Меню-раскладка (1 Неделя Понедельник) Дети от 7 до 11 лет

			до с	и и до тт.	,,,,,,		
Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г				Химически
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергети
Завтрак							ценно
Завтрак				ез диет			
К000477 каша пшеничная с маслом			150	3,26	2,4	17,17	10
Крупа пшеничная	30,0	30,0		3,45	0,39	18,84	
Масло сливочное	3,0	3,0		0,02	2,34	0,03	
Соль	1,0	1,0		0,02	2,51	0,03	
К000049 Салат витаминный из свежей капусть		1 -,0	50	0,87	2,68	3,56	42
Капуста белокочанная свежая	25,0	20,0		0,36	0,02	0,94	714
Морковь	10,0	8,0		0,1	0,01	0,58	
Горошек зеленый консервированный	15,0	12,0		0,37	0,02	0,78	
Сахар	1,0	1,0		0,57	0,02	1,0	
Масло растительное	3,0	3,0			3,0	1,0	
Лук репчатый	7,2	6,0		0,08	3,0	0,55	
Лимон свежий	2,0	2,0		0,00		0,06	
Соль	1,0	1,0		0,02		0,00	
К000484 суп с мясными тефтелями	1 1,0	1,0	200	6,47	8,15	7,21	12
Говядина 1к	32,0	32,0	200	5,95	5,13 5,12	7,21	12
Крупа рисовая	5,0	5,0		0,35	0,05	3,57	
Картофель	25,0	20,0		0,33	0,03	3,26	
Морковь	7,0	5,0		0,07	0,00	0,36	
Лук репчатый	9,0	8,0		0,07	0,01	0,73	
Соль	1,0	1,0		0,11		0,73	
Масло растительное	4,0	4,0			4,0		
К000377 Чай с лимоном	1 4,0	4,0	180/15/	0,24	0,05	120	57
Коооз// чаи с лимоном			5	0,24	0,05	13,8	3/
Caxap	15,0	15,0				14,97	
Лимон свежий	5,0	5,0		0,05	0,01	0,15	
Чай высшего или 1-го сорта	1,0	1,0		0,2	0,05	0,04	
К000486 курица запеченная	1 '	, ,	50	11,12	14,92	0,42	18
Курица 1к полупотрошеная	70,0	65,0		11,83	11,96	0,46	
Масло растительное	5,0	5,0		·	5,0		
Соль	2,0	2,0			·		
К000426 Булочка с повидлом обсыпная	1 '	'	60	5,01	1,92	26,91	14
булочка с повидлом обсыпная	60,0	60,0			•		
К000478 хлеб пшеничный	•	· ·	50	4,25	0,8	18,5	98
Хлеб пшеничный	50,0	50,0		, 4,25	0,8	18,5	
всего в Завтрак			760	31,22	30,92	87,57	75
всего в день			760	31,22	30,92	87,57	75
		Мень	-uachuau	ка (1 Неде			

Меню-раскладка (1 Неделя Вторник)

Дети от 7 до 11 лет

Химически

				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергети ценно
Завтрак	•	!	·B			•	псни
			E	без диет			
К000209 Яйца вареные			1 шт.	5,08	4,6	0,28	63
Яйцо	40,0	40,0		5,08	4,6	0,28	
К000479 запеканка из творога со сметаной	и сгущеным мол	юком	40/10/1	10,7	10,16	18,62	20
	-		0				
Яйцо	5,0	5,0		0,64	0,58	0,04	
Творог	55,0	55,0		9,19	4,95	1,1	
Крупа манная	5,0	5,0		0,52	0,05	3,38	
Caxap	10,0	10,0				9,98	
	•	•	•	•	1	•	

Брутто,г Нетто,г Выход,г

Наименование блюд и продуктов

Масло сливочное	4,0	4,0		0,03	3,12	0,04	
Сметана	10,0	10,0		0,28	2,0	0,32	
Молоко сгущенное	10,0	10,0		0,72	0,85	5,6	
Соль	1,0	1,0		,	,	,	
К000003 Бутерброд с сыром	, ,	,	50/5/5	5,25	5,31	16,88	13
Масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,9	0,05	
Хлеб пшеничный	50,0	50,0		4,25	0,8	18,5	
Сыр	5,0	5,0		1,3	1,33		
К000120 Суп молочный с макаронными изделиями(вермише	ль)	200	2,53	2,65	13,07	86
Молоко	40,0	40,0		1,12	1,28	1,88	
Масло сливочное	2,0	2,0		0,01	1,56	0,02	
Caxap	2,0	2,0				2,0	
Соль	1,0	1,0					
Лапша (вермишель)	15,0	15,0		1,56	0,17	10,46	
К000382 Какао с молоком			200	1,5	1,43	20,57	10
Какао-порошок	2,0	2,0		0,48	0,35	0,76	
Молоко	40,0	40,0		1,12	1,28	1,88	
Caxap	20,0	20,0				19,96	
всего в Завтрак			564	25,06	24,15	69,42	59
всего в день			564	25,06	24,15	69,42	59
		Менн	о-расклад	цка (1 Нед	еля Среда)	
			Дети о	т 7 до 11	лет		
	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г				Химически
паинспование олюд и продуктов	Брутто,	110,1	Выход, і	белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергети
				OC/IRVI,I	жирыл	углеводы,	ценно
Завтрак							
			. 6	ез диет	_		
К000303 Каша вязкая гречневая		•	150	3,59	4,3	17	12
Крупа гречневая	30,0	30,0		3,78	0,99	18,63	
Масло сливочное	4,0	4,0		0,04	3,9	0,05	
Соль	1,0	1,0					
К000480 котлета из говядины			60	9,96	10,11	5,84	15 _'
Говядина 1к	50,0	50,0		9,3	8,0		
Лук репчатый	14,0	11,0		0,15		1,0	
Хлеб пшеничный	10,5	10,5		0,89	0,17	3,89	
Сухари	3,0	3,0		0,26	0,32	1,53	
Масло растительное	3,0	3,0			3,0		
Соль	1,0	1,0	400/45/			120	
К000377 Чай с лимоном			180/15/ 5	0,24	0,05	13,8	57
Caxap	15,0	15,0	9			14,97	
Лимон свежий	5,0	5,0		0,05	0,01	0,15	
Чай высшего или 1-го сорта	1,0	1,0		0,2	0,05	0,04	
п006 Суп-хинкал с мясом на м/к бульоне с чесночно			200	10,8	8,26	25,62	22
Говядина 1к	30,0	30,0		5,58	4,8		
Мука пшеничная	40,0	40,0		4,12	0,44	27,52	
Чеснок	1,5	1,5		0,1	·	0,08	
Сметана	15,0	15,0		0,42	3,0	0,48	
Яйцо	10,0	10,0		1,27	1,15	0,07	
К000478 хлеб пшеничный		•	50	4,25	0,8	18,5	98
Хлеб пшеничный	50,0	50,0		4,25	0,8	18,5	
К000067 Винегрет овощной	-	-	50	2,22	2,85	8,89	70
Картофель	25,0	20,0		0,4	0,08	3,26	
Свекла	25,0	20,0		0,3	0,02	1,82	
Морковь	25,0	20,0		0,26	0,02	1,44	
Лук репчатый	3 571	3,0		0,04		0,27	
Масло растительное	3,0	3,0			3,0		
Горошек зеленый консервированный	13,0	10,0		0,31	0,02	0,65	
Соль	0,833	0,833					
Фасоль	5,0	5,0		1,05	0,1	2,33	
			-		-		

всего в Завтрак	-			31,06	26,37	89,65	72
всего в день			710 710	31,06	26,37	89,65	72
		Меню	-расклад	ка (1 Нед	еля Четве	рг)	
			Дети с	т 7 до 11	лет		
Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г				Химически
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергети
Завтрак							ценно
Завтрак			F	Без диет			
К000475 пюре картофельное			140\3	2,78	3,27	16,89	10
Картофель	130,0	105,0	- 10 (0	2,1	0,42	17,12	
Молоко	30,0	30,0		0,84	0,96	1,41	
Масло сливочное	3,0	3,0		0,02	2,34	0,03	
Соль	1,0	1,0		","=	_,-,-	,,,,	
К000482 рыба(хек) запеченная	1 -/-	1 -/-	60	9,77	6,04	2,32	10
Хек тихоокеанский (потрошеный обезглавленный)	60,0	50,0		9,96	1,32	_,-,-	
Масло растительное	5,0	5,0			5,0		
Сухари	5,0	5,0		0, 4 3	0,54	2,55	
Соль	1,0	1,0		0,10	5,5 :	_,	
К000102 Суп гороховый	ı -/°	ı -/°	200	8,88	8,1	11,1	15
Картофель	26,0	20,0		0,4	0,08	3,26	15
Горох	18,0	16,0		3,28	0,32	7,78	
Лук репчатый	9,0	8,0		0,11	0,52	0,73	
Морковь	7,0	6,0		0,08	0,01	0,73	
Масло растительное	4,0	4,0		0,00	4,0	0,45	
Говядина 1к	30,0	30,0		5,58	4,8		
Соль	1,0	1,0		3,30	1,0		
К000478 хлеб пшеничный	1 1,0	1,0	50	4,25	0,8	18,5	98
Хлеб пшеничный	50,0	50,0	30	4,25	0,8	18,5	96
К000349 Компот из смеси сухофруктов] 30,0	30,0	200	0,03	0,6	14,94	60
Смесь сухофруктов	10,0	10,0	200	0,03	"	1,45	
Сахар	15,0	15,0		0,03		14,97	
всего в Завтрак	15,0	15,0	656	25,71	18,21	63,75	52
всего в день			656	25,71	18,21	63,75	52
всего в день		14		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	<u> </u>	<u> </u>	32
		меню	•	•	еля Пятни	ца)	
			дети с	т 7 до 11	лет		
Диета: Все			_	_			
Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г		_	_	Химически
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергети
Завтрак							ценно
Sabipak			F	без диет			
К000265 Плов из говядины 1			150	10,66	11,1	26,94	25
Говядина 1к	45,0	45,0		8,37	7,2	-3,2 :	
Крупа рисовая	40,0	40,0		2,8	0,4	28,56	
Масло растительное	5,0	5,0		_,~	5,0		
Лук репчатый	6,0	5,0		0,07	3,3	0,46	
Морковь	10,0	8,0		0,07	0,01	0,18	
Соль	1,0	1,0		0,1	0,01	0,50	
К000377 Чай с лимоном	I 1,0	I 1,0	180/15/	0,24	0,05	13,8	57
		_	5	5,24	3,53	13,3	
Сахар	15,0	15,0	_			14,97	
Лимон свежий	5,0	5,0		0,05	0,01	0,15	
Чай высшего или 1-го сорта	1,0	1,0		0,2	0,05	0,04	
К000479 Борщ с мясом,на м/к бульоне		_	200	4,73	8,18	5,42	11
Говядина 1к	20,0	20,0		3,72	3,2	1	
Капуста белокочанная свежая	20,0	17,0		0,31	0,02	0,8	
Свекла	18,0	14,0		0,21	0,01	1,27	
Картофель	20,0	15,0		0,3	0,06	2,45	
Морковь	7,0	5,0		0,07	0,01	0,36	
Картофель	20,0	15,0		0,3	0,06	2,45	

Лук репчатый	8 333	7,0		0,1		0,64	
Соль	1,0	1,0		0,1		0,01	
Сметана	10,0	10,0		0,28	2,0	0,32	
Масло растительное	4,0	4,0		0,20	4,0	0,32	
Томатное пюре	1,0	1,0		0,04	1,0	0,12	
К000426 Булочка с повидлом обсыпная	1 1,0	1 1,0	60	5,01	1,92	26,91	14
булочка с повидлом обсыпная	60,0	60,0	00	3,01	1,52	20,31	
К000478 хлеб пшеничный	1 00,0	1 00,0	50	4,25	0,8	18,5	98
Хлеб пшеничный	50,0	50,0	30	4,25	0,8	18,5	30
К000059 Салат из моркови с чесноком	1 30,0	1 30,0	40	0,62	1,04	2,96	2 4
Морковь	50,0	40,0	40	0,52	0,04	2,88	
Чеснок	1,5	1,5		0,1	0,01	0,08	
Масло растительное	1,0	1,0		0,1	1,0	0,00	
всего в Завтрак	1,0	1,0	700	25,51	23,09	94,53	68
всего в день			700	25,51	23,09	94,53	68
Beer of B Action		•		, and the second		· · · · · ·	
	ľ	теню-ра		-	Понедель	эник)	
			дети о	т 7 до 11	лет		
Диета: Все							
Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г				Химически
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергети
Завтрак	ļ	<u> </u>				1	ценнс
Завтрак				ез диет			
К000246 Гуляш из отварной говядины		Ī	70	8,46	8,43	3,36	12
Говядина 1к	45,0	45,0	70	8,37	7,2	3,30	12
Морковь	10,0	8,0		0,1	0,01	0,58	
Лук репчатый	9,0	7,0		0,1	0,01	0,64	
Мука пшеничная	3,0	3,0		0,31	0,03	2,06	
Соль	0,5	0,5		0,51	0,03	2,00	
Масло сливочное	3,0	3,0		0,02	2,34	0,03	
Томат-паста	2,0	2,0		0,1	2,51	0,38	
К000376 Чай с сахаром	1 2,0	2,0	200/15	0,19	0,04	13,66	56
Чай высшего или 1-го сорта	1,0	1,0	200/15	0,2	0,05	0,04	50
Caxap	15,0	15,0		0,2	0,03	14,97	
коооо49 Салат витаминный из свежей капусты (•	15,0	50	0,87	2,68	3,56	42
Капуста белокочанная свежая	25,0	20,0	30	0,36	0,02	0,94	72
Морковь	10,0	8,0		0,1	0,02	0,58	
Горошек зеленый консервированный	15,0	12,0		0,37	0,02	0,78	
Сахар	1,0	1,0		0,57	0,02	1,0	
Масло растительное	3,0	3,0			3,0	1,0	
Лук репчатый	7,2	6,0		0,08	3/0	0,55	
Лимон свежий	2,0	2,0		0,02		0,06	
Соль	1,0	1,0		0,02		0,00	
К000489 Суп-лапша домашняя с курицей	1 -/-	1 -/-	200	11,37	7,11	27,76	22
Курица 1к полупотрошеная	40,0	35,0		6,37	6,44	0,25	
Лук репчатый	8,0	6,0		0,08	,	0,55	
Мука пшеничная	40,0	40,0		4,12	0,44	27,52	
Меланж	10,0	10,0		1,27	1,15	0,07	
Соль	1,0	1,0		,	, -	'	
Картофель	17,0	13,0		0,26	0,05	2,12	
К000309 Макаронные изделия отварные 1	, , ,	' '	130	4,4	3,08	28,55	16
Макаронные изделия	45,0	45,0		4,68	0,5	31,37	-
Соль	1,0	1,0		,	,-	'-	
Масло растительное	3,0	3,0			3,0		
К000426 Булочка с повидлом обсыпная	'	' '	60	5,01	1,92	26,91	14
булочка с повидлом обсыпная	60,0	60,0					
К000478 хлеб пшеничный	'	' '	50	4,25	0,8	18,5	98
Хлеб пшеничный	50,0	50,0		4,25	0,8	18,5	
всего в Завтрак		· ·	760	34,55	24,06	122,3	84
всего в день			760	34,55	24,06	122,3	84

Меню-раскладка (2 Неделя Вторник) Дети от 7 до 11 лет

Dec.			дети	от / до 11	JICI		
Диета: Все	Enverso s	Нетто,г	Punyon n	1			Viananocia
Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	петто,	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,г	Химически Энергети
2						,,	иенно
Завтрак				Без диет			
К000209 Яйца вареные			1 шт.	5,08	4,6	0,28	63
 Яйцо	40,0	40,0		5,08	4,6	0,28	
К000479 запеканка из творога со сметаной и сгущ	еным моло	ком	40/10/1	10,7	10,16	18,62	20
Творог	55,0	55,0	0	9,19	4,95	1,1	
Крупа манная	5,0	5,0		0,52	0,05	3,38	
Caxap	10,0	10,0				9,98	
Масло сливочное	4,0	4,0		0,03	3,12	0,04	
Сметана	10,0	10,0		0,28	2,0	0,32	
Молоко сгущенное	10,0	10,0		0,72	0,85	5,6	
Соль	1,0	1,0		0.64	0.50	0.04	
Яйцо К000003 Бутерброд с сыром	5,0	5,0	50/5/5	0,64	0,58	0,04	13
Масло сливочное	5,0	5,0	30/3/3	5,25 0,04	5,31 3,9	16,88 0,05	13
Хлеб пшеничный	50,0	50,0		4,25	0,8	18,5	
Сыр	5,0	5,0		1,3	1,33	10,5	
К000382 Какао с молоком	1 -7-	, -,-	200	1,5	1,43	20,57	10
Какао-порошок	2,0	2,0		0,48	0,35	0,76	
Молоко	40,0	40,0		1,12	1,28	1,88	
Caxap	20,0	20,0				19,96	
К000121 Суп молочный с крупой (рис)	1	1	200	2,9	2,36	11,22	78
Молоко	80,0	80,0		2,24	2,56	3,76	
Крупа рисовая Соль	12,0 0,5	12,0 0,5		0,84	0,12	8,57	
всего в Завтрак	0,3	0,3	564	25,43	23,86	67,57	58
всего в день			564	25,43	23,86	67,57	58
		Мені	ю-расклал	дка (2 Не <i>г</i>	еля Среда	a)	
			-	от 7 до 11	-	•	
—————————————————————————————————————	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Γ			Химически
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергети
Завтрак							ценно
Завтрак			E	Без диет			
К000477 каша пшеничная с маслом			150	3,26	2,4	17,17	10
Крупа пшеничная	30,0	30,0		3,45	0,39	18,84	
Масло сливочное	3,0	3,0		0,02	2,34	0,03	
Соль	1,0	1,0					
К000039 Салат картофельный с кукурузой и морко		1	50	0,88	2,34	5,45	46,2
Картофель	25,0	18,75		0,47	0,09	3,83	
Кукуруза сахарная консервированная	16,0	12,5		0,34	0,06	1,75	
Морковь Масло растительное	26,25 2,5	21,25 2,5		0,34	0,03 3,13	1,91	
Соль	1,0	1,0			3,13		
К000495 суп фасолевый на м/к бульоне	1 -/-	1 -/-	200	9,26	7,52	19,03	18
Фасоль	15,0	15,0		3,15	0,3	6,99	
Лапша (вермишель)	15,0	15,0		1,56	0,17	10,46	
Картофель	18,0	15,0		0,3	0,06	2,45	
Лук репчатый	6,0	5,0		0,07		0,46	
Морковь 	6,0	5,0		0,07	0,01	0,36	
Томат-паста	1,0	1,0		0,05		0,19	
Соль	1,0 25.0	1,0 25.0		165	4.0		
Говядина 1к	25,0	25,0	I	4,65	4,0	I	

Масло растительное	4,0	4,0			4,0		
К000105 Фрикадельки мясные с соусом овощным	•	1	45/20	9,76	11,85	5,32	16
Говядина 1к	45,0	45,0		8,37	7,2		
Лук репчатый	9 333	7,0		0,1		0,64	
Яйцо	10,0	10,0		1,27	1,15	0,07	
Масло сливочное	2,0	2,0		0,01	1,56	0,02	
Масло растительное	3,5	3,5			3,5		
Крупа рисовая	5,0	5,0		0,35	0,05	3,57	
Лук репчатый	9 524	8,0		0,11		0,73	
Морковь	10,0	8,0		0,1	0,01	0,58	
Томатное пюре	2,0	2,0		0,07		0,24	
Соль	1,0	1,0					
К000478 хлеб пшеничный	•	•	50	4,25	0,8	18,5	98
Хлеб пшеничный	50,0	50,0		4,25	0,8	18,5	
К000349 Компот из смеси сухофруктов	•	•	200	0,03	0	14,94	60
Смесь сухофруктов	10,0	10,0		0,03		1,45	
Caxap	15,0	15,0				14,97	
всего в Завтрак			715	27,44	24,91	80,41	655,
всего в день			715	27,44	24,91	80,41	655,
		Меню	-раскладі	ка (2 Неде	еля Четвер	OF)	
			Дети о	т 7 до 11	лет		
Диета: Все							
Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г				Химически
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергети
							ценно
Завтрак							
				ез диет		1 1	
К000475 пюре картофельное			140\3	2,78	3,27	16,89	10
Картофель	130,0	105,0		2,1	0,42	17,12	
Молоко	30,0	30,0		0,84	0,96	1,41	
Масло сливочное	3,0	3,0		0,02	2,34	0,03	
Соль	1,0	1,0					
КООО482 пыба(уек) запеченная	1 -/-	1 -/0	60	9 77	6 04	2 32	10

всего в Завтрак			/50	29,75	21,08	94,05	68
Масло растительное	1,0	1,0	756	20.75	1,0	04.05	
Чеснок	1,5	1,5		0,1	1.0	0,08	
Морковь	50,0	40,0		0,52	0,04	2,88	
К000059 Салат из моркови с чесноком	l =0.0	۱ ،۰۰	40	0,62	1,04	2,96	24
Хлеб пшеничный	50,0	50,0		4,25	0,8	18,5	_
К000478 хлеб пшеничный	i	Ī	50	4,25	0,8	18,5	98
булочка с повидлом обсыпная	60,0	60,0					
К000426 Булочка с повидлом обсыпная		ī	60	5,01	1,92	26,91	14
Соль	1,0	1,0					
Томат-паста	1,0	1,0		0,05		0,19	
Масло растительное	4,0	4,0			4,0		
Крупа перловая	15,0	15,0		1,4	0,17	9,98	
Лук репчатый	8,0	6,0		0,08		0,55	
Морковь	8,0	6,0		0,08	0,01	0,43	
Картофель	20,0	17,0		0,34	0,07	2,77	
Говядина 1к	30,0	30,0		5,58	4,8		
К000487 суп перловый с мясом			200	7,08	7,96	12,67	15
Чай высшего или 1-го сорта	1,0	1,0		0,2	0,05	0,04	
Лимон свежий	5,0	5,0		0,05	0,01	0,15	
Сахар	15,0	15,0				14,97	
Коосэтт наи слимоном			5	0,24	0,03	13,8	37
К000377 Чай с лимоном	1,0	1,0	180/15/	0,24	0,05	13,8	57
Соль	1,0	1,0		υ,το	0,54	2,33	
Сухари	5,0	5,0		0,43	0,5 4	2,55	
Масло растительное	5,0	5,0		9,90	5,0		
Хек тихоокеанский (потрошеный обезглавленный)	60,0	50,0	60	9,96	1,32	2,32	10.
К000482 рыба(хек) запеченная	1,0	1,0	60	9,77	6,04	2,32	10
Масло сливочное Соль		1		0,02	2,34	0,03	
молоко Масло сливочное	30,0 3,0	30,0 3,0		0,8 4 0,02	0,96	1,41	
Картофель Молоко	130,0	. · ·		2,1	0,42	17,12	
К000475 пюре картофельное	I 120 0	105,0	140\3	2,78	3,27		10
K00047F		140\3	ез диет	2 27	16,89	10	

			Д	до			
Диета: Все							
Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г				Химически
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергети
						!	ценно
2.7			E	Без диет			
К000049 Салат витаминный из свежей капусты (2 в	ариант)		50	0,87	2,68	3,56	42
Капуста белокочанная свежая	25,0	20,0		0,36	0,02	0,94	
Морковь	10,0	8,0		0,1	0,01	0,58	
Горошек зеленый консервированный	15,0	12,0		0,37	0,02	0,78	
Caxap	1,0	1,0				1,0	
Масло растительное	3,0	3,0			3,0		
Лук репчатый	7,2	6,0		0,08		0,55	
Лимон свежий	2,0	2,0		0,02		0,06	
Соль	1,0	1,0					
К000493 Мини пицца	•	•	120	17,58	19,1	38,22	39
Мука пшеничная	60,0	60,0		6,18	0,66	41,28	
Дрожжи	2,0	2,0		0,25	0,05		
Говядина 1к	40,0	40,0		7, 44	6, 4		
Помидоры свежие	8 235	7,0		0,08	0,01	0,27	
Сыр	13,0	13,0		3,38	3,45		
Томат-паста	2,0	2,0		0,1		0,38	
Соль	1,0	1,0					
Р ийцо	10,0	10,0		1,27	1,15	0,07	
Масло растительное	10,0	10,0			9,99		
К000494 Суп чечевичный		-	200	9,84	9,81	11,31	17:
Чечевица	18,0	18,0		4,32	0,27	8,33	
Картофель	24,0	18,0		0,36	0,07	2,93	
Морковь	8,0	6,0		0,08	0,01	0,43	
Лук репчатый	8,0	6,0		0,08		0,55	
Масло растительное	3,0	3,0			3,0		
Соль	1,0	1,0					
Томат-паста	1,0	1,0		0,05		0,19	
Говядина 1к	30,0	30,0		5,58	4,8		
Масло растительное	3,0	3,0			3,0		
К000478 хлеб пшеничный	_	_	50	4,25	0,8	18,5	98
Хлеб пшеничный	50,0	50,0		4,25	0,8	18,5	
К000349 Компот из смеси сухофруктов	_	•	200	0,03	0	14,94	60
Смесь сухофруктов	10,0	10,0		0,03		1,45	
Сахар	15,0	15,0				14,97	
всего в Завтрак			620	32,57	32,39	86,53	76

всего в день

всего в день

Составил:

756

620

32,57

32,39

86,53

76

29,75

Меню-раскладка (2 Неделя Пятница) Дети от 7 до 11 лет

21,08

94,05

68

ий состав ческая эсть	Са,мг	Fe,мг	В2,мг	C
<u>)СТЬ</u>			الاارعط	С,мг
-				
3	3,71	1,18	0,02	l o
		1,32	0,03	
	0,54	1,52	0,00	
	3,68	0,03		
<u> </u>	19,66	0,3	0,02	4,78
-	9,6	0,12	0,01	9,0
	4,08	0,06	0,01	0,4
	2,4	0,08	0,01	1,2
	0,02	0,00	0,01	1,2
	0,02			
	1,86	0,05		0,6
	0,7	0,05		0,76
	3,68	0,03		0,70
8	12,31	1,06	0,05	2,02
	2,88	0,86	0,05	_,
	0,4	0,05	0,00	
	2,0	0,18	0,01	4,0
	2,55	0,04	0,01	0,25
	2,48	0,06		0,8
	3,68	0,03		0,0
	3,00	0,03		
,	6,16	0,76	0	0,8
	0,3	0,05		
	1,75	0,01		1,9
	4,95	0,82		0,1
0	15,63	0,96	0,08	0
	10,4	1,04	0,1	
	7,36	0,06		
5	13,5	0,88	0,04	0,01
3	21,5	2,5	0,05	0
	21,5	2,5	0,05	
3	92,47	7,63	0,26	7,61
3	92,47	7,63	0,26	7,61

ій состав				
ческая	Са,мг	Fe,мг	В2,мг	С,мг
СТЬ				
3	22	1	0,18	0
	22,0	1,0	0,18	
9	122,19	0,42	0,16	0,16
	2,75	0,13	0,02	
	90,2	0,22	0,15	0,28
	1,0	0,05		
	0,2	0,03		
	•		•	

5	302	4,19	0,52	0,64
5	302	4,19	0,52	0,64
	0,4	0,06		
	48,0	0,02	0,06	0,52
	1,1	0,3	0,01	
1	43,56	0,33	0,06	0,21
	2,85	0,24	0,01	
	3,68	0,03		
	0,04	0,01		
	0,36			
	48,0	0,02	0,06	0,52
;	48,34	0,26	0,06	0,21
	52,5		0,02	0,14
	21,5	2,5	0,05	
	0,9	0,01	0,01	
6	65,91	2,18	0,06	0,06
	3,68	0,03		
	31,7		0,02	0,1
	8,6	0,02	0,01	0,03
	0,72			

ій состав				
ческая	Са,мг	Fe,мг	В2,мг	С,мг
<u>)СТЬ</u>				
	امما	4 70	0.06	•
1	9,31	1,78	0,06	0
	6,0	2,01	0,06	
	0,9	0,01	0,01	
4	3,68	0,03	0.07	0.44
4	14,75	1,78	0,07	0,44
	4,5	1,35	0,08	
	3,41	0,09	0.01	1,1
	4,52	0,53	0,01	
	0,66	0,06		
	2.60	0.02		
,	3,68	0,03		0.0
,	6,16	0,76	0	0,8
	0,3	0,05		
	1,75	0,01		1,9
	4,95	0,82		0,1
0	25,7	1,39	0,1	0,08
	2,7	0,81	0,05	·
	7,2	0,48	0,02	
	0,9	0,02	·	0,15
	12,9	0,03	0,02	0,05
	5,5	0,25	0,04	
3	21,5	2,5	0,05	0
	21,5	2,5	0,05	
)	29,12	0,88	0,04	3,32
	2,0	0,18	0,01	4,0
	7,4	0,28	0,01	2,0
	10,2	0,14	0,01	1,0
	0,93	0,02	•	0,3
		-		•
	2,0	0,07	0,01	1,0
	3,07	0,02		-
	, 7,5	0,3	0,01	
			•	

0	106,54	9,08	0,32	4,64
0	106,54	9,08	0,32	4,64

2	114,89	5,8	0,26	11,37
2	114,89	5,8	0,26	11,37
,	0,3	0,05		
)	0,26	0,04	0	0
	21,5	2,5	0,05	•
3	21,5	2,5	0,05	0
	3,68	0,03		_
	2,7	0,81	0,05	
		-		•
	3,06	0,04		0,3
	2,48	0,06	-,-	0,8
	18,4	1,09	0,02	.,-
-	2,0	0,18	0,01	4,0
3	28,44	1,93	0,06	2,04
	3,68	0,03		
	1,1	0,1		
	18,0	0,42	0,06	1,92
3	20,05	0,47	0,05	0,77
	3,68	0,03		
	0,54			
	36,0	0,02	0,05	0,39
	10,5	0,95	0,07	21,0
8	44,63	0,87	0,1	8,56
ЭСТЬ	Ca,™i	1 C,MI	DZ,MI	C,MI
ческая	Са,мг	Fe,мг	В2,мг	С,мг
ій состав				

ческая	Са,мг	Fe,мг	В2,мг	С,мг
СТЬ				
0	14,57	1,51	0,08	0,36
	4,05	1,22	0,07	
	3,2	0,4	0,02	
	1,55	0,04		0,5
	4,08	0,06	0,01	0,4
	3,68	0,03		
,	6,16	0,76	0	0,8
	0,3	0,05		
	1,75	0,01		1,9
	4,95	0,82		0,1
4	29,78	0,99	0,06	5,32
	1,8	0,54	0,03	
	8,16	0,1	0,01	7,65
	5,18	0,2	0,01	1,4
	1,5	0,14	0,01	3,0
	2,55	0,04		0,25

ій состав

8	106,81	6,94	0,26	8,64
8	106,81	6,94	0,26	8,64
		,		,
	0,9	0,02		0,15
	20,4	0,28	0,03	2,0
Ļ	21,3	0,3	0,03	2,15
	21,5	2,5	0,05	
3	21,5	2,5	0,05	0
5	13,5	0,88	0,04	0,01
_		-	0.04	-
	0,2	0,02		0,26
	8,6	0,02	0,01	0,03
	3,68	0,03		
	2,17	0,06		0,7

ій состав					
ческая	Са,мг	Fe,мг	В2,мг	С,мг	
СТЬ	Ca,rii	1 6,111	<i>D2,</i> 111	C,111	
				,	
_	1 1	1	l		
3	11,99	1,25	0,06	0,8	
	4,05	1,22	0,07		
	4,08	0,06	0,01	0,4	
	2,17	0,06		0,7	
	0,5 4	0,04			
	1,84	0,01			
	0,54				
	0,4	0,05		0,9	
;	4,62	0,75	0	0,04	
	4,95	0,82		0,1	
	0,3	0,05			
2	19,66	0,3	0,02	4,78	
	9,6	0,12	0,01	9,0	
	4,08	0,06	0,01	0,4	
	2,4	0,08	0,01	1,2	
	0,02				
	1,86	0,05		0,6	
	0,7			0,76	
	3,68	0,03			
1	22,12	1,29	0,1	1,28	
	5,6	0,56	0,05		
	1,86	0,05		0,6	
	7,2	0,48	0,02		
	5,5	0,25	0,04		
	3,68	0,03			
	1,3	0,12	0,01	2,6	
0	10,76	0,65	0,02	0	
	8,55	0,72	0,02		
	3,68	0,03			
		-			
5	13,5	0,88	0,04	0,01	
		-	-	,	
3	21,5	2,5	0,05	0	
	21,5	2,5	0,05		
5	104,15	7,62	0,29	6,91	
5	104,15	7,62	0,29	6,91	

7	340,6	4,09	0,56	0,85
7	340,6	4,09	0,56	0,85
	1,84	0,01		
	0,96	0,12		
	96,0	0,05	0,12	1,04
3	86,94	0,16	0,1	0,42
	0,4	0,06		
	48,0	0,02	0,06	0,52
	1,1	0,3	0,01	
1	43,56	0,33	0,06	0,21
	52,5		0,02	0,14
	21,5	2,5	0,05	
	0,9	0,01	0,01	
6	65,91	2,18	0,06	0,06
	2,75	0,13	0,02	
	3,68	0,03		
	31,7		0,02	0,1
	8,6	0,02	0,01	0,03
	0,72			
	0,2	0,03		
	1,0	0,05		
	90,2	0,22	0,15	0,28
9	122,19	0,42	0,16	0,16
_	22,0	1,0	0,18	
}	22	1	0,18	0
<u>)СТЬ</u>		<u> </u>		<u> </u>
ческая	Са,мг	Fe,мг	В2,мг	С,мг
ій состав	T =			
-				

ческая	Са,мг	Fe,мг	В2,мг	С,мг
<u>)СТЬ</u>			l	
_				
3	3,71	1,18	0,02	0
		1,32	0,03	
	0,54			
	3,68	0,03		
25	14,98	0,35	0,03	2,16
	2,34	0,21	0,02	4,69
	0,78	0,06	0,02	0,75
	13,55	0,19	0,02	1,33
		-, -	-,-	,
	4,6	0,04		
1	32,63	1,8	0,07	1,68
	22,5	0,89	0,03	
	2,85	0,24	0,01	
	1,5	0,14	0,01	3,0
	1,55	0,04		0,5
	2,55	0,04		0,25
	0,2	0,03		0,45
	3,68	0,03		0, .0
	2,25	0,68	0,04	
	د _ا دی	0,00	0,07	

ій состав

7					
2,17 0,06 0,04 0,7 5,5 0,25 0,04 0,7 0,36 0,05 0,04 0,05 0,01 0,4 0,04 0,04 0,52 3,68 0,03 21,5 2,5 0,05 0 21,5 2,5 0,05 0 0,26 0,04 0 0 0 0 0,3 0,05 0 0 0,3 0,05 0 0,27 4,81	7	20,35	1,53	0,1	0,97
5,5 0,25 0,04 0,05 0,36 0,8 4,08 0,06 0,01 0,4 0,52 3,68 0,03 3 21,5 2,5 0,05 0 21,5 2,5 0,05 0 0,26 0,04 0 0 0 0 0,3 0,05 0 0 0 0 0,3 0,05 0 0,27 4,81		4,05	1,22	0,07	
0,36 0,4 0,05 2,48 0,06 4,08 0,06 0,01 0,4 0,4 0,04 0,04 3,68 0,03 21,5 2,5 0,05 0,21,5 2,5 0,05 0,26 0,04 0 0 0,3 0,05 25 93,43 7,39 0,27 4,81		2,17	0,06		0,7
0,4 0,05 2,48 0,06 4,08 0,06 0,01 0,4 0,4 0,04 0,52 3,68 0,03 3,15 2,5 0,05 0 21,5 2,5 0,05 0,26 0,04 0 0		5,5	0,25	0,04	
2,48 0,06 0,01 0,8 4,08 0,06 0,01 0,4 0,4 0,04 0,52 3,68 0,03 0,05 0 21,5 2,5 0,05 0 21,5 2,5 0,05 0 0,26 0,04 0 0 0,3 0,05 0 0 25 93,43 7,39 0,27 4,81		0,36			
2,48 0,06 0,01 0,8 4,08 0,06 0,01 0,4 0,4 0,04 0,52 3,68 0,03 0,05 0 21,5 2,5 0,05 0 21,5 2,5 0,05 0 0,26 0,04 0 0 0,3 0,05 0 0 25 93,43 7,39 0,27 4,81					
4,08 0,06 0,01 0,4 0,4 0,04 0,52 3,68 0,03 0,05 0 21,5 2,5 0,05 0 21,5 2,5 0,05 0 0,26 0,04 0 0 0,3 0,05 0 0 25 93,43 7,39 0,27 4,81		0,4	0,05		
0,4 0,04 0,52 3,68 0,03 21,5 2,5 0,05 0 21,5 2,5 0,05 0,26 0,04 0 0 0,3 0,05 25 93,43 7,39 0,27 4,81		2,48	0,06		0,8
3,68 0,03 0,05 0 21,5 2,5 0,05 0 21,5 2,5 0,05 0 0,26 0,04 0 0 0,3 0,05 0 25 93,43 7,39 0,27 4,81		4,08	0,06	0,01	0,4
3 21,5 2,5 0,05 0 21,5 2,5 0,05 0 0,26 0,04 0 0 0,3 0,05 0 25 93,43 7,39 0,27 4,81		0,4	0,04		0,52
21,5 2,5 0,05 0,26 0,04 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0		3,68	0,03		
0,26 0,04 0 0 0,3 0,05 25 93,43 7,39 0,27 4,81	3	21,5	2,5	0,05	0
0,3 0,05 25 93,43 7,39 0,27 4,81		21,5	2,5	0,05	
25 93,43 7,39 0,27 4,81)	0,26	0,04	0	0
25 93,43 7,39 0,27 4,81					
		0,3	0,05		
25 93,43 7,39 0,27 4,81	25	93,43	7,39	0,27	4,81
	25	93,43	7,39	0,27	4,81

ій состав	C==	F	D2	C
ческая	Са,мг	Fe,мг	В2,мг	С,мг
<u>)СТЬ</u>		Į.	Į.	
•				
8	44,63	0,87	0,1	8,56
	10,5	0,95	0,07	21,0
	36,0	0,02	0,05	0,39
	0,54			
	3,68	0,03		
3	20,05	0,47	0,05	0,77
	18,0	0,42	0,06	1,92
	1.1	0.1		
	1,1	0,1		
,	3,68	0,03		0.0
,	6,16	0,76	0	0,8
	0,3	0,05		
	1,75	0,01		1,9
	4,95	0,82		0,1
1	16,63	1,2	0,06	1,9
	2,7	0,81	0,05	
	1,7	0,15	0,01	3,4
	3,06	0,04		0,3
	1,86	0,05		0,6
	5,7	0,27	0,01	
	0,2	0,03		0,45
	3,68	0,03		,
5	13,5	0,88	0,04	0,01
3	21,5	2,5	0,05	0
	21,5	2,5	0,05	
ŀ	21,3	0,3	0,03	2,15
	20,4	0,28	0,03	2,0
	0,9	0,02		0,15
6	143,77	6,98	0,33	14,19
-		-,	-,	= -,=-

ій состав				
ческая	Са,мг	Fe,мг	В2,мг	С,мг
<u>)СТЬ</u>				
,				
2	19,66	0,3	0,02	4,78
-	9,6	0,12	0,01	9,0
	4,08	0,06	0,01	0,4
	2,4	0,08	0,01	1,2
	0,02	0,00	0,01	1,2
	0,02			
	1,86	0,05		0,6
	0,7	·		0,76
	3,68	0,03		,
5	142,56	1,96	0,13	1,2
	10,8	0,72	0,02	
	0,54	0,06	·	
	3,6	1,08	0,06	
	0,98	0,06	,	1,75
	136,5	·	0,04	0,36
	0,4	0,05	·	0,9
	3,68	0,03		•
	5,5	0,25	0,04	
3	24,85	0,97	0,08	1,98
	14,94		0,04	
	1,8	0,16	0,01	3,6
	3,06	0,04		0,3
	1,86	0,05		0,6
	3,68	0,03		
	0,2	0,03		0,45
	2,7	0,81	0,05	0,43
	2,7	0,01	0,05	
3	21,5	2,5	0,05	0
	21,5	2,5	, 0,05	
)	0,26	0,04	O	0
,	0,3	0,05		
8	208,83	5,77	0,28	7,96
8	208,83	5,77	0,28	7,96

143,77 6,98

0,33

14,19

Дата: 24.11.2023 Стр: 17