



«Сотримаванне»  
 Директор МБОУ «СОШ № 95»  
*В. М. Якушэвіч*



«Удзячэнасць»  
 Директор МУП «Курган»  
 «Ковбасны завод»  
*К. С. Кішчэнка*

Актрыскае меню с 3-х разовам харчаваннем для адукацыйных дзяцей на дзевяці першай (заўважка -20%, аб'ём-30%, падлінек -10%) дзяткі ад 12 да 18 лет. (15 дзён)

1-ЗЕДН

| № п/п            | Назва харчовага прадукту   | Вага, (г.) | Плывішчыны і вугляк |       |          | Зялёныя сабачыя прадукты (г/сут.) | Вітаміны (мг.) |      |      | Мінеральныя рэчывы (мг.) |        |        |       |        |  | Энерг. (ккал.) |
|------------------|--|------------|---------------------|-------|----------|-----------------------------------|----------------|------|------|--------------------------|--------|--------|-------|--------|--|----------------|
|                  |  |            | Бялок               | Жыра  | Углеводы |                                   | B1             | C    | A    | Ca                       | P      | Mg     | Fe    |        |  |                |
| <b>ТАБЛІЦА</b>   |  |            |                     |       |          |                                   |                |      |      |                          |        |        |       |        |  |                |
| 1                | Бурячок с сацыя і маляна сямочны на бароне (сэр 20г, сасіа сямочны 15г, баран 25г)   | 60         | 8,8                 | 6,9   | 14,6     | 60,3                              | 0,04           | 0,7  | 0,05 | 266                      | 154,5  | 16,7   | 0,6   |        |  |                |
| 311              | Кава малячая прэма (беланат) (сэр 40г, маляна 150г, сасіа 6г, сям-0,5г)  | 200        | 8,2                 | 5     | 35,2     | 218,6                             | 0,1            | 2,6  | 0,04 | 142,9                    | 234    | 46     | 0,5   |        |  |                |
| 692              | Маляна сямочны   | 10         | 0,08                | 7,2   | 0,33     | 66,1                              | 0,00           | 0,04 | 0,04 | 2,4                      | 3      | 0,05   | 0,02  |        |  |                |
|                  | Кабэчы пашыа на шчыама сямочы (кабэчы пашыа 4г, маляна 200г, сасіа 10г)  | 200        | 4,5                 | 0,62  | 18,35    | 152,6                             | 0,06           | 2    | 0,03 | 190                      | 135    | 21     | 0,09  |        |  |                |
|                  | Хлеб малячыа   | 30         | 2,3                 | 0,2   | 14,6     | 71,4                              | 0,03           |      |      | 6                        | 6,5    | 4,2    | 0,3   |        |  |                |
|                  | Хлеб рэама-сямочны   | 50         | 3                   | 0,7   | 17,7     | 94,5                              | 0,3            |      |      | 16,5                     | 91,5   | 27     | 2,1   |        |  |                |
|                  | Хлеб малячыа   | 550        | 26,88               | 20,62 | 100,56   | 663,5                             | 0,33           | 5,3  | 0,16 | 623,8                    | 483    | 144,95 | 3,61  | 65,34  |  |                |
| <b>СМЭЛ</b>      |  |            |                     |       |          |                                   |                |      |      |                          |        |        |       |        |  |                |
| 19               | Сочыа сямочны  | 100        | 1,1                 | 0,2   | 3,8      | 3,3                               | 0,06           | 2,8  | 1,2  | 14                       | 36     | 30     | 0,9   |        |  |                |
| 110              | Боран с сацыя і кабэчыа, са сямочы 250г/С(сасіа)2г, маляна   | 255        | 1,53                | 2,6   | 9,2      | 59                                | 0,02           | 1    | 0,05 | 54                       | 72,1   | 3,25   | 0,7   |        |  |                |
| 451              | Колбаса аднастаа ка галаваа (маляна пашыа-69г, лус-5г, кабэ 12г, маляна 22г, сасіа 6г, маляна рэама-сасіа-5г, кабэ 2г, сасіа-1г) | 100        | 14,7                | 13,9  | 2,3      | 270,3                             | 0,06           | 0,8  | 0,9  | 56,2                     | 150,1  | 34,5   | 3,4   |        |  |                |
| 520              | Капурэамаа маляна (маляна-153г, маляна-36г, маляна сямочны-5г, сасіа-5г)   | 180        | 4,09                | 2,9   | 26,6     | 145,4                             | 0,2            | 31,2 | 0,5  | 59,4                     | 122,5  | 40,3   | 1,4   |        |  |                |
| 698              | Маляна малячыа сямочны   | 200        | 5,6                 | 6,4   | 17       | 106                               | 0,06           | 1,8  | 0,04 | 242                      | 190    | 30     | 0,2   |        |  |                |
|                  | Хлеб малячыа   | 30         | 3,7                 | 0,5   | 26,4     | 118,5                             | 0,08           |      |      | 15                       | 48,7   | 10,5   | 0,8   |        |  |                |
|                  | Хлеб малячыа   | 865        | 21,72               | 24,6  | 93,3     | 882,2                             | 0,48           | 59,8 | 2,69 | 292                      | 409,4  | 138,55 | 7,4   | 110,64 |  |                |
| <b>ПОДАЛІНЕК</b> |  |            |                     |       |          |                                   |                |      |      |                          |        |        |       |        |  |                |
|                  | Сочыа сямочны (малячыа)  | 200        | 3                   | 0,2   | 42       | 148                               | 0,08           | 10   | 0,24 | 16                       | 56     | 24     | 1,2   |        |  |                |
| TR               | Колбаса ка сямочыа сасіа (сасіа сямочны 20г, сасіа 10г)  | 200        | 0,1                 | 0,04  | 16,4     | 68,4                              | 0,007          | 40   | 0,02 | 7,2                      | 6,6    | 6,3    | 0,3   |        |  |                |
| TR               | Маляна сасіа   | 20         | 1,5                 | 2,4   | 14,9     | 87,2                              | 0,02           |      |      | 5,8                      | 18     | 4      | 0,4   |        |  |                |
|                  | Хлеб малячыа   | 420        | 14,1                | 9     | 73,9     | 241,2                             | 0,16           | 11,8 | 0,28 | 261,8                    | 244    | 58     | 1,8   | 44,02  |  |                |
|                  | Хлеб малячыа   | 69,7       | 6,22                | 8,622 | 289,26   | 1806,9                            | 0,97           | 76,9 | 3,33 | 1279,6                   | 1558,4 | 311,5  | 12,81 | 220    |  |                |

2-ДЕНЬ

| № п/п          | Наименование блюда   | Блюда, г | Пищевые вещества в граммах |        |          | Заготовки сектора инвентарь (весом.) | Питательная ценность (ккал.) |      |        |        |        | Цена, (руб.) |       |
|----------------|--|----------|----------------------------|--------|----------|--------------------------------------|------------------------------|------|--------|--------|--------|--------------|-------|
|                |  |          | Белки                      | Жиры   | Углеводы |                                      | В                            | С    | А      | Сж     | Р      |              | Мг.   |
| <b>ЗАВТРАК</b> |  |          |                            |        |          |                                      |                              |      |        |        |        |              |       |
| 10             | Пшеница белая (белки) с сахаром и маслом сливочным (белки 30, сахар 15г, масло сливочное 15г)  | 60       | 3,2                        | 15,8   | 15,4     | 68,6                                 | 0,04                         | 0,4  | 0,09   | 165,3  | 105    | 11,3         | 0,6   |
| 476            | Омлет из курицы на масле сливочном (белки 153г, молоко 60г, масло сливочное 3,5г, соль 0,5)  | 200      | 21,2                       | 23,7   | 3,8      | 313,8                                | 0,1                          | 0,8  | 0,4    | 156,3  | 248,4  | 26,8         | 3,8   |
|                | Молоко сливочное   | 10       | 0,08                       | 7,2    | 0,13     | 66,1                                 | 0                            | 0    | 0,04   | 2,4    | 3      | 0,05         | 0,02  |
|                | Молоко сливочное   | 200      | 1                          |        | 21       | 85                                   | 0,07                         | 0,8  | 0,07   | 72     | 30     | 21           | 0,04  |
| 174            | Котлетки из курицы (супер-30г, сахар-10г.)   | 40       | 0,3                        | 4,7    | 19,76    | 64,4                                 | 0,03                         |      |        | 11,6   | 6      | 1            | 0,8   |
|                | Пшеница "Дюро"*  | 50       | 3,8                        | 0,4    | 24,3     | 119                                  | 0,05                         |      |        | 10     | 32,3   | 7            | 0,5   |
|                | Хлеб пшеничный   | 30       | 2,2                        | 0,4    | 10,6     | 56,7                                 | 0,05                         |      |        | 9,9    | 34,9   | 16,2         | 1,3   |
|                | Хлеб ржаной-пшеничный  | 590      | 31,48                      | 47,5   | 75,23    | 709,2                                | 0,31                         | 2    | 0,6    | 375,9  | 573,8  | 82,55        | 6,86  |
|                | Всего завтрак:   |          |                            |        |          |                                      |                              |      |        |        |        |              | 71,45 |
| <b>ОБЕД</b>    |  |          |                            |        |          |                                      |                              |      |        |        |        |              |       |
| 16             | Утка свежая обжаренная   | 100      | 0,8                        | 0,1    | 2,6      | 11                                   | 0,03                         | 7    | 0,02   | 17     | 30     | 14           | 0,5   |
| 160            | Суп молочный с макаронными изделиями (соевый 150г., капуста 11,5г, масло сливочное 2г, сахар 1,5г, соль 0,5г.)                                       | 230      | 2,73                       | 3,83   | 11,96    | 83,38                                | 0,09                         | 1,95 | 0,04   | 183,2  | 34,9   | 22,5         | 0,4   |
| 499            | Котлетки диетические из курицы (грудка куриная 74,4г., соевый 24,4г., масло сливочное 2,5г., хлеб 14,4г., лук 4,4г., чеснок 4,4г., соль 1г.)         | 100      | 12,9                       | 7,1    | 2,1      | 208,6                                | 0,14                         | 0,5  | 0,2    | 54,1   | 68,8   | 10           | 0,9   |
| 534            | Каша из пшеницы (кашута свежая 206,3г., молоко-3,6г., греч 1,2г., топленый пахта-3,6г., мука-2,1г., сахар-2,4г., масло растительное-3г., соль-0,5г.) | 180      | 1,8                        | 3,24   | 23,4     | 148,9                                | 0,2                          | 1,4  |        | 81,8   | 51,6   | 29           | 2,9   |
|                | Пшеница пшеничная (белки-30г., сахар-10г.)   | 200      | 0,1                        |        | 24,2     | 93                                   | 0,002                        | 2    |        | 3,2    | 2,6    | 1,2          | 1,4   |
| 174            | Хлеб пшеничный   | 20       | 1,5                        | 0,2    | 9,7      | 47,6                                 | 0,02                         |      |        | 4      | 13     | 2,8          | 0,2   |
|                | Хлеб ржаной-пшеничный  | 20       | 1,5                        | 0,3    | 1,1      | 37,8                                 | 0,01                         |      |        | 6,6    | 36,6   | 10,8         | 0,8   |
|                | Всего обед:  | 870      | 21,33                      | 18,99  | 81,06    | 630,28                               | 0,522                        | 15,9 | 0,26   | 349,7  | 237,5  | 90,3         | 7,1   |
| <b>ПОЛДНИК</b> |  |          |                            |        |          |                                      |                              |      |        |        |        |              |       |
| 693            | Каша с маком (соево-пшеница 4г., маком-200г., сахар-10г.)  | 200      | 4,4                        | 3,75   | 22,1     | 140,6                                | 0,07                         | 1,95 | 0,03   | 180    | 135    | 21           | 0,09  |
| Сб             | Пюре картофельное  | 70       | 5,6                        | 3,4    | 17       | 138                                  | 0,06                         | 1,8  | 0,01   | 142    | 90     | 15           | 0,2   |
| 1716           | Фрукты свежие яблоки   | 200      | 0,8                        | 0,8    | 18       | 90                                   | 0,06                         | 60   | 0,06   | 32     | 22     | 18           | 4,1   |
|                | Всего полдник:   | 470      | 10,8                       | 7,95   | 57,1     | 388,6                                | 0,19                         | 63,8 | 0,13   | 354    | 247    | 54           | 4,69  |
|                | Всего за день:   | 63,61    | 69,44                      | 213,39 | 1728,08  | 1,022                                | 81,6                         | 0,99 | 1079,6 | 1058,3 | 226,85 | 18,65        | 230   |

## 3-ИЕМБ

| № пер.         | Наименование бетона   | Вязос, т. | Плотность бетона в различных состояниях |        |             | Заполнитель (кв.м.) | Водопроницаемость (мг/см²/сут.) |      |       |        |       | Итого (г/м³) |       |       |
|----------------|---|-----------|---|--------|-------------|---------------------|---------------------------------|------|-------|--------|-------|--------------|-------|-------|
|                |   |           | Без воды                                | Жидкая | Увлажненная |                     | В1                              | С    | А     | Св     | Р     |              | Mg    | Fe    |
| <b>ЗАИТРАК</b> |   |           |   |        |             |                     |                                 |      |       |        |       |              |       |       |
| 467            | Бетонный раствор (марка прочности 78,6т., класс прочности В22С7, класс 10с, класс 0,5с; марка прочности 6,3т.)                              | 180       | 11,6                                    | 10,6   | 11,9        | 177,8               | 0,02                            | 1,6  | 0,02  | 3,9    | 82,4  | 22,6         | 2,6   |       |
| 224            | Песч. бетонный (марка прочности 74,4т., марка 21,6т., класс В22С7СР, класс 10с, класс 0,5с; марка прочности 6,3т., марка 1,2т., класс 0,5с) | 180       | 2                                       | 5,4    | 16,02       | 44,4                | 0,1                             | 4,4  | 0,06  | 19,4   | 58,7  | 5,6          | 0,9   |       |
| 685            | Песч. бетонный (класс 1с, класс 10с)  | 200       | 0,2                                     |        | 10,4        | 40,4                | 0,001                           | 0,6  | 0,03  | 1,2    | 0,4   | 5,03         | 0,1   |       |
|                | Хард бетонный   | 30        | 2,3                                     | 0,2    | 14,6        | 71,4                | 0,03                            |      |       | 6      | 19,5  | 4,2          | 0,3   |       |
|                | Хард гранитно-песчаный  | 40        | 2,2                                     | 0,4    | 10,6        | 56,7                | 0,05                            |      |       | 9,9    | 54,9  | 16,2         | 1,3   |       |
|                | Итого заитрак:  | 590       | 18,3                                    | 16,6   | 63,52       | 390,7               | 0,201                           | 6,6  | 0,11  | 51,2   | 215,9 | 104,03       | 5,2   | 59,52 |
| <b>ОБЕЛ</b>    |   |           |   |        |             |                     |                                 |      |       |        |       |              |       |       |
| 19             | Овощная бетонная смесь  | 100       | 4,1                                     | 0,2    | 3,8         | 23                  | 0,06                            | 2,5  | 1,2   | 1,4    | 2,6   | 2,0          | 0,9   |       |
| 135            | Смесь на основе, со связующим (марка прочности 20т., марка 50т., марка 10т., класс 0,5с; марка прочности 5т., класс 0,5с; марка 2,5с)       | 255       | 1,01                                    | 3,25   | 11,2        | 68,22               | 0,08                            | 11   | 0,03  | 50,05  | 57,5  | 5,7          | 0,07  |       |
| 384            | Песч. бетонный (марка прочности 118,6т., марка 6,6т., марка 2,5с)   | 100       | 13,4                                    | 7,2    | 4,1         | 210                 | 0,4                             | 2,4  | 0,04  | 21,4   | 23,4  | 25,1         | 0,6   |       |
| 518            | Картофельный бетонный (марка прочности 118,4т., марка 6,6т., марка 2,5с)  | 180       | 3,6                                     | 4      | 24,3        | 166,5               | 0,03                            | 7,2  | 1,7   | 18,4   | 99,6  | 33,6         | 1,9   |       |
|                | Масло бетонное  | 10        | 0,08                                    | 7,2    | 0,11        | 66,1                | 0                               | 0    | 0,04  | 2,4    | 3     | 0,05         | 0,02  |       |
| 118            | Ковшечный бетонный (марка прочности 20т., класс 10с)  | 200       | 0,2                                     | 0,1    | 17,1        | 70,1                | 0,006                           | 1    |       | 7,4    | 6     | 5,2          | 0,1   |       |
| №2             | Хард бетонный   | 60        | 4,6                                     | 0,5    | 29,2        | 142,8               | 0,07                            |      |       | 12     | 39    | 8,4          | 0,7   |       |
|                | Итого обел:   | 965       | 23,99                                   | 22,45  | 89,83       | 746,72              | 0,646                           | 48,6 | 3,41  | 291,65 | 465,1 | 188,05       | 4,29  | 125,9 |
| <b>НОЛЭМБ</b>  |   |           |   |        |             |                     |                                 |      |       |        |       |              |       |       |
| 118            | Бетонный раствор (марка прочности, марка 9,15, класс 10с, класс 0,5с; марка 6,18, класс 0,5с; марка прочности 6,8)                          | 50        | 3,9                                     | 1,5    | 23,6        | 139                 | 0,08                            |      |       | 17     | 52,5  | 17           | 0,9   |       |
| 118            | Ковшечный бетонный (марка прочности 20т., класс 10с)  | 260       | 0,2                                     | 0,08   | 11,2        | 46,4                | 0,006                           | 12   | 0,006 | 8      | 4,6   | 3,6          | 0,2   |       |
| №2             | Фирменный бетонный  | 110       | 0,6                                     | 0,4    | 10,6        | 72                  | 0,07                            | 168  | 0,09  | 61,2   | 41,4  | 3,4          | 0,5   |       |
|                | Итого нолэмб:   | 430       | 4,1                                     | 1,98   | 34,8        | 176,4               | 0,086                           | 12   | 0,006 | 25     | 57,1  | 20,6         | 1,1   | 30,58 |
|                | Итого за нолэмб:  |           | 46,29                                   | 40,63  | 188,15      | 1313,82             | 0,933                           | 67,2 | 3,126 | 269,85 | 758,1 | 232,68       | 10,59 | 220   |

**4.ДЕЯИЯ**

| № п/п           | Наименование товара  | Видов, г. | Плановые показатели в процентах |        |        | Загрузка техники (кв.м) | Величина (шт.) |      |      |       |        |        | Итого, (шт.) |        |
|-----------------|--|-----------|---------------------------------|--------|--------|-------------------------|----------------|------|------|-------|--------|--------|--------------|--------|
|                 |  |           | Факт                            | Затрач | Выполн |                         | В              | С    | А    | Св    | Р      | Мг     |              | Кв     |
| <b>ЗАБЕРТАК</b> |  |           |                                 |        |        |                         |                |      |      |       |        |        |              |        |
| 492             | Сиропов из тропов (тропов-202,6гр., мука пшеничная-26,6гр., алим-5гр., сахар 5г., масло растительное-5гр., соев-0,5гр.)                                  | 200       | 23,2                            | 20,9   | 3,8    | 256,3                   | 0,2            | 1    | 0,02 | 156,5 | 398,9  | 74     | 2            |        |
|                 | Сметан   | 10        | 0,6                             | 4      | 0,6    | 41,2                    | 0,000          | 0,06 | 0,04 | 17,2  | 12     | 1,6    | 0,04         |        |
| 603             | Кислом с мюшвом (кислом-ягодником 4г., молоко20лтр., сахар1кг.)  | 200       | 4,4                             | 3,75   | 22,1   | 140,5                   | 0,07           | 1,95 | 0,03 | 180   | 135    | 21     | 0,09         |        |
|                 | Слив жирныхый сли  | 200       | 0,8                             |        | 20,6   | 84                      | 0,01           | 6,4  | 0,06 | 24    | 3,3    | 12     | 1            |        |
|                 | Хлеб пшенично-пшеничный  | 30        | 2,2                             | 0,4    | 10,6   | 56,7                    | 0,05           | 0    | 0    | 9,9   | 34,9   | 16,2   | 1,3          |        |
|                 | Итого забертак   | 640       | 31,2                            | 29,05  | 57,7   | 578,8                   | 0,33           | 9,41 | 0,15 | 387,6 | 604,1  | 124,8  | 4,3          | 111,96 |
| <b>ОБЕД</b>     |  |           |                                 |        |        |                         |                |      |      |       |        |        |              |        |
| 16              | Основа севские отруга  | 100       | 0,8                             | 0,1    | 2,6    | 11                      | 0,03           | 7    | 0,02 | 17    | 30     | 14     | 0,5          |        |
| 140             | Суп картофельный, с макаронными изделиями (картофель-75г., макаронная тов. 1лр., морковь 10г., лук1лр., масло растительное-3г., соев0,5г.)               | 250       | 1,17                            | 1,31   | 15,1   | 69,7                    | 0,04           | 1    | 0,01 | 62,5  | 70     | 9,6    | 0,7          |        |
| 494             | Фасоль стручковая скарпаченная (фасоль стручковая 68г., лук20г., морковь20,0г, мука2г, масло растительное1,5г, томатпаста5г, сметана7г, соев 0,2г,сухо20 | 100       | 9,6                             | 9,2    | 2      | 241,5                   | 0,1            | 1,3  | 0,3  | 29,6  | 72,8   | 36,4   | 0,08         |        |
| 508             | Кислом троповая (гречишк0г., масло сливочное 6г., соев 0,5г.)  | 180       | 7,56                            | 6,35   | 21,96  | 221,7                   | 0,06           |      | 0,04 | 21,5  | 148,07 | 3,6    | 0,02         |        |
| 608             | Паштетик мяснойсоловняк оСметане   | 200       | 2,6                             | 6,8    | 2,2    | 106                     | 0,06           | 1,3  | 0,04 | 242   | 190    | 30     | 0,06         |        |
|                 | Хлеб пшенично-пшеничный  | 20        | 1,5                             | 0,3    | 7,1    | 37,8                    | 0,04           |      |      | 6,6   | 36,6   | 10,8   | 0,8          |        |
|                 | Хлеб пшеничный   | 30        | 2,3                             | 0,2    | 14,6   | 71,4                    | 0,03           |      |      | 6     | 19,5   | 4,2    | 0,3          |        |
|                 | Итого обед:  | 880       | 25,53                           | 26,26  | 85,36  | 759,1                   | 0,36           | 11,6 | 0,41 | 386,2 | 566,97 | 141    | 2,46         | 83,57  |
| <b>ПОЛЕДНИК</b> |  |           |                                 |        |        |                         |                |      |      |       |        |        |              |        |
|                 | Слив изпаченн  | 15        | 3,9                             | 4,02   | 0,3    | 52,8                    | 0,004          | 0,1  | 0,06 | 156   | 81     | 7,5    | 0            |        |
| 741/            | Шашлык скарпаченная (сироп 58г,картофель, масло растительное 75г, лук 13г, картофель 4г, сметан сливочное 5г, луксочи 1,3г, соев0,1г)                    | 135       | 5,4                             | 5,9    | 37,9   | 161,5                   | 0,16           | 10,1 | 0,4  | 204   | 90,4   | 1,9    | 1,2          |        |
| 757             | Напиток скарпаченная (сироп 10г, ясов 10г, сахар 10г)  | 200       | 1,26                            |        | 24,25  | 124,3                   | 0,008          | 0,7  |      | 6,1   | 3,8    | 0,97   | 0,13         |        |
| 811             | Итого полдник:   | 350       | 10,56                           | 9,92   | 62,45  | 339,6                   | 0,172          | 11,2 | 0,46 | 182,5 | 174,2  | 10,37  | 1,33         | 24,47  |
|                 | Итого за обед:   |           | 67,29                           | 65,23  | 205,51 | 1677,5                  | 0,862          | 32,2 | 1,02 | 958,3 | 1345,3 | 276,17 | 8,22         | 220    |

С.И.И.И.

| № п/п                  | Наименование бетона  | Итого, т | Плотность бетона в разных частях |       |       | Загрузка бетона (весов) | Вязкость (ср.) |      |      | Минеральный состав (ср.) |        |        |       |        |  | Итого, (гр/к) |
|------------------------|--|----------|----------------------------------|-------|-------|-------------------------|----------------|------|------|--------------------------|--------|--------|-------|--------|--|---------------|
|                        |  |          | б/к                              | ж/к   | в/к   |                         | В1             | С    | А    | Св                       | Р      | Мг     | Рв    |        |  |               |
| <b>ЗАБЕТОН</b>         |  |          |                                  |       |       |                         |                |      |      |                          |        |        |       |        |  |               |
| 374                    | Рубка ступеня в тощак, с опилками (шпатель 10г, масло пост. 2,5г, дукс8г, морюна28г, сода0,5г; тощакная плетка 6г)                                 | 163      | 8,8                              | 3,5   | 5,3   | 195,9                   | 0,15           | 10,4 | 3,5  | 76,4                     | 311,02 | 13,2   | 1,6   |        |  |               |
|                        | 90775  | 180      | 3,3                              | 4,36  | 34,3  | 194,4                   | 0,04           |      | 0,04 | 3,8                      | 72     | 24     | 0,5   |        |  |               |
| 512                    | Руб. пригнанный (гне-48г, масло стеночное-6г, сода-0,5г)   | 30       | 0,25                             | 0,04  | 0,8   | 3,3                     | 0,01           | 3    | 0,02 | 6,9                      | 12,6   | 4,2    | 0,15  |        |  |               |
|                        | [Катриципрокалопан свежее 0,7г/шт]   | 200      | 0,7                              |       | 14,3  | 61                      | 0,02           | 80   | 1    | 12                       | 3,8    | 3,4    | 2     |        |  |               |
| ТТ                     | Навески из холлов шпательная (гипсы шпательная-20г, сахар 18г.)  | 40       | 3                                | 0,6   | 14,2  | 75,6                    | 0,08           |      |      | 13,2                     | 73,2   | 21,6   | 1,6   |        |  |               |
| М6                     | Хлеб ржаной- тшечный   | 585      | 15,8                             | 8,46  | 68,1  | 526,9                   | 0,29           | 90,4 | 454  | 105,4                    | 459,62 | 62,2   | 5,7   | 62,4   |  |               |
| <b>Итого забетона:</b> |  |          |                                  |       |       |                         |                |      |      |                          |        |        |       |        |  |               |
| <b>ОБЕД</b>            |  |          |                                  |       |       |                         |                |      |      |                          |        |        |       |        |  |               |
| 19                     | Овощи свежие пошторма  | 100      | 1,1                              | 0,2   | 3,8   | 23                      | 0,06           | 25   | 1,2  | 14                       | 26     | 20     | 0,9   |        |  |               |
| 168                    | Сыр-тигров на ржаных опилках, с сухарями (картофель35г, капуста 20г, морковь15, лук 10г, молоко 28г, сода 3г, масло сливочное3г, сода 0,5г) 250/10 | 260      | 2,5                              | 3,8   | 12,9  | 118                     | 0,15           | 15,2 | 0,17 | 68,1                     | 68,1   | 19,2   | 0,5   |        |  |               |
| 478                    | Заправка картофельная, с маслом (масло сливочное 79,3г, картофель 173г, лук 21,3г, морковь 4г, масло растительное 66г, сода 0,5г.)                 | 200      | 10,09                            | 21,3  | 24,7  | 275,4                   | 0,06           | 0,7  | 0,06 | 117,2                    | 64,5   | 31,08  | 0,6   |        |  |               |
|                        | Молоко сливочное   | 15       | 0,6                              | 4     | 0,6   | 41,2                    | 0              |      | 0,04 | 17,2                     | 12     | 1,6    | 0,04  |        |  |               |
| ТТ                     | Кашпорт из черной смородины (черника смородина 20г, сахар 10г.)  | 200      | 0,1                              | 0,04  | 16,4  | 68,4                    | 0              | 40   | 0,02 | 7,2                      | 6,6    | 6,2    | 0,7   |        |  |               |
|                        | Хлеб пшеничный   | 50       | 3,04                             | 0,3   | 19,5  | 95,2                    | 0,04           |      |      | 8                        | 26     | 5,6    | 0,4   |        |  |               |
|                        | Хлеб ржаной-пшеничный  | 20       | 1,5                              | 0,3   | 7,1   | 37,8                    | 0,04           | 0    | 0    | 6,5                      | 36,6   | 10,8   | 0,8   |        |  |               |
|                        | <b>Итого обед:</b>   | 825      | 18,43                            | 31,64 | 77,9  | 621,2                   | 0,31           | 80,9 | 1,49 | 231,7                    | 203,2  | 83,68  | 2,74  | 124,29 |  |               |
| <b>ПОУЛЕННИК</b>       |  |          |                                  |       |       |                         |                |      |      |                          |        |        |       |        |  |               |
| ТТ                     | Крупа пшеничная (овсян2г, сахар3г, масло пост. 1г, морковь2г, морковь2г, сода,3г)  | 50       | 3,8                              | 4,2   | 24,5  | 98,1                    | 0,05           |      | 0,01 | 7,8                      | 39,4   | 5,8    | 0,5   |        |  |               |
| ТТ                     | Панинок брусничная (брусника20г, сахар10г.)  | 200      | 0,1                              |       | 24,2  | 93                      | 0,002          | 2    |      | 3,2                      | 2,6    | 1,2    | 1,4   |        |  |               |
| М5                     | Сос фрозинный тш   | 200      | 0,8                              |       | 20,6  | 84                      | 0,01           | 6,4  | 0,06 | 24                       | 3,3    | 12     | 1     | 33,31  |  |               |
|                        | <b>Итого пашеник:</b>  | 400      | 4,7                              | 4,2   | 69,3  | 275,1                   | 0,062          | 8,4  | 0,07 | 25                       | 45,3   | 19     | 2,9   | 33,31  |  |               |
|                        | <b>Итого в день:</b>   |          | 28,93                            | 44,3  | 215,3 | 1423,2                  | 0,662          | 180  | 6,1  | 372,1                    | 708,12 | 164,88 | 11,34 | 210    |  |               |

## 6-ЛЕГНЬ

| №               | Наименование блюда   | Возраст, г | Плановое значение в граммах |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | Витаминизация (мг) |             |             |               |               | Минеральные вещества (мг) |              |  |              |  | Итого (по 6) |
|-----------------|--|------------|-----------------------------|--------------|---------------|--------------------------------|--------------------|-------------|-------------|---------------|---------------|---------------------------|--------------|--|--------------|--|--------------|
|                 |  |            | Белок                       | Жиры         | Углеводы      |                                | Вит. В1            | С           | А           | Са            | Р             | Мg                        | К            |  |              |  |              |
| <b>ЗАРПЕЧАТ</b> |  |            |                             |              |               |                                |                    |             |             |               |               |                           |              |  |              |  |              |
| 1               | Бутерброд с сыром на гарнир (сыр 25г, фарш 30г.)   | 55         | 8,8                         | 6,9          | 14,3          | 51,3                           | 0,02               | 0,3         | 0,04        | 107           | 43,7          | 7,1                       | 0,3          |  |              |  |              |
| 105             | Каша изюмная «Милитари» (шмалец 45г, молоко 200г, сахар/6г, айвово 20г, масло сливочное/10г, сметана/10г)  | 250        | 6,7                         | 9,8          | 35,7          | 260,1                          | 0,25               | 67,6        | 0,1         | 245           | 79,1          | 70,1                      | 2,1          |  |              |  |              |
|                 | Масло сливочное  | 15         | 0,12                        | 10,1         | 0,2           | 90,1                           | 0,01               |             | 0,06        | 3,6           | 4,5           | 0,07                      | 0,03         |  |              |  |              |
| ТТК             | Изюмные «Снежки»   | 40         | 1,3                         | 2,4          | 14,9          | 87,2                           | 0,02               |             |             | 5,8           | 18            | 4                         | 0,4          |  |              |  |              |
| 685             | Чай с изюмом и сахаром (чай 1г, молоко /100 сахар /10г)  | 200        | 0,2                         | 2,5          | 10,4          | 70,4                           | 0                  | 0,6         | 0,03        | 12            | 0,04          | 5,03                      | 0,1          |  |              |  |              |
|                 | Хлеб пшенично-пшеничный  | 45         | 3,4                         | 0,7          | 16            | 85,05                          | 0,09               |             |             | 14,85         | 82,35         | 24,3                      | 1,8          |  |              |  |              |
|                 | <b>Итого завтрак:</b>  | <b>605</b> | <b>20,72</b>                | <b>33,1</b>  | <b>91,5</b>   | <b>653,15</b>                  | <b>0,39</b>        | <b>68,5</b> | <b>0,23</b> | <b>388,25</b> | <b>159,29</b> | <b>110,6</b>              | <b>4,73</b>  |  | <b>68,66</b> |  |              |
| <b>ОБЕД</b>     |  |            |                             |              |               |                                |                    |             |             |               |               |                           |              |  |              |  |              |
| 16              | Супом свежее острый  | 120        | 0,9                         | 1,08         | 3,1           | 13,2                           | 0,04               | 8,4         | 0,02        | 20,4          | 36            | 16,8                      | 0,7          |  |              |  |              |
| 128             | Шпа по-уфимски, со сметаной (шпуга 50г, морковь /10г, лук 10г, помидоры /10г, капуста 5г, грибы-5г, масло растительное/7г, соль 0,5г, сметана/7/30г) | 235        | 1,72                        | 3,6          | 6,7           | 68,88                          | 0,02               | 1           | 0,05        | 5,4           | 72,1          | 3,25                      | 0,7          |  |              |  |              |
| 463             | Мясо тушеное (какао/2,5г., том/15г., морковь., лук/1шт/1г., масло растительное/2,5г., смет/3г., соль/0,75г)  | 125        | 11,2                        | 11,9         | 6,03          | 211,41                         | 0,08               | 0,15        | 0,05        | 15,6          | 69            | 15,6                      | 0,2          |  |              |  |              |
| 516             | Макаронная отпарная (макарон/ 63г, масло сливочное 6г, соль 0,3г.)   | 180        | 6,6                         | 4,9          | 28,2          | 223,5                          | 0,13               |             |             | 19,4          | 156,6         | 28,4                      | 1,7          |  |              |  |              |
| ТТК             | Копченое из курицы (курица 20г., сахар /10г.)  | 200        | 0,2                         | 0,08         | 11,2          | 46,4                           | 0                  | 12          | 0           | 4             | 4,6           | 3,6                       | 0,2          |  |              |  |              |
| 669             | Хлеб пшеничный   | 60         | 4,6                         | 0,5          | 29,7          | 142,8                          | 0,06               |             |             | 12            | 39            | 8,4                       | 0,6          |  |              |  |              |
|                 | <b>Итого обед:</b>   | <b>940</b> | <b>25,22</b>                | <b>22,05</b> | <b>84,43</b>  | <b>706,19</b>                  | <b>0,12</b>        | <b>21,6</b> | <b>0,12</b> | <b>80,8</b>   | <b>377,3</b>  | <b>76,05</b>              | <b>4,1</b>   |  | <b>97,62</b> |  |              |
| <b>ПОЛДНИК</b>  |  |            |                             |              |               |                                |                    |             |             |               |               |                           |              |  |              |  |              |
| Ск              | Кефир "Степанид"®  | 100        | 4                           | 19           | 29            | 166                            | 0,03               |             | 0,05        | 8,2           | 24            | 1,4                       | 0,4          |  |              |  |              |
| ТТК             | Копченое из свинины (шпик 20г, сахар /10г)   | 200        | 0,2                         | 0,1          | 17,1          | 70,1                           | 0,006              | 3           |             | 7,4           | 6             | 5,2                       | 0,1          |  |              |  |              |
| 662             | Фрукты свежие яблоки   | 250        | 0,8                         | 0,8          | 18            | 90                             | 0,06               | 60          | 0,06        | 32            | 22            | 18                        | 4,4          |  |              |  |              |
|                 | <b>Итого полдник:</b>  | <b>550</b> | <b>5</b>                    | <b>19,9</b>  | <b>64,1</b>   | <b>326,1</b>                   | <b>0,116</b>       | <b>63</b>   | <b>0,11</b> | <b>47,6</b>   | <b>52</b>     | <b>24,6</b>               | <b>4,9</b>   |  | <b>53,72</b> |  |              |
|                 | <b>Всего за день:</b>  |            | <b>50,94</b>                | <b>75,06</b> | <b>240,03</b> | <b>1685,44</b>                 | <b>0,826</b>       | <b>153</b>  | <b>0,46</b> | <b>516,65</b> | <b>888,89</b> | <b>211,25</b>             | <b>15,73</b> |  | <b>220</b>   |  |              |



| № п/п          | Наименование элемента  | Возраст, г. | Площадь поверхности в |       |         | Длина - ширина (мм) | Величины (см.) |      |      | Минеральные вещества (см.) |        |        | Итого (гр/д.) |       |
|----------------|--|-------------|-----------------------|-------|---------|---------------------|----------------|------|------|----------------------------|--------|--------|---------------|-------|
|                |  |             | Берца                 | Желва | Угренва |                     | НН             | С    | А    | Са                         | Р      | Мг     |               | Fe    |
| <b>ЗАРЯТАК</b> |  |             |                       |       |         |                     |                |      |      |                            |        |        |               |       |
| 460            | Рылец окотий с янгов (явно розоват) 52г., хити 10,2г., елино 3,2г., сушито 2,5г., сясно растително 2г., мачоел 5,5г., соли 5г.)  | 100         | 10,02                 | 17,3  | 6,7     | 278,7               | 0,07           | 0,18 | 0,01 | 48,8                       | 97,01  | 12,9   | 0,5           |       |
|                | Масло сливочное  | 10          | 0,08                  | 7,2   | 0,11    | 66,1                | 0              |      | 0,04 | 2,4                        | 3      | 0,05   | 0,02          |       |
| 224            | Рыц окотий (карповек 74,4г., мачоел 21,4г., сушито 2,6г., карповек 48г., сясно растително 3,6г., реалитет 1,2г., соли 5г.)   | 180         | 2                     | 5,4   | 16,02   | 44,4                | 0,1            | 4,4  | 0,06 | 19,4                       | 58,7   | 5,6    | 0,9           |       |
| 698            | Напиток млямопитици еликоко  | 200         | 2,6                   | 6,8   | 22      | 106                 | 0,06           | 1,8  | 0,06 | 14,2                       | 88     | 30     | 0,2           |       |
|                | Хити дивичий   | 30          | 2,3                   | 0,2   | 14,6    | 71,4                | 0,03           |      |      | 6                          | 65     | 4,2    | 0,3           |       |
|                | Хити рачно-питици  | 30          | 2,2                   | 0,4   | 10,6    | 56,7                | 0,05           |      |      | 9,9                        | 54,9   | 16,2   | 1,3           |       |
|                | Итого за янгов:  | 480         | 19,2                  | 37,3  | 70,05   | 423,3               | 0,31           | 6,38 | 0,17 | 228,5                      | 366,61 | 119,35 | 3,32          | 77,3  |
| <b>ОБЕД</b>    |  |             |                       |       |         |                     |                |      |      |                            |        |        |               |       |
| 16             | Овощи свежие берца   | 100         | 0,8                   | 0,1   | 2,6     | 11                  | 0,03           | 7    | 0,02 | 17                         | 30     | 14     | 0,5           |       |
| 124            | Ша ит еликой карповек с карповек, со сясноной (капустя 50г, картофел 50г., морковол 10г., джол 10г., реалитет пача 1г., сясно растително 5г., соли 5г. бачител 5г. 2585) | 235         | 2,3                   | 5,75  | 10,5    | 101,3               | 0,03           | 11   | 0,08 | 62,8                       | 91,2   | 2,5    | 0,7           |       |
| 437            | Угачи из повалки (явно повалки 72,5г., оя 15г., ояно бачител 5г., сясно растително 2,5г., соли 0,5г. 19075)  | 125         | 11,2                  | 11,9  | 6,03    | 211,41              | 0,05           | 0,15 | 0,05 | 15,6                       | 69     | 15,6   | 0,2           |       |
| 508            | Каша (речовка (Трешиди, сясно сливочное 6г., соли 0,5г.)   | 180         | 7,56                  | 6,35  | 21,96   | 221,7               | 0,06           |      | 0,04 | 21,5                       | 148,07 | 3,6    | 0,02          |       |
| 118            | Напиток еликой окотий (сушито 10г., янгов 10г., сахар 10г.)  | 200         | 1,26                  |       | 24,23   | 125,5               | 0              | 0,7  |      | 6,1                        | 2,8    | 6,97   | 0,13          |       |
|                | Хити дивичий   | 30          | 2,3                   | 0,2   | 14,6    | 71,4                | 0,03           |      |      | 6                          | 65     | 4,2    | 0,3           |       |
|                | Хити рачно-питици  | 30          | 2,2                   | 0,4   | 10,6    | 56,7                | 0,05           |      |      | 9,9                        | 54,9   | 16,2   | 1,3           |       |
|                | Итого обед:  | 920         | 27,62                 | 24,2  | 98,54   | 798,81              | 0,27           | 18,9 | 0,19 | 138,9                      | 460,97 | 89,47  | 3,15          | 97,32 |
| <b>ПОЛУДИН</b> |  |             |                       |       |         |                     |                |      |      |                            |        |        |               |       |
|                | Фрукты свежие (банана)   | 220         | 3,3                   | 0,7   | 46,2    | 182,8               | 0,09           | 11   | 0,3  | 17,6                       | 61,6   | 26,4   | 1,2           |       |
| 118            | Джорс тахипропитици с янгов (януиди, сахар 1,4г., сясно растително 6,2г., сити 15г., реалитет 2,5г., мачоел 15, соли 4г.)  | 100         | 2,3                   | 6,3   | 19,1    | 137,8               | 0,6            | 0,8  | 0,04 | 21,1                       | 98,7   | 14,4   | 1,4           |       |
| 118            | Напиток брочечечий (брушечеч 20г., сахар 10г.)   | 200         | 0,1                   |       | 24,2    | 93                  | 0,002          | 2    |      | 3,2                        | 2,6    | 1,2    | 1,4           |       |
| 865            | Итого полудин:   | 520         | 5,7                   | 6,5   | 89,5    | 393,6               | 0,692          | 13,8 | 0,34 | 41,9                       | 162,9  | 42     | 4,1           | 45,38 |
|                | Всего за день:   |             | 51,52                 | 68    | 250,09  | 1815,71             | 1,272          | 30   | 0,7  | 407,3                      | 990,48 | 250,82 | 16,47         | 220   |



4-ЛЕВЬ

| № п/п          | Наименование блюда  | Видов, г. | Плановые запасы в граммах |       |          |         | Энергетическая ценность (ккал) | Витаминный состав (мг.) |      |       |        |        |       | Итого (гр.б.) |
|----------------|---|-----------|---------------------------|-------|----------|---------|--------------------------------|-------------------------|------|-------|--------|--------|-------|---------------|
|                |   |           | Бекон                     | Жир   | Углеводы | Белки   |                                | В1                      | С    | А     | Св     | Р      | Мг    |               |
| <b>ЗАКУСКА</b> |   |           |                           |       |          |         |                                |                         |      |       |        |        |       |               |
| 362            | 1/2кг/кг по тунцу, запеченный (тунец-150г, сырная масса 18г, сметан 10г, яйцо 10,5г, масло 20г, масло сливочное 5г, специи тимьян 2г, базилик, кориандр, 5г.) | 200       | 17,6                      | 22,5  | 34,1     | 355,1   | 0,1                            | 2,1                     | 0,2  | 271,7 | 376,6  | 42,91  | 1,1   |               |
|                | Сметана   | 10        | 0,4                       | 3,2   | 0,5      | 32,9    | 0                              | 0,05                    | 0,05 | 13,7  | 9,6    | 1,3    | 0,03  |               |
| 693            | Каша с молоком (какао-порошок 2г, молоко 200г, сахар 10г.)  | 200       | 4,4                       | 3,75  | 22,1     | 140,6   | 0,07                           | 1,05                    | 0,03 | 180   | 135    | 21     | 0,09  |               |
|                | Печенье "Дюймовочка"  | 40        | 0,3                       | 4,7   | 19,76    | 64,4    | 0,03                           |                         |      | 11,6  | 6      | 8      | 0,8   |               |
|                | Свежесваренный чай  | 200       | 0,4                       | 0     | 20,6     | 84      | 0,01                           | 6,4                     | 0,06 | 24    | 3,3    | 12     | 1     |               |
|                | Хлеб пшеничный  | 30        | 2,3                       | 0,7   | 14,6     | 71,4    | 0,03                           |                         |      | 6     | 65     | 4,2    | 0,3   |               |
|                | Итого закусок:  | 640       | 25,5                      | 29,65 | 91,9     | 684     | 0,21                           | 10,5                    | 0,32 | 405,4 | 589,5  | 81,41  | 2,52  | 114,58        |
| <b>ОБЕД</b>    |   |           |                           |       |          |         |                                |                         |      |       |        |        |       |               |
| 20             | Овощи свежие: помидоры/огурцы 50/50   | 180       | 0,9                       | 0,15  | 3,2      | 17      | 0,02                           | 26                      | 0,6  | 15,5  | 19,6   | 17     | 0,6   |               |
| 170            | Суп-пюре из бобовых с сухариками (тырсо 30г, лук 10г, морковь 10г, сельдерей, масло сливочное 2,5г, сметана 2,5г, 1250г/10)                                   | 260       | 6,15                      | 5,7   | 23,2     | 191,04  | 0,2                            | 4,5                     | 0,01 | 81,9  | 85     | 6,1    | 0,2   |               |
| 390            | Котлетки говяжьи с картофелем (контраб 60г, морковь 20г, хлеб пшеничный 8г, лук 6,6г, яйцо 10г, сметана 10г, специи 7,7г, масло растительное 2г, сметана 5г.) | 100       | 11,1                      | 2,5   | 10,5     | 185     | 0,1                            | 1,4                     | 0,01 | 58,6  | 207,6  | 46     | 0,8   |               |
| 520            | Картофельное пюре (картофель 153,6г, молоко 30г, масло сливочное 5г, сметана 5г.)   | 180       | 4,09                      | 2,9   | 26,6     | 165,4   | 0,2                            | 31,2                    | 0,5  | 59,4  | 122,5  | 40,3   | 1,4   |               |
| 82             | Кремль из сметаны (сметана 20г, сахар 10г.)   | 200       | 0,2                       | 0,1   | 17,1     | 70,1    | 0                              | 3                       | 0,03 | 7,4   | 6      | 5,2    | 0,1   |               |
|                | Хлеб пшеничный  | 30        | 2,3                       | 0,2   | 14,6     | 71,4    | 0,03                           |                         |      | 6     | 65     | 4,2    | 0,3   |               |
|                | Хлеб ржаной-пшеничный   | 30        | 2,2                       | 0,4   | 10,6     | 56,7    | 0,05                           |                         |      | 9,9   | 54,9   | 16,2   | 1,3   |               |
|                | Итого обед:   | 800       | 26,04                     | 11,8  | 102,6    | 739,64  | 0,58                           | 40,1                    | 0,55 | 223,2 | 541    | 118    | 4,1   | 77,06         |
| <b>ПОЛДНИК</b> |   |           |                           |       |          |         |                                |                         |      |       |        |        |       |               |
|                | Фрукты свежие яблоки  | 150       | 0,6                       | 0,6   | 13,5     | 67,5    | 0,04                           | 45                      | 0,04 | 24    | 16,5   | 13,5   | 3,3   |               |
| 1000           | Булочки сдобные (мука пшеничная, соль, дрожжи, сахар, масло растительное)   | 50        | 7,6                       | 5,3   | 23,3     | 95      | 0,4                            |                         |      | 21    | 86     | 32     | 7     |               |
| 718            | Пирог из яблок лимонный (яблоки, сахар 20г, сметана 10г.)   | 200       | 0,7                       |       | 14,3     | 61      | 0,02                           | 80                      | 1    | 12    | 1,4    | 3,4    | 2     |               |
|                | Итого полдник:  | 400       | 8,3                       | 5,3   | 37,6     | 156     | 0,42                           | 80                      | 1    | 33    | 80,4   | 35,4   | 4     | 28,36         |
|                | Итого за день:  |           | 59,84                     | 46,75 | 232,1    | 1579,64 | 1,21                           | 151                     | 1,87 | 751,6 | 1219,9 | 234,81 | 10,62 | 228           |

10-ДЕЯНЬ

| № рсн.         | Наименование сырья   | Вязкость, г. | Плотные вещества в граммах |       |          | Удельная масса (весов.) | Баранкина (вес.) |      |      |        |        |        |       | Всего, (гр/с.) |
|----------------|--|--------------|----------------------------|-------|----------|-------------------------|------------------|------|------|--------|--------|--------|-------|----------------|
|                |  |              | Белки                      | Жиры  | Углеводы |                         | ВЛ               | С    | А    | Са     | Р      | Mg     | Fe    |                |
| <b>ЗАБТРАК</b> |  |              |                            |       |          |                         |                  |      |      |        |        |        |       |                |
|                | Сыр погранич.  | 15           | 1,9                        | 4,02  | 0,3      | 52,8                    | 0,004            | 0,4  | 0,06 | 156    | 81     | 7,5    | 0,1   |                |
| 265            | Запеченная калугинская (калугинская) 60%, сливочная 70%, молоко 24%, масло растительное 5%, соевый 5%  | 200          | 12,6                       | 15,5  | 9,06     | 265,3                   | 0,06             | 72,3 | 6,1  | 145,2  | 157,1  | 37,6   | 2,8   |                |
|                | Масло сливочное  | 10           | 0,08                       | 7,2   | 0,13     | 66,1                    | 0,32             | 0    | 0    | 0,04   | 2,4    | 0,05   | 0,02  |                |
| 696            | Панировочные сухари «Флюгго»   | 200          | 3,6                        | 6,4   | 17       | 106                     | 0,06             | 1,8  | 0,04 | 242    | 190    | 30     | 0,2   |                |
|                | Фрукты свежие (замороженные)   | 200          | 2,25                       | 0,5   | 20,3     | 100                     | 0,1              | 150  | 0,1  | 85     | 57,5   | 32,5   | 0,7   |                |
|                | Хлеб пшеничный   | 30           | 2,1                        | 0,2   | 14,6     | 71,4                    | 0,07             |      |      | 6      | 65     | 4,2    | 0,3   |                |
|                | Итого за завтрак   | 655          | 24,73                      | 33,82 | 61,39    | 661,6                   | 0,574            | 225  | 0,3  | 634,24 | 583    | 111,85 | 4,12  | 84,75          |
| <b>ОБЕД</b>    |  |              |                            |       |          |                         |                  |      |      |        |        |        |       |                |
| 19             | Омлет сливочное подливочное  | 100          | 1,1                        | 0,2   | 3,8      | 23                      | 0,06             | 25   | 1,2  | 14     | 26     | 20     | 0,9   |                |
| 134            | Суп овощной с грибами, со сметаной (грибы 5г, морковь свежая 3г, картофель 5г, морковь бл., лук 10г, масло растительное 2г, вода 0,5г сметане 5г) 250г | 255          | 1,61                       | 3,19  | 7,5      | 60,9                    | 0,06             | 26   | 0,9  | 28,5   | 60     | 25,1   | 0,9   |                |
| 443            | Плов из говядины (мясо говядины 87г, крышка риса 53г, лук 5г, морковь 7,5г, томатная паста 3г, масло растительное 5г, вода 1г)                         | 200          | 16,8                       | 17    | 37,8     | 371,7                   | 0,11             | 238  | 0,18 | 42,25  | 201    | 40,6   | 6,07  |                |
| 718            | Блюдец из грибов (сырочка 20г, соус 10г)   | 200          | 1                          |       | 21       | 85                      | 0,07             | 0,8  | 0,07 | 12     | 30     | 21     | 0,64  |                |
|                | Хлеб пшеничный   | 30           | 2,3                        | 0,2   | 14,6     | 71,4                    | 0,03             |      |      | 6      | 65     | 4,2    | 0,3   |                |
|                | Хлеб ржано-пшеничный   | 20           | 1,5                        | 0,3   | 7,1      | 37,8                    | 0,04             |      |      | 6,6    | 36,6   | 10,8   | 0,8   |                |
|                | Итого обед:  | 805          | 24,31                      | 20,89 | 91,8     | 648,8                   | 0,37             | 54,2 | 2,35 | 129,35 | 420,6  | 121,7  | 9,61  | 98,49          |
| <b>УЖИН</b>    |  |              |                            |       |          |                         |                  |      |      |        |        |        |       |                |
| 741/           | Шашлык «Алгоритма» (курица 58г, капуста, масло растительное 9г, лук 13г, морковь 44г, майонез сливочное 5г, перец 1,3г, соевый 1г)                     | 135          | 5,4                        | 5,9   | 37,9     | 161,5                   | 0,16             | 10,1 | 0,4  | 20,4   | 90,4   | 1,9    | 1,2   |                |
| 757            | 9г, лук 13г, морковь 44г, майонез сливочное 5г, перец 1,3г, соевый 1г)   | 200          | 0,3                        | 2,5   | 10,4     | 70,4                    | 0,001            | 0,6  | 0,03 | 12     | 0,08   | 5,03   | 0,1   |                |
| 885            | Сок фруктовый чш   | 200          | 0,1                        |       | 15,8     | 63,6                    | 0,001            | 3    |      | 2,8    | 2,2    | 1,6    | 0,1   |                |
|                | Итого ужин:  | 535          | 5,7                        | 8,4   | 64,1     | 295,5                   | 0,162            | 13,7 | 0,43 | 35,2   | 92,64  | 8,53   | 1,4   | 36,76          |
|                | Всего за день:   |              | 54,74                      | 63,11 | 217,29   | 1606,9                  | 1,106            | 202  | 3,08 | 798,79 | 1066,2 | 242,08 | 15,13 | 220            |

11-ДЕНЬ

| № пер.         | Наименование блюда  | Выход, г. | Витаминное содержание в граммах: |       |          | Энергетическая ценность (ккал.) | Переносимы (гр.): |      |      |        |        | Микроэлементное содержание (мг.): |      |  |       |  | Цена (гр./кг.) |
|----------------|---|-----------|----------------------------------|-------|----------|---------------------------------|-------------------|------|------|--------|--------|-----------------------------------|------|--|-------|--|----------------|
|                |   |           | Белки                            | Жиры  | Углеводы |                                 | В1                | С    | А    | Са     | Р      | Мg                                | Fe   |  |       |  |                |
| <b>ЗАВТРАК</b> |   |           |                                  |       |          |                                 |                   |      |      |        |        |                                   |      |  |       |  |                |
| 10             | Порridge булгуров (булгур с сахаром и маслом сливочным (белое 30%, сахар 15%, масло сливочное 15%))   | 40        | 3,2                              | 15,8  | 15,4     | 68,6                            | 0,04              | 0,4  | 0,09 | 155,7  | 105    | 11,5                              | 0,6  |  |       |  |                |
| 136            | Запеканка из творожной пасты (творог курский 102г, яйцо 85г, дух 12,6г, соевый 10г, масло растительное 5г, сахар 10г, ваниль 5г, соевый 5г) 150 | 225       | 8,3                              | 4,7   | 17,1     | 203,9                           |                   | 6,4  | 1,6  | 27     | 152,7  | 20,5                              | 2,5  |  |       |  |                |
| 19             | Пастушачья каша свежая (молоко)   | 45        | 0,5                              | 0,09  | 1,7      | 10,3                            | 0,03              | 11,2 | 0,5  | 6,3    | 4,2    | 4                                 | 4,4  |  |       |  |                |
| ТТК №3         | Компот из черной смородины (черника сушеная 20г, сахар 10г.)  | 200       | 0,1                              | 0,04  | 16,4     | 68,4                            | 0                 | 40   | 0,02 | 7,2    | 6,6    | 6,2                               | 4,3  |  |       |  |                |
|                | Хлеб пшеничный  | 30        | 2,3                              | 0,1   | 14,6     | 71,4                            | 0,03              |      |      | 6      | 65     | 4,2                               | 0,3  |  |       |  |                |
|                | Натуральный йогурт  | 560       | 14,4                             | 20,83 | 65,2     | 421,6                           | 0,09              | 58   | 2,21 | 211,8  | 333,5  | 51,4                              | 4,1  |  | 87,87 |  |                |
| <b>ОБЕД</b>    |   |           |                                  |       |          |                                 |                   |      |      |        |        |                                   |      |  |       |  |                |
| 16             | Омлет с сыром и грибами   | 100       | 0,8                              | 0,1   | 2,6      | 11                              | 0,03              | 7    | 0,02 | 17     | 30     | 14                                | 0,5  |  |       |  |                |
| 128            | Пюре картофельное со сметаной (картофель 50г, морковь 10г, лук 10г, помидоры 5г, грибы 5г, масло растительное 3г, соль 0,5г, сметана 2г) 250г   | 255       | 1,72                             | 3,6   | 6,7      | 68,88                           | 0,02              | 1    | 0,05 | 5,4    | 72,1   | 3,25                              | 0,7  |  |       |  |                |
| 451            | Шашлык из говядины (яблоко 68г, лук 9г, кефир 31г, чеснок 7г, сало 24г, морковь 24г, масло растительное 2г, соевый 5г.)                         | 100       | 11,7                             | 12,4  | 2,3      | 243,2                           | 0,1               | 0,7  | 0,6  | 30,9   | 151,4  | 11,5                              | 0,9  |  |       |  |                |
| 516            | Макароны отварные (макароны 63г, масло сливочное 6г, соевый 5г.)  | 180       | 6,6                              | 4,9   | 28,2     | 223,5                           | 0,15              | 0    | 0    | 19,4   | 156,6  | 28,4                              | 1,7  |  |       |  |                |
| 698            | Паштет из перепелочьих яиц с грибами  | 200       | 2,4                              | 6,8   | 22       | 106                             | 0,06              | 1,8  | 0,04 | 28,2   | 190    | 30                                | 0,2  |  |       |  |                |
|                | Хлеб пшеничный  | 30        | 2,3                              | 0,2   | 14,6     | 71,4                            | 0,03              |      |      | 6      | 65     | 4,2                               | 0,3  |  |       |  |                |
|                | Хлеб ржаной пшеничный   | 35        | 2,6                              | 0,5   | 12,4     | 66,15                           | 0,07              |      |      | 11,55  | 64,05  | 18,9                              | 1,4  |  |       |  |                |
|                | Натуральный йогурт  | 900       | 27,52                            | 26,4  | 86,2     | 779,13                          | 0,43              | 3,5  | 0,69 | 335,25 | 699,15 | 96,25                             | 5,2  |  | 98,48 |  |                |
| <b>ПОЛДНИК</b> |   |           |                                  |       |          |                                 |                   |      |      |        |        |                                   |      |  |       |  |                |
|                | Сок фруктовый 7/1   | 200       | 5                                |       | 20,6     | 84                              | 0,01              | 6,4  | 0,11 | 2,4    | 3,3    | 1,2                               | 1    |  |       |  |                |
| 04 пер 1980    | Пирог банановый со сметаной и шоколадом (сметана 22,8г, яйцо 20г, сахар 12,4г, мука 12,4г, сметановое 10г)                                      | 80        | 3,2                              | 5,67  | 32,27    | 152                             | 0,05              | 0,2  | 0,07 | 63,8   | 89,4   | 10,1                              | 6,1  |  |       |  |                |
| ТТК №5         | Паштет из курицы (курица 20г, сахар 10г.)   | 200       | 0,1                              |       | 15,4     | 63,6                            | 0,006             | 1    |      | 2,8    | 2,2    | 1,6                               | 0,1  |  |       |  |                |
|                | Натуральный йогурт  | 450       | 8,3                              | 5,67  | 68,67    | 299,6                           | 0,066             | 3,6  | 0,18 | 90,6   | 34,9   | 23,7                              | 7,2  |  | 33,65 |  |                |
|                | Всего за день:  |           | 50,22                            | 54,9  | 220,07   | 1501,23                         | 0,380             | 71,1 | 3,08 | 627,65 | 1127,6 | 171,35                            | 16,5 |  | 220   |  |                |

12-ЛЕНЬ

| № п/п           | Наименование товара   | Видов, % | Пищевое вещество в граммах |       |          | Энергетическая ценность (ккал) | Витаминный состав (мг) |      |      |        |        |        | Минеральный состав (мг) |   |    |       |  |  | Цена (руб.) |
|-----------------|---|----------|----------------------------|-------|----------|--------------------------------|------------------------|------|------|--------|--------|--------|-------------------------|---|----|-------|--|--|-------------|
|                 |   |          | Белки                      | Жиры  | Углеводы |                                | В1                     | С    | А    | Св     | Р      | Мg     | Ca                      | К | Na | Fe    |  |  |             |
| <b>ТАБЛЕТКА</b> |   |          |                            |       |          |                                |                        |      |      |        |        |        |                         |   |    |       |  |  |             |
| 384             | Пудра универсальная (глюкоза 18,5г, сахароза, мальтодекстрин 2,2г, соль 5г.)  | 100      | 13,4                       | 7,2   | 4,1      | 210                            | 0,4                    | 2,4  | 0,04 | 23,4   | 23,4   | 35,1   | 0,6                     |   |    |       |  |  |             |
| 518             | Какао-порошок отборный (сахароза 185,4г., масло сливочное 5г., соль 5г.)  | 180      | 3,6                        | 4     | 24,3     | 166,6                          | 0,03                   | 7,2  | 1,7  | 184,4  | 99,5   | 31,6   | 1,9                     |   |    |       |  |  |             |
|                 | Масло сливочное   | 10       | 0,08                       | 7,2   | 0,13     | 66,1                           | 0                      | 0,04 | 2,4  | 3      | 0,05   | 0,02   |                         |   |    |       |  |  |             |
| 692             | Кофейный напиток на сахаре с молоком (кофейный напиток 4г., молоко 200г., сахар 10г.)   | 200      | 4,3                        | 0,82  | 18,33    | 152,6                          | 0,06                   | 2    | 0,03 | 190    | 135    | 21     | 0,09                    |   |    |       |  |  |             |
|                 | Хлеб пшеничный  | 30       | 2,3                        | 0,2   | 14,6     | 71,4                           | 0,03                   |      |      | 6      | 65     | 4,2    | 0,3                     |   |    |       |  |  |             |
|                 | Хлеб ржаной-пшеничный   | 30       | 2,2                        | 0,4   | 10,6     | 56,7                           | 0,05                   |      |      | 9,9    | 54,9   | 16,2   | 1,3                     |   |    |       |  |  |             |
|                 | Хлеб ржаной-пшеничный   | 550      | 26,08                      | 19,62 | 72,06    | 723,4                          | 0,57                   | 11,6 | 1,81 | 416,1  | 591,5  | 110,15 | 4,21                    |   |    | 97,08 |  |  |             |
| <b>ОБЕД</b>     |   |          |                            |       |          |                                |                        |      |      |        |        |        |                         |   |    |       |  |  |             |
| 19              | Овощи свежие помидоры   | 100      | 1,1                        | 0,2   | 3,8      | 23                             | 0,06                   | 25   | 1,2  | 1,4    | 2,6    | 30     | 0,9                     |   |    |       |  |  |             |
| 135             | Суп из овощей, со сметаной (капуста свежая 20г., морковь 50г., картофель 10г., лук 10г., горошек зеленый 7,5г., масло растительное 1г., соль 5г., сметана 5г.) 250г | 255      | 1,01                       | 3,25  | 11,2     | 66,22                          | 0,08                   | 11   | 0,05 | 50,05  | 57,3   | 5,7    | 0,07                    |   |    |       |  |  |             |
| 460             | Пудинг сметанный с яблоком (яблоко очищенное 5г., хлеб 10г., сахар 12г., мука 2г., яйца 2г., масло растительное 2г., соль 0,5г.)                                    | 100      | 10,02                      | 17,3  | 6,7      | 278,7                          | 0,07                   | 0,18 | 0,01 | 46,8   | 97,01  | 12,9   | 0,5                     |   |    |       |  |  |             |
| 568             | Каша гречневая (гречиха, масло сливочное 6г., соль 0,5г.)   | 180      | 7,56                       | 6,35  | 21,96    | 221,7                          | 0,06                   |      | 0,04 | 21,5   | 148,07 | 3,6    | 0,02                    |   |    |       |  |  |             |
| ТК              | Котлет "Парусовский" из мясного (фарш 33,5г., яйцо 15г., мука 5г)   | 200      | 0,3                        | 0,07  | 17,7     | 70,1                           | 0,01                   | 20,1 | 0,02 | 11,4   | 7,7    | 4,3    | 0,1                     |   |    |       |  |  |             |
| 8610            | Хлеб пшеничный  | 30       | 2,3                        | 0,2   | 14,6     | 71,4                           | 0,03                   |      |      | 6      | 65     | 4,2    | 0,3                     |   |    |       |  |  |             |
|                 | Хлеб пшеничный  | 805      | 22,29                      | 27,27 | 75,96    | 733,12                         | 0,31                   | 56,3 | 1,3  | 149,75 | 401,28 | 83,1   | 1,89                    |   |    | 87,97 |  |  |             |
| <b>ПОЛДНИК</b>  |   |          |                            |       |          |                                |                        |      |      |        |        |        |                         |   |    |       |  |  |             |
| ТК              | Крутоны "Амстердам" (мука пшеничная, соль, дрожжи, яйцо 6,18квар, масло 9,13)   | 90       | 3,9                        | 1,5   | 23,6     | 130                            | 0,08                   |      |      | 17     | 32,5   | 17     | 0,9                     |   |    |       |  |  |             |
| ТК              | Шницель с картофелем (супра 10г., яйцо 10г., сахар 10г)   | 200      | 1,26                       |       | 24,25    | 125,3                          | 0,008                  | 0,7  |      | 6,1    | 2,8    | 0,97   | 0,13                    |   |    |       |  |  |             |
| 8611            | Фрукты свежие (яблоко)  | 200      | 0,8                        | 0,8   | 19,6     | 90                             | 0,06                   | 3,80 | 0,06 | 32     | 22     | 18     | 4,4                     |   |    | 34,95 |  |  |             |
|                 | Яблоко сладкое (яблоко)   | 450      | 5,96                       | 2,3   | 67,45    | 345,3                          | 0,148                  | 3,81 | 0,06 | 55,1   | 77,3   | 35,97  | 5,43                    |   |    |       |  |  |             |
|                 | Яблоко сладкое  |          | 54,33                      | 49,29 | 215,47   | 1801,82                        | 1,038                  | 309  | 3,17 | 620,95 | 1070,1 | 229,22 | 11,53                   |   |    | 220   |  |  |             |

13-ЛЕГЕНД

| № п/п          | Наименование биолог   | Высота, г. | Измерение высоты в границах |       |            | Загущенность (весов. единицы) | Витальность (вес.) |      |      |       |       | Минеральное вещество (вес.) |       |  |        |  | Итого (100%) |
|----------------|---|------------|-----------------------------|-------|------------|-------------------------------|--------------------|------|------|-------|-------|-----------------------------|-------|--|--------|--|--------------|
|                |   |            | Всего                       | Живые | Угнетенные |                               | В1                 | С    | А    | СВ    | Р     | Мг                          | Fe    |  |        |  |              |
| <b>ЗАБЕРАК</b> |   |            |                             |       |            |                               |                    |      |      |       |       |                             |       |  |        |  |              |
| 340            | Овес низкорослый с саргрой (семя 140г, солома 55г, сарг 20г, место растительности - сарг0,5г)   | 200        | 26,1                        | 24,5  | 2,5        | 335,5                         | 0,1                | 1,4  | 0,5  | 151,6 | 460,3 | 24,3                        | 3,9   |  |        |  |              |
|                | Мясно-солоновое   | 10         | 0,08                        | 7,2   | 0,13       | 66,1                          | 0                  | 0,04 | 2,4  | 3     | 0,05  | 0,02                        |       |  |        |  |              |
| ТК             | Напиток из прополы шиповника (листья шиповника-20г, сарг 10г)   | 200        | 0,7                         |       | 14,3       | 61                            | 0                  | 80   | 1    | 12    | 3,4   | 3,4                         | 2     |  |        |  |              |
|                | Сарг фрутовый в/п   | 200        | 0,6                         |       | 26,8       | 114,6                         | 0,01               | 6,4  | 0,06 | 24    | 3,3   | 12                          | 1     |  |        |  |              |
|                | Хлеб ржаной-пшеничный   | 30         | 2,2                         | 0,4   | 10,6       | 56,7                          | 0,05               |      | 9,9  | 54,9  | 16,2  | 1,3                         |       |  |        |  |              |
|                | Итого забрак:   | 640        | 29,68                       | 32,1  | 54,33      | 633,9                         | 0,16               | 87,8 | 1,6  | 199,9 | 625,4 | 55,95                       | 8,22  |  | 57,81  |  |              |
| <b>ОБЛД</b>    |   |            |                             |       |            |                               |                    |      |      |       |       |                             |       |  |        |  |              |
| 20             | Одноли-селек.-группы люцерны  | 100        | 0,9                         | 0,13  | 3,2        | 17                            | 0,02               | 26   | 0,6  | 15,5  | 19,6  | 1,7                         | 0,6   |  |        |  |              |
| 140            | Сук мелочный с запаренными листьями (солома 130г, соломуха 11,5г, место солоновое 2г, сарг 1,3г, сарг 0,5г)                             | 250        | 2,73                        | 1,05  | 11,96      | 83,38                         | 0,09               | 1,95 | 0,04 | 183,2 | 34,9  | 22,5                        | 0,4   |  |        |  |              |
| 499            | Коричневый Пласматрас по кустовой грядке (грядка 79г, солома 24,4г, место растительное 2,5г, хлеб 14,4г, сарг 4,4г, сарг 4,4г, сарг 1г) | 100        | 12,9                        | 7,1   | 2,1        | 208,6                         | 0,14               | 0,5  | 0,2  | 54,1  | 68,8  | 10                          | 0,9   |  |        |  |              |
| 520            | Картофельное пюре (картофель-153,6г, морковь-30г, место солоновое-5г, сарг0,5г)   | 180        | 1,8                         | 3,34  | 23,4       | 148,9                         | 0,2                | 4,4  |      | 81,6  | 51,6  | 29                          | 2,9   |  |        |  |              |
| ТК             | Напиток брусничный (брусника 20г, сарг 10г)   | 200        | 0,1                         |       | 74,2       | 93                            | 0,002              | 2    |      | 3,2   | 2,6   | 1,2                         | 1,4   |  |        |  |              |
| №6             | Хлеб пшеничный  | 40         | 3,04                        | 0,3   | 19,5       | 95,2                          | 0,04               |      | 8    | 26    | 5,6   | 0,4                         |       |  |        |  |              |
|                | Итого облд:   | 870        | 21,47                       | 13,84 | 84,36      | 616,08                        | 0,492              | 34,9 | 0,84 | 345,6 | 203,5 | 85,3                        | 6,6   |  | 104,45 |  |              |
| <b>ПОЛУНИК</b> |   |            |                             |       |            |                               |                    |      |      |       |       |                             |       |  |        |  |              |
| 3              | Фрукты свежие (заморожены)  | 200        | 0,6                         | 0,4   | 11,7       | 80                            | 0,08               | 120  | 0,1  | 61    | 46    | 26                          | 0,6   |  |        |  |              |
| 608            | Напиток красноплодный (Солома)  | 200        | 1,17                        | 3,31  | 15,1       | 69,7                          | 0,04               | 1    | 0,01 | 63,5  | 70    | 9,6                         | 0,7   |  |        |  |              |
| №10            | Брусника (брусника) (сук мелочный, сарг, морковь, сарг)   | 50         | 7,6                         | 5,2   | 23,2       | 95                            | 0,4                |      | 21   | 86    | 32    | 2                           |       |  |        |  |              |
|                | Итого полуник:  | 450        | 9,37                        | 9,01  | 50,1       | 244,7                         | 0,52               | 121  | 0,11 | 152,5 | 202   | 67,6                        | 3,3   |  | 57,74  |  |              |
|                | Всего за день:  |            | 60,52                       | 54,95 | 188,79     | 1524,68                       | 1,172              | 241  | 2,55 | 698   | 930,9 | 286,85                      | 18,12 |  | 220    |  |              |



15-ЛЕВЪ

| №              | Именное наименование  | Виток, т. | Площадь посева и граница |       |           | Заготовка семян (кв.м.) | Виточная масса (кг) |      |      |       |        |        | Итого (гр/б.) |
|----------------|---|-----------|--------------------------|-------|-----------|-------------------------|---------------------|------|------|-------|--------|--------|---------------|
|                |   |           | Ботва                    | Желва | Учитываем |                         | В1                  | С    | А    | Св    | Р      | Мг     |               |
| <b>ЗАБИРАК</b> |   |           |                          |       |           |                         |                     |      |      |       |        |        |               |
|                | Фрукты свежие (факт.)   | 200       | 3,3                      | 0,2   | 46,2      | 162,8                   | 0,09                | 11   | 0,3  | 17,6  | 61,6   | 26,4   | 1,3           |
| 492            | Суперин из марины (марин-200,6Гр., марины-пластичная-26,6Гр., марин-5Гр., супер-5Гр., марин-растительное-5Гр., супер-0,5Гр.)  | 200       | 23,2                     | 20,9  | 3,8       | 296,4                   | 0,2                 | 1    | 0,02 | 156,5 | 398,9  | 74     | 2             |
|                | Светлая   | 10        | 0,4                      | 3     | 0,5       | 30,9                    | 0                   | 0,04 | 0,03 | 12,9  | 9      | 1,2    | 0,03          |
| 608            | Каша с мяском (квашено-пропущо 4г., молоко200г., сахар10г.)   | 200       | 3,6                      | 6,4   | 17        | 106                     | 6,06                | 1,8  | 0,04 | 242   | 190    | 30     | 0,2           |
|                | Хлеб пшеничный  | 20        | 1,5                      | 0,2   | 9,7       | 47,6                    | 0,02                |      |      | 4     | 13     | 2,8    | 0,2           |
|                | Итого заабрак:  | 630       | 32                       | 30,7  | 77,2      | 643,7                   | 6,37                | 13,8 | 0,39 | 433   | 672,5  | 134,4  | 2,75          |
| <b>ОБЕД</b>    |   |           |                          |       |           |                         |                     |      |      |       |        |        |               |
| 16             | Овощи свежие группы   | 100       | 0,8                      | 0,1   | 3,6       | 11                      | 4,03                | 7    | 0,02 | 17    | 30     | 14     | 0,5           |
| 111            | Борин-Сибирский, со сметаной (сметан 24г., капуста свежая 20г., морковь-50г., фасоль20г., суповая 10г., суп10г., помидоры свежие 5г., мяско растительное4г., супор1,5г., сыр0,5г сметана5г250г5 | 255       | 2,8                      | 3,83  | 14        | 82,27                   | 0,02                | 1    | 0,09 | 67,8  | 54,3   | 13,2   | 1,7           |
| 451            | Котлета сДержавин из говядины (мясо говядины-60г., лук-5г., хлеб 12г., молоко 22,6, супорн 6г., мяско растительное-5г., марин2г., соль1с.)  | 100       | 14,7                     | 13,9  | 7,3       | 270,3                   | 0,06                | 0,8  | 6,9  | 36,2  | 150,1  | 24,5   | 3,4           |
| 516            | Макаронны отварные (макаронны 61г., мяско свиное6г., сыр0,5г.)  | 180       | 6,6                      | 4,9   | 28,2      | 223,5                   | 0,13                |      |      | 19,4  | 156,6  | 28,4   | 1,7           |
| ТГБ            | Панировк мажоренный (кашочка 20г., супор 10г.)  | 200       | 2,6                      | 6,8   | 22        | 106                     | 0,06                | 1,8  |      | 242   | 190    | 30     | 0,06          |
| 863            | Хлеб пшеничный  | 30        | 2,3                      | 0,2   | 14,6      | 71,4                    | 0,03                |      |      | 6     | 65     | 4,2    | 0,3           |
|                | Хлеб ржано-пшеничный  | 30        | 0,3                      | 4,7   | 19,76     | 64,4                    | 0,03                |      |      | 11,6  | 6      | 8      | 0,8           |
|                | Итого обед:   | 695       | 30,1                     | 34,43 | 103,46    | 828,97                  | 0,38                | 10,6 | 1,01 | 420   | 652,2  | 132,3  | 8,46          |
| <b>ПОЛДНИК</b> |   |           |                          |       |           |                         |                     |      |      |       |        |        |               |
| 605            | Чаш с мяском и супорн (мяс 1г., молоко 100 супор 10г)   | 200       | 0,2                      | 2,5   | 10,4      | 70,4                    | 0,001               | 0,6  | 0,03 | 12    | 0,04   | 4,03   | 0,1           |
| 312            | Крутыеж мажорд (по сметан)  | 75        | 3,2                      | 5,67  | 32,27     | 152                     | 0,05                | 0,07 | 0,05 | 30,5  | 51,9   | 7,9    | 0,4           |
|                | Сос фруктовый в/н   | 200       | 5                        | 0     | 20,6      | 84                      | 0,01                | 6,4  | 0,11 | 24    | 3,3    | 12     | 1             |
|                | Итого полдник:  | 475       | 8,4                      | 8,17  | 63,27     | 306,4                   | 0,061               | 7,07 | 0,19 | 66,5  | 85,34  | 24,93  | 1,5           |
|                | Итого за цену:  |           |                          |       | 75,3      | 243,93                  | 0,811               | 31,5 | 1,59 | 919,5 | 1379,9 | 291,63 | 13,69         |

Зам. директора по производству  
 Начальник производства  
 бухгалтер

*Иванова*

Жукова А. И.  
 Метовина О. Л.  
 Тимошина Н. Л.