## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Мл. школьники с 7 лет до 11 лет

Прием	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы	ценность	
јень 1	IV	T 200 T	0.00	15,92	45,84	361,78	1330
ЗАВТРАК	Каша манная молочная жидкая	200	9,08	0,00	15,22	61,22	
	Чай с лимоном Бутерброд с повидлом	100	4,66	1,74	56.00	250	
47050 24		500	14,00	17,66	117,06	673	
	ЗАВТРАК Огурец свежие (порциями)	60	0,48	0,06	1,50		148 a
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	200	8,68	10,42	17,74	199,88	
	Котлеты "Пермские"	90	15,98	9,60	14,21	205,15	
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,71	9,17	38,79	273,01	
	Кисель с витаминами "Витошка" для детей	130	0,71	3,17	30,73	270,01	202
	дошкольного и школьного возраста	200	0,00	0,00	24,00	95	504
	Хлеб пшеничный формовой	40	3,04	0.32	19,68	93,6	
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,30	8,02		574
итого за		760	38,49	29,87	123,94	916,24	
ATOFO 3A		1260	52,49	47,53	241,00	1589,24	
цень 2	день.	1200	32,43	47,00	241,00	1000,24	
BABTPAK	Суп молочный с макаронными изделиями	230	7,59	16,74	33,40	313,81	1130
HUIFAK	Чай с молоком	200	1,66	1,60	17,36	88,76	
	Бутерброды с сыром	100	13,78	13,54	30,00	295,6	
ATOFO 34	ЗАВТРАК	530	23,03	31,88	80,76	698.17	
обЕД	Сыр полутвердый (порциями)	60	13,92	17,70	0.00	218,4	
лосд	Борщ с капустой и картофелем	200	6,44	9,80	10.02	153.94	
	Гуляш из отварной говядины	90	10,85	10,66	3,96	155,36	
	Макаронные изделия отварные	180	6,82	5,22	43,27	247,61	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,02	0,00	17,88	67,96	
	Хлеб пшеничный формовой	40	3,04	0,32	19,68		573
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,32	8,02	41,2	
ИТОГО ЗА		790	42,73	44,00	102,83	978,07	
ATOFO 3A		1320	65,76	75,88	183,59	1676,24	
День 3	день.	1320	05,70	75,00	103,33	1070,24	
BABTPAK	Каша рисовая молочная жидкая	200	8,10	15,92	41,86	342,84	1226
DADIPAK	Какао с молоком	200	5,34	4,70	15,70	126,8	
	Печенье	100	7,50	9,80	74,40		582
ATOFO 2A	ЗАВТРАК	500	20,94	30,42	131,96	884,64	
ОБЕД		60	0,36	0,12	2,52	11,94	
льед	Помидоры свежие (порциями)						
	Суп с крупой и фрикадельками	250	11,70	12,88	27,00	271,32	
	Рагу из овощей и мяса	200	15,88	12,92	19,12	257,26	
	Компот из свежих яблок	200	0,18	0,18	19,18		486 a
	Хлеб пшеничный формовой	40	3,04	0,32	19,68	93,6	
того за	Хлеб ржаной	770	1,60	0,30	8,02		574
		1270	32,76	26,72	95,52	752,38	
ТОГО ЗА	день:	12/0	53,70	57,14	227,48	1637,02	
<b>День 4</b>	Tra	T 000 T	0.10	10.00			las i
BABTPAK	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	8,18	12,82	35,76	290,24	
	Кофейный напиток	200	2,56	2,76	13,52	87,74	
	Хлеб пшеничный формовой	40	3,04	0,32	19,68	93,6	
17050.00	Яйцо вареное	60	7,65	6,90	0,45	94,5	
	3ABTPAK	500	21,43	22,80	69,41	566,08	
ОБЕД	Салат из свёклы с зелёным горошком	80	1,20	4,96	6,08	73,6	
	Свекольник	200	6,80	9,88	11,90	163,82	
	Рыба, тушенная в сметанном соусе	100	16,16	5,26	3,80	128,25	
	Пюре картофельное	200	5,78	10,66	30,46	241,86	3/7
	Напиток с витаминами "Витошка" для детей						
	дошкольного и школьного возраста	200	0,00	0,00	19,00		507
	Хлеб пшеничный формовой	40	3,04	0,32	19,68		573
TOPO 0:	Хлеб ржаной	20	1,60	0,30	8,02		574
ТОГО ЗА		840	34,58	31,38	98,94	822,33	
ТОГО ЗА	день:	1340	56,01	54,18	168,35	1388,41	
ень 5							
ABTPAK	Каша пшенная молочная жидкая	200	7,80	10,96	41,26	293,94	
	Чай с лимоном	200	0,26	0,00	15,22	61,22	
	Бутерброды с маслом сливочным	100	5,43	22,43	33,90	355,32	
		500	40 40	22.20	00.20	740.40	
ТОГО ЗА ОБЕД	3ABTPAK	500	13,49	33,39	90,38	710,48	

		200	6,38	9,80	7,12	142.86	104
	Щи из свежей капусты с картофелем	100	18,50	20,39	1,15	261,96	
	Птица в соусе с томатом				47,56	259,24	
	Рис отварной	180	4,59	5,62		77,06	
	Компот из свежих груш	200	0,18	0,12	19,40		
	Хлеб пшеничный формовой	40	3,04	0,32	19,68	93,6	573
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,30	8,02	41,2	574
ОГО ЗА О		820	35,09	41,51	105,81	935,12	
		1320	48,58	74,90	196,19	1645.6	2 12
ГОГО ЗА Д	ЕНЬ:	1320	40,50	14,50	100,10	,	
ень 6			0.00	44.50	45.54	320,1	227
ABTPAK	Каша ячневая вязкая	200	8,82	11,52	45,54		
97	Какао с молоком	200	5,34	4,70	15,70	126,8	
	Бутерброд с повидлом	100	4,66	1,74	56,00	250	72
ТОГО ЗА 3		500	18,82	17,96	117,24	696,9	
		60	0,48	0,06	1,02	7.8	149 в
	Огурцы соленые(порциями)		7,60	11,36	15,34	194,58	
	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200					
	Котлеты "Пермские"	90	15,98	9,60	14,21	205,15	
	Капуста тушеная	200	4,44	5,80	15,22	133,18	
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76	
	Хлеб пшеничный формовой	40	3,04	0,32	19,68	93,6	573
		20	1,60	0,30	8.02	41,2	574
	Хлеб ржаной			27,44	88,51	734,27	
ТОГО ЗА О		810	33,34				
ТОГО ЗА Д	<b>ЦЕНЬ:</b>	1310	52,16	45,40	205,75	1431,17	
ень 7							
	Омлет натуральный	200	10,16	18,90	4,16	227,98	268
PILM		200	1,66	1,60	17,36	88,76	
100	Чай с молоком				74,40		582
	Печенье	100	7,50	9,80			
ТОГО ЗА З		500	19,32	30,30	95,92	731,74	
БЕД	Огурец свежие (порциями)	60	0,48	0,06	1,50		148 a
	Уха рыбацкая	200	10,48	2,48	12,42	114,42	120
	Биточки рубленные	90	14,96	12,68	12,70	223,25	
		180	6,82	5,22	43,27	247,61	
	Макаронные изделия отварные						
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	17,88	67,96	
	Хлеб пшеничный формовой	40	3,04	0,32	19,68	93,6	
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,30	8,02	41,2	574
ТОГО ЗА С		790	37,44	21,06	115,47	796,44	
ТОГО ЗА Д		1290	56,76	51,36	211,39	1528,18	
	цепь.	1230	30,70	01,00	211,00	1020,10	
ень 8							Tana
	Каша манная молочная жидкая	200	9,08	15,92	45,84	361,78	
	Кофейный напиток	200	2,56	2,76	13,52	87,74	
	Бутерброды с маслом шоколадным	100	5,12	34,28	33,70	460,21	70
ТОГО ЗА З		500	16,76	52,96	93,06	909,73	
	Салат из свежих огурцов	80	0,61	4,87	1,90	53,79	
						162,37	
	Суп с рыбными консервами	250	6,47	7,70	16,70		
	Жаркое по-домашнему	200	19,72	17,80	33,68	374,02	328
	Кисель с витаминами "Витошка" для детей						
	дошкольного и школьного возраста	200	0,00	0,00	24,00	95	504
	Хлеб пшеничный формовой	40	3,04	0,32	19,68		573
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,30	8,02	41,2	
ТОГО ЗА С		790	31,44	30,99	103,98	819,98	
ІТОГО ЗА Д	ЦЕНЬ:	1290	48,20	83,95	197,04	1729,71	
<b>1</b> ень 9							
	Каша пшенная молочная жидкая	200	7,80	10.00	41,26	293,94	005
	Чай с сахаром			1 10.9h	41.20	200,04	1235
7.5117.11				10,96		59 76	
		200	0,20	0,00	15,02	58,76	457
	Хлеб пшеничный формовой	200 40	0,20 3,04	0,00 0,32	15,02 19,68	93,6	457 573
	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное	200 40 60	0,20 3,04 7,65	0,00 0,32 6,90	15,02 19,68 0,45	93,6 94,5	457 573 267
ITOFO 3A 3	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное ВАВТРАК	200 40	0,20 3,04	0,00 0,32	15,02 19,68	93,6 94,5 <b>540,8</b>	457 573 267
1TOFO 3A 3	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное	200 40 60	0,20 3,04 7,65	0,00 0,32 6,90 <b>18,18</b>	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b>	93,6 94,5 <b>540,8</b>	457 573 267
1TOFO 3A 3	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное ВАВТРАК Помидоры свежие (порциями)	200 40 60 <b>500</b> 60	0,20 3,04 7,65 <b>18,69</b> 0,36	0,00 0,32 6,90 <b>18,18</b> 0,12	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52	93,6 94,5 <b>540,8</b> 11,94	457 573 267 148
1TOFO 3A 3	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное ВАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Суп-пюре из картофеля	200 40 60 <b>500</b> 60 200	0,20 3,04 7,65 <b>18,69</b> 0,36 7,00	0,00 0,32 6,90 <b>18,18</b> 0,12 7,86	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12	93,6 94,5 <b>540,8</b> 11,94 163,9	457 573 267 148 131
ІТОГО ЗА З ЭБЕД	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное ВАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Суп-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины	200 40 60 <b>500</b> 60 200 90	0,20 3,04 7,65 <b>18,69</b> 0,36 7,00 10,85	0,00 0,32 6,90 <b>18,18</b> 0,12 7,86 10,66	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96	93,6 94,5 <b>540,8</b> 11,94 163,9 155,36	457 573 267 148 131 327
1ТОГО ЗА З ОБЕД	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное  ВАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Суп-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины Рис отварной	200 40 60 <b>500</b> 60 200	0,20 3,04 7,65 <b>18,69</b> 0,36 7,00	0,00 0,32 6,90 <b>18,18</b> 0,12 7,86	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12	93,6 94,5 <b>540,8</b> 11,94 163,9	457 573 267 148 131 327
ІТОГО ЗА З ОБЕД	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное ВАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Суп-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины	200 40 60 <b>500</b> 60 200 90	0,20 3,04 7,65 <b>18,69</b> 0,36 7,00 10,85	0,00 0,32 6,90 <b>18,18</b> 0,12 7,86 10,66	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96	93,6 94,5 <b>540,8</b> 11,94 163,9 155,36	457 573 267 148 131 327
1ТОГО ЗА З ОБЕД	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное  ВАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Суп-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины Рис отварной	200 40 60 <b>500</b> 60 200 90	0,20 3,04 7,65 <b>18,69</b> 0,36 7,00 10,85	0,00 0,32 6,90 <b>18,18</b> 0,12 7,86 10,66	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96	93,6 94,5 <b>540,8</b> 11,94 163,9 155,36 259,24	457 573 267 148 131 327
1ТОГО ЗА З ОБЕД	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное  ВАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Суп-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины Рис отварной Напиток с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста	200 40 60 <b>500</b> 60 200 90 180	0,20 3,04 7,65 <b>18,69</b> 0,36 7,00 10,85 4,59	0,00 0,32 6,90 18,18 0,12 7,86 10,66 5,62	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96 47,56	93,6 94,5 <b>540,8</b> 11,94 163,9 155,36 259,24	457 573 267 148 131 327 385
ИТОГО ЗА З ОБЕД	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное ВАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Суп-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины Рис отварной Напиток с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста Хлеб пшеничный формовой	200 40 60 <b>500</b> 60 200 90 180	0,20 3,04 7,65 18,69 0,36 7,00 10,85 4,59	0,00 0,32 6,90 18,18 0,12 7,86 10,66 5,62	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96 47,56	93,6 94,5 <b>540,8</b> 11,94 163,9 155,36 259,24	457 573 267 148 131 327 385 507 573
ИТОГО ЗА З ОБЕД	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное ВАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Суп-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины Рис отварной Напиток с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной	200 40 60 500 60 200 90 180 200 40 20	0,20 3,04 7,65 18,69 0,36 7,00 10,85 4,59 0,00 3,04 1,60	0,00 0,32 6,90 18,18 0,12 7,86 10,66 5,62 0,00 0,32 0,30	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96 47,56	93,6 94,5 <b>540,8</b> 11,94 163,9 155,36 259,24 80 93,6 41,2	457 573 267 148 131 327 385 507 573 574
ІТОГО ЗА З ОБЕД	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное ВАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Сул-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины Рис отварной Напиток с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной	200 40 60 500 60 200 90 180 200 40 20 790	0,20 3,04 7,65 18,69 0,36 7,00 10,85 4,59 0,00 3,04 1,60 27,44	0,00 0,32 6,90 18,18 0,12 7,86 10,66 5,62 0,00 0,32 0,30 24,88	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96 47,56 19,00 19,68 8,02 <b>116,86</b>	93,6 94,5 540,8 11,94 163,9 155,36 259,24 80 93,6 41,2	457 573 267 148 131 327 385 507 573
ITOFO 3A 3 DEED ITOFO 3A 0 ITOFO 3A 0	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное ВАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Сул-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины Рис отварной Напиток с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной	200 40 60 500 60 200 90 180 200 40 20	0,20 3,04 7,65 18,69 0,36 7,00 10,85 4,59 0,00 3,04 1,60	0,00 0,32 6,90 18,18 0,12 7,86 10,66 5,62 0,00 0,32 0,30	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96 47,56	93,6 94,5 <b>540,8</b> 11,94 163,9 155,36 259,24 80 93,6 41,2	457 573 267 148 131 327 385 507 573
ІТОГО ЗА З ОБЕД ІТОГО ЗА О ІТОГО ЗА Д Іень 10	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное ВАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Сул-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины Рис отварной Напиток с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной	200 40 60 500 60 200 90 180 200 40 20 790	0,20 3,04 7,65 18,69 0,36 7,00 10,85 4,59 0,00 3,04 1,60 27,44	0,00 0,32 6,90 18,18 0,12 7,86 10,66 5,62 0,00 0,32 0,30 24,88	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96 47,56 19,00 19,68 8,02 <b>116,86</b>	93,6 94,5 540,8 11,94 163,9 155,36 259,24 80 93,6 41,2 805,24 1346,04	457 573 267 148 131 327 385 507 573 574
ТОГО ЗА 3 БЕД ТОГО ЗА 0 ТОГО ЗА Д ень 10	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное ВАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Сул-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины Рис отварной Напиток с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной	200 40 60 500 60 200 90 180 200 40 20 790	0,20 3,04 7,65 18,69 0,36 7,00 10,85 4,59 0,00 3,04 1,60 27,44	0,00 0,32 6,90 18,18 0,12 7,86 10,66 5,62 0,00 0,32 0,30 24,88	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96 47,56 19,00 19,68 8,02 <b>116,86</b>	93,6 94,5 540,8 11,94 163,9 155,36 259,24 80 93,6 41,2	457 573 267 148 131 327 385 507 573 574
ТОГО ЗА З БЕД ТОГО ЗА О ТОГО ЗА Д ень 10 АВТРАК	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное  ЗАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Суп-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины Рис отварной Напиток с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной  ОБЕД ЦЕНЬ:  Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200 40 60 500 60 200 90 180 200 40 20 790 1290	0,20 3,04 7,65 18,69 0,36 7,00 10,85 4,59 0,00 3,04 1,60 27,44 46,13	0,00 0,32 6,90 18,18 0,12 7,86 10,66 5,62 0,00 0,32 0,30 24,88 43,06	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96 47,56 19,00 19,68 8,02 116,86 193,27	93,6 94,5 540,8 11,94 163,9 155,36 259,24 80 93,6 41,2 805,24 1346,04	457 573 267 148 131 327 385 507 573 574
ТОГО ЗА З БЕД ТОГО ЗА О ТОГО ЗА Д ень 10 АВТРАК	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное  ЗАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Суп-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины Рис отварной Напиток с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной ОБЕД ЦЕНЬ:  Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая Какао с молоком	200 40 60 500 60 200 90 180 200 40 20 790 1290	0,20 3,04 7,65 18,69 0,36 7,00 10,85 4,59 0,00 3,04 1,60 27,44 46,13	0,00 0,32 6,90 18,18 0,12 7,86 10,66 5,62 0,00 0,32 0,30 24,88 43,06	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96 47,56 19,00 19,68 8,02 116,86 193,27	93,6 94,5 540,8 11,94 163,9 155,36 259,24 80 93,6 41,2 805,24 1346,04	457 573 267 148 131 327 385 507 573 574
ІТОГО ЗА З ОБЕД ІТОГО ЗА О ІТОГО ЗА Д Іень 10 АВТРАК	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное  ЗАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Суп-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины Рис отварной Напиток с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной ОБЕД ЦЕНЬ:  Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая Какао с молоком Бутерброды с маслом сливочным	200 40 60 500 60 200 90 180 200 40 20 790 1290 200 200 200 100	0,20 3,04 7,65 18,69 0,36 7,00 10,85 4,59 0,00 3,04 1,60 27,44 46,13	0,00 0,32 6,90 18,18 0,12 7,86 10,66 5,62 0,00 0,32 0,30 24,88 43,06	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96 47,56 19,00 19,68 8,02 116,86 193,27	93,6 94,5 540,8 11,94 163,9 155,36 259,24 80 93,6 41,2 805,24 1346,04	457 573 267 148 131 327 385 507 573 574 234 462 71
ТОГО ЗА З ОБЕД ТОГО ЗА О ПТОГО ЗА Д ІЕНЬ 10 АВТРАК	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное  ВАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Суп-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины Рис отварной Напиток с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной ОБЕД ЦЕНЬ:  Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая Какао с молоком Бутерброды с маслом сливочным ВАВТРАК	200 40 60 500 60 200 90 180 200 40 20 790 1290 200 200 200 100 500	0,20 3,04 7,65 18,69 0,36 7,00 10,85 4,59 0,00 3,04 1,60 27,44 46,13	0,00 0,32 6,90 18,18 0,12 7,86 10,66 5,62 0,00 0,32 0,30 24,88 43,06	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96 47,56 19,00 19,68 8,02 116,86 193,27 35,76 15,70 33,90 <b>85,36</b>	93,6 94,5 540,8 11,94 163,9 155,36 259,24 80 93,6 41,2 805,24 1346,04	457 573 267 148 131 327 385 507 573 574 234 462 71
ТОГО ЗА З ОБЕД ТОГО ЗА О ПТОГО ЗА Д Цень 10 (АВТРАК	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное  ЗАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Суп-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины Рис отварной Напиток с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной ОБЕД ЦЕНЬ:  Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая Какао с молоком Бутерброды с маслом сливочным	200 40 60 500 60 200 90 180 200 40 20 790 1290 200 200 100 500 80	0,20 3,04 7,65 18,69 0,36 7,00 10,85 4,59 0,00 3,04 1,60 27,44 46,13	0,00 0,32 6,90 18,18 0,12 7,86 10,66 5,62 0,00 0,32 0,30 24,88 43,06	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96 47,56 19,00 19,68 8,02 116,86 193,27	93,6 94,5 540,8 11,94 163,9 155,36 259,24 80 93,6 41,2 805,24 1346,04 290,24 126,8 355,32 772,36 72,8	457 573 267 148 131 327 385 507 573 574 234 462 71
ІТОГО ЗА З ОБЕД ІТОГО ЗА Д ІЕНЬ 10 АВТРАК	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное  ВАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Суп-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины Рис отварной Напиток с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной ОБЕД ЦЕНЬ:  Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая Какао с молоком Бутерброды с маслом сливочным ВАВТРАК	200 40 60 500 60 200 90 180 200 40 20 790 1290 200 200 200 100 500	0,20 3,04 7,65 18,69 0,36 7,00 10,85 4,59 0,00 3,04 1,60 27,44 46,13	0,00 0,32 6,90 18,18 0,12 7,86 10,66 5,62 0,00 0,32 0,30 24,88 43,06	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96 47,56 19,00 19,68 8,02 116,86 193,27 35,76 15,70 33,90 <b>85,36</b>	93,6 94,5 540,8 11,94 163,9 155,36 259,24 80 93,6 41,2 805,24 1346,04 290,24 126,8 355,32 772,36 72,8	457 573 267 148 131 327 385 507 573 574 234 462 71
ТОГО ЗА З БЕД ТОГО ЗА О ПОГО ЗА Д ень 10 АВТРАК	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное  ЗАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Суп-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины Рис отварной Напиток с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной  ОБЕД  ЦЕНЬ:  Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая Какао с молоком Бутерброды с маслом сливочным  ЗАВТРАК Салат из свёклы отварной Рассольник ленинградский	200 40 60 500 60 200 90 180 200 40 20 790 1290 200 200 200 500 80 200	0,20 3,04 7,65 18,69 0,36 7,00 10,85 4,59 0,00 3,04 1,60 27,44 46,13 8,18 5,34 5,43 18,95 1,12 6,84	0,00 0,32 6,90 18,18 0,12 7,86 10,66 5,62 0,00 0,32 0,30 24,88 43,06 12,82 4,70 22,43 39,95 4,88 9,74	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96 47,56 19,00 19,68 8,02 116,86 193,27 35,76 15,70 33,90 85,36 6,08 15,40	93,6 94,5 540,8 11,94 163,9 155,36 259,24 80 93,6 41,2 805,24 1346,04 290,24 126,8 355,32 772,36 72,36 72,8	457 573 267 148 131 327 385 507 573 574 234 462 71 26 100
ТОГО ЗА З БЕД ТОГО ЗА О ПОГО ЗА Д ень 10 АВТРАК	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное  ЗАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Суп-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины Рис отварной Напиток с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной ОБЕД ЗЕНЬ:  Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая Какао с молоком Бутерброды с маслом сливочным ЗАВТРАК Салат из свёклы отварной Рассольник ленинградский Тефтели из говядины в молочном соусе	200 40 60 500 60 200 90 180 200 40 20 790 1290 200 100 500 80 200 90	0,20 3,04 7,65 18,69 0,36 7,00 10,85 4,59  0,00 3,04 1,60 27,44 46,13  8,18 5,34 5,43 18,95 1,12 6,84 12,11	0,00 0,32 6,90 18,18 0,12 7,86 10,66 5,62  0,00 0,32 0,30 24,88 43,06  12,82 4,70 22,43 39,95 4,88 9,74 8,99	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96 47,56 19,00 19,68 8,02 116,86 193,27 35,76 15,70 33,90 6,08 15,40 7,97	93,6 94,5 540,8 11,94 163,9 155,36 259,24 80 93,6 41,2 805,24 1346,04 290,24 126,8 355,32 772,36 72,8 177,26 161,21	457 573 267 148 131 327 385 507 573 574 234 462 71 26 100 349
ПТОГО ЗА З ОБЕД ПТОГО ЗА Д Цень 10 НАВТРАК	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное  ЗАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Суп-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины Рис отварной Напиток с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной ОБЕД ЦЕНЬ:  Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая Какао с молоком Бутерброды с маслом сливочным ЗАВТРАК Салат из свёклы отварной Рассольник ленинградский Тефтели из говядины в молочном соусе Пюре картофельное	200 40 60 500 60 200 90 180 200 40 20 790 1290 200 100 500 80 200 90 200 200 200 200 200 200	0,20 3,04 7,65 18,69 0,36 7,00 10,85 4,59  0,00 3,04 1,60 27,44 46,13  8,18 5,34 5,43 18,95 1,12 6,84 12,11 5,78	0,00 0,32 6,90 18,18 0,12 7,86 10,66 5,62  0,00 0,32 0,30 24,88 43,06  12,82 4,70 22,43 39,95 4,88 9,74 8,99 10,66	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96 47,56 19,00 19,68 8,02 116,86 193,27 35,76 15,70 33,90 <b>85,36</b> 6,08 15,40 7,97 30,46	93,6 94,5 540,8 11,94 163,9 155,36 259,24 80 93,6 41,2 805,24 1346,04 290,24 126,8 355,32 772,36 72,36 177,26 161,21 241,86	457 573 267 148 131 327 385 507 573 574 234 462 71 26 100 349 377
IТОГО ЗА З ОБЕД IТОГО ЗА Д (ень 10 АВТРАК IТОГО ЗА З	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное  ЗАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Суп-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины Рис отварной Напиток с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной ОБЕД ЦЕНЬ:  Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая Какао с молоком Бутерброды с маслом сливочным  ЗАВТРАК Салат из свёклы отварной Рассольник ленинградский Ттефтели из говядины в молочном соусе Пюре картофельное Компот из свежких яблок	200 40 60 500 60 200 90 180 200 40 20 790 1290 200 100 500 80 200 90 200 200 200 200 200	0,20 3,04 7,65 18,69 0,36 7,00 10,85 4,59  0,00 3,04 1,60 27,44 46,13  8,18 5,34 5,43 18,95 1,12 6,84 12,11 5,78 0,18	0,00 0,32 6,90 18,18 0,12 7,86 10,66 5,62  0,00 0,32 0,30 24,88 43,06  12,82 4,70 22,43 39,95 4,88 9,74 8,99 10,66 0,18	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96 47,56 19,00 19,68 8,02 116,86 193,27 35,76 15,70 33,90 <b>85,36</b> 6,08 15,40 7,97 30,46 19,18	93,6 94,5 540,8 11,94 163,9 155,36 259,24 80 93,6 41,2 805,24 1346,04 290,24 126,8 355,32 772,36 72,8 177,26 161,21 241,86 77,06	457 573 267 148 131 327 385 507 573 574 234 462 71 26 100 349 377 486 a
IТОГО ЗА З ОБЕД IТОГО ЗА Д (ень 10 АВТРАК IТОГО ЗА З	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное  ЗАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Суп-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины Рис отварной Напиток с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной ОБЕД ЦЕНЬ:  Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая Какао с молоком Бутерброды с маслом сливочным ЗАВТРАК Салат из свёклы отварной Рассольник ленинградский Тефтели из говядины в молочном соусе Пюре картофельное	200 40 60 500 60 200 90 180 200 40 20 790 1290 200 100 500 80 200 90 200 200 200 200 200 200	0,20 3,04 7,65 18,69 0,36 7,00 10,85 4,59  0,00 3,04 1,60 27,44 46,13  8,18 5,34 5,43 18,95 1,12 6,84 12,11 5,78	0,00 0,32 6,90 18,18 0,12 7,86 10,66 5,62  0,00 0,32 0,30 24,88 43,06  12,82 4,70 22,43 39,95 4,88 9,74 8,99 10,66	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96 47,56 19,00 19,68 8,02 116,86 193,27 35,76 15,70 33,90 <b>85,36</b> 6,08 15,40 7,97 30,46	93,6 94,5 540,8 11,94 163,9 155,36 259,24 80 93,6 41,2 805,24 1346,04 290,24 126,8 355,32 772,36 72,36 177,26 161,21 241,86	457 573 267 148 131 327 385 507 573 574 234 462 71 26 100 349 377 486 a
ІТОГО ЗА З ОБЕД ІТОГО ЗА Д (ень 10 АВТРАК ІТОГО ЗА З	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное  ЗАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Суп-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины Рис отварной Напиток с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной ОБЕД ЦЕНЬ:  Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая Какао с молоком Бутерброды с маслом сливочным  ЗАВТРАК Салат из свёклы отварной Рассольник ленинградский Ттефтели из говядины в молочном соусе Пюре картофельное Компот из свежких яблок	200 40 60 500 60 200 90 180 200 40 20 790 1290 200 100 500 80 200 200 200 200 40 40	0,20 3,04 7,65 18,69 0,36 7,00 10,85 4,59  0,00 3,04 1,60 27,44 46,13  8,18 5,34 5,43 18,95 1,12 6,84 12,11 5,78 0,18 3,04	0,00 0,32 6,90 18,18 0,12 7,86 10,66 5,62  0,00 0,32 0,30 24,88 43,06  12,82 4,70 22,43 39,95 4,88 9,74 8,99 10,66 0,18 0,32	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96 47,56 19,00 19,68 8,02 <b>116,86</b> <b>193,27</b> 35,76 15,70 33,90 <b>85,36</b> 6,08 15,40 7,97 30,46 19,18 19,68	93,6 94,5 540,8 11,94 163,9 155,36 259,24 80 93,6 41,2 805,24 1346,04 290,24 126,8 355,32 772,36 72,8 177,26 161,21 241,86 77,06 93,6	457 573 267 148 131 327 385 507 573 574 234 462 71 26 100 349 377 486 a 573
ПТОГО ЗА З ОБЕД ПТОГО ЗА Д Цень 10 ІАВТРАК ПТОГО ЗА З	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное  ЗАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Суп-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины Рис отварной Напиток с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной ОБЕД ЦЕНЬ:  Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая Какао с молоком Бутерброды с маслом сливочным ВАВТРАК Салат из свёклы отварной Рассольник ленинградский Тефтели из говядины в молочном соусе Пюре картофельное Компот из свежких яблок Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной	200 40 60 500 60 200 90 180  200 790 1290  200 200 90 200 90 200 40 200 200 200 200 200 200 200 200	0,20 3,04 7,65 18,69 0,36 7,00 10,85 4,59  0,00 3,04 1,60 27,44 46,13  8,18 5,34 5,43 18,95 1,12 6,84 12,11 5,78 0,18 3,04 1,60	0,00 0,32 6,90 18,18 0,12 7,86 10,66 5,62  0,00 0,32 0,30 24,88 43,06  12,82 4,70 22,43 39,95 4,88 9,74 8,99 10,66 0,18 0,32 0,30	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96 47,56 19,00 19,68 8,02 <b>116,86</b> <b>193,27</b> 35,76 15,70 33,90 <b>85,36</b> 6,08 15,40 7,97 30,46 19,18 19,68 8,02	93,6 94,5 540,8 11,94 163,9 155,36 259,24 80 93,6 41,2 805,24 1346,04 290,24 126,8 355,32 772,36 72,8 177,26 161,21 241,86 77,06 93,6 41,2	457 573 267 148 131 327 385 507 573 574 234 462 71 26 100 349 377 486 a 573 574
1ТОГО ЗА З ОБЕД 1ТОГО ЗА Д 1ТОГО ЗА З 1ТОГО ЗА З ОБЕД	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное  ЗАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Суп-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины Рис отварной Напиток с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной ОБЕД ЦЕНЬ:  Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая Какао с молоком Бутерброды с маслом сливочным ЗАВТРАК Салат из свёклы отварной Рассольник ленинградский Тефтели из говядины в молочном соусе Пюре картофельное Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной ОБЕД	200 40 60 500 60 200 90 180  200 200 1290  200 100 500 80 200 200 200 200 200 200 200 200 20	0,20 3,04 7,65 18,69 0,36 7,00 10,85 4,59  0,00 3,04 1,60 27,44 46,13  8,18 5,34 5,43 18,95 1,12 6,84 12,11 5,78 0,18 3,04 1,60 30,67	0,00 0,32 6,90 18,18 0,12 7,86 10,66 5,62  0,00 0,32 0,30 24,88 43,06  12,82 4,70 22,43 39,95 4,88 9,74 8,99 10,66 0,18 0,32 0,30 35,07	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96 47,56 19,00 19,68 8,02 116,86 193,27 35,76 15,70 33,90 85,36 6,08 15,40 7,97 30,46 19,18 19,68 8,02	93,6 94,5 540,8 11,94 163,9 155,36 259,24 80 93,6 41,2 805,24 1346,04 290,24 126,8 355,32 772,36 72,8 177,26 161,21 241,86 77,06 93,6 41,2 864,99	457 573 267 148 131 327 385 507 573 574 234 462 71 26 100 349 377 486 a 573 574
ИТОГО ЗА З ОБЕД ИТОГО ЗА Д Цень 10 ВАВТРАК ИТОГО ЗА З ОБЕД	Хлеб пшеничный формовой Яйцо вареное  ЗАВТРАК Помидоры свежие (порциями) Суп-пюре из картофеля Гуляш из отварной говядины Рис отварной Напиток с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной ОБЕД ЦЕНЬ:  Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая Какао с молоком Бутерброды с маслом сливочным ЗАВТРАК Салат из свёклы отварной Рассольник ленинградский Тефтели из говядины в молочном соусе Пюре картофельное Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной ОБЕД	200 40 60 500 60 200 90 180  200 790 1290  200 200 90 200 90 200 40 200 200 200 200 200 200 200 200	0,20 3,04 7,65 18,69 0,36 7,00 10,85 4,59  0,00 3,04 1,60 27,44 46,13  8,18 5,34 5,43 18,95 1,12 6,84 12,11 5,78 0,18 3,04 1,60	0,00 0,32 6,90 18,18 0,12 7,86 10,66 5,62  0,00 0,32 0,30 24,88 43,06  12,82 4,70 22,43 39,95 4,88 9,74 8,99 10,66 0,18 0,32 0,30	15,02 19,68 0,45 <b>76,41</b> 2,52 16,12 3,96 47,56 19,00 19,68 8,02 <b>116,86</b> <b>193,27</b> 35,76 15,70 33,90 <b>85,36</b> 6,08 15,40 7,97 30,46 19,18 19,68 8,02	93,6 94,5 540,8 11,94 163,9 155,36 259,24 80 93,6 41,2 805,24 1346,04 290,24 126,8 355,32 772,36 72,8 177,26 161,21 241,86 77,06 93,6 41,2	457 573 267 148 131 327 385 507 573 574 234 462 71 26 100 349 377 486 a 573 574

Среднесуто	чное содержание витаминов и микр	оэлементов в меню:				
витамины		ые		Перечень продуктов обогащенных витаминами и микроэлементами и их кратность включения в меню:		
С (мг/сут)	62,557	Кальций (мг/сут)	544,749			
В1 (мг/сут)	0,809	Фосфор (мг/сут)	466,29	Перечень продуктов обогащенных лакто и бифидобактериям		
В2 (мг/сут)	0,782	Магний (мг/сут)	135,873			
А (рет.экв/сут)	172	Железо (мг/сут)	9,809	Использованные сборники рецептур: ЕДИНЫЙ СБОРНИК ТЕХНОЛОГИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ, РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ для образовательных учреждений, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в		
D (мкг/сут)	250	Фтор (мг/сут)	0,757	Возможные замены блюд:		