

**СОГЛАСОВАНО**

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

  
В.А.Задорожний  
«26» 08 2020г.



**СОГЛАСОВАНО**

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

  
А.Ю.Смирнова  
«26» 08 2020г.



**Примерное  
циклическое двухнедельное меню  
для обучающихся возрастом 7-10 лет  
Государственного бюджетного  
общеобразовательного учреждения  
Республики Крым  
«Алупкинская санаторная школа-  
интернат»**

# ПРИМЕРНОЕ 14ти дневное МЕНЮ 6ти разовое питание, школы 7-10 лет, СанПиН 2.4.5.2409-08, брутто

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.ДеЛ	150,00	5,93	2,55	5,66	27,52	182,02	116,1	28,98	148,1	1,38	35,56	39,24	0,57	0,11	0,46	
7	Бутерброд горячий с сыром №7, сб.ДеЛи	50,00	5,58	3,39	8,32	14,84	157,00	139,44	9,45	96,3	0,49	63	70,2	0,48	0,04	0,06	
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	20,00	1,58	0,00	0,20	9,66	49,10	4,60	6,6	17,4	0,4	0	0	0,26	0,03	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>420,00</b>	<b>18,00</b>	<b>10,58</b>	<b>19,00</b>	<b>68,17</b>	<b>514,88</b>	<b>432,07</b>	<b>73,39</b>	<b>400,76</b>	<b>2,89</b>	<b>117,76</b>	<b>144,71</b>	<b>1,32</b>	<b>0,23</b>	<b>1,35</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	100,00	1,43	0,00	1,17	9,11	54,99	35,77	14,51	26,3	0,49	0	202,37	0,67	0,03	14,41	
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	200,00	16,99	0,00	18,07	22,91	329,22	25,19	50,14	0	3,42	0	0	0	0	3,28	
349	Компот из смеси сухофруктов №349, сб.ДеЛи.	180,00	0,00	0,06	16,40	64,72	12,57	7,49	0	0,78	0	0	0	0,07	0,25	0,25	
	Хлеб пшеничный	50,00	3,95	0,00	0,50	25,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0	
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>820,00</b>	<b>28,10</b>	<b>0,63</b>	<b>40,65</b>	<b>152,04</b>	<b>716,96</b>	<b>108,47</b>	<b>115,25</b>	<b>182,24</b>	<b>7,20</b>	<b>13,04</b>	<b>387,75</b>	<b>3,20</b>	<b>0,50</b>	<b>21,62</b>	
	Полдник																
219	Сырник.из твор.со сгущ.мол.(Конфеты)	160,0/15	29,46	29,09	21,68	28,42	432,09	271,71	38,67	323	0,84	114,85	177,15	0,83	0,07	0,35	
352	Кисель из яблок	180,00	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>355,00</b>	<b>30,00</b>	<b>29,09</b>	<b>22,28</b>	<b>153,88</b>	<b>1028,09</b>	<b>329,01</b>	<b>56,87</b>	<b>323,00</b>	<b>3,68</b>	<b>114,85</b>	<b>177,15</b>	<b>0,83</b>	<b>0,07</b>	<b>9,50</b>	
	Ужин																
71	Овощи свежие №71 сб. ДеЛи	80,00	0,64	0,00	0,08	1,36	8,00	18,4	11,2	19,2	0,48	0	4	0,08	0,02	2,8	
291	Плов из птицы №291 сб.ДеЛи	180,00	15,16	11,54	18,27	34,11	368,34	20,43	40,91	182,9	1,72	39,7	275,19	3,38	0,08	1,61	
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	
	Хлеб пшеничный	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0	
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>550,00</b>	<b>23,89</b>	<b>12,96</b>	<b>21,06</b>	<b>82,14</b>	<b>633,10</b>	<b>122,73</b>	<b>94,06</b>	<b>350,65</b>	<b>4,83</b>	<b>54,70</b>	<b>296,09</b>	<b>4,72</b>	<b>0,27</b>	<b>4,67</b>	
	Второй ужин																
386	Кефир №386, сб. ДеЛи.	150,00	4,27	4,27	4,70	5,88	85,70	176,4	20,58	139,65	0,15	29,4	33	0	0,04	1,03	
	<b>Итого за прием</b>	<b>150,00</b>	<b>4,27</b>	<b>4,27</b>	<b>4,70</b>	<b>5,88</b>	<b>85,70</b>	<b>176,40</b>	<b>20,58</b>	<b>139,65</b>	<b>0,15</b>	<b>29,40</b>	<b>33,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,04</b>	<b>1,03</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>77,97</b>	<b>54,14</b>	<b>79,39</b>	<b>351,95</b>	<b>2362,28</b>	<b>1204,44</b>	<b>255,19</b>	<b>1711,65</b>	<b>14,20</b>	<b>359,75</b>	<b>711,82</b>	<b>12,60</b>	<b>1,35</b>	<b>59,78</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	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак															
182	Каша жидкая молочная из рисовой крупы №182	150,00	5,93	2,55	5,66	27,52	182,02	116,1	28,98	148,1	1,38	35,56	39,24	0,57	0,11	0,46
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	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>450,00</b>	<b>17,77</b>	<b>10,33</b>	<b>21,60</b>	<b>65,84</b>	<b>529,41</b>	<b>254,38</b>	<b>61,98</b>	<b>340,92</b>	<b>3,41</b>	<b>206,56</b>	<b>230,54</b>	<b>1,56</b>	<b>0,24</b>	<b>0,98</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	100,00	0,50	0,00	4,01	1,57	44,40	14,82	8,79	2,64	0,38	0	6,26	0,24	0,02	3,13
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	80,00	11,25	9,46	15,78	10,33	231,01	13,05	15,93	95,08	1,32	49,23	60,23	2,6	0,07	0,2
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.	180,00	0,87	0,00	0,05	16,98	74,92	24,85	15,65	21,26	0,52	0	104,94	0,99	0,01	0,11
	Хлеб пшеничный	36,00	2,84	0,00	0,36	17,35	88,19	8,26	11,86	31,25	0,72	0	0	0,47	0,05	0
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>836,00</b>	<b>22,83</b>	<b>10,39</b>	<b>29,96</b>	<b>89,26</b>	<b>745,67</b>	<b>142,87</b>	<b>118,04</b>	<b>338,95</b>	<b>6,37</b>	<b>79,48</b>	<b>404,47</b>	<b>6,54</b>	<b>0,35</b>	<b>19,87</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	80,00	0,88	0,00	0,16	3,04	17,60	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	14
243	Сосиски отварные №243, сб.Дели.	55,00	5,07	5,40	11,50	0,40	125,45	11,73	6,76	63,13	0,82	11,45	21,13	0,29	0,01	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	90,77	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	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>625,00</b>	<b>16,51</b>	<b>5,44</b>	<b>20,49</b>	<b>69,16</b>	<b>550,66</b>	<b>110,77</b>	<b>102,78</b>	<b>296,27</b>	<b>5,76</b>	<b>61,86</b>	<b>218,70</b>	<b>2,62</b>	<b>0,34</b>	<b>45,65</b>
	Второй ужин															
386	Ряженка №386, сб. ДеЛи.	150,00	4,27	4,27	3,68	6,18	73,59	182,28	20,58	135,24	0,15	29,4	33	0	0,03	0,44
	<b>Итого за прием</b>	<b>150,00</b>	<b>4,27</b>	<b>4,27</b>	<b>3,68</b>	<b>6,18</b>	<b>73,59</b>	<b>182,28</b>	<b>20,58</b>	<b>135,24</b>	<b>0,15</b>	<b>29,40</b>	<b>33,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0,44</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>71,50</b>	<b>37,48</b>	<b>82,90</b>	<b>307,63</b>	<b>2409,35</b>	<b>951,05</b>	<b>302,87</b>	<b>1331,03</b>	<b>12,67</b>	<b>505,70</b>	<b>1061,40</b>	<b>11,93</b>	<b>1,47</b>	<b>79,00</b>

День: среда  
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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак															
181	Каша жидкая молочная из манной крупы №181 Де.	150,00	4,41	2,11	5,78	22,46	161,00	89,63	13,25	76,13	0,31	44,63	49,24	0,47	0,05	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
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	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>410,00</b>	<b>13,86</b>	<b>7,96</b>	<b>20,69</b>	<b>55,24</b>	<b>468,86</b>	<b>313,53</b>	<b>54,11</b>	<b>278,13</b>	<b>1,50</b>	<b>139,63</b>	<b>180,54</b>	<b>1,42</b>	<b>0,19</b>	<b>1,20</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	100,00	0,73	0,00	4,07	3,05	51,80	11,83	11,64	21,23	0,55	0	30,69	0,36	0,03	12,03
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.	130,00	7,20	3,32	10,47	23,29	221,70	131,78	15,86	101,22	0,69	78,57	88,76	0,72	0,05	0,1
349	Компот из смеси сухофруктов №349, сб.ДеЛи.	180,00	0,00	0,06	16,40	64,72	12,57	7,49	0	0,78	0	0	0	0,07	0,25	0,25
	Хлеб пшеничный	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>870,00</b>	<b>36,48</b>	<b>23,92</b>	<b>57,68</b>	<b>143,08</b>	<b>870,60</b>	<b>245,14</b>	<b>108,12</b>	<b>467,82</b>	<b>7,05</b>	<b>93,81</b>	<b>372,46</b>	<b>7,59</b>	<b>0,59</b>	<b>25,19</b>
	Полдник															
223	Запеканка из творога с молоком сгущенным №223,	140,00	13,40	12,54	9,90	20,75	226,44	145,06	20,86	165,95	0,49	63,33	72,65	0,35	0,04	0,31
376	Чай с сахаром.Вафли	200,0/20	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>140,00</b>	<b>13,48</b>	<b>12,54</b>	<b>9,92</b>	<b>27,61</b>	<b>253,08</b>	<b>145,27</b>	<b>20,86</b>	<b>165,95</b>	<b>0,51</b>	<b>63,33</b>	<b>72,65</b>	<b>0,35</b>	<b>0,04</b>	<b>0,31</b>
	Ужин															
71	Овощи свежие №71 сб.ДеЛи	80,00	0,64	0,00	0,08	1,36	8,00	18,4	11,2	19,2	0,48	0	4	0,08	0,02	2,8
234	Котлета рыбная №234 сб.ДеЛи	90,00	10,30	8,18	10,23	11,81	183,17	40,7	26,6	144,98	0,96	15,34	56,32	3,89	0,1	0,86
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	34,00	2,68	0,00	0,34	16,34	83,03	7,78	11,16	29,43	0,68	0	0	0,44	0,05	0
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>594,00</b>	<b>19,24</b>	<b>8,20</b>	<b>16,37</b>	<b>71,74</b>	<b>531,24</b>	<b>95,36</b>	<b>99,03</b>	<b>336,72</b>	<b>4,93</b>	<b>48,59</b>	<b>102,89</b>	<b>5,18</b>	<b>0,37</b>	<b>9,70</b>
	Второй ужин															
	Йогурт	150,00	4,82	5,13	1,65	6,71	63,75	136,4	16,32	103,32	0,11	7,5	12,5	0	0,03	0,3
	<b>Итого за прием</b>	<b>150,00</b>	<b>4,82</b>	<b>5,13</b>	<b>1,65</b>	<b>6,71</b>	<b>63,75</b>	<b>136,40</b>	<b>16,32</b>	<b>103,32</b>	<b>0,11</b>	<b>7,50</b>	<b>12,50</b>	<b>0,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0,30</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>76,13</b>	<b>45,21</b>	<b>87,19</b>	<b>316,57</b>	<b>2116,16</b>	<b>830,03</b>	<b>299,08</b>	<b>1215,39</b>	<b>12,92</b>	<b>289,53</b>	<b>676,39</b>	<b>14,79</b>	<b>1,60</b>	<b>46,39</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.				Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак															
212	Омлет с колбасными изд.	200,0	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
15	Овощи свежие №71 сб.ДеЛи	80,00	0,88	0,00	0,16	3,04	17,60	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	14
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	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>340,00</b>	<b>22,63</b>	<b>17,69</b>	<b>40,15</b>	<b>43,68</b>	<b>629,50</b>	<b>218,88</b>	<b>63,42</b>	<b>373,70</b>	<b>4,45</b>	<b>340,20</b>	<b>472,10</b>	<b>2,01</b>	<b>0,30</b>	<b>14,72</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	100,00	3,11	2,27	6,21	4,85	90,24	106,8	15,41	72,6	0,86	25,48	29,9	1,57	0,01	5,5
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	90,00	11,69	10,50	11,75	6,86	180,00	59,6	26,06	177,59	2,31	42	108,53	4,95	0,05	3,6
312	Картофельное пюре	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	180,00	0,89	0,00	0,05	22,30	97,45	28,43	16,45	28,28	0,52	0	104,4	0,99	0,1	0,29
	Хлеб пшеничный	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>860,00</b>	<b>27,32</b>	<b>14,02</b>	<b>26,44</b>	<b>115,52</b>	<b>811,55</b>	<b>294,87</b>	<b>139,58</b>	<b>468,27</b>	<b>7,88</b>	<b>88,73</b>	<b>286,23</b>	<b>8,89</b>	<b>0,41</b>	<b>18,98</b>
	Полдник															
	Печенье	15,00	0,96	0,00	2,52	17,13	10,27	5,75	3,45	9,75	0,15	18	19,8	0,15	0,018	0
377	Чай с лимоном	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>215,00</b>	<b>1,09</b>	<b>0,00</b>	<b>2,54</b>	<b>23,69</b>	<b>37,50</b>	<b>8,40</b>	<b>4,18</b>	<b>11,09</b>	<b>0,20</b>	<b>18,00</b>	<b>19,94</b>	<b>0,16</b>	<b>0,02</b>	<b>1,12</b>
	Ужин															
71	Овощи свежие №71 сб.ДеЛи	80,00	0,64	0,00	0,08	1,36	8,00	18,4	11,2	19,2	0,48	0	4	0,08	0,02	2,8
289	Рагу из птицы №289, сб.ДеЛи, сб.Ф.Л.Марчук	180,00	19,49	17,60	22,77	13,26	340,32	30,33	41,59	215,68	2,43	94,59	422,22	0,77	0,13	6,3
376	Чай с сахаром	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	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>550,00</b>	<b>26,80</b>	<b>17,60</b>	<b>23,85</b>	<b>58,99</b>	<b>575,06</b>	<b>74,44</b>	<b>88,09</b>	<b>341,58</b>	<b>5,49</b>	<b>94,59</b>	<b>426,62</b>	<b>2,06</b>	<b>0,30</b>	<b>9,10</b>
	Второй ужин															
386	Кефир №386, сб.ДеЛи.	150,00	4,27	4,27	4,70	5,88	85,70	176,4	20,58	139,65	0,15	29,4	33	0	0,04	1,03
	<b>Итого за прием</b>	<b>150,00</b>	<b>4,27</b>	<b>4,27</b>	<b>4,70</b>	<b>5,88</b>	<b>85,70</b>	<b>176,40</b>	<b>20,58</b>	<b>139,65</b>	<b>0,15</b>	<b>29,40</b>	<b>33,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,04</b>	<b>1,03</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>76,45</b>	<b>53,58</b>	<b>80,61</b>	<b>287,56</b>	<b>2321,03</b>	<b>812,59</b>	<b>303,21</b>	<b>1363,69</b>	<b>15,30</b>	<b>570,92</b>	<b>1050,50</b>	<b>12,60</b>	<b>1,49</b>	<b>54,95</b>

День: пятница  
Неделя: первая  
Сезон: летне-осенний

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры всего	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															
183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы №183, с	150,00	5,93	2,55	5,66	27,52	182,02	116,1	28,98	148,1	1,38	35,56	39,24	0,57	0,11	0,46
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	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>450,00</b>	<b>19,67</b>	<b>12,07</b>	<b>23,60</b>	<b>65,39</b>	<b>555,41</b>	<b>320,45</b>	<b>78,16</b>	<b>401,58</b>	<b>3,92</b>	<b>213,76</b>	<b>243,81</b>	<b>1,57</b>	<b>0,26</b>	<b>1,29</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	100,00	0,73	0,00	4,07	2,50	49,40	15,14	10,42	14,86	0,52	0	116,77	0,63	0,04	38,3
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	326,5	4,3	0,18	19,13
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	180,00	0,32	0,00	0,00	20,21	79,09	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>870,00</b>	<b>34,79</b>	<b>20,10</b>	<b>35,35</b>	<b>113,94</b>	<b>941,73</b>	<b>122,88</b>	<b>184,75</b>	<b>533,21</b>	<b>9,05</b>	<b>12,50</b>	<b>757,97</b>	<b>10,14</b>	<b>1,35</b>	<b>59,25</b>
	Полдник															
420	Колбасные изделия запеченные в тесте №420 сб.ДеЛ	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	80,00	0,88	0,00	0,16	3,04	17,60	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	14
229	Рыба, тушенная в томате с овощами №229, сб.ДеЛи.	120,00	13,00	12,34	5,33	5,04	120,98	21,86	24,6	93,7	0,68	5,16	35,22	2,5	0,66	0,3
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	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>640,00</b>	<b>23,59</b>	<b>13,02</b>	<b>11,24</b>	<b>72,45</b>	<b>505,68</b>	<b>94,31</b>	<b>104,26</b>	<b>304,30</b>	<b>5,01</b>	<b>26,41</b>	<b>185,02</b>	<b>4,44</b>	<b>0,96</b>	<b>23,89</b>
	Второй ужин															
386	Ряженка №386, сб.ДеЛи.	150,00	4,27	4,27	3,68	6,18	73,59	182,28	20,58	135,24	0,15	29,4	33	0	0,03	0,44
	<b>Итого за прием</b>	<b>150,00</b>	<b>4,27</b>	<b>4,27</b>	<b>3,68</b>	<b>6,18</b>	<b>73,59</b>	<b>182,28</b>	<b>20,58</b>	<b>135,24</b>	<b>0,15</b>	<b>29,40</b>	<b>33,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0,44</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>81,37</b>	<b>54,17</b>	<b>84,71</b>	<b>303,07</b>	<b>2384,24</b>	<b>978,40</b>	<b>319,38</b>	<b>1681,38</b>	<b>15,51</b>	<b>294,52</b>	<b>1078,20</b>	<b>13,79</b>	<b>2,06</b>	<b>95,99</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	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак															
182	Каша жидкая молоч.пшеничная	150,00	5,93	2,55	5,66	27,52	182,02	116,1	28,98	148,1	1,38	35,56	39,24	0,57	0,11	0,46
15	Сыр(порциями)	25,00	0,05	0,05	8,25	0,08	74,75	1,2	0	1,9	0,02	59	65,3	0,1	0	0
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	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>435,00</b>	<b>12,99</b>	<b>5,55</b>	<b>25,48</b>	<b>65,70</b>	<b>544,67</b>	<b>235,78</b>	<b>57,66</b>	<b>273,70</b>	<b>2,53</b>	<b>165,56</b>	<b>191,84</b>	<b>1,42</b>	<b>0,22</b>	<b>0,98</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	100,00	0,73	0,00	4,27	2,52	49,27	16,95	12,56	23,75	4,42	0	235,4	0,37	0,02	8,81
102	Суп картофельный с бобовыми с сухариками №1	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.	100,00	14,16	12,83	13,81	8,55	217,20	11,05	21,78	152,43	2,32	23,13	26,12	0,57	0,07	0
203	Макароны с маслом	130,00	7,20	0,00	10,47	23,29	221,70	131,78	15,86	101,22	0,69	78,57	88,76	0,72	0,05	0,1
349	Компот из смеси сухофруктов №349, сб.ДеЛи.	180,00	0,00	0,06	16,40	64,72	12,57	7,49	0	0,78	0	0	0	0,07	0,25	0,25
	Хлеб пшеничный	20,00	1,60	0,00	0,20	9,77	49,64	4,66	6,67	17,59	0,4	0	0	0,27	0,03	0
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>820,00</b>	<b>32,11</b>	<b>12,89</b>	<b>49,85</b>	<b>140,86</b>	<b>771,52</b>	<b>215,06</b>	<b>108,78</b>	<b>440,26</b>	<b>11,35</b>	<b>101,70</b>	<b>552,63</b>	<b>4,42</b>	<b>0,70</b>	<b>14,11</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	80,00	0,88	0,00	0,16	3,04	17,60	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	14
298	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
376	Чай с сахаром	200,00	0,08	0,00	0,02	6,86	26,64	0,21	0	0	0,02	0	0	0	0	
	Хлеб пшеничный	32,00	2,53	0,00	0,32	15,46	78,59	7,36	10,56	27,84	0,64	0	0	0,42	0,05	0
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>602,00</b>	<b>20,08</b>	<b>11,63</b>	<b>15,92</b>	<b>52,92</b>	<b>453,42</b>	<b>100,40</b>	<b>82,43</b>	<b>287,29</b>	<b>5,46</b>	<b>16,88</b>	<b>154,73</b>	<b>3,79</b>	<b>0,25</b>	<b>32,89</b>
	Второй ужин															
	Йогурт	150,00	4,82	5,13	1,65	6,71	63,75	136,4	16,32	103,32	0,11	7,5	12,5	0	0,03	0,3
	<b>Итого за прием</b>	<b>150,00</b>	<b>4,82</b>	<b>5,13</b>	<b>1,65</b>	<b>6,71</b>	<b>63,75</b>	<b>136,40</b>	<b>16,32</b>	<b>103,32</b>	<b>0,11</b>	<b>7,50</b>	<b>12,50</b>	<b>0,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0,30</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>78,45</b>	<b>38,38</b>	<b>93,61</b>	<b>330,73</b>	<b>2172,98</b>	<b>998,45</b>	<b>296,06</b>	<b>1531,32</b>	<b>18,22</b>	<b>306,53</b>	<b>947,41</b>	<b>10,80</b>	<b>1,65</b>	<b>59,43</b>

День: воскресенье  
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	PЭ,мкг	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак															
204	Макароны с сыром	130,00	7,20	3,32	10,47	23,29	221,70	131,78	15,86	101,22	0,69	78,75	88,76	0,72	0,05	0,1
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	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>390,00</b>	<b>16,11</b>	<b>8,01</b>	<b>24,04</b>	<b>60,94</b>	<b>535,61</b>	<b>316,33</b>	<b>60,72</b>	<b>285,58</b>	<b>2,33</b>	<b>156,95</b>	<b>189,33</b>	<b>1,48</b>	<b>0,18</b>	<b>0,93</b>
	Второй завтрак															
	Фрукты свежие	170,00	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>370,00</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	100,00	0,50	0,00	4,01	1,57	44,40	14,82	8,79	2,64	0,38	0	6,26	0,24	0,02	3,13
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.	100,00	11,53	11,05	12,38	2,43	168,25	9,12	16,9	121,26	1,79	0	13,33	1,81	0,03	0,31
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	180,00	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	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>870,00</b>	<b>29,60</b>	<b>11,07</b>	<b>28,19</b>	<b>215,20</b>	<b>1358,37</b>	<b>142,06</b>	<b>231,69</b>	<b>471,94</b>	<b>12,85</b>	<b>28,91</b>	<b>259,91</b>	<b>5,68</b>	<b>0,53</b>	<b>21,09</b>
	Полдник															
	Вафли	25,00	0,70	0,00	0,83	19,33	86,11	4	2,5	9	0,38	0,5	0,75	0,18	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
	<b>Итого за прием</b>	<b>225,00</b>	<b>6,15</b>	<b>5,80</b>	<b>6,99</b>	<b>27,88</b>	<b>196,46</b>	<b>215,20</b>	<b>26,86</b>	<b>165,60</b>	<b>0,55</b>	<b>36,50</b>	<b>66,75</b>	<b>0,38</b>	<b>0,06</b>	<b>1,04</b>
	Ужин															
71	Овощи свежие №71 сб.ДеЛи	80,00	0,64	0,00	0,08	1,36	8,00	18,4	11,2	19,2	0,48	0	4	0,08	0,02	2,8
234	Биточки рыбные №234 сб.ДеЛи	90,00	10,30	8,18	10,23	11,81	183,17	40,7	26,6	144,98	0,96	15,34	56,32	3,89	0,1	0,86
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	34,00	2,68	0,00	0,34	16,37	83,23	7,79	11,19	29,49	0,68	0	0	0,44	0,06	0
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>594,00</b>	<b>19,24</b>	<b>8,20</b>	<b>16,37</b>	<b>71,77</b>	<b>531,44</b>	<b>95,37</b>	<b>99,06</b>	<b>336,78</b>	<b>4,93</b>	<b>48,59</b>	<b>102,89</b>	<b>5,18</b>	<b>0,38</b>	<b>9,70</b>
	Второй ужин															
386	Кефир №386, сб.ДеЛи.	150,00	4,27	4,27	4,70	5,88	85,70	176,4	20,58	139,65	0,15	29,4	33	0	0,04	1,03
	<b>Итого за прием</b>	<b>150,00</b>	<b>4,27</b>	<b>4,27</b>	<b>4,70</b>	<b>5,88</b>	<b>85,70</b>	<b>176,40</b>	<b>20,58</b>	<b>139,65</b>	<b>0,15</b>	<b>29,40</b>	<b>33,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,04</b>	<b>1,03</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>76,70</b>	<b>37,35</b>	<b>81,29</b>	<b>433,87</b>	<b>2936,90</b>	<b>1029,92</b>	<b>357,75</b>	<b>1438,95</b>	<b>17,86</b>	<b>300,35</b>	<b>659,88</b>	<b>12,87</b>	<b>1,63</b>	<b>43,79</b>



День: понедельник  
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.				Са	Mg	P	Fe	A,мкг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
	Завтрак																
120	Суп молоч.с макарон.издел.	150,00	3,29	2,18	3,12	11,65	88,75	81,38	10,81	68	0,24	13,25	24,34	0,2	0,04	0,39	
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	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>435,00</b>	<b>16,57</b>	<b>11,71</b>	<b>21,02</b>	<b>49,75</b>	<b>460,20</b>	<b>449,86</b>	<b>53,24</b>	<b>341,70</b>	<b>1,55</b>	<b>136,83</b>	<b>171,14</b>	<b>1,05</b>	<b>0,15</b>	<b>1,09</b>	
	Второй Завтрак																
	Конфеты	15,00	0,22	0,00	1,08	12,27	160,29	2,7	4,05	16,62	5,93	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>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																
49	Салат витаминный №49 сб.ДеЛи	100,00	1,05	0,00	4,01	5,86	63,80	21,31	11,09	22,57	0,38	0	251,33	10,67	0,03	21,93	
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.	180,00	0,00	0,06	16,40	64,72	12,57	7,49	0	0,78	0	0	0	0,07	0,25	0,25	
	Хлеб пшеничный	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0	
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>850,00</b>	<b>29,61</b>	<b>16,49</b>	<b>48,57</b>	<b>149,74</b>	<b>788,54</b>	<b>120,68</b>	<b>133,28</b>	<b>459,28</b>	<b>8,16</b>	<b>63,97</b>	<b>580,29</b>	<b>14,60</b>	<b>0,66</b>	<b>40,83</b>	
	Полдник																
222	Пудинг из творога со сгущенным молоком №222 сб.ДеЛи	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 2011г.	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	80,00	0,88	0,00	0,16	3,04	17,60	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	14	
243	Сосиски отварные №243, сб.ДеЛи.	55,00	5,07	5,40	11,50	0,40	125,45	11,73	6,76	63,13	0,82	11,45	21,13	0,29	0,01	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	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0	
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>575,00</b>	<b>15,71</b>	<b>6,08</b>	<b>17,41</b>	<b>67,51</b>	<b>510,74</b>	<b>86,62</b>	<b>87,15</b>	<b>275,07</b>	<b>5,18</b>	<b>32,70</b>	<b>171,07</b>	<b>2,24</b>	<b>0,31</b>	<b>24,71</b>	
	Второй ужин																
386	Ряженка №386, сб.ДеЛи.	150,00	4,27	4,27	3,68	6,18	73,59	182,28	20,58	135,24	0,15	29,4	33	0	0,03	0,44	
	<b>Итого за прием</b>	<b>150,00</b>	<b>4,27</b>	<b>4,27</b>	<b>3,68</b>	<b>6,18</b>	<b>73,59</b>	<b>182,28</b>	<b>20,58</b>	<b>135,24</b>	<b>0,15</b>	<b>29,40</b>	<b>33,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0,44</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>76,43</b>	<b>53,35</b>	<b>86,78</b>	<b>363,53</b>	<b>2390,26</b>	<b>1056,75</b>	<b>306,63</b>	<b>1602,06</b>	<b>16,13</b>	<b>343,51</b>	<b>975,75</b>	<b>15,55</b>	<b>1,50</b>	<b>77,23</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
	Завтрак															
181	Каша жидкая молочная из манной крупы №181 ДеЛ	150,00	4,41	2,11	5,78	22,46	161,00	89,63	13,25	76,13	0,31	44,63	49,24	0,47	0,05	0,16
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	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>450,00</b>	<b>13,37</b>	<b>6,99</b>	<b>18,92</b>	<b>53,47</b>	<b>445,21</b>	<b>124,78</b>	<b>34,80</b>	<b>191,99</b>	<b>2,28</b>	<b>203,63</b>	<b>218,68</b>	<b>1,47</b>	<b>0,15</b>	<b>1,28</b>
	Второй Завтрак															
	Фрукты	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															
24	Салат из свежих помидоров и огурцов №24, сб. ДеЛ	100,00	0,64	0,00	4,05	2,43	47,13	12,67	10,69	22,61	0,49	0	44,36	0,26	0,03	5,5
103	Суп картофельный с макаронными изделиями №103	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	80,00	11,25	9,46	15,78	10,33	231,01	13,05	15,93	95,08	1,32	49,23	60,23	2,6	0,07	0,2
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.	180,00	0,87	0,00	0,05	16,98	74,92	24,85	15,65	21,26	0,52	0	104,94	0,99	0,01	0,11
	Хлеб пшеничный	36,00	2,84	0,00	0,36	17,39	88,38	8,28	11,88	31,32	0,72	0	0	0,47	0,06	0
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>886,00</b>	<b>24,27</b>	<b>10,58</b>	<b>30,82</b>	<b>96,09</b>	<b>788,82</b>	<b>143,75</b>	<b>131,24</b>	<b>370,43</b>	<b>6,75</b>	<b>99,64</b>	<b>465,90</b>	<b>6,42</b>	<b>0,42</b>	<b>41,35</b>
	Полдник															
420	колбас.изд.запечен.в тесте	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>
	Ужин															
71	Овощи свежие №71 сб.ДеЛи	80,00	0,64	0,00	0,08	1,36	8,00	18,4	11,2	19,2	0,48	0	4	0,08	0,02	2,8
239	Тефтели рыбные в соусе №239, сб.ДеЛи.	90,00	7,12	5,62	8,06	10,94	147,28	18,44	14,24	52,01	0,52	14,87	70,69	3,11	0,05	0,92
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	38,00	2,98	0,00	0,38	18,22	92,64	8,68	12,45	32,88	0,75	0	0	0,49	0,06	0
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>598,00</b>	<b>17,11</b>	<b>5,67</b>	<b>14,41</b>	<b>87,42</b>	<b>561,61</b>	<b>61,10</b>	<b>73,03</b>	<b>228,24</b>	<b>3,86</b>	<b>14,87</b>	<b>105,54</b>	<b>4,52</b>	<b>0,23</b>	<b>3,72</b>
	Второй ужин															
	Йогурт	150,00	4,82	5,13	1,65	6,71	63,75	136,4	16,32	103,32	0,11	7,5	12,5	0	0,03	0,3
	<b>Итого за прием</b>	<b>150,00</b>	<b>4,82</b>	<b>5,13</b>	<b>1,65</b>	<b>6,71</b>	<b>63,75</b>	<b>136,40</b>	<b>16,32</b>	<b>103,32</b>	<b>0,11</b>	<b>7,50</b>	<b>12,50</b>	<b>0,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0,30</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>73,94</b>	<b>38,88</b>	<b>78,85</b>	<b>310,79</b>	<b>2348,34</b>	<b>1031,40</b>	<b>252,40</b>	<b>1536,05</b>	<b>16,26</b>	<b>374,09</b>	<b>909,88</b>	<b>12,21</b>	<b>1,29</b>	<b>57,69</b>

День: среда  
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															
182	Каша жидкая молочная из рисовой крупы №182 сб.	150,00	5,93	2,55	5,66	27,52	182,02	116,1	28,98	148,1	1,38	35,56	39,24	0,57	0,11	0,46
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.	20,00	5,02	5,26	5,06	0,00	66,84	200	11	120	0,14	42,06	47,6	0,08	0	0,14
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	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>430,00</b>	<b>17,96</b>	<b>10,76</b>	<b>22,29</b>	<b>65,62</b>	<b>536,76</b>	<b>434,58</b>	<b>68,66</b>	<b>391,80</b>	<b>2,65</b>	<b>148,62</b>	<b>174,14</b>	<b>1,40</b>	<b>0,22</b>	<b>1,12</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
389	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	100,00	1,43	0,00	1,17	9,11	54,99	35,77	14,51	26,3	0,49	0	202,37	0,67	0,03	14,41
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	100,00	13,14	11,08	19,75	14,53	292,03	11,89	21,64	135,63	2,18	31,35	40,82	3,22	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.	180,00	0,00	0,06	16,40	64,72	12,57	7,49	0	0,78	0	0	0	0,07	0,25	0,25
	Хлеб пшеничный	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>870,00</b>	<b>38,16</b>	<b>17,74</b>	<b>47,78</b>	<b>178,78</b>	<b>948,18</b>	<b>115,28</b>	<b>220,20</b>	<b>571,31</b>	<b>10,77</b>	<b>67,38</b>	<b>455,26</b>	<b>7,03</b>	<b>0,80</b>	<b>16,56</b>
	Полдник															
219	Сырники из творога со сгущенным молоком №219,	160,00	29,46	29,09	21,68	28,42	432,09	271,71	38,67	323	0,84	114,85	177,15	0,83	0,07	0,35
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>360,00</b>	<b>30,96</b>	<b>30,51</b>	<b>23,41</b>	<b>37,58</b>	<b>488,75</b>	<b>330,11</b>	<b>45,32</b>	<b>364,85</b>	<b>0,91</b>	<b>129,85</b>	<b>193,65</b>	<b>0,88</b>	<b>0,09</b>	<b>0,61</b>
	Ужин															
71	Овощи свежие №71 сб.ДеЛи	80,00	0,64	0,00	0,08	1,36	8,00	18,4	11,2	19,2	0,48	0	4	0,08	0,02	2,8
289	Рагу из птицы №289, сб.ДеЛи, сб.Ф.Л.Марчук 1996г	180,00	19,49	17,60	22,77	13,26	340,32	30,33	41,59	215,68	2,43	94,59	42,22	0,77	0,13	6,3
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	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>550,00</b>	<b>26,80</b>	<b>17,60</b>	<b>23,85</b>	<b>58,99</b>	<b>575,06</b>	<b>74,44</b>	<b>88,09</b>	<b>341,58</b>	<b>5,49</b>	<b>94,59</b>	<b>46,62</b>	<b>2,06</b>	<b>0,30</b>	<b>9,10</b>
	Второй ужин															
386	Кефир №386, сб. ДеЛи.	150,00	4,27	4,27	4,70	5,88	85,70	176,4	20,58	139,65	0,15	29,4	33	0	0,04	1,03
	<b>Итого за прием</b>	<b>150,00</b>	<b>4,27</b>	<b>4,27</b>	<b>4,70</b>	<b>5,88</b>	<b>85,70</b>	<b>176,40</b>	<b>20,58</b>	<b>139,65</b>	<b>0,15</b>	<b>29,40</b>	<b>33,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,04</b>	<b>1,03</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>89,48</b>	<b>60,88</b>	<b>83,03</b>	<b>399,05</b>	<b>2863,77</b>	<b>1196,41</b>	<b>324,55</b>	<b>1848,59</b>	<b>14,30</b>	<b>469,84</b>	<b>910,67</b>	<b>12,17</b>	<b>1,89</b>	<b>38,42</b>

День: четверг  
Неделя: вторая  
Сезон: летне-осенний

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г всего	Углев о-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.				Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
	Завтрак															
120	Суп молочный с макаронными изделиями №120 с	150,00	3,29	2,18	3,12	11,65	88,75	81,38	10,81	68	0,24	13,25	24,34	0,2	0,04	0,39
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	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>450,00</b>	<b>17,03</b>	<b>11,70</b>	<b>21,06</b>	<b>49,52</b>	<b>462,14</b>	<b>285,73</b>	<b>59,99</b>	<b>321,48</b>	<b>2,78</b>	<b>191,45</b>	<b>228,91</b>	<b>1,20</b>	<b>0,19</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															
52	Салат из свеклы отварной №52 сб.ДеЛи	100,00	0,95	0,00	0,93	5,77	37,51	23,7	13,95	27,31	0,89	0	1,29	0,51	0,01	6,33
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
298	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	180,00	0,89	0,00	0,05	22,30	97,45	28,43	16,45	28,28	0,52	0	104,4	0,99	0,1	0,29
	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	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>840,00</b>	<b>25,79</b>	<b>11,63</b>	<b>20,64</b>	<b>83,94</b>	<b>658,44</b>	<b>167,49</b>	<b>125,98</b>	<b>392,93</b>	<b>7,85</b>	<b>16,88</b>	<b>355,97</b>	<b>6,43</b>	<b>0,50</b>	<b>30,46</b>
	Полдник															
	Пряник порционный	25,00	1,48	0,00	1,18	18,75	88,78	2,42	1,96	10,88	0,17	0	0	0,6	0,01	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>225,00</b>	<b>6,93</b>	<b>5,80</b>	<b>7,34</b>	<b>27,30</b>	<b>199,13</b>	<b>213,62</b>	<b>26,32</b>	<b>167,48</b>	<b>0,34</b>	<b>36,00</b>	<b>66,00</b>	<b>0,80</b>	<b>0,07</b>	<b>1,04</b>
	Ужин															
71	Овощи свежие №71 сб.ДеЛи	80,00	0,88	0,00	0,16	3,04	17,60	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	14
229	Рыба, тушенная в томате с овощами №229, сб.ДеЛ	120,00	13,00	12,34	5,33	5,04	120,98	21,86	24,6	93,7	0,68	5,16	35,22	2,5	0,66	0,3
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	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>640,00</b>	<b>23,45</b>	<b>12,36</b>	<b>11,71</b>	<b>74,46</b>	<b>518,37</b>	<b>73,04</b>	<b>107,17</b>	<b>301,11</b>	<b>5,21</b>	<b>38,41</b>	<b>184,19</b>	<b>4,48</b>	<b>0,99</b>	<b>20,34</b>
	Второй ужин															
386	Ряженка №386, сб.ДеЛи.	150,00	4,27	4,27	3,68	6,18	73,59	182,28	20,58	135,24	0,15	29,4	33	0	0,03	0,44
	<b>Итого за прием</b>	<b>150,00</b>	<b>4,27</b>	<b>4,27</b>	<b>3,68</b>	<b>6,18</b>	<b>73,59</b>	<b>182,28</b>	<b>20,58</b>	<b>135,24</b>	<b>0,15</b>	<b>29,40</b>	<b>33,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0,44</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>79,20</b>	<b>45,76</b>	<b>65,23</b>	<b>281,20</b>	<b>2093,40</b>	<b>961,76</b>	<b>254,13</b>	<b>1512,59</b>	<b>17,16</b>	<b>312,14</b>	<b>876,07</b>	<b>11,06</b>	<b>1,68</b>	<b>63,50</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	PЭ,мкг	TЭ,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	80,00	0,88	0,00	0,16	3,04	17,60	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	14
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	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>550,00</b>	<b>27,11</b>	<b>22,17</b>	<b>36,06</b>	<b>44,53</b>	<b>614,38</b>	<b>260,98</b>	<b>66,88</b>	<b>436,80</b>	<b>5,13</b>	<b>343,10</b>	<b>667,48</b>	<b>2,32</b>	<b>0,25</b>	<b>14,81</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	100,00	0,50	0,00	4,01	1,57	44,40	14,82	8,79	2,64	0,38	0	6,26	0,24	0,02	3,13
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	90,00	10,30	8,18	10,23	11,81	183,17	40,7	26,6	144,98	0,96	15,34	56,32	3,89	0,1	0,86
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.	180,00	0,00	0,06	16,40	64,72	12,57	7,49	0	0,78	0	0	0	0,07	0,25	0,25
	Хлеб пшеничный	34,00	2,71	0,00	0,34	16,77	85,21	7,98	11,45	30,2	0,69	0	0	0,45	0,06	0
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>844,00</b>	<b>21,02</b>	<b>8,92</b>	<b>40,14</b>	<b>138,87</b>	<b>632,84</b>	<b>141,77</b>	<b>114,40</b>	<b>372,54</b>	<b>5,37</b>	<b>36,59</b>	<b>311,83</b>	<b>7,18</b>	<b>0,68</b>	<b>22,33</b>
	Полдник															
223	Запеканка из творога с молоком сгущенным №223.	120,00	13,40	12,54	9,90	20,75	226,44	145,06	20,86	165,95	0,49	63,33	72,65	0,35	0,04	0,31
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>320,00</b>	<b>13,48</b>	<b>12,54</b>	<b>9,92</b>	<b>27,61</b>	<b>253,08</b>	<b>145,27</b>	<b>20,86</b>	<b>165,95</b>	<b>0,51</b>	<b>63,33</b>	<b>72,65</b>	<b>0,35</b>	<b>0,04</b>	<b>0,31</b>
	ужин															
71	Овощи свежие №71 сб.ДеЛи	80,00	0,64	0,00	0,08	1,36	8,00	18,4	11,2	19,2	0,48	0	4	0,08	0,02	2,8
297	Фрикадельки из кур №297, сб.ДеЛи.	80,00	12,19	10,26	13,72	11,21	219,94	14,26	17,25	103,07	1,43	56,32	74,83	0,73	0,07	0,21
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	38,00	2,99	0,00	0,38	18,30	93,02	8,71	12,5	32,96	0,76	0	0	0,5	0,07	0
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>588,00</b>	<b>23,61</b>	<b>11,73</b>	<b>21,64</b>	<b>90,07</b>	<b>663,34</b>	<b>115,14</b>	<b>82,74</b>	<b>321,23</b>	<b>4,83</b>	<b>66,32</b>	<b>120,68</b>	<b>2,15</b>	<b>0,28</b>	<b>3,27</b>
	Второй ужин															
	Йогурт	150,00	4,82	5,13	1,65	6,71	63,75	136,4	16,32	103,32	0,11	7,5	12,5	0	0,03	0,3
	<b>Итого за прием</b>	<b>150,00</b>	<b>4,82</b>	<b>5,13</b>	<b>1,65</b>	<b>6,71</b>	<b>63,75</b>	<b>136,40</b>	<b>16,32</b>	<b>103,32</b>	<b>0,11</b>	<b>7,50</b>	<b>12,50</b>	<b>0,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0,30</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>91,77</b>	<b>60,49</b>	<b>86,44</b>	<b>347,59</b>	<b>2409,12</b>	<b>1112,76</b>	<b>322,70</b>	<b>1684,24</b>	<b>15,80</b>	<b>516,84</b>	<b>1193,14</b>	<b>12,60</b>	<b>1,70</b>	<b>51,02</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,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак															
183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы №183,	150,00	5,93	2,55	5,66	27,52	182,02	116,1	28,98	148,1	1,38	35,56	39,24	0,57	0,11	0,46
15	Сыр (порциями) №15 сб.ДеЛи.	20,00	5,02	5,26	5,06	0,00	66,84	200	11	120	0,14	42,06	47,6	0,08	0	0,14
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	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>430,00</b>	<b>19,86</b>	<b>12,50</b>	<b>24,29</b>	<b>65,17</b>	<b>562,77</b>	<b>500,65</b>	<b>84,84</b>	<b>452,46</b>	<b>3,16</b>	<b>155,82</b>	<b>187,41</b>	<b>1,41</b>	<b>0,24</b>	<b>1,43</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	100,00	1,05	0,00	4,01	5,86	63,80	21,31	11,09	22,57	0,38	0	25,13	10,67	0,03	21,93
101	Суп картофельный с рисовой крупой №101 сб.ДеЛи	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	110,00	15,23	14,58	16,34	3,20	222,09	12,04	22,31	160,05	2,37	0	17,6	2,38	0,04	0,4
203	Макаронные изделия отварные с маслом №203, сб.	150,00	8,30	3,83	12,08	26,87	255,80	152,06	11,9	116,79	0,8	90,65	102,42	0,83	0,06	0,12
348	Компот из изюма № 348, сб.ДеЛи.	180,00	0,32	0,00	0,00	20,21	79,09	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>880,00</b>	<b>33,15</b>	<b>18,41</b>	<b>35,67</b>	<b>106,95</b>	<b>904,88</b>	<b>221,80</b>	<b>99,56</b>	<b>452,50</b>	<b>6,82</b>	<b>90,65</b>	<b>307,35</b>	<b>16,09</b>	<b>0,35</b>	<b>27,73</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	80,00	0,64	0,00	0,08	1,36	8,00	18,4	11,2	19,2	0,48	0	4	0,08	0,02	2,8
232	Рыба, запеченная в сметанном соусе №232 сб.ДеЛи	200,00	21,38	11,62	19,21	19,03	339,91	64,02	37,9	212,23	1,3	61,21	81,8	2,75	0,16	3,9
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	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>570,00</b>	<b>28,69</b>	<b>11,62</b>	<b>20,29</b>	<b>64,76</b>	<b>574,65</b>	<b>108,13</b>	<b>84,40</b>	<b>338,13</b>	<b>4,36</b>	<b>61,21</b>	<b>86,20</b>	<b>4,04</b>	<b>0,33</b>	<b>6,70</b>
	Второй ужин															
386	Кефир №386, сб.ДеЛи.	150,00	4,27	4,27	4,70	5,88	85,70	176,4	20,58	139,65	0,15	29,4	33	0	0,04	1,03
	<b>Итого за прием</b>	<b>150,00</b>	<b>4,27</b>	<b>4,27</b>	<b>4,70</b>	<b>5,88</b>	<b>85,70</b>	<b>176,40</b>	<b>20,58</b>	<b>139,65</b>	<b>0,15</b>	<b>29,40</b>	<b>33,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,04</b>	<b>1,03</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>84,22</b>	<b>49,95</b>	<b>87,57</b>	<b>321,48</b>	<b>2551,19</b>	<b>1182,46</b>	<b>340,47</b>	<b>1548,70</b>	<b>18,80</b>	<b>360,41</b>	<b>645,76</b>	<b>15,53</b>	<b>1,50</b>	<b>47,46</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.	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
	Завтрак																
222	Пудинг из творога со сгущенным молоком №222, с	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	
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	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>380,00</b>	<b>23,23</b>	<b>17,75</b>	<b>24,11</b>	<b>69,39</b>	<b>589,14</b>	<b>269,98</b>	<b>51,39</b>	<b>294,97</b>	<b>1,73</b>	<b>151,61</b>	<b>184,65</b>	<b>1,24</b>	<b>0,15</b>	<b>0,68</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	100,00	0,73	0,00	4,07	3,05	51,80	11,83	11,64	21,23	0,55	0	30,69	0,36	0,03	12,03	
101	Суп картофельный с крупой гречневой №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	
259	Жаркое по-домашнему №259 сб.ДеЛи	200,00	16,99	14,02	18,07	22,91	329,22	25,19	50,14	225,94	3,42	39,64	79,29	0,65	0,12	3,28	
349	Компот из смеси сухофруктов №349, сб.ДеЛи.	180,00	0,00	0,06	16,40	64,72	12,57	7,49	0	0,78	0	0	0	0,07	0,25	0,25	
	Хлеб пшеничный	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0	
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>820,00</b>	<b>25,97</b>	<b>14,08</b>	<b>41,78</b>	<b>141,49</b>	<b>677,69</b>	<b>80,64</b>	<b>116,04</b>	<b>401,04</b>	<b>7,21</b>	<b>39,64</b>	<b>272,18</b>	<b>3,29</b>	<b>0,62</b>	<b>20,84</b>	
	Полдник																
	Печенье	25,00	1,60	0,00	4,20	17,13	110,18	5,75	2,5	16,25	0,2	30	33	0,25	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	
	<b>Итого за прием</b>	<b>225,00</b>	<b>1,68</b>	<b>0,00</b>	<b>4,22</b>	<b>23,99</b>	<b>136,82</b>	<b>5,96</b>	<b>2,50</b>	<b>16,25</b>	<b>0,22</b>	<b>30,00</b>	<b>33,00</b>	<b>0,25</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	
	Ужин																
71	Овощи свежие №71 сб.ДеЛи	80,00	0,88	0,00	0,16	3,04	17,60	11,2	16	20,8	0,72	0	106,4	0,56	0,05	14	
235	Шницель рыбный №235 сб.ДеЛи	90,00	11,69	10,50	11,75	6,86	1880,00	59,6	26,06	177,59	2,31	42	108,53	4,95	0,05	3,6	
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	50,00	3,95	0,00	0,50	24,15	122,75	11,5	16,5	43,5	1	0	0	0,65	0,08	0	
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>610,00</b>	<b>23,56</b>	<b>11,94</b>	<b>19,70</b>	<b>78,58</b>	<b>2306,08</b>	<b>168,97</b>	<b>115,28</b>	<b>426,85</b>	<b>6,89</b>	<b>85,25</b>	<b>268,50</b>	<b>6,93</b>	<b>0,40</b>	<b>23,90</b>	
	Второй ужин																
386	Ряженка №386, сб.ДеЛи.	150,00	4,27	4,27	3,68	6,18	73,59	182,28	20,58	135,24	0,15	29,4	33	0	0,03	0,44	
	<b>Итого за прием</b>	<b>150,00</b>	<b>4,27</b>	<b>4,27</b>	<b>3,68</b>	<b>6,18</b>	<b>73,59</b>	<b>182,28</b>	<b>20,58</b>	<b>135,24</b>	<b>0,15</b>	<b>29,40</b>	<b>33,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0,44</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>2585,00</b>	<b>75,44</b>	<b>48,04</b>	<b>75,29</b>	<b>359,43</b>	<b>3965,05</b>	<b>747,43</b>	<b>277,29</b>	<b>1303,75</b>	<b>22,53</b>	<b>335,90</b>	<b>799,33</b>	<b>12,31</b>	<b>1,65</b>	<b>55,86</b>	
	<b>Среднедневное значение за 14 дней</b>		79,22	48,40	82,35	336,75	2523,15	1006,70	300,84	1522,10	16,26	381,43	892,59	12,92	1,60	59,32	