

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Саратовской области  
«Средняя общеобразовательная школа с.Белогорное Вольского района»  
412971, Россия Саратовская область Вольский район, с. Белогорное, Площадь 65-летия Октября, д. 7,  
Телефоны: директора – 8(84593) 6-25-68, секретаря – 8(84593) 6-25-68,  
факс 8(84593)6-25-68,  
ИНН 6441969713 КПП 644101001 ОГРН 1046404101590  
E-mail: ddbelogornoe@yandex.ru

<p>СОГЛАСОВАНО</p> <p><i>Ю.И. Кар. Северина</i></p> <p><i>Воспитатель по СД</i></p>	<p>Северный территориальный отдел Управления образования по Саратовской области 410013, Саратовская область, г. Белогорное, Колхозный переулок, д. 27 Телефон: 84593-2445, факс: 84593-2445 http://www.uro.gov.ru</p>	<p>УТВЕРЖДАЮ</p> <p>Директор ГБОУ СО «СОШ с. Белогорное Вольского района» <i>Н.В. Носкина</i></p>
-------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------



## МЕНЮ

### ПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ

1-4 классов

(12- дневное)

2020 год





1 неделя среда ЗАВТРАК

№ рец	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
121	1/200	Суп молочный с крупой	3,1	3,7	6,6	79,1	158,82	23,06	137,46	0,25	30,60	0,06	0,02	0,91
	1/50	Булочка сдобная	3,73	6,59	30,44	197	9,12	6,16	34,94	0,49	0,00	0,06	0,50	0,00
382	1/200	Какао с молоком	0,26	0,05	15,22	59	8,05	5,24	9,78	0,90	0,00	0,00	0,00	2,90
	1/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	<b>Итого</b>		<b>8,43</b>	<b>14,56</b>	<b>62,91</b>	<b>482</b>	<b>208,99</b>	<b>66,86</b>	<b>293,18</b>	<b>3,26</b>	<b>30,81</b>	<b>0,16</b>	<b>0,78</b>	<b>3,81</b>

ОБЕД

№ рец	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
141	1/105	Свекла, тушеная с яблоками	0,72	1,38	4,3	32	18	0,04	0,2	0,6	0	0,2	0	5,15
88	1/250	Щи из свежей капусты с картофелем	1,75	4,89	8,49	84,78	34,66	17,8	38,1	0,64	0	0,05	0	14,77
205	1/150	Макаронные изделия отварные с овощами	5,8	0,08	31	155	5,7	21	153	0,8	0	0,06	1,3	0,15
279	1/110	Тефтели 2-й вариант	11,78	12,91	14,9	223	57,8	28,4	141,4	1,27	51	0,07	0,00	1,13
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
	1/200	Свежие фрукты	0,9	1,45	8,4	38	34	13	23	0,3	0	0,04	0,03	60
	2/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	<b>Итого</b>		<b>21,04</b>	<b>22,59</b>	<b>96,12</b>	<b>749</b>	<b>141,21</b>	<b>84,31</b>	<b>289,72</b>	<b>3,91</b>	<b>51,09</b>	<b>0,51</b>	<b>0,48</b>	<b>14,59</b>

ПОЛДНИК

№ рец	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
	1/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
209	1/40	Яйцо вареное	7,62	6,90	0,42	94	33,00	32,40	111,00	1,62	0,21	0,04	0,26	0,00
379	1/200	Кофейный напиток с молоком	3	2,8	16	100	125,8	14	90	0,1	20	0,05	-	1,3



1 неделя пятница ЗАВТРАК

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
181	1/200/20	Каша молочная манная	5,55	10,46	23,97	213	105,93	51,57	170,84	1,25	0,05	0,017	0,014	0,92
	1/50	Булочка сдобная	3,73	6,59	30,44	197	9,12	6,16	34,94	0,49	0,00	0,06	0,50	0,00
379	1/200	Кофейный напиток с молоком	3	2,8	16	100	125,8	14	90	0,1	20	0,05	-	1,3
	1/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	<b>Итого</b>		<b>14,05</b>	<b>23,23</b>	<b>71,11</b>	<b>549</b>	<b>122,33</b>	<b>62,22</b>	<b>216,55</b>	<b>2,57</b>	<b>0,1</b>	<b>0,087</b>	<b>0,594</b>	<b>1,66</b>

ОБЕД

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
71	1/100	Помидоры свежие	0,46	3,65	1,43	40,38	13,11	7,78	24,01	0,34	3,85	12,3	0,14	12,2
97	1/250	Суп картофельный	5,31	4,56	18,62	139	25,38	16,9	43,24	0,94	0,02	4,07	0,04	16,01
294	1/92	Котлета рубленая из птицы	15,97	8,8	14,86	202,4	54,5	20,3	132,9	1,62	43	0,05	0	0,02
302	1/150	Каша рассыпчатая	3,65	12,83	34,35	271	32,74	28,61	82,28	0,77	0,03	0,03	0,01	0
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
	2/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	1/200	Свежие фрукты	0,9	1,45	8,4	38	34	13	23	0,3	0	0,04	0,03	60
	<b>Итого</b>		<b>21,04</b>	<b>22,59</b>	<b>96,12</b>	<b>749</b>	<b>141,21</b>	<b>84,31</b>	<b>289,72</b>	<b>3,91</b>	<b>51,09</b>	<b>0,51</b>	<b>0,48</b>	<b>14,59</b>

ПОЛДНИК

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
375/376	1/200	Чай с сахаром	0,10	0,00	16,70	63	5,25	4,40	8,24	0,80	0,00	0,00	0,00	0,10
	1/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	1/200	Свежие фрукты	0,90	1,45	8,40	38	34,00	13	23,00	0,30	0,00	0,04	0,03	60

	<b>Итого</b>														
--	--------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

1 неделя суббота ЗАВТРАК

№ рец	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
327	1/200/20	Каша молочная рисовая	5,86	12,04	33,16	264	125,24	36,32	152,66	0,39	0,06	0,12	0,16	1,22
14	1/10	Масло сливочное	0,05	8,25	0,08	75	1,20	0,04	1,90	0,02	0,05	0,00	0,01	0,00
382	1/200	Какао с молоком	0,26	0,05	15,22	59	8,05	5,24	9,78	0,90	0,00	0,00	0,00	2,90
	<b>Итого</b>		<b>12,59</b>	<b>19,93</b>	<b>117,49</b>	<b>730</b>	<b>159,13</b>	<b>52</b>	<b>227,29</b>	<b>2,07</b>	<b>0,07</b>	<b>0,21</b>	<b>0,21</b>	<b>1,44</b>

ОБЕД

№ рец	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
73	1/100	Икра кабачковая	1,25	5,48	8,7	89,08	31,35	9,61	0	0,4	0	0	0	11,89
82	1/250	Борщ с капустой и картофелем	1,81	4,91	125,25	102,50	44,38	26,25	53,23	1,19	0,00	0,05	0,1	10,29
205	1/150	Макаронные изделия отварные с овощами	5,8	0,08	31	155	5,7	21	153	0,8	0	0,06	1,3	0,015
260	1/100	Гуляш	14,5	16,8	2,8	221	21,8	22	154	3	-	0,03	-	0,9
342	1/200	Компот из свежих плодов	1	0	18	107	14	4	4	1	0	0,02	0,1	68
	2/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	<b>Итого</b>		<b>27,25</b>	<b>16,17</b>	<b>71,19</b>	<b>594,26</b>	<b>97,36</b>	<b>72,94</b>	<b>358,58</b>	<b>4,71</b>	<b>43</b>	<b>0,21</b>	<b>1,8</b>	<b>73,915</b>

ПОЛДНИК

№ рец	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
379	1/200	Кофейный напиток с молоком	3	2,8	16	100	125,8	14	90	0,1	20	0,05	-	1,3

	1/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	<b>Итого</b>													

**2 неделя понедельник ЗАВТРАК**

№ рец	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
173	1/200/20	Каша молочная пшеничная	3,99	317	28,38	264	125,24	36,32	152,66	0,78	0,06	0,12	0,60	0,04
	1/50	Булочка сдобная	3,73	6,59	30,44	197	9,12	6,16	34,94	0,49	0,00	0,06	0,50	0,00
375/376	1/200	Чай с сахаром	0,26	0,05	15,22	59	8,05	5,24	9,78	0,90	0,00	0,00	0,00	2,90
	1/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	<b>Итого</b>		<b>32,87</b>	<b>28,81</b>	<b>94,04</b>	<b>764</b>	<b>398,17</b>	<b>64,1</b>	<b>473,74</b>	<b>2,47</b>	<b>0,14</b>	<b>0,17</b>	<b>1,38</b>	<b>4,05</b>

**ОБЕД**

№ рец	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
315	1/100	Овощи отварные с маслом	1	1,51	4,49	46,26	16,76	11,14	25,18	0,79	0	0,03	0	5,88
112	1/250	Суп картофельный с макаронными изделиями	2,21	5,06	11,92	120,25	19,7	0,3	0,5	0,58	0,02	0,05	0,015	0,5
302	1/150	Каша рассыпчатая	6,6	7,2	41,2	227,3	1,42	6,8	121	4,5	0	0,02	0	1,2
268	1/110	Котлета	7,05	7,91	5,83	123	38	0,04	0,7	0,6	0,4	0,038	0,04	0,07
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
	2/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	<b>Итого</b>		<b>19,06</b>	<b>20,27</b>	<b>91,05</b>	<b>677,55</b>	<b>92,52</b>	<b>45,64</b>	<b>227,7</b>	<b>6,93</b>	<b>0,46</b>	<b>0,198</b>	<b>0,545</b>	<b>18,57</b>

**ПОЛДНИК**

№ рец	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
379	1/200	Кофейный напиток с молоком	3	2,8	16	100	125,8	14	90	0,1	20	0,05	-	1,3



	1/20	Изделие кондитерское	1,7	2,26	13,94	82,9	8,2	3	17,4	0,2	13	0,02	-	-
	1/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	<b>Итого</b>													

**2 неделя вторник ЗАВТРАК**

№ рец	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
175	1/200/20	Каша молочная дружба	5,86	12,04	33,16	264	125,24	36,32	152,66	0,39	0,06	0,12	0,16	1,22
209	1/40	Яйцо вареное	7,62	6,90	0,42	94	33,00	32,40	111,00	1,62	0,21	0,04	0,26	0,00
382	1/200	Какао с молоком	0,26	0,05	15,22	59	8,05	5,24	9,78	0,90	0,00	0,00	0,00	2,90
	1/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	<b>Итого</b>		<b>6,86</b>	<b>13,49</b>	<b>58,26</b>	<b>365</b>	<b>164,49</b>	<b>53,72</b>	<b>183,9</b>	<b>1,19</b>	<b>0,06</b>	<b>0,16</b>	<b>0,19</b>	<b>61,32</b>

**ОБЕД**

№ рец	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
131	1/100	Горох овощной отварной	0,93	1,65	2	26,13	67,03	0,6	0,03	0,21	0,03	0,03	0,015	3,4
101	1/250	Суп картофельный с крупой	2,18	2,84	14,29	91,5	24	26,65	67,7	0,96	0	0,11	0,00	8,25
287	1/200/50	Ленивые голубцы	23,38	21,25	44,61	451,25	56,38	59,38	249,13	2,74	60	0	0	0
342	1/200	Компот из свежих плодов	1	0	18	107	14	4	4	1	0	0,02	0,1	68
	2/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	<b>Итого</b>		<b>20,28</b>	<b>19,35</b>	<b>76,64</b>	<b>584,12</b>	<b>100,16</b>	<b>74,59</b>	<b>114,48</b>	<b>2,68</b>	<b>0,05</b>	<b>0,22</b>	<b>0,96</b>	<b>43,18</b>

**ПОЛДНИК**

№ рец	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
375/376	1/200	Чай с сахаром	0,26	0,05	15,22	59	8,05	5,24	9,78	0,90	0,00	0,00	0,00	2,90

	1/200	Свежие фрукты	0,90	1,45	8,40	38	34,00	13	23,00	0,30	0,00	0,04	0,03	60
	1/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	<b>Итого</b>													

## 2 неделя среда ЗАВТРАК

№ рец	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
210	1/100	Омлет натуральный	5,58	11,23	2,83	135	63,20	0,24	0,2	1,25	0,03	0,025	0,24	3,51
14	1/10	Масло сливочное	0,05	8,25	0,08	75	1,20	0,04	1,90	0,02	0,05	0,00	0,01	0,00
	1/50	Батон	3,7	1,45	25,70	165	12,50	0,00	41,00	0,00	0,00	0,20	1,40	0,00
379	1/200	Кофейный напиток с молоком	3	2,8	16	100	125,8	14	90	0,1	20	0,05	-	1,3
	1/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	<b>Итого</b>		<b>10,52</b>	<b>22,63</b>	<b>45,83</b>	<b>460,13</b>	<b>151,98</b>	<b>6,12</b>	<b>52,91</b>	<b>2,38</b>	<b>0,11</b>	<b>0,255</b>	<b>16,65</b>	<b>9,81</b>

## ОБЕД

№ рец	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
73	1/60	Икра из кабачков	1,25	5,48	8,7	89,08	31,35	9,61	0	0,4	0	0	0	11,89
88	1/250	Щи из свежей капусты с картофелем	1,75	4,89	8,49	84,78	34,66	17,8	38,1	0,64	0	0,05	0	14,77
205	1/150	Макаронные изделия отварные	5,8	0,08	31	155	5,7	21	153	0,8	0	0,06	1,3	0,015
234	1/110	Котлета рыбная	11,5	8,8	12	102	46	12,3	1,6	0,4	0,01	0,02	0	0,5
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
	2/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	1/200	Свежие фрукты	0,9	1,45	8,4	38	34	13	23	0,3	0	0,04	0,03	60
	<b>Итого</b>		<b>25,82</b>	<b>20,04</b>	<b>89,82</b>	<b>648,08</b>	<b>128,59</b>	<b>118,81</b>	<b>487,06</b>	<b>8,2</b>	<b>0,01</b>	<b>0,27</b>	<b>0,53</b>	<b>97,32</b>

## ПОЛДНИК

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
375/376	1/200	Чай с сахаром	0,26	0,05	15,22	59	8,05	5,24	9,78	0,90	0,00	0,00	0,00	2,90
	1/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	<b>Итого</b>													

**2 неделя четверг ЗАВТРАК**

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
181	1/200/20	Каша молочная манная	5,55	10,46	23,97	213	105,93	51,57	170,84	1,25	0,05	0,017	0,014	0,92
15	1/40	Сыр	4,67	6,18	0,00	76	2,03	0,05	2,53	0,03	0,05	0,01	0,08	0,64
375/376	1/200	Чай с сахаром	0,10	0,00	16,70	63	5,25	4,40	8,24	0,80	0,00	0,00	0,00	0,10
	1/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	<b>итого</b>		<b>14,05</b>	<b>23,23</b>	<b>71,11</b>	<b>549</b>	<b>122,33</b>	<b>62,22</b>	<b>216,55</b>	<b>2,57</b>	<b>0,1</b>	<b>0,087</b>	<b>0,594</b>	<b>1,66</b>

**ОБЕД**

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
141	1/105	Свекла, тушеная с яблоками	0,72	1,38	4,3	32	18	0,04	0,2	0,6	0	0,2	0	5,15
102	1/250	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	5,49	5,28	16,33	134,75	38,08	35,3	87,18	2,03	0,23	0	0	5,81
259	1/230/80	Жаркое по домашнему	27,53	7,47	21,95	265	31,1	65,7	3,37	4,03	0	0	0	8,71
342	1/200	Компот из свежих плодов	1	0	18	107	14	4	4	1	0	0,02	0,1	68
	2/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	<b>Итого</b>		<b>36,67</b>	<b>18,23</b>	<b>76,48</b>	<b>681,83</b>	<b>113,93</b>	<b>135,11</b>	<b>154,05</b>	<b>7,11</b>	<b>0,27</b>	<b>0,06</b>	<b>0,46</b>	<b>33,21</b>

**ПОЛДНИК**

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C

379	1/200	Кофейный напиток с молоком	3	2,8	16	100	125,8	14	90	0,1	20	0,05	-	1,3
	1/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	<b>Итого</b>													

2 неделя пятница ЗАВТРАК

№ рец	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
219	1/100/40	Сырники из творога со сгущенным молоком	28,88	22,17	48,38	508	381,27	52,70	429,02	1,08	0,14	0,11	0,88	1,15
	1/50	Булочка сдобная	3,73	6,59	30,44	197	9,12	6,16	34,94	0,49	0,00	0,06	0,50	0,00
382	1/200	Какао с молоком	0,26	0,05	15,22	59	8,05	5,24	9,78	0,90	0,00	0,00	0,00	2,90
	1/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	<b>Итого</b>		<b>13,09</b>	<b>29,03</b>	<b>81,23</b>	<b>636</b>	<b>149,25</b>	<b>92,17</b>	<b>207,79</b>	<b>3,38</b>	<b>0,31</b>	<b>0,107</b>	<b>0,784</b>	<b>0,92</b>

ОБЕД

№ рец	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
71	1/100	Огурец свежий	0,8	0,1	2,6	14	20	14	42	0,6	0	0,03	0,03	10
104,105	1/250/25	Суп картофельный с мясными фрикадельками	7,29	5,7	16,99	148,5	31,9	40,01	129,96	1,61	4,95	0,15	0,12	12,34
143	1/150	Рагу овощное	2,4	4,4	10,3	178	42	32	90	1,2	0	0,15	1,6	2,5
243	1/75	Сосиски отварные	7,7	17,3	0,9	192,2	19	11	91,3	1,2	27,2	0,03	0	0
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
	2/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	1/200	Свежие фрукты	0,9	1,45	8,4	38	34	13	23	0,3	0	0,04	0,03	60
	<b>Итого</b>		<b>28,18</b>	<b>32,3</b>	<b>91,63</b>	<b>806,18</b>	<b>92,7</b>	<b>92,6</b>	<b>563,2</b>	<b>12,6</b>	<b>11,24</b>	<b>12,72</b>	<b>20,3</b>	<b>36,65</b>

ПОЛДНИК

№	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
---	-------	-------------------	-------	------	----------	----------------	----------------------	--	--	--	----------	--	--	--

реп						ценность	Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
375/376	1/200	Чай с сахаром	0,10	0,00	16,70	63	5,25	4,40	8,24	0,80	0,00	0,00	0,00	0,10
209	1/40	Яйцо вареное	7,62	6,90	0,42	94	33,00	32,40	111,00	1,62	0,21	0,04	0,26	0,00
	1/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	<b>Итог</b>													

2 неделя суббота ЗАВТРАК

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
175	1/200/20	Каша молочная дружба	5,86	12,04	33,16	264	125,24	36,32	152,66	0,39	0,06	0,12	0,16	1,22
375/376	1/200	Чай с сахаром	0,10	0,00	16,70	63	5,25	4,40	8,24	0,80	0,00	0,00	0,00	0,10
	1/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	<b>Итог</b>		<b>16,43</b>	<b>14,56</b>	<b>62,91</b>	<b>482</b>	<b>208,99</b>	<b>66,86</b>	<b>293,18</b>	<b>3,26</b>	<b>30,81</b>	<b>0,16</b>	<b>0,78</b>	<b>3,81</b>

ОБЕД

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
71	1/100	Помидоры свежие	0,46	3,65	1,43	40,38	13,11	7,78	24,01	0,34	3,85	12,3	0,14	12,2
101	1/250	Суп картофельный с крупой	2,18	2,84	14,29	91,5	24	26,65	67,7	0,96	0	0,11	00	8,25
126	1/150	Картофель отварной с луком	3,2	5,2	22,88	151,36	18	33	0,3	1,2	2,3	1,3	0,02	21,75
294	1/92	Котлета рубленая из птицы	15,97	8,8	14,86	202,4	54,5	20,3	132,9	1,62	43	0,05	0	0,02
342	1/200	Компот из свежих плодов	1	0	18	107	14	4	4	1	0	0,02	0,1	68
	2/25	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	<b>Итог</b>		<b>27,25</b>	<b>16,17</b>	<b>71,19</b>	<b>594,26</b>	<b>97,36</b>	<b>72,94</b>	<b>358,58</b>	<b>4,71</b>	<b>43</b>	<b>0,21</b>	<b>1,8</b>	<b>73,915</b>

ПОЛДНИК

№	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
---	-------	-------------------	-------	------	----------	----------------	----------------------	--	--	--	----------	--	--	--

