша ячневая молочная			**200**	**8,6**	**12,8**	**34,2**	**285,8**	**0,21**	**0,52**	**52,4**	**0,72**	**138**	**232**	**63**	**1,9**	**Номер рецептуры: 54-9к-2020**
Крупа ячневая	50	50		6,5	2,41	14,85	105,93	0,14	0,10	51,6	0,22	27,85	96,32	31,18	0,82	
Молоко	100	100		1,8	2,39	12,75	79,67	0,02	0,28	0,00	0,05	88,16	65,08	11,39	0,05	
Сахар	5	5		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,06	
Масло сливочное	10	10		**0,2**	**8,2**	**0,2**	**74,8**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**18,2**	**69,10**	**19,43**	**0,97**	
Соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Кофейный напиток			**200**	**2,01**	**2,39**	**25,65**	**131,87**	**0,02**	**0,28**	**0,00**	**0,05**	**92,34**	**68,08**	**13,52**	**0,23**	**Сборн.рецепт. техн.карта№285**
Кофейный напиток	5	5		**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,12**	
Сахар	25	25		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,06	
Молко сгущенное	19	19		1,8	2,39	12,75	79,67	0,02	0,28	0,00	0,05	88,16	65,08	11,39	0,05	
Хлеб с маслом			**40**	**0,2**	**8,2**	**0,2**	**74,8**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-19з-2020**
Хлеб	30	30		0,1	4,2	0,1	44,8	**0,04**	**0,14**	**0,06**	**0,40**	**190,2**	**169,0**	**19,00**	**0,90**	
Масло сливочное	10	10		0,1	4,0	0,1	30,0	0,01	0,00	0,02	0,05	8,0	0,10	0,43	0,07	
Сок			**200**				129,0									
ОБЕД																
Макаронные изделия отварные			**200**	**7,06**	**0,7**	**43,6**	**269,3**	**0,08**	**0,05**	**35,4**	**1,19**	**12**	**40**	**7**	**0,07**	**Номер рецептуры: 54-1г-2020**
Масло сливочное	6,8	6,8		0,00	0,1	0,00	44,8	0,00	0,02	35,4	0,01	1	1	0	0,00	
Макаронные изд.	51,0	51,0		7,06	0,6	43,6	224,5	0,06	0,03	0,00	1,18	9	39	7	0,07	
Соль	0.05	0,05		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соус томатный			**100**	**3,3**	**2,7**	**8,9**	**73,1**	**0,02**	**0,00**	**131,8**	**0,05**	**9**	**23,6**	**12,2**	**0,05**	**Номер рецептуры: 54-3соус-2020**
Мука пшеничная	5	5		0,5	0,1	3,2	15,3	0,01	0,00	0,00	0,05	1	3,7	0,7	0,01	
Масло сливочное	3	3		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Томат паста	20	20		0,7	0,0	2,1	11,3	0,01	0,00	24,0	0,00	4	12,2	8,0	0,04	
Сахар	1,8	1,8		0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соль	0,03	0,03		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Морковь	9	8		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Лук	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	50,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Тефтеля полуфабр.			**100**	**10,68**	**11,72**	**5,74**	**176,75**	**0,08**	**0,00**	**0,05**	**0,65**	**13,12**	**136,42**	**21,07**	**2,15**	
Горошек консервированный			**50**	**1,5**	**0,3**	**3**	**18,5**	**0,01**	**0,77**	**0,02**	**0,35**	**14,8**	**14,3**	**4,5**	**0,13**	**Номер рецептуры: 54-20з-2020**
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Итого калл.							**1393,92**									

2 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ЗАВТРАК																
Суп вермишелевый мол.			**250**	**6,98**	**7,65**	**24,66**	**195,1**	**0,12**	**1,14**	**0,05**	**0,39**	**215,68**	**181,45**	**33,51**	**0,69**	**Номер рецептуры: 54-19к-2020**
Молоко	175	175		5,88	2,41	14,85	15,93	0,07	0,10	0,02	0,10	27,85	96,32	1,18	0,02	
Масло сливочное	2,5	2,5		0,8	2,39	2,75	79,67	0,02	0,08	0,00	0,05	88,16	65,08	11,39	0,05	
Сахар	5	5		0,01	0,00	6,4	25,4	0,00	0,00	0,00	0,00	1,59	1,50	1,00	0,06	
Макароны	20	20		0,02	2,85	0,46	74,1	0,03	0,96	0,03	0,24	98,08	18,55	19,94	0,56	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Яблоко			**100**	**0,04**	**0,4**	**10,40**	**45**	**0,03**	**10,00**	**0,01**	**0,20**	**16,00**	**11,00**	**9,00**	**2,20**	
ОБЕД																
Суп картофельный с пельменями			**200**	**20,01**	**19,3**	**17,1**	**323,0**	**0,16**	**10,67**	**0,22**	**0,36**	**21,19**	**150,14**	**37,16**	**2,20**	**Номер рецептуры: 54-6с-2020**
Масло сливочное	6,5	6,5		0,00	4,7	0,00	42,8	0,00	0,02	0,06	0,01	1	1	0	0,00	
Картофель	141,2	103,8		2,0	0,4	15,4	72,7	0,09	9,55	0,9	0,32	9	53	21	0,8	
Соль	0.08	0,08		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Пельмени полуфабрикат	140	120		17,01	13,8	1,61	180,8	0,07	1,1	0,5	0,03	9,19	88,94	12,66	1,4	
Лук	17,2	13,8		0,5	0,2	0,02	13,0	0,00	0,00	0,01	0,00	0	2,8	1	0,00	
Морковь	12	10		0,5	0,2	0,06	13,7	0,00	0,00	0,01	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Огурец консервированный			**100**	**0,8**	**0,05**	**1,15**	**6,5**	**0,01**	**0,06**	**0,03**	**0,02**	**20,21**	**20,42**	**2,33**	**0,06**	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай с лимоном			**200**	**0,3**	**0,00**	**6,7**	**27,9**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**3,59**	**1,50**	**1,26**	**0,20**	**Номер рецептуры: 54-3гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Лимон	8	7		0,01	0,00	0,02		**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Хлеб с сыром			**50**	**6,62**	**9,48**	**10,06**	**152**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-1з-2020**
Хлеб	30	30		**2,3**	**0,9**	**8,92**	**78**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Сыр	15,6	15		4,32	8,58	1,14	74	0,00	0,14	0,08	0,45	186,2	133,7	18,23	0,66	
Итого калл.							**1228,05**									

3 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ЗАВТРАК																
Каша кукурузная мол.			**200**	**7,2**	**10,7**	**43,9**	**300,7**	**0,16**	**1,3**	**0,04**	**0,72**	**157,19**	**245,16**	**36,43**	**0,93**	**Номер рецептуры: 54-2к-2020**
Молоко	175	175		2,88	2,41	14,85	15,93	0,07	0,10	0,02	0,10	27,85	96,32	1,18	0,02	
Масло сливочное	2,5	2,5		0,00	0,1	0,00	44,8	0,00	0,00	0,01	0,01	1	1	0	0,00	
Сахар	5	5		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Крупа кукурузная	57	57		4,31	8,28	22,65	214,57	0,09	1,2	0,01	0,61	126,75	146,34	34,25	0,75	
Хлеб с маслом			**40**	**0,2**	**8,2**	**0,2**	**74,8**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-19з-2020**
Хлеб	30	30		0,1	4,2	0,1	44,8	**0,04**	**0,14**	**0,06**	**0,40**	**190,2**	**169,0**	**19,00**	**0,90**	
Масло сливочное	10	10		0,1	4,0	0,1	30,0	0,01	0,00	0,02	0,05	8,0	0,10	0,43	0,07	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Сок			**200**				129,0									
ОБЕД																
Гречка рассыпчатая			**200**	**10,9**	**9,2**	**47,8**	**318,5**	**0,21**	**0,00**	**27,5**	**0,32**	**14,00**	**180**	**120**	**4,0**	**Номер рецептуры: 54-4г-2020**
Масло сливочное	6,8	6,8		0,00	0,1	0,00	44,8	0,00	0,00	26,6	0,01	1	1	0	0,00	
Крупа гречневая	69	69		10,9	9,2	47,8	273,7	0,21	0,00	0,09	0,31	11,00	179	120	4,0	
Соль	0.05	0,05		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соус томатный			**100**	**3,3**	**2,7**	**8,9**	**73,1**	**0,02**	**0,00**	**131,8**	**0,05**	**9**	**23,6**	**12,2**	**0,05**	**Номер рецептуры: 54-3соус-2020**
Мука пшеничная	5	5		0,5	0,1	3,2	15,3	0,01	0,00	0,00	0,05	1	3,7	0,7	0,01	
Масло сливочное	3	3		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Томат паста	20	20		0,7	0,0	2,1	11,3	0,01	0,00	24,0	0,00	4	12,2	8,0	0,04	
Сахар	1,8	1,8		0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соль	0,03	0,03		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Морковь	9	8		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Лук	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	50,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Котлета			**100**	**10,68**	**11,72**	**5,74**	**176,75**	**0,08**	**0,00**	**0,05**	**0,65**	**13,12**	**136,42**	**21,07**	**2,15**	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Огурец консервированный			**100**	**3,13**	**3,29**	**6,99**	**77,88**	**0,03**	**12,50**	**0,06**	**0,35**	**7,00**	**13,00**	**10,00**	**0,45**	**Сборн.рецепт. техн.карта№294**
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Итого калл.							**1412,33**									

4 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	Ж	У		В 1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ЗАВТРАК																
Каша пшенная мол.			**200**	**8,3**	**11,7**	**37,5**	**288**	**0,18**	**0,54**	**53,8**	**0,17**	**126,0**	**185,0**	**49,0**	**1,3**	**Номер рецептуры: 54-6к 2020**
Молоко	100,8	100,8		2,88	2,41	14,85	15,93	0,07	0,10	0,02	0,10	27,85	96,32	1,18	0,02	
Масло сливочное	10	10		0,00	0,1	0,00	44,8	0,00	0,00	0,01	0,01	1	1	0	0,00	
Сахар	5	5		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Крупа пшенная	50	50		5,41	9,28	16,25	201,87	0,11	0,44	53,5	0,06	95,56	86,18	46,82	1,12	
Хлеб с сыром			**50**	**6,62**	**9,48**	**10,06**	**152**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-1з 2020**
Хлеб	30	30		**2,3**	**0,9**	**8,92**	**78**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Сыр	15,6	15		4,32	8,58	1,14	74	0,00	0,14	0,08	0,45	186,2	133,7	18,23	0,66	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн 2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Сок			**200**				129,0									
ОБЕД																
Борщ со свежей капусты			**250**	**20,91**	**26,0**	**22,31**	**313,7**	**0,13**	**9,4**	**161,67**	**8,22**	**24,0**	**233,9**	**47,5**	**2,68**	**Номер рецептуры: 54-2с 2020**
Свекла	80	64		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Капуста	100	80		1,4	0,1	3,4	19,7	0,01	0,01	0,04	0,03	0	0,04	0,04	0,04	
Томат	10	10		0,7	0,0	0,01	11,3	0,01	0,00	0,04	0,00	4	12,2	8,0	0,04	
Картофель	67,5	50		2,0	0,4	15,4	72,7	0,08	8,2	1,9	1,46	9	53	21	0,8	
Морковь	12	10		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,01	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Куры	85	80		16,31	13,8	1,61	149,8	0,03	1,1	6,5	6,73	9	156,2	12,1	2,52	
Лук репчатый	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	50,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Масло растит.	10	10		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Какао			**200**	**0,3**	**0,00**	**6,7**	**27,9**	**0,03**	**0,31**	**0,01**	**0,05**	**126,7**	**113,22**	**29,92**	**1,03**	**Номер рецептуры: 54-22гн 2020**
Какао	4	4		0,01	0,00	0,3	9,9	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	18	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Молоко сгущенное	38	38		0,01	0,00	0,02		**0,03**	**0,31**	**0,01**	**0,05**	124,11	111,72	28,79	0,85	
Хлеб с повидлом			**50**	**6,62**	**9,48**	**10,06**	**152**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-1з 2020**
Хлеб	30	30		**2,3**	**0,9**	**8,92**	**78**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
повидло	15,6	15		4,32	8,58	1,14	74	0,00	0,14	0,08	0,45	186,2	133,7	18,23	0,66	
Итого калл.							**1168,4**									

5 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ЗАВТРАК																
Каша рисовая молочная			**200**	**5,2**	**6,5**	**28,4**	**193,7**	**0,16**	**0,61**	**31,3**	**0,72**	**130**	**134**	**28**	**0,4**	**Номер рецептуры: 54-21к-2020**
Крупа рис	50	50		3,29	0,11	9,15	58,63	0,13	0,33	31,1	0,65	30,25	67,32	15,18	0,02	
Молоко	100	100		1,8	2,39	12,75	79,67	0,02	0,28	0,00	0,02	88,16	65,08	11,39	0,01	
Сахар	5	5		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,01	
Масло сливочное	10	10		0,1	4,0	0,1	30,0	0,01	0,00	0,02	0,05	8,0	0,10	0,43	0,00	
Соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Кофейный напиток			**200**	**2,01**	**2,39**	**25,65**	**131,87**	**0,02**	**0,28**	**0,00**	**0,05**	**92,34**	**68,08**	**13,52**	**0,23**	**Сборн.рецепт. техн.карта№285**
Кофейный напиток	5	5		**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,12**	
Сахар	25	25		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,06	
Молко сгущенное	19	19		1,8	2,39	12,75	79,67	0,02	0,28	0,00	0,05	88,16	65,08	11,39	0,05	
Хлеб с маслом			**40**	**0,2**	**8,2**	**0,2**	**74,8**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-19з-2020**
Хлеб	30	30		0,1	4,2	0,1	44,8	**0,04**	**0,14**	**0,06**	**0,40**	**190,2**	**169,0**	**19,00**	**0,90**	
Масло сливочное	10	10		0,1	4,0	0,1	30,0	0,01	0,00	0,02	0,05	8,0	0,10	0,43	0,07	
Яблоко			**150**	**0,06**	**0,6**	**15,6**	**67,5**	**0,05**	**13,00**	**0,03**	**0,23**	**18,00**	**13,00**	**9,06**	**2,20**	
ОБЕД																
Картофельное пюре			**200**	**4,1**	**8,0**	**26,2**	**194,4**	**0,12**	**10,2**	**32,1**	**0,33**	**39**	**84**	**28**	**1,00**	**Номер рецептуры: 54-11г-2020**
Масло сливочное	6,8	6,8		0,5	3,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Картофель	171,4	126		3,1	1,6	26,2	154,8	0,09	8,3	8,6	0,33	37	83	28	1,0	
Молоко сухое	16	16		0,5	3,2	0,00	19,8	0,03	1,09	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Соль	0.05	0,05		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соус томатный			**100**	**3,3**	**2,7**	**8,9**	**73,1**	**0,02**	**0,00**	**131,8**	**0,05**	**9**	**23,6**	**12,2**	**0,05**	**Номер рецептуры: 54-3соус-2020**
Мука пшеничная	5	5		0,5	0,1	3,2	15,3	0,01	0,00	0,00	0,05	1	3,7	0,7	0,01	
Масло сливочное	3	3		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Томат паста	20	20		0,7	0,0	2,1	11,3	0,01	0,00	24,0	0,00	4	12,2	8,0	0,04	
Сахар	1,8	1,8		0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соль	0,03	0,03		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Морковь	9	8		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Лук	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	50,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Горбуша отварная			**100**	**13,57**	**11,67**	**3,49**	**173,75**	**0,25**	**0,04**	**0,05**	**5,08**	**52,64**	**326,49**	**58,61**	**2,58**	**Сборн.рецепт. техн.карта№163**
Горбуша	120	100		13,53	9,47	3,49	153,95	0,25	0,04	0,05	5,08	50,64	326,44	58,61	2,58	
Соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Масло растительное	0,10	0,10		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Салат с морской капусты			**100**	**0,84**	**5,06**	**5,32**	**252,30**	**0,01**	**34,73**	**0.02**	**2,01**	**68,85**	**48,31**	**3,50**	**0,89**	**Сборн.рецепт. техн.карта№4**
Капуста морская конс.	106	84														
Лук	13	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	50,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Масло растительное	10	10		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	

Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Итого калл.							**1396,22**									

6 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ЗАВТРАК																
Каша гречневая мол.			**200**	**7,94**	**8,21**	**35,13**	**246,17**	**0,22**	**1,73**	**0,05**	**0,29**	**168,95**	**222,40**	**78,65**	**2,12**	**Номер рецептуры: 54-17к-2020**
Молоко	175	175		2,88	2,41	14,85	15,93	0,07	0,10	0,02	0,10	27,85	96,32	1,18	0,02	
Масло сливочное	2,5	2,5		0,00	0,1	0,00	44,8	0,00	0,00	0,01	0,01	1	1	0	0,00	
Сахар	10	10		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Гречка	50	50		5,05	5,79	13,88	160,04	0,15	1,63	0,02	0,28	138,51	123,58	76,47	1,94	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Яблоко			**100**	**0,04**	**0,4**	**10,40**	**45**	**0,03**	**10,00**	**0,01**	**0,20**	**16,00**	**11,00**	**9,00**	**2,20**	
Сок			200				129									
ОБЕД																
Суп с фрикадельками			**300**	**26,73**	**25,82**	**36,77**	**468,06**	**0,24**	**11,78**	**0,26**	**2,20**	**70,42**	**376,12**	**165,57**	**8,44**	**Сборн.рецепт. техн.карта№48**
Рис	7,5	7,5		8,2	6,8	5,9	94,1	0,21	0,00	0,09	0,31	11,00	179	120	4,0	
Картофель	12,5	10		2,0	0,4	21,53	72,7	0,09	8,3	1,9	1,49	9	53	21	0,8	
Морковь	12	10		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Фрикадельки полуфабрикат	100	100		15,94	16,02	5,74	254,76	0,08	0,00	0,05	0,65	13,12	136,42	21,07	2,15	
Лук репчатый	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	50,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Масло растит.	10	10		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Компот из сухофруктов			**200**	**0,5**	**0,00**	**19,8**	**81**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-1хн-2020**
Сухофрукты	26,8	25		0,5	0,00	13,4	55,6	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,00	0,00	0,13	0,02	
Сахар	15	15		0,00	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Яблоко			**150**	**0,06**	**0,6**	**15,6**	**67,5**	**0,05**	**13,00**	**0,03**	**0,23**	**18,00**	**13,00**	**9,06**	**2,20**	
Итого калл.							**1305,53**									

9 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ЗАВТРАК																
Каша пшеничная			**200**	**8,2**	**10,8**	**38,5**	**283,5**	**0,21**	**0,55**	**53,17**	**0,17**	**134**	**205**	**39**	**2,2**	**Номер рецептуры: 54-13к-2020**
Молоко	100,8	100,8		2,88	2,41	14,85	15,93	0,07	0,10	0,02	0,10	27,85	96,32	1,18	0,02	
Масло сливочное	10	10		0,00	0,1	0,00	44,8	0,00	0,00	0,01	0,01	1	1	0	0,00	
Сахар	5	5		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Крупа пшеничная	50	50		5,31	8,38	17,25	197,37	0,14	0,45	53,14	0,06	103,56	106,18	36,82	2,02	
Хлеб с сыром			**50**	**6,62**	**9,48**	**10,06**	**152**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-1з-2020**
Хлеб	30	30		**2,3**	**0,9**	**8,92**	**78**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Сыр	15,6	15		4,32	8,58	1,14	74	0,00	0,14	0,08	0,45	186,2	133,7	18,23	0,66	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Сок			**200**				129,0									
ОБЕД																
Картофельное пюре			**150**	**3,1**	**6,0**	**19,7**	**145,80**	**0,12**	**10,2**	**32,1**	**0,33**	**39**	**84**	**28**	**1,00**	**Номер рецептуры: 54-11г-2020**
Масло сливочное	6,8	6,8		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Картофель	171,4	126		2,3	1,6	19,7	106,2	0,09	8,3	8,6	0,33	37	83	28	1,0	
Молоко сухое	16	16		0,4	2,2	0,00	19,8	0,03	1,09	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Соль	0.05	0,05		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Капуста тушенная			**150**	**4,45**	**2,8**	**15,6**	**112,0**	**0,02**	**31,9**	**126,5**	**0,15**	**73**	**28,1**	**19,5**	**0,14**	**Номер рецептуры: 54-8г-2020**
Мука пшеничная	5	5		0,5	0,1	3,2	15,3	0,01	0,00	0,00	0,05	1	3,7	0,7	0,01	
Капуста белокочанная	178	157,5		2,7	0,1	6,7	38,9	0,00	30,8	22,7	0,10	64	4,5	8,3	0,07	
Масло сливочное	6,8	6,8		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Томат паста	15	15		0,7	0,0	2,1	11,3	0,01	0,00	24,0	0,00	4	12,2	8,0	0,04	
Сахар	1,8	1,8		0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Морковь	12	10		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Лук	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	22,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Голень куриная	**120**	**100**	**100**	**16,31**	**13,8**	**1,61**	**169,5**	**0,03**	**1,1**	**6,5**	**0,05**	**9**	**156,6**	**12,5**	**2,56**	**Номер рецептуры: 54-21м-2020**
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Мандарин			**100**	**0,04**	**0,4**	**10,40**	**45**	**0,03**	**10,00**	**0,01**	**0,20**	**16,00**	**11,00**	**9,00**	**2,20**	
Итого калл.							**1430,90**									

8 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ЗАВТРАК																
Каша «Дружба» мол.			**200**	**5,0**	**6,9**	**23,9**	**178**	**0,07**	**0,53**	**33,25**	**0,14**	**115**	**123**	**27**	**0,5**	**Номер рецептуры: 54-16к-2020**
Молоко	175	175		2,88	2,41	14,85	15,93	0,03	0,10	0,02	0,03	27,85	46,32	1,18	0,01	
Масло сливочное	2,5	2,5		0,00	0,1	0,00	44,8	0,00	0,00	0,01	0,01	1	1	0	0,00	
Сахар	5	5		0,01	0,00	2,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,01	
Рис	20	20		1,29	0,11	4,15	58,63	0,01	0,33	31,1	0,05	30,25	37,32	15,18	0,02	
Пшено	20	20		0,82	4,37	2,5	33,24	0,03	0,13	2,14	0,05	54,31	36,86	9,64	0,01	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Яблоко			**100**	**0,04**	**0,4**	**10,40**	**45**	**0,03**	**10,00**	**0,01**	**0,20**	**16,00**	**11,00**	**9,00**	**2,20**	
ОБЕД																
Суп гороховый с гренками			**300**	**27,28**	**24,0**	**67,98**	**352,05**	**0,15**	**9,4**	**102,65**	**8,55**	**24**	**288,8**	**51,0**	**2,87**	**Номер рецептуры: 54-8с-2020**
Горох	21,25	20		3,2	3,2	47,37	89,3	0,03	0,00	14,45	0,33	4	71,5	24	0,23	
Картофель	67,5	50		2,0	0,4	15,4	74,34	0,09	8,3	1,9	1,49	9	53	21	0,8	
Морковь	12	10		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Куры	85	80		21,49	17,8	1,61	141,91	0,03	1,1	6,5	6,73	9	156,6	12,5	2,56	
Лук репчатый	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	22,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Масло растит.	10	10		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Кофейный напиток			**200**	**2,01**	**2,39**	**25,65**	**131,87**	**0,02**	**0,28**	**0,00**	**0,05**	**92,34**	**68,08**	**13,52**	**0,23**	**Сборн.рецепт. техн.карта№285**
Кофейный напиток	5	5		**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,12**	
Сахар	25	25		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,06	
Молко сгущенное	19	19		1,8	2,39	12,75	79,67	0,02	0,28	0,00	0,05	88,16	65,08	11,39	0,05	
Хлеб с сыром			**50**	**6,62**	**9,48**	**10,06**	**152**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-1з-2020**
Хлеб	30	30		**2,3**	**0,9**	**8,92**	**78**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Сыр	15,6	15		4,32	8,58	1,14	74	0,00	0,14	0,08	0,45	186,2	133,7	18,23	0,66	
Итого калл.							**1301,72**									

7 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ЗАВТРАК																
Каша манная молочная			**205**	**6,53**	**7,03**	**38,78**	**244,92**	**0,09**	**0,91**	**0,04**	**0,72**	**94,23**	**102,24**	**17,82**	**0,54**	**Номер рецептуры: 54-11к-2020**
Крупа манная	44	44		3,64	4,61	21,53	158,79	0,06	0,81	0,01	0,69	61,79	53,42	15,64	0,52	
Молоко	100	100		2,88	2,41	14,85	15,93	0,03	0,10	0,02	0,03	27,85	46,32	1,18	0,01	
Сахар	5	5		0,00	0,1	0,00	44,8	0,00	0,00	0,01	0,01	1	1	0	0,00	
Масло сливочное	5	5		0,01	0,00	2,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,01	
Соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Кофейный напиток			**200**	**2,01**	**2,39**	**25,65**	**131,87**	**0,02**	**0,28**	**0,00**	**0,05**	**92,34**	**68,08**	**13,52**	**0,23**	**Сборн.рецепт. техн.карта№285**
Кофейный напиток	5	5		**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,12**	
Сахар	25	25		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,06	
Молко сгущенное	19	19		1,8	2,39	12,75	79,67	0,02	0,28	0,00	0,05	88,16	65,08	11,39	0,05	
Хлеб с маслом			**40**	**0,2**	**8,2**	**0,2**	**74,8**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-19з-2020**
Хлеб	30	30		0,1	4,2	0,1	44,8	**0,04**	**0,14**	**0,06**	**0,40**	**190,2**	**169,0**	**19,00**	**0,90**	
Масло сливочное	10	10		0,1	4,0	0,1	30,0	0,01	0,00	0,02	0,05	8,0	0,10	0,43	0,07	
Апельсин			**100**	**0,04**	**0,4**	**10,40**	**45**	**0,03**	**10,00**	**0,01**	**0,20**	**16,00**	**11,00**	**9,00**	**2,20**	
ОБЕД																
Рис отварной			**150**	**3,6**	**5,4**	**36,4**	**208,7**	**0,03**	**0,00**	**26,2**	**0,33**	**6**	**72**	**24**	**0,23**	**Номер рецептуры: 54-6г-2020**
Масло сливочное	6,8	6,8		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Рис	54	54		3,2	3,2	36,4	188,9	0,03	0,00	14,45	0,33	4	71,5	24	0,23	
Соль	0.05	0,05		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Печень по Строгановски			**150**	**20,1**	**22,35**	**21,3**	**389,85**	**0,09**	**1,2**	**113,15**	**0,76**	**21,40**	**230,17**	**47,47**	**3,10**	**Номер рецептуры: 54-18м-2020**
Масло сливочное	10	10		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Печень	124	103		17,0	20,11	12,4	316,75	0,07	1,2	8,9	0,71	10,4	207,1	35,27	3,5	
Соль	0.01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Мука пшеничная	5	5		0,5	0,1	3,2	15,3	0,01	0,00	0,00	0,05	1	3,7	0,7	0,01	
Томат паста	15	15		0,7	0,0	2,1	11,3	0,01	0,00	24,0	0,00	4	12,2	8,0	0,04	
Сахар	1,8	1,8		0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Морковь	12	10		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Лук	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	22,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Кукуруза консервированная			**40**	**1,2**	**0,1**	**2,4**	**14,8**	**0,01**	**0,77**	**0,02**	**0,35**	**14,8**	**14,3**	**4,5**	**0,13**	**Номер рецептуры: 54-20з-2020**
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Итого калл.							**1281,84**									

10 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ЗАВТРАК																
Суп молочный с рисом			**250**	**6,18**	**7,58**	**23,28**	**185,68**	**0,08**	**1,14**	**0,05**	**0,17**	**212,08**	**184,50**	**33,26**	**0,36**	**Номер рецептуры: 54-18к-2020**
Молоко	100,8	100,8		2,88	2,41	14,85	15,93	0,03	0,10	0,02	0,03	27,85	46,32	1,18	0,01	
Масло сливочное	5	5		0,00	0,1	0,00	44,8	0,00	0,00	0,01	0,01	1	1	0	0,00	
Сахар	5	5		0,01	0,00	2,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,01	
Крупа рисовая	18	18		3,29	5,16	6,03	99,55	0,05	1,04	0,02	0,09	181,64	135,68	31,08	0,34	
Хлеб с сыром			**50**	**6,62**	**9,48**	**10,06**	**152**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-1з-2020**
Хлеб	30	30		**2,3**	**0,9**	**8,92**	**78**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Сыр	15,6	15		4,32	8,58	1,14	74	0,00	0,14	0,08	0,45	186,2	133,7	18,23	0,66	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Йогурт			**200**				136,7									
ОБЕД																
Плов с курицы			**250**	**34,12**	**24,05**	**52,01**	**506,1**	**0,06**	**1,1**	**55,2**	**7,06**	**15,0**	**235,8**	**40,0**	**2,79**	**Номер рецептуры: 54-12м-2020**
Масло сливочное	11	11		0,6	2,6	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Рис	45,3	45,3		4,2	4,2	45,2	277,0	0,03	0,00	14,45	0,33	4	71,5	24	0,23	
Соль	0.01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Курица	207	185		20,98	17,21	2,61	182,6	0,03	1,1	6,5	6,73	9	156,6	12,5	2,56	
Морковь	49	45		4,44	0,2	1,8	13,7	0,00	0,00	0,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Лук	12	10		3,9	0,2	2,4	13,0	0,00	0,00	22,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Огурец консервированный			**100**	**3,13**	**3,29**	**6,99**	**77,88**	**0,03**	**12,5**	**0,06**	**0,35**	**7,00**	**13,00**	**10,00**	**0,45**	**Сборн.рецепт. техн.карта№294**
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Кисель			**200**	**1,36**	**0,00**	**29,02**	**116,19**	**0,00**	**0,16**	**0,00**	**0,00**	**7,64**	**8,27**	**2,24**	**0,45**	**Номер технологической карты 274**
Кисель из концентрата	24	24		1,35	0,00	22,62	90,79	**0,00**	**0,16**	**0,00**	**0,00**	6,05	6,77	1,24	0,29	
Сахар	10	10		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Итого калл.							**1409,35**									

Утверждаю:

Директор МКОУ Говорковская школа

_____ Чащин М.М.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ

УЧРЕЖДЕНИЕ ГОВОРКОВСКАЯ ШКОЛА

ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ НА 10 ДНЕЙ

ОВЗ

С 6 до 10 лет (1- 4класс)

МКОУ ГОВОРКОВСКАЯ ШКОЛА

НА 2022 – 2023 УЧЕБНЫЙ ГОД.

1 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ЗАВТРАК																
Каша ячневая молочная			**200**	**8,6**	**12,8**	**34,2**	**285,8**	**0,21**	**0,52**	**52,4**	**0,72**	**138**	**232**	**63**	**1,9**	**Номер рецептуры: 54-9к-2020**
Крупа ячневая	50	50		6,5	2,41	14,85	105,93	0,14	0,10	51,6	0,22	27,85	96,32	31,18	0,82	
Молоко	100	100		1,8	2,39	12,75	79,67	0,02	0,28	0,00	0,05	88,16	65,08	11,39	0,05	
Сахар	5	5		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,06	
Масло сливочное	10	10		**0,2**	**8,2**	**0,2**	**74,8**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**18,2**	**69,10**	**19,43**	**0,97**	
Соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Кофейный напиток			**200**	**2,01**	**2,39**	**25,65**	**131,87**	**0,02**	**0,28**	**0,00**	**0,05**	**92,34**	**68,08**	**13,52**	**0,23**	**Сборн.рецепт. техн.карта№285**
Кофейный напиток	5	5		**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,12**	
Сахар	25	25		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,06	
Молко сгущенное	19	19		1,8	2,39	12,75	79,67	0,02	0,28	0,00	0,05	88,16	65,08	11,39	0,05	
Хлеб с маслом			**40**	**0,2**	**8,2**	**0,2**	**74,8**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-19з-2020**
Хлеб	30	30		0,1	4,2	0,1	44,8	**0,04**	**0,14**	**0,06**	**0,40**	**190,2**	**169,0**	**19,00**	**0,90**	
Масло сливочное	10	10		0,1	4,0	0,1	30,0	0,01	0,00	0,02	0,05	8,0	0,10	0,43	0,07	
Сок			**200**				129,0									
ОБЕД																
Макаронные изделия отварные			**200**	**7,06**	**0,7**	**43,6**	**269,3**	**0,08**	**0,05**	**35,4**	**1,19**	**12**	**40**	**7**	**0,07**	**Номер рецептуры: 54-1г-2020**
Масло сливочное	6,8	6,8		0,00	0,1	0,00	44,8	0,00	0,02	35,4	0,01	1	1	0	0,00	
Макаронные изд.	51,0	51,0		7,06	0,6	43,6	224,5	0,06	0,03	0,00	1,18	9	39	7	0,07	
Соль	0.05	0,05		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соус томатный			**100**	**3,3**	**2,7**	**8,9**	**73,1**	**0,02**	**0,00**	**131,8**	**0,05**	**9**	**23,6**	**12,2**	**0,05**	**Номер рецептуры: 54-3соус-2020**
Мука пшеничная	5	5		0,5	0,1	3,2	15,3	0,01	0,00	0,00	0,05	1	3,7	0,7	0,01	
Масло сливочное	3	3		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Томат паста	20	20		0,7	0,0	2,1	11,3	0,01	0,00	24,0	0,00	4	12,2	8,0	0,04	
Сахар	1,8	1,8		0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соль	0,03	0,03		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Морковь	9	8		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Лук	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	50,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Тефтеля полуфабр.			**100**	**10,68**	**11,72**	**5,74**	**176,75**	**0,08**	**0,00**	**0,05**	**0,65**	**13,12**	**136,42**	**21,07**	**2,15**	
Горошек консервированный			**50**	**1,5**	**0,3**	**3**	**18,5**	**0,01**	**0,77**	**0,02**	**0,35**	**14,8**	**14,3**	**4,5**	**0,13**	**Номер рецептуры: 54-20з-2020**
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Итого калл.							**1393,92**									

2 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ЗАВТРАК																
Суп вермишелевый мол.			**250**	**6,98**	**7,65**	**24,66**	**195,1**	**0,12**	**1,14**	**0,05**	**0,39**	**215,68**	**181,45**	**33,51**	**0,69**	**Номер рецептуры: 54-19к-2020**
Молоко	175	175		5,88	2,41	14,85	15,93	0,07	0,10	0,02	0,10	27,85	96,32	1,18	0,02	
Масло сливочное	2,5	2,5		0,8	2,39	2,75	79,67	0,02	0,08	0,00	0,05	88,16	65,08	11,39	0,05	
Сахар	5	5		0,01	0,00	6,4	25,4	0,00	0,00	0,00	0,00	1,59	1,50	1,00	0,06	
Макароны	20	20		0,02	2,85	0,46	74,1	0,03	0,96	0,03	0,24	98,08	18,55	19,94	0,56	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Яблоко			**100**	**0,04**	**0,4**	**10,40**	**45**	**0,03**	**10,00**	**0,01**	**0,20**	**16,00**	**11,00**	**9,00**	**2,20**	
ОБЕД																
Суп картофельный с пельменями			**200**	**20,01**	**19,3**	**17,1**	**323,0**	**0,16**	**10,67**	**0,22**	**0,36**	**21,19**	**150,14**	**37,16**	**2,20**	**Номер рецептуры: 54-6с-2020**
Масло сливочное	6,5	6,5		0,00	4,7	0,00	42,8	0,00	0,02	0,06	0,01	1	1	0	0,00	
Картофель	141,2	103,8		2,0	0,4	15,4	72,7	0,09	9,55	0,9	0,32	9	53	21	0,8	
Соль	0.08	0,08		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Пельмени полуфабрикат	140	120		17,01	13,8	1,61	180,8	0,07	1,1	0,5	0,03	9,19	88,94	12,66	1,4	
Лук	17,2	13,8		0,5	0,2	0,02	13,0	0,00	0,00	0,01	0,00	0	2,8	1	0,00	
Морковь	12	10		0,5	0,2	0,06	13,7	0,00	0,00	0,01	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Огурец консервированный			**100**	**0,8**	**0,05**	**1,15**	**6,5**	**0,01**	**0,06**	**0,03**	**0,02**	**20,21**	**20,42**	**2,33**	**0,06**	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай с лимоном			**200**	**0,3**	**0,00**	**6,7**	**27,9**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**3,59**	**1,50**	**1,26**	**0,20**	**Номер рецептуры: 54-3гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Лимон	8	7		0,01	0,00	0,02		**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Хлеб с сыром			**50**	**6,62**	**9,48**	**10,06**	**152**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-1з-2020**
Хлеб	30	30		**2,3**	**0,9**	**8,92**	**78**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Сыр	15,6	15		4,32	8,58	1,14	74	0,00	0,14	0,08	0,45	186,2	133,7	18,23	0,66	
Итого калл.							**1192,3**									

3 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ЗАВТРАК																
Каша кукурузная мол.			**200**	**7,2**	**10,7**	**43,9**	**300,7**	**0,16**	**1,3**	**0,04**	**0,72**	**157,19**	**245,16**	**36,43**	**0,93**	**Номер рецептуры: 54-2к-2020**
Молоко	175	175		2,88	2,41	14,85	15,93	0,07	0,10	0,02	0,10	27,85	96,32	1,18	0,02	
Масло сливочное	2,5	2,5		0,00	0,1	0,00	44,8	0,00	0,00	0,01	0,01	1	1	0	0,00	
Сахар	5	5		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Крупа кукурузная	57	57		4,31	8,28	22,65	214,57	0,09	1,2	0,01	0,61	126,75	146,34	34,25	0,75	
Хлеб с маслом			**40**	**0,2**	**8,2**	**0,2**	**74,8**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-19з-2020**
Хлеб	30	30		0,1	4,2	0,1	44,8	**0,04**	**0,14**	**0,06**	**0,40**	**190,2**	**169,0**	**19,00**	**0,90**	
Масло сливочное	10	10		0,1	4,0	0,1	30,0	0,01	0,00	0,02	0,05	8,0	0,10	0,43	0,07	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Сок			**200**				129,0									
ОБЕД																
Гречка рассыпчатая			**200**	**10,9**	**9,2**	**47,8**	**318,5**	**0,21**	**0,00**	**27,5**	**0,32**	**14,00**	**180**	**120**	**4,0**	**Номер рецептуры: 54-4г-2020**
Масло сливочное	6,8	6,8		0,00	0,1	0,00	44,8	0,00	0,00	26,6	0,01	1	1	0	0,00	
Крупа гречневая	69	69		10,9	9,2	47,8	273,7	0,21	0,00	0,09	0,31	11,00	179	120	4,0	
Соль	0.05	0,05		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соус томатный			**100**	**3,3**	**2,7**	**8,9**	**73,1**	**0,02**	**0,00**	**131,8**	**0,05**	**9**	**23,6**	**12,2**	**0,05**	**Номер рецептуры: 54-3соус-2020**
Мука пшеничная	5	5		0,5	0,1	3,2	15,3	0,01	0,00	0,00	0,05	1	3,7	0,7	0,01	
Масло сливочное	3	3		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Томат паста	20	20		0,7	0,0	2,1	11,3	0,01	0,00	24,0	0,00	4	12,2	8,0	0,04	
Сахар	1,8	1,8		0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соль	0,03	0,03		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Морковь	9	8		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Лук	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	50,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Котлета			**100**	**10,68**	**11,72**	**5,74**	**176,75**	**0,08**	**0,00**	**0,05**	**0,65**	**13,12**	**136,42**	**21,07**	**2,15**	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Огурец консервированный			**100**	**3,13**	**3,29**	**6,99**	**77,88**	**0,03**	**12,50**	**0,06**	**0,35**	**7,00**	**13,00**	**10,00**	**0,45**	**Сборн.рецепт. техн.карта№294**
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Итого калл.							**1412,33**									

4 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ЗАВТРАК																
Каша пшенная мол.			**200**	**8,3**	**11,7**	**37,5**	**288**	**0,18**	**0,54**	**53,8**	**0,17**	**126,0**	**185,0**	**49,0**	**1,3**	**Номер рецептуры: 54-6к-2020**
Молоко	100,8	100,8		2,88	2,41	14,85	15,93	0,07	0,10	0,02	0,10	27,85	96,32	1,18	0,02	
Масло сливочное	10	10		0,00	0,1	0,00	44,8	0,00	0,00	0,01	0,01	1	1	0	0,00	
Сахар	5	5		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Крупа пшенная	50	50		5,41	9,28	16,25	201,87	0,11	0,44	53,5	0,06	95,56	86,18	46,82	1,12	
Хлеб с сыром			**50**	**6,62**	**9,48**	**10,06**	**152**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-1з-2020**
Хлеб	30	30		**2,3**	**0,9**	**8,92**	**78**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Сыр	15,6	15		4,32	8,58	1,14	74	0,00	0,14	0,08	0,45	186,2	133,7	18,23	0,66	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Сок			**200**				129,0									
ОБЕД																
Борщ со свежей капусты			**250**	**20,91**	**26,0**	**22,31**	**313,7**	**0,13**	**9,4**	**161,67**	**8,22**	**24,0**	**233,9**	**47,5**	**2,68**	**Номер рецептуры: 54-2с-2020**
Свекла	80	64		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Капуста	100	80		1,4	0,1	3,4	19,7	0,01	0,01	0,04	0,03	0	0,04	0,04	0,04	
Томат	10	10		0,7	0,0	0,01	11,3	0,01	0,00	0,04	0,00	4	12,2	8,0	0,04	
Картофель	67,5	50		2,0	0,4	15,4	72,7	0,08	8,2	1,9	1,46	9	53	21	0,8	
Морковь	12	10		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,01	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Куры	85	80		16,31	13,8	1,61	149,8	0,03	1,1	6,5	6,73	9	156,2	12,1	2,52	
Лук репчатый	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	50,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Масло растит.	10	10		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
~~**Какао**~~			~~**200**~~	~~**0,3**~~	~~**0,00**~~	~~**6,7**~~	~~**27,9**~~	~~**0,03**~~	~~**0,31**~~	~~**0,01**~~	~~**0,05**~~	~~**126,7**~~	~~**113,22**~~	~~**29,92**~~	~~**1,03**~~	~~**Номер рецептуры: 54-22гн-2020**~~
~~Какао~~	~~4~~	~~4~~		~~0,01~~	~~0,00~~	~~0,3~~	~~9,9~~	~~0,00~~	~~0,00~~	~~0,00~~	~~0,00~~	~~1,0~~	~~0,00~~	~~0,13~~	~~0,02~~	
~~Сахар~~	~~7~~	~~7~~		~~0,01~~	~~0,00~~	~~6,4~~	~~18~~	~~0,00~~	~~0,00~~	~~0,00~~	~~0,00~~	~~1,59~~	~~1,50~~	~~1,00~~	~~0,16~~	
~~Молоко сгущенное~~	~~38~~	~~38~~		~~0,01~~	~~0,00~~	~~0,02~~		~~0,03~~	~~0,31~~	~~0,01~~	~~0,05~~	~~124,11~~	~~111,72~~	~~28,79~~	~~0,85~~	
~~**Хлеб с повидлом**~~			~~**50**~~	~~**6,62**~~	~~**9,48**~~	~~**10,06**~~	~~**152**~~	~~**0,05**~~	~~**0,14**~~	~~**0,08**~~	~~**0,45**~~	~~**198,2**~~	~~**169,10**~~	~~**19,43**~~	~~**0,97**~~	~~**Номер рецептуры: 54-1з-2020**~~
~~Хлеб~~	~~30~~	~~30~~		~~2,3~~	~~0,9~~	~~8,92~~	~~78~~	~~0,05~~	~~0,00~~	~~0,00~~	~~0,00~~	~~12,00~~	~~35,40~~	~~1,20~~	~~0,31~~	
~~повидло~~	~~15,6~~	~~15~~		~~4,32~~	~~8,58~~	~~1,14~~	~~74~~	~~0,00~~	~~0,14~~	~~0,08~~	~~0,45~~	~~186,2~~	~~133,7~~	~~18,23~~	~~0,66~~	
~~**Итого калл.**~~							~~**1151,6**~~									

5 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ЗАВТРАК																
Каша рисовая молочная			**200**	**5,2**	**6,5**	**28,4**	**193,7**	**0,16**	**0,61**	**31,3**	**0,72**	**130**	**134**	**28**	**0,4**	**Номер рецептуры: 54-21к-2020**
Крупа рис	50	50		3,29	0,11	9,15	58,63	0,13	0,33	31,1	0,65	30,25	67,32	15,18	0,02	
Молоко	100	100		1,8	2,39	12,75	79,67	0,02	0,28	0,00	0,02	88,16	65,08	11,39	0,01	
Сахар	5	5		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,01	
Масло сливочное	10	10		0,1	4,0	0,1	30,0	0,01	0,00	0,02	0,05	8,0	0,10	0,43	0,00	
Соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Кофейный напиток			**200**	**2,01**	**2,39**	**25,65**	**131,87**	**0,02**	**0,28**	**0,00**	**0,05**	**92,34**	**68,08**	**13,52**	**0,23**	**Сборн.рецепт. техн.карта№285**
Кофейный напиток	5	5		**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,12**	
Сахар	25	25		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,06	
Молко сгущенное	19	19		1,8	2,39	12,75	79,67	0,02	0,28	0,00	0,05	88,16	65,08	11,39	0,05	
Хлеб с маслом			**40**	**0,2**	**8,2**	**0,2**	**74,8**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-19з-2020**
Хлеб	30	30		0,1	4,2	0,1	44,8	**0,04**	**0,14**	**0,06**	**0,40**	**190,2**	**169,0**	**19,00**	**0,90**	
Масло сливочное	10	10		0,1	4,0	0,1	30,0	0,01	0,00	0,02	0,05	8,0	0,10	0,43	0,07	
Яблоко			**150**	**0,06**	**0,6**	**15,6**	**67,5**	**0,05**	**13,00**	**0,03**	**0,23**	**18,00**	**13,00**	**9,06**	**2,20**	
ОБЕД																
Картофельное пюре			**200**	**4,1**	**8,0**	**26,2**	**194,4**	**0,12**	**10,2**	**32,1**	**0,33**	**39**	**84**	**28**	**1,00**	**Номер рецептуры: 54-11г-2020**
Масло сливочное	6,8	6,8		0,5	3,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Картофель	171,4	126		3,1	1,6	26,2	154,8	0,09	8,3	8,6	0,33	37	83	28	1,0	
Молоко сухое	16	16		0,5	3,2	0,00	19,8	0,03	1,09	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Соль	0.05	0,05		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соус томатный			**100**	**3,3**	**2,7**	**8,9**	**73,1**	**0,02**	**0,00**	**131,8**	**0,05**	**9**	**23,6**	**12,2**	**0,05**	**Номер рецептуры: 54-3соус-2020**
Мука пшеничная	5	5		0,5	0,1	3,2	15,3	0,01	0,00	0,00	0,05	1	3,7	0,7	0,01	
Масло сливочное	3	3		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Томат паста	20	20		0,7	0,0	2,1	11,3	0,01	0,00	24,0	0,00	4	12,2	8,0	0,04	
Сахар	1,8	1,8		0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соль	0,03	0,03		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Морковь	9	8		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Лук	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	50,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Горбуша отварная			**100**	**13,57**	**11,67**	**3,49**	**173,75**	**0,25**	**0,04**	**0,05**	**5,08**	**52,64**	**326,49**	**58,61**	**2,58**	**Сборн.рецепт. техн.карта№163**
Горбуша	120	100		13,53	9,47	3,49	153,95	0,25	0,04	0,05	5,08	50,64	326,44	58,61	2,58	
Соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	

Масло растительное	0,10	0,10		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Салат с морской капусты			**100**	**0,84**	**5,06**	**5,32**	**252,30**	**0,01**	**34,73**	**0.02**	**2,01**	**68,85**	**48,31**	**3,50**	**0,89**	**Сборн.рецепт. техн.карта№4**
Капуста морская конс.	106	84														
Лук	13	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	50,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Масло растительное	10	10		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Итого калл.							**1396,22**									

6 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ЗАВТРАК																
Каша гречневая мол.			**200**	**7,94**	**8,21**	**35,13**	**246,17**	**0,22**	**1,73**	**0,05**	**0,29**	**168,95**	**222,40**	**78,65**	**2,12**	**Номер рецептуры: 54-17к-2020**
Молоко	175	175		2,88	2,41	14,85	15,93	0,07	0,10	0,02	0,10	27,85	96,32	1,18	0,02	
Масло сливочное	2,5	2,5		0,00	0,1	0,00	44,8	0,00	0,00	0,01	0,01	1	1	0	0,00	
Сахар	10	10		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Гречка	50	50		5,05	5,79	13,88	160,04	0,15	1,63	0,02	0,28	138,51	123,58	76,47	1,94	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Яблоко			**100**	**0,04**	**0,4**	**10,40**	**45**	**0,03**	**10,00**	**0,01**	**0,20**	**16,00**	**11,00**	**9,00**	**2,20**	
Сок			200				129									
ОБЕД																
Суп с фрикадельками			**300**	**26,73**	**25,82**	**36,77**	**468,06**	**0,24**	**11,78**	**0,26**	**2,20**	**70,42**	**376,12**	**165,57**	**8,44**	**Сборн.рецепт. техн.карта№48**
Рис	7,5	7,5		8,2	6,8	5,9	94,1	0,21	0,00	0,09	0,31	11,00	179	120	4,0	
Картофель	12,5	10		2,0	0,4	21,53	72,7	0,09	8,3	1,9	1,49	9	53	21	0,8	
Морковь	12	10		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Фрикадельки полуфабрикат	100	100		15,94	16,02	5,74	254,76	0,08	0,00	0,05	0,65	13,12	136,42	21,07	2,15	
Лук репчатый	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	50,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Масло растит.	10	10		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Компот из сухофруктов			**200**	**0,5**	**0,00**	**19,8**	**81**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-1хн-2020**
Сухофрукты	26,8	25		0,5	0,00	13,4	55,6	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,00	0,00	0,13	0,02	
Сахар	15	15		0,00	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Яблоко			**150**	**0,06**	**0,6**	**15,6**	**67,5**	**0,05**	**13,00**	**0,03**	**0,23**	**18,00**	**13,00**	**9,06**	**2,20**	
Итого калл.							**1479,53**									

9 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ЗАВТРАК																
Каша пшеничная			**200**	**8,2**	**10,8**	**38,5**	**283,5**	**0,21**	**0,55**	**53,17**	**0,17**	**134**	**205**	**39**	**2,2**	**Номер рецептуры: 54-13к-2020**
Молоко	100,8	100,8		2,88	2,41	14,85	15,93	0,07	0,10	0,02	0,10	27,85	96,32	1,18	0,02	
Масло сливочное	10	10		0,00	0,1	0,00	44,8	0,00	0,00	0,01	0,01	1	1	0	0,00	
Сахар	5	5		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Крупа пшеничная	50	50		5,31	8,38	17,25	197,37	0,14	0,45	53,14	0,06	103,56	106,18	36,82	2,02	
Хлеб с сыром			**50**	**6,62**	**9,48**	**10,06**	**152**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-1з-2020**
Хлеб	30	30		**2,3**	**0,9**	**8,92**	**78**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Сыр	15,6	15		4,32	8,58	1,14	74	0,00	0,14	0,08	0,45	186,2	133,7	18,23	0,66	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Сок			**200**				129,0									
ОБЕД																
Картофельное пюре			**150**	**3,1**	**6,0**	**19,7**	**145,80**	**0,12**	**10,2**	**32,1**	**0,33**	**39**	**84**	**28**	**1,00**	**Номер рецептуры: 54-11г-2020**
Масло сливочное	6,8	6,8		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Картофель	171,4	126		2,3	1,6	19,7	106,2	0,09	8,3	8,6	0,33	37	83	28	1,0	
Молоко сухое	16	16		0,4	2,2	0,00	19,8	0,03	1,09	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Соль	0.05	0,05		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Капуста тушенная			**150**	**4,45**	**2,8**	**15,6**	**112,0**	**0,02**	**31,9**	**126,5**	**0,15**	**73**	**28,1**	**19,5**	**0,14**	**Номер рецептуры: 54-8г-2020**
Мука пшеничная	5	5		0,5	0,1	3,2	15,3	0,01	0,00	0,00	0,05	1	3,7	0,7	0,01	
Капуста белокочанная	178	157,5		2,7	0,1	6,7	38,9	0,00	30,8	22,7	0,10	64	4,5	8,3	0,07	
Масло сливочное	6,8	6,8		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Томат паста	15	15		0,7	0,0	2,1	11,3	0,01	0,00	24,0	0,00	4	12,2	8,0	0,04	
Сахар	1,8	1,8		0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Морковь	12	10		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Лук	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	22,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Голень куриная	**120**	**100**	**100**	**16,31**	**13,8**	**1,61**	**169,5**	**0,03**	**1,1**	**6,5**	**0,05**	**9**	**156,6**	**12,5**	**2,56**	**Номер рецептуры: 54-21м-2020**
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Мандарин			**100**	**0,04**	**0,4**	**10,40**	**45**	**0,03**	**10,00**	**0,01**	**0,20**	**16,00**	**11,00**	**9,00**	**2,20**	
Итого калл.							**1247,4**									

8 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ЗАВТРАК																
Каша «Дружба» мол.			**200**	**5,0**	**6,9**	**23,9**	**178**	**0,07**	**0,53**	**33,25**	**0,14**	**115**	**123**	**27**	**0,5**	**Номер рецептуры: 54-16к-2020**
Молоко	175	175		2,88	2,41	14,85	15,93	0,03	0,10	0,02	0,03	27,85	46,32	1,18	0,01	
Масло сливочное	2,5	2,5		0,00	0,1	0,00	44,8	0,00	0,00	0,01	0,01	1	1	0	0,00	
Сахар	5	5		0,01	0,00	2,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,01	
Рис	20	20		1,29	0,11	4,15	58,63	0,01	0,33	31,1	0,05	30,25	37,32	15,18	0,02	
Пшено	20	20		0,82	4,37	2,5	33,24	0,03	0,13	2,14	0,05	54,31	36,86	9,64	0,01	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Яблоко			**100**	**0,04**	**0,4**	**10,40**	**45**	**0,03**	**10,00**	**0,01**	**0,20**	**16,00**	**11,00**	**9,00**	**2,20**	
ОБЕД																
Суп гороховый с гренками			**250**	**27,28**	**24,0**	**67,98**	**352,05**	**0,15**	**9,4**	**102,65**	**8,55**	**24**	**288,8**	**51,0**	**2,87**	**Номер рецептуры: 54-8с-2020**
Горох	21,25	20		3,2	3,2	47,37	89,3	0,03	0,00	14,45	0,33	4	71,5	24	0,23	
Картофель	67,5	50		2,0	0,4	15,4	74,34	0,09	8,3	1,9	1,49	9	53	21	0,8	
Морковь	12	10		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Куры	85	80		21,49	17,8	1,61	141,91	0,03	1,1	6,5	6,73	9	156,6	12,5	2,56	
Лук репчатый	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	22,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Масло растит.	10	10		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Кофейный напиток			**200**	**2,01**	**2,39**	**25,65**	**131,87**	**0,02**	**0,28**	**0,00**	**0,05**	**92,34**	**68,08**	**13,52**	**0,23**	**Сборн.рецепт. техн.карта№285**
Кофейный напиток	5	5		**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,12**	
Сахар	25	25		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,06	
Молко сгущенное	19	19		1,8	2,39	12,75	79,67	0,02	0,28	0,00	0,05	88,16	65,08	11,39	0,05	
Хлеб с сыром			**50**	**6,62**	**9,48**	**10,06**	**152**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-1з-2020**
Хлеб	30	30		**2,3**	**0,9**	**8,92**	**78**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Сыр	15,6	15		4,32	8,58	1,14	74	0,00	0,14	0,08	0,45	186,2	133,7	18,23	0,66	
Итого калл.							**1301,72**									

7 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ЗАВТРАК																
Каша манная молочная			**205**	**6,53**	**7,03**	**38,78**	**244,92**	**0,09**	**0,91**	**0,04**	**0,72**	**94,23**	**102,24**	**17,82**	**0,54**	**Номер рецептуры: 54-11к-2020**
Крупа манная	44	44		3,64	4,61	21,53	158,79	0,06	0,81	0,01	0,69	61,79	53,42	15,64	0,52	
Молоко	100	100		2,88	2,41	14,85	15,93	0,03	0,10	0,02	0,03	27,85	46,32	1,18	0,01	
Сахар	5	5		0,00	0,1	0,00	44,8	0,00	0,00	0,01	0,01	1	1	0	0,00	
Масло сливочное	5	5		0,01	0,00	2,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,01	
Соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Кофейный напиток			**200**	**2,01**	**2,39**	**25,65**	**131,87**	**0,02**	**0,28**	**0,00**	**0,05**	**92,34**	**68,08**	**13,52**	**0,23**	**Сборн.рецепт. техн.карта№285**
Кофейный напиток	5	5		**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,12**	
Сахар	25	25		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,06	
Молко сгущенное	19	19		1,8	2,39	12,75	79,67	0,02	0,28	0,00	0,05	88,16	65,08	11,39	0,05	
Хлеб с маслом			**40**	**0,2**	**8,2**	**0,2**	**74,8**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-19з-2020**
Хлеб	30	30		0,1	4,2	0,1	44,8	**0,04**	**0,14**	**0,06**	**0,40**	**190,2**	**169,0**	**19,00**	**0,90**	
Масло сливочное	10	10		0,1	4,0	0,1	30,0	0,01	0,00	0,02	0,05	8,0	0,10	0,43	0,07	
Апельсин			**100**	**0,04**	**0,4**	**10,40**	**45**	**0,03**	**10,00**	**0,01**	**0,20**	**16,00**	**11,00**	**9,00**	**2,20**	
ОБЕД																
Рис отварной			**100**	**3,6**	**5,4**	**36,4**	**208,7**	**0,03**	**0,00**	**26,2**	**0,33**	**6**	**72**	**24**	**0,23**	**Номер рецептуры: 54-6г-2020**
Масло сливочное	6,8	6,8		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Рис	54	54		3,2	3,2	36,4	188,9	0,03	0,00	14,45	0,33	4	71,5	24	0,23	
Соль	0.05	0,05		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Печень по Строгановски			**150**	**20,1**	**22,35**	**21,3**	**389,85**	**0,09**	**1,2**	**113,15**	**0,76**	**21,40**	**230,17**	**47,47**	**3,10**	**Номер рецептуры: 54-18м-2020**
Масло сливочное	10	10		0,4	2,2	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Печень	124	103		17,0	20,11	12,4	316,75	0,07	1,2	8,9	0,71	10,4	207,1	35,27	3,5	
Соль	0.01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Мука пшеничная	5	5		0,5	0,1	3,2	15,3	0,01	0,00	0,00	0,05	1	3,7	0,7	0,01	
Томат паста	15	15		0,7	0,0	2,1	11,3	0,01	0,00	24,0	0,00	4	12,2	8,0	0,04	
Сахар	1,8	1,8		0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Соль	0,01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Морковь	12	10		0,5	0,2	1,6	13,7	0,00	0,00	46,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Лук	12	10		0,5	0,2	2,0	13,0	0,00	0,00	22,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Кукуруза консервированная			**40**	**1,2**	**0,1**	**2,4**	**14,8**	**0,01**	**0,77**	**0,02**	**0,35**	**14,8**	**14,3**	**4,5**	**0,13**	**Номер рецептуры: 54-20з-2020**
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Итого калл.							**1344,74**									

10 день

Наименование продукта	БРУТТО	НЕТТО	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Примечание
				Б	**Ж**	**У**		**В 1**	**С**	**А**	**Е**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	
1			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ЗАВТРАК																
Суп молочный с рисом			**250**	**6,18**	**7,58**	**23,28**	**185,68**	**0,08**	**1,14**	**0,05**	**0,17**	**212,08**	**184,50**	**33,26**	**0,36**	**Номер рецептуры: 54-18к-2020**
Молоко	100,8	100,8		2,88	2,41	14,85	15,93	0,03	0,10	0,02	0,03	27,85	46,32	1,18	0,01	
Масло сливочное	5	5		0,00	0,1	0,00	44,8	0,00	0,00	0,01	0,01	1	1	0	0,00	
Сахар	5	5		0,01	0,00	2,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,01	
Крупа рисовая	18	18		3,29	5,16	6,03	99,55	0,05	1,04	0,02	0,09	181,64	135,68	31,08	0,34	
Хлеб с сыром			**50**	**6,62**	**9,48**	**10,06**	**152**	**0,05**	**0,14**	**0,08**	**0,45**	**198,2**	**169,10**	**19,43**	**0,97**	**Номер рецептуры: 54-1з-2020**
Хлеб	30	30		**2,3**	**0,9**	**8,92**	**78**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Сыр	15,6	15		4,32	8,58	1,14	74	0,00	0,14	0,08	0,45	186,2	133,7	18,23	0,66	
Чай			**200**	**0,2**	**0,00**	**6,5**	**26,8**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**2,59**	**1,50**	**1,13**	**0,18**	**Номер рецептуры: 54-2гн-2020**
Заварка	1	1		0,01	0,00	0,1	1,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,0	0,00	0,13	0,02	
Сахар	7	7		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Йогурт			**200**				136,7									
ОБЕД																
Плов с курицы			**200**	**34,12**	**24,05**	**52,01**	**506,1**	**0,06**	**1,1**	**55,2**	**7,06**	**15,0**	**235,8**	**40,0**	**2,79**	**Номер рецептуры: 54-12м-2020**
Масло сливочное	11	11		0,6	2,6	0,00	19,8	0,00	0,00	11,75	0,00	0	0,5	0,00	0,00	
Рис	45,3	45,3		4,2	4,2	45,2	277,0	0,03	0,00	14,45	0,33	4	71,5	24	0,23	
Соль	0.01	0,01		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2	0	0	0,00	
Курица	207	185		20,98	17,21	2,61	182,6	0,03	1,1	6,5	6,73	9	156,6	12,5	2,56	
Морковь	49	45		4,44	0,2	1,8	13,7	0,00	0,00	0,05	0,00	0	4,4	2,5	0,00	
Лук	12	10		3,9	0,2	2,4	13,0	0,00	0,00	22,0	0,00	0	2,8	1	0,00	
Огурец консервированный			**100**	**3,13**	**3,29**	**6,99**	**77,88**	**0,03**	**12,5**	**0,06**	**0,35**	**7,00**	**13,00**	**10,00**	**0,45**	**Сборн.рецепт. техн.карта№294**
Хлеб			**80**	**6,2**	**2,4**	**39,80**	**208**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**12,00**	**35,40**	**1,20**	**0,31**	
Кисель			**200**	**1,36**	**0,00**	**29,02**	**116,19**	**0,00**	**0,16**	**0,00**	**0,00**	**7,64**	**8,27**	**2,24**	**0,45**	**Номер технологической карты 274**
Кисель из концентрата	24	24		1,35	0,00	22,62	90,79	**0,00**	**0,16**	**0,00**	**0,00**	6,05	6,77	1,24	0,29	
Сахар	10	10		0,01	0,00	6,4	25,4	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	1,59	1,50	1,00	0,16	
Итого калл.							**1409,35**									