

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ ООШ 17  
В.И.Малышко  
« 27 » \_\_\_\_\_ 2021 г.



УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель  
поставщик услуг по организации  
питания в МБОУ ООШ 17



Г.М. Курбанова

« 27 » \_\_\_\_\_ 2021 г.

## Меню питания

обучающихся 1-4 классов МБОУ ООШ 17  
муниципального образования Белореченский район  
разработанного индивидуальным предпринимателем,  
поставщиком услуг по организации питания  
в МБОУ ООШ 17 Г.М.Курбановой, составленное на  
основании «Меню завтраков для учащихся 1-4 классов»  
общеобразовательных организаций муниципального  
образования Белореченский район, разработанного на  
основании «Примерного циклического меню завтраков для  
учащихся 1-4 классов», разработанного ФГБОУ ВО  
«Кубанским государственным технологическим  
университетом» (зима, весна)»

Пищевая ценность ЗАВТРАК ОБЗ (Зима-весна)																	
		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества						
Комплекс 1		Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Е	Кальций (мг)	Фосфор (мг)	Магний (мг)	Железо (мг)	Цинк (мг)	Йод (мг)	
131	Горох овощной отварной	60	3,40	2,50	7,70	66,90	0,07	0,02	0,00	0,00	0,12	21,30	56,20	18,40	1,14	0,54	0,00
212	Омлет	150	15,77	30,41	2,72	347,64	0,15	0,47	0,21	288,04	0,30	95,44	245,24	20,05	2,78	0,45	0,00
	Сок натуральный	150	0,07	0,02	15,00	60,46	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,35	0,17	10,03	47,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
<b>2 завтрак</b>																	
	Кондитерское изделие	15	1,68	1,89	18,02	95,75	0,04	0,02	0,00	10,00	0,00	4,94	18,74	6,95	0,36	0,00	0,00
	Чай с сахаром	200	1,52	1,35	15,90	81,83	0,04	0,16	1,33	10,00	0,00	126,60	92,80	15,40	0,41	0,00	0,00
	Фрукты свежие	130	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03		165,00	0,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	0,00	0,00
	<b>Итого</b>	<b>760,00</b>	<b>25,59</b>	<b>37,02</b>	<b>91,51</b>	<b>801,15</b>	<b>0,38</b>	<b>0,67</b>	<b>166,57</b>	<b>308,04</b>	<b>0,91</b>	<b>285,73</b>	<b>470,69</b>	<b>84,05</b>	<b>8,17</b>	<b>1,49</b>	<b>0,01</b>
<b>Комплекс 2</b>																	
52	Салат из свёклы отварной	60	0,85	3,62	4,98	55,89	0,01	0,02	4,01	0,00	0,00	21,36	24,48	12,47	0,80	0,00	0,00
Л*500	Биточки рубленые из птицы под соусом	80	8,04	9,07	9,50	151,79	0,06	0,08	0,03	56,00	1,68	19,20	80,45	27,48	1,44	1,06	0,00
	Каша пшеничная	150	6,84	9,19	49,20	306,87	0,23	0,17	0,00	0,00	0,28	41,25	555,75	180,00	3,71	0,99	0,00
	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,83	0,04	0,16	1,33	10,00	0,00	126,60	92,80	15,40	0,41	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,69	0,21	12,54	58,81	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,48	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
<b>2 завтрак</b>																	
	Бутерброд с маслом	35	1,68	1,89	18,02	95,75	0,04	0,02	0,00	10,00	0,00	4,94	18,74	6,95	0,36	0,00	0,00
	Чай с сахаром	200	1,52	1,35	15,90	81,83	0,04	0,16	1,33	10,00	0,00	126,60	92,80	15,40	0,41	0,00	0,00
	<b>Итого</b>	<b>780</b>	<b>20,34</b>	<b>23,72</b>	<b>104,46</b>	<b>712,67</b>	<b>0,38</b>	<b>0,43</b>	<b>5,37</b>	<b>66,00</b>	<b>2,45</b>	<b>218,76</b>	<b>797,38</b>	<b>248,20</b>	<b>7,35</b>	<b>2,55</b>	<b>0,01</b>
<b>Комплекс 3</b>																	
47	Салат из квашенной капусты	60	1,03	3,01	5,10	51,62	0,01	0,02	11,93	0,00	0,00	31,47	20,45	9,65	0,40	0,00	0,00
258	Мясо духовое (с картофелем и овощами)	173	16,30	18,17	15,33	290,05	0,10	0,14	5,35	0,00	0,00	32,11	213,44	42,09	3,60	0,00	0,00
358	Сок натуральный	150	0,31	0,00	39,40	158,84	0,01	0,02	2,40	0,00	0,00	22,46	18,50	7,26	0,19	0,01	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,69	0,21	12,54	58,81	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,48	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
<b>2 завтрак</b>																	
	Кондитерское изделие	10	1,68	1,89	18,02	95,75	0,04	0,02	0,00	10,00	0,00	4,94	18,74	6,95	0,36	0,00	0,00

	Чай с сахаром	200	1,52	1,35	15,90	81,83	0,04	0,16	1,33	10,00	0,00	126,60	92,80	15,40	0,41	0,00	0,00
	<b>Итого</b>	<b>648,00</b>	<b>23,92</b>	<b>24,91</b>	<b>118,63</b>	<b>794,38</b>	<b>0,25</b>	<b>0,36</b>	<b>21,01</b>	<b>20,00</b>	<b>0,49</b>	<b>227,93</b>	<b>407,84</b>	<b>94,20</b>	<b>5,96</b>	<b>0,50</b>	<b>0,01</b>
<b>Комплекс 4</b>																	
	Икра кабачковая	60	1,01	0,05	12,27	53,57	0,02	0,02	2,10	0,00	0,40	23,20	30,40	16,10	0,50	0,10	0,00
234	Котлеты рыбные	80	6,92	5,54	9,61	115,98	0,05	0,07	0,51	11,80	0,24	39,47	89,34	14,57	0,71	0,31	0,00
312	Картофельное пюре	150	3,10	4,85	20,65	138,61	0,14	0,11	18,34	0,00	0,00	37,35	87,47	28,03	1,02	0,44	0,00
397	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	0,06	0,19	1,59	24,40	0,00	152,22	124,56	21,34	0,48	1,00	0,00
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,69	0,21	12,54	58,81	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
<b>2 завтрак</b>																	
	Кондитерское изделие	10	1,68	1,89	18,02	95,75	0,04	0,02	0,00	10,00	0,00	4,94	18,74	6,95	0,36	0,00	0,00
	Чай с сахаром	200	1,52	1,35	15,90	81,83	0,04	0,16	1,33	10,00	0,00	126,60	92,80	15,40	0,41	0,00	0,00
	<b>Итого</b>	<b>755,00</b>	<b>18,19</b>	<b>14,48</b>	<b>84,99</b>	<b>543,01</b>	<b>0,31</b>	<b>0,39</b>	<b>22,54</b>	<b>36,20</b>	<b>1,13</b>	<b>262,59</b>	<b>375,67</b>	<b>92,89</b>	<b>3,71</b>	<b>2,34</b>	<b>0,01</b>
<b>Комплекс 5</b>																	
70	Овощи натуральные соленые	60	0,56	0,05	1,75	9,69	0,01	0,01	5,25	0,00	0,35	5,00	17,50	7,50	0,40	0,07	0,00
268	Шницель мясной	60	8,25	12,10	7,16	170,54	0,02	0,04	3,11	39,20	0,14	20,27	49,10	21,21	0,58	0,35	0,01
202 / 136	Макаронные изделия отварные с овощами	150	4,83	5,19	26,62	172,50	0,07	0,03	2,53	0,00	0,00	18,12	47,49	16,18	0,96	0,72	0,00
388	Напиток из сухофруктов	200	0,30	0,00	15,20	62,00	0,02	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,35	0,17	10,03	47,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
<b>2 завтрак</b>																	
	Бутерброд с маслом	35	1,68	1,89	18,02	95,75	0,04	0,02	0,00	10,00	0,00	4,94	18,74	6,95	0,36	0,00	0,00
	Чай с сахаром	200	1,52	1,35	15,90	81,83	0,04	0,16	1,33	10,00	0,00	126,60	92,80	15,40	0,41	0,00	0,00
	<b>Итого</b>	<b>760</b>	<b>16,69</b>	<b>17,79</b>	<b>73,11</b>	<b>519,30</b>	<b>0,17</b>	<b>0,11</b>	<b>14,89</b>	<b>39,20</b>	<b>1,18</b>	<b>67,74</b>	<b>171,99</b>	<b>65,74</b>	<b>5,74</b>	<b>1,64</b>	<b>0,02</b>

<b>Комплекс 6</b>																	
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	210	5,10	10,72	33,42	250,56	0,06	0,17	1,17	58,00	0,00	130,09	138,14	30,12	0,47	0,82	0,00
*	Кисло-молочный продукт	180	0,10	0,00	26,40	106,00	0,02	0,03	0,62	40,00	0,52	29,44	23,80	18,40	0,62	0,07	0,00
	Хлеб ржаной	25	2,70	0,34	20,06	94,10	0,04	0,01	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44	0,00	0,00
<b>2 завтрак</b>																	
	Фрукты свежие	130	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,00	165,00	0,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	0,00	0,00
15	Сыр (порциями)	15	5,20	5,32	0,00	68,68	0,01	0,09	0,21	0,78	0,15	264,00	150,00	10,50	0,30	1,05	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,35	0,17	10,03	47,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	<b>Итого</b>	<b>590</b>	<b>7,90</b>	<b>11,06</b>	<b>79,88</b>	<b>450,66</b>	<b>0,12</b>	<b>0,21</b>	<b>1,79</b>	<b>98,00</b>	<b>0,96</b>	<b>167,53</b>	<b>187,94</b>	<b>54,12</b>	<b>1,53</b>	<b>0,89</b>	<b>0,00</b>
<b>Комплекс 7</b>																	
45	Салат из белокачанной капусты	60	0,85	2,50	5,20	46,70	0,01	0,01	9,90	0,00	0,65	26,10	16,90	8,00	0,33	0,00	0,00
294	Котлеты из птицы	80	11,06	10,64	11,40	185,61	0,13	0,11	0,57	34,16	0,00	37,96	50,80	14,10	2,30	0,70	0,00
142 / 330	Картофель и овощи, тушенные в соусе	150	3,26	12,59	22,66	216,97	0,16	0,11	19,97	25,20	0,00	32,56	89,06	31,46	1,20	0,80	0,00
377	Чай с лимоном	207	0,13	0,02	15,20	61,50	0,00	0,00	2,83	0,00	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36	0,00	0,00
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,35	0,17	10,03	47,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
<b>2 завтрак</b>																	
	Кондитерское изделие	10	1,68	1,89	18,02	95,75	0,04	0,02	0,00	10,00	0,00	4,94	18,74	6,95	0,36	0,00	0,00
	Чай с сахаром	200	1,52	1,35	15,90	81,83	0,04	0,16	1,33	10,00	0,00	126,60	92,80	15,40	0,41	0,00	0,00
	<b>Итого</b>	<b>762</b>	<b>18,05</b>	<b>26,20</b>	<b>76,83</b>	<b>615,35</b>	<b>0,34</b>	<b>0,23</b>	<b>33,27</b>	<b>59,36</b>	<b>1,14</b>	<b>121,17</b>	<b>205,06</b>	<b>68,81</b>	<b>5,19</b>	<b>2,00</b>	<b>0,01</b>
<b>Комплекс 8</b>																	
70	Овощи натуральные соленые	60	0,40	0,05	0,85	5,45	0,01	0,05	1,75	0,00	0,05	11,50	12,00	7,00	0,30	0,00	0,00
Л 442	Говядина в соусе	80	7,90	8,69	3,20	122,61	0,09	0,20	6,30	0,00	1,00	34,50	230,50	38,40	3,90	4,40	0,10
	Каша гречневая	150	8,85	5,15	49,80	280,95	0,07	0,04	0,00	6,70	0,22	9,80	50,30	50,80	4,67	0,52	0,01
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	0,06	0,19	1,59	24,40	0,40	152,22	124,56	21,34	0,48	1,01	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,69	0,21	12,54	58,81	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
<b>2 завтрак</b>																	
	Бутерброд с маслом	35	1,68	1,89	18,02	95,75	0,04	0,02	0,00	10,00	0,00	4,94	18,74	6,95	0,36	0,00	0,00
	Чай с сахаром	200	1,52	1,35	15,90	81,83	0,04	0,16	1,33	10,00	0,00	126,60	92,80	15,40	0,41	0,00	0,00
	<b>Итого</b>	<b>780</b>	<b>24,32</b>	<b>17,93</b>	<b>96,32</b>	<b>643,86</b>	<b>0,28</b>	<b>0,48</b>	<b>9,64</b>	<b>31,10</b>	<b>2,16</b>	<b>218,37</b>	<b>461,26</b>	<b>130,39</b>	<b>10,35</b>	<b>6,43</b>	<b>0,12</b>

Комплекс 9																		
133	Кукуруза отварная	60	1,70	2,50	9,30	66,50	0,04	0,02	2,75	0,01	0,04	1,50	38,50	13,00	0,22	0,31	0,00	
Л 386	Рыба, запечённая под молочным соусом	100	13,14	9,12	0,67	137,30	0,10	0,09	0,83	35,53	0,00	40,80	122,96	9,69	0,78	0,29	0,00	
125	Картофель отварной	150	2,87	5,62	19,87	141,55	0,16	0,10	20,48	28,40	0,00	19,40	79,22	28,85	1,16	0,41	0,00	
358	Сок натуральный	180	0,31	0,00	39,40	158,84	0,01	0,02	2,40	0,00	0,00	22,46	18,50	7,26	0,19	0,01	0,00	
	Хлеб пшеничный	30	1,35	0,17	10,03	47,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01	
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00	
2 завтрак																		
	Кондитерское изделие пирог с повидлом	50	1,68	1,89	18,02	95,75	0,04	0,02	0,00	10,00	0,00	4,94	18,74	6,95	0,36	0,00	0,00	
	Чай с сахаром	200	1,52	1,35	15,90	81,83	0,04	0,16	1,33	10,00	0,00	126,60	92,80	15,40	0,41	0,00	0,00	
	<b>Итого</b>	<b>795,00</b>	<b>23,96</b>	<b>20,93</b>	<b>125,53</b>	<b>786,33</b>	<b>0,44</b>	<b>0,41</b>	<b>27,78</b>	<b>83,93</b>	<b>0,53</b>	<b>226,05</b>	<b>414,62</b>	<b>94,00</b>	<b>4,13</b>	<b>1,51</b>	<b>0,01</b>	
Комплекс 10																		
222	Пудинг из творога (запечённый)	100	18,20	16,92	29,20	341,88	0,10	0,26	0,42	83,80	0,00	170,72	224,08	29,82	1,18	0,96	0,00	
	Сгущеное молоко	30	0,12	0,00	15,76	63,54	0,00	0,07	0,96	0,00	0,00	8,98	7,40	2,90	0,08	0,01	0,00	
*	Кисло-молочный продукт	180	0,10	0,00	26,40	106,00	0,02	0,03	0,62	40,00	0,52	29,44	23,80	18,40	0,62	0,07	0,00	
	Хлеб пшеничный	30	1,35	0,17	10,03	47,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01	
	Фрукта свежая	120	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,00	165,00	0,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	0,00	0,00	
2 завтрак																		
	Бутерброд с маслом	35	1,68	1,89	18,02	95,75	0,04	0,02	0,00	10,00	0,00	4,94	18,74	6,95	0,36	0,00	0,00	
	Чай с сахаром	200	1,52	1,35	15,90	81,83	0,04	0,16	1,33	10,00	0,00	126,60	92,80	15,40	0,41	0,00	0,00	
	<b>Итого</b>	<b>695,00</b>	<b>23,37</b>	<b>20,73</b>	<b>125,11</b>	<b>780,04</b>	<b>0,25</b>	<b>0,53</b>	<b>168,33</b>	<b>143,80</b>	<b>0,78</b>	<b>361,28</b>	<b>395,22</b>	<b>89,07</b>	<b>5,06</b>	<b>1,25</b>	<b>0,01</b>	
Норма по СанПин																		
			Пищевые вещества				Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества					
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Е	Кальций (мг)	Фосфор (мг)	Магний (мг)	Железо (мг)	Цинк (мг)	Йод (мг)	
Итого за день по СанПин			77,00	79,00	335,00	2350,00	1,20	1,40	60,00	0,70	10,00	1100,00	1650,00	250,00	12,00	10,00	0,10	
завтрак 25 %			19,25	19,75	83,75	822,50	0,42	0,49	21,00	0,25	3,50	385,00	577,50	87,50	4,20	3,50	0,03	
Фактически завтрак (СРЕДНЕЕ)			19,00	19,20	80,50	819,00	0,45	0,45	19,00	0,30	3,60	382,00	578,00	86,00	4,10	3,60	0,21	

Пищевая ценность ЗАВТРАК 1-4 кл. (Зима-весна)																	
		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества						
Комплекс 1		Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Е	Кальций (мг)	Фосфор (мг)	Магний (мг)	Железо (мг)	Цинк (мг)	Йод (мг)	
131	Горох овощной отварной	60	3,40	2,50	7,70	66,90	0,07	0,02	0,00	0,00	0,12	21,30	56,20	18,40	1,14	0,54	0,00
212	Омлет	150	15,77	30,41	2,72	347,64	0,15	0,47	0,21	288,04	0,30	95,44	245,24	20,05	2,78	0,45	0,00
	Сок натуральный	150	0,07	0,02	15,00	60,46	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,35	0,17	10,03	47,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	Фрукта свежая	130	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03		165,00	0,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	0,00	0,00
<b>2 завтрак</b>																	
<b>Итого</b>		<b>545,00</b>	<b>22,39</b>	<b>33,78</b>	<b>57,60</b>	<b>623,57</b>	<b>0,30</b>	<b>0,49</b>	<b>165,24</b>	<b>288,04</b>	<b>0,91</b>	<b>154,19</b>	<b>359,14</b>	<b>61,70</b>	<b>7,40</b>	<b>1,49</b>	<b>0,01</b>
<b>Комплекс 2</b>																	
52	Салат из свёклы отварной	60	0,85	3,62	4,98	55,89	0,01	0,02	4,01	0,00	0,00	21,36	24,48	12,47	0,80	0,00	0,00
Л*500	Биточки рубленные из птицы под соусом	80	8,04	9,07	9,50	151,79	0,06	0,08	0,03	56,00	1,68	19,20	80,45	27,48	1,44	1,06	0,00
	Каша пшенная	150	6,84	9,19	49,20	306,87	0,23	0,17	0,00	0,00	0,28	41,25	555,75	180,00	3,71	0,99	0,00
	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,83	0,04	0,16	1,33	10,00	0,00	126,60	92,80	15,40	0,41	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,69	0,21	12,54	58,81	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,48	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
<b>2 завтрак</b>																	
<b>Итого</b>		<b>545</b>	<b>20,34</b>	<b>23,72</b>	<b>104,46</b>	<b>712,67</b>	<b>0,38</b>	<b>0,43</b>	<b>5,37</b>	<b>66,00</b>	<b>2,45</b>	<b>218,76</b>	<b>797,38</b>	<b>248,20</b>	<b>7,35</b>	<b>2,55</b>	<b>0,01</b>

<b>Комплекс 3</b>																	
47	Салат из квашенной капусты	60	1,03	3,01	5,10	51,62	0,01	0,02	11,93	0,00	0,00	31,47	20,45	9,65	0,40	0,00	0,00
258	Мясо духовое (с картофелем и овощами)	173	16,30	18,17	15,33	290,05	0,10	0,14	5,35	0,00	0,00	32,11	213,44	42,09	3,60	0,00	0,00
358	Сок натуральный	150	0,31	0,00	39,40	158,84	0,01	0,02	2,40	0,00	0,00	22,46	18,50	7,26	0,19	0,01	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,69	0,21	12,54	58,81	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,48	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	Кондитерское изделие	10	1,68	1,89	18,02	95,75	0,04	0,02	0,00	10,00	0,00	4,94	18,74	6,95	0,36	0,00	0,00
<b>2 завтрак</b>																	
	<b>Итого</b>	<b>448</b>	<b>22,40</b>	<b>23,56</b>	<b>102,73</b>	<b>712,55</b>	<b>0,21</b>	<b>0,20</b>	<b>19,68</b>	<b>10,00</b>	<b>0,49</b>	<b>101,33</b>	<b>315,04</b>	<b>78,80</b>	<b>5,55</b>	<b>0,50</b>	<b>0,01</b>
<b>Комплекс 4</b>																	
	Икра кабачковая	60	1,01	0,05	12,27	53,57	0,02	0,02	2,10	0,00	0,40	23,20	30,40	16,10	0,50	0,10	0,00
234	Котлеты рыбные	80	6,92	5,54	9,61	115,98	0,05	0,07	0,51	11,80	0,24	39,47	89,34	14,57	0,71	0,31	0,00
312	Картофельное пюре	150	3,10	4,85	20,65	138,61	0,14	0,11	18,34	0,00	0,00	37,35	87,47	28,03	1,02	0,44	0,00
397	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	0,06	0,19	1,59	24,40	0,00	152,22	124,56	21,34	0,48	1,00	0,00
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,69	0,21	12,54	58,81	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Кондитерское изделие	15	1,68	1,89	18,02	95,75	0,04	0,02	0,00	10,00	0,00	4,94	18,74	6,95	0,36	0,00	0,00
<b>2 завтрак</b>																	
	<b>Итого</b>	<b>560,00</b>	<b>19,86</b>	<b>16,37</b>	<b>103,01</b>	<b>638,76</b>	<b>0,35</b>	<b>0,41</b>	<b>22,54</b>	<b>46,20</b>	<b>1,13</b>	<b>267,53</b>	<b>394,41</b>	<b>99,84</b>	<b>4,07</b>	<b>2,34</b>	<b>0,01</b>

<b>Комплекс 5</b>																	
70	Овощи натуральные соленые	60	0,56	0,05	1,75	9,69	0,01	0,01	5,25	0,00	0,35	5,00	17,50	7,50	0,40	0,07	0,00
268	Шницель мясной	60	8,25	12,10	7,16	170,54	0,02	0,04	3,11	39,20	0,14	20,27	49,10	21,21	0,58	0,35	0,01
202 / 136	Макаронные изделия отварные с овощами при	150	4,83	5,19	26,62	172,50	0,07	0,03	2,53	0,00	0,00	18,12	47,49	16,18	0,96	0,72	0,00
388	Напиток из сухофруктов	200	0,30	0,00	15,20	62,00	0,02	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,35	0,17	10,03	47,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
<b>2 завтрак</b>																	
<b>Итого</b>																	
		525	16,69	17,79	73,11	519,30	0,17	0,11	14,89	39,20	1,18	67,74	171,99	65,74	5,74	1,64	0,02
<b>Комплекс 6</b>																	
15	Сыр (порциями)	15	5,20	5,32	0,00	68,68	0,01	0,09	0,21	0,78	0,15	264,00	150,00	10,50	0,30	1,05	0,00
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	210	5,10	10,72	33,42	250,56	0,06	0,17	1,17	58,00	0,00	130,09	138,14	30,12	0,47	0,82	0,00
*	Кисло-молочный продукт	180	0,10	0,00	26,40	106,00	0,02	0,03	0,62	40,00	0,52	29,44	23,80	18,40	0,62	0,07	0,00
	Хлеб пшеничный	30	2,70	0,34	20,06	94,10	0,04	0,01	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44	0,00	0,00
	Фрукта свежая	130	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,00	165,00	0,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	0,00	0,00
<b>2 завтрак</b>																	
<b>Итого</b>																	
		565	13,50	16,78	89,68	563,34	0,16	0,30	167,00	98,78	1,11	447,53	348,94	73,62	4,03	1,94	0,00



<b>Комплекс 7</b>																	
45	Салат из белокочанной капусты	60	0,85	2,50	5,20	46,70	0,01	0,01	9,90	0,00	0,65	26,10	16,90	8,00	0,33	0,00	0,00
294	Котлеты из птицы	80	11,06	10,64	11,40	185,61	0,13	0,11	0,57	34,16	0,00	37,96	50,80	14,10	2,30	0,70	0,00
142 / 330	Картофель и овощи, тушенные в соусе	150	3,26	12,59	22,66	216,97	0,16	0,11	19,97	25,20	0,00	32,56	89,06	31,46	1,20	0,80	0,00
377	Чай с лимоном	207	0,13	0,02	15,20	61,50	0,00	0,00	2,83	0,00	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36	0,00	0,00
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,35	0,17	10,03	47,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
<b>2 завтрак</b>																	
<b>Итого</b>																	
		552	18,05	26,20	76,83	615,35	0,34	0,23	33,27	59,36	1,14	121,17	205,06	68,81	5,19	2,00	0,01
<b>Комплекс 8</b>																	
70	Овощи натуральные соленые	60	0,40	0,05	0,85	5,45	0,01	0,05	1,75	0,00	0,05	11,50	12,00	7,00	0,30	0,00	0,00
Л 442	Говядина в соусе	80	7,90	8,69	3,20	122,61	0,09	0,20	6,30	0,00	1,00	34,50	230,50	38,40	3,90	4,40	0,10
	Каша гречневая	150	8,85	5,15	49,80	280,95	0,07	0,04	0,00	6,70	0,22	9,80	50,30	50,80	4,67	0,52	0,01
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	0,06	0,19	1,59	24,40	0,40	152,22	124,56	21,34	0,48	1,01	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,69	0,21	12,54	58,81	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
<b>2 завтрак</b>																	
<b>Итого</b>																	
		545	24,32	17,93	96,32	643,86	0,28	0,48	9,64	31,10	2,16	218,37	461,26	130,39	10,35	6,43	0,12
<b>Комплекс 9</b>																	

