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



для обучающихся 5-11классов детей с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов ПРИМЕРНОЕ 2-Х НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ НА весенний период работы школы УЧАЩИХСЯ БМАОУ СОШ № 10

УТВЕРЖДАЮ

ИП Засухина Л.Н.

СОГЛАСОВАНО

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

Гусева Н.А.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД (2-х недельное)

Засухина Л.Н.

Сезон:

Категория: инд.меню 11-старше лет

1-ая неделя/Понедельник

Весенний O * POCC - Николаевна/ Людмила Засухина 7.6658000775 STEPHHOUSE STANDARMENT STANDAR

		433	585			246	+/ +	171	THE RESIDENCE AND ASSOCIATION OF THE PERSON	THE REPORT OF THE PERSON NAMED IN THE PERSON N	15	590		174	3//	4	2	1	-			№ рец.	
	всего в Обед	CYI NO OBOELON O ATTITUTE	КОМПОТ ИЗ ВИШНИТ ЛОГОКТ	Хлеб пшеничный	Хлеь ржаной	Туляш из отварной говиния		Каша рассыпчатая (гречневая)	Обед	BOOTO B SABTDAK	Сыр (порциями)	Батон подмосковный	Cc	Каша вязкая молочная из риса	Carl Commission	Hay C LICETON	Macao (Hobilidani)	Завтрак	2		חמאויוכחיסטמויייכ סיייסייי	Прием пищи,	
	0	200	250	200	40	30	100	180		700	1	20	30	700	260	200/15	20	3	U	J		порции	Marca
51,80	T	37,32) 7,59	0,22	3,2	<u>ω</u>	13,36	9,90			_	4,69	2,12	,,	7.43	0,13	0,10		1	4		סו	Пишевь
		30,68	4,61	0,16	0,56	0,53	14,08	TU,/T	10 74	1	34.24	5,6	0,68	,	13,43	0,02	F (1 4 5	(л		X	Пишевые вещества
04/27 TOOL	126 48	104,03	17,01	12,81	13,47	12,63	3,27	,,	44 84		82,45		13,81		53,18	15,2		0.26	-	6			ства
	1 509	812	140	54	72	68	164	1	315		697	69	2		364	70	3	132		7	F	KKASI	
	216,07	47,5	2,5)					45		168,57	26,67			61,9			80		8	(рет.экв)	Þ	Œ
r	0,61	5 0,52	5 0,11		0,08	0,00	0,01		5 0,24		0,09	0,01			0,07					9		B1	Витамины (мг)
	1 32,06					, 0	7/1				4,14	0,12			1,19		2,83			10		C	of (MI)
				5 C	ภ			<u>. </u>))	_						11		O	
	2 792,42	00,211	3	730.88	110.3	97.2	91.125	169.7	300,982		292,2095		28	(236,909		21,3	б		13)	~	
	1 /0,404	TTS/00	0	4 27,7931	110.32 9,2752			23,6	300,982 29,6888		20,1013	7040	176		236,909 161,781 9		14,2	4,8		77	5	2	
	0,2 792,421 /6,4649 43,7444 61,5545	25 7424	7	730.884 27,7931 32,4867 115,430 1,7482 0,0066	5,8725	26,796	N	20,27	158,085 236,643 8		0,292,2090 00,7010	57 111	9,57		45,141 194,925 7		2,4			1	4	<u> </u>	Mo D FA I
	CLICATO	61 0013	54.0056	115,430	6,8991	91,872	86,13	117,03	236,643			07.9857	9,57 102,66				4,4	თ		15	ม		0
		14.3196	12,9853	1,7482	0,5446	1,74	1,6312	2	5,3213			1,3343	0,1915		0,/423	200	0,36	0,04		ŀ	7	7	T D
			0,01	0,0066	0,0009	0,0013	0,0012														18		_
		0,01 0,0523	0,01 0,0523	0,001 0,0406	0,0001	0,0264	0,0248					-									19		မှ
		0,056	0,056	0,0406	0,0041	0,0058	0,0056														20		П

Всего в день

							,000,000			0770	1.40/40	T C4 T	5/,13 169,/1	1	53,89		Всего в день	
0,1093	0,0897		1,5658	4,9528 1	74.0037 1	71.9245	0 8 57 5348 71 9245 74.0037 14,9528 11,5658 0,0138				2					900	Всего в Обед	
0,000	/T50,0		7,5303	18,7182	129,298	31,9805	0,01 64,1983 31,9805 129,298 08,7182 7,5303 0,0096		67,9	0,37	30	831	112.73	27 82	77 07			202
7		_		100/11	2010122	C10,010	1,700		4,/	0,0/	20	175	7,69	11,75	9,75	100	KVDNIIA TVIIIEHASI C MODKOBBIO	202
0,0182	0,0002		1.226 0.0028		23 015 21 9762 105 241	22 01 5	307 1	7				i i				TOO	Печенье	036
			0,5481	23,49	5,22	7,656	33			0,01	_	62	6.44	212	212	5		
							ω					100	7,4	0,34) 2,14	250	Щи из свежей капусты с картофелем	88
0,023	0,0003	0,0043 C	0,7904 0,0043		22,5205	50,4515	0.01 293.579 50,4515 22,5205 51,0412		14.4	0	10	103) } } }	Хлеб пшеничный	
0,0058	0,0264	0,0013 0	1,74	91,872	26,796	15,136	97,2			0,08		72	13,47	0,56	3,2	40	N D D D D D D D D D D D D D D D D D D D	
מלטט,ט		0,0012	1,6312		14,19 25,1212	14,19	91,125			0,08		68	12,63	0,53	ω	30	Choc by and in the state of the	000
						15,7	5,78	8	48,8	0,01		150	31,37	0,11	0,24	200	Кисель из плолов шиповника (витаминный)	257
			7,7500			2,032	30,414			70,0		202	31,73	5,42	6,62	180	Макаронные изделия отварные	309
			1 3266	44 604	244	л 8 8 8	2)							Обед	
							00/0000		T/70T	0,00	90,40	599	56,98	29,31	26,82	552	Всего в Завтрак	
0,0567	0381	0,0042 0,0381 0,0567	4,0354	6.2346 4	14.7057 0	30 044	0 70 03 3365 230 944 44.7057 06.2346				200		1	Τ				Î
0,011	,,00,0	0,0012	0,00	6/4/87	30,500/	204,624	0,79 155,036 204,624 30,5607 287,479 0,6044 0,6012 0,6016		0,27	0,05	95,45	408	14,59	28,08	24	150	Сырники из творога @	219
0 0447	3750		0 .									g	13,38	0,53	0,5/	150	Яблоко свежее	
0,012	0,0004	0,003 0	2,871	14,355	11,745	21.12	417	υ <u>.</u>	8	0 03		h 0		2 (30	Батон подмосковный	590
												70	13.81	0.68	2 12) \ }	· · · · ·	
			,	3	ī	1	£,5		2,03	,		62	15,2	0,02	0,13	200/15	Чай с лимоном	377
			0.36	4.	2 4	14 2	ນ ພ		ر و)					Завтрак	
20	19	18	15	13	14	12	13	11	10	9	œ	7	6	л	4	ω	2	н
3	5	+									(рет.экв)							
7	Se	——————————————————————————————————————	Fe	ס	Mg	C _a	~	Ū	C	B1	Þ	KKAJ	<	X	סו	порции	наименование блюда	Į.
1			эщества	тьные вс	Минеральные вещества (мі)				ы (MГ)	Витамины (мг)	מח		ества	Пищевые вещества	Пище	Macca	Приём пиши,	NO nei
4		(MT)			1						-							

Всего в день

1-ая неделя/Вторник

					,					2 /2	, 00170		T20/12	OT,OC	03,27		Всего в день	
0,4543	0,0967	0,0338	1,4672	7,0981 2	72,1911	5,8592	0.03 13.6558 35,8592 72,1911 17,0981 21,4672 0,0338 0,0967 0,4543	0.03	48		7 067 5	n n		T		000	Всего в Обед	
0,4479	0,0966	0,0317	18,4148	16,3832 1	72,1778 3	3,9531 7	24,7588 43,9531 72,1778 36,3832 18,4148 0,0317 0,0966		46,11	0,84	6 935	888	99.72	34.11	45 41	000		
0,0173		0,0028	0,6005	32,2074	14,2637	18,5522	194,983 18,5522 14,2637 32,2074 6		3,44	0,02		111	6,61	8,91	1,06	100	Винегрет овошной	67
2010,0	coco,o	6/10/0		38,412 64,4561 500,315 10,2323	64,4561	38,412	1 305,90		34,98	0,49	6 925	376	32,49	14,71	28,42	250	Запеканка картофельная с печенью	430
	0 0500			19,14	10,44	21,12	205,84		1,6	0,01		85	20,57		0,75	200	Сок фруктовый	
	0,0020	0,000			39,4/45	41,2/29	560,084 41,2/29 39,4/40 133,426		6,1	0,19	10	199	18,16	9,58	9,98	250/20	Суп картофельный с горохом и курой	102
	0,028	0,0013	21446		20,770	15,130	2,76		<u>.</u>	0,08		72	13,47	0,56	3,2	40	Хлеб пшеничный	
	0 0264					20,40				0,05		4 5		0,35	2	20	Хлеб ржаной	
0.0037	0.0165	0 0008	1 0875	57 4 7		0	20.09))		i					Обед	
	-				10/0100	1/0001	00,0000	0,00	Tros	0,52	132,5	665	99,03	22,05	17,86	555	Всего в Завтрак	
0,0064	0,0001	0,0021	3,0523		0.0133 8	1 9061 0	0 03 88 8060 01 9061 00 0133 80.7149	0 00	1 00	3		70	13,81		2,12	30	Батон подмосковный	590
			1,4528		61,596 206,120		293,68 127,423		0,53	0,17	52,5	257	29,95	12,07	7,25	210	Каша вязкая молочная ячневая	173
0,0064	0,0001	0,0021		81,7945	23,0173	37,8822	0,03 140,616 37,8822 23,0173 81,7945	0,03	0,03	0,11	70	257	39,37	7,94	6,97	100	Ватрушка со сметаной	411
				1		10,0	7		٢, ٢	0,07	I	ğ	15,9	1,35	1,52	150/50 /15	чай с молоком	378
			0,41	92.8	7. 4.	126.6	1 7 6		ນ	2	<u>.</u>	2	i 1				Завтрак	
02	19	18	15	13	14	12	13	11	10	9	8	7	6	5	4	ω	2	H
3											(рет.экв)	_						
71	Se	-	Fe	ס	Mg	ප	~	0	C	B1		KKAJ		×	σι	порции	юда	7
		a (ML)	еществ	Минеральные вещества (мг)	Иинерал	7			I (MT)	Витамины (мг)	1g		ества	Пищевые вещества	Пище	Macca	Приём пиши.	No per

1-ая неделя/Среда

1-ая неделя/Четверг

		234	96			143	349			120	382	590	209	14					Nº peц.
																1			рец.
Всего в д	Всего в Об	Котлета ры	Рассольник	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Рагу из овощей	Компот из с		Всего в Завтрак	Суп молочн	Какао с молоком	Батон подмосковный	Яйца вареные	Масло (порциями)					
день	Обед	Котлета рыбная (горбуша)	Рассольник ленинградский	ЧНЫЙ	Š	щей	Компот из смеси сухофруктов	Обед	втрак	Суп молочный с макаронными изделиями	ОКОМ	ОСКОВНЫЙ	ые	(имки)	Завтрак	2		наименование блюда	Приём пищи,
	800	100	250	50	20	180	200		540	250	200	30	1 шт.	20		З		порции	Macca
45,54	29,04	11,68	7,66	4	2	3,03	0,66		16,5	5,6	3,54	2,12	5,08	0,16		4		σι	Пище
	33,16	2,07	11,11	0,7	0,35	18,84	0,09		28,63	5,42	3,43	0,68	4,6	14,5		5		X	Пищевые вещества
61,79 153,88	99,04	10,74	16,29	16,84	8,42	14,74	32,01		54,84	16,67	23,82	13,81	0,28	0,26		6		۷	цества
1 358	815	108	196	90	45	243	133		543	138	140	70	63	132		7		KKAJ	
329,05	105,71		20			85,71			223,33	33,33	10		100	88		8	(рет.экв)	Α	ш
0,58	0,45	0,09	0,09	0,1	0,05	0,1	0,02		0,13	0,07	0,03		0,03			9		B1	Витамины (мг)
30,81	29,64	0,36	7,11	×		21,45			1,17	0,65	0,52					10		C	ы (мг)
0,1	0,03	0,02	0,01						0,07	0,07						11		O	
15,6199	16,1229	288,181 8	462,188 2	121,5	60,75	453,702 9	229,8		499,497	223,337	214,16		56	6		13	-	~	
78,5041	03,3453	46,112	32,6704	18,92	9,46	63,7029	32,48		75,1588	140,470 8	107,888		22	4,8	2	12		റ്റ	
02,0624	55,4276	30,6082	0,01 462,188 32,6704 29,2426 110,349 7	18,92 33,495 114,84	9,46 16,7475	453,702 63,7029 27,8743 77,1429 9	32,48 17,46		0,07 499,497 75,1588 46,6348 309,609	23,008	18,8268		4,8		-	14		Mg	Минера
64,8401	55,2311	0,02 288,181 46,112 30,6082 172,038 8	110,349 7	114,84	57,42	77,1429	23,44		309,609	125,715	214,16 107,888 18,8268 101,094		76,8	თ		13		ס	эльные
9,6839	7,4909		1,2881	2,175		1,0286	0,698		2,1931	0,5337	0,6194		₽	0,04		15		Fe	Минеральные вещества (мг)
0,1033	0,0919	1,2137 0,0838	0,0057						2,1931 0,0113 0,0025	0,07 223,337 140,470 23,008 125,715 0,5337 0,0113 0,0025						18		Н	ва (мг)
0,1 15,6199 78,5041 02,0624 64,8401 9,6839 0,1033 0,0634 0,5265	0,03 16,1229 03,3453 55,4276 55,2311 7,4909 0,0919 0,0609	0,0112	0,0002						0,0025	0,0025						19	A STATE OF THE PERSON OF THE P	Se	
0,5265	0,5015	0,4271	0,0635						0,025	0,025						20		т	

			-				71	dien	4.44.4	0,/1	70,767	1 5 Z 4	16/,31	3 76,97	39,98		Всего в день	
0,0925	3,0522	0	9,2355	17,8447 2	3,7812	7.2476 3	2402 8	0,01 00	21 24	0,52	34	875		T		922	Всего в Обед	
0,05 0,0509	0,05		20006	8 8 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9	2020))) 	0 0	2				3		0,51	2,03	250	Борщ с капустой и картофелем @	82
0,0229	0,0002	0,0058	1,0745		44,77 21,5108 52,1348	44,77	309,610	0,01 30	9,69	0.04	10	114				2 2	Огурец в нарезке	103
	0,0003	0,003	0,522	36,54	12,18	20,24	141		4_	0,02		13				0 6	РИС ОТВАРНОЙ	304
			0,5716		5,845 28,2162 86,3963	5,845	66,663	<u> </u>		0,04	24	241	42,18	_	4,32	180	XIEO IIIEHNAHBIN	
0,0072	0,033	0,0016			18,92 33,495	18,92	121,5			0,1		90	16,84	0,7	4	50	VIOLET DE CONTRACTOR	
0,0037					9,46 16,7475	9,46	60,75			0,05		5	8,42	0,35	2	20		
-						ļ	1,1		2,07			62	15,2	0,02	0,13	200/15	Чай с лимоном	377
			0,36	4,4	2.4	14.2	<u>بر</u> س		ສຸ			}				50/50	Гуляш из свинины	260
			2,21	128,62	22,39	20	267,7		0,92	0,28		309	2.89	28 19	10 64		Обед	
								-1	-/-	O/a.s.	107,02	040	61,70	35,18	16,05	542	Всего в Завтрак	
0,0417	1,0021	0,0121 0,0021 0,0417	21,235 (7,4936	0.26 58.7164 53,8126 96,8417 67,4936	3,8126 9	7164 53	0.26 58.	20	0 01	15763	640	T	T				
0,041/	0,0021 0,041/	0,0121 (20,6436	0,06 303,416 358,812 84,8717 254,433 20,6436 0,0121	84,8717	358,812 : 6)3,416 4	0,06 30	0,85	0,2	47,62	317	37,92	14,38	8,95	250	Каша вязкая молочная из овсянная с курагой	173
7			1,TET,0	102,00	9,5/	1/6	28	0,2	0,12	0,01	30	69		5,6	4,68	20	C. In (Populagnia)	
			2			<u> </u>	<u> </u>					70	13,81	0,68	2,12	30	 Бэтон полмосковный	ло О
												1	10,1	0,02	0,1,0	200/15	Чай с лимоном	377
			0,36	4,4	2,4	14,2	21,3		2.83	·	-	6 E	15.0		0,10	22 22	Масло (порциями)	
			0,04	D		4,8	<u>б</u>				80	132	0 26	1. 4. 7.	0	3	Завтрак	
07	15	12	15	13	14	12	13	11	10	9	8	7	6	5	4	ω	2	н
5	5				ď	-			(01	рет.экв)	(I	<u> </u>	×	σ	ПОРЦИИ	наименование олюда	
╗	Se		ē	ס	M O	2	~	7	-	D				і ійщевые вещества	ІИЩСЕ	Macca	Приём пищи,	№ рец.
		1 (ML)	эщества	Минеральные вещества (мг)	инерал	7			M_	Витамины (мг)	Ви		מפור	רוס מסווו	Пишар	March		

1-ая неделя/Пятница

0,0284,034646,5676251,504772,5331 5,5354 0,0144 0,0493 0,0887	0.0144	and can		OTONO.	Outoro	2/0/0070		OC'TT	0,00	T/0	13/5	185,56	8 48,9	48,38		Всего в день	
	O,OIT	11.6375	13.7631	315 734	48,58/8	284,6348				70			N	T	855	Всего в Обед	
0,001	0,000	0,000	9	231,412 24,9500 25,0611 120,007 0,075	24,9500	231,412						8,08	9,58) 12,31	100/50	Тефтели мясные с рисом @	447
0 0014	0,000		176 667	290,303 02,332 21,737 70,773	02,332		20,02			20					250	Суп-пюре из развных овощей	167
0.0009 0.0293	0 0062			71 7457	200,701			_		3 10		23			200	Какао с молоком	382
0,020	0,0010	0 6194	101 094	18 8768	107 888	2,76	<u>. </u>								40	Хлеб пшеничный	
0,0264	0.0013	1 74	01 973	20, 30	15 136	2,50,0			0,06						25	Хлеб ржаной	
0.0046	001	1 3504	71 775			35.50))						30	$\lceil \lceil $ Гренки из пшеничного хлеба (1-ой вариант)	704
		7,70	210,00	1,0,72	20,00	707,702			0,21	_	280	39,86	5 9,55	8,85	150/10	Каша рассыпчатая (гречневая)	171
		4 73	240 35	140 52 210 35		267 F.A				<u> </u>						Обед	
The second secon		70,07	03/03 3/1/43	00,00	404,420	393,93 404,420		2,38	0 0,12	100	553	76,8	1 20,63	15,1	565	Всего в Завтрак	
		1 6761	271,03	77,0	/,000	2 4							2 3,12	2,12	100	Печенье	036
		0 5 401		ת ט	1	3)				/ 0,5/	5 1,//	25	Батон подмосковный	590
7		0,0	15/,41	30,40	130,67	191,35	0	0,96	0,06	50	N1				200/10	Каша вязкая молочная из риса	174
		n D	7	3))	•								/15	чай с молоком	378
		0,41	92,8	15,4	126,6	154,6		1,33	0.04	10	29	л О			1	Сыр (порциями)	15
		0,12	97,5	6,75	139,5	15	<u> </u>	0,09	0,01	45	58		9 4,74	3,69	л	Завтрак	1
19 20	18	5	13	14	12	13	11	10	9	8	7	6	ъ	4	ω	2	H
-										(рет.экв)							
Se F	Н	Fe	ס	M	വ	^	D	0	B1	Þ	KKAJ	<	X	סו	порции	наименование блюда	()
	8a (MΓ)	зеществ	льные в	Минеральные вещества (мг)				ы (мг)	Витамины (мг)			цества	Пищевые вещества	Пище	Масса	Приём пиши,	No per

2-ая неделя/Понедельник

A B1 C D K Ca (per: эκв)			,				72.07	To to to		110,01	0,40	oo,cor	T 452	155,52	69,52	51,5		Всего в день	
A B1 C D K Ca Mg P Fe I Se	0,0527	0,0501	0,0099	2.7829	3.1145 1	2 9818	0 2407 6	43 1038 7					897			(0)	870	Всего в Обед	
A B1 C D K Ca Mg P Fe I Se (per. экв) B1 C D K Ca Mg P Fe I Se (per. экв) B1 C D II 13 12 14 13 15 18 19 8 9 10 11 13 12 14 13 15 18 19 10 0,04 1,33 154,6 126,6 15,4 92,8 0,41	0,051		0.0097	1.4711	30,04 10,05	27 807 7	20,24	141	2	4 6	0,02		13	1			100	Огурец в нарезке	103
A B1 C D K Ca Mg P Fe I Se (рет.экв) 3 C D K Ca Mg P Fe I Se (рет.экв) 40 11 13 12 14 13 15 18 19 8 9 10 11 13 12,46 126,6 15,4 92,8 0,41 19 9 10 0,04 1,33 154,6 126,6 15,4 92,8 0,41 19 1 73,68 0,06 0,36 41,248 307,450 8,0318 186,639 0,8074 0,002 1 73,68 0,11 2,64 21,7145 37,6212 25,0848 84,5883 1,3118 0,0002 5 123,68 0,1 1,6 394,05 31,636 49,996 265,727 2,494 0,0002 5 0,01 0,05 394,05 39	0 017	0 0003	0 000	5			3			1	0,00	ŀ	ţ	7,7	0,57	2,14	250	Щи из свежей капусты с картофелем	88
A B1 C D K Ca Mg P Fe I Se (рет.экв) 9 10 11 13 12 14 13 15 18 19 8 9 10 11 13 12,46 126,6 15,4 92,8 0,01 18 19 1 10 0,04 1,33 154,6 126,6 15,4 92,8 0,41 19 19 3 73,68 0,06 0,36 41,248 307,450 8,0318 186,639 0,8074 4 19 4 73,68 0,01 2,64 21,7145 37,6212 25,0848 84,5883 1,3118 0,0002 4 1,3118 0,0002 4 1,3118 0,0002 4 1,3118 0,0002 4 1,3118 0,0002 1,3118 0,0002 1,3118 0,0002 1,3118 0,0002 1,3118 0,0002 1,3118 0,0002 1,3118	0,023	0,0003	0,0043	0,7904		22,5205	50,4515			14.4	0.06	10	103) N	Напиток из плодов шиповника	388
A B1 C D K Ca Mg P Fe I Se (рет.экв) 9 10 11 13 12 14 13 15 18 19 8 9 10 11 13 12 14 13 15 18 19 1 10 0,04 1,33 154,6 126,6 15,4 92,8 0,41 4 19 1 73,68 0,06 0,36 41,248 307,450 8,0318 186,639 0,8074 4 9 123,68 0,11 2,64 21,7145 37,6212 25,0848 84,5883 1,3118 0,0002 5 123,68 0,1 2,64 21,7145 37,6212 25,0848 84,5883 1,3118 0,0002 5 123,68 0,1 1,6 394,05 31,636 49,996 265,727 2,494 0,0002 4 7 50				4,4022						88	0,01		109	18,16		0.64	200	SIGO IIIIGANADIN	
A B1 C D K Ca Mg P Fe I Se (per.эκв)	0,0072		0,0016		114,84		18,92	121,5			0,1		90	16,84	0,7	4	50	יייייייייייייייייייייייייייייייייייייי	
A B1 C D K Ca Mg P Fe I Se (рет.экв) 40 10 11 13 12 14 13 15 18 19 8 9 10 11 13 12 14 13 15 18 19 1 10 0,04 1,33 154,6 126,6 15,4 92,8 0,41 1 19 3 73,68 0,06 0,36 41,248 307,450 8,0318 186,639 0,8074 9,8074 9,0002 <	0,003/					16,7475	9,46	60,75			0,05		4 5	8,42	0,35	2		XTRA DWAHON	1
A B1 C D K Ca Mg P Fe I Se (рет.экв) 9 10 11 13 12 14 13 15 18 19 8 9 10 11 13 12 14 13 15 18 19 1 10 0,04 1,33 154,6 126,6 15,4 92,8 0,41 19 3 73,68 0,06 0,36 41,248 307,450 8,0318 186,639 0,8074 0,8074 0,8074 0,8074 0,0002 0,0002 0,0002 0,0002 0,0002 0,0002 0,0002 0,0002 0,0002 0,0002						49,990	31,636			1,6	0,1	50	537	41,4	30,22	24,95	250	Плов из курицы@	291
A B1 C D K Ca Mg P Fe I Se (рет.экв) 9 10 11 13 12 14 13 15 18 19 8 9 10 11 13 12 14 13 15 18 19 1 10 0,04 1,33 154,6 126,6 15,4 92,8 0,41 19 3 73,68 0,06 0,36 41,248 307,450 8,0318 186,639 0,8074 9,0074 0,0002 9 123,68 0,01 0,95 22,8665 1,1704 1,653 2,1489 0,0744 0,0002 5 123,68 0,11 2,54 21,7145 37,6212 25,0848 84,5883 1,3118 0,0002				ر 204	765 777	000	2											Обед	
A B1 C D K Ca Mg P Fe I Se (рет.экв) 9 10 11 13 12 14 13 15 18 19 8 9 10 11 13 12 14 13 15 18 19 1 10 0,04 1,33 154,6 126,6 15,4 92,8 0,41 19 3 73,68 0,06 0,36 41,248 307,450 8,0318 186,639 0,8074 0,0002 9 0,01 0,95 22,8665 1,1704 1,653 2,1489 0,0744 0,0002			90001	Lychic	77,5005	D, COTO	1/0212	21,/140 S		2,04	0,11	123,68	555	58,93	28,05	17,02	550	Всего в Завтрак	
A B1 C D K Ca Mg P Fe I Se (рет.экв) 9 10 11 13 12 14 13 15 18 19 3 40 3 2,4 3 0,02 3 0,02 3 0,02 3 0,41 19	0.0017		2000,0	1 3118	2,1489	1,053	1,1/04	22,8665		0,95	0,01		49	0,33	5,29	0,1	100	Салат из свежих помидоров @	23
А В1 С D K Ca Mg P Fe I Se (рет.экв) 3 12 14 13 15 18 19 1 10 0,04 1,33 154,6 126,6 15,4 92,8 0,41 3 73.68 0.06 0.36 41,248 307,450 8,0318 186,639 0,8074	0 0017			2							,	, 0,00	(22,00	10,00	13,33	200	Макароны отварные с сыром	204
А В1 С D K Ca Mg P Fe I Se (рет.экв) 3 2,4 3 0,02 15,4 92,8 0,41 13 15 18 19 3 15 15 18 19 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10				0,8074		8,0318		41,248		0.36	0.06	73.68	<u></u>	31 .			3 2	Батон подмосковный	
А В1 C D K Ca Mg P Fe I Se (рет.экв) 3 2,4 3 0,02 154,6 126,6 15,4 92,8 0,41													58	11,51	0,57	1,77	77.		
А В1 С D K Ca Mg P Fe I Se (рет.экв) 9 10 11 13 12 14 13 15 18 19 3 0,02 3 2,4 3 0,02 3 1546 1546 928 0.41				j	1	į	10,0	10,70		T, 33	٠,٥		ğ	15,9	1,35	1,52	150/50	чай с молоком	378
А В1 C D K Ca Mg P Fe I Se (рет.экв) 9 10 11 13 12 14 13 15 18 19				0 41	97 8	л Д	1 26 6	ע ע ע			2	. 5	2 8	0,13		80,0	10	Масло (порциями)	14
A B1 C D K Ca Mg P Fe I Se (рет.экв) 9 10 11 13 12 14 13 15 18 19				0.00	ω		5	ມ				<u>} </u>	3)	!			Завтрак	
A B1 C D K Ca Mg P Fe I Se (рет.экв)	0	19	18	15	13	14	12	13	11	10	9	8	7	0	5	4	ω	2	ш
A B1 C D K Ca Mg P Fe I Se	3	5										(рет.экв)							
	71	Se	H	Fe	ס	Mg		~	D	C	B1	Þ	KKAJI	<	X	б	порции	наименование блюда	7
Витамины (мг) Минеральные вещества (мг)			a (Mr)	еществ	пьные в	Иинерал	-			ol (ML)	итамин	8		ества	Пищевые вещества	Пищев	Macca	Приём пиши,	No neil

2-ая неделя/Вторник

0,1520	0,0020	CETO'O	13,108/	. 6007/61	/1,69/2/	16,1803	0,01 58,6461 16,1803 71,6972 19,2009 13,1087 0,0195		112,28	0,52	440	1 442	151,05	69,85	51,76		Всего в день	
0,143	0,0522	0,0171	7,0303	57,4147	32,2306	06,1307	0,0144,4169 06,1307 32,2306 67,4147 7,0303				120	828	106,01	32,23	28,11	890	Всего в Обед	
1		0,0018		23,6466	12,615	156,496 12,9976 12,615 23,6466 5	156,496 5			0,03		62	2,48	5,39	0,76	100	Салат из свежих помидоров и огурцов	24
	0,0087	0,0073	1,5569		27,4965	36,8181		0,01	0,13	0,09	120	231	5,39	16,74	14,82	100	Котлета особая	284
))))		! !	0,6318		19,602	1,638	48,69			0,03		252	44,02	6,45	4,38	180	Рис отварной	
0,0041	ניטיט,ט	6000,0	0,5446	6,8991	5,8725	110,32 9,2752 5,8725	110,32		16,26	0,01		54	12,81	0,16	0,22	200	Компот из вишни+яблоки	
	0,0002	0,005	0,911	58,5512	23,1011	490,815 20,8058 23,1011 58,5512	490,815			0,09		112	19,42	2,58	2,73	250	Суп картофельный с макаронными изделиями	
0,0058	0,0264	0,0013	2007	91,8/2	15,136 26,796 91,872	15,136	97,2			80,0		72	13,47	0,56	3,2	40	Хлеб пшеничный	
		0,000		5/,42	9,46 16,74/5		60,75			0,05		45	8,42	0,35	2	20	Хлеб ржаной	
			200	3	1) }) !										Обед	
0,000	0,0024 0,0004	0,0024	6,0/84	14,2292 10,0496 39,4666 51,7862 6,0784	39,4666	10,0496	14,2292		82,53	0,14	320	614	45,04	37,62	23,65	582	Всего в Завтрак	
0,000	4,000,0	0,0024	2,2968	9,396 11,484	9,396	16,896	333,6		79,2	0,02		48	10,7	0,42	0,46	120	Яблоко свежее	
				: })))							70	13,81	0,68	2,12	30	Батон подмосковный	590
			3,4216		27,6706	359,329 178,953 27,6706 335,902 2 6 2	359,329 2		0,5	0,12	320	434	5,32	36,5	20,94	210	Омлет паровой	215
			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
)))		!										Завтрак	
20	19	18	15	13	14	12	13	11	10	9	8	7	6	л	4	ω	2	н
71	Se	Н	Тe	ס	Mg	ප	~	0	C	В1	А (рет.экв)	KKAJ]	<	×	סו	порции	наименование блюда	
		3a (Mr)	зеществ	Минеральные вещества (мг)	Минера				ы (мг)	Витамины (мг)	8		ества	Пищевые вещества	Пищев	Macca	Приём пищи,	№ рец.

2-ая неделя/Среда

					-				-						-		Всего в день	
011 220	0,0400	767110	9,3000	15,1825	17,1464	510,571	0,08 80,5225 510,571 17,1464 45,1825 9,3088 0,1292 0,0430 0,225		29,83	0,69	186,57	1 659	58.47 223,49	1	59.28		DCG O D CCCA	
0 7775	0 0456	יייי ליייי	7,0,0	1 1 1 1 1 1 1	00,0211	90,0700	11 41,503/		26,39	0,48	86	891	101,68	35,37	41,23	882	BOSTO B ORDER	
0,6445	0.0431	0.1177	7 0467	2		0000	2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2					122	5,09	4,92	14,4	100	Рыба, тушенная в томате с овощами	229
0,5715		0,1099		8 8 36.5 689 39.0984 33.1818 187.711 0,9131	33.1818	39,0984	8	<u>, , , , , , , , , , , , , , , , , , , </u>			<u>ئ</u>	205	23,61	10,67	3,61	180	Картофельное пюре	128
			1,208	7 99,359	2 7 807 565 42 602 33.3632 99.359	42 602	207 565) 19	70,23	11,11	/,66	250	Рассольник ленинградский	96
0,0635	0,0002	0,0057	1,2881		29,2426	32,6704	<u>8</u>	0,01	7.11		20	1 20	16,70	, , ,	1 7,2	4	Хлеб пшеничный	
0,0058	0,0264	0,0013	1,74	91,872		15,136 26,796	97,2			0,08		72	13 47	О 70	u 1 C	2 6	Хлеб ржаной	
0,0037	0,0165	0,0008	1,0875	57,42	9,46 16,7475	9,46	60,75			0,05		6	8.42	0 35	J	77		
			0,00	- <u>†</u>	4,4	14,2	21,3		2,83			62	15,2	0,02	0,13	200/15	Чай с лимоном	377
			0 0	1,0,01		130,91	136,81			0,04	8	189	19,6	7,74	10,23	50/20	Sanekahka M3 TRODOCA)))
			0 45	150 61		26 01	2										Обед	
				-					27.0	0,21	70,00	/68	121,82	23,1	18,05	597	Всего в Завтрак	
0,078		0,0115	2,2621 (3,4606	6,8252 4	0.4942 5	0.07 39.0188 20.4942 56.8252 43,4606 2,2621 0,0115 0,0025			2	000						ועמונות מאסינים וויינים איניים וויינים איניים וויינים וויינים וויינים וויינים וויינים וויינים וויינים וויינים	1/3
0,0, 10		TOTO,0	0,9855	1	38,829 2	163,410 1	0,06 287,653 163,410 38,829 263,397 0,9833 0,010 0,000 0,000 0		0,59	0,14	68,57	344	45,73	14,18	8,48	240	CACCO S POSITIONAL C HOUSENESS	173
0 0743	0003	2	000			1,00	1 100,000		0,02	0,0/	20	304	49,38	8,33	7,67	110	מייייי לייטעי אייייי אייייי אייייי איייייי איייייי איייייי	
0,0037	0,0002	0,0011 0,0002		5.6635	15 5962 7	42 8841	0.01 130.065 42.8841 15.5962 75.6635 0.9166		0	9	3	58	11,51	0,57	1,77	25	Батон подмосковный	590
									1,			2	7,CT	20,02	0,13	200/15 /7	чай с лимоном	377
			0,36	4 <u>,</u>	2,4	14,2	21,3		2.83			ე	י	3)		Завтрак	
20	15	ΔI	15	13	14	12	13	1111	10	9	œ	7	6	л	4	ω	2	P
2	5	5	1	j							(рет.экв)							
70	Se	Н	Fe	٥	Mg	က္ခ	~	D	C	B1	A	S S		X	ס [_	наименование блюда	№ рец.
			щества	Минеральные вещества (МГ)	инерал	~			ا (ML) الا	Витамины (мг)	Ēρ		СТВа	Пишевые вешества	Лишевь	Marca		

2-ая неделя/Четверг

Всего в день

Минеральные вещества (мг)	Витамины (мг)	е вещества
2-ая неделя/Пятница		

					309	388	281	82			421			2		378	175		H	-	№ рец.
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	Среднее за период	Итого	Всего в день	Всего в Обед	Макаронные изделия отварные	Напиток шиповник+яблоко	Биточки паровые	Борщ с капустой и картофелем	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Сдоба обыкновенная	Обед	Всего в Завтрак	Бутерброд с джемом @	Хлеб пшеничный	чай с молоком	Каша вязкая молочная из риса и пшена	Завтрак	2	наим	щ. Приём пищи,
ІСНЮ				840	180	200	100	250	40	20	50		540	50	25	150/50 /15	250		ω	порции	Macca
13,91	51,23	512,28	46,82	34,38	6,24	0,85	10,47	7,74	3,2	2	3,88		12,44	1,68	2	1,52	7,24		4	σι	Пище
1 37,3	61,13		2 47,62	32,09	5,01	4,78	7,38	11,65	0,56	2 0,35	2,36		15,53			1,35	13,31		ъ	×	вые ве
13,91 37,35 48,72	3 179,43	611,33 794,29	2 202,53	1			5,03	5 12,89	6 13,47	5 8,42	6 23,55		3 86,03			5 15,9	39,86		6	Y,	Пищевые вещества
N	13 1 473	1-4	53 1 428		T								535						7	KKAJ	L
	73 904,45	9				124	128	188	72	<u>-8</u>	131		35 69,52		5 5	81	310 59,52		8	7 A (рет.экв)	
							10 0	25 0	0		10 0					10 0			9	B1	Витам
	0,64			-			0,06	0,04		0,05	0,07	,	0,21		0,05	0,04	0,12)	10	0	Витамины (мг)
	69,73	697,33	131,11	128,45		118,25	80,0	10,12					2,00	0,10) -	1,33	1,14		-		
	0,15 36	1,54 68	0,02 83	0,0298	4 8		0,01 2	0,01 366,279					0	9 1				į	H	0	
-	,8822 9	,8215 9	,402/4	4 007 //	4,4512	47,85	27,395 2	66,279 1			54,8)	1/10/	2/,0000	60,75		5 5	2	13	~	
	5,0/45 2	50,/45/	1,/389 2	12/2/2	2,4616	15,312	6,4696	55,134	15,136 26,796	9,46	, .		,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	76,1	4 9,46	126,6	7	705	12	වී	7
	/,5550	5,5561	00,210	2,5552	8,7502	47,85 15,312 4,6763 4,8938	227,395 26,4696 22,7195 118,946 3 4	55,134 28,1457 99,0869	26,796		14,5	<u>,</u>	04,011 1 30,1031 11,0001 13,0001	7 2007 3	9,46 16,7475 57,42		5 7 7 4,3053 100,3/1	2005	14	Mg	инерал
	0,15 36,8822 95,0/45 27,5556 11,5911 14,6467 0,0373	D/STOO	57,9220	0,200	44,4512 12,4616 8,7502 39,0648 0,8683	4,8938			91,8/2	24,70] } \	1	2,000,	2,077			4	196 571	13	ס	Минеральные вещества (МГ)
	T4,040/	40,4009	10,557	45 357	0,8683		1,0835	1,5388	1,/4	T,00/5	1 0,075	0	100	2 63	0.1583	0,41	0,50	0 0643	15	F e	зещест
	0,00/0	0,5755	1010,0	0,010	200	0,0003	0,0059	0,00/	0,0013	0,000	0 0000		ofood	0 0008	טיטטיט'ט				18	н	3a (MF)
	-	0,0201	0,000	0,02,98,7,250 44,9732 22,3332 46,2633 12,7371 0,0112 0,0122	0 0518		0,0089		0,0204				0/0	2 62 0 0008 0.0165 0.0036	מסבח,ח				19	Se	
	0,2307	1,54 68,8215 950,745 75,5561 15,9100 46,4609 0,5753 0,0201 2,7075	0,0281,402/41,/389/200,216/6/9226/15;55/ 0,0101/0,005/0/1112	0 1133	0 1085	100,0	_	דהבחיח			7 200 7		1	0.0036	0,000				20	-	1