



**Обед**

139/2004	Суп картофельный с бобовыми с прежками с мясом	210	6,25	5,6	22,25	173	0,05	0,2	0,1		145	298,7	0,4
168/2003	Колбаса-Домашняя (свинина, мясо птицы) с соусом	120	13,2	15,2	8,6	287	0,09	6,7	0,2	0,18	163	168,8	25,2
541/2004	Рыб из овощей	180	1,3	6,2	39	255		2,4		0,15	43,87	107,0	9,7
тк699/2004	Компот из ягод	200	0,4	0,1	31,6	128	0,9	6	0,4	0,2	8,0	3,54	4,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "гузовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
	<b>расчет</b>	<b>715</b>	<b>24,55</b>	<b>27,59</b>	<b>122,95</b>	<b>948,3</b>	<b>1,58</b>	<b>15,3</b>	<b>1,2</b>	<b>1,13</b>	<b>360,0</b>	<b>604,5</b>	<b>54,3</b>

**4-ый день, четверг**

**Обед**

135/2004	Суп из овощей со сметаной с мясом	210	2,9	12,5	45,4	221,1	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
тк№212	Гуляш из свинины с отрубями	100	12,1	9,5	13,4	161	0,09	1,2	0,8	0	154	156	55
510/2004	Каша гречневая вязкая	150	5,4	8,1	26,8	205,2	0,36	1,9	0,3	1,5	190,5	34,5	26,7
705/2004	Напиток из шиповника	200	1,04	0,1	31,61	131		12			18,4	50	12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	50	3,8	0,6	25	122	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	<b>расчет</b>	<b>710</b>	<b>25,24</b>	<b>30,8</b>	<b>142,2</b>	<b>840,3</b>	<b>0,73</b>	<b>15,9</b>	<b>1,9</b>	<b>2,1</b>	<b>397,5</b>	<b>252,5</b>	<b>101,5</b>

**5-ый день, пятница**

**Обед**

110/2004	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	2,25	5,25	16,25	178	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
тк№ 416/1994	Шницель мясной (свинина)	100	19,2	12,1	3,7	188	0,08	2,3	0,4	0,6	204	418	34
340/2004	Фарфалле( макароны багетки отварные)	150	6,3	9,5	26,5	264,6		2,4		0,15	43,87	107,0	9,7
631/2004	Компот из яблок	200	1	0	27,6	110	0,9	6	0,4	0,2	8,0	3,54	4,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "гузовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
	<b>расчет</b>	<b>700</b>	<b>32,15</b>	<b>27,3</b>	<b>95,6</b>	<b>845,9</b>	<b>1,53</b>	<b>11,5</b>	<b>1,6</b>	<b>1,55</b>	<b>290,5</b>	<b>563,9</b>	<b>62,9</b>

**2-ая неделя**

**Обед**

168/2004	Суп-шоре из разных овощей с трюнками со сметаной	200	3,6	5,8	23	179	0,9		0,6	6	216,7	19,8	
----------	---	-----	-----	-----	----	-----	-----	--	-----	---	-------	------	--

ТТК №208	Хлеб "Золотинка" со свиной	250	9,76	7,52	41,76	411	0,01	3,1	0	0,28	3,4	90,4	22,8
ТТК 82/2002	Напиток "Витолка"	200	1,19	0,15	16,1	64	0,9	6	0,4	0,2	8,0	3,54	4,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
	<b>расчет</b>	<b>700</b>	<b>17,95</b>	<b>3,96</b>	<b>102,36</b>	<b>759,3</b>	<b>2,35</b>	<b>9,1</b>	<b>1,5</b>	<b>7,08</b>	<b>228,2</b>	<b>140,2</b>	<b>41,8</b>

2-ой день, вторник

Обед

132/2004	Рассольник "Ленинградский" со	210	3	6,2	31,5	178	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
ТТК №209	Поджарка из индейки	100	25,7	16,8	128,6	275,5	0,09	1,2	0,8	0	154	156	55
332/2004	Фузилли отварные (макаронь отварные	150	5,2	6,2	35,3	220,5	0,01		0,7	6	43,8	9	0,01
705/2004	Напиток из шиповника	200	1,04		31,61	131			0,4		10	4	0,8
	Хлеб "крестьянский", обогащенный	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
	<b>расчет</b>	<b>710</b>	<b>38,34</b>	<b>29,69</b>	<b>248,51</b>	<b>910,3</b>	<b>0,65</b>	<b>2,0</b>	<b>2,7</b>	<b>6,6</b>	<b>242,4</b>	<b>204,4</b>	<b>70,8</b>

3-ий день, среда

Завтрак

124/2004	Пи из свежей капуста с картофелем со	200	2,9	3,5	35,5	169	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
159/2015	Зрван "Школьные"(свинина)	120	12,9	16,5	7,4	235	0,09	6,7	0,2	0,18	208	176,8	25
5/4/2015	Каши гречневая вязкая	150	4,5	6,8	32,4	181	0,36	1,9	0,3	1,5	190,5	34,5	26,7
ТТК"	Какао напиток "Витолка"	200	3,5	3,5	36	96	0,3	2,4	0,3	2,7	14,5	25,6	12,3
	Хлеб "крестьянский", обогащенный	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27				0,06	23,4	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
	<b>расчет</b>	<b>808</b>	<b>27,6</b>	<b>30,9</b>	<b>36,3</b>	<b>803,6</b>	<b>1,3</b>	<b>73,7</b>	<b>1,1</b>	<b>4,38</b>	<b>447,6</b>	<b>292,6</b>	<b>79,0</b>

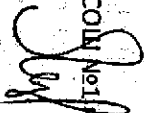
4-ый день, четверг

Обед

135/204	Суп лапша домашняя с зеленью	200	5,6	6,5	14,5	221,6	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
6/9/2011	Запеканка картофельная	200	12,8	2,8	16,3	391	0,4	4,36	0,1	0,2	116	20,6	6,45
ТТК 1-А	Компот из ягод	200	0,4		31,61	130	0,27	0,36		1,9	0,3	23,4	7,38
	Хлеб "крестьянский", обогащенный	50	3,8	0,6	25	123	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	50	3,8	0,6	25	123	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38

		5-ый день, пятница												
		Обед												
		расчет												
		Норма в день												
		Итого за 2 недели (среднее)												
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27					0,06	23,4	7,38
	Уха "Рыбачья"	210	7	2,5	10,4	172	0,01	0,8	0,3			34,5	8,9	0,2
ткдс 181/1994	Индейка по-лобенски	250	16,2	22,3	2,8	278	0,09	1,2	0,8			154	156	55
ткдс 282/2003	Фуззилли отварные (макарон отварные спиралька)	150	5,4	8,1	26,8	205,2	0,01		0,7			43,8	9	0,01
54-5хн- 2020	Компот из куряти	200	1,8	0,1	23,5	102,2		12,0				18,4	50	12,2
	Хлеб "крестянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27			0,5		0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27					0,06	23,4	7,38
	расчет	860	33,8	33,49	85	862,7	0,65	14	2,3		6,6	250,8	250,38	82,17
	Норма в день		38,5	39,5	167,5	1175,0	0,5	30,0	0,3		4	516,0	876,0	114,0
	Итого за 2 недели (среднее)		45,6	46,7	178,9	1432,6	1,2	42,0	0,2		4,5	532,0	895,0	115,6

Согласовано:  
 Директор: МАОУ СОШ №1 имени С.С.Алексеева.  
 Махновецкий А.В.



Утверждаю:  
 Директор ООО "Аппетит"  
 В.В. Рогонов



**Примерное двухнедельное меню бесплатного двухразового питания (завтрак и обед) для обучающихся  
 1-4 классов на 2024-2025 учебный год**

№ об/р год	Наименование блюда	Пищевые вещества				Энерг. Ценн. Ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг		
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	

**1-ая неделя**

**Завтрак**

тк№1/2004	Булгурод с маслом сливочным с сыром	25\10/10	5,8	16,9	13,5	178	0,6	1,2	0,8	1,8	208	176,8	35,5
35/2003	Каша молочная "Дружба"	200	6,8	6,5	32,8	215,3	0,08	0,9		0,8	140,0	156,0	22,4
684/2004	Чай с лимоном	200	0,2		15	58		12,0			18,4	50	12,2
	Фрукт свежий	125	1,9	0,3	12,5	61,3	0,4	4,36	0,1	0,2	116	20,6	6,45
	<b>расчет</b>	<b>560</b>	<b>14,7</b>	<b>23,7</b>	<b>73,8</b>	<b>512,6</b>	<b>1,08</b>	<b>18,46</b>	<b>0,9</b>	<b>2,8</b>	<b>223,0</b>	<b>403,4</b>	<b>76,55</b>

**Обед**

134/2004	Суп крестьянскийс крупой с филе курь	200/10	3,1	3	38,1	192	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
тк№212	Гуляш из свинины с отрубями	100	12,1	9,5	13,4	161	0,09	1,2	0,8	0	154	156	55
510/2004	Каша гречневая вязкая	150	5,4	8,2	26,8	205,2	0,36	1,9	0,3	1,5	190,5	34,5	26,7
тк№82	Напиток "Витолка"	200	1,19	0,15	126	64		12,0			18,4	50	12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	63	0,27				0,06	23,4	7,38
	<b>расчет</b>	<b>710</b>	<b>25,19</b>	<b>21,3</b>	<b>225,8</b>	<b>746,5</b>	<b>1,1</b>	<b>15,9</b>	<b>1,9</b>	<b>2,1</b>	<b>397,5</b>	<b>275,9</b>	<b>108,9</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>39,89</b>	<b>45,0</b>	<b>299,6</b>	<b>1259,1</b>	<b>1,4</b>	<b>28,7</b>	<b>2,0</b>	<b>2,6</b>	<b>256,7</b>	<b>576,5</b>	<b>84,3</b>	

**2-ой день, вторник**

**Завтрак**

тк№19	Чикен-Боли (филе курь)	100	12,3	16,9	13,5	178	0,08	2,3	0,4	0,6	204	418	34
332/2004	Фуззилли отварные (какароны отварные спарделька)	150	5,2	6,2	35,3	220,5	0,01		0,7	6	43,8	9	0,01
684/2004	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		12,0		6,6	18,4	50	12,2

	Хлеб "Луговской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	63	0,27				0,06	23,4	7,38
	Хлеб "Крестьянский", обогащенный ВИТАМИНАМИ	25	3,8	0,6	25	122	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38

		10	23	29	29,8	041,5	0,63	14,5	1,6	3,8	26,0	50,5	61,0
<b>Обед</b>													
5/2/2011	Расходник "Домашний" со сметаной с мясом	200/10	2,2	5,4	13,7	172	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
ТТК№208	Плов "Золотника" с нидежкой (с Булгуром) с овощами	200/30	41	17,3	41,7	347	0,01	3,1	0	0,28	3,4	90,4	22,8
54-бкн-2020	Компот с сухофруктов	200	0,5		27	110,2		12,0			18,4	50	12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	50	3,8	0,6	25	123	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	<b>расчет</b>	<b>715</b>	<b>49,4</b>	<b>23,6</b>	<b>119,9</b>	<b>813,5</b>	<b>0,56</b>	<b>15,9</b>	<b>1,3</b>	<b>1,48</b>	<b>56,4</b>	<b>155,5</b>	<b>50,0</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>72,4</b>	<b>47,5</b>	<b>217,7</b>	<b>1456,7</b>	<b>1,19</b>	<b>30,2</b>	<b>2,9</b>	<b>15,28</b>	<b>322,7</b>	<b>658,9</b>	<b>110,9</b>

3-ий день, среда

**Завтрак**

ТТК№12004	Бургерборд с маслом сливочным на батоне	25/10	3,9	7,7	13,5	129	0,4	1,2	0,5	2,2	208	178,8	15,2
ТТК№	Творожный пудинг с соусом	220/50	27,5	19,7	25,8	318	0,08	12		2,6	144,0	156,0	10,9
684/2004	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		12,0		4,8	18,4	50	12,2
	<b>расчет</b>	<b>505</b>	<b>31,6</b>	<b>27,4</b>	<b>54,3</b>	<b>505</b>	<b>0,48</b>	<b>25,2</b>	<b>0,5</b>	<b>7,4</b>	<b>229,0</b>	<b>384,8</b>	<b>38,3</b>

**Обед**

139/2004	Суп карповый с бобовыми с трюнками с мясом	210	6,25	5,6	22,25	173	0,05	0,2	0,1		145	298,7	0,4
168/2003	Котлета-Домашняя (свинина, мясо птицы) с соусом	120	13,2	15,2	8,6	287	0,09	6,7	0,2	0,18	163	168,8	25,2
541/2004	Рагу из овощей	180	1,3	6,2	39	255		2,4		0,15	43,87	107,0	9,7
ТТК699/2004	Компот из ягод	200	0,4	0,1	31,6	128	0,9	6	0,4	0,2	8,0	3,54	4,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
	<b>Итого за день</b>	<b>760</b>	<b>33,1</b>	<b>27,59</b>	<b>63,3</b>	<b>948,0</b>	<b>2,05</b>	<b>32,2</b>	<b>0,5</b>	<b>6,5</b>	<b>675,4</b>	<b>728,8</b>	<b>84,3</b>

4-ый день, четверг

**Завтрак**

ТТК:416/1994	Бытчек мясной (свинина, мясо птицы)	100	15	11,3	9,5	171	240,5	1,2	0,5	2,2	204	48	27
520/2004	Картофельное пюре	150	5,8	11,2	57	212	0,3	2,4	0,3	2,7	14,5	25,6	12,3
54-Стн-2020	Чай ягодный	200	0,4		8,78	60		12,0	0,8	4,9	18,4	50	12,2

	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27			0,06	23,4	7,38	
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27	15,6		0,06	23,4	7,38	
	<b>расчет</b>	<b>500</b>	<b>24,2</b>	<b>2,98</b>	<b>93,28</b>	<b>451,04</b>	<b>24,18</b>	<b>15,6</b>	<b>16</b>	<b>9,8</b>	<b>237,0</b>	<b>70,44</b>	<b>66,26</b>

**Обед**

135/2004	Суп из овощей со сметаной с маслом	210	2,9	12,5	45,4	221,1	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
тгк№2/12	Гуляш из свинины с отрубями	100	12,1	9,5	13,4	161	0,09	1,2	0,8	0	154	156	55
510/2004	Каша гречневая вязкая	150	5,4	8,1	26,8	205,2	0,36	1,9	0,3	1,5	190,5	34,5	26,7
705/2004	Напиток из пшеница	200	1,04	0,1	31,61	131		12			18,4	50	12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	50	3,8	0,6	25	122	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	<b>расчет</b>	<b>710</b>	<b>25,24</b>	<b>30,8</b>	<b>142,2</b>	<b>840,3</b>	<b>0,73</b>	<b>15,9</b>	<b>1,9</b>	<b>2,1</b>	<b>397,5</b>	<b>252,5</b>	<b>101,5</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>19,44</b>	<b>53,7</b>	<b>235,5</b>	<b>1371,3</b>	<b>2,05</b>	<b>84,5</b>	<b>3,5</b>	<b>8,7</b>	<b>675,4</b>	<b>698,7</b>	<b>112,3</b>

**5-ый день, пятница**

**Завтрак**

тгк№ 3/1982	Батон с маслом сливочным и сыром	25/10/20	3,2	12	16,4	188	0,009	2,4	0,4	0,2	0,1	100	0,05
тгк№2/62/1994	Каша рисовая молочная	200	4,7	7,5	42	296	0,009	2,4	0,4	0,05	204,0	187,4	28
тгк№	Какао напиток "Витолка" с витамином С	200	3,5	3,5	36	96	0,3	2,4	0,3	2,7	14,5	25,6	12,3
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	50	3,8	0,6	25	122	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	<b>расчет</b>	<b>505</b>	<b>15,2</b>	<b>23,6</b>	<b>119,4</b>	<b>702,0</b>	<b>0,318</b>	<b>7,2</b>	<b>1,1</b>	<b>3,55</b>	<b>218,6</b>	<b>316,1</b>	<b>47,7</b>

**Обед**

110/2004	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	2,25	5,25	16,25	178	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
тгк№ 4/16/1994	Шницель мясной (свинина)	100	19,2	12,1	3,7	188	0,08	2,3	0,4	0,6	204	418	34
340/2004	Фарфалле( макароны бантики отпарные)	150	6,3	9,5	26,5	264,6		2,4		0,15	43,87	107,0	9,7
тгк№82	Напиток "Витолка"	200	1,19	0,15	126	64		12,0			18,4	50	12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
	<b>расчет</b>	<b>700</b>	<b>32,34</b>	<b>27,5</b>	<b>194,0</b>	<b>799,9</b>	<b>0,63</b>	<b>17,5</b>	<b>1,2</b>	<b>1,35</b>	<b>300,9</b>	<b>610,4</b>	<b>70,9</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>47,54</b>	<b>51,1</b>	<b>313,4</b>	<b>1432,9</b>	<b>0,948</b>	<b>24,7</b>	<b>8,2</b>	<b>1,35</b>	<b>519,5</b>	<b>926,5</b>	<b>118,6</b>

**2-ая неделя**



1-ый день, понедельник

Завтрак

ТК № 89	Буферфорд "Школьный" (батон, масло, слив. повидло)	10/20/25	2,39	0,9	28	129	0,6	1,2	0,8	2,2	108	176,8	15,2
23/4/2015	Каши молочная "Дружба" с маслом сливочным	200	6,87	7,3	39	257	0,08	0,9		2,8	144,0	156,0	15,2
630/1994	Чай с молоком	200	3,1	3,2	18	110		12,0			18,4	50	12,2
	Фрукт свежий	110	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27	13			0,06	123	7,38
	расчет	565	14,26	11,7	97,5	557,3	0,95	27,1	0,8	5	270,5	505,8	50,0
Обед													
168/2004	Суп-поре из разных овощей с грибами со сметаной	200	3,6	5,8	23	179	0,9		0,6	6	216,7	19,8	
ТК № 208	Плов "Золотника" со свинойной	250	9,76	7,52	41,76	411	0,01	3,1	0	0,28	3,4	90,4	22,8
ТК	Напиток "Витолка"	200	1,19	0,15	16,1	64	0,9	6	0,4	0,2	8,0	3,54	4,2
82/2002	Хлеб "крестьянский", обогащенный : витаминными	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
	расчет	700	17,95	13,96	102,36	759,3	2,35	9,1	1,5	7,08	228,2	140,2	41,8
Итого за день													
			32,21	25,66	199,86	1316,6	3,3	36,2	2,3	12,08	498,7	646,0	91,7
2-ой день, вторник													
Завтрак													
ТК № 43/2003	Суфле Рыбка"	100	13,8	11,7	9,57	198	0,07	0,3	0,1	1	22,6	92,6	28,1
3/3/2015	Картофельное пюре	150	3,6	6	37	220,5	0,3	2,4	0,3	2,7	14,5	25,6	12,3
685/2004	Чай с сахаром	200	0,4		8,78	60		12,0			18,4	50	12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминными	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,08				0,06	0,54	6,0
	расчет	500	21,2	18,19	76,85	588,8	0,72	14,7	0,9	4,3	55,6	171,8	65,98
Обед													
132/2004	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	210	3	6,2	31,5	178	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
ТК № 209	Полжарка из индейки	100	25,7	16,8	128,6	275,5	0,09	1,2	0,8	0	154	156	55
332/2004	Фузилли отварные (макаронны отварные спагетти)	150	5,2	6,2	35,3	220,5	0,01		0,7	6	43,8	9	0,01
705/2004	Напиток из пшенички	200	1,04		31,61	131			0,4		10	4	0,8

	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
	<b>Итого за день</b>	<b>50</b>	<b>3,4</b>	<b>0,49</b>	<b>21,5</b>	<b>105,3</b>	<b>0,54</b>	<b>2,0</b>	<b>1,1</b>	<b>1,2</b>	<b>0,12</b>	<b>26,5</b>	<b>14,8</b>
	<b>расчет</b>	<b>500</b>	<b>19,29</b>	<b>1,74</b>	<b>41,1</b>	<b>537,0</b>	<b>0,02</b>	<b>32,8</b>	<b>0,4</b>	<b>53,36</b>	<b>35,1</b>	<b>85,7</b>	<b>13,3</b>
<b>Обед</b>													
124/2004	Ши из свежей капусты с картофелем со сметаной с мясом	200	2,9	3,5	35,5	169	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
159/2015	Зразы "Пикольные" (свинина)	120	12,9	16,5	7,4	235	0,09	6,7	0,2	0,18	208	176,8	25
5/4/2015	Каша гречневая вязкая	150	4,5	6,8	32,4	181	0,36	1,9	0,3	1,5	190,5	34,5	26,7
ТТК"	Какао напиток "Витолка"	200	3,5	3,5	36	96	0,3	2,4	0,3	2,7	14,5	25,6	12,3
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27				0,06	23,4	7,38
	Фрукт свежий	113	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27	61,9			0,06	23,4	7,38
	<b>расчет</b>	<b>808</b>	<b>27,6</b>	<b>30,9</b>	<b>136,3</b>	<b>803,6</b>	<b>1,3</b>	<b>73,7</b>	<b>1,1</b>	<b>4,38</b>	<b>447,6</b>	<b>292,6</b>	<b>79,0</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>808</b>	<b>46,89</b>	<b>48,3</b>	<b>177,4</b>	<b>1340,6</b>	<b>1,32</b>	<b>77,8</b>	<b>1,5</b>	<b>57,74</b>	<b>482,7</b>	<b>378,3</b>	<b>92,2</b>
<b>4-ый день, четверг</b>													
<b>Завтрак</b>													
4/13/2015	Бутерброд с маслом сливочным с сыром	25/10/15	5,8	16,9	13,5	178	0,6	1,2	0,8	1,8	208	176,8	35,5
121/2009	Каша молочная ячневая	200	6	5,3	30,7	215,3	0,08	0,9		0,8	140,0	156,0	22,4
684/2004	Чай с лимонном	200	0,2		15	58		12,0			18,4	50	12,2
	Фрукт	125	1,9	0,3	12,5	61,3	0,4	4,36	0,1	0,2	116	20,6	6,45
	<b>расчет</b>	<b>560</b>	<b>13,9</b>	<b>22,5</b>	<b>71,7</b>	<b>512,6</b>	<b>1,08</b>	<b>18,46</b>	<b>0,9</b>	<b>2,8</b>	<b>223,0</b>	<b>403,4</b>	<b>76,55</b>
<b>Обед</b>													
135/204	Суп лапша домашняя с зеленью	200	5,6	6,5	14,5	221,6	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
6/9/2011	Запеканка картофельная	200	12,8	2,8	16,3	391	0,4	4,36	0,1	0,2	116	20,6	6,45
ТТК	Компот из сухофруктов	200	0,4		31,61	130	0,27	0,36		1,9	0,3	23,4	7,38
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	50	3,8	0,6	25	123	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38

Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
<b>Итого за день</b>	<b>975</b>	<b>24,1</b>	<b>10,09</b>	<b>96,1</b>	<b>209,6</b>	<b>1,32</b>	<b>5,5</b>	<b>0,9</b>	<b>2,7</b>	<b>50,9</b>	<b>79,4</b>	<b>28,8</b>
<b>Итого за день</b>	<b>975</b>	<b>24,1</b>	<b>10,09</b>	<b>96,1</b>	<b>209,6</b>	<b>1,32</b>	<b>5,5</b>	<b>0,9</b>	<b>2,7</b>	<b>50,9</b>	<b>79,4</b>	<b>28,8</b>

5-ый день, пятница

Завтрак

ты№ 498/2004	Копченая куринка с отрубями	100	16	13,3	15,1	262	0,05	3,15		2,8	144,0	156,0	15,2
512/2014	Рис пропаренный	150	4,3	7,2	44,5	264,6	0,01		0,7	6	43,8	9	0,01
686/2004	Чай с лимоном	200/5	0,2		15	58		12,0			18,4	50	12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	50	3,8	0,6	25	123	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	<b>расчет</b>	<b>505</b>	<b>24,3</b>	<b>21,1</b>	<b>99,6</b>	<b>707,6</b>	<b>0,33</b>	<b>15,15</b>	<b>1,2</b>	<b>9,4</b>	<b>206,3</b>	<b>218,1</b>	<b>34,79</b>

Обед

ты№ 181/1994	Уха "Рыбалка"	210	7	2,5	10,4	172	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
ты№ 282/2003	Индейка по-любленски	90	16,2	22,3	2,8	278	0,09	1,2	0,8	0	154	156	55
332/2004	Фузили отварные (макаронь отварные спиралька)	150	5,4	8,1	26,8	205,2	0,01		0,7	6	43,8	9	0,01
54-хл-2020	Компот из кураги	200	1,8	0,1	23,5	102,2		12,0			18,4	50	12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
	<b>расчет</b>	<b>700</b>	<b>33,8</b>	<b>33,49</b>	<b>85</b>	<b>862,7</b>	<b>0,65</b>	<b>14</b>	<b>2,3</b>	<b>6,6</b>	<b>250,8</b>	<b>250,38</b>	<b>82,17</b>

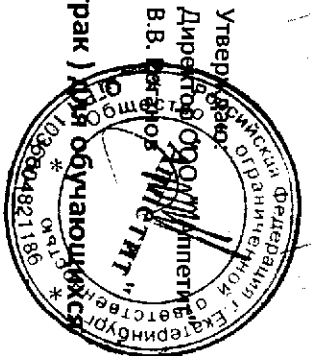
Итого за день

	<b>Итого за день</b>	<b>38,5</b>	<b>39,5</b>	<b>167,5</b>	<b>1175,0</b>	<b>0,5</b>	<b>30,0</b>	<b>0,3</b>	<b>4</b>	<b>516,0</b>	<b>876,0</b>	<b>114,0</b>
	<b>Итого за день (среднее)</b>	<b>45,6</b>	<b>46,7</b>	<b>178,9</b>	<b>1432,6</b>	<b>1,2</b>	<b>42,0</b>	<b>0,2</b>	<b>4,5</b>	<b>532,0</b>	<b>895,0</b>	<b>115,6</b>

Согласовано:  
 Директор: МАОУ СОШ №1 имени С.С.Алексева.  
 Махновецкий А.В.



Примерное двухнедельное меню бесплатного двухразового питания (завтрак) для обучающихся  
 1-4 классов на 2024-2025 учебный год



№ сб/р год	Наименование блюда	Пищевые вещества				Энерг. Ценн. Ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг						
		Водоудг.	Белки, г	Жиры, г	Углевод. г		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг					
1-я неделя																		
1-ый день, понедельник																		
Завтрак																		
ТК1/2004	Бутерброд с маслом сливочным с сыром	25	10	10	10	5,8	16,9	13,5	178	0,6	1,2	0,8	1,8	208	176,8	35,5		
35/2003	Каша молочная "Дружба"	200	6,8	6,5	32,8	215,3	0,08	0,9	0,8	140,0	156,0	22,4						
684/2004	Чай с лимоном	200	0,2		15	58		12,0		18,4	50	12,2						
	Фрукт свежий	125	1,9	0,3	12,5	61,3	0,4	4,36	0,1	0,2	116	20,6	6,45					
	Расчет	560	14,7	23,7	73,8	512,6	1,08	18,46	0,9	2,8	223,0	403,4	76,55					
2-ой день, вторник																		
Завтрак																		
ТТ2/19	Чикен-Болл (филе кури)	100	12,3	16,9	13,5	178	0,08	2,3	0,4	0,6	204	418	34					
332/2004	Фузядли отварные (макаронны отварные спиралька)	150	5,2	6,2	35,3	220,5	0,01		0,7	6	43,8	9	0,01					
684/2004	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		12,0		6,6	18,4	50	12,2					
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	63	0,27				0,06	23,4	7,38					
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	3,8	0,6	25	122	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38					

## 3-ий день, среда

расчет	500	23	23,9	97,8	641,5	0,63	14,5	1,6	13,8	266,3	503,5	61,0	
Завтрак													
12004	Бутерброд с маслом сливочным на батоне	25\10	3,9	7,7	13,5	129	0,4	1,2	0,5	2,2	208	178,8	15,2
ТК№	Творожный пудинг с соусом	220/50	27,5	19,7	25,8	318	0,08	12		2,6	144,0	156,0	10,9
684/2004	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		12,0		4,8	18,4	50	12,2
расчет		505	31,6	27,4	54,3	505	0,48	25,2	0,5	7,4	229,0	384,8	38,3
4-ый день, четверг													
Завтрак													
ТК:416/19	Биточек мясной (свинина, мясо птицы)	100	15	11,3	9,5	171	240,5	1,2	0,5	2,2	204	48	27
94	Картофельное пюре	150	5,8	11,2	57	212	0,3	2,4	0,3	2,7	14,5	25,6	12,3
54-5т-	Чай ягодный	200	0,4		8,78	60		12,0	0,8	4,9	18,4	50	12,2
2020	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27	15,6			0,06	23,4	7,38
расчет		500	24,2	22,88	93,28	531,0	241,3	15,6	1,6	9,8	237,0	170,4	66,26
5-ый день, пятница													
Завтрак													
ТК№№	Батон с маслом сливочным и сыром	25\10\20	3,2	12	16,4	188	0,009	2,4	0,4	0,2	0,1	100	0,05
311998	Каша рисовая молочная	200	4,7	7,5	42	296	0,009	2,4	0,4	0,05	204,0	187,4	28
ТК"262\19	Какао напиток "Витоника" с витамином С	200	3,5	3,5	36	96	0,3	2,4	0,3	2,7	14,5	25,6	12,3
94	Хлеб "крестьянский", обогащенный витамином	50	3,8	0,6	25	122	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
расчет		505	15,2	23,6	119,4	702,0	0,318	7,2	1,1	3,55	218,6	316,1	47,7
2-ая неделя													
1-ый день, понедельник													
Завтрак													
ТК № 89	Бутерброд "Школьный" (батон,масло слив.повыло)	10/20/25	2,39	0,9	28	129	0,6	1,2	0,8	2,2	108	176,8	15,2
23/4\2015	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	200	6,87	7,3	39	257	0,08	0,9		2,8	144,0	156,0	15,2
630/19/94	Чай с молоком	200	3,1	3,2	18	110		12,0			18,4	50	12,2
	Фрукт свежий	110	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27	13			0,06	123	7,38

2-ой день, вторник

		расчет	565	1426	1177	975	5573	0,95	2711	0,8	5	2705	505,8	50,0
<b>Завтрак</b>														
ТК№	43/2003	Суфле Рыбка"	100	13,8	11,7	9,57	198	0,07	0,3	0,1	1	22,6	92,6	28,1
	3/3/2015	Картофельное пюре	150	3,6	6	37	220,5	0,3	2,4	0,3	2,7	14,5	25,6	12,3
	685/2004	Чай с сахаром	200	0,4		8,78	60		12,0			18,4	50	12,2
		Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
		Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,08					0,54	6,0
		расчет	500	21,2	18,19	76,85	583,8	0,72	14,7	0,9	4,3	55,6	171,8	65,98

3-ий день, среда

<b>Завтрак</b>														
ТК№		Батон "Золотинка"	50	4,39	2,9	12	102	0,01	9,8	0,4	1,9	0,1	34,5	0,1
		Омлет с картофелем (запеченный)	250	14,5	14,5	20,3	375	0,01	11	0,01	51,46	16,6	1,2	0,96
	54-5тн-2020	Чай ягодный	200	0,4		8,78	60		12,0			18,4	50	12,2
		расчет	500	19,29	17,4	41,1	537,0	0,02	32,8	0,4	53,36	35,1	85,7	13,3

4-ый день, четверг

<b>Завтрак</b>														
4/13/2015		Бутерброд с маслом сливочным с сыром	25/10/15	5,8	16,9	13,5	178	0,6	1,2	0,8	1,8	208	176,8	35,5
121/2009		Каша молочная ячневая	200	6	5,3	30,7	215,3	0,08	0,9		0,8	140,0	156,0	22,4
684/2004		Чай с лимоном	200	0,2		15	58		12,0			18,4	50	12,2
		Фрукт	125	1,9	0,3	12,5	61,3	0,4	4,36	0,1	0,2	116	20,6	6,45
		расчет	560	13,9	22,5	71,7	512,6	1,08	18,46	0,9	2,8	223,0	403,4	76,55

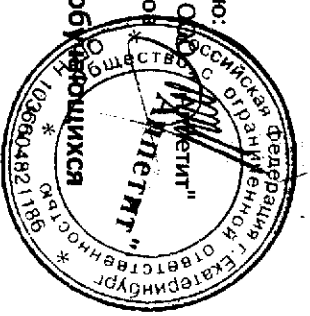
5-ый день, пятница

<b>Завтрак</b>														
ТК№	498/2004	Котлета куриная с отрубями	100	16	13,3	15,1	262	0,05	3,15		2,8	144,0	156,0	15,2
	512/2014	Рис припущенный	150	4,3	7,2	44,5	264,6	0,01		0,7	6	43,8	9	0,01
	686/2004	Чай с лимоном	200/5	0,2		15	58		12,0			18,4	50	12,2
		Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	50	3,8	0,6	25	123	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
		расчет	505	24,3	21,1	99,6	707,6	0,33	15,15	1,2	9,4	206,3	218,1	34,79
		Норма в день		38,5	39,5	167,5	1175,0	0,5	30,0	0,3	4	516,0	876,0	114,0
		Итого за 2 недели (среднее)		45,6	46,7	178,9	1432,6	1,2	42,0	0,2	4,5	532,0	895,0	115,6

Согласовано:  
 Директор: МАОУ СОШ №1 имени С.С. Алексеева.  
 Мажновецкий А.В.



Утверждаю:  
 Директор ОО "Импетит"  
 В.В. Роганов



**Примерное двухнедельное меню бесплатного двухразового питания (обед) для обучающихся 1-4 классов на 2024-2025 учебный год**

№ сб/р год	Наименование блюда	Пищевые вещества				Энерг. Цена, Ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг		
		Выход, г	Белки, г	Жиры, мг	Углевод, г		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	

**1-ая неделя**

**Обед**

134/2004	Суп крестьянский крутой с филе кури	200/10	3,1	3	38,1	192	0,01	0,8	0,3			34,5	8,9	0,2
тпк№212	Гуляш из свинины с отрубями	100	12,1	9,5	13,4	161	0,09	1,2	0,8	0		154	156	55
510/2004	Каша гречневая вязкая	150	5,4	8,2	26,8	205,2	0,36	1,9	0,3	1,5		190,5	34,5	26,7
тпк№82	Напиток "Витюшка"	200	1,19	0,15	126	64		12,0				18,4	50	12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6		0,06	3,08	7,38
	Хлеб "кузовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	63	0,27					0,06	23,4	7,38
	<b>Расчет</b>	<b>710</b>	<b>25,19</b>	<b>21,3</b>	<b>225,8</b>	<b>746,5</b>	<b>1</b>	<b>15,9</b>	<b>1,9</b>	<b>2,1</b>		<b>397,5</b>	<b>275,9</b>	<b>108,9</b>

**2-ой день, вторник**

**Обед**

5/2 2011	Расоольник "Домашний" со сметаной с мясом	200/10	2,2	5,4	13,7	172	0,01	0,8	0,3			34,5	8,9	0,2
тпк№208	Плов "Золотника" с индейкой (с бульоном) с овощами	200/30	41	17,3	41,7	347	0,01	3,1	0	0,28		3,4	90,4	22,8
54-бхн-2020	Компот с сухофруктов	200	0,5		27	110,2		12,0				18,4	50	12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	50	3,8	0,6	25	123	0,27		0,5	0,6		0,06	3,08	7,38
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6		0,06	3,08	7,38
	<b>Расчет</b>	<b>715</b>	<b>49,4</b>	<b>23,6</b>	<b>119,9</b>	<b>813,5</b>	<b>0,56</b>	<b>15,9</b>	<b>1,3</b>	<b>1,48</b>		<b>56,4</b>	<b>155,5</b>	<b>50,0</b>

**3-ий день, среда**

**Обед**

139/2004	Суп картофельный с бобовыми с тренками с мясом	210	6,25	5,6	22,25	173	0,05	0,2	0,1		145	298,7	0,4
168/2003	Котлета-Домашняя (свинина, мясо птицы) с соусом	120	13,2	15,2	8,6	287	0,09	6,7	0,2	0,18	163	168,8	25,2
541/2004	Рагу из овощей	180	1,3	6,2	39	255		2,4		0,15	43,87	107,0	9,7
тк699/2004	Компот из ягод	200	0,4	0,1	31,6	128	0,9	6	0,4	0,2	8,0	3,54	4,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
	расчет	715	18,3	21,99	100,7	775,3	1,53	15,1	1,1	1,13	215,0	305,8	53,9

4-ый день, четверг

Обед													
135/2004	Суп из овощей со сметаной с мясом	210	2,9	12,5	45,4	221,1	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
тк№212	Гуляш из свинины с отрубями	100	12,1	9,5	13,4	161	0,09	1,2	0,8	0	154	156	55
510/2004	Каши гречневая вязкая	150	5,4	8,1	26,8	205,2	0,36	1,9	0,3	1,5	190,5	34,5	26,7
705/2004	Напиток из пшенички	200	1,04	0,1	31,61	131		12			18,4	50	12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	50	3,8	0,6	25	122	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	расчет	710	25,24	30,8	142,2	840,3	0,73	15,9	1,9	2,1	397,5	252,5	101,5

5-ый день, пятница

Обед													
110/2004	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	2,25	5,25	16,25	178	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
тк№ 416/1994	Пшеница мясной (свинина)	100	19,2	12,1	3,7	188	0,08	2,3	0,4	0,6	204	418	34
340/2004	Фарфалле( макароны багтики отварные)	150	6,3	9,5	26,5	264,6		2,4		0,15	43,87	107,0	9,7
тк 82/2002	Напиток "Витлошка"	200	1,19	0,15	16,1	64	0,9	6	0,4	0,2	8,0	3,54	4,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
	расчет	700	32,34	27,5	84,1	799,9	1,53	11,5	1,6	1,55	290,5	563,9	62,9

2-ая неделя

Обед													
168/2004	Суп-пюре из разных овощей с тренками со сметаной	200	3,6	5,8	23	179	0,9		0,6	6	216,7	19,8	
тк№208	Плов "Золотника" со свиной	250	9,76	7,52	41,76	411	0,01	3,1	0	0,28	3,4	90,4	22,8



ТТК 827/2002	Напиток "Витпошка"	200	1,19	0,15	16,1	64	0,9	6	0,4	0,2	8,0	3,54	4,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
	<b>расчет</b>	<b>700</b>	<b>7,95</b>	<b>1,396</b>	<b>102,36</b>	<b>759,3</b>	<b>2,55</b>	<b>9,1</b>	<b>1,5</b>	<b>7,08</b>	<b>228,2</b>	<b>140,2</b>	<b>41,8</b>

2-ой день, вторник

Обед

132/2004	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	210	3	6,2	31,5	178	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
ТТК №209	Полжарка из индейки	100	25,7	16,8	128,6	275,5	0,09	1,2	0,8	0	154	156	55
332/2004	Фузилли отварные (макаронны отварные спиралька)	150	5,2	6,2	35,3	220,5	0,01		0,7	6	43,8	9	0,01
705/2004	Напиток из шиповника	200	1,04		31,61	131			0,4		10	4	0,8
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
	<b>расчет</b>	<b>710</b>	<b>38,34</b>	<b>29,69</b>	<b>248,51</b>	<b>910,3</b>	<b>0,65</b>	<b>2,0</b>	<b>2,7</b>	<b>6,6</b>	<b>242,4</b>	<b>204,4</b>	<b>70,8</b>

3-ий день, среда

Завтрак

Обед

124/2004	Пи из свежей капусты с картофелем со сметаной с мясом	200	2,9	3,5	35,5	169	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
159/2015	Зразы "Пшочные" (свинина)	120	12,9	16,5	7,4	235	0,09	6,7	0,2	0,18	208	176,8	25
5/4/2015	Каша гречневая вязкая	150	4,5	6,8	32,4	181	0,36	1,9	0,3	1,5	190,5	34,5	26,7
ТТК"	Какао напиток "Витпошка"	200	3,5	3,5	36	96	0,3	2,4	0,3	2,7	14,5	25,6	12,3
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27				0,06	23,4	7,38
	Фрукт свежий	113	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27	61,9			0,06	23,4	7,38
	<b>расчет</b>	<b>808</b>	<b>27,6</b>	<b>30,9</b>	<b>136,3</b>	<b>803,6</b>	<b>1,3</b>	<b>73,7</b>	<b>1,1</b>	<b>4,38</b>	<b>447,6</b>	<b>292,6</b>	<b>79,0</b>

4-ый день, четверг

Обед

135/204	Суп лапша домашняя с зеленью	200	5,6	6,5	14,5	221,6	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
6/9/2011	Запеканка картофельная	230	12,8	2,8	16,3	391	0,4	4,36	0,1	0,2	116	20,6	6,45
ТТК 1-4	Компот из ягод	200	0,4		31,61	130	0,27	0,36		1,9	0,3	23,4	7,38
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	50	3,8	0,6	25	123	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38

		Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
		Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
5-ый день, пятница														
Обед														
ТТЖ№	Уха "Рыбачья"	210	7	2,5	10,4	172	0,01	0,8	0,3			34,5	8,9	0,2
181/1994														
ТТЖ№	Индейка по-лобонски	90	16,2	22,3	2,8	278	0,09	1,2	0,8	0	154	156	55	
282/2003														
332/2004	Фузилли отварные (макаронны отварные спиралька)	150	5,4	8,1	26,8	205,2	0,01		0,7	6	43,8	9	0,01	
54-5хн-2020	Компот из кураги	200	1,8	0,1	23,5	102,2		12,0			18,4	50	12,2	
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38	
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38	
	расчет	700	33,8	33,49	85	862,7	0,65	14	2,3	6,6	250,8	250,38	82,17	
	Норма в день		38,5	39,5	167,5	1175,0	0,5	30,0	0,3	4	516,0	876,0	114,0	
	ИТОГО за 2 недели (среднее)		45,6	46,7	178,9	1432,6	1,2	42,0	0,2	4,5	532,0	895,0	115,6	



тгк№	Компот из облепихи	200	1,04		31,61	131				0,4								10	4	0,8	
	Хлеб "крестьянский", обогащенный ВИТАМИНАМИ	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27			0,5	0,6	0,06	3,08	7,38							
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,08						0,54	6,0							
	Фрукт свежий	120	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27					0,06	23,4	7,38							
	расчет	670	22,14	13,99	107,11	683,6	1,01	26	1,2	6,38	25,7	104,02	25,98								
4-ый день, четверг																					
тгк№	Шницель натуральный	120	15	11,3	9,5	240,5	0,08	2,3	0,4	0,6	204	418	34								
416/1994	Картофельное пюре с овощами	180/30	5,8	11,2	57	212	0,4	4,36	0,1	0,2	116	20,6	6,45								
520/2004	Компот из ягод	200	0,4		31,36	130		12			18,4	50	12,2								
тгк№1-А	Хлеб "крестьянский", обогащенный ВИТАМИНАМИ	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27	1,4	0,5	0,6	0,06	3,08	7,38								
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,08					0,54	6,0								
	расчет	580	24,6	22,99	19,36	687,8	0,83	20,06	1,0	1,4	338,5	492,2	66,03								
5-ый день, пятница																					
тгк№м-218	Дюль-Кебаб	100	20,2	11,3	1,5	187,4	0,06	1,3	0,5	1,4	297	265,0	43								
332/2004	Фарфалле (отварные макароны бантики)	180/20	5,2	10,4	30,7	264,6	0,4	2,3	0,2	0,7	23,6	41,4	19,5								
тгк№1-А	Компот из ягод	200	0,4		31,36	130		12			18,4	50	12,2								
	Хлеб "крестьянский", обогащенный ВИТАМИНАМИ	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38								
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,08					0,54	6,0								
	расчет	670	29,2	22,2	85,1	687,3	0,81	15,6	0,7	2,7	339,1	360,02	88,1								
2-ая неделя																					
1-ый день, понедельник																					
3\1	Голень, запеченная в пряном соусе	120	15	11,3	9,5	240,5	0,08	2,3	0,4	0,6	204	418	34								
333/2004	Макаронь отварные с овощами	180/20	5,2	10,4	30,7	264,6	0,4	2,3	0,2	0,7	23,6	41,4	19,5								
684\2004	Чай с сахаром	200	0,2		15	58					0,9	9,3	0,7								
	Хлеб "крестьянский", обогащенный ВИТАМИНАМИ	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38								

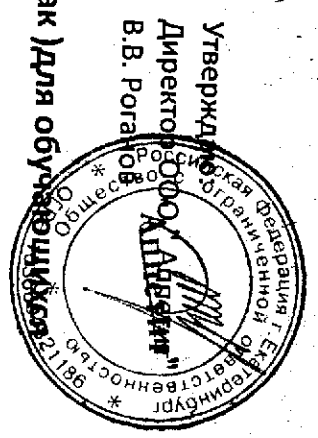
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,08	4,6	0,6					0,54	6,0
	Фрукт свежий	120	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27						0,06	23,4	7,38
	<b>расчет</b>	<b>680</b>	<b>25,7</b>	<b>22,49</b>	<b>89,2</b>	<b>729,7</b>	<b>1,1</b>	<b>9,2</b>	<b>1,7</b>	<b>1,9</b>	<b>228,6</b>	<b>195,7</b>	<b>75,0</b>		
<b>2-ой день, вторник</b>															
ТТК№209	Поджарка из индейки	100	25,7	126,8	18,6	275	0,02	0,9		2,2	44,4	172,0	52,8		
500/2004	Картофельное пюре с овощами	180	5,8	11,2	57	212	0,4	4,36	0,1	0,2	116	20,6	6,45		
ТТК№1-А	Компот из ягод	200	0,4		31,36	130		12			18,4	50	12,2		
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38		
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом витаминами	25	1,5	0,19	9	44	0,08	17,26	0,1			0,54	6,0		
	<b>расчет</b>	<b>530</b>	<b>35,3</b>	<b>138,5</b>	<b>128,46</b>	<b>722,3</b>	<b>0,77</b>	<b>17,26</b>	<b>0,6</b>	<b>3</b>	<b>178,9</b>	<b>246,2</b>	<b>84,8</b>		
<b>3-ий день, среда</b>															
159/2003	Зразы "Школьные"	140	12,9	16,5	7,4	235	0,012	3,8	0,0	5,1	3,8	113	169,8		
510/204	Каша гречневая вязкая	180	5,4	8,1	41,2	205,2	0,05	1,9	0	1,2	177	48,0	28		
ТТК№	Напиток какао "Витолка"	200	3,5	3,5	15	96					0,9	9,3	0,7		
	Фрукт свежий	120	3,8	0,6	25	122	0,27				0,06	23,4	7,38		
	<b>расчет</b>	<b>640</b>	<b>25,6</b>	<b>28,7</b>	<b>88,6</b>	<b>658,2</b>	<b>0,332</b>	<b>5,7</b>	<b>0,0</b>	<b>6,3</b>	<b>181,8</b>	<b>193,7</b>	<b>205,9</b>		
<b>4-ый день, четверг</b>															
ТТК№6/9 2011	Запеканка картофельная	270	16	16,8	16,1	362	0,05	1,89	0	1,2	177	48	28		
684/2004	Чай с сахаром	200	0,2		15	58					0,9	9,3	0,7		
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38		
	Выпечка в ассортименте	50	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27				0,06	23,4	7,38		
	<b>расчет</b>	<b>545,4</b>	<b>20</b>	<b>17,4</b>	<b>56,1</b>	<b>542,6</b>	<b>0,59</b>	<b>1,9</b>	<b>0,5</b>	<b>1,8</b>	<b>178,0</b>	<b>83,8</b>	<b>43,5</b>		
<b>5-ый день, пятница</b>															
ТТК № 199	Индейка по-люблински	100	22,4	18,3	18,4	249	0,27	1,6	0,5	0,7	204	48	27		
332/2004	Макаронны отварные	180	6,2	7,4	42,4	264,6	0,4	4,36	0,1	0,6	17,6	258,0	6,45		
ТТК№1-А	Компот из ягод	200	0,4		31,36	130		12			18,4	50	12,2		

	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27			0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	расчет	0,50	30,9	26,0	104,7	704,9	0,67	8,0	1,1	1,9	2,4	240,1	359,1	38,0
	форма в г/кг:		18	18,4	76,6	542,6	0,3	14,0	0,2	2,4	240,0	360,0	60,0	
	содержание в 100 г хлеба:		31,3	29,4	96,3	632,1	1,02	19,0	0,9	2,53	241,1	472,0	67,8	

Согласовано:  
 Директор: МАОУ СОШ№1 имени С.С.Алексева.  
 Магтовский, А.В.



**Примерное двухнедельное меню бесплатного двухразового питания (завтрак) для обучающихся**  
 5-11 классов на 2024-2025 учебный год



№ сб/р год	Наименование блюда	Пищевые вещества				Энерг. Ценн. Ккал	Витаминь, мг							Минеральные вещества, мг				
		Выход, г	Белки, г	Жир, г	Углевод, г		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg					
<b>1-ая неделя</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
ттк№21/1998	Бутерброд с сыром с маслом	25\10/10	5,8	16,8	13,5	178	0,6	1,2	0,8	1,8	208	178,6	35,5					
262/1994	Каша молочная "Дружба"	200	6,8	6,5	32,8	215,3	0,08	0,9		0,8	140	156	22,4					
684/2004	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		12,0			18,4	50	12,2					
	Батон Золотника	30	1,5	0,19	9	44	0,08					0,54	6,0					
	Фрукт свежий	120	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27				0,06	23,4	7,38					
	<b>расчет</b>	<b>585</b>	<b>16,2</b>	<b>23,8</b>	<b>82,8</b>	<b>556,6</b>	<b>1,03</b>	<b>14,1</b>	<b>0,8</b>	<b>2,6</b>	<b>366,5</b>	<b>408,54</b>	<b>83,5</b>					
<b>2-ой день, вторник</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
ткк№219	Чикен-Болл(чикен-болл)	100	12,3	16,9	13,5	178	0,05	0,145	0,05	1,2	150,6	137,0	45,6					
332/2004	Фузилли отварные(макароньы отварные спиральки)	180/20	5,2	10,4	30,7	225	0,4	4,36	0,1	0,6	17,6	258,0	6,45					
684/2004	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		12,0			18,4	50	12,2					
	Хлеб "Чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	63	0,08					0,54	6,0					
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	50	3,8	0,6	25	122	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38					
	<b>расчет</b>	<b>585</b>	<b>23</b>	<b>28,1</b>	<b>93,2</b>	<b>646,0</b>	<b>0,8</b>	<b>16,505</b>	<b>0,7</b>	<b>2,4</b>	<b>186,7</b>	<b>448,62</b>	<b>77,6</b>					
<b>3-ий день, среда</b>																		
<b>Завтрак</b>																		

193/2004	Филе куриное тушенное в смет соусе	100	16,5	10,9	8,9	216,8	0,09		0,3	0,18	8,15	80	10,6
60/3/2015	Рис припущенный с овощами	180/30	4,4	4	44,5	285		12			18,4	50	12,2
684/2004	Чай с лимоном	200/5			15,2	60		12			18,4	50	12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный ВИТАМИНАМИ	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный ЙОДОМ	25	1,5	0,19	9	63	0,27				0,06	23,4	7,38
	<b>расчет</b>	<b>585</b>	<b>20,9</b>	<b>14,9</b>	<b>90,1</b>	<b>686,1</b>	<b>0,09</b>	<b>12</b>	<b>0,3</b>	<b>0,18</b>	<b>45,1</b>	<b>206,48</b>	<b>49,76</b>
4-ый день, четверг													
<b>Завтрак</b>													
416/1994	Биточек мясной (свинина)	120	15	11,3	9,5	240,5	0,05	0,15	0,05	1,2	150,6	137	45,5
520/2004	Картофельное пюре	180	5,8	11,12	57	212	0,09		0,3	0,18	8,15	80	10,6
684/2004	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		12,0			18,4	50	12,2
	Хлеб "чусовской", обогащенный ЙОДОМ	25	1,5	0,19	9	63	0,27		0,4	1,38	0,06	23,4	7,38
	Хлеб "крестьянский", обогащенный ВИТАМИНАМИ	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27	12,15	0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	<b>расчет</b>	<b>550</b>	<b>24,4</b>	<b>22,9</b>	<b>103,0</b>	<b>634,8</b>	<b>0,68</b>	<b>1436,79</b>	<b>1,2</b>	<b>3,36</b>	<b>177,3</b>	<b>293,5</b>	<b>83,1</b>
5-ый день, пятница													
<b>Завтрак</b>													
416/1994	Пшеница мясной с соусом	120	15	11,3	9,5	240,5	0,4	1,2	0,5	0,1	208	178,8	15,2
60/3/2015	Рис припущенный с овощами	180/30	4,4	4	44,5	285		12			18,4	50	12,2
684/2004	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		12,0			18,4	50	12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный ВИТАМИНАМИ	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "крестьянский", обогащенный ВИТАМИНАМИ	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	<b>расчет</b>	<b>580</b>	<b>23,4</b>	<b>15,9</b>	<b>94,0</b>	<b>706,1</b>	<b>0,94</b>	<b>25,2</b>	<b>1,5</b>	<b>1,3</b>	<b>244,9</b>	<b>285,0</b>	<b>54,4</b>
Завтрак													
2-ая неделя													
1-ый день, понедельник													
<b>Завтрак</b>													
ттка6498/2004	Котлета куриная с отрубями	100	16	13,3	15,1	262	0,27	1,6	0,5	0,7	204	48	27

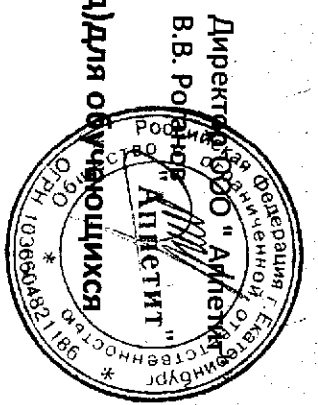


332/2004	Фуэлиди, отварные(макаронны отварные спиральки)	180/30	7,2	9,6	36,4	257,4				0,6	17,6	258,0	
684/2004	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		12,0				50	12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
	расчет	560	26,8	23,4	88,0	682,7	0,54	13,6	1,0	1,9	240,1	382,5	54,0
2-ой день, вторник													
Завтрак													
тж№43/2003	Суфле "Рыба"	100	13,87	11,7	9,57	198		1,3		1,4	297	265,0	37
3/3/2015	Картофельное пюре с овощами	180/30	4,3	7,2	44,5	264	0,09		0,3	0,18	8,15	80	10,6
684/2004	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		12,0			18,4	50	12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	63	0,08	7,8		0,7	117,4	226,0	37,8
	расчет	560	21,77	19,39	114	644,3	0,44	21,1	0,8	2,88	441,0	624,1	105,0
3-ий день, среда													
Завтрак													
тж№416/1994	Бытчек мясной (свинина)	120	15	11,3	43,2	214	240,5	3,8	0,0	0,5	3,8	117,5	10,6
512/2004	Рис припущенный с овощами	180/30	4,32	7,2	44,5	264,6		12		18,4	5		12,2
686/2004	Чай с лимоном	200/5			15,2	60		12			18,4	50	12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	50	3,8	0,6	25	122	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,08					0,54	6,0
	расчет	585	24,62	19,5	136,9	704,6	240,85	27,8	0,5	19,5	27,3	171,1	48,4
4-ый день, четверг													
Завтрак													
тж№1/1998	Бутерброд с маслом сливочным с сыром	25/10	5,8	16,8	13,5	178	0,6	1,2	0,8	1,8	208	178,6	35,5
262/1994	Каша молочная ячневая	200	6,8	6,5	32,8	215,3	0,08	0,9		0,8	140	156	22,4
684/2004	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		12,0			18,4	50	12,2

	Батон Золотинка	30	1,5	0,19	9	44	0,08											0,54	6,0	
	Фрукт свежий	120	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27											0,06	23,4	7,38
	расчет	38	34,2	23,8	82,8	556,6	1,03	14,1	0,8	2,6	366,5	108,5	83,5							
5-ый день, пятница																				
Завтрак																				
ТК№498/2004	Коглета куриная с отрубями	100	16	13,3	15,1	262	0,27	1,6	0,5	0,7	204	48	27							
512/2004	Рис припущенный с овощами	180/30	4,32	7,2	44,5	264,6		12		18,4	5		12,2							
684/2004	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		12,0			18,4	50	12,2							
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	63	0,27				0,06	23,4	7,38							
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38							
	расчет	560	17	17	96,1	708,9	0,54	25,6	1,0	19,7	227,5	124,48	66,16							
	Норма в день		45,00	46,0	191,5	1356,6	0,7	35,0	0,5	6	600,0	900,0	150,0							
	Итого за 2 недели (среднее)		56	51,4	192,3	1411,3	1,4	37,6	1,4	8,4	765,0	934,5	167,8							

Директор: МАОУ СОШ№1 имени С.С.Алексеева.  
Махневский, А.В.

Примерное двухнедельное меню бесплатного двухразового питания (обед) для обучающихся  
5-11 классов на 2024-2025 учебный год



№ сб/р год	Наименование блюда	Пищевые вещества				Энерг. Ценн. Ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг			
		Выход, г	Белки, г	Жир г/г	Углевод г/г		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg			
<b>1-ая неделя</b>																
<b>1-ый день, понедельник</b>																
<b>Обед</b>																
ТТК№134/2004	Суп крестьянский с крупой с мясом	260	2,8	3	26,2	226	0,01	0,8	0,3	0,2	34,5	8,9	0,2			
ТТК№212	Гуляш из свинины с отрубями	100	12,1	9,5	3,7	161	0,09	1,2	0,8	0	154	156,0	55			
510/2004	Каша гречневая вязкая с овощами	180/20	5,4	8,1	26,8	205,2	0,05	1,9		1,2	177	48	28			
ТТК 82/2002	Напиток Витошика"	200	1,19	0,15	16,1	64	0,9	6	0,4	0,2	8,0	3,54	4,2			
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38			
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	63	0,08					0,54	6,0			
	<b>расчет</b>	<b>805</b>	<b>24,89</b>	<b>21,24</b>	<b>94,3</b>	<b>780,5</b>	<b>1,44</b>	<b>9,9</b>	<b>2,0</b>	<b>2,2</b>	<b>373,6</b>	<b>220,1</b>	<b>100,8</b>			
<b>2-ой день, вторник</b>																
<b>Обед</b>																
132/2004	Рассольник "Домашний" со сметаной	250/10/20	3	6,2	21	211	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2			
ТТК№208	Плов "Золотинка" с индейкой с овощами	250	11,2	17,73	41,76	347	0,01	3,1	0	0,28	3,04	90,4	22,8			
ТТК№54-6хн2020	Компот из сухофруктов	200	0,5		27	110,2		12,0			18,4	50	12,2			
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	50	3,8	0,6	25	122	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38			
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	63	0,08					0,54	6,0			
	<b>расчет</b>	<b>805</b>	<b>20</b>	<b>24,72</b>	<b>123,76</b>	<b>853,2</b>	<b>0,37</b>	<b>15,9</b>	<b>0,3</b>	<b>0,28</b>	<b>56,0</b>	<b>152,9</b>	<b>48,6</b>			

## 3-ий день, среда

## Обед

139/2004	Суп картофельный с бобовыми с пшенками	250/10/10	6,5	5,6	23	198	0,05	0,2	0,1		145	298,7	0,4
168/2003	Котлета домашняя(свинина, мясо птицы) соус	140	13,2	15,23	8,6	287	0,01	0	0,0	0,05	204	187,6	28
541/2004	Рагу овощное	180	1,3	6,2	39	255	0,4	4,36	0,1	0,6	17,6	258,0	6,45
ТТК	Компот из ягод	200	1,19	0,15	16,1	64	0,9	6	0,4	0,2	8,0	3,54	4,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	63	0,27		1,1	1,45	0,06	23,4	7,38
	расчет	840	25,59	27,67	108,2	928,3	1,9	10,6	3,8	2,9	374,7	774,3	53,8

## 4-ый день, четверг

## Обед

135/2004	Суп из овощей со сметаной с мясом	250	2,6	7	22	221,6	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
ТТК№12/1	Гуляш из свинины с отрубями	100	12,1	9,5	3,7	161	0,09	1,2	0,8	0	154	156,0	55
510/2004	Каша гречневая вязкая с овощами	180/20	5,4	8,1	26,8	205,2	0,05	1,9		1,2	177	48	28
ТТК№705/2004	Напиток из шиповника	200	0,2		15	60		12,0			18,4	50	12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	63	0,27				0,06	23,4	7,38
	расчет	800	23,7	25,1	89,0	772,1	0,69	15,9	1,6	1,8	384,0	289,4	110,2

## 5-ый день, пятница

## Обед

110/2004	Борщ из свежей капусты с картофелем с добавлением морской капусты со сметаной	250	2,6	6,2	8,9	179	0,9		0,6	6	216,7	19,8	
ТТК№306	Чахохбили	100	21,23	8,6	18	165	0,05	0,145	0,05	1,2	150,6	137,0	45,6
332/2004	Фарфалле (отварные макаронны, бантики)	180/50	6,12	7,38	42,3	264,3	0,4	4,36	0,1	0,6	17,6	258,0	6,45
ТТК82/2002	Напиток "Витолка"	200	1,19	0,15	16,1	119	64	0,4	1,9	0,3	23,4	50	12,2

	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	63	0,27											0,06	23,4	7,38
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38							
	<b>расчет</b>	<b>830</b>	<b>34,54</b>	<b>22,82</b>	<b>106,8</b>	<b>851,6</b>	<b>65,89</b>	<b>4,9</b>	<b>3,2</b>	<b>8,7</b>	<b>408,4</b>	<b>491,3</b>	<b>79,0</b>							
<b>Завтрак</b>																				
<b>2-ая неделя</b>																				
<b>1-ый день, понедельник</b>																				
<b>Обед</b>																				
168/2004	Суп пюре из разных овощей	250	4	6,3	44,5	192	0,9		0,6	6	216,7	19,8								
ТТК№443/2004	Плов "Золотника" со свинойной	250	11,2	9,4	43,1	411	0,01	3,1	0	0,28	3,04	90,4	22,8							
ТТК 82/2002	Напиток "Витошка"	200	1,19	0,15	16,1	93	0,9	6	0,4	0,2	8,0	3,54	4,2							
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	61	0,27				0,06	23,4	7,38							
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38							
	Фрукт свежий	120	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27	61,9			0,06	23,4	7,38							
	<b>расчет</b>	<b>870</b>	<b>21,69</b>	<b>16,64</b>	<b>137,7</b>	<b>879,6</b>	<b>2,62</b>	<b>71,0</b>	<b>1,5</b>	<b>7,08</b>	<b>227,9</b>	<b>163,6</b>	<b>49,1</b>							
<b>2-ой день, вторник</b>																				
<b>Обед</b>																				
132/2004	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250	3	6,2	21	196	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2							
так№209	Поджарка из индейки	100	25,7	16,5	18,6	275	0,09	6,7	0,2	0	154	156	55							
332/2004	Фузилли отварные(макаронны отварные спиральки)	180	6,12	7,38	42,3	264,3	0,4	4,36	0,1	0,6	17,6	258,0	6,45							
705/2004	Напиток из шиповника	200	1,04		31,61	131			0,4		10	4	0,8							
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38							
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	63	0,08	7,8		0,7	117,4	226,0	37,8							
	<b>расчет</b>	<b>805</b>	<b>39,26</b>	<b>30,57</b>	<b>114</b>	<b>990,6</b>	<b>0,85</b>	<b>19,7</b>	<b>1,5</b>	<b>1,9</b>	<b>333,6</b>	<b>656,0</b>	<b>107,6</b>							
<b>3-ий день, среда</b>																				
<b>Обед</b>																				

124/2004	Пи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,8	7,1	21	175	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
159/2015	Зразы "Пикольные"(свинина)	120	12,9	16,5	7,4	235	0,09	6,7	0,2	0,18	208	176,8	25
510/2004	Каша гречневая вязкая	180	5,4	8,1	26,8	205,2	0,05	1,9		1,2	177	48	28
т/д/б	Какао напиток "Витоплика"	200	3,5	3,5	36	96		12,0			18,4	50	12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27				0,06	23,4	7,38
	Хлеб "чувовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
	Фрукт свежий	125	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27	61,9			0,06	23,4	7,38
	расчет	925	29,9	36,0	125,2	877,8	0,96	83,3	0,5	1,38	438,1	353,9	87,5
4-ый день, четверг													
Обед													
135/2004	Суп лапша домашняя с зеленью с филе кур	260	5,6	6,5	14,5	173	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
т/д/б(9)2011	Запеканка картофельная	270	15,7	19,2	45,5	398,3	0,4	4,36	0,1	0,2	116	20,6	6,45
ТТК №	Компот из сухофруктов	200	0,4		31,61	130	0,27	0,36		1,9	0,3	23,4	7,38
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чувовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27				0,06	23,4	7,38
	расчет	805	21,4	26,49	125,61	867,9	1,49	5,5	0,9	2,7	151,0	102,8	36,2
5-ый день, пятница													
Обед													
181/1994	Уха "Рыбацкая"	250/20	7	2,5	10,4	148	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
ТТК №282/2003	Индейка по-любленски	250	16,2	22,3	2,8	278	0,09	3,8	0,0	0,5	3,8	117,5	10,6
332/2004	Фузилли отварные(макароны отварные спиралики)	180	5,2	10,4	30,7	225,1	0,4	4,36	0,1	0,6	17,6	258,0	6,45
54-5хн-2020	Компот из кураги	200	1,8	0,1	23,5	102,2	0,27	0,36		1,9	0,3	23,4	7,38
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чувовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27		0,9		0,06	23,4	7,38

PROJECT	950	28	8579	13	86548	131	178	15	30	509	4348	394
HOPIA B. GHE	45,000	46.0	191.5	1356.0	0.7	350.0	0.51	6	600.0	900.0	150.0	
МНОГОЭТАЖНОЕ (SPRINGS)	56	51.4	192.3	1411.2	1.4	376	1.4	8.1	765.0	934.5	167.8	





332/2004	Фузилли отварные(макаронны отварные спиральки)	180/20	5,2	10,4	30,7	225	0,4	4,36	0,1	0,6	17,6	258,0	6,45
684/2004	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		12,0			18,4	50	12,2
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	63	0,08					0,54	6,0
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	50	3,8	0,6	25	122	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	<b>Итого</b>	<b>575</b>	<b>21,5</b>	<b>24,6</b>	<b>116,8</b>	<b>824,5</b>	<b>1,38</b>	<b>14,1</b>	<b>1,3</b>	<b>3,2</b>	<b>366,5</b>	<b>412,16</b>	<b>96,9</b>

**Обед**

132/2004	Рассольник "Домашний" со сметаной	250/10/20	3	6,2	21	211	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
ТТК№208	Плов "Золотинка" с индейкой с овощами	250	11,2	17,73	41,76	347	0,01	3,1	0	0,28	3,04	90,4	22,8
ТТК№54-6хн2020	Компот из сухофруктов	200	0,5		27	110,2		12,0			18,4	50	12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	50	3,8	0,6	25	122	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	63	0,08					0,54	6,0
	<b>расчет</b>	<b>805</b>	<b>20</b>	<b>24,72</b>	<b>123,76</b>	<b>853,2</b>	<b>0,37</b>	<b>15,9</b>	<b>2,1</b>	<b>4,08</b>	<b>422,6</b>	<b>152,9</b>	<b>48,6</b>
	<b>Итого</b>	<b>1111</b>	<b>26,9</b>	<b>32,1</b>	<b>96,7</b>	<b>1362,0</b>	<b>0,84</b>	<b>33,8</b>	<b>0,4</b>	<b>1,05</b>	<b>396,6</b>	<b>537,6</b>	<b>91,0</b>

3-ий день, среда

**Завтрак**

193/2004	Филе куриное тушенное в смет соусе	100	16,5	10,9	8,9	216,8	0,09		0,3	0,18	8,15	80	10,6
60/3/2015	Рис припущенный с овощами	180/30	4,4	4	44,5	285		12			18,4	50	12,2
686/2004	Чай с лимоном	200/5			15,2	60		12			18,4	50	12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	63	0,27				0,06	23,4	7,38
	<b>расчет</b>	<b>585</b>	<b>20,9</b>	<b>14,9</b>	<b>90,1</b>	<b>686,1</b>	<b>1,09</b>	<b>12</b>	<b>0,3</b>	<b>0,18</b>	<b>45,1</b>	<b>206,48</b>	<b>49,76</b>

**Обед**

139/2004	Суп картофельный с бобовыми с трениками	250/10/10	6,5	5,6	23	198	0,05	0,2	0,1		145	298,7	0,4
168/2003	Котлета домашняя(свинина, мясо птицы) соус	140	13,2	15,23	8,6	287	0,01	0	0,0	0,05	204	187,6	28

541/2004	Рагу овощное	180	1,3	6,2	39	255	0,4	4,36	0,1	0,6	17,6	258,0	6,45
ТТК	Композ из ягод	200	1,19	0,15	16,1	64	0,9	6	0,4	0,2	8,0	3,54	4,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	63	0,27		1,1	1,45	0,06	23,4	7,38
	<b>расчет</b>	<b>840</b>	<b>25,59</b>	<b>27,67</b>	<b>108,2</b>	<b>928,3</b>	<b>1,9</b>	<b>10,6</b>	<b>3,8</b>	<b>2,9</b>	<b>374,7</b>	<b>774,3</b>	<b>53,8</b>
	<b>Итого</b>	<b>46,49</b>	<b>42,57</b>	<b>198,3</b>	<b>1614,4</b>	<b>1,99</b>	<b>22,6</b>	<b>4,1</b>	<b>3,1</b>	<b>419,8</b>	<b>980,8</b>	<b>103,6</b>	

4-ый день, четверг

Завтрак

416/1994	Быгочек мясной (свинина)	120	15	11,3	9,5	240,5	0,05	0,15	0,05	1,2	150,6	137	45,5
520/2004	Картофельное пюре	180	5,8	11,12	57	212	0,09		0,3	0,18	8,15	80	10,6
684/2004	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		12,0			18,4	50	12,2
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	63	0,27		0,4	1,38	0,06	23,4	7,38
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27	12,15	0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	<b>расчет</b>	<b>550</b>	<b>24,4</b>	<b>22,9</b>	<b>103,0</b>	<b>634,8</b>	<b>0,68</b>	<b>1436,79</b>	<b>1,2</b>	<b>3,36</b>	<b>177,3</b>	<b>293,5</b>	<b>83,1</b>

Обед

135/2004	Суп из овощей со сметаной с мясом	250	2,6	7	22	221,6	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
ТТК№12/1	Гуляш из свинины с отрубками	100	12,1	9,5	3,7	161	0,09	1,2	0,8	0	154	156,0	55
510/2004	Каша гречневая вязкая с овощами	180/20	5,4	8,1	26,8	205,2	0,05	1,9		1,2	177	48	28
ТТК№705/2004	Напиток из пшопьяника	200	0,2		15	60		12,0			18,4	50	12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	63	0,27				0,06	23,4	7,38
	<b>расчет</b>	<b>800</b>	<b>23,7</b>	<b>25,1</b>	<b>89,0</b>	<b>772,1</b>	<b>0,69</b>	<b>115,9</b>	<b>1,6</b>	<b>1,8</b>	<b>384,0</b>	<b>289,4</b>	<b>110,2</b>
	<b>Итого</b>	<b>48,1</b>	<b>48,0</b>	<b>192,0</b>	<b>1406,9</b>	<b>1,57</b>	<b>1452,7</b>	<b>2,8</b>	<b>3,6</b>	<b>647,8</b>	<b>534,7</b>	<b>110,3</b>	

5-ый день, пятница

Завтрак

416/1994	Шницель мясной с соусом	120	15	11,3	9,5	240,5	0,4	1,2	0,5	0,1	208	178,8	15,2
60/3/2015	Рис припущенный с овощами	180/30	4,4	4	44,5	285		12			18,4	50	12,2

684/2004	Чай с сахаром	200	0,2	15	58	12,0	0,5	0,6	18,4	50	12,2		
	Хлеб "крестьянский", обогащенный ВИТАМИНАМИ	25	1,9	12,5	61,3	0,27	0,5	0,6	0,06	3,08	7,38		
	Хлеб "крестьянский", обогащенный ВИТАМИНАМИ	25	1,9	12,5	61,3	0,27	0,5	0,6	0,06	3,08	7,38		
	<b>расчет</b>	<b>580</b>	<b>23,4</b>	<b>15,9</b>	<b>94,0</b>	<b>706,1</b>	<b>0,94</b>	<b>25,2</b>	<b>1,5</b>	<b>1,3</b>	<b>244,9</b>	<b>285,0</b>	<b>54,4</b>
<b>Обед</b>													
110/2004	Борщ из свежей капусты с картофелем с добавлением морской капусты со сметаной	250	2,6	8,9	179	0,9	0,6	6	216,7	19,8			
ГТК№306	Чахохоби	100	21,23	8,6	18	165	0,05	0,145	0,05	1,2	150,6	137,0	45,6
332/2004	Фарфалле (отварные макаронь бантики)	180/50	6,12	7,38	42,3	264,3	0,4	4,36	0,1	0,6	17,6	258,0	6,45
ГТК№2/2002	Напиток "Витопка"	200	1,19	0,15	16,1	119	64	0,4	1,9	0,3	23,4	50	12,2
	Хлеб "чусовской", обогащенный ЙОЛОМ	25	1,5	0,19	9	63	0,27				0,06	23,4	7,38
	Хлеб "крестьянский", обогащенный ВИТАМИНАМИ	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27				0,06	3,08	7,38
	<b>расчет</b>	<b>830</b>	<b>34,54</b>	<b>22,82</b>	<b>106,8</b>	<b>851,6</b>	<b>65,89</b>	<b>4,9</b>	<b>3,2</b>	<b>8,7</b>	<b>408,4</b>	<b>491,3</b>	<b>79,0</b>
<b>Завтрак</b>													
<b>2-ая неделя</b>													
<b>1-ый день, понедельник</b>													
<b>Завтрак</b>													
ГТК№498/2004	Коглета куриная с отрубями	100	16	13,3	15,1	262	0,27	1,6	0,5	0,7	204	48	27
332/2004	Фузилли отварные(макаронь отварные спиральки)	180/30	7,2	9,6	36,4	257,4				0,6	17,6	258,0	
684/2004	Чай с сахаром	200	0,2	15	58	12,0	0,5	0,6	18,4	50	12,2		
	Хлеб "крестьянский", обогащенный ВИТАМИНАМИ	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27				0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный ЙОЛОМ	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
	<b>расчет</b>	<b>560</b>	<b>26,8</b>	<b>23,4</b>	<b>88,0</b>	<b>682,7</b>	<b>0,54</b>	<b>13,6</b>	<b>1,0</b>	<b>1,9</b>	<b>240,1</b>	<b>382,5</b>	<b>54,0</b>
<b>Обед</b>													
168/2004	Суп пюре из разных овощей	250	4	6,3	44,5	192	0,9		0,6	6	216,7	19,8	
ГТК№43/2004	Плов "Золотинка" со свиной	250	11,2	9,4	43,1	411	0,01	3,1	0	0,28	3,04	90,4	22,8

ТТК 82/2002	Напиток "Витопшка"	200	1,19	0,15	16,1	93	0,9	6	0,4	0,2	8,0	3,54	4,2
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	61	0,27				0,06	23,4	7,38
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Фрукт свежий	120	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27	61,9			0,06	23,4	7,38
	расчет	870	21,69	16,64	137,7	879,6	2,62	71,0	1,5	7,08	227,9	163,6	49,1
	Итого		48,49	40	225,7	1524,3	2,3	30,5	1,5	5,15	687,4	739,2	112,3

2-ой день, вторник

Завтрак

ТТК №43/2003	Суфле "Рыбка"	100	13,87	11,7	9,57	198		1,3		1,4	297	265,0	37
3/3/2015	Картофельное пюре с овощами	180/30	4,3	7,2	44,5	264	0,09		0,3	0,18	8,15	80	10,6
684/2004	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		12,0			18,4	50	12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	63	0,08	7,8		0,7	117,4	226,0	37,8
	расчет	560	21,77	19,39	114	644,3	0,44	21,1	0,8	2,88	441,0	624,1	105,0

Обед

132/2004	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250	3	6,2	21	196	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
ТТК №209	Поджарка из индейки	100	25,7	16,5	18,6	275	0,09	6,7	0,2	0	154	156	55
332/2004	Фузили отварные(макаронны отварные спиральки)	180	6,12	7,38	42,3	264,3	0,4	4,36	0,1	0,6	17,6	258,0	6,45
705/2004	Напиток из шиповника	200	1,04		31,61	131			0,4		10	4	0,8
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	63	0,08	7,8		0,7	117,4	226,0	37,8
	расчет	805	39,26	30,57	114	990,6	0,85	19,7	1,5	1,9	333,6	656,0	107,6
	Итого		40,76	30,8	123,0	1411,2	0,85	19,66	1,5	1,9	333,6	656,0	107,6

3-ий день, среда

Завтрак

ТТК №416/1994	Виточек мясной (свинина)	120	15	11,3	43,2	214	240,5	3,8	0,0	0,5	3,8	117,5	10,6
---------------	--------------------------	-----	----	------	------	-----	-------	-----	-----	-----	-----	-------	------

512/2004	Рис пропаренный с овощами	180/30	4,32	7,2	44,5	264,6		12		18,4	5		12,2
686/2004	Чай с лимоном	200/5			15,2	60		12					12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	50	3,8	0,6	25	122	0,27		0,5	0,6	0,06		3,08
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,08						0,54
	расчет	585	24,62	19,3	136,9	704,6	240,85	27,8	0,5	19,5	27,3	171,1	48,4

**Обед**

124/2004	Пи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,8	7,1	21	175	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
159/2015	Зразы "Пшкельные" (свинина)	120	12,9	16,5	7,4	235	0,09	6,7	0,2	0,18	208	176,8	25
510/2004	Каша гречневая вязкая	180	5,4	8,1	26,8	205,2	0,05	1,9		1,2	177	48	28
тгк№	Какао напиток "Виташка"	200	3,5	3,5	36	96		12,0			18,4	50	12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27				0,06	23,4	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
	Фрукт свежий	125	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27	61,9			0,06	23,4	7,38
	расчет	925	29,9	36,0	125,2	877,8	0,96	83,3	0,5	1,38	438,1	353,9	87,5
	<b>ИТОГО</b>		<b>31,4</b>	<b>36,2</b>	<b>134,2</b>	<b>1403,9</b>	<b>1,04</b>	<b>83,3</b>	<b>0,5</b>	<b>1,4</b>	<b>438,1</b>	<b>354,4</b>	<b>93,5</b>

**4-ый день, четверг**

**Завтрак**

тгк№	Бутерброд с маслом сливочным с сыром	25\10/15	5,8	16,8	13,5	178	0,6	1,2	0,8	1,8	208	178,6	35,5
262/1994	Каша молочная ячневая	200	6,8	6,5	32,8	215,3	0,08	0,9		0,8	140	156	22,4
684/2004	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		12,0			18,4	50	12,2
	Батон Золотинка	25	1,5	0,19	9	44	0,08				0,06	0,54	6,0
	Фрукт свежий	120	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27				0,06	23,4	7,38
	расчет	585	34,2	23,8	82,8	556,6	1,03	14,1	0,8	2,6	366,5	408,5	83,5

**Обед**

135/2004	Суп лапша домашняя с зеленью с фиде квр	260	5,6	6,5	14,5	173	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
тгк№6/9/2011	Запеканка картофельная	270	15,7	19,2	45,5	398,3	0,4	4,36	0,1	0,2	116	20,6	6,45
ТТК 1-А	Компот из ягод	200	0,4		31,61	130	0,27	0,36		1,9	0,3	23,4	7,38

	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27			0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27					0,06	23,4	7,38
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27					0,06	23,4	7,38
	расчет	805	21,4	26,49	125,61	867,9	1,49	5,5	0,9	2,7	151,0	102,8	36,2	
	<b>ИТОГО</b>		55,6	50,3	208,4	1424,5	2,52	19,6	1,7	5,3	517,4	511,5	119,7	

5-ый день, пятница

**Завтрак**

тг№498/2004	Котлета куринная с отрубями	100	16	13,3	15,1	262	0,27	1,6	0,5	0,7	204	48	27
512/2004	Рис припущенный с овощами	180/30	4,32	7,2	44,5	264,6		12		18,4	5		12,2
684/2004	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		12,0			18,4	50	12,2
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	63	0,27				0,06	23,4	7,38
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	расчет	560	17	17,1	96,1	708,9	0,54	25,6	1,0	19,7	227,5	124,48	66,16

**Обед**

181/1994	Уха "Рыбацкая"	250/20	7	2,5	10,4	148	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
тг№282/2003	Индейка по-любленски	250	16,2	22,3	2,8	278	0,09	3,8	0,0	0,5	3,8	117,5	10,6
332/2004	Фузилли отварные(макаронны отварные спиральки)	180	5,2	10,4	30,7	225,1	0,4	4,36	0,1	0,6	17,6	258,0	6,45
54-5хн-2020	Компот из кураги	200	1,8	0,1	23,5	102,2	0,27	0,36		1,9	0,3	23,4	7,38
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27	9,32	0,9		0,06	23,4	7,38
	расчет	950	26	35,9	114	865,4	1,31	17,8	1,5	3,6	56,3	434,3	39,4
	<b>ИТОГО</b>		43	52,8	210,1	1574,3	1,3	14,7	1,9	4,3	657,0	897,3	112,2
	Норма в день		45,00	46,0	191,5	1356,6	0,7	35,0	0,5	6	600,0	900,0	150,0
	<b>Итого за 2 недели (Среднее)</b>		56	51,4	192,3	1411,3	1,4	37,6	1,4	8,4	765,0	934,5	167,8