СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ школа Nº 7

индивидуальный предприниматель Тапоненко О.И.

общеобразовательных учреждениях (горячих завтраков и обедов) категории Примерное цикличное двухнедельное меню для обучающихся в детей с 12 лет и старше на осенне-зимний период 2023 -2024г. (обучающихся осваивающих программы общего образования, а так же детей-сирот, детей оставшихся без попечения родителей, детей с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов, а также детей из семей имеющих среднедушевой доход ниже величины прожиточного минимума установленного в городе Феодосии).

День:1-понедельник Неделя: первая

		Macco	Пищ	Пищевые вещества	цества	Энергети-		BM	Витамины				Ē	инераль	HPIG B	Минеральные вещества	
#	РЕЦ. Прием пищи, наименование блюда	_	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	B1, Mr	C, Mr	A, Mr	E, M.	B2,	Ca, Mr	Mg.	P, Mr	Fe, Mr	K, Mr	I, MKF
						Завтрак											
176	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ КРУП С М/С	250	10,76	12,04	42,81	247,90	0,25	1,14	65,24	78,0	0,21	118,87	85,77	315,31	2,49	389,56	13,33
	Бутерброд с сыром	99	5,80	6,82	14,83	157,00	0,04	0,11	59,00	0,47	70,0	139,20	9,45	00'96	0,49	42,60	00'0
8/	HAM C MOJOKOM	150/50/15	1,52	1,35	15,90	81,00	0,04	1,33	10,00	00'0	91.0	126,60	15.40	92,80	0,41	154,60	00'0
136	кондитерское изделие	BEC/35	2,9	2.1	21,1	129,9	0.0	0'0	25,2	9'0	0'0	14.4	5.3	30,5	0.4	43,8	0'0
1	Итого за завтрак:	рак: 550	20,98	22,35	94,64	615,80	0,35	2,58	159,44	1,76	94'0	399,09	74,10	534,63	4,30	630,58	13,33
-	овощи свежие или консерв. (по сезону)	100	08'0	0.20	3,80	22,00	0,02	3,50	00'0	0,10	0,10	23,00	14.00	24,00	09'0	141,00	4,00
	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ (СВЕКОЛЬНИЮ	250	2,05	5,10	27,44	117,00	90'0	9,18	00'0	90'0	90'0	41,98	29,83	65,80	1,38	495,68	1,68
10	ленивые голубцы	200	19,69	23,28	46,58	437,17	0,42	7.72	84,11	1.40	0,17	32,79	48,36	205,96	3,45	80'668	10,10
15	напиток из плодов шиповника	200	86'0	0,29	19,57	101,60	0,01	100	00'0	00'0	.90'0	21,34	3,44	3,44	0,63	10,34	00'0
13	хлев пшеничный	40	3,16	0,32	15,46	93,52	0,04	00'0	00'0	0,52	00'0	9,20	13,20	34,80	0,44	49,06	00'0
	хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,34	45,98	0,02	00'0	00'0	0,47	00'0	4,60	9,00	21,20	0,62	18,40	1,14
	Итого за обед:	810	27,8	29,4	113,2	817,27	9'0	120,4	84,1	2,6	9,0	132,9	113,8	355,2	7,1	1 613,6	16,9
	Итого за день: 13	1360	48,78	51,74	207,83	1433,07	95'0	124,12	121,1	6,16	0,44	486,3	164,1	732,2	9,5	1205,04	16,7

День:2-вторник Неделя: первая Возрастная категория : с 12 лет и старше

L	Day.		Пише	Пишевые вешества	пества	Энергети-		BM	Витамины				MM	минеральные вещества	Die Des	20100	
Ne PELL	Прием пищи, наименование блюда	Масса	Белки. г	Жиры, г	Углеводы,	ческая ценность, ккал	B1, Mr	C, Mr	A. Mr	E, Mr	B2, Mr	Ca, Mr	Mg.	P. Mr	Fe, Mr	K, Mr	I, MKT
4						Завтрак	Service Control							-			
-	METHING MINISTER	100	10.48	12,58	11,43	280,28	70,0	0.71	15,62	0,34	0,11	36,42	38,53	127,13	1,88	160,38	2,84
+		001	7 60	6.40	44.02	182.50	0.12	00.00	00'0	0,30	0,50	24,05	34,22	158,97	2,69	132,72	00'0
	КАША ПШЕНИЧНАЯ	100	00'1	0,40		and the	000	2.83	000	000	00.0	14.20	2.40	4.40	96,0	21,30	00'0
-	YAR C JIMMOHOM	200/15/7	0,13	0,02	15,20	95,00	00'0	2014	0010	ania	+	+	1	00.00	990	00.00	000
+	хиев пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	116,90	90'0	00'0	0,65	0,65	00'0	11,50	-	43,50	00'0	30,00	00'0
-	Mroro sa saerpak		22,14	18,50	94,80	641,68	0,24	3,54	16,27	1,29	19'0	86,17	91,65	334,00	5,48	353,03	2,84
					100	Обед	100	2000	1685.7	2 40	100		1			1	
-	овощи свежие или консерв. (по	100	08'0	0,20	3,80	22,00	0,02	3,50	00'0	0,10	.0,10	23,00	14,00	24,00	09'0	141,00	4,00
-	СЕЗОНУ) РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,11	6,20	19,26	191,38	60'0	8,38	00'0	2,35	90'0	29,15	24,18	56,73	0,93	476,55	7,63
-	MMAIIIOGO O GALDTINOT ATLAN	100	17.68	16.36	9.92	158,38	0,13	8	44,55	2,70	0,11	51,16	15,78	154,18	86'0	173,73	25,90
$\rightarrow$	Policy I year of coordinate							000	000	0,0	-	_	33.70	83.00	1.30	681.70	8.30
110/312	КАРТОФ.ПЮРЕ (КАРТОФ. ОТВАРНОЙ)	180	4,92	4,97	28,32	189,40	0,10	9,20	09'0	0,40	0,10	00'76	21.00	00'00			
-	компот из свежих плодов	200	0,12	0,10	37,90	117,90	00'0	1,00	00'0	0.20	00'0	4,00	1,80	2,50	0,50	71,70	0,50
-	VOEE DIJEHAUHEIG	40	3.16	0.32	15,46	93,52	90'0	00'0	00'0	0,52	00'0	9,20	13,20	34.80	0,44	49,06	00'0
-	VALUE DAVANO DIMENIALIFICA	30	1.12	0.22	0.34	45,98	0,02	00'0	00'0	0,47	00'0	4,80	2,00	21,20	0,62	18,40	1,14
-	Aleb Pasticularium	000	20.04	28.4	116.0	818,56	4.0	23,1	45,2	6,7	9,0	163,9	107,7	376,4	5,4	1 612,1	47,5
	MIOTO 38 COUL	- 1	10'07	1		100000	04.0	443.63	969.1	6.82	0.92	236.26	188.2	891,09	21,80	2258,76	129,40
	Mroro 3a gents: 14	1442	52,05	46,89	210,80	1450,24	0,70	00'0	н	0,00	1010	-	_		1		

День: 3-среда Неделя: первая

		Manage	Пищ	Пищевые вещества	цества	Энергети-		Вм	Витамины				ž	инерали	Минеральные вещества	нества	
PEU.	# РЕЦ. Прием пици, наименование блюда	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы,	ческая ценность, кжал	B1, Mr	O,	A, Mr	m, Mr.	B2,	Ca, Mr	Mg,	P. M.	Fe, Mr	K, Mr	I, MKF
						Завтрак											
223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕНЫМ ИЛИ ДЖЕМОМ	200	15,23	18,5	46,00	361,9	0,12	0,94	130,00	1,60	09'0	391,17	53,11	430,31	1,29	390,89	3,78
382	KAKAO C MOJOKOM	200	2,48	3,04	102,60	118,60	90'0	1,59	24,40	00'0	0,19	152,22	21.34	124,56	0,48	216,34	00'0
dl	хлеб пшеничный	90	3,95	0,50	24,15	116,90	90'0	00'0	0.65	0.65	00'0	11.50	16.50	43.50	0.55	38.63	000
338	ФРУКТЫ	100	0,40	0,40	08'6	47,00	0,03	10,00	00'0	0.20	0,02	16.00	00'6	11.00	0.13	146.34	1 00
	Итого за завтрак: 550	0	22,06	22,39	182,55	644,40	0,26	12,53	155,1	2,45	0,81	68'029	99,98	609,37	2,45	792,2	4.78
		- Carr	1000	100018	10000	Обед					0.10		1	1	1		
17/0/	овощи свежие или консерв. (по сезону)	100	08'0	0.20	3,80	22,00	0,02	3,50	00'0	0,10	0,10	23,00	14,00	24,00	0,60	141,00	4,00
05	суп картофельный с бобовыми-	250	5,78	9,50	18,80	139,00	0,24	3,68	0,16	1,68	00'0	28,56	28,00	62,24	1,60	375,20	1,72
×	котлеты РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	12,42	13,31	13,51	202,50	80'0	75,0	46,38	1.96	0,12	46,68	15,10	58,52	1,16	143,33	2.84
302	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	4,30	5,50	45,24	292,50	0,21	00'0	00'0	00'0	000	0.11	135,8	203.93	4.58	259.62	00.0
- 06	сок в АССОРТИМЕНТЕ	200	1,00	0,27	17,73	122,40	00'0	1,00	00'0	0,20	00'0	4,00	1,80	2.50	0.50	71.70	0.50
а	хлеб пшеничный	40	3,16	0,32	15,46	93,52	0,04	00'0	00'0	0,52	000	9.20	13,20	34.80	0.44	49.08	000
dL	хлеб Ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,34	45,98	0,02	00'0	00'0	0,47	00'0	4.60	5.00	21.20	0.62	18.40	1.14
	Итого за обед:	068	28,58	29,3	114,9	917,90	9'0	8,8	46,54	6,9	0,2	116,2	210,9	407,2	9,48	1058,31	10.2
	Итого за день: 1440	40	50,64	51,71	208,41	1562,30	0,42	36,73	110.5	4.55	0.91	310.3	178	770.23	9.97	1891.2	22 45

День: 4-четверг

Неделя: первая

-		Macca	Пищ	Пищевые вещества	цества	Энергети-		Ви	Витамины				Z	инерал	Минеральные вещества	щества	
h PEU	м РЕЦ Прием пищи, наименование блюда	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность,	B1, Mr	C, Mr	A, Mr	E, M.	B2,	Ca, Mr	Mg,	P. M.	Fe, Mr	K, Mr	I, MKF
						Завтрак								-			
73-176	KALLIA MOJOЧНАЯ ИЗ КРУП-С М/С	250	10,76	12,04	42,81	247,80	0,25	1,14	65,24	78,0	0,21	118,87	85,77	315,31	2,49	389,56	13,33
9	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	5,80	6,82	14,83	157,00	0.04	0,11	99,00	0,47	0.07	139,20	9,45	98,00	0,49	42,60	0000
376	HAM C CAXAPOM	200/15	20'0	0,02	15,00	60,00	00'0	0.03	00.00	000	00.0	11.10	1.40	280	0.28	8.80	000
dl.	кондитерское изделие	BEC/35	2,1	2,1	2,1	129,9	0,0	0'0	18,0	0,3	0.0	10,3	3,8	21.8	0.3	31.3	0.0
	Mroro sa saerpa	автрак: 550	19,53	21,02	93,74	594,7	6,0	1,3	142,2	1,6	6,0	279,4	*****	435,9	3,51	472.0	13.3
			7000000	200	0.0000	Обед							1				
10/71	овощи свежие или консерв. (по сезону)	100	08'0	0,20	3,80	22,00	0,02	3,50	00'0	0,10	0,10	23,00	14,00	24,00	09'0	141,00	4,00
101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	2,97	11,71	22,11	119,00	60'0	8,25	00'0	00'30	0.05	26,70	22,78	55,98	0,88	464,15	00'0
06/291	LIJOB (MRCO,KYPA)	200	17.92	16,98	41,42	432,00	0,62	2,05	00'0	4.37	0.14	19,87	63,42	210,37	2.89	486.24	9.47
349	KOMFIOT M3 CYXO4PYKTOB (CMECS 4PYKTOB)	200	1,66	60'0	32,91	132,80	0,02	0,73	00'0	0,51	0,02	32,48	17,46	23.44	0,70	229.80	00'0
ПР	хлев пшеничный	40	3,16	0.32	15,46	93,52	90'0	00'0	00'0	0,52	00'0	9,20	13,20	34,80	0,44	49,06	00'0
d.	хлеб Ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,34	45,98	0,02	00'0	00'0	0,47	00'0	4,60	9,00	21,20	0,62	18,40	1.14
	Итого за обед:	810	27,6	29,5	116,0	845,3	8'0	14,5	0'0	6,3	6,0	115,9	135,9	369,8	6,1	1 388,7	14,6
	Итого за день: 1360	0	47,16	50,54	209,78	1 440,0	7'0	30,8	38.9	6,3	0.3	176.6	179.8	679.9	13.33	1 357 0	21.0

День: 5-пятница Неделя: первая Возрастная категория : с 12 лет и старше

		Marra	With the last	пищевые вещества	BCTBB			BMD	Витамины				M	Минеральные вещества	PHPIG B6	щества	
PEU.	» РЕЦ. Прием пищи, наименование блюда	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы,	ческая ценность, ккал	В1, мг	C, Mr	A, Mr	E, M	B2, Mr	Ca, Mr	Mg,	P, Mr	Fe, Mr	K, Mr	I, MKF
						Завтрак	1										
204	MAKAPOHЫ OTBAPHЫЕ С СЫРОМ	200	14,82	15,88	33,25	348,40	70'0	0,19	100,80	2,28	0,11	258,30	17,78	176,82	1,08	61,18	08'0
388	напиток из шиповника	200	86'0	0,29	19,57	101.60	10'0	100	00'0	0,76	10,0	21,34	3,44	3,44	0,63	10,34	00'0
ПР	хлеб пшеничный	99	3,95	09'0	24,15	116,90	90'0	00'0	99'0	99'0	00'0	11,50	16,50	43,50	99'0	38,63	00'0
338	ФРУКТЫ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	00'0	0,20	0,02	16,00	9,00	11,00	0,13	146,34	1,00
16	Mroro sa saerpak: 55	550	20,15	17,07	86,77	613,90	0,16	110,19	101,45	3,89	0,14	307,14	46,72	234,76	2,39	256,49	1,8
		The same of the sa	Solder September			Обед						-					-
10/71	овощи свежие или консерв. (по сезону)	100	08'0	0,20	3,80	22,00	0,02	3,50	00'0	0,10	0,10	23,00	14,00	24,00	09'0	141,00	4,00
82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,48	6'6	18,94	107,75	90'0	10,68	00'0	2.40	90'0	49.73	26,13	54,60	1,23	385,30	6,40
268	котлеты Биточки, шницеля	100	12,48	13,72	16,46	280,28	20'0	0,71	15,62	0,34	11,0	36,42	38,53	127,13	1,88	160,38	2,84
303	КАША ПШЕНИЧНАЯ(АРТЕК)	180	89'6	5,40	46,62	182,50	0,12	00'0	00'0	0.30	09'0	24,05	34,22	158,97	2,69	132,72	00'0
342	компот из свежих плодов	200	0,10	0,10	30,90	117,90	00'0	1,00	00'0	0,20	00'0	4,00	1,80	2,50	09'0	71,70	0,50
ПР	хлеб пшеничный	40	3,16	0,32	15,48	93,52	0,04	00'0	00'0	0,52	00'0	9,20	13,20	34,80	0,44	49,06	00'0
ПР	хлеб Ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,34	45,98	0,02	00'0	00'0	0,47	00'0	4,60	9,00	21,20	0,62	18,40	1,14
	Итого за обед:	880	29,72	29,86	132,52	849,93	0,3	15,9	15,6	4,3	8'0	151,0	132,9	423,2	8,0	958,6	14,9
	Итого за день: 1440	0	52,06	49,56	215,67	1462,83	0,53	49,34	141,60	3,43	1,05	700,77	194.7	560,36	7.70	2145,88	16.0

День: 6-понедельник Неделя: вторая Возрастная категория : с 12 лет и старше

		Macca	Пищ	Пищевые вещества	lecres.	- Control		BMT	Витамины				Ē	Минеральные вещества	HEIR BE	нщества	
PEU.	<ul> <li>РЕЦ. Прием пищи, наименование блюда</li> </ul>	иинфои	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность,	B1, Mr	C, Mr	A, Mr	E, M	B2,	Ca, Mr	Mg.	P, Mr	Fe, Mr	K, Mr	I, MKT
	•					Завтрак					1						
120	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	10,26	11,25	29,60	302,07	0,26	2,48	38,10	1,02	0.20	263,81	94,76	375,48	2,50	311,48	13,33
3	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157,00	0,04	0,11	99,00	0.47	0.07	139,20	9,45	96.00	0,49	42.60	0000
376	HAM C CAXAPOM	200/15	20'0	0,02	15,00	60,00	00'0	0,03	00'0	00.0	000	11,10	1,40	2,80	0.28	8,60	00'0
П	кондитерское изделие	BEC/35	2.9	2.1	21,1	129,9	0'0	0.0	25,2	0,4	0'0	14,4	6,0	30,5	0,4	43,8	0'0
	Итого за завтрак:	автрак: 550	19,03	21,71	80,53	648,97	0,3	2,6	122,3	1,9,1	0,3	428,5	110,9	504,8	3,7	406,5	13,33
		The second second second				Обед					1						
10/71	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ КОНСЕРВ. (ПО СЕЗОНУ)	100	08'0	0,20	3,80	22,00	0,02	3,50	00'0	0,10	0,10	23,00	14,00	24,00	09'0	141,00	4.00
82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2.5	6'6	18,94	107,75	90'0	10,68	00'0	2,40	90'0	49,73	26.13	54,60	1,23	385,30	6,40
284	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С СУБПРОДУКТАМИ	200	18,22	20.02	59,42	424.70	96,0	7,32	0,02	2,88	96,0	70,61	153,6	410,04	1,75	2008,92	00'0
389	COK B ACCOPTIMMENTE	200	1,00	0,27	17,73	122,40	00'0	1,00	00'0	0,20	00'0	4,00	1,80	2,50	0,50	71,70	0,50
ПР	хлеб пшеничный	40	3,16	0,32	15,46	93,52	0,04	00'0	00'0	0,52	00'0	9,20	13,20	34,80	0,44	49.06	00'0
ПР	хлев Ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,34	45,98	0,02	00'0	00'0	0.47	00'0	4,60	5,00	21,20	0,62	18,40	1,14
	, Итого за обед:	810	26,78	30,93	115,69	816,35	9,0	22,5	0,0	9,8	9,0	1,191	213,7	547,1	1,0	2 674,4	12,0
	Итого за день: 1360	06	45,81	52,64	196,22	1465,32	8'0	25,1	122,3	8,48	8,0	589,7	324,7	1 051,9	8,8	3 080,9	25,37

M

День: 7-вторник Неделя: вторая Возрастная категория : с 12 лет и старше

		:	Пищ	Пищевые вещества	цества	Энергети-		Вил	Витамины				MM	нераль	Минеральные вещества	щества	
PEU.	РЕЦ. Прием пищи, наименование блюда	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы,	ческая ценность, ккал	В1, мг	C, MF	А, мг	E, Mr	BZ,	Ca, Mr	Mg.	P, Mr	Fe, Mr	K, Mr	I, MKF
						Завтрак							- 1				
M/332	котлеты рубленные из птицы с соусом	100	10,48	12,92	o 10,43	202,50	0,07	0,04	15,62	0,34	0,11	36.42	38,53	127,13	1,88	160,38	2,84
302	Каша гречневая	180	4,30	5,50	45,24	292,50	0,21	00'0	00'0	00'0	00'0	0,11	135,8	203,93	4,56	259,62	00'0
377	чай с лимоном	200/15/7	61,0	0,02	15,20	62,00	00'0	2,83	00'0	00'0	00'0	14,20	2,40	4,40	96,0	21,30	00'0
d.	хлев пшеничный	99	3,95	09'0	24,15	116,90	90'0	00'0	0,65	0,65	00'0	11,50	16,50	43,50	0,55	38,63	00'0
	Mroro sa saerpaic: 56	552	18,86	18,94	95,02	673,7	6,0	2,9	16,3	1,0	1,0	62,2	193,3	379,0	7,4	479,9	2,8
						Обед		1887			1	100000	200	1		48.84	100
10/71	овощи свежие или консерв. (по сезону)	100	08'0	0,20	3,80	22,00	0,02	3,50	00'0	0,10	0,10	23,00	14,00	24,00	09'0	141,00	4,00
98	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	8,76	10,92	16,90	89,75	90'0	15,78	00'0	0,75	90'0	49,25	22,13	49,00	0,83	383,25	3,75
234	KOTJETSKENTONKNJPSJEHSJE	100	10,60	15,02	15,90	280,28	90'0	0,42	18,50	3,22	0,10	55,17	27,91	124,43	66'0	206,13	4,67
10/312	КАРТОФ. ПЮРЕ ИЛИ КАРТОФ. ОТВАРНОЙ	180	4,92	4,97	29,32	189,40	0,10	9,20	0,60	0,40	0,10	42,80	33,70	83,00	1,30	681,70	8,30
342	компот из свежих плодов	200	0,12	0,10	37,90	117,90	00'0	1,00	00'0	0,20	00'0	4,00	1,80	2,50	0,50	71,70	0,50
IIP	хлеь пшеничный	40	3,16	0,32	15,46	93,52	0,04	00'0	00'0	0,52	00'0	9,20	13,20	34,80	0.44	49,06	00'0
ПР	хлеб Ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,34	45,98	0,02	00'0	00'0	0.47	00'0	4,60	9,00	21,20	0,62	18,40	1,14
	Итого за обед:	880	27,88	31,75	119,62	838,83	6,0	29,9	19,1	5,7	0,4	188,0	117,7	338,9	5,3	1 551,2	22,4
	Итого за день: 1442	.2	46,74	50,69	211,54	1512,53	9'0	40,0	109,0	5,5	6,0	261,4	178,7	621,8	11,70	2 144,4	141,3

4.0

14

День: 8-среда

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 12 лет и старше

		Macca	Пищ	Пищевые вещества	цества	- Minighton		Вил	Витамины				Ē	инерали	Минеральные вещества	щества	
PELL	РЕЦ, Прием пищи, наименование блюда	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы,	ценность, ккал	B1, Mr	C, Mr	A. Mr	E, Mr	B2,	Ca, Mr	Mg.	P. M.	Fe, Mr	K, Mr	I, MKT
	Capation of the Control of the State of the Control					Завтрак					1						
17/0	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ КОНСЕРВ. (ПО СЕЗОНУ)	100	08'0	0.20	3,80	22,00	0,02	3,50	00'0	0,10	0,10	23,00	14,00	24,00	0.60	141,00	4,00
210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	11,93	16,02	23,74	289,70	0,11	0,26	0,33	95'0	0,51	0,26	16,14	225,78	2,64	198,90	00'0
999	напиток из шиповника	200	96'0	0,29	19,57	101,60	10,0	100	00'0	0,76	10,0	21,34	3,44	3,44	0,63	10,34	00'0
UP	хлеб пшеничный	90	3,95	0,50	24,15	116,90	90'0	00'0	99'0	0,65	00'0	11,50	16,50	43,50	0,55	38,63	00'0
338	ФРУКТЫ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0.03	10,00	00'0	0,20	0,02	16,00	00'6	11,00	0,13	146,34	1,00
	Итого за завтрак:	009 ::	20,25	19,8	77,44	576,2	6,0	15,1	21,0	1,5	8'0	176,5	9'69	394,3	4,05	715,6	14,0
						Обед		1						35.35		28.33	2972
17/0	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ КОНСЕРВ. (ПО СЕЗОНУ)	100	08'0	0,20	3,80	22,00	0,02	3,50	00'0	0,10	0,10	23,00	14,00	24,00	09'0	141,00	4,00
102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,78	9,50	18,80	139,00	0,24	3,68	0,16	1,68	00'0	28,56	28,00	62,24	1,60	375,20	1,72
299	СуфЛЕ ИЗ КУР	100	13,01	13,53	28,83	238,3	0,03	0,63	93,83	0,30	0,17	69,16	13,33	16,601	1,21	107,58	00'0
303	каша пшеничная(артек)	180	7,58	7,34	32,11	260,02	0,12	00'0	00'0	0,30	09'0	24,05	34,22	158,97	2,69	132,72	00'0
349	KOMINOT M3 CYXOФРУКТОВ (CMECLA ФРУКТОВ)	200	99'0	60'0	32,91	132,80	0,02	0,73	00'0	19'0	0,02	32,48	17,46	23,44	0,70	229,80	00'0
dI)	хлеб пшеничный	40	3,16	0,32	15,46	93,52	0,04	00'0	00'0	0,52	00'0	9,20	13,20	34.80	0,44	49,06	00'0
- di	хлеб Ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,34	45,98	0,02	00'0	00'0	0,47	00'0	4,60	9,00	21,20	0,62	18,40	1,14
	· Mroro sa oбед:	890	32,1	31,2	132,25	931,65	9'0	8,5	94,0	3,9	8,0	191,1	123,2	434,6	7,86	1 053,8	6,9
	Итого за день 14	1490	51,47	51,0	209,69	1 507,8	7'0	39,5	24,8	6,3	9'0	378,4	192,5	708,0	7,88	1 990,7	7.4

M

День: 9-четверг Неделя: вторая

		Manne	Пищ	Пищевые вещества	цества	Энергети-		Вит	Витамины				ź	Минеральные вещества	ные ве	щества	
PEU.	Прием пищи, наименование блюда	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы,	ценность, ккал	В1, мг	C, Mr	A, Mr	E, Mr	B2,	Ca, Mr	Mg.	P, Mr	Fe, Mr	K, Mr	I, MKT
1				•		Завтрак											
234	котлеты(биточки)Рыбные	100	10,60	15,02	15,90	280,28	90'0	0,42	18,50	3,22	0,10	55,17	27,91	124,43	66'0	206,13	4,67
10/312	КАРТОФ.ПЮРЕ ИЛИ КАРТОФ. ОТВАРНОЙ	180	4,92	4,97	29,32	189,40	0,10	9,20	09'0	0,40	0,10	42,80	33,70	83,00	1,30	681,70	8,30
377	YAR C JUMOHOM	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	00'0	2,83	00'0	00'0	00'0	14,20	2,40	4,40	0,36	21,30	00'0
9	хлеб пшеничный	90	3,95	09'0	24,15	116,90	90'0	00'0	0,65	99'0	00'0	11,50	16,50	43,50	99'0	38,63	00'0
	Итого за завтрак: 652	2	19,6	20,51	84,57	648,58	0,2	12,5	19,8	4,3	0,2	123,7	80,5	255,3	3,2	947,8	13,0
1		1000	1000	10000	28.30	Обед	A. W. W.	2000	19.36	1000		-		1			
10/71	овощи свежие или консерв. (по сезону)	100	08'0	0,20	3,80	22,00	0,02	3,50	00'0	0,10	0,10	23,00	14.00	24,00	0,60	141,00	4,00
101	суп картофельный с крупой	250	2,97	9,71	22,11	119,00	60'0	8,25	00'0	06,0	90'0	26,70	22,78	96'55	98'0	464,15	00'0
279	тефтели 2-й вариант	100	8,79	8,53	18,58	129,09	0,04	0,38	30,00	0,41	20'0	21,50	15,00	75,58	0,62	137,82	00'0
321	капуста тушеная	180	96'6	12,84	39,60	318,18	0,10	51,84	00'0	2,64	0,12	183,12	142,8	68,64	5,52	51,12	00'0
388	напиток из шиповника	200	96'0	0,29	19,57	101,60	10,0	100	00'0	0,78	10,0	21,34	3,44	3,44	0,63	10,34	00'0
F	хлеб пшеничный	40	3,16	0,32	15,46	93,52	0,04	00'0	00'0	0,52	00'0	9,20	13,20	34,80	0,44	49,06	00'0
UP.	хлев Ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,34	45,98	0,02	00'0	00'0	0,47	00'0	4,60	9,00	21,20	0,62	18,40	1,14
	Итого за обед:	069	27,78	31,89	119,46	829,37	6,0	164,0	30,0	4,7	4'0	284,9	68,4	262,4	8,7	853,5	4,0
T	1	1382	47.38	52,4	204,03	1477,95	0,5	176,4	49,8	0'6	9,0	408,5	252,1	517,8	11,9	1 801,3	17,0

День: 10-пятница.

Неделя: вторая

			JME	Пищевые вещества	цества	Энергети-		Вит	Витамины				M	Минеральные вещества	HPIG BG	щества	
#	прием пищи, наименование блюда	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы,	ческая ценность, ккал	B1, Mr	C, MF	A, Mr	E, Mr	B2,	Ca, Mr	Mg,	P, Mr	Fe, Mr	K, Mr	I, MKF
1						Завтрак											
99	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕНЫМ ИЛИ ДЖЕМОМ	200	12,51	20,08	42,98	355,33	20'0	0,40	40,00	1,63	91,0	166,53	42,18	218,47	1,01	221,57	0,89
878	HAR C MODOKOM	150/50/15	1,52	1,35	15,90	81,00	90'0	1,59	24,40	00'0	61.0	152,22	21,34	124,56	0,48	216,34	00'0
2	хлеь пшеничный	90	3,85	0,50	24,15	116,90	90'0	00'0	99'0	99'0	00'0	11,50	16,50	43,50	0,55	38,63	00'0
938	• PYKTЫ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	00'0	0,20	0,02	16,00	00'6	11,00	0,13	146,34	1,00
1	Итого за завтрак :	38K: 565	18,38	22,31	92,83	600,23	0,2	12,0	65,1	2,5	0,4	346,3	0'68	397,5	2,2	622,9	1,9
						Обед											
-	овощи свежие или консерв. (по сезону)	100	08'0	0,20	3,80	22,00	0.02	3,50	00'0	0,10	0,10	23,00	14,00	24,00	09'0	141,00	4,00
122	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	3,56	4,76	14,69	158,10	0,09	80'9	00'0	1,45	90'0	29,50	23,80	57,73	1,00	360,63	00'0
0.331	курица, тушенная в соусе	100	11,66	21,20	10,51	196,00	0,04	99'0	75,50	09'0	60'0	30,32	16,19	79,00	0,70	171,16	8,77
303	каша пшеничная(артек)	180	9,58	5,40	46,62	182,50	0,12	00'0	00'0	06,0	0.50	24,05	34,22	158,97	2,69	132,72	00'0
342	компот из свежих плодов	200	0,12	0,10	37,90	117,90	00'0	1,00	00'0	0,20	00'0	4,00	1,80	2,50	0,50	71,70	0,50
Ub	хлеб пшеничный	40	3,16	0,32	15,48	93,52	0,04	00'0	00'0	0,52	00'0	9,20	13,20	34,80	0,44	49,08	00'0
dLl dLl	хлев Ржано-пшеничный	20	1,12	0.22	0,34	45,98	0,02	00'0	00'0	0,47	00'0	4,60	9,00	21,20	0,62	18,40	1,14
-	Итого за обед:	890	30,0	32,2	129,32	816,00	6,0	11,3	75,5	3,5	2'0	124,7	108,2	378,2	9'9	944,7	14,4
	Итого за день: 1455	2	48,38	54,49	222,15	1416,23	9'0	37	120,8	7,1	0,7	520,7	220,7	814,6	6,1	2624,2	16,00

## ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

## СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 141801485388770673109170416287983275056075262782

Владелец Хачатрян Светлана Александровна

Действителен С 10.10.2023 по 09.10.2024