Согласовано с отделом Роспотребнадзора (Северный Екатеринбургский ТО Управления Роспотребнадзора по Свердловской области



ПРИМЕРНОЕ 2-Х НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ БМАОУ СОШ № 10

начального общего образования детей с ограниченными возможностями НА весенний период работы школы для обучающихся по программе здоровья, детей-инвалидов

ИП Засухина Л.Н.

УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВАНО

БЕРЕЗОВСКОЕ МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №10"

Гусева Н.А.

ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД (2-х недельное)

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ

Засухина Л.Н.

Сезон: Категория:

Весенний

ON HAND ON THE PROPERTY OF THE PARTY OF THE

ЕКАТЕРИНИ ОТ БКАТЕРИНИСТ

инд.меню 7-11 лет

	2	0 0133	7.2335	8.4367	6,3215 3	0,6056 7	0,2 97,4027 20,6056 76,3215 38,4367 7,2335 0,0132 0,0462 0,0903	0,29	15,48	0,4	188,67	1 342	52,13 176,38	52,13	41,52		section Month	
0,09	0,0462	0,0132	6,042	7,9367	7,8915 6	4,9356 2	50,7527 94,9356 27,8915 67,9367 6,042 0,0132 0,0462 0,0903	-	11,5/	0,33	34	, 40	04/10		1	,,,,	BOPTO R MOUL	
			0,0522			200,0	0,0				,	715	5	20 48	28.41	700	Всего в Обед	
						0 353	ر ا					83	20,8		0,06	200	Компот из смеси сухофруктов	349
	0,0013	0,0055	0,9221		23,8832	32,3224	292,543 32,3224 23,8832 121,939		8,0	0,04	10	180	9,17	10,67	11,74	70/50	Гефтели мясные с рисом	44/
8 0,0325	0,0008	0,0052	1,3985		25,9893	22,2344	584,707 22,2344 25,9893 92,3446		8,37	0,09	2	112	13,61	3,69	0,0/	200	у по отощем с фрикадельками	
2 0,0028	0,0012	0,0004	0,3654	32,364	10,962	10,56	59,4		2,4	0,04	8	2		2 4,1	3	2	OVI N3 OBOILION C TOWNS TO IL SOLIT	433
			0,4763	71,9969	23,5135 /1,9969	4,8/08			ı	0,00	į	3	υ. 10 10	5	1 74	מ	Горошек зеленый	_
4 0,0058	0,0264	0,0013	1,/4	27,8/2	20,790	10,100				0 03	20	201	35,15	5,11	3,6	150	Рис отварной	304
			1,00/2							0,08	8	72	13,47	0,56	3,2	40	Хлеб пшеничный	
			1 0075	57 A3	16 7475	9	60.75			0,05		4 5	8,42	0,35	2	20	Хлеб ржаной	
-				100													Обед	
			1.1015		48,43	325,67	246,65	0,2	3,91	0,07	156,67	627	72,22	31,65	13,11	502	всего в завтрак	
			102,66 0,1915		9,57	176	28	0,2	0,12	0,01	26,67	69		5,6	4,69	20	Сыр (порциями)	15
			0,0			100,00						70	13,81	0,68	2,12	30	Батон подмосковный	590
				157 44	36 46	130.67	191,35		0,96	0,06	50	294	42,95	10,85	6	200/10	Каша вязкая молочная из риса	174
		J)	0,36	4,4	2,4	14,2	21,3		2,83			02	7,CI			/7		
		4-	0,04	6		4,0	c								- 57	200/17	Чай с лимоном	377
	•			1		<u>,</u>	'n				8	132	5 0,26	14,5	0,16	20	Масло (порциями)	14
20	19	TO	7	15	177	1		3						C.			Завтрак	
,	5		i	3	14	3	13	=	10	9	8	7	6	ű	4	ω	2	1
	Se	н	듄	ס	Mg	ది	~		0	В	А (рет.экв)	KKAJ	ų	¥	O			•
	ٺ	тва (мг	вещес	Минеральные вещества (мг)	Минер				IBI (MF)	ритамины (мг)		1	Щоства	E AK DEMOCIBE	T	поршии	имен	
	- an inchange in the second	Marini, 1				-							HIPCTES	פרום פס	DILING	Macca	. Приём пищи,	№ рец.

Намиенование блюда Порции Б Ж У КОАЛ Орензие) Порции Б Ж У КОАЛ Орензие Порции Б Ж И Орензие В Д В В В В В В В В В В В В В В В В В	0.00	0 0890	0.0248	9,5233	0,82 17,5995 88,0328 164,073 30,7303 9,5233 0,0248 0,0899 0,2055	64,073 3	8,0328 1	7,5995 8	0,821	143,64	0,45	253,45	1319	59,6 139,21	59,6	50,58		рестов день	
Наименование блюда порция 5 ж у коронование блюда порция 6 ж у коронование блюда 1 м 1 м 1 м 1 м 1 м 1 м 1 м 1 м 1 м 1	0,1527	0,0519	0,0216	6,4449	9,2806	3,2822 2	5,1288 2	3,2031 S	0,000	the Chang	0/00	100						- 1	
Наименование блюдия 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 13 12 14 13 15 18 19 19 19 10 11 13 12 14 13 15 18 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19								2	2	74 54	85.0	158	740	86,69		23,95	760	Всего в Обед	
Наименование блюда подции раст вещества образовате блюда подции бет жите образовате блюда подции бет жите образовате блюда подцио свежие образовате обра	0.0	0.0008	0,0081	1,0054		27,8052	35,5014	747,970	0,01	10,16	0,12	40	171	19,67	8,88	3,01	150	Картофельное пюре	128
Наименование блюда порции Б				1,4012		24,7468	33,1363	252,130	0,01	0,12	0,08	108	208	4,85	15,07	13,34	90	котлета особая	
Найменование блюда порции 6 ж у киса порции 6				0.6296	41,4991	17,9067	41,2671	283,432	0,01	11,46	0,03	10	86	7,53	5,43	1,75	200	щи из свежей капусты с картофелем	
Наименование блюда 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 13 12 2,4 4,4 0,36 5 150 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 5				0.3132	9,048			116		4	0,01		8	1,38	0,07	0,41	60	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	
Наименование блюда Порции Витамины (мг) Наименование блюда Порции Витамины (мг) Витамины				1,74	91,872			97,2			0,08		72	13,47	0,56	3,2	40	Улео пшеничный	3
Наименование блюда наименование блюда порции дата на принин дата на порции дата на порц		1100		1,0875	57,42	16,7475	9,46	60,75			0,05		45	8,42	0,35	2	20	Sie Dixanon	
Наименование блюда 1				0,268	6,34	2,32	15,7	5,78		48,8	0,01		150	31,37	0,11	0,24	200	Кисель из плодов шиповника (витаминный)	97
Наименование блюда 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 13 12 14 13 15 18 19 Наименованый 3автрак 200/15 0,13 0,02 15,2 62 56 7 8 95,45 0,05 66 6 278 14,08 9,567 28,747 0,0012 0,035 6 0,375 14,05 6 0,375 14,05 6 0,375 14,00 0,0012 0,035 6 0,375 14,00 0,0012 0,035 6 0,375 14,00 0,0012 0,035 6 0,375 14,00 0,0012 0,035 6 0,375 14,00 0,0012 0,035 6 0,375 14,00 0,0012 0,0376 14,00 0,0012 0,0376 14,00 0,0012 0,0376 14,00 0,0012 0,0376 14,00 0,0012 0,0376 14,00 0,0012 0,0003 1	0,0	0,03/	, 0,000	2,070	0011100	100												Обед	
Наименование блюда 1		200	0 000	3 0794	01 4406	10.7907	232,904	54,3365	0,79	69,1	0,07	95,45	579	52,52	29,13	26,63	502	всего в Завтрак	
Наименование блюда 1				0,8044	287,479	30,5607	204,624	155,036	0,79	0,27	0,05	95,45	408	14,59	28,08	24	150		
Наименование блюда порции Б Ж У ККАЛ A B1 C D К Са Му Регланые веш 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 13 12 14 13 1 Най с лимоном Завтрак 200/15 0,13 0,02 15,2 62 5 7 8 9 10 11 13 12 14 13 1 Батон подмосковный 30 2,12 0,68 13,81 70 5 62 2,83 21,3 14,2 2,4 4,4 Яблоко свежее 100 0,38 0,35 8,92 40 0,02 6.6 7 6.6 7 7 8 9 10 11 13 12,3 14,2 2,4 4,4 4,4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 <td>3 0,008</td> <td></td> <td></td> <td>1,91</td> <td></td> <td>7,83</td> <td>14,08</td> <td>2/2</td> <td>6</td> <td>8</td> <td>20,0</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>3</td> <td>ر</td> <td>1</td> <td>Сырники из творога @</td> <td>219</td>	3 0,008			1,91		7,83	14,08	2/2	6	8	20,0				3	ر	1	Сырники из творога @	219
Наименование блюда 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 13 12 14 13 1 Най с лимоном Витамины (мг)						1	3	7,70		A A	0.00		46	8,92	0,35	0,38	100	Яблоко свежее	
1 Рисси пищи, наименование блюда порции Б Ж У ККАЛ A B1 C D К Ca Mg P P 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 13 12 14 13 1 Чай с лимоном 200/15 0,13 0,02 15,2 62 2,83 21,3 14,2 2,4 4,4													70	13,81	0,68	2,12	30	Батон подмосковный	590
наименование блюда порции Б ж у ККАЛ A B1 C D K Ca Mg P F 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 13 12 14 13 1			J1	0,3		2,4	14,2	21,3		2,83			62	15,2	0,02	0,13	200/15	Чай с лимоном	77
наименование блюда порции Б ж у ккал A B1 C D К Ca Mg P F 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 13 12 14 13 12 14 13 12 14 13 12 14 13 12 14 13 12 14 13	2	19	T8	15	13	1	77	t	ļ		,							Завтрак	
наименование блюда порции Б Ж У ККАЛ A B1 C D К Ca Mg P F			5	i	٥	1	3	2	1	5	9	8	7	6	5	4	ω	2	-
наименование блюда поршии с с с Витамины (мг) Минеральные вец			I	æ	ъ	Mg	က	~	D	C	B1	А (рет.экв)	State of the	<	*	ō	-		
			тва (мг	вещес	альные	Минер				bi (ML)	итамин			ества	вые вец	Пище	поршии	наименование блюда	Ţ

0,0006 0,0132 0,0029 0,0043 0,0023 0,0535 0,0057 0,032 0,0601	0000					The same name of the last of t	The state of the s						2000	48 30		CCC C D ACMB	
0,0132	2000	18 10,76	15,9572 14,2363 24,9151 43,4788 10,7632 0,0057	53 24,91	2 14,236	15,957	8,91		0 0,4/	90	740	00,00			120	ROPE BOTTO	
0,0132		8			2				1	•	746	22 03	31 05	33.92	722	Всего в Обед	
0,0132		42 1,7157	448,067 33,0183 31,5796 108,342	83 31,57	7 33,018	448,06	4,88		10 0,16	14	159	14,54	7,67	7,98	200/15	сун хартофельный сторохом и курой	
	0,87 0,0006		398 45,936	68 13,398	,6 7,568	48,6	-	0,04	Ç		8		37			OVI KANTOMORILINIË C FOROVONI II INDIE	18
7500'n sarn'n lann	1,00/3 0,0008	-		101				3	0		24	6.74	0.28	1,6	20	Хлеб пшеничный	
				9 46 16 7475		60.75		0,05	,0		&	8,42	2 0,35	2	20	Хлеб ржаной	
	0,36	4,4	2,4 4	14,2		21,3	2,83	.			g	7,61	0,02	0,10	77/00/15		
	2	03	20,27 117,03	23,6 20,		1,691	7,4								2007	Чай с лимоном	377
250	4,/3						<u>.</u>				164	3,27	5 14,08	13,36	100	Гуляш из отварной говядины	6
	3			140 53	54 26 30	267.54		0,21	6,		280	39,86	9,55	8,85	150/10	Каша рассыпчатая (гречневая)	171
coor coor coor	T	1		-					1							Обед	
0000	2 4576	76 74	39.81	65 88.50	15 272,9	0,01 18,5885 272,965 88,5047 39,8176	1,87 0	0,27 1		97,5	536	8 79,35	7 18,08	14,37	505	Всего в Завтрак	
				9							70	8 13,81	2 0,68) 2,12	30	Батон подмосковный	590
	1,4528		61,596 206,120	123 61,	293,68 127,423	293,	0,53	0,17	52,5 0,		257	29,95	5 12,07) /,25	210	יייייייייייייייייייייייייייייייייייייי	
0,001 0,0001	0,5948 0,		70,3084 18,9411 11,5086 40,8972	411 11,5	18,9	0,01 /0,30	ט, טב	0,00								KALIIA BASKAA MODOLUSA GIILOTTA	173
						2			у Э		129	7 19.68	8 3,97	3,48	50	Ватрушка со сметаной	F
	0,41	92,8	15,4 9:	126,6		154,6	1,33	0,04	10 0	0.00	81	5 15,9	1,35	0 1,52	150/50	чай с молоком	378
18 19	T	ŀ	1	TT	+	+	+	+								Завтрак	
+	-	+	+	+	3	12	1	10	9	œ	7	6	5	4	ω	2	1
I Se	Fe	_	ľg P		വ			 	в) В1	А (рет.экв)	KKAJ	<	×	U U	7		
тва (мг)	щества (ые вег	Минеральные вещества (мг)	Ми			-	Витамины (мг)	Витал			щества	Пищевые вещества	1	Масса	наименование блюда	ţ

2			J COOF	0.08 98.1785 27.7096 71 5827 31 7585 7 0035 0 035 0 035	74 1277	אספר די	9 1795 3	0000	20 77	0.42	143,33	1 190		46,92 143,17	48,94		рсего в день	
0.1664	0,0431	0,0117	6,7104 0,0117	0,01 54,6815 74,5508 29,7479 98,9495	29,7479	74,5508	4,6815	0,015	7,35	0,33	20	710	88,62	22,88	37,52	710		
0,1065		0,0053	1,1327 0,0053	285,19 13,3408 23,0724 124,679	23,0724	13,3408	285,19		1,14	0,05		134	3,53	5,68	17,22	50/50	уляш куриный	
0,0504	0,0043 0,0002		1,0253	23,866 23,1852 86,7138	23,1852	23,866	0,01 367,036	10,01	5,69	0,06	10	151	12,93	8,35	6,04	200	гассольник ленині радский	447
			0,6194	214,16 107,888 18,8268 101,094	18,8268	107,888	214,16		0,52	0,03	10	140	23,82	3,43	3,54	200	RARAO C MOJOROM	707
0.0058	0.0264		1,74	352	26,796	15,136	97,2	XIII -		0,08		72	13,47	0,56	3,2	46	Хлеб пшеничный	3
		2000	1 0875		=	9,46	60,75	- 01-		0,05		45	8,42	0,35	2	20	Хлеб ржаной	
			1 1055	2 37.17	21.12	4,86	30,345			0,06		168	26,45	4,51	5,52	150	Макаронные изделия отварные	309
0,020	0,0020	2/072	-1-00	-													Обед	
	200	00113	1 1031	0,07 443,497 53,1588 41,8348 232,809 1,1931 0,0113 0,0025	41,8348	53,1588	443,497	0,07	1,17	0,1	123,33	480	54,56	24,03	11,42	500	Всего в Завтрак	
5 0,025	3 0,0025	0,0113	0,5337	0,07 223,337 140,470 23,008 125,715	23,00	140,470	223,337	0,07	0,65	0,07	33,33	138	16,67	5,42	5,6	250	сут полочным с макаронными изделиями	
			0,6194	214,16 107,888 18,8268 101,094	18,826	107,888	214,16		0,52	0,03	TO	1	20,02	1 5	1 7	0 0	OVI MODOUBLING MAKEDONINI MICE TO TO THE TOTAL MICE TO THE TOTAL M	120
_									1		5	140	23 82	3.43	3.54	200	Какао с молоком	382
_			40,0	0								70	13,81	0,68	2,12	30	Батон подмосковный	590
_				n		4	ת				80	132	0,26	14,5	0,16	20	Масло (порциями)	14
20	19	18	15	5	1	7.7	t	1	20								Завтрак	
-	5	5	1	5	1	3	1	11	5	9	00	7	6	5	4	ω	2	–
	Se	I	Fe	ס	Mg	ಬ	~	O	C	B1	А (рет.экв)	KKAJ	<	×	σ	-		
		јества (мг)	вещес	Минеральные вещества (мг)	Мине				SI (ML)	Витамины (мг)	m		1	Пищевые вещества	Пище	Масса	наименование блюда	; ;

Наименование блюда порции Б Ж У ККАЛ А ВІ 2 3 4 5 6 7 8 9 Масло (порциями) Батон подмосковный Сыр (порциями) Каша вязкая молочная из овсянная с курагой Рагу из овощей Хлеб ржаной Хлеб ржаной Боточки паровые Всего в Завтуская Воточки паровые Всего в Завтуская В З	0.057 0.1454		0,27 72,6088 67,7291 06,4414 786,944 24,7038 0.0258	מבחל ה	RE OAA 2	5 4414 7	TOTAL	S RACK C	0 27 7	32.57	O J	232.54	1 2/4	12//2	05,54	40,00		1	
Наименование білюда Порция (Порцияни) Порция (Порцияни) Порция (Порцияни) Порцияни (Порцияни) Порция (Порцияни) Порция (Порцияни) Порцияни (Порцияни) (Порцияни) Порцияни (Порцияни) (Порцияни) Порцияни (Порцияни) (Порцияни	0,110	0,0552	0,0156	0,/818	T,0098	075/17/0	20000	anjour	100					97 70	VC 37	43.06		Всего в день	
Наименование білода обрымі б				1	6	17076	מאמות	53 939 75	0.02 16	28,91	0,32	102,54	709	66,72	36,08		732	Всего в Обед	
Наименование блюда обрация		0,0123	0,0079	1,5061	164,412	31,4906	86,5376	313,58 3		0,11	0,08	11,11	177	7,03	10,13	14,43	100	ьиточки паровые	187
Наименование білода ордин Б				1,231	79,2695	22,5166	14,1072	293,023	0,01	8,1	0,03	20	150	10,31	9,32	6,19	200	יייייייייייייייייייייייייייייייייייייי	
Наименование блюда порции в ж у ккл	1777		0,0013	1,74	91,872	26,796	15,136				0,08			13,4/	0,00	2 2	3 4	Болії с капустой и картофелом	82
Наименование блюда порция распраменование блюда порция р		-		1,0875	57,42	16,7475	9,46				0,00		3 ;	3 .	, ת	N N	4	Хлеб пшеничный	
Наименование блюда порции Б ж у ККАЛ A ВН С D К С M С М С М С М С М С М С М С М С М С С М С М С С М С М С М С М С М С М С М С М С М С М С М С							5	60 77			0 05		\$	8,42	0,35	2	20	Хлеб ржаной	
Наименование блюда порции Б Ж У ККАЛ Порциями) Ватон подмосковный Сыр (порциями) Каша вязкая молочная из овесянная с курагой Собед Обед			115-15-16	0,8571	64,2857	23,2286	53,0857	378,085		17,87	0,09	71,43	203	12,29	15,7	2,53	150	Рагу из овощей	143
Наименование блюда порции Б Ж У КАЛ А В1 С Орет.экв) Порции В С Орет.экв) Порция (мг) Минеральные вещества (мг) Минеральные вещества (мг) Минеральные вещества (мг) Каша вязкая молочная из овсянная с курагой Сбед Обед Обед Обед Обер О				0,36	,4	2,4	14,2	21,3		2,83			62	15,2	0,02	0,13	200/15	Чай с лимоном	377
Наименование блюда порции Б Ж У ККАЛ А ВН С О В К О В О В О В О В О В О В О В О В О	1	o'ooro	- coror	- June	1	ì													
Наименование блюда порции Б Ж У ККАЛ A B1 C D K Ca Mg P Fe I Se Масло (порциями) 33 4 5 6 7 8 9 10 11 13 12 14 13 15 18 19 Най с лимоном 33 4 5 6 7 8 9 10 11 13 12 14 13 15 18 19 Най с лимоном 15 0,12 10,88 0,2 99 60 4,5 3,6 4,5 0,03 4,5 0,03 4,5 0,03 4,5 0,03 4,5 0,03 4,5 0,03 4,4 0,35 4,4 0,35 4,4 0,35 4,4 0,35 4,4 0,35 4,4 0,35 4,4 0,35 4,4 0,35 4,4 0,35 4,5 0,03 0,1 0,1		200	00103	17 022	25.2842	3.2622	5,2026 8	8,6698 9	0,250	3,66	0,18	130	566	61,06	29,26	14,57	497	Всего в Завтрак	
Наименование блюда порции Б Ж У ККАЛ A B1 C D K Ca Mg P Fe I Se Масло (порциями) 33 4 5 6 7 8 9 10 11 13 12 14 13 15 18 19 Най с лимоном 200/15 0,12 10,88 0,2 99 60 4,5 3,6 4,5 0,03 4 0,03 4,5 0,03 4,5 0,03 4,5 0,03 4,5 0,03 4,5 0,03 4,5 0,03 4,5 0,03 4,5 0,03 4,5 0,03 4,5 0,03 4,5 0,03 4,5 0,03 0,01 0,01 0,01 0,01 0,01 0,02 2,8 17,6 0,25 12,4 4,4 0,36 0,1914 4 0,36 0,1914 4 0,26 0,1914 0,12 0,02 2,8 <td< td=""><td></td><td></td><td>0,0102</td><td>17,3406</td><td>213,724</td><td>71,2922</td><td>301,402</td><td>254,869</td><td>0,05</td><td>0,71</td><td>0,17</td><td>46</td><td>266</td><td>31,85</td><td>12,08</td><td>7,52</td><td>200/10</td><td>каша вязкая молочная из овсянная с курагой</td><td>1/3</td></td<>			0,0102	17,3406	213,724	71,2922	301,402	254,869	0,05	0,71	0,17	46	266	31,85	12,08	7,52	200/10	каша вязкая молочная из овсянная с курагой	1/3
Наименование блюда порции Б Ж У ККАЛ A B1 C D К Ca Mg P Fe I Se Масло (порциями) 33 4 5 6 7 8 9 10 11 13 12 14 13 15 18 19 Най с лимоном 200/15 0,13 0,02 15,2 62 9 60 4,5 3,6 4,5 0,03 4,4 0,36 4,4 0,36 21,2 0,68 13,81 70 8 9 10 11 13 12 14 13 15 18 19 Батон подмосковный 30 2,12 0,68 13,81 70 2,83 21,3 14,2 2,4 4,4 0,36 4 6 4 4 4 0,36 4 6 4 5 6 7 8 9 2,83 21,3 14,2						9,57	176	28	0,2	0,12	0,01	30	69		5,6	4,68	20	Сыр (порциями)	3
Наименование блюда порции Б Ж У ККАЛ A B1 C D К Ca Mg P Fe I Se Масло (порциями) 3автрак 15 0,12 10,88 0,2 99 60 4,5 3,6 4,5 0,03 4,4 0,36 4,4<													70	13,81	0,68	2,12	30	Батон подмосковный	590
Наименование блюда порции Б Ж У ККАЛ A B1 C D К Ca Mg P Fe I Se Масло (порциями) 33 4 5 6 7 8 9 10 11 13 12 14 13 15 18 19 Масло (порциями) 15 0,12 10,88 0,2 99 60 4,5 3,6 4,5 0,03 4,5 <td></td> <td></td> <td>Ji ji</td> <td></td> <td>4,4</td> <td>2,4</td> <td>14,2</td> <td>21,3</td> <td></td> <td>2,83</td> <td></td> <td></td> <td>62</td> <td>15,2</td> <td>0,02</td> <td>0,13</td> <td>200/15</td> <td>HAZ C JIMOHOM</td> <td></td>			Ji ji		4,4	2,4	14,2	21,3		2,83			62	15,2	0,02	0,13	200/15	HAZ C JIMOHOM	
наименование блюда порции Б ж у ккал (рет.экв) витамины (мг) минеральные вещества (мг) 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 13 12 14 13 15 18 19			~		4.5		3,6	4,5				60	99	0,2	10,88	0,12	15	Масло (порциями)	14
наименование блюда порции Б Ж У ККАЛ A B1 C D K Ca Mg P Fe I Se 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 13 12 14 13 12 14 13 12 14 13 12 14 13 12 14 13 12 14 13 <t< td=""><td>2</td><td>19</td><td>TX</td><td>15</td><td>17</td><td>17</td><td>77</td><td>ţ</td><td>F</td><td>10</td><td>,</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>Завтрак</td><td></td></t<>	2	19	TX	15	17	17	77	ţ	F	10	,							Завтрак	
наименование блюда порции Б Ж У ККАЛ A B1 C D K Ca Mg P Fe I Se	,	5	5	1	3	2	13	13	-	10	9	∞	7	6	ъ	4	ω	2	-
наименование блюда порции с у у боль витамины (мг)	70		ı	æ	P	Mg	Ca	~	. 0	C	B1	А (рет.экв)	15.22		€	0			
			тва (мг	вещес	альные	Минера				H (MF)	нимети				BPIG BGIT	пище	ПОРПИИ	наименование блюда	

3	2550 0 5600 0	200	3 1 2 3 6	2.1258 1	9,4719 4	,9832 89	0,02 139,198 46,9832 89,4719 42,1258 13,1236	0,02 1	19,66	0,62	5 900	1 257	43,06 168,09	43,06	45,08		Ecció e Mone	
0,0	0,008 0,0643 0,0375	0,008	11,7195	2,6408 1	8,25198	5,3852 2	0,02 761,748 46,3852 28,2519 82,6408 11,7195	0,027	17,28	0,51	0 800	/20	10/20			200		
			0,5481	23,49	5,22	1,050	Ų,			20/07	7	H C F	04 51	24	31.04	27.2	Всего в Обед	
0,0234	0,0006	6400,0	Tonc'n	OCTO,OC		1000	3 6	-		0 01		62	6,44	3,12	2,12	100	Печенье	036
			0 1001	200	17 3965	136 19 26	0.02 238.708 49.9136 17.3965 56.6196	0,02	o_	0,05	20	85	10,4	3,76	2,29	200	Суп-пюре из развных овощей	0/
			1.3703		76,545 11,9196 21,1019 72,3492	1,9196	76,545			0,06		56	10,61	0,44	2,52	20	ренки из пшеничного хлеод (1-ои вариант)	167
0,0058	0,0264	0,0013	1,74	91,872		15,136 26,796	97,2			0,08		_ 2			2,6	. F	LUDANIA NO LINIOLO CALLO	4
0,0037	0,0165	0,0008	1,0875	57,42	9,46 16,7475	9,46	00,75			0,00		1 6			J J	2 1	Хлеб пшеничный	
) 	5			2		45	8,42	0,35	2	20	Хлеб ржаной	
				4,4	2,4	14,2	21,3		2,83			62	15,2	0,02	0,13	200/15	Jan C JIMMOHOM	
			1,105	37,17	21,12	4,86	30,345			0,06		168	26,45			150	імакаронные изделия отварные	377
			U)	239,32	17,47	33,24	203,9		8,45	0,2	5 780	185	3,52	11,23	-	50/50	печень по-строгановски	200
T																	Соед	7
1			1,404	61,22 359,485	61,22	00,598	377,45 400,598		2,38	0,12	100	77.0	10,00			010		
		-01	0,2/41	11,/45	10,2	07070	20,0				3	700	T	19 07	14.04	n n	Всего в Завтрак	
2000				1	J.	2 2 2 2	n n			0,01		31	3,22	1,56	1,06	50	Печенье	036
			0,0			200/01						58	11,51	0,57	1,77	25	Батон подмосковный	590
				157 44	36 46	130 67	191.35		0,96	0,06	50	294	42,95	10,85	6	200/10	Каша вязкая молочная из риса	1/4
			0,41	92,8	15,4	126,6	154,6		1,33	0,04	10	81	6,61	Z, 1,30	70,1	/15		
		,0	0,12	97,5	6,75	139,5	15		0,09	0,01	<u></u> &	58				15/15	Сыр (порциями)	378
07	13	TO	5	1	1-	i	į										Завтрак	П
	5	10	ń	7	14	13	13	11	10	9	8	7	6	5	4	ω	2	-
	Se	П	Fe	ס	Mg	ଜ	~	D	O	81	А (рет.экв)	KKAJ	V	≯)	-
	۰	тва (мг	Минеральные вещества (мг)	альные	Минер				bi (Mr)	Витамины (мг)			I W W	A Didd	Т	порции	им	
2000	· Person	The state of the s									1			שפרום הכ		SUCCU SUCCU		עבי טכע.

165 45		0,47 111,15	111,15	111,15	111,15	111,15	8 111,15 0,03 42,9353 72,0288 37,3191 11,6868	8 111,15 0,03 42,9353 72,0288 37,3191 11,6868 10,9785	8 111,15 0,03 42,9353 72,0288 37,3191 11,6868 10,9785	111,15 0,03 42,9353 72,0288 37,3191 11,6868 10,9785 0,0899
	0,09		0,36	0,36	0,36	0,36	0,36 0,02 288,181 46,112 30,6082 172,038	0,36 0,02 288,181 46,112 30,6082 172,038	0,36 0,02 288,181 46,112 30,6082 172,038 1,2137	0,36 0,02 288,181 46,112 30,6082 172,038
25	0,02	0,02 1,16 0,13 10,17	1,16 10.17	1,16 10.17	1,16 10.17	1,16 10.17	1,16 10.17	1,16 2,64 26,1 10,17 747,971 3E E017 27 2007 07 7007	1,16 2,64 26,1 10,17 747,971 35,5017 27,8037 83,7003	1,16 2,64 26,1 0,2088 10,17 747,971 35 5017 57 5007 57 5007
10	0,03	11	11,46 0,01	11,46 0,01	11,46 0,01	11,46 0,01 283,432 41,2671 17,9067	11,46 0,01 283,432 41,2671	11,46 0,01 283,432 41,2671 17,9067 41,4991	11,46 0,01 283,432 41,2671 17,9067 41,4991 0,6296	11,46 0,01 283,432 41,2671 17,9067 41,4991
	0,01	0,01 88		88 10.6	88 10.6 10.912	88 10.6 10.012 26,796	88 10.6 10.912 2.058	88 10.6 10.012 26,796 91,872	88 10.6 10.012 26,796 91,872 1,74	88 10.6 10.012 26,796 91,872
	0 ,0	80.0	0.08	00,/5	60,/5	60,75 9,46 16,7475	00,75 9,46 16,7475	04,75 9,46 16,7475 57,42	04,75 9,46 16,7475 57,42 1,0875	07,75 9,46 16,7475 57,42 1,0875
5	0,00	70,0	0,0%		54,8	54,8	54,8 11 14,5	54,8 11 14,5 37	54,8 11 14,5 37 0,69	54,8 11 14,5 37 0,69
5	3	9	9							
120	0,11	0,11 2,24	2,24	2,24	2,24	2,24	2,24	2,24 10,5055 21,7805 24,022 74,3967	2,24 10,5055 21,7805 24,022 74,3967	2,24 10,5055 21,7805 24,022 74,3967 1,2416
	0,01	0,01 0,57	0,57	0,57	0,57	0,57	0,57	0,57 13,7199 0,7022 0,9918 1,2893	0,57 13,7199 0,7022 0,9918 1,2893 0,0446	0,57 13,7199 0,7022 0,9918 1,2893
70	0,06	0,06 0,34	0,34	0,34	0,34	0,34	0,34	0,34 39,1856 292,078 7,6302 177,307	0,34	0,34 39,1856 292,078 7,6302 177,307
10	0,04	0,04 1,33		1,33 154,	1,33	1,33	1,33 154,6 126,6 15,4	1,33 154,6 126,6 15,4 92,8	1,33 154,6 126,6 15,4	1,33 154,6 126,6 15,4 92,8
8				w.			2	2	2	2
	v	9 10	+	10	10 11	10 11 13	10 11 13 12	10 11 13 12 14	10 11 13 12 14 13	10 11 13 12 14 13 15
		+	5							
А (рет.экв)	B1	B1 C		C	C D K Ca	C D K Ca	C D K Ca	C D K Ca	C D K Ca	C D K Ca
В	итаминь	Витамины (мг)	итамины (мг)	итамины (мг)				Минеральные вег	Минеральные вег	итамины (мг) Минеральные вещества (мг)

58,9637 14,08 7,83 9,57 1,914 0,002 0,0003 0,008 58,9637 158,504 29,9947 56,9001 4,738 0,002 0,0003 0,0008 392,652 16,6447 18,4809 46,8409 0,7288 0,0038 0,0002 0,0281 60,75 9,46 16,7475 57,42 1,0875 0,0008 0,0165 0,0037 97,2 15,136 26,796 91,872 1,74 0,0013 0,0264 0,0058 1,06 404,64 392,269 52,9238 465,658 1,1207 0,0049 0,089 0,089 1,06 065,562 42,7849 20,8207 68,6906 5,2216 0,0117 0,1022 0,1226 0,1226	392,652 60,75 97,2 110,32 1,06 404,64	16,26 0,54 22,52	0,28			100 54	22 22	מת מת			
1,914 0,002 0,0003 4,738 0,002 0,0003 0,7288 0,0038 0,0002 1,0875 0,0008 0,0165 1,74 0,0013 0,0264 0,5446 0,0009 0,0001 1,1207 0,0049 0,059	392,65 60,7 97, 110,3	16,26 0,54	20.00	20,00		7		Г		ROPTO B MOUL	
1,914 0,002 0,0003 4,738 0,002 0,0003 0,7288 0,0038 0,0002 0,7288 0,0038 0,0165 0,165 0,0013 0,0264 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,5446 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0001 0,0009 0,0009 0,0000 0,0001 0,0009 0,0000 0,0001 0,0009 0,0000 0,000 0,000 0,0000 0,000 0,000 0,0000 0,0000 0,0000 0,0000 0,0000 0,0000 0,0000 0,	392,65 60,7 97, 1,06 404,6	16,26 0,54		98.80	833	99,98	21 29,29	0 42,21	700	Всего в Обед	
1,914 0,002 0,0003 4,738 0,002 0,0003 0,7288 0,0038 0,0002 0 1,0875 0,0008 0,0165 0 1,74 0,0013 0,0264 0	392,65 60,7 97,	16,26	0,08	98,82	573	49,74	62 26,15	240 34,62	2,	Запеканка из творога	
1,914 0,002 0,0003 4,738 0,002 0,0003 0,7288 0,0038 0,0002 0,0002 0,0008	392,65 60,7		0,01		54	12,81	22 0,16	200 0,22	2(Компот из вишни+яблоки	585
1,914 0,002 0,0003 4,738 0,002 0,0003 0,7288 0,0038 0,0002 0	392,65		0,08		72	13,47	3,2 0,56	40		Хлеб пшеничный	
1,914 0,002 0,0003 4,738 0,002 0,0003	202 65	1,10	0,05				2 0,35	20		Хлеб ржаной	
1,914 0,002 0,0003 4,738 0,002 0,0003		5 73	0.06		89	15,54	2,17 2,07	200 2,		Суп картофельный с макаронными изделиями	103
1,914 0,002 0,0003										Обед	
14.08 7.83 9.57 1.914 0.003 0.0003	58 963	69,19	0,11	268,57	536	5 39,56	32 34,26	507 17,32	U	всего в завтрак	
	27	66	0,02		40	5 8,92	0,38 0,35	100 0,	ш	Яблоко свежее	
					58	7 11,51	1,77 0,57	25 1	77-11-11-11-11-11-11-11-11-11-11-11-11-1	Батон подмосковный	590
256,663 127,824 19,7647 239,930 2,444	256,66	0,36	0,09	228,57	310	7 3,8	14,96 26,07	150 14		CRITICE Hapobox	5 5
21,3 14,2 2,4 4,4 0,36	- 4	1,00						/7			215
2,74		2 83			62		0,13 0,02		200/15	Чай с лимоном	377
,				-	66	0,13	0,08 7,25	10 0		Масло (порциями)	14
20 12 14 13 15 18 19 20		100								Завтрак	
	12	10	9	8	7	6	5	4	3	2	-
വ	0	C	B1	А (рет.экв)	R.K.A.	Ų	→	-	-		•
Минеральные вещества (мг)		H (MF)	Витамины (мг)			ещества	Цевы	T	порции	наименование блюда	5

2 3				7707	7 1265 7	2000	2 1766 0	0 07 1	12.2	0.49	138	1 593	211,23	59,6	52,93		DOCTOR ACED	
0.074	0,0431	0,0099	8,857	10,2437	5,1649 1	9,9526 2	0,01 09,1145 99,9526 25,1649 10,2437	0,010	8,83	0,3	58	868	95,13	38,27	35,94	/00	ROPTO B FIGUR	
0,0141		0,0035	2,61	19,14	10,44	21,12	205,84		1,6	0,01		85	20,57		0,75	200	Boero B Ofon	
		0,0043	1,0253	86,7138	23,1852	23,866 23,1852 86,7138	367,036 5	0,01	5,69	0,06	10	151	12,93	8,35	0,04	200	COK CHONKTOBENG	
			1,74	91,872	26,796	15,136	97,2			0,08		72	13,47	0,56	5,2	3 40	Рассольник ленингралский	96
0,0037	0,0165	0,0008	1,0875	9 57,42	16,7475	9,46	60,75			0,05		45	8,42	0,35	, ,	20	Хлеб ржаной	
			2,3942	378,288 30,3706 47,9962 255,097	47,9962	30,3706	378,288		1,54	0,1	48	515	39,74	29,01	23,95	240	Плов из курицы@	291
0,0	2,1389 0,0102 0,0022 0,0687	0,0102	2,1389	occ,orc	orieiro	- Colonia	,										Обед	
				5	1 0716	8	0.06 03.0621 00.0620 51 0716 210 526	0.06	3,37	0,19	80	725	116,1	21,33	16,99	567	Всего в Завтрак	
		0.0091	0,8623	230,472	33,9754	142,983	251,697 142,983 33,9754 230,472 0,8623 0,0091	0,05	0,52	0,12	60	301	40,01	12,41	7,42	200/10	ימשמ פאטאמא אייטייטיין אייטייטיין אייטייטיין אייטייטיין אייטייטיין אייטייטיין אייטייטיין אייטייטיין אייטייטיין	
0.0037	0.0002	5 0,0011	0,9166	75,6635	15,5962	42,8841	0,01 130,065 42,8841 15,5962 75,6635	0,01	0,02	0,07	20	304	49,38	8,33	7,67	110	Сиот вазуча молошия стительной	173
												58	11,51	0,57	1,77	25	Батон подмосковный	590
		- On	0,36	4,4	2,4	14,2	21,3		2,83			62	15,2	0,02	0,13	200/15	Чай с лимоном	377
20	19	18	15	13	T.t	1	1.	1-									Завтрак	
		5	1	5	2	3	12	1	10	9	00	7	6	ū	4	ω	2	-
	Se	1	Fe	Р	Mg	ප	~	D	C	B1	А (рет.экв)	RKAJ	ų	*	0			
		Минеральные вещества (мг)	вещес	альные	Минер				H (MF)	Витамины (мг)			цества	гищевые вещества	пще	порции	наименование блюда	5
11186	Tan ucherial Jellebi	an new	1													SUCCE		1004

74 12	0,1539	100	72000	1,000					37 48,33	37	14,54	ОНК	содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	
3	700/ 20	2202 00,	0.26 74.1035 58 2202 99 2400 02 024,3773 0,2406	0.26 74	58,8	0,51	759,59	1 304	157,58	53,62	47,41		Среднее за период	
IN	3034 83,0	17/ CTE'O	2.57 41 0345 82 2022 82 402 50 502 83 15,4933 0,0151 0,0598	2.57.4	587.98	5,08	7 595,89	13 041	536,21 575,75	536,2	474,05		Итого	
	*942 400,	7/17 501/4	0.01 91 3582 248 013 73 0001 00 0000	0.01 0	140,04	0,49	60	1 140	138,07	47,06	40,43		всего в день	
5.46	2	1	631610	0.01	138,9	0,34	10	736	74,32	35,01	30,67	710	Всего в Обед	
103	1 046,33 26,9154 51,9266 269,103 4,0181	5,9154 51,	046,33 2	μ.	12,89	0,18		400	23,3	23,93	22,9	100/15	жаркое по-домашнему из говядины	
1 4	17 3478 4,8938	27 3206 17	0.01 249.498 3	0.01	7,76	0,02	10	95	9,85	5,39	1,72	200	ьорщ с капустой и картофелем @	200
87.	26,796 91,872	15 242 2	47 85		118.25	0,01		124	19,28	4,78	0,85	200	Напиток шиповник+яблоко	388
4						0.08		72		0,56	3,2	40	Хлеб пшеничный	
	100		}			0 07		4	8,42	0,35	2	20	Хлеб ржаной	
873	89,7266 144,76 55,3912 16,9873 2,0557	144,76 55	89,7266	~	1,14	0,20		1					Обед	
473	1,4237 2,8473	1,92	27,6366		0,10	7	7	404		-		500	Всего в Завтрак	
57,42		9,46 16,7475	60,75			20,05		9 -	No.		1,6	50	Бутерброд с джемом @	2
				36		2		4 7	,8 ,4)	0.35	2	/15 25	Хлеб пшеничный	
156,72	37,22 15	133,38	201,34		0,96	0,1	Ş					150/50	Чай с молоком	630
						2	3	260	33.48	11,18	6,08	200/10	Каша вязкая молочная из риса и пшена	175
13	14 1	12	L	11	TO	u			1	1			Завтрак	
			5	•	5	0	œ	7	6	5	4	ω	2	1
ס	Mg	ය	~	D	C	B1	А (рет.экв)	KKA	ų	>	C			_
품	Минеральные вещества (мг)	7			витамины (мг)	имы			THCC DG	יייייייייייייייייייייייייייייייייייייי	T	порции	наименование блюда	