

	202/М	Макароны отварные	180	7,6	5,36	51,6	284,7
	377/М	Чай с сахаром и лимоном	200	0,06	0,01	11,19	46,28
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
	338/М	Фрукт по сезону (яблоко)	100	2,3	0,8	31,5	142
	Итого		908	23,91	21,22	89,89	644,19
	Завтрак 1						
		Выпечка в ассортименте	80	8	8	57	170
	376/М	Чай с сахаром	200			11,09	44,34
	Завтрак 2						
ень 7	175/М	Каша вязкая молочная из смеси круп	200	3,69	3,94	23,29	143,79
	486	Пирог осетинский с картофелем и сыром твердых сортов	100	7,63	8,16	31,26	232,42
	382/М	Какао на молоке	200	4,91	3,17	16,34	111,18
	338/М	Фрукт по сезону (банан)	150	1,5	0,6	21,0	95
	Итого		930	17,79	15,82	91,89	582,34
	Завтрак 1						
		Выпечка в ассортименте	80	8	8	57	170
	376/М	Чай с сахаром	200			11,09	44,34
	Завтрак 2						
ень 8	356	Купаты куриные	90	19,20	16,6	0,26	271,7
	173/М	Каша пшеничная с маслом сливочным (180/5)	185	3,45	4,19	18,96	244,50
	376/М	Чай с сахаром	200			11,09	44,34
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
	338/М	Фрукт по сезону (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого		890	26,13	21,29	74,07	639,37
	Завтрак 1						
		Выпечка в ассортименте	80	8	8	57	170
	376/М	Чай с сахаром	200			11,09	44,34
	Завтрак 2						
ень 9	14/М	Сыр полутвердый	15	3,9	3,92		51,6
	394/М	Вареники с творогом с маслом сливочным (140/10)	150	10,40	11,10	45,50	258,70
	377/М	Чай с сахаром и лимоном	200	0,06	0,06	6,70	46,28
		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94
	338/М	Фрукт по сезону (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого		785	17,92	15,88	81,32	497,58
	Завтрак 1						
		Выпечка в ассортименте	80	8	8	57	170
	376/М	Чай с сахаром	200			11,09	44,34
	Завтрак 2						
ень 10	232/М	Рыба запеченная	100	14,66	11,36	14,12	174,94
		Картофельное пюре с маслом сливочным (180/5)	185	5,40	11,70	24,44	197,56
	379/М	Напиток кофейный на молоке	200	3,23	2,51	20,67	118,89
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
	338/М	Фрукт по сезону (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого		895	26,07	25,64	83,82	654,63
	Завтрак 1						
		Выпечка в ассортименте	80	8	8	57	170
	376/М	Чай с сахаром	200			11,09	44,34
	Завтрак 2						
ень 11	16/М	Ветчина	15	1,94	3,27	0,29	38,4
	174/М	Каша вязкая молочная из рисовой крупы	200	4,86	6,24	35,85	219,50
	382/М	Какао на молоке	200	4,91	3,17	16,34	111,18
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
	338/М	Фрукт по сезону (банан)	150	1,5	0,6	21,0	95
	Итого		875	16,33	15,03	98,47	581,33
	Завтрак 1						
		Выпечка в ассортименте	80	8	8	57	170
	376/М	Чай с сахаром	200			11,09	44,34
	Завтрак 2						
ень 12	14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09
	223/М	Запеканка из творога с соусом вишневым, 150/40	190	27,46	14,60	41,57	411,68
	376/М	Чай с сахаром	200			11,09	44,34
		Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5
	338/М	Фрукт по сезону (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого		830	31,89	22,65	87,24	868,61
	Завтрак 1						

		Выпечка в ассортименте	80	8	8	57	170
	376/М	Чай с сахаром	200			11,09	44,34
ень 13	Завтрак 2						
	15/М	Сыр полутвердый	18	1,8	5,30	0,9	52,9
	173/М	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы	250	9,84	9,53	48,82	462,30
	382/М	Какао на молоке	200	4,91	3,17	16,34	111,18
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
	338/М	Фрукт по сезону (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого			878	19,32	18,70	9035,00	601,94
	Завтрак 1						
		Выпечка в ассортименте	80	8	8	57	170
	376/М	Чай с сахаром	200			11,09	44,34
ень 14	Завтрак 2						
	392/М	Пельмени мясные отварные с маслом сливочным, 220/5	225	21,50	12,65	42,02	383,60
	377/М	Чай с сахаром и лимоном	200	0,06	0,01	11,19	46,28
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
	338/М	Фрукт по сезону (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого			815	24,33	13,36	77,50
	Завтрак 1						
		Выпечка в ассортименте	80	8	8	57	170
	376/М	Чай с сахаром	200			11,09	44,34
ень 15	Завтрак 2						
	14/М	Икра кабачковая	40	0,64	2,52	2,96	37,08
	211/М	Омлет с сыром	200	18,41	16,28	3,82	236,66
	377/М	Чай с сахаром и лимоном	200	0,06	0,01	11,19	46,28
		Хлеб пшеничный	70	5,53	0,7	33,81	164,5
	338/М	Фрукт по сезону (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого			890	25,04	19,91	61,58	531,52
	Завтрак 1						
		Выпечка в ассортименте	80	8	8	57	170
	376/М	Чай с сахаром	200			11,09	44,34
ень 16	Завтрак 2						
	15/М	Сыр полутвердый	15	3,9	3,92		51,6
	293/М	Гуляш из куриного филе	100	19,57	9,5	5,08	193,7
	202/М	Макароны отварные	180	6,6	0,78	42,3	238,8
	376/М	Чай с сахаром	200			11,09	44,34
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
Итого			805	32,44	14,45	72,96	598,94
	Завтрак 1						
		Выпечка в ассортименте	80	8	8	57	170
	376/М	Чай с сахаром	200			11,09	44,34
ень 17	Завтрак 2						
	14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09
	219/М	Сырники из творога с молоком сгущенным (150/30)	180	27,50	15,80	39,95	414,83
	377/М	Чай с сахаром и лимоном	200	0,06	0,01	11,19	46,28
		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94
	338/М	Фрукт по сезону (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого			790	26,62	21,13	74,23	599,06
	Завтрак 1						
		Выпечка в ассортименте	80	8	8	57	170
	376/М	Чай с сахаром	200			11,09	44,34
ень 18	Завтрак 2						
	173/М	Каша вязкая молочная из гречневой крупы	200	8,40	11,08	36,00	277,32
	486	Пирог осетинский с картофелем и сыром	100	7,63	8,16	31,26	232,42
	382/М	Какао на молоке	200	4,91	3,17	16,34	111,18
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
	338/М	Фрукт по сезону (банан)	150	1,5	0,6	21,0	95
Итого			960	24,64	23,46	129,59	833,17
	Завтрак 1						
		Выпечка в ассортименте	80	8	8	57	170
	376/М	Чай с сахаром	200			11,09	44,34
ень 19	Завтрак 2						
		Наггетсы из курицы	90	21,57	9,1	3,46	163,6
	202/М	Макароны отварные со сливочным маслом 180/5	185	6,6	0,78	42,3	284,7
	376/М	Чай с сахаром	200			11,09	44,34
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
	338/М	Фрукт по сезону (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47

Итого		850	30,94	10,58	81,14	610,14	
Завтрак 1							
Выпечка в ассортименте		80	8	8	57	170	
376/М	Чай с сахаром	200			11,09	44,34	
Завтрак 2							
ень 20	232/М	Рыба запеченная	100	13,80	5,80	3,64	121,96
		Картофельное пюре с маслом сливочным (180/5)	185	3,24	6,82	22,25	163,78
	379/М	Напиток кофейный на молоке	200	3,23	2,51	20,67	118,89
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
	338/М	Фрукт по сезону (яблоко)	150	0,8	0,8	19,8	94
	Итого		905	24,89	16,18	92,55	616,88
		Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	
			Б	Ж	У		
Итого за: Завтрак		16 421	491	370	10 524	11 296	
Среднее значение		821	24,56	18,51	526,18	564,81	
Выполнение СанПиН, % от суточной нормы			32%	24%	157%	24%	
100 % Норма СанПиН			77	79	335	2 350	