

**СОГЛАСОВАНО**

Начальник территориального отдела  
по городу Ялта  
Управления Роспотребнадзора  
по Республике Крым  
и городу Севастополю

  
В.А.Задорожный  
«25» 08 2020 г.



**СОГЛАСОВАНО**

Директор Государственного  
бюджетного общеобразовательного  
учреждения Республики Крым  
«Алупкинская санаторная школа-  
интернат»

  
А.Ю.Смирнова  
«25» 08 2020г.



**Примерное  
циклическое двухнедельное меню  
для обучающихся возрастом 11-17 лет  
Государственного бюджетного  
общеобразовательного учреждения  
Республики Крым  
«Алупкинская санаторная школа-  
интернат»**

# ПРИМЕРНОЕ 14ти дневное МЕНЮ 6-ти разовое питание, дети 11 лет и старше, СанПиН 2.4.5.2409-08

День: понедельник

Неделя: первая

Сезон: летне-осенний

№	Наименование блюда	Выход , г	Белки, г		Жиры всего	Углев о-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
			всего	в т.ч. жив.				Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
	Завтрак																
182	Каша жидкая молочная пшеничная №182, сб.ДеЛи.	200,00	7,38	2,87	8,06	37,13	246,82	132,7	36,1	181,7	1,83	59,5	65,65	0,87	0,14	0,52	
7	Бутерброд горячий с сыром №7, сб.ДеЛи	75,00	8,70	5,28	12,45	22,25	235,50	208,8	14,18	144	0,74	88,5	98,55	0,71	0,06	0,17	
382	Какао с молоком № 382, сб.ДеЛи	200,00	4,91	4,64	4,82	16,15	126,76	171,93	28,36	138,96	0,62	19,2	35,27	0,01	0,05	0,83	
	Хлеб пшеничный	25,00	1,98	0,00	0,25	12,08	61,38	5,75	8,25	21,75	0,5	0	0	0,33	0,04	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>500,00</b>	<b>22,97</b>	<b>12,79</b>	<b>25,58</b>	<b>87,61</b>	<b>670,46</b>	<b>519,18</b>	<b>86,89</b>	<b>486,41</b>	<b>3,69</b>	<b>167,20</b>	<b>199,47</b>	<b>1,92</b>	<b>0,29</b>	<b>1,52</b>	
	Второй Завтрак																
	Фрукты свежие	170,00	0,62	0,00	0,51	16,66	80,95	21,76	11,47	13,09	3,53	30	6,8	0,34	0,34	5,1	
	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,00	0,20	20,20	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4	
	<b>Итого за прием</b>	<b>370,00</b>	<b>1,62</b>	<b>0,00</b>	<b>0,71</b>	<b>36,86</b>	<b>167,43</b>	<b>35,76</b>	<b>19,47</b>	<b>27,09</b>	<b>6,33</b>	<b>30,00</b>	<b>6,80</b>	<b>0,54</b>	<b>0,36</b>	<b>9,10</b>	
	Обед																
45	Салат из белокачанной капусты №45 сб, ДеЛи	150,00	2,15	0,00	1,75	13,66	82,48	53,66	21,76	39,5	0,74	0	303,55	1,01	0,04	21,62	
108	Суп с клецками	250,00	3,09	0,57	4,03	16,79	120,08	14,52	15,3	48,46	0,73	13,04	184,98	1,25	0,07	3,68	
259	Жаркое по-домашнему №259 сб.ДеЛи	230,00	19,54	16,12	20,78	26,35	378,61	28,97	57,66	259,83	3,93	45,59	91,18	0,75	0,14	3,77	
349	Компот из смеси сухофруктов №349, сб.ДеЛи.	220,00	0,00	0,07	20,04	79,10	15,36	9,15	0	0,95	0	0	0	0,08	0,31	0,31	
	Хлеб пшеничный	70,00	5,53	0,00	0,70	33,81	171,85	16,1	23,1	60,9	1,4	0	0	0,91	0,11	0	
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>980,00</b>	<b>34,27</b>	<b>16,76</b>	<b>48,02</b>	<b>189,75</b>	<b>884,41</b>	<b>143,40</b>	<b>146,02</b>	<b>504,44</b>	<b>9,14</b>	<b>58,63</b>	<b>580,31</b>	<b>4,84</b>	<b>0,78</b>	<b>29,38</b>	
	Полдник																
219	Сырники из творога со сгущенным молоком №219,	170,00	31,30	30,91	23,03	30,20	459,10	288,69	41,09	343,19	0,89	122,03	188,22	0,88	0,07	0,37	
	Конфеты	20,00															
352	Кисель из яблок	200,00	0,54	0,00	0,60	125,46	596,00	57,3	18,2	0	2,84	0	0	0	0	9,15	
	<b>Итого за прием</b>	<b>390,00</b>	<b>31,84</b>	<b>30,91</b>	<b>23,63</b>	<b>155,66</b>	<b>1055,10</b>	<b>345,99</b>	<b>59,29</b>	<b>343,19</b>	<b>3,73</b>	<b>122,03</b>	<b>188,22</b>	<b>0,88</b>	<b>0,07</b>	<b>9,52</b>	
	Ужин																
71	Овощи свежие №71 сб. ДеЛи	100,00	0,80	0,00	0,10	1,70	10,00	23	14	24	0,6	0	5	0,1	0,02	3,5	
291	Плов из птицы №291 сб.ДеЛи	200,00	16,84	12,82	20,30	37,90	409,27	22,7	45,46	203,22	1,91	44,11	305,77	3,76	0,09	1,79	
376	Чай с сахаром № 376, сб.ДеЛи	200,00	0,08	0,00	0,02	6,86	26,64	0,21	0	0	0,02	0	0	0	0	0	
	Хлеб пшеничный	60,00	4,74	0,00	0,60	28,98	147,30	13,8	19,8	52,2	1,2	0	0	0,78	0,1	0	
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>620,00</b>	<b>26,42</b>	<b>12,82</b>	<b>21,74</b>	<b>95,48</b>	<b>709,24</b>	<b>80,71</b>	<b>107,46</b>	<b>374,22</b>	<b>6,07</b>	<b>44,11</b>	<b>311,37</b>	<b>5,48</b>	<b>0,32</b>	<b>5,29</b>	
	Второй ужин																
386	Кефир №386, сб. ДеЛи.	180,00	5,12	5,12	5,64	7,06	102,84	211,68	24,7	167,58	0,18	35,28	39,6	0	0,05	1,23	
	<b>Итого за прием</b>	<b>180,00</b>	<b>5,12</b>	<b>5,12</b>	<b>5,64</b>	<b>7,06</b>	<b>102,84</b>	<b>211,68</b>	<b>24,70</b>	<b>167,58</b>	<b>0,18</b>	<b>35,28</b>	<b>39,60</b>	<b>0,00</b>	<b>0,05</b>	<b>1,23</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>99,68</b>	<b>76,24</b>	<b>99,67</b>	<b>401,46</b>	<b>2965,17</b>	<b>1293,08</b>	<b>341,46</b>	<b>2034,17</b>	<b>18,65</b>	<b>457,25</b>	<b>1022,97</b>	<b>15,72</b>	<b>1,64</b>	<b>69,41</b>	

День: вторник

Неделя: первая

Сезон: летне-осенний

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры,	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
	Завтрак															
182	Каша жидкая молочная из рисовой крупы №182 сб.	200,00	7,38	2,87	8,06	37,13	246,82	132,7	36,1	181,7	1,83	59,5	65,65	0,87	0,14	0,52
209	Яйца вареные №209 сб.ДеЛи.	40,00	4,83	4,83	4,37	0,22	59,49	19,8	4,32	69,12	0,9	100	104	0,24	0,02	0
14	Масло (порциями) №14 сб. ДеЛи.	10,00	0,05	0,05	8,25	0,08	74,75	1,2	0	1,9	0,02	59	65,3	0,1	0	0
379	Кофейный напиток с молоком №379, сб.ДеЛи.	200,00	3,01	2,90	2,82	13,87	90,40	105,78	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
	Хлеб пшеничный	70,00	5,53	0,00	0,70	33,81	171,85	16,1	23,1	60,9	1,4	0	0	0,91	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>520,00</b>	<b>20,80</b>	<b>10,65</b>	<b>24,20</b>	<b>85,11</b>	<b>643,31</b>	<b>275,58</b>	<b>75,70</b>	<b>391,92</b>	<b>4,26</b>	<b>230,50</b>	<b>256,95</b>	<b>2,12</b>	<b>0,30</b>	<b>1,04</b>
	Второй завтрак															
	Фрукты свежие	200,00	0,73	0,00	0,60	19,60	95,24	25,6	13,5	15,4	3,53	0	8	0,4	0,4	6
	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,00	0,20	20,20	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
	<b>Итого за прием</b>	<b>400,00</b>	<b>1,73</b>	<b>0,00</b>	<b>0,80</b>	<b>39,80</b>	<b>181,72</b>	<b>39,60</b>	<b>21,50</b>	<b>29,40</b>	<b>6,33</b>	<b>0,00</b>	<b>8,00</b>	<b>0,60</b>	<b>0,42</b>	<b>10,00</b>
	Обед															
20	Салат из свежих огурцов №20 сб.ДеЛи	150,00	0,75	0,00	6,02	2,35	66,60	22,23	13,19	3,96	0,57	0	9,39	0,36	0,03	4,69
82	Борщ с капустой и картофелем №82 сб.ДеЛи	250,00	1,69	0,25	4,53	9,67	89,44	32,35	18,65	42,42	0,84	9	189,64	1,51	0,03	6,84
294	Котлеты рубленые из птицы №294 сб.ДеЛи	130,00	18,28	15,38	25,65	16,79	375,39	21,21	25,88	154,5	2,15	80	97,88	4,23	0,11	0,32
312	Картофельное пюре № 312, сб.ДеЛи.	150,00	3,04	0,68	4,75	20,00	140,36	35,54	28,36	83,1	1,03	21,25	43	0,17	0,1	9,59
348	Компот из кураги №348, сб.ДеЛи.	220,00	1,06	0,00	0,06	20,75	91,57	30,37	19,1	25,99	0,63	0	128,26	1,21	0,01	0,14
	Хлеб пшеничный	47,00	3,71	0,00	0,47	22,65	115,14	10,79	15,48	40,8	0,94	0	0	0,61	0,07	0
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>1007,00</b>	<b>32,49</b>	<b>16,31</b>	<b>42,20</b>	<b>112,25</b>	<b>994,53</b>	<b>173,49</b>	<b>148,86</b>	<b>445,57</b>	<b>8,50</b>	<b>110,25</b>	<b>468,77</b>	<b>8,93</b>	<b>0,46</b>	<b>21,58</b>
	Полдник															
446	Кекс "Столичный" №446, сб. ДеЛи.	50,00	2,94	1,25	10,21	28,84	217,95	9,95	3,63	33,65	0,48	92,4	100,69	0,41	0,03	1,02
385	Молоко кипяченое №385, сб.ДеЛиПринт 2015	200,00	5,45	5,80	6,16	8,55	110,35	211,2	24,36	156,6	0,17	36	66	0,2	0,06	1,04
	<b>Итого за прием</b>	<b>250,00</b>	<b>8,39</b>	<b>7,05</b>	<b>16,37</b>	<b>37,39</b>	<b>328,30</b>	<b>221,15</b>	<b>27,99</b>	<b>190,25</b>	<b>0,65</b>	<b>128,40</b>	<b>166,69</b>	<b>0,61</b>	<b>0,09</b>	<b>2,06</b>
	Ужин															
71	Овощи свежие №71 сб.ДеЛи	100,00	1,10	0,00	0,20	3,80	22,00	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	17,5
243	Сосиски отварные №243, сб.ДеЛи.	85,00	7,84	8,35	17,78	0,62	193,88	18,13	10,44	97,57	1,26	17,7	32,65	0,45	0,02	0
143	Рагу овощное №143 сб.ДеЛи	200,00	3,89	0,04	7,83	21,35	180,87	62,13	44,72	105,64	1,64	50,41	90,79	0,56	0,13	31,65
376	Чай с сахаром № 376, сб.ДеЛи	200,00	0,08	0,00	0,02	6,86	26,64	0,21	0	0	0,02	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	60,00	4,74	0,00	0,60	28,98	147,30	13,8	19,8	52,2	1,2	0	0	0,78	0,1	0
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>705,00</b>	<b>21,61</b>	<b>8,39</b>	<b>27,15</b>	<b>81,65</b>	<b>686,72</b>	<b>129,27</b>	<b>123,16</b>	<b>376,21</b>	<b>7,36</b>	<b>68,11</b>	<b>257,04</b>	<b>3,33</b>	<b>0,42</b>	<b>49,15</b>
	Второй ужин															
386	Ряженка №386, сб. ДеЛи.	180,00	5,12	5,12	4,41	7,41	88,31	218,74	24,7	162,29	0,18	35,28	39,6	0	0,04	0,53
	<b>Итого за прием</b>	<b>180,00</b>	<b>5,12</b>	<b>5,12</b>	<b>4,41</b>	<b>7,41</b>	<b>88,31</b>	<b>218,74</b>	<b>24,70</b>	<b>162,29</b>	<b>0,18</b>	<b>35,28</b>	<b>39,60</b>	<b>0,00</b>	<b>0,04</b>	<b>0,53</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>90,14</b>	<b>47,52</b>	<b>95,13</b>	<b>363,61</b>	<b>2922,88</b>	<b>1057,83</b>	<b>321,91</b>	<b>1595,64</b>	<b>22,28</b>	<b>572,54</b>	<b>1097,05</b>	<b>15,59</b>	<b>1,73</b>	<b>84,36</b>

День: среда

Неделя: первая

Сезон: летне-осенний

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.				Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак															
181	Каша жидкая молочная из манной крупы №181 ДеЛи.	200,00	5,88	2,81	7,70	29,94	214,67	119,5	17,67	101,5	0,41	59,5	65,65	0,62	0,06	0,21
14	Масло (порциями) №14 сб.ДеЛи.	10,00	0,05	0,05	8,25	0,08	74,75	1,2	0	1,9	0,02	59	65,3	0,1	0	0
382	Какао с молоком № 382, сб.ДеЛи.	200,00	4,91	4,64	4,82	13,42	116,41	171,85	28,36	138,96	0,62	19,2	35,27	0,01	0,05	0,83
	Хлеб пшеничный	70,00	5,53	0,00	0,70	33,81	171,85	16,1	23,1	60,9	1,4	0	0	0,91	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>480,00</b>	<b>16,37</b>	<b>7,50</b>	<b>21,47</b>	<b>77,25</b>	<b>577,68</b>	<b>308,65</b>	<b>69,13</b>	<b>303,26</b>	<b>2,45</b>	<b>137,70</b>	<b>166,22</b>	<b>1,64</b>	<b>0,22</b>	<b>1,04</b>
	Второй Завтрак															
	Фрукты свежие	200,00	0,73	0,00	0,60	19,60	95,24	25,6	13,5	15,4	3,53	0	8	0,4	0,4	6
	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,00	0,20	20,20	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
	<b>Итого за прием</b>	<b>400,00</b>	<b>1,73</b>	<b>0,00</b>	<b>0,80</b>	<b>39,80</b>	<b>181,72</b>	<b>39,60</b>	<b>21,50</b>	<b>29,40</b>	<b>6,33</b>	<b>0,00</b>	<b>8,00</b>	<b>0,60</b>	<b>0,42</b>	<b>10,00</b>
	Обед															
23	Салат из свежих помидор №23 сб.ДеЛи	150,00	1,10	0,00	6,11	4,57	77,70	17,74	17,46	31,84	0,83	0	46,04	0,54	0,05	18,05
88	Щи из свежей капусты с картофелем №88, сб.ДеЛи.	250,00	1,86	0,00	5,35	8,97	95,87	33,68	20,71	44,5	0,76	0	207,45	1,81	0,06	12,61
250	Бефстроганов № 250, сб.ДеЛи.	120,00	20,10	20,54	20,41	5,54	288,56	34,86	24,61	193,39	2,49	15,24	45,16	3,42	0,05	0,2
203	Макаронные изделия отварные с маслом №203, сб.ДеЛи.	200,00	11,07	5,11	16,11	35,83	341,07	202,74	15,86	155,72	1,06	120,87	136,56	1,1	0,08	0,16
349	Компот из смеси сухофруктов №349, сб.ДеЛи.	220,00	0,58	0,00	0,07	20,04	79,10	15,36	9,15	0	0,95	0	0	0	0,08	0,31
	Хлеб пшеничный	70,00	5,53	0,00	0,70	33,81	171,85	16,1	23,1	60,9	1,4	0	0	0,91	0,11	0
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>1070,00</b>	<b>44,20</b>	<b>25,65</b>	<b>49,47</b>	<b>128,80</b>	<b>1170,17</b>	<b>341,48</b>	<b>139,09</b>	<b>581,15</b>	<b>9,83</b>	<b>136,11</b>	<b>435,81</b>	<b>8,62</b>	<b>0,54</b>	<b>31,33</b>
	Полдник															
	Вафли	25,00	3,20		2,80	63,80	342,00	10	2	33	0	0	0	0	0,04	0
223	Запеканка из творога с молоком сгущенным №223, сб.ДеЛи.	190,00	18,98	17,77	14,03	29,39	320,79	205,5	29,55	235,1	0,69	89,72	102,92	0,5	0,06	0,44
376	Чай с сахаром № 376, сб.ДеЛи.	200,00	0,08	0,00	0,02	6,86	26,64	0,21	0	0	0,02	0	0	0	0	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>390,00</b>	<b>19,06</b>	<b>17,77</b>	<b>14,05</b>	<b>36,25</b>	<b>347,43</b>	<b>205,71</b>	<b>29,55</b>	<b>235,10</b>	<b>0,71</b>	<b>89,72</b>	<b>102,92</b>	<b>0,50</b>	<b>0,06</b>	<b>0,44</b>
	Ужин															
71	Овощи свежие №71 сб.ДеЛи	100,00	0,80	0,00	0,10	1,70	10,00	23	14	24	0,6	0	5	0,1	0,02	3,5
234	Котлета рыбная №234 сб.ДеЛи	120,00	13,73	10,91	13,64	15,74	244,23	54,27	35,46	193,3	1,28	20,45	75,09	5,18	0,13	1,15
125	Картофель отварной №125 сб.ДеЛи	150,00	2,90	0,02	5,22	22,01	153,05	14,27	31,27	79,91	1,23	33,25	42,17	0,21	0,13	6,04
376	Чай с сахаром № 376, сб.ДеЛи	200,00	0,08	0,00	0,02	6,86	26,64	0,21	0	0	0,02	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	38,00	2,99	0,00	0,38	18,26	92,80	8,69	12,47	32,89	0,76	0	0	0,49	0,06	0
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>668,00</b>	<b>24,46</b>	<b>10,93</b>	<b>20,08</b>	<b>84,61</b>	<b>642,75</b>	<b>121,44</b>	<b>121,40</b>	<b>424,90</b>	<b>6,23</b>	<b>53,70</b>	<b>122,86</b>	<b>6,82</b>	<b>0,45</b>	<b>10,69</b>
	Второй ужин															
	Йогурт	180,00	5,78	6,15	1,98	8,05	76,50	163,68	19,58	123,98	0,13	9	15	0	0,03	0,36
	<b>Итого за прием</b>	<b>180,00</b>	<b>5,78</b>	<b>6,15</b>	<b>1,98</b>	<b>8,05</b>	<b>76,50</b>	<b>163,68</b>	<b>19,58</b>	<b>123,98</b>	<b>0,13</b>	<b>9,00</b>	<b>15,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0,36</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>92,54</b>	<b>50,23</b>	<b>93,80</b>	<b>338,51</b>	<b>2648,82</b>	<b>974,85</b>	<b>370,70</b>	<b>1662,69</b>	<b>20,97</b>	<b>336,51</b>	<b>747,89</b>	<b>17,68</b>	<b>1,66</b>	<b>53,42</b>

День: четверг

Неделя: первая

Сезон: летне-осенний

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
			всего	в т.ч. жив.	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	PЭ,мкг	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг	
	Завтрак																
212	Омлет с колбасными изделиями №212 сб.ДеЛи	200,00	14,74	14,74	28,42	2,54	324,00	89,2	18,74	229,2	2,6	269,2	278,4	0,7	0,14	0,2	
14	Масло (порциями) №14 сб.ДеЛи.	10,00	0,05	0,05	8,25	0,08	74,75	1,2	0	1,9	0,02	59	65,3	0,1	0	0	
71	Овощи свежие №71 сб.ДеЛи	100,00	0,80	0,00	0,10	1,70	10,00	23	14	24	0,6	0	5	0,1	0,02	3,5	
379	Кофейный напиток с молоком №379, сб.ДеЛи.	200,00	3,01	2,90	2,82	13,87	90,40	105,78	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52	
	Хлеб пшеничный	70,00	5,53	0,00	0,70	33,81	171,85	16,1	23,1	60,9	1,4	0	0	0,91	0,11	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>580,00</b>	<b>24,13</b>	<b>17,69</b>	<b>40,29</b>	<b>52,00</b>	<b>671,00</b>	<b>235,28</b>	<b>68,02</b>	<b>394,30</b>	<b>4,73</b>	<b>340,20</b>	<b>370,70</b>	<b>1,81</b>	<b>0,30</b>	<b>4,22</b>	
	Второй завтрак																
	Фрукты свежие	200,00	0,73	0,00	0,60	19,60	95,24	25,6	13,5	15,4	3,53	0	8	0,4	0,4	6	
	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,00	0,20	20,20	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4	
	<b>Итого за прием</b>	<b>400,00</b>	<b>1,73</b>	<b>0,00</b>	<b>0,80</b>	<b>39,80</b>	<b>181,72</b>	<b>39,60</b>	<b>21,50</b>	<b>29,40</b>	<b>6,33</b>	<b>0,00</b>	<b>8,00</b>	<b>0,60</b>	<b>0,42</b>	<b>10,00</b>	
	Обед																
50	Салат из свеклы с сыром и чесноком №50 сб.ДеЛи	150,00	4,66	3,41	9,32	7,27	135,36	160,2	23,11	108,9	1,29	38,22	44,85	2,36	0,02	8,25	
116	Суп с рисом.с мясом	250,00	2,00	0,57	2,70	24,00	103,40	39	18	0	0,6	0	0	0	0	0	
235	Шницель рыбный №235 сб.ДеЛи	120,00	15,58	14,00	15,66	9,14	240,00	79,46	34,74	236,78	3,08	56	144,7	6,6	0,06	4,8	
312	Картофельное пюре № 312, сб.ДеЛи.	150,00	3,04	0,68	4,75	20,00	140,36	35,54	28,36	83,1	1,03	21,25	43	0,17	0,1	9,59	
355	Кисель из кураги №355 сб.ДеЛи	220,00	1,09	0,00	0,06	27,25	119,11	34,75	20,1	34,57	0,64	0	127,6	1,21	0,12	0,35	
	Хлеб пшеничный	70,00	5,53	0,00	0,70	33,81	171,85	16,1	23,1	60,9	1,4	0	0	0,91	0,11	0	
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>1020,00</b>	<b>35,86</b>	<b>18,66</b>	<b>33,91</b>	<b>141,51</b>	<b>1026,11</b>	<b>386,05</b>	<b>175,61</b>	<b>619,05</b>	<b>10,38</b>	<b>115,47</b>	<b>360,75</b>	<b>12,09</b>	<b>0,52</b>	<b>22,99</b>	
	Подник																
	Печенье	30,00	1,92	0,00	5,04	20,55	132,21	6,9	3	19,5	0,24	36	39,6	0,3	0,03	0	
377	Чай с лимоном и сахаром № 377, сб.ДеЛи.	200,00	0,13	0,00	0,02	6,56	27,23	2,65	0,73	1,34	0,05	0	0,14	0,01	0	1,12	
	<b>Итого за прием</b>	<b>230,00</b>	<b>2,05</b>	<b>0,00</b>	<b>5,06</b>	<b>27,11</b>	<b>159,44</b>	<b>9,55</b>	<b>3,73</b>	<b>20,84</b>	<b>0,29</b>	<b>36,00</b>	<b>39,74</b>	<b>0,31</b>	<b>0,03</b>	<b>1,12</b>	
	Ужин																
71	Овощи свежие №71 сб.ДеЛи	100,00	0,80	0,00	0,10	1,70	10,00	23	14	24	0,6	0	5	0,1	0,02	3,5	
289	Рагу из птицы №289, сб.ДеЛи, сб.Ф.Л.Марчук 199	250,00	27,07	24,44	31,62	18,42	472,67	42,12	57,76	299,56	3,37	131,38	58,64	1,07	0,18	8,75	
376	Чай с сахаром № 376, сб.ДеЛи	200,00	0,08	0,00	0,02	6,86	26,64	0,21	0	0	0,02	0	0	0	0	0	
	Хлеб пшеничный	60,00	4,74	0,00	0,60	28,98	147,30	13,8	19,8	52,2	1,2	0	0	0,78	0,1	0	
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>670,00</b>	<b>36,65</b>	<b>24,44</b>	<b>33,06</b>	<b>76,00</b>	<b>772,63</b>	<b>100,13</b>	<b>119,76</b>	<b>470,56</b>	<b>7,53</b>	<b>131,38</b>	<b>64,24</b>	<b>2,79</b>	<b>0,41</b>	<b>12,25</b>	
	Второй ужин																
386	Кефир №386, сб.ДеЛи.	180,00	5,12	5,12	5,64	7,06	102,84	211,68	24,7	167,58	0,18	35,28	39,6	0	0,05	1,23	
	<b>Итого за прием</b>	<b>180,00</b>	<b>5,12</b>	<b>5,12</b>	<b>5,64</b>	<b>7,06</b>	<b>102,84</b>	<b>211,68</b>	<b>24,70</b>	<b>167,58</b>	<b>0,18</b>	<b>35,28</b>	<b>39,60</b>	<b>0,00</b>	<b>0,05</b>	<b>1,23</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>99,33</b>	<b>65,91</b>	<b>118,76</b>	<b>343,48</b>	<b>2913,74</b>	<b>982,29</b>	<b>316,73</b>	<b>1701,73</b>	<b>25,47</b>	<b>658,33</b>	<b>883,03</b>	<b>14,00</b>	<b>1,73</b>	<b>62,04</b>	

День: пятница

Неделя: первая

Сезон: летне-осенний

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
			всего	в т.ч. жив.				Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
	Завтрак																
183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы №183, сб. ДеЛи.	200,00	8,41	4,00	9,41	31,51	252,43	152,5	84,92	210	2,43	53,61	79,65	0,51	0,16	0,71	
209	Яйца вареные №209 сб.ДеЛи.	40,00	4,83	4,83	4,37	0,22	59,49	19,8	4,32	69,12	0,9	100	104	0,24	0,02	0	
14	Масло (порциями) №14 сб.ДеЛи.	10,00	0,05	0,05	8,25	0,08	74,75	1,2	0	1,9	0,02	59	65,3	0,1	0	0	
382	Какао с молоком № 382, сб.ДеЛи.	200,00	4,91	4,64	4,82	13,42	116,41	171,85	28,36	138,96	0,62	19,2	35,27	0,01	0,05	0,83	
	Хлеб пшеничный	70,00	5,53	0,00	0,70	33,81	171,85	16,1	23,1	60,9	1,4	0	0	0,91	0,11	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>520,00</b>	<b>23,73</b>	<b>13,52</b>	<b>27,55</b>	<b>79,04</b>	<b>674,92</b>	<b>361,45</b>	<b>140,70</b>	<b>480,88</b>	<b>5,37</b>	<b>231,81</b>	<b>284,22</b>	<b>1,77</b>	<b>0,34</b>	<b>1,54</b>	
	Второй Завтрак																
	Фрукты свежие	200,00	0,73	0,00	0,60	19,60	95,24	25,6	13,5	15,4	3,53	0	8	0,4	0,4	6	
	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,00	0,20	20,20	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4	
	<b>Итого за прием</b>	<b>400,00</b>	<b>1,73</b>	<b>0,00</b>	<b>0,80</b>	<b>39,80</b>	<b>181,72</b>	<b>39,60</b>	<b>21,50</b>	<b>29,40</b>	<b>6,33</b>	<b>0,00</b>	<b>8,00</b>	<b>0,60</b>	<b>0,42</b>	<b>10,00</b>	
	Обед																
27	Салат из свежих помидоров со сладким перцем №27 сб. ДеЛи.	150,00	1,10	0,00	6,10	3,75	74,10	22,71	15,63	22,29	0,78	0	175,16	0,95	0,06	57,5	
89	Щи зеленые №89 сб.ДеЛи	250,00	2,73	0,56	6,63	8,95	114,25	58,75	74,03	104,4	2,08	12,5	32,6	4,3	0,18	19,1	
265	Плов из говядины №265, сб. ДеЛи.	250,00	24,42	19,54	23,67	44,77	498,89	23,23	65	307,25	3,86	0	314,3	4	0,98	1,82	
348	Компот из изюма № 348 сб.ДеЛи	200,00	0,35	0,00	0,00	22,46	87,88	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0	
	Хлеб пшеничный	70,00	5,53	0,00	0,70	33,81	171,85	16,1	23,1	60,9	1,4	0	0	0,91	0,11	0	
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>980,00</b>	<b>38,09</b>	<b>20,10</b>	<b>37,82</b>	<b>133,78</b>	<b>1062,99</b>	<b>142,08</b>	<b>205,96</b>	<b>589,64</b>	<b>10,49</b>	<b>12,50</b>	<b>522,66</b>	<b>11,00</b>	<b>1,44</b>	<b>78,40</b>	
	Полдник																
420	Колбасные изделия запеченные в тесте №420 сб.ДеЛи	75,00	7,19	4,71	10,02	18,75	196,88	16,23	9,4	76,24	1	12,45	33,26	1,03	0,04	0	
377	Чай с лимоном и сахаром № 377, сб.ДеЛи.	200,00	0,13	0,00	0,02	6,56	27,23	2,65	0,73	1,34	0,05	0	0,14	0,01	0	1,12	
	<b>Итого за прием</b>	<b>275,00</b>	<b>7,32</b>	<b>4,71</b>	<b>10,04</b>	<b>25,31</b>	<b>224,11</b>	<b>18,88</b>	<b>10,13</b>	<b>77,58</b>	<b>1,05</b>	<b>12,45</b>	<b>33,40</b>	<b>1,04</b>	<b>0,04</b>	<b>1,12</b>	
	Ужин																
71	Овощи свежие №71 сб.ДеЛи	100,00	1,10	0,00	0,20	3,80	22,00	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	17,5	
229	Рыба, тушенная в томате с овощами №229, сб.ДеЛи.	150,00	16,25	15,42	6,66	6,30	151,23	27,33	30,75	117,13	0,85	6,45	44	3,13	0,82	0,37	
312	Картофельное пюре № 312, сб.ДеЛи.	150,00	3,04	0,68	4,75	20,00	140,36	35,54	28,36	83,1	1,03	21,25	43	0,17	0,1	9,59	
376	Чай с сахаром № 376, сб.ДеЛи	200,00	0,08	0,00	0,02	6,86	26,64	0,21	0	0	0,02	0	0	0	0	0	
	Хлеб пшеничный	60,00	4,74	0,00	0,60	28,98	147,30	13,8	19,8	52,2	1,2	0	0	0,78	0,1	0	
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>720,00</b>	<b>29,17</b>	<b>16,10</b>	<b>12,95</b>	<b>85,98</b>	<b>603,56</b>	<b>111,88</b>	<b>127,11</b>	<b>373,23</b>	<b>6,34</b>	<b>27,70</b>	<b>220,60</b>	<b>5,62</b>	<b>1,19</b>	<b>27,46</b>	
	Второй ужин																
386	Ряженка №386, сб.ДеЛи.	180,00	5,12	5,12	4,41	7,41	88,31	218,74	24,7	162,29	0,18	35,28	39,6	0	0,04	0,53	
	<b>Итого за прием</b>	<b>180,00</b>	<b>5,12</b>	<b>5,12</b>	<b>4,41</b>	<b>7,41</b>	<b>88,31</b>	<b>218,74</b>	<b>24,70</b>	<b>162,29</b>	<b>0,18</b>	<b>35,28</b>	<b>39,60</b>	<b>0,00</b>	<b>0,04</b>	<b>0,53</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>97,55</b>	<b>59,55</b>	<b>93,57</b>	<b>371,32</b>	<b>2835,61</b>	<b>1098,04</b>	<b>333,23</b>	<b>1713,02</b>	<b>25,09</b>	<b>319,74</b>	<b>1108,48</b>	<b>20,03</b>	<b>2,48</b>	<b>99,05</b>	

День: суббота  
Неделя: первая  
Сезон: летне-осенний

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
	Завтрак															
182	Каша жидкая молочная пшеничная №182, сб.Де	200,00	7,38	2,87	8,06	37,13	246,82	132,7	36,1	181,7	1,83	59,5	65,65	0,87	0,14	0,52
15	Сыр(порциями)	25,00	6,27	6,58	6,33	0,00	83,55	250	13,75	150	0,18	52,58	59,5	0,1	0	0,18
14	Масло (порциями) №14 сб.ДеЛи.	10,00	0,05	0,05	8,25	0,08	74,75	1,2	0	1,9	0,02	59	65,3	0,1	0	0
379	Кофейный напиток с молоком №379, сб.ДеЛи.	200,00	3,01	2,90	2,82	13,87	90,40	105,78	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
	Хлеб пшеничный	70,00	5,53	0,00	0,70	33,81	171,85	16,1	23,1	60,9	1,4	0	0	0,91	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>505,00</b>	<b>22,24</b>	<b>12,40</b>	<b>26,16</b>	<b>84,89</b>	<b>667,37</b>	<b>505,78</b>	<b>85,13</b>	<b>472,80</b>	<b>3,54</b>	<b>183,08</b>	<b>212,45</b>	<b>1,98</b>	<b>0,28</b>	<b>1,22</b>
	Второй Завтрак															
	Фрукты свежие	200,00	0,73	0,00	0,60	19,60	95,24	25,6	13,5	15,4	3,53	0	8	0,4	0,4	6
	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,00	0,20	20,20	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
	<b>Итого за прием</b>	<b>400,00</b>	<b>1,73</b>	<b>0,00</b>	<b>0,80</b>	<b>39,80</b>	<b>181,72</b>	<b>39,60</b>	<b>21,50</b>	<b>29,40</b>	<b>6,33</b>	<b>0,00</b>	<b>8,00</b>	<b>0,60</b>	<b>0,42</b>	<b>10,00</b>
	Обед															
29	Салат из сырых овощей №29 сб.ДеЛи	150,00	1,10	0,00	6,40	3,78	73,90	25,43	18,84	35,62	6,63	0	353,1	0,55	0,03	13,21
102	Суп картофельный с бобовыми с сухариками №	250,00	5,78	0,00	4,22	18,65	143,79	29,13	33,11	81,29	1,96	0	201,95	1,86	0,21	4,95
281	Биточки паровые № 281, сб.ДеЛи.	120,00	16,99	15,40	16,57	10,26	260,64	13,26	26,14	182,92	2,78	27,76	31,34	0,68	0,08	0
203	Макароны отвар. с маслом	150,00	8,30	5,11	12,08	26,87	255,80	152,06	11,9	0	0,8	0	0	0	0	0,12
349	Компот из смеси сухофруктов №349, сб.ДеЛи.	220,00	0,58	0,00	0,07	20,04	79,10	15,36	9,15	0	0,95	0	0	0	0,08	0,31
	Хлеб пшеничный	18,00	1,44	0,00	0,18	8,79	44,68	4,19	6	15,83	0,36	0	0	0,24	0,03	0
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>968,00</b>	<b>38,15</b>	<b>20,51</b>	<b>40,24</b>	<b>108,43</b>	<b>973,94</b>	<b>260,43</b>	<b>133,34</b>	<b>410,46</b>	<b>15,82</b>	<b>27,76</b>	<b>586,99</b>	<b>4,17</b>	<b>0,54</b>	<b>18,59</b>
	Полдник															
410	Ватрушка с творогом	50,00	5,53	3,18	3,65	18,18	130,68	27,27	6,86	54,16	0,42	14,89	36,81	0,56	0,03	0,03
377	Чай с лимоном и сахаром № 377, сб. ДелиПринт	200,00	0,13	0,00	0,02	6,56	27,23	2,65	0,73	1,34	0,05	0	0,14	0,01	0	1,12
	<b>Итого за прием</b>	<b>250,00</b>	<b>5,66</b>	<b>3,18</b>	<b>3,67</b>	<b>24,74</b>	<b>157,91</b>	<b>29,92</b>	<b>7,59</b>	<b>55,50</b>	<b>0,47</b>	<b>14,89</b>	<b>36,95</b>	<b>0,57</b>	<b>0,03</b>	<b>1,15</b>
	Ужин															
71	Овощи свежие №71 сб.ДеЛи	100,00	0,80	0,00	0,10	1,70	10,00	23	14	24	0,6	0	5	0,1	0,02	3,5
287	Голубцы ленивые №287, сб.ДеЛи.	250,00	13,95	11,63	14,94	14,20	253,24	67,63	37,07	175,45	2,52	16,88	47,93	2,25	0,08	18,89
378	Чай с сахаром и молоком №378, сб.ДеЛи.	200,00	1,50	1,42	1,59	9,16	55,33	58,4	6,65	41,85	0,07	10	11	0	0,02	0,26
	Хлеб пшеничный	60,00	4,74	0,00	0,60	28,98	147,30	13,8	19,8	52,2	1,2	0	0	0,78	0,1	0
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>670,00</b>	<b>24,95</b>	<b>13,05</b>	<b>17,95</b>	<b>74,08</b>	<b>581,90</b>	<b>183,83</b>	<b>105,72</b>	<b>388,30</b>	<b>6,73</b>	<b>26,88</b>	<b>64,53</b>	<b>3,97</b>	<b>0,33</b>	<b>22,65</b>
	Второй ужин															
1	Йогурт	180,00	6,94	7,38	2,38	9,66	91,80	196,42	23,49	148,77	0,16	10,8	18	0	0,04	0,43
	<b>Итого за прием</b>	<b>180,00</b>	<b>6,94</b>	<b>7,38</b>	<b>2,38</b>	<b>9,66</b>	<b>91,80</b>	<b>196,42</b>	<b>23,49</b>	<b>148,77</b>	<b>0,16</b>	<b>10,80</b>	<b>18,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,04</b>	<b>0,43</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>104,33</b>	<b>56,52</b>	<b>99,36</b>	<b>341,60</b>	<b>2654,64</b>	<b>1215,98</b>	<b>376,77</b>	<b>1505,23</b>	<b>24,50</b>	<b>263,41</b>	<b>1021,73</b>	<b>11,29</b>	<b>1,64</b>	<b>54,04</b>

День: воскресенье

Неделя: первая

Сезон: летне-осенний

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.				Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак															
204	Макаронные изделия отварные с сыром №14	200,00	11,07	5,11	16,11	35,83	341,07	202,74	15,86	155,72	1,06	120,87	136,56	1,1	0,08	0,16
14	Масло (порциями) №14 сб.ДеЛи.	10,00	0,05	0,05	8,25	0,08	74,75	1,2	0	1,9	0,02	59	65,3	0,1	0	0
382	Какао с молоком № 382, сб.ДеЛи.	200,00	4,91	4,64	4,82	13,42	116,41	171,85	28,36	138,96	0,62	19,2	35,27	0,01	0,05	0,83
	Хлеб пшеничный	70,00	5,53	0,00	0,70	33,81	171,85	16,1	23,1	60,9	1,4	0	0	0,91	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>480,00</b>	<b>21,56</b>	<b>9,80</b>	<b>29,88</b>	<b>83,14</b>	<b>704,08</b>	<b>391,89</b>	<b>67,32</b>	<b>357,48</b>	<b>3,10</b>	<b>199,07</b>	<b>237,13</b>	<b>2,12</b>	<b>0,24</b>	<b>0,99</b>
	Второй Завтрак															
	Фрукты свежие	200,00	0,73	0,00	0,60	19,60	95,24	25,6	13,5	15,4	3,53	0	8	0,4	0,4	6
	Сок фруктовый	200,00	0,60	0,00	0,40	32,60	134,08	40	18	24	0,8	0	0	0,4	0,04	4
	<b>Итого за прием</b>	<b>400,00</b>	<b>1,33</b>	<b>0,00</b>	<b>1,00</b>	<b>52,20</b>	<b>229,32</b>	<b>65,60</b>	<b>31,50</b>	<b>39,40</b>	<b>4,33</b>	<b>0,00</b>	<b>8,00</b>	<b>0,80</b>	<b>0,44</b>	<b>10,00</b>
	Обед															
20	Салат из свежих огурцов №20 сб.ДеЛи	150,00	0,75	0,00	6,02	2,35	66,60	22,23	13,19	3,96	0,57	0	9,39	0,36	0,03	4,69
99	Суп из овощей, со сметаной №99 сб.ДеЛи	250,00	1,83	0,00	3,93	10,64	89,78	21,24	20,4	47,64	0,75	0	205,85	1,8	0,08	8,5
260	Гуляш №260, сб.ДеЛи.	120,00	13,84	13,26	14,86	2,91	201,90	10,94	20,28	145,51	2,15	0	16	2,17	0,03	0,37
303	Каша пшеничная вязкая №303 сб.ДеЛи	150,00	8,61	0,02	6,29	37,59	259,84	14,08	132,1	193,7	4,53	28,91	34,07	0,62	0,25	0
352	Кисель из яблок	200,00	0,54	0,00	0,60	125,46	596,00	57,3	18,2	0	2,84	0	0	0	0	9,15
	Хлеб пшеничный	70,00	5,53	0,00	0,70	33,81	171,85	16,1	23,1	60,9	1,4	0	0	0,91	0,11	0
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>1000,00</b>	<b>35,06</b>	<b>13,28</b>	<b>33,12</b>	<b>232,80</b>	<b>1502,00</b>	<b>162,89</b>	<b>255,47</b>	<b>546,51</b>	<b>14,58</b>	<b>28,91</b>	<b>265,91</b>	<b>6,70</b>	<b>0,61</b>	<b>22,71</b>
	Полдник															
	Вафли	30,00	0,84	0,00	0,33	23,19	103,33	4,8	3	10,8	0,45	0,6	3,64	0,21	0	0
385	Молоко кипяченое №385, сб.ДелиПринт 20	200,00	5,45	5,80	6,16	8,55	110,35	211,2	24,36	156,6	0,17	36	66	0,2	0,06	1,04
	<b>Итого за прием</b>	<b>230,00</b>	<b>6,29</b>	<b>5,80</b>	<b>6,49</b>	<b>31,74</b>	<b>213,68</b>	<b>216,00</b>	<b>27,36</b>	<b>167,40</b>	<b>0,62</b>	<b>36,60</b>	<b>69,64</b>	<b>0,41</b>	<b>0,06</b>	<b>1,04</b>
	Ужин															
71	Овощи свежие №71 сб.ДеЛи	100,00	0,80	0,00	0,10	1,70	10,00	23	14	24	0,6	0	5	0,1	0,02	3,5
234	Биточки рыбные №234 сб.ДеЛи	120,00	13,73	10,91	13,64	15,74	244,23	54,27	35,46	193,3	1,28	20,45	75,09	5,18	0,13	1,15
310	Картофель отварной №310, сб.ДеЛи.	150,00	2,90	0,02	5,22	22,01	153,05	14,27	31,27	79,91	1,23	33,25	42,17	0,21	0,13	6,04
376	Чай с сахаром № 376, сб.ДеЛи	200,00	0,08	0,00	0,02	6,86	26,64	0,21	0	0	0,02	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	39,00	3,07	0,00	0,39	18,78	95,47	8,94	12,83	33,83	0,78	0	0	0,51	0,07	0
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>669,00</b>	<b>24,54</b>	<b>10,93</b>	<b>20,09</b>	<b>85,13</b>	<b>645,42</b>	<b>121,69</b>	<b>121,76</b>	<b>425,84</b>	<b>6,25</b>	<b>53,70</b>	<b>122,86</b>	<b>6,84</b>	<b>0,46</b>	<b>10,69</b>
	Второй ужин															
386	Кефир №386, сб.ДеЛи.	180,00	5,12	5,12	5,64	7,06	102,84	211,68	24,7	167,58	0,18	35,28	39,6	0	0,05	1,23
	<b>Итого за прием</b>	<b>180,00</b>	<b>5,12</b>	<b>5,12</b>	<b>5,64</b>	<b>7,06</b>	<b>102,84</b>	<b>211,68</b>	<b>24,70</b>	<b>167,58</b>	<b>0,18</b>	<b>35,28</b>	<b>39,60</b>	<b>0,00</b>	<b>0,05</b>	<b>1,23</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>93,90</b>	<b>44,93</b>	<b>96,22</b>	<b>492,07</b>	<b>3397,34</b>	<b>1169,75</b>	<b>316,61</b>	<b>1704,21</b>	<b>16,60</b>	<b>353,56</b>	<b>743,14</b>	<b>16,87</b>	<b>1,86</b>	<b>47,73</b>



День: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: летне-осенний

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры,	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак															
120	Суп молочный с макаронными изделиями №120 сб	200,00	4,39	2,91	4,16	15,53	118,33	108,5	14,41	90,67	0,32	17,66	32,45	0,26	0,05	0,52
14	Масло (порциями) №14 сб.ДеЛи.	10,00	0,05	0,05	8,25	0,08	74,75	1,2	0	1,9	0,02	59	65,3	0,1	0	0
15	Сыр (порциями) №15, сб.ДеЛи.	25,00	6,27	6,58	6,33	0,00	83,55	250	13,75	150	0,18	52,58	59,5	0,1	0	0,18
379	Кофейный напиток с молоком №379, сб.ДеЛи.	200,00	3,01	2,90	2,82	13,87	90,40	105,78	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
	Хлеб пшеничный	70,00	5,53	0,00	0,70	33,81	171,85	16,1	23,1	60,9	1,4	0	0	0,91	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>505,00</b>	<b>19,25</b>	<b>12,44</b>	<b>22,26</b>	<b>63,29</b>	<b>538,88</b>	<b>481,58</b>	<b>63,44</b>	<b>381,77</b>	<b>2,03</b>	<b>141,24</b>	<b>179,25</b>	<b>1,37</b>	<b>0,19</b>	<b>1,22</b>
	Второй завтрак															
	Конфеты	25,00	0,37	0,00	1,80	20,45	267,15	4,5	6,75	27,7	9,89	0	0	0	0	0
	Фрукты свежие	200,00	0,73	0,00	0,60	19,60	95,24	25,6	13,5	15,4	3,53	0	8	0,4	0,4	6
	Сок фруктовый	200,00	0,60	0,00	0,40	32,60	134,08	40	18	24	0,8	0	0	0,4	0,04	4
	<b>Итого за прием</b>	<b>425,00</b>	<b>1,70</b>	<b>0,00</b>	<b>1,80</b>	<b>72,05</b>	<b>229,32</b>	<b>70,10</b>	<b>38,25</b>	<b>39,40</b>	<b>14,31</b>	<b>0,00</b>	<b>8,00</b>	<b>0,80</b>	<b>0,44</b>	<b>10,00</b>
	Обед															
49	Салат витаминный №49 сб.ДеЛи	150,00	1,57	0,00	6,02	8,79	95,70	31,96	16,64	33,86	0,57	0	377	16	0,05	32,9
83	Борщ с картофелем №83 сб.ДеЛи	250,00	2,43	0,31	6,40	15,30	133,46	37,41	29,23	69,4	1,29	18,38	237,38	1,9	0,09	14,88
259	Жаркое по-домашнему №259 сб.ДеЛи	230,00	19,54	16,12	20,78	26,35	378,61	28,97	57,66	259,83	3,93	45,59	91,18	0,75	0,14	3,77
349	Компот из смеси сухофруктов №349, сб.ДеЛи.	220,00	0,58	0,00	0,07	20,04	79,10	15,36	9,15	0	0,95	0	0	0	0,08	0,31
	Хлеб пшеничный	70,00	5,53	0,00	0,70	33,81	171,85	16,1	23,1	60,9	1,4	0	0	0,91	0,11	0
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>980,00</b>	<b>33,61</b>	<b>16,43</b>	<b>34,69</b>	<b>124,33</b>	<b>974,75</b>	<b>150,80</b>	<b>163,98</b>	<b>518,79</b>	<b>10,48</b>	<b>63,97</b>	<b>706,16</b>	<b>20,40</b>	<b>0,58</b>	<b>51,86</b>
	Полдник															
222	Пудинг из творога со сгущенным молоком №222 сб	120,00	16,22	14,80	12,54	31,29	301,24	151,5	22,71	171,27	0,6	80,61	97,35	0,49	0,04	0,16
376	Чай с сахаром № 376, сб.ДеЛи плюс 201 г.	200,00	0,08	0,00	0,02	6,86	26,64	0,21	0	0	0,02	0	0	0	0	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>320,00</b>	<b>16,30</b>	<b>14,80</b>	<b>12,56</b>	<b>38,15</b>	<b>327,88</b>	<b>151,71</b>	<b>22,71</b>	<b>171,27</b>	<b>0,62</b>	<b>80,61</b>	<b>97,35</b>	<b>0,49</b>	<b>0,04</b>	<b>0,16</b>
	Ужин															
71	Овощи свежие №71 сб.ДеЛи	100,00	1,10	0,00	0,20	3,80	22,00	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	17,5
243	Сосиски отварные №243, сб.Дели.	85,00	8,33	8,87	18,12	0,65	199,00	19,15	11,1	103,5	1,33	15,05	27,75	0,47	0,02	0
312	Картофельное пюре № 312, сб.ДеЛи.	150,00	3,04	0,68	4,75	20,00	140,36	35,54	28,36	83,1	1,03	21,25	43	0,17	0,1	9,59
377	Чай с лимоном и сахаром № 377, сб. Дели	200,00	0,13	0,00	0,02	6,56	27,23	2,65	0,73	1,34	0,05	0	0,14	0,01	0	1,12
	Хлеб пшеничный	60,00	4,74	0,00	0,60	28,98	147,30	13,8	19,8	52,2	1,2	0	0	0,78	0,1	0
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>655,00</b>	<b>21,30</b>	<b>9,55</b>	<b>24,41</b>	<b>80,03</b>	<b>651,91</b>	<b>106,14</b>	<b>108,19</b>	<b>360,94</b>	<b>6,85</b>	<b>36,30</b>	<b>204,49</b>	<b>2,97</b>	<b>0,39</b>	<b>28,21</b>
	Второй ужин															
386	Ряженка №386, сб.ДеЛи.	180,00	5,12	5,12	4,41	7,41	88,31	218,74	24,7	162,29	0,18	35,28	39,6	0	0,04	0,53
	<b>Итого за прием</b>	<b>180,00</b>	<b>5,12</b>	<b>5,12</b>	<b>4,41</b>	<b>7,41</b>	<b>88,31</b>	<b>218,74</b>	<b>24,70</b>	<b>162,29</b>	<b>0,18</b>	<b>35,28</b>	<b>39,60</b>	<b>0,00</b>	<b>0,04</b>	<b>0,53</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>97,28</b>	<b>58,34</b>	<b>100,13</b>	<b>385,26</b>	<b>2811,05</b>	<b>1179,07</b>	<b>336,21</b>	<b>1634,46</b>	<b>19,00</b>	<b>357,40</b>	<b>1068,05</b>	<b>16,64</b>	<b>1,68</b>	<b>91,98</b>

День: вторник  
Неделя: вторая  
Сезон: летне-осенний

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
	<b>Завтрак</b>															
181	Каша жидкая молочная из манной крупы №181	200,00	5,88	2,81	7,70	29,94	214,67	119,5	17,67	101,5	0,41	59,5	65,65	0,62	0,06	0,21
209	Яйца вареные №209 сб.ДеЛи.	40,00	4,83	4,83	4,37	0,22	59,49	19,8	4,32	69,12	0,9	100	104	0,24	0,02	0
14	Масло (порциями) №14, сб.ДеЛи.	10,00	0,05	0,05	8,25	0,08	74,75	1,2	0	1,9	0,02	59	65,3	0,1	0	0
377	Чай с лимоном и сахаром № 377, сб. Дели	200,00	0,13	0,00	0,02	6,56	27,23	2,65	0,73	1,34	0,05	0	0,14	0,01	0	1,12
	Хлеб пшеничный	70,00	5,53	0,00	0,70	33,81	171,85	16,1	23,1	60,9	1,4	0	0	0,91	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>520,00</b>	<b>16,42</b>	<b>7,69</b>	<b>21,04</b>	<b>70,61</b>	<b>547,98</b>	<b>159,25</b>	<b>45,82</b>	<b>234,76</b>	<b>2,78</b>	<b>218,50</b>	<b>235,09</b>	<b>1,88</b>	<b>0,19</b>	<b>1,33</b>
	<b>Второй Завтрак</b>															
	Фрукты свежие	200,00	0,73	0,00	0,60	19,60	95,24	25,6	13,5	15,4	3,53	0	8	0,4	0,4	6
	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,00	0,20	20,20	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
	<b>Итого за прием</b>	<b>400,00</b>	<b>1,73</b>	<b>0,00</b>	<b>0,80</b>	<b>39,80</b>	<b>181,72</b>	<b>39,60</b>	<b>21,50</b>	<b>29,40</b>	<b>6,33</b>	<b>0,00</b>	<b>8,00</b>	<b>0,60</b>	<b>0,42</b>	<b>10,00</b>
	<b>Обед</b>															
24	Салат из свежих помидоров и огурцов №24, сб.	150,00	0,96	0,00	6,08	3,65	70,70	19	16,04	33,92	0,74	0	66,54	0,39	0,04	8,25
103	Суп картофельный с макаронными изделиями №	250,00	2,14	1,08	2,27	14,25	89,16	8,77	13,57	31,32	0,5	0	165,2	0,98	0,05	3,89
294	Котлеты рубленые из птицы №294 сб.ДеЛи	130,00	18,28	15,38	25,65	16,79	375,39	21,21	25,88	154,5	2,15	80	97,88	4,23	0,11	0,32
143	Рагу овощное №143 сб.ДеЛи	200,00	3,89	0,04	7,83	21,35	180,87	62,13	44,72	105,64	1,64	50,41	90,77	0,56	0,13	31,65
348	Компот из кураги №348, сб.ДеЛи.	220,00	1,06	0,00	0,06	20,75	91,57	30,37	19,1	25,99	0,63	0	128,26	1,21	0,01	0,14
	Хлеб пшеничный	70,00	5,53	0,00	0,70	33,81	171,85	16,1	23,1	60,9	1,4	0	0	0,91	0,11	0
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>1080,00</b>	<b>35,82</b>	<b>16,50</b>	<b>43,31</b>	<b>130,64</b>	<b>1095,57</b>	<b>178,58</b>	<b>170,61</b>	<b>507,07</b>	<b>9,40</b>	<b>130,41</b>	<b>549,25</b>	<b>9,12</b>	<b>0,56</b>	<b>44,25</b>
	<b>Полдник</b>															
420	Колбасные изделия запеченные в тесте №420 сб.	75,00	7,19	4,71	10,02	18,75	196,88	16,23	9,4	76,24	1	12,45	33,26	1,03	0,04	0
385	Молоко кипяченое	200,00	5,45	5,80	6,16	8,55	110,35	211,2	24,36	156,6	0,17	36	66	0,2	0,06	1,04
	<b>Итого за прием</b>	<b>275,00</b>	<b>12,64</b>	<b>10,51</b>	<b>16,18</b>	<b>27,30</b>	<b>307,23</b>	<b>227,43</b>	<b>33,76</b>	<b>232,84</b>	<b>1,17</b>	<b>48,45</b>	<b>99,26</b>	<b>1,23</b>	<b>0,10</b>	<b>1,04</b>
	<b>Ужин</b>															
71	Овощи свежие №71 сб.ДеЛи	100,00	0,80	0,00	0,10	1,70	10,00	23	14	24	0,6	0	5	0,1	0,02	3,5
239	Тефтели рыбные в соусе №239, сб.ДеЛи.	120,00	9,49	7,49	10,74	14,58	196,37	24,58	18,99	69,34	0,69	19,83	94,25	4,14	0,06	1,22
304	Рис отварной №304 сб.ДеЛи	150,00	3,65	0,05	5,39	36,68	209,70	1,37	16,34	60,95	0,53	0	30,45	0,28	0,03	0
376	Чай с сахаром № 376, сб.ДеЛи	200,00	0,08	0,00	0,02	6,86	26,64	0,21	0	0	0,02	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	43,00	3,37	0,00	0,43	20,62	104,83	9,82	14,09	37,15	0,85	0	0	0,56	0,07	0
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>673,00</b>	<b>21,35</b>	<b>7,54</b>	<b>17,40</b>	<b>100,48</b>	<b>663,57</b>	<b>79,98</b>	<b>91,62</b>	<b>286,24</b>	<b>5,03</b>	<b>19,83</b>	<b>130,30</b>	<b>5,92</b>	<b>0,29</b>	<b>4,72</b>
	<b>Второй ужин</b>															
	Йогурт	180,00	5,78	6,15	1,98	8,05	76,50	163,68	19,58	123,98	0,13	9	15	0	0,03	0,36
	<b>Итого за прием</b>	<b>180,00</b>	<b>5,78</b>	<b>6,15</b>	<b>1,98</b>	<b>8,05</b>	<b>76,50</b>	<b>163,68</b>	<b>19,58</b>	<b>123,98</b>	<b>0,13</b>	<b>9,00</b>	<b>15,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0,36</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>93,74</b>	<b>48,39</b>	<b>100,71</b>	<b>376,88</b>	<b>2872,57</b>	<b>848,52</b>	<b>382,89</b>	<b>1414,29</b>	<b>19,05</b>	<b>426,19</b>	<b>1036,90</b>	<b>18,75</b>	<b>1,59</b>	<b>61,70</b>

День: среда

Неделя: вторая

Сезон: летне-осенний

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г	Углев о-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
	Завтрак															
182	Каша жидкая молочная из рисовой крупы №182 сб.ДеЛ	200,00	7,38	2,87	8,06	37,13	246,82	132,7	36,1	181,7	1,83	59,5	65,65	0,87	0,14	0,52
14	Масло (порциями) №14, сб.ДеЛи.	10,00	0,05	0,05	8,25	0,08	74,75	1,2	0	1,9	0,02	59	65,3	0,1	0	0
15	Сыр (порциями) №15 сб.ДеЛи.	25,00	6,27	6,58	6,33	0,00	83,55	250	13,75	150	0,18	52,58	59,5	0,1	0	0,18
379	Кофейный напиток с молоком №379, сб.ДеЛи.	200,00	3,01	2,90	2,82	13,87	90,40	105,78	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
	Хлеб пшеничный	70,00	5,53	0,00	0,70	33,81	171,85	16,1	23,1	60,9	1,4	0	0	0,91	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>505,00</b>	<b>22,24</b>	<b>12,40</b>	<b>26,16</b>	<b>84,89</b>	<b>667,37</b>	<b>505,78</b>	<b>85,13</b>	<b>472,80</b>	<b>3,54</b>	<b>183,08</b>	<b>212,45</b>	<b>1,98</b>	<b>0,28</b>	<b>1,22</b>
	Второй Завтрак															
	Фрукты свежие	200,00	0,73	0,00	0,60	19,60	95,24	25,6	13,5	15,4	3,53	0	8	0,4	0,4	6
	Сок фруктовый №389, сб.ДелиПринт	200,00	0,60	0,00	0,40	32,60	134,08	40	18	24	0,8	0	0	0,4	0,04	4
	<b>Итого за прием</b>	<b>400,00</b>	<b>1,33</b>	<b>0,00</b>	<b>1,00</b>	<b>52,20</b>	<b>229,32</b>	<b>65,60</b>	<b>31,50</b>	<b>39,40</b>	<b>4,33</b>	<b>0,00</b>	<b>8,00</b>	<b>0,80</b>	<b>0,44</b>	<b>10,00</b>
	Обед															
45	Салат из белокачанной капусты №45 сб, ДеЛи	150,00	2,15	0,00	1,75	13,66	82,48	53,66	21,76	39,5	0,74	0	303,55	1,01	0,04	21,62
104	Суп картофельный с мясными фрикадельками № 10	250,00	8,39	6,58	3,19	15,32	128,65	20,55	16,65	108,2	1,01	7,12	177,6	1,24	0,09	1,9
267	Шницель натуральный рубленый №267 сб.ДеЛи	120,00	15,77	13,30	23,70	17,43	350,44	14,27	25,97	162,75	2,61	37,62	48,98	3,86	0,03	0
303	Каша гречневая вязкая №303, сб.ДеЛи.	150,00	8,61	0,02	6,29	37,59	259,84	14,08	132,1	193,7	4,53	28,91	34,07	0,62	0,25	0
349	Компот из смеси сухофруктов №349, сб.ДеЛи.	220,00	0,58	0,00	0,07	20,04	79,10	15,36	9,15	0	0,95	0	0	0	0,08	0,31
	Хлеб пшеничный	70,00	5,53	0,00	0,70	33,81	171,85	16,1	23,1	60,9	1,4	0	0	0,91	0,11	0
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>1020,00</b>	<b>44,99</b>	<b>19,90</b>	<b>36,42</b>	<b>157,89</b>	<b>1188,39</b>	<b>155,02</b>	<b>256,93</b>	<b>659,85</b>	<b>13,58</b>	<b>73,65</b>	<b>564,80</b>	<b>8,48</b>	<b>0,71</b>	<b>23,83</b>
	Полдник															
219	Сырники из творога со сгущенным молоком №219,	170,00	31,30	30,91	23,03	30,20	459,10	288,69	41,09	343,19	0,89	122,03	188,22	0,88	0,07	0,37
378	Чай с сахаром и молоком №378, сб.ДеЛи.	200,00	1,50	1,42	1,73	9,16	56,66	58,4	6,65	41,85	0,07	15	16,5	0,05	0,02	0,26
	<b>Итого за прием</b>	<b>370,00</b>	<b>32,80</b>	<b>32,33</b>	<b>24,76</b>	<b>39,36</b>	<b>515,76</b>	<b>347,09</b>	<b>47,74</b>	<b>385,04</b>	<b>0,96</b>	<b>137,03</b>	<b>204,72</b>	<b>0,93</b>	<b>0,09</b>	<b>0,63</b>
	Ужин															
71	Овощи свежие №71 сб.ДеЛи	100,00	0,80	0,00	0,10	1,70	10,00	23	14	24	0,6	0	5	0,1	0,02	3,5
289	Рагу из птицы №289, сб.ДеЛи, сб.Ф.Л.Марчук 1996г	250,00	27,07	24,44	31,62	18,42	472,67	42,12	57,76	299,56	3,37	131,38	586,42	1,07	0,18	8,75
376	Чай с сахаром № 376, сб.ДеЛи	200,00	0,08	0,00	0,02	6,86	26,64	0,21	0	0	0,02	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	60,00	4,74	0,00	0,60	28,98	147,30	13,8	19,8	52,2	1,2	0	0	0,78	0,1	0
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>670,00</b>	<b>36,65</b>	<b>24,44</b>	<b>33,06</b>	<b>76,00</b>	<b>772,63</b>	<b>100,13</b>	<b>119,76</b>	<b>470,56</b>	<b>7,53</b>	<b>131,38</b>	<b>592,02</b>	<b>2,79</b>	<b>0,41</b>	<b>12,25</b>
	Второй ужин															
386	Кефир №386, сб. ДеЛи.	180,00	5,12	5,12	5,64	7,06	102,84	211,68	24,7	167,58	0,18	35,28	39,6	0	0,05	1,23
	<b>Итого за прием</b>	<b>180,00</b>	<b>5,12</b>	<b>5,12</b>	<b>5,64</b>	<b>7,06</b>	<b>102,84</b>	<b>211,68</b>	<b>24,70</b>	<b>167,58</b>	<b>0,18</b>	<b>35,28</b>	<b>39,60</b>	<b>0,00</b>	<b>0,05</b>	<b>1,23</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>101,67</b>	<b>94,19</b>	<b>105,77</b>	<b>405,31</b>	<b>3097,28</b>	<b>1385,30</b>	<b>362,91</b>	<b>2056,53</b>	<b>20,81</b>	<b>560,42</b>	<b>1104,06</b>	<b>14,98</b>	<b>1,98</b>	<b>49,16</b>

День: четверг  
 Неделя: вторая  
 Сезон: летне-осенний

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
	Завтрак															
120	Суп молочный с макаронными изделиями №120 с	200,00	4,39	2,91	4,16	15,53	118,33	108,5	14,41	90,67	0,32	17,66	32,45	0,26	0,05	0,52
209	Яйца вареные №209 сб ДелиПринт 2015	40,00	4,83	4,83	4,37	0,22	59,49	19,8	4,32	69,12	0,9	100	104	0,24	0,02	0
14	Масло (порциями) №14, сб.ДеЛи.	10,00	0,05	0,05	8,25	0,08	74,75	1,2	0	1,9	0,02	59	65,3	0,1	0	0
382	Какао с молоком № 382, сб.ДеЛи.	200,00	4,91	4,64	4,82	13,42	116,41	171,85	28,36	138,96	0,62	19,2	35,27	0,01	0,05	0,83
	Хлеб пшеничный	70,00	5,53	0,00	0,70	33,81	171,85	16,1	23,1	60,9	1,4	0	0	0,91	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>520,00</b>	<b>19,71</b>	<b>12,43</b>	<b>22,30</b>	<b>63,06</b>	<b>540,82</b>	<b>317,45</b>	<b>70,19</b>	<b>361,55</b>	<b>3,26</b>	<b>195,86</b>	<b>237,02</b>	<b>1,52</b>	<b>0,23</b>	<b>1,35</b>
	Второй Завтрак															
	Фрукты свежие	200,00	0,73	0,00	0,60	19,60	95,24	25,6	13,5	15,4	3,53	0	8	0,4	0,4	6
	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,00	0,20	20,20	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
	<b>Итого за прием</b>	<b>400,00</b>	<b>1,73</b>	<b>0,00</b>	<b>0,80</b>	<b>39,80</b>	<b>181,72</b>	<b>39,60</b>	<b>21,50</b>	<b>29,40</b>	<b>6,33</b>	<b>0,00</b>	<b>8,00</b>	<b>0,60</b>	<b>0,42</b>	<b>10,00</b>
	Обед															
52	Салат из свеклы отварной №52 сб.ДеЛи	150,00	1,43	0,00	1,40	8,65	56,26	35,55	20,93	40,96	1,33	0	1,94	0,77	0,02	9,5
102	Суп картофельный с бобовыми с сухариками №10	250,00	5,78	0,00	4,22	18,65	143,79	29,13	33,11	81,29	1,96	0	201,95	1,86	0,21	4,95
287	Голубцы ленивые №287, сб.ДеЛи.	250,00	13,95	11,63	14,94	14,20	253,24	67,63	37,07	175,45	2,52	16,88	47,93	2,25	0,08	18,89
355	Кисель из кураги №355 сб.ДеЛи	220,00	1,09	0,00	0,06	27,25	119,11	34,75	20,1	34,57	0,64	0	127,6	1,21	0,12	0,35
	Хлеб пшеничный	20,00	1,58	0,00	0,02	9,66	49,10	4,6	6,6	17,4	0,4	0	0	0,26	0,03	0
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>950,00</b>	<b>27,79</b>	<b>11,63</b>	<b>21,36</b>	<b>98,45</b>	<b>737,53</b>	<b>192,66</b>	<b>146,01</b>	<b>444,47</b>	<b>9,19</b>	<b>16,88</b>	<b>380,02</b>	<b>7,19</b>	<b>0,57</b>	<b>33,69</b>
	Полдник															
	Пряник порционный	40,00	2,37	0,00	1,89	30,00	142,05	3,87	3,14	17,41	0,27	0	0	0,96	0,02	0
385	Молоко кипяченое №385, сб.ДелиПринт 2015	200,00	5,45	5,80	6,16	8,55	110,35	211,2	24,36	156,6	0,17	36	66	0,2	0,06	1,04
	<b>Итого за прием</b>	<b>240,00</b>	<b>7,82</b>	<b>5,80</b>	<b>8,05</b>	<b>38,55</b>	<b>252,40</b>	<b>215,07</b>	<b>27,50</b>	<b>174,01</b>	<b>0,44</b>	<b>36,00</b>	<b>66,00</b>	<b>1,16</b>	<b>0,08</b>	<b>1,04</b>
	Ужин															
71	Овощи свежие №71 сб.ДеЛи	100,00	1,10	0,00	0,20	3,80	22,00	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	17,5
229	Рыба, тушеная в томате с овощами №229, сб.ДеЛ	150,00	16,25	15,42	6,66	6,30	151,23	27,33	30,75	117,13	0,85	6,45	440,27	3,13	0,82	0,37
310	Картофель отварной №310, сб.ДеЛи.	150,00	2,90	0,02	5,22	22,01	153,05	14,27	31,27	79,91	1,23	33,25	42,17	0,21	0,13	6,04
376	Чай с сахаром № 376, сб.ДеЛи	200,00	0,08	0,00	0,02	6,86	26,64	0,21	0	0	0,02	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	60,00	4,74	0,00	0,60	28,98	147,30	13,8	19,8	52,2	1,2	0	0	0,78	0,1	0
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>720,00</b>	<b>29,03</b>	<b>15,44</b>	<b>13,42</b>	<b>87,99</b>	<b>616,25</b>	<b>90,61</b>	<b>130,02</b>	<b>370,04</b>	<b>6,54</b>	<b>39,70</b>	<b>616,04</b>	<b>5,66</b>	<b>1,22</b>	<b>23,91</b>
	Второй ужин															
386	Ряженка №386, сб.ДеЛи.	180,00	5,12	5,12	4,41	7,41	88,31	218,74	24,7	162,29	0,18	35,28	39,6	0	0,04	0,53
	<b>Итого за прием</b>	<b>180,00</b>	<b>5,12</b>	<b>5,12</b>	<b>4,41</b>	<b>7,41</b>	<b>88,31</b>	<b>218,74</b>	<b>24,70</b>	<b>162,29</b>	<b>0,18</b>	<b>35,28</b>	<b>39,60</b>	<b>0,00</b>	<b>0,04</b>	<b>0,53</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>91,20</b>	<b>50,42</b>	<b>70,34</b>	<b>335,26</b>	<b>2417,03</b>	<b>1074,13</b>	<b>319,92</b>	<b>1541,76</b>	<b>25,94</b>	<b>323,72</b>	<b>1046,68</b>	<b>16,13</b>	<b>1,56</b>	<b>70,52</b>

День: пятница

Неделя: вторая

Сезон: летне-осенний

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак															
210	Омлет натуральный №210 сб.ДеЛи	210,00	19,22	19,22	24,33	3,39	308,88	131,3	22,2	292,3	3,28	272,1	473,78	1,01	0,09	0,29
14	Масло (порциями) №14 сб.ДеЛи.	10,00	0,05	0,05	8,25	0,08	74,75	1,2	0	1,9	0,02	59	65,3	0,1	0	0
71	Овощи свежие №71 сб.ДеЛи	100,00	1,10	0,00	0,20	3,80	22,00	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	17,5
379	Кофейный напиток с молоком №379,сб.ДеЛи.	200,00	3,01	2,90	2,82	13,87	90,40	105,78	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
	Хлеб пшеничный	70,00	5,53	0,00	0,70	33,81	171,85	16,1	23,1	60,9	1,4	0	0	0,91	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>590,00</b>	<b>28,91</b>	<b>22,17</b>	<b>36,30</b>	<b>54,95</b>	<b>667,88</b>	<b>268,38</b>	<b>77,48</b>	<b>459,40</b>	<b>5,71</b>	<b>343,10</b>	<b>694,08</b>	<b>2,72</b>	<b>0,29</b>	<b>18,31</b>
	Второй Завтрак															
	Фрукты свежие	200,00	0,73	0,00	0,60	19,60	95,24	25,6	13,5	15,4	3,53	0	8	0,4	0,4	6
	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,00	0,20	20,20	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
	<b>Итого за прием</b>	<b>400,00</b>	<b>1,73</b>	<b>0,00</b>	<b>0,80</b>	<b>39,80</b>	<b>181,72</b>	<b>39,60</b>	<b>21,50</b>	<b>29,40</b>	<b>6,33</b>	<b>0,00</b>	<b>8,00</b>	<b>0,60</b>	<b>0,42</b>	<b>10,00</b>
	Обед															
20	Салат из свежих огурцов №20 сб.ДеЛи	150,00	0,75	0,00	6,02	2,35	66,60	22,23	13,19	3,96	0,57	0	9,39	0,36	0,03	4,69
99	Суп из овощей №99 сб.ДеЛи	250,00	1,83	0,00	3,93	10,64	89,78	21,24	20,4	47,64	0,75	0	205,85	1,8	0,08	8,5
234	Котлета рыбная №234 сб.ДеЛи	120,00	13,73	10,91	13,64	15,74	244,23	54,27	35,46	193,3	1,28	20,45	75,09	5,18	0,13	1,15
312	Картофельное пюре № 312, сб.ДеЛи.	150,00	3,04	0,68	4,75	20,00	140,36	35,54	28,36	83,1	1,03	21,25	43	0,17	0,1	9,59
349	Компот из смеси сухофруктов №349, сб.ДеЛи.	220,00	0,58	0,00	0,07	20,04	79,10	15,36	9,15	0	0,95	0	0	0	0,08	0,31
	Хлеб пшеничный	48,00	3,87	0,00	0,48	23,67	120,30	11,27	16,17	42,63	0,98	0	0	0,64	0,08	0
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>998,00</b>	<b>27,76</b>	<b>11,59</b>	<b>29,61</b>	<b>112,48</b>	<b>856,40</b>	<b>180,91</b>	<b>150,93</b>	<b>465,43</b>	<b>7,90</b>	<b>41,70</b>	<b>333,93</b>	<b>8,99</b>	<b>0,61</b>	<b>24,24</b>
	Полдник															
223	Запеканка из творога с молоком сгущенным №223	190,00	18,98	17,77	14,03	29,39	320,79	205,5	29,55	235,1	0,69	89,72	102,92	0,5	0,06	0,44
376	Чай с сахаром № 376, сб.ДеЛи	200,00	0,08	0,00	0,02	6,86	26,64	0,21	0	0	0,02	0	0	0	0	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>390,00</b>	<b>19,06</b>	<b>17,77</b>	<b>14,05</b>	<b>36,25</b>	<b>347,43</b>	<b>205,71</b>	<b>29,55</b>	<b>235,10</b>	<b>0,71</b>	<b>89,72</b>	<b>102,92</b>	<b>0,50</b>	<b>0,06</b>	<b>0,44</b>
	Ужин															
71	Овощи свежие №71 сб.ДеЛи	100,00	0,80	0,00	0,10	1,70	10,00	23	14	24	0,6	0	5	0,1	0,02	3,5
297	Фрикадельки из кур №297, сб.ДеЛи.	150,00	22,86	19,24	25,73	21,01	412,39	26,73	32,35	193,26	2,69	105,6	140,31	1,36	0,14	0,4
304	Рис отварной №304 сб.ДеЛи	150,00	3,65	0,05	5,39	36,68	209,70	1,37	16,34	60,95	0,53	0	30,45	0,28	0,03	0
378	Чай с сахаром и молоком №378, сб.ДеЛи.	200,00	1,50	1,42	1,59	9,16	55,33	58,4	6,65	41,85	0,07	10	11	0	0,02	0,26
	Хлеб пшеничный	39,00	3,07	0,00	0,39	18,78	95,47	8,94	12,83	33,83	0,78	0	0	0,51	0,07	0
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>699,00</b>	<b>35,84</b>	<b>20,71</b>	<b>33,92</b>	<b>107,37</b>	<b>898,92</b>	<b>139,44</b>	<b>110,37</b>	<b>448,69</b>	<b>7,01</b>	<b>115,60</b>	<b>187,36</b>	<b>3,09</b>	<b>0,39</b>	<b>4,16</b>
	Второй ужин															
	Йогурт	180,00	6,03	6,03	2,21	8,67	81,76	182,28	22,05	139,65	0,15	14,7	15	0	0,04	0,88
	<b>Итого за прием</b>	<b>180,00</b>	<b>6,03</b>	<b>6,03</b>	<b>2,21</b>	<b>8,67</b>	<b>81,76</b>	<b>182,28</b>	<b>22,05</b>	<b>139,65</b>	<b>0,15</b>	<b>14,70</b>	<b>15,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,04</b>	<b>0,88</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>103,69</b>	<b>78,27</b>	<b>98,10</b>	<b>359,52</b>	<b>2931,21</b>	<b>1016,32</b>	<b>368,35</b>	<b>1777,67</b>	<b>16,24</b>	<b>604,82</b>	<b>#####</b>	<b>15,90</b>	<b>1,81</b>	<b>58,03</b>

День: суббота

Неделя: вторая

Сезон: летне-осенний

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
	Завтрак															
183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы №1	200,00	8,41	4,00	9,41	31,51	252,43	152,5	84,92	210	2,43	53,61	79,65	0,51	0,16	0,71
15	Сыр (порциями) №15 сб.ДеЛи.	25,00	6,27	6,58	6,33	0,00	83,55	250	13,75	150	0,18	52,58	59,5	0,1	0	0,18
14	Масло (порциями) №14, сб.ДеЛи.	10,00	0,05	0,05	8,25	0,08	74,75	1,2	0	1,9	0,02	59	65,3	0,1	0	0
385	Молоко кипяченое №385, сб.ДелиПринт 2015	200,00	5,45	5,80	6,16	8,55	110,35	211,2	24,36	156,6	0,17	36	66	0,2	0,06	1,04
	Хлеб пшеничный	70,00	5,53	0,00	0,70	33,81	171,85	16,1	23,1	60,9	1,4	0	0	0,91	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>505,00</b>	<b>25,71</b>	<b>16,43</b>	<b>30,85</b>	<b>73,95</b>	<b>692,94</b>	<b>631,00</b>	<b>146,13</b>	<b>579,40</b>	<b>4,20</b>	<b>201,19</b>	<b>270,45</b>	<b>1,82</b>	<b>0,33</b>	<b>1,93</b>
	Второй Завтрак															
	Фрукты свежие	200,00	0,73	0,00	0,60	19,60	95,24	25,6	13,5	15,4	3,53	0	8	0,4	0,4	6
	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,00	0,20	20,20	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
	<b>Итого за прием</b>	<b>400,00</b>	<b>1,73</b>	<b>0,00</b>	<b>0,80</b>	<b>39,80</b>	<b>181,72</b>	<b>39,60</b>	<b>21,50</b>	<b>29,40</b>	<b>6,33</b>	<b>0,00</b>	<b>8,00</b>	<b>0,60</b>	<b>0,42</b>	<b>10,00</b>
	Обед															
49	Салат витаминный №49 сб.ДеЛи	150,00	1,57	0,00	6,02	8,79	95,70	31,96	16,64	33,86	0,57	0	377	16	0,05	32,9
101	Суп картофельный с рисовой крупой №101 сб.Д	250,00	1,66	0,00	2,26	13,30	84,00	10,63	18,96	46,39	0,68	0	161,8	1	0,07	5,28
260	Гуляш №260 сб.ДеЛи	120,00	16,61	15,91	17,83	3,49	242,28	13,13	24,34	174,6	2,58	0	19,2	2,6	0,04	0,44
203	Макаронные изделия отварные с маслом №203,	200,00	11,07	5,11	16,11	35,83	341,07	202,74	15,86	155,72	1,06	120,87	136,56	1,1	0,08	0,16
348	Компот из изюма № 348, сб.ДеЛи.	200,00	0,35	0,00	0,00	22,46	87,88	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	70,00	5,53	0,00	0,70	33,81	171,85	16,1	23,1	60,9	1,4	0	0	0,91	0,11	0
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>1050,00</b>	<b>40,75</b>	<b>21,02</b>	<b>43,64</b>	<b>137,72</b>	<b>1138,80</b>	<b>295,85</b>	<b>127,10</b>	<b>566,27</b>	<b>8,66</b>	<b>120,87</b>	<b>695,16</b>	<b>22,45</b>	<b>0,46</b>	<b>38,78</b>
	Полдник															
401	Оладьи молоком сгущенным №401, сб.Дели.	70,00	5,33	1,73	5,12	29,76	186,14	77,48	22,94	94,71	0,88	13,33	12,8	2,28	0,1	0,31
378	Чай с сахаром и молоком №378, сб.ДеЛи.	200,00	1,50	1,42	1,59	9,16	55,33	58,4	6,65	41,85	0,07	10	11	0	0,02	0,26
	<b>Итого за прием</b>	<b>270,00</b>	<b>6,83</b>	<b>3,15</b>	<b>6,71</b>	<b>38,92</b>	<b>241,47</b>	<b>135,88</b>	<b>29,59</b>	<b>136,56</b>	<b>0,95</b>	<b>23,33</b>	<b>23,80</b>	<b>2,28</b>	<b>0,12</b>	<b>0,57</b>
	Ужин															
71	Овощи свежие №71 сб.ДеЛи	100,00	0,80	0,00	0,10	1,70	10,00	23	14	24	0,6	0	5	0,1	0,02	3,5
232	Рыба, запеченная в сметанном соусе №232 сб.Д	250,00	26,73	14,53	24,01	23,79	424,88	80,03	47,38	265,29	1,63	76,51	102,25	3,44	0,2	4,88
376	Чай с сахаром № 376, сб.ДеЛи	200,00	0,08	0,00	0,02	6,86	26,64	0,21	0	0	0,02	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	60,00	4,74	0,00	0,60	28,98	147,30	13,8	19,8	52,2	1,2	0	0	0,78	0,1	0
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>670,00</b>	<b>36,31</b>	<b>14,53</b>	<b>25,45</b>	<b>81,37</b>	<b>724,85</b>	<b>138,04</b>	<b>109,38</b>	<b>436,29</b>	<b>5,79</b>	<b>76,51</b>	<b>107,85</b>	<b>5,16</b>	<b>0,43</b>	<b>8,38</b>
	Второй ужин															
386	Кефир №386, сб.ДеЛи.	180,00	5,12	5,12	5,64	7,06	102,84	211,68	24,7	167,58	0,18	35,28	39,6	0	0,05	1,23
	<b>Итого за прием</b>	<b>180,00</b>	<b>5,12</b>	<b>5,12</b>	<b>5,64</b>	<b>7,06</b>	<b>102,84</b>	<b>211,68</b>	<b>24,70</b>	<b>167,58</b>	<b>0,18</b>	<b>35,28</b>	<b>39,60</b>	<b>0,00</b>	<b>0,05</b>	<b>1,23</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>102,09</b>	<b>60,25</b>	<b>101,88</b>	<b>378,82</b>	<b>2877,53</b>	<b>1452,05</b>	<b>301,83</b>	<b>1915,50</b>	<b>16,68</b>	<b>457,18</b>	<b>1012,49</b>	<b>23,41</b>	<b>1,81</b>	<b>60,89</b>

День: воскресенье

Неделя: вторая

Сезон: летне-осенний

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.				Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
	Завтрак															
222	Пудинг из творога со сгущенным молоком №222	170,00	22,84	20,84	17,26	44,07	424,28	213,38	31,98	241,23	0,84	113,53	137,11	0,69	0,06	0,23
14	Масло (порциями) №14, сб.ДеЛи.	10,00	0,05	0,05	8,25	0,08	74,75	1,2	0	1,9	0,02	59	65,3	0,1	0	0
379	Кофейный напиток с молоком №379, сб.ДеЛи.	200,00	3,01	2,90	2,82	13,87	90,40	105,78	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
	Хлеб пшеничный	70,00	5,53	0,00	0,70	33,81	171,85	16,1	23,1	60,9	1,4	0	0	0,91	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>450,00</b>	<b>31,43</b>	<b>23,79</b>	<b>29,03</b>	<b>91,83</b>	<b>761,28</b>	<b>336,46</b>	<b>67,26</b>	<b>382,33</b>	<b>2,37</b>	<b>184,53</b>	<b>224,41</b>	<b>1,70</b>	<b>0,20</b>	<b>0,75</b>
	Второй завтрак															
	Фрукты свежие	200,00	0,73	0,00	0,60	19,60	95,24	25,6	13,5	15,4	3,53	0	8	0,4	0,4	6
	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,00	0,20	20,20	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
	<b>Итого за прием</b>	<b>400,00</b>	<b>1,73</b>	<b>0,00</b>	<b>0,80</b>	<b>39,80</b>	<b>181,72</b>	<b>39,60</b>	<b>21,50</b>	<b>29,40</b>	<b>6,33</b>	<b>0,00</b>	<b>8,00</b>	<b>0,60</b>	<b>0,42</b>	<b>10,00</b>
	Обед															
23	Салат из свежих помидор №23 сб.ДеЛи	150,00	1,10	0,00	6,11	4,57	77,70	17,74	17,46	31,84	0,83	0	46,04	0,54	0,05	18,05
101	Суп картофельный с крупой гречневой №101 сб	250,00	1,66	0,00	2,26	13,30	84,00	10,63	18,96	46,39	0,68	0	161,8	1	0,07	5,28
259	Жаркое по-домашнему №259 сб.ДеЛи	230,00	19,54	16,12	20,78	26,35	378,61	28,97	57,66	259,83	3,93	45,59	91,18	0,75	0,14	3,77
349	Компот из смеси сухофруктов №349, сб.ДеЛи.	220,00	0,58	0,00	0,07	20,04	79,10	15,36	9,15	0	0,95	0	0	0	0,08	0,31
	Хлеб пшеничный	70,00	5,53	0,00	0,70	33,81	171,85	16,1	23,1	60,9	1,4	0	0	0,91	0,11	0
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>980,00</b>	<b>32,37</b>	<b>16,12</b>	<b>30,64</b>	<b>118,11</b>	<b>907,29</b>	<b>109,80</b>	<b>154,53</b>	<b>493,76</b>	<b>10,13</b>	<b>45,59</b>	<b>299,62</b>	<b>4,04</b>	<b>0,56</b>	<b>27,41</b>
	Полдник															
	Печенье	40,00	2,56	0,00	6,72	27,40	176,28	9,2	4	26	0,32	48	52,8	0,4	0,04	0
376	Чай с сахаром № 376, сб.ДеЛи.	200,00	0,08	0,00	0,02	6,86	26,64	0,21	0	0	0,02	0	0	0	0	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>240,00</b>	<b>2,64</b>	<b>0,00</b>	<b>6,74</b>	<b>34,26</b>	<b>202,92</b>	<b>9,41</b>	<b>4,00</b>	<b>26,00</b>	<b>0,34</b>	<b>48,00</b>	<b>52,80</b>	<b>0,40</b>	<b>0,04</b>	<b>0,00</b>
	Ужин															
71	Овощи свежие №71 сб.ДеЛи	100,00	1,10	0,00	0,20	3,80	22,00	14	20	26	0,9	0	133	0,7	0,06	17,5
235	Шницель рыбный №235 сб.ДеЛи	120,00	15,58	14,00	15,66	9,14	240,00	79,46	34,74	236,78	3,08	56	144,7	6,6	0,06	4,8
310	Картофель отварной №310, сб.ДеЛи.	150,00	2,90	0,02	5,22	22,01	153,05	14,27	31,27	79,91	1,23	33,25	42,17	0,21	0,13	6,04
378	Чай с сахаром и молоком №378, сб.ДеЛи.	200,00	1,50	1,42	1,59	9,16	55,33	58,4	6,65	41,85	0,07	10	11	0	0,02	0,26
	Хлеб пшеничный	60,00	4,74	0,00	0,60	28,98	147,30	13,8	19,8	52,2	1,2	0	0	0,78	0,1	0
	Хлеб ржаной	60,00	3,96	0,00	0,72	20,04	116,03	21	28,2	94,8	2,34	0	0,6	0,84	0,11	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>690,00</b>	<b>29,78</b>	<b>15,44</b>	<b>23,99</b>	<b>93,13</b>	<b>733,71</b>	<b>200,93</b>	<b>140,66</b>	<b>531,54</b>	<b>8,82</b>	<b>99,25</b>	<b>331,47</b>	<b>9,13</b>	<b>0,48</b>	<b>28,60</b>
	Второй ужин															
386	Ряженка №386, сб.ДеЛи.	180,00	5,12	5,12	4,41	7,41	88,31	218,74	24,7	162,29	0,18	35,28	39,6	0	0,04	0,53
	<b>Итого за прием</b>	<b>180,00</b>	<b>5,12</b>	<b>5,12</b>	<b>4,41</b>	<b>7,41</b>	<b>88,31</b>	<b>218,74</b>	<b>24,70</b>	<b>162,29</b>	<b>0,18</b>	<b>35,28</b>	<b>39,60</b>	<b>0,00</b>	<b>0,04</b>	<b>0,53</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2940,00</b>	<b>103,07</b>	<b>60,47</b>	<b>95,61</b>	<b>384,54</b>	<b>2875,22</b>	<b>914,94</b>	<b>412,65</b>	<b>1625,32</b>	<b>28,17</b>	<b>412,65</b>	<b>955,90</b>	<b>15,87</b>	<b>1,74</b>	<b>67,29</b>
	<b>Среднедневное значение за 14 дней</b>		<b>97,87</b>	<b>60,80</b>	<b>97,79</b>	<b>376,97</b>	<b>2872,86</b>	<b>1118,73</b>	<b>347,30</b>	<b>1705,87</b>	<b>21,39</b>	<b>435,98</b>	<b>#####</b>	<b>16,63</b>	<b>1,78</b>	<b>66,40</b>