

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ГБОУ АО «Северодвинская СКОШИ»

« 09 » 11 ноября 2025 г. И.Н. Антуфьев



**ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
ГБОУ АО «СЕВЕРОДВИНСКАЯ СКОШИ»**

для детей 7-11 лет с двухразовым питанием



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ АРХАНГЕЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
АРХАНГЕЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ «СЕВЕРОДВИНСКАЯ СПЕЦИАЛЬНАЯ (КОРРЕКЦИОННАЯ)
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ»
(ГБОУ АО «Северодвинская СКОШИ»)

П Р И К А З

09.06.2025

№ 61/1

г. Северодвинск

Об утверждении двухнедельного примерного меню

В соответствии с подпунктом 8.1.3 пункта 8.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить и ввести в действие с 09.06.2025 г. двухнедельное примерное меню в ГБОУ АО «Северодвинская СКОШИ» для детей сирот 12-18 лет с шестиразовым питанием
2. Утвердить и ввести в действие с 09.06.2025 г. двухнедельное примерное меню в ГБОУ АО «Северодвинская СКОШИ» для детей сирот 7-11 лет с шестиразовым питанием
3. Утвердить и ввести в действие с 09.06.2025 г. двухнедельное примерное меню в ГБОУ АО «Северодвинская СКОШИ» для детей 7-11 лет с двухразовым питанием
4. Утвердить и ввести в действие с 10.09.2025 г. двухнедельное примерное меню в ГБОУ АО «Северодвинская СКОШИ» для детей 12-18 лет с двухразовым питанием

Приложение:

1. Примерное двухнедельное меню для детей сирот 12-18 лет – 14 стр.
2. Примерное двухнедельное меню для детей сирот 7-11 лет – 14 стр.
3. Примерное двухнедельное меню для детей 12-18 лет – 11 стр.
4. Примерное двухнедельное меню для детей для детей 7-11 лет – 11 стр.
5. Признать утратившим силу приказ ГБОУ АО «Северодвинская СКОШИ» от 01.11.2024 № 83/1 «Об утверждении меню»

Директор

И. Н. Антуфьев



<div> <div> <div>День:</div> <div>Неделя:</div> </div> <div> <div>понедельник</div> <div>первая</div> </div> <div> <div>Сезон:</div> <div>Возрастная категория:</div> </div> <div> <div>7-11 лет</div> </div> </div>															
N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Na	Ca	P	Mg	PP	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	ЗАВТРАК														
302	каша геркулесовая	180	8,823	9,835	38,849	240,4	0,1	0,48	31	64	149	250	65	35	1,8
685	чай с сахаром	180	0,18	0,046	13,509	55,133	0,001	0,1	0,5	0,97	5	8	4	0,11	0,86
1	бутерброд с маслом	40	2,33	8,12	15,55	144,7	0,03		40	151	8	22	4	0,28	0,35
	св.фрукты	100	1,5	0,5	21	96	0,04	15		39	24	16	13	0,45	3,3
	ИТОГО	500	12,833	18,501	88,908	536,233	0,171	15,58	71,5	255	186	296	86	35,84	6,31
	ОБЕД														
78	икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,4	0,07	10		16,6	26,6	58,3	35	1	0,83
110	борщ капуст со сметаной	210	4,685	6,676	10,396	121,335	0,05	8	10	416	30	75	21	1,3	1,24
439	печень туш в сметан соусе	90	12,427	7,401	4,668	149,578	0,29	23	5854	79	19	237	14	6	5
508	греча отварная	150	7,917	5,869	35,568	227,203	0,27		21	389	17	188	125	2	4
639	компот из сухофруктов	180	2,6	0,15	40,47	175,91	0,05	2	2	8	80	73	52		1,6
	хлеб дарницкий	20	1,12	0,22	9,88	46,4	0,05			218	11	53	12	0,4	1,5
	хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,05			249	10	32	7	0,45	0,5
	ИТОГО	730	31,409	25,816	115,442	838,826	0,83	43	5887	1376	193,6	716,3	266	11,15	14,67
	ОБЩИЙ ИТОГ	1230	44,242	44,317	204,35	1375,06	1,001	58,58	5959	1631	379,6	1012,3	352	46,99	20,98

<div> <div> <div>День:</div> <div>Неделя:</div> </div> <div> <div>вторник</div> <div>первая</div> </div> <div> <div>Сезон:</div> <div>Возрастная категория:</div> </div> <div> <div></div> <div>с 7 до 11 лет</div> </div> </div>															
N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Na	Ca	P	Mg	Pp	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	ЗАВТРАК														
340	Омлет натуральный	180	18,192	28,183	3,487	300,588	0,06	0,3	246	123	82	183	13	0,2	2
685	чай с сахаром	180	3,485	2,79	18,16	55,133	0,001	0,01	0,5	0,9	5,4	8,2	4,4	0,1	0,8
1	бутерброд с маслом	40	2,33	8,12	15,55	144,7	0,03		40	151	8	22	4	0,2	0,3
	св.фрукты	100	1,5	0,5	21	46	0,06	15		46	12	42	63	0,9	0,9
	ИТОГО	500	25,507	39,593	58,197	546,421	0,151	15,31	287	320,9	107,4	255,2	84,4	1,4	4
	ОБЕД														
17	салат из соленых огурцов	60	0,51	3,063	0,057	56,9	0,015	3,3		533	13	16	7	0,06	0,3
139	суп гороховый	200	8,438	5,804	17,4	205,82	0,3	11,5		411	38	132	43	2,2	2,8
374	тефтели рыбные	90	11,94	8,22	13,06	224,27	0,1	6,2	9,6	59	36	227	43	2,6	0,9
511	картофельное пюре	150	3,836	5,615	39,835	226,09	0,1	25	25	405	44	96	32	1,6	1,2
645	кисель из сока	180	0,279	0,054	34,049	197,52	0,006	1,2		4,4	9	12	2,4	0,06	0,9
	хлеб дарницкий	20	1,12	0,22	9,88	46,4	0,05			218	11	53	12	0,4	1,5
	хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,05			249	10	32	7	0,45	0,5
	ИТОГО	720	27,643	23,136	124,121	1004	0,621	47,2	34,6	1879	161	568	146,4	7,37	8,1
	ОБЩИЙ ИТОГ	1220	53,15	62,729	182,318	1550,42	0,772	62,51	321	2200	268,4	823,2	230,8	8,77	12,1

<div> <div> <div>День:</div> <div>Неделя:</div> </div> <div> <div>среда</div> <div>первая</div> </div> <div> <div>Сезон:</div> <div>Возрастная категория:</div> </div> <div> <div>7-11 лет</div> </div> </div>															
N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Na	Ca	P	Mg	Pp	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	ЗАВТРАК														
366	запеканка творожная со сгущ. молоком	200	13,977	9,58	21,682	231,65	0,11	0,6	39,5	62	162	166	27	0,7	0,6
685	чай с сахаром	200	0,2	0,051	15,01	61,259	0,001	0,1	0,5	0,9	5	8	4,4	0,1	0,8
10	бутерброд гор с сыром	60	8,215	12,095	15,485	205,4	0,06	90		19	51	34	19	0,3	0,4
	ИТОГО	460	22,392	21,726	52,177	498,309	0,171	90,7	40	81,9	218	208	50,4	1,1	1,8
	ОБЕД														
161	суп молочный с рисом	200	3,621	3,655	25,633	110,771	0,05	0,4	18	451	131	123	21	0,3	0,2
499	котлета куриная	90	13,739	18,403	12,917	272,34	0,1	2,7	133	107	28	251	27	11	2
216	картофель туш с овощами	150	3,35	9,273	24,626	196,26	0,2	36	56	402	36	123	48	2	11,8
631	компот из яблок	180	0,1	0,1	20	90	0,01	4		10	7	4	3	0,1	0,9
	огурец свежий	60	4	1	1,5	5	0,01	4		4	10	18	8	0,1	0,3
	хлеб дарницкий	20	1,5	0,25	12,5	46,4	0,05			218	11	53	12	0,4	1,5
	хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	12,3	47	0,05			249	10	32	7	0,45	0,5
	ИТОГО	720	27,91	32,881	109,476	767,771	0,47	47,1	207	1441	233	604	126	14,35	17,2
	ОБЩИЙ ИТОГ	1180	50,302	54,607	161,653	1266,08	0,641	137,8	247	1523	451	812	176,4	15,45	19

День: четверг		Сезон:													
Неделя: первая		Возрастная категория: 7-11 лет													
N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Na	Ca	Р	Mg	Рр	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	ЗАВТРАК														
302	каша дружба	180	6,572	6,906	38,937	244,535	0,4	0,6	39	68	213	488	131	5	5
685	чай с сахаром	180	0,18	0,046	13,509	55,133	0,001	0,01	0,5	0,9	5,4	8,2	4,4	0,1	0,8
1	бутерброд с маслом	40	2,3	8,12	15,55	144,7	0,03		40	151	8	22	4	0,2	0,3
	св.фрукты	100	1,5	0,5	21	96	0,04	15		39	24	16,5	13,5	0,4	3,3
	ИТОГО	500	10,552	15,572	88,996	540,368	0,471	15,61	79,5	258,9	250,4	534,7	152,9	5,7	9,4
	ОБЕД														
31	суп карт с мясн фрикад	200	6,355	5,92	14,644	337,6	0,1	22	17	416	24	130	35	2,7	2
126	икра свекольная	60	1,148	4,862	6,818	76,107	0,02	8		22	21	30	14	0,02	0,8
	капуста тушеная с мясом	250	10,496	12,336	11,607	310,8	0,06	0,1	20	594	15	130	18	3	2
705	напиток из шиповника	180	0,612	0,252	22,167	104,985	0,01		200	2,3	12	3	3	0,2	0,6
	хлеб дарницкий	20	1,5	0,25	12,5	46,4	0,05			218	11	53	12	0,4	1,5
	хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	12,3	47	0,05			249	10	32	7	0,45	0,5
	ИТОГО	730	21,711	23,82	80,036	922,89	0,29	30,1	237	1501	93	378	89	6,77	7,4
	ОБЩИЙ ИТОГ	1230	32,263	39,392	169,032	1463,26	0,761	45,71	317	1760	343,4	912,7	241,9	12,47	16,8

		День: пятница		Сезон:											
		Неделя: первая		Возрастная категория: 7-11 лет											
N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Na	Ca	P	Mg	Pp	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	ЗАВТРАК														
302	каша гречневая	180	8,32	7,448	35,387	242,055	0,3	0,6	39	80	186	311	81	0,7	2
	бутерброд с маслом	40	2,33	8,12	15,55	144,7	0,05			249	10	32	7	0,45	0,5
	св.фрукты	100	1,5	0,5	21	96	0,04	9		23	8	28	38	0,5	0,5
685	чай с сахаром	180	0,18	0,046	13,509	55,133	0,001	0,01	0,5	0,9	5,4	8,2	4,4	0,1	0,8
	ИТОГО	500	12,33	16,114	85,446	537,888	0,391	9,61	39,5	352,9	209,4	379,2	130,4	1,75	3,8
	ОБЕД														
16	винегрет	60	0,95	6,106	4,801	128,29	0,03	4		8	13	27	16	0,4	0,4
132	суп рыбный уха	200	10,71	1,42	12,34	156,03	0,1		10	570	30	102	29	1,7	1,4
388	котлета рыбная с маслом	90	10,597	10,049	11,951	207,784	0,08	0,7	32	135	20	130	22	1	0,9
511	рис отварной	150	3,836	5,615	39,835	226,09	0,03		30	350	8	90	30	0,9	0,4
	хлеб дарницкий	20	1,8	0,28	9,8	46,4	0,05			218	11	53	12	0,4	1,5
	хлеб пшеничный	20	1,8	0,2	9,8	47	0,05			249	10	32	7	0,45	0,5
693	компот из свежезамороженных ягод	180			13,872	115,461	0,02	0,8		3	32	29	21	0,6	0,6
	ИТОГО	720	29,693	23,67	102,399	927,055	0,36	5,5	72	1533	124	463	137	5,45	5,7
	ОБЩИЙ ИТОГ	1220	42,023	39,784	187,845	1464,94	0,751	15,11	173	1886	333,4	842,2	267,4	7,2	9,5

<div> <div> <div>День:</div> <div>Неделя:</div> </div> <div> <div>понедельник</div> <div>вторая</div> </div> <div> <div>Сезон:</div> <div>Возрастная категория:</div> </div> <div> <div>7-11 лет</div> </div> </div>															
N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Na	Ca	P	Mg	Pp	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	ЗАВТРАК														
302	каша пшенная	180	7,825	7,448	39,527	257,355	0,3	0,6	39	80	186	311	81	0,7	2
1	бутерброд с маслом	40	2,33	8,12	15,55	144,7	0,03		40	151	8	22	4	0,2	0,3
685	чай с сахаром	180	0,18	0,046	13,509	55,133	0,001	0,1	0,5	0,9	5	8	4,4	0,1	0,8
	св. фрукты	100	1,5	0,5	21	46	0,06	90		19	51	34	19	0,3	0,4
	ИТОГО	500	11,835	16,114	89,586	503,188	0,391	90,7	79,5	250,9	250	375	108,4	1,3	3,5
	ОБЕД														
126	икра свекольная	60	1,148	4,862	6,818	86,107	0,02	8		22	21	30	14	0,02	0,8
143	суп картоф с макар издел	200	5,185	4,7	15,827	156,604	0,01	16	6	499	22	102	28	2	1
610	котлета московская	90	14,153	14,883	10,836	233,871	0,06	0,1	20	594	15	130	18	3	2
	рагу овощное	150	3,6	8,6	20	182	0,1	30	47	380	30	100	40	1,5	1,5
	компот из свежезамороженных фруктов	180			13,872	115,461	0,004	2,9	0,5	1,7	8	9	5	0,1	0,9
	хлеб дарницкий	20	1,8	0,28	9,8	46,4	0,05			218	11	53	12	0,4	1,5
	хлеб пшеничный	20	1,8	0,2	9,8	47	0,05			249	10	32	7	0,45	0,5
	ИТОГО	720	27,686	33,525	86,953	867,443	0,294	57	73,5	1964	117	456	124	7,47	8,2
	ОБЩИЙ ИТОГ	1220	39,521	49,639	176,539	1370,63	0,685	147,7	153	2215	367	831	232,4	8,77	11,7

<div> <div> <div>День:</div> <div>пятница</div> </div> <div> <div>Сезон:</div> <div></div> </div> </div> <div> <div>Неделя:</div> <div>вторая</div> </div> <div> <div>Возрастная категория:</div> <div>7-11 лет</div> </div>															
N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		B1	C	A	Na	Ca	P	Mg	Pp	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	ЗАВТРАК														
302	каша манная	180	7,623	6,526	41,157	254,819	0,11	0,6	39,5	62	162	166	27	0,7	0,6
1	бутерброд с маслом	40	2,33	8,12	15,55	144,7	0,03		40	151	8	22	4	0,2	0,3
685	чай с сахаром	180	0,18	0,046	13,509	55,133	0,001	0,1	0,5	0,9	5	8	4,4	0,1	0,8
	фр. свежие	100	1,5	0,5	21	96	0,06	90		19	51	34	19	0,3	0,4
	ИТОГО	500	11,633	15,192	91,216	550,652	0,201	90,7	80	232,9	226	230	54,4	1,3	2,1
	ОБЕД														
	салат рыбный	60	2,328	7,048	3,553	87,317	0,03	5		605	15	27	11	0,3	0,4
134	суп крестьянский со смет	200	4,658	8,104	11,844	159,7	0,06	20		408	28	86	25	1	1
388	котлета рыбная с маслом	90	10,597	10,049	11,951	207,784	0,08	0,8	28	49	24	192	27	2	0,5
511	рис отварной	150	3,836	5,615	39,835	226,09	0,03		30	350	8	90	30	0,9	0,4
693	компот из изюма	180	0,414	0,09	25,317	104,445	0,03			23,5	16,4	25	8	0,1	0,6
	хлеб дарницкий	20	1,8	0,28	9,8	46,4	0,05			218	11	53	12	0,4	1,5
	хлеб пшеничный	20	1,8	0,2	9,8	47	0,05			249	10	32	7	0,45	0,5
	ИТОГО	720	25,433	31,386	112,1	878,736	0,33	25,8	58	1903	112,4	505	120	5,15	4,9
	ОБЩИЙ ИТОГ	1220	37,066	46,578	203,316	1429,39	0,531	116,5	138	2135	338,4	735	174,4	6,45	7

День: среда		Сезон:													
Неделя: вторая		Возрастная категория: 7-11 лет													
N рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Na	Ca	Р	Mg	Рр	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	ЗАВТРАК														
302	каша рисовая	180	5,45	6,363	39,132	236,655	0,1	0,1	90	610	233	183	20	0,7	1
639	какао с молоком	180	3,872	3,1	20,178	125,41	0,04	1,3	20	50	125	116	31	0,17	1,02
3	бутерброд с сыром	50	6,99	6,95	15,42	153,6	0,03	0,14	42	349	202	135	14	0,3	0,4
	св.фрукты	100	1,5	0,5	21	46	0,04	15		39	24	16	13	0,45	3,3
	ИТОГО	510	17,812	16,913	95,73	561,665	0,21	16,54	152	1048	584	450	78	1,62	5,72
	ОБЕД														
89	сельдь с луком	60	0,252	12,024	1,476	115,26	0,03	4		8	13	27	16	0,4	0,4
32	суп картофельный с рисом	200	4,722	4,699	13,929	217,222	0,09	8,2	12	7,3	14,4	63,2	24,9	1,06	0,881
391	шницель рыбный	100	14,543	16,642	8,771	243,198	0,05	0,9	6	34	16	130	19	1	0,3
639	компот из сухофруктов	180	2,34	0,135	36,423	158,265	0,05	2	2	8	80	73	52	1,5	1,6
520	картофельное пюре	150	3,246	4,906	22,038	145,704	0,1	25	25,7	405	44	96	32	1,6	1
	хлеб дарницкий	20	1,8	0,28	9,8	46,4	0,05			218	11	53	12	0,4	1,5
	хлеб пшеничный	20	1,8	0,2	9,8	47	0,05			249	10	32	7	0,45	0,5
	ИТОГО	730	28,703	38,886	102,237	973,049	0,42	40,1	45,7	929,3	188,4	474,2	162,9	6,41	6,181
	ОБЩИЙ ИТОГ	1240	46,515	55,799	197,967	1534,71	0,63	56,64	198	1977	772,4	924,2	240,9	8,03	11,901

<div> <div> <div>День:</div> <div>четверг</div> </div> <div> <div>Сезон:</div> <div></div> </div> </div> <div> <div>Неделя:</div> <div>вторая</div> </div> <div> <div>Возрастная категория:</div> <div>7-11 лет</div> </div>															
N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Na	Ca	P	Mg	Pp	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	ЗАВТРАК														
	суфле творожное	180	27,876	15,969	24,761	263,826	0,1	0,48	31	64	149	250	65	35	1,8
685	чай с сахаром	180	0,18	0,046	13,509	55,133	0,001	0,1	0,5	0,9	5	8	4,4	0,1	0,8
10	бутерброд гор с сыром	60	8,215	12,095	15,485	205,4	0,04	0,1	72	400	252	166	16	0,3	0,5
	св. фрукты	100	1,5	0,5	21	46	0,04	15		39	24	16	13	0,45	3,3
	ИТОГО	520	37,771	28,61	74,755	570,359	0,181	15,68	104	503,9	430	440	98,4	35,85	6,4
	ОБЕД														
160	суп молочн с макар изд	200	4,833	4,252	16,034	222,48	0,08	1	45	638	161	138	21	0,3	0,5
	кура тушеная в смет. соусе	90	9,548	12,775	2,152	261,77	0,09	2	88	88	21	210	23	9	2
692	картофель отварной	150	3,042	4,406	24,518	150,203	0,1	30	21	395	19	89	34	1,9	1
631	компот из яблок	180	0,144	0,144	21,492	138,74	0,01	4		10	7	4	3	0,1	0,9
	огурец свежий	60	0,42	0,06	1,14	6,6	0,01	4		4	10	18	8	0,1	0,3
	хлеб дарницкий	20	1,8	0,28	9,8	46,4	0,05			218	11	53	12	0,4	1,5
	хлеб пшеничный	20	1,8	0,2	9,8	47	0,05			249	10	32	7	0,45	0,5
	ИТОГО	720	21,587	22,117	84,936	873,193	0,31	40	109	964	78	406	87	11,95	6,2
	ОБЩИЙ ИТОГ	1240	59,358	50,727	159,691	1443,55	0,756	166,6	351	2294	896	1302	286,8	53,1	19,2

<div> <div> <div>День: вторник</div> <div>Сезон:</div> </div> <div> <div>Неделя: вторая</div> <div>Возрастная категория: 7-11лет</div> </div> </div>																
N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А	Na	Ca	P	Mg	Pp	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
	ЗАВТРАК															
340	омлет натуральный	180	18,192	28,183	3,487	300,588	0,06	0,3	246	123	82	183	13	0,2	2	
685	чай с сахаром	180	0,18	0,046	13,509	55,133	0,001	0,1	0,5	0,9	5	8	4,4	0,1	0,8	
1	бутерброд с маслом	40	2,33	8,12	15,55	144,7	0,03		40	151	8	22	4	0,2	0,3	
	св.фрукты	100	1,5	0,5	21	46	0,04	15		39	24	16	13	0,45	3,3	
	ИТОГО	500	22,202	36,849	53,546	546,421	0,131	15,4	286,5	313,9	119	229	34,4	0,95	6,4	
	ОБЕД															
132	рассольник ленинг со смет	210	4,612	6,242	13,978	150,877	0,1		10	570	30	102	29	1,7	1,4	
437	гуляш	90	15,344	15,599	3,547	236,044	0,09	5	59	481	24	191	29	4,2	2,9	
516/3	макароны отварные	150	5,817	4,525	36,662	232,483	0,2		21	389	17	188	125	2,6	4	
54	салат из свежих овощей	60	0,608	6,076	1,712	64,428	0,038	13,33		648	14,83	27,03	14,16	0,28	0,63	
70	напиток клюквенный	180	0,113	0,045	18,797	108,12	0,005	3		0,4	4	2	3	0,05	0,2	
	хлеб дарницкий	20	1,8	0,28	9,8	46,4	0,05			218	11	53	12	0,4	1,5	
	хлеб пшеничный	20	1,8	0,2	9,8	47	0,05			249	10	32	7	0,45	0,5	
	ИТОГО	730	30,094	32,967	94,296	885,352	0,533	21,33	90	2555	110,83	595,03	219,2	9,68	11,13	
	ОБЩИЙ ИТОГ	1230	52,296	69,816	147,842	1431,77	0,664	36,73	376,5	2869	229,83	824,03	253,6	10,63	17,53	