

"Согласовано"

Заместитель руководителя управления
Роспотребнадзора Калининградской области



"Согласовано"

Директор



"Утверждаю"

Генеральный директор
ООО "КК Русский пир"



Д. А. Кененсаринова

27 июля 2020 г.

Примерный двухнедельный рацион (14 дней) питания для учащихся ГБУ КО ПОО "Колледж информационных технологий и строительства" 2020-2021 г.г.

Сезон: ранняя Осень с Приложениями по сезонным заменам: поздняя Осень; Зима; Весна

По рекомендациям СанПиН 2.4.5.2409-08

На основании Сборника рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях изд. Москва Дели принт 2011 г.

Возрастная градация 15-18 лет

Наименование блюд	№ рецептуры	Выход, г	пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность, ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
01 день														
Завтрак														
1 Омлет 1/200	706 (СР № 210)	200	16,226	20,644	2,472	260,588	0,084	0	0,307	5,040	115,960	262,501	20,000	3,092
2 Хлеб пшеничный 1/30	-/	30	1,971	0,369	12,195	59,985	0,060	0		0,690	9,900	58,200	17,100	1,350
3 Бутерброд с маслом и твердым сыром 1/30/10/15	16 (СР №3)	55	5,996	11,609	12,325	177,765	0,066	0	0,072	0,850	162,300	151,200	25,390	1,370
4 Какао с молоком 1/200	707 (СР № 382)	200	3,386	2,800	19,974	118,640	0,002	0	0,020	0,006	127,510	103,103	23,500	0,586
Итого:			27,579	35,422	46,966	616,978	0,212	0	0,398	6,586	415,670	575,004	85,990	6,399
Обед														
1 Салат Витаминный с морковью 1/100	87 (СР №49)	100	1,052	6,107	6,221	84,052	0,051	0	1,203	2,939	26,725	43,460	28,470	0,602
2 Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/250	1438 (СР № 96)	250	5,468	9,169	23,506	198,421	0,083	0	0,222	2,838	42,013	78,562	25,070	1,246
3 Тефтеля куриная в соусе 1/100	770 (СР № 301)	100	16,564	6,789	21,196	212,140	0,086	0	0,032	2,697	18,547	137,802	62,126	1,211
4 Картофельное пюре с маслом 1/180	720 (СР № 312)	180	3,911	5,858	26,464	174,223	0,185	0	0,031	0,217	55,926	116,802	39,598	1,477
5 Кисель фруктово-ягодный 1/200	670 (СР № 359)	200	0,072		31,700	127,088		70			8,424	0,005	1,800	0,037
6 Хлеб ржано-пшеничный 1/40	-/	40	2,628	0,492	16,260	79,980	0,080	0		0,920	13,200	77,600	22,800	1,800
7 Хлеб пшеничный 1/40	-/	40	2,628	0,492	16,260	79,980	0,080	0		0,920	13,200	77,600	22,800	1,800
Итого:			32,324	28,907	141,606	955,884	0,565	70	1,488	10,530	178,034	531,832	202,664	8,173
Полдник														

<i>Итого:</i>				7,021	8,265	72,730	393,389	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800
<i>Ужин</i>															
1 Рыба запеченная в белом соусе	812(232)	100	17,506	10,205	7,207	190,697	0,163	0,000	0,012	1,320	48,630	295,690	15,120	0,750	
2 Рис отварной с маслом	700(304)	180	4,775	6,206	39,331	232,278	0,215	0,000	0,005	0,567	49,536	209,891	20,880	1,392	
3 Чай заварной с сахаром	675(376)	200	0,600	0,153	75,057	304,005	0,020	0,000	0,000	0,000	14,070	6,050	5,060	0,600	
4 Хлеб ржано-пшеничный		60	4,611	1,072	30,184	148,828	0,120	0,000	0,000	1,020	19,800	116,400	15,000	0,700	
<i>Итого:</i>			27,492	17,636	151,779	875,808	0,518	0,000	0,017	2,907	132,036	628,031	56,060	3,442	
Всего:			108,962	90,247	430,107	2968,499	0,993	70,000	0,111	7,174	606,232	1776,755	268,780	23,475	

2 день (вторник)

<i>Завтрак</i>															
1 Каша манная молочная с маслом	727(181)	200	4,985	6,715	16,740	147,335	0,910	0,000	0,018	0,570	123,095	161,853	20,994	1,552	
2 Хлеб пшеничный с маслом	1468 (1)	30/5	2,011	3,994	12,260	93,030	0,034	0,000	0,040	0,850	8,100	26,350	3,940	0,380	
3 Оладьи с творогом с ягодным соусом	165(404)	100/30	9,417	7,380	43,945	279,868	0,109	0,000	0,042	1,029	131,955	165,370	23,450	0,988	
4 Кофейный напиток с молоком	713(379)	200	1,754	1,512	19,559	98,860	0,002	0,000	0,020	0,024	82,970	56,980	10,600	0,158	
<i>Итого:</i>			18,167	19,601	92,504	619,093	1,055	0,000	0,120	2,473	346,120	410,553	58,984	3,078	
<i>Обед</i>															
1 Салат из свежей капусты с огурцом	1752 (45)	100	1,506	6,095	4,895	80,459	0,055	0,000	0,004	0,408	39,370	65,500	32,760	0,617	
2 Суп Полевой с рыбой	150(115)	250	8,542	6,460	27,111	200,752	0,236	0,000	0,002	1,840	54,218	108,546	15,885	2,334	
3 Макаронник с курицей	509(285)	250	27,088	8,897	64,606	446,849	0,000	0,000	0,000	0,000	27,490	173,200	81,700	1,470	
5 Компот из изюма	201(348)	200	0,435	0,090	24,870	102,03	0,000	70,000	0,000	1,300	51,200	38,000	29,300	0,000	
6 Хлеб ржано-пшеничный		40	3,020	0,850	17,020	87,810	0,070	0,000	0,010	0,600	8,400	37,300	9,300	0,600	
7 Хлеб пшеничный		40	3,060	0,600	19,280	94,760	0,020	0,000	0,010	0,200	6,100	31,000	6,200	0,200	
<i>Итого:</i>			43,65	22,99	157,78	1012,66	0,38	70,00	0,03	4,35	186,78	453,55	175,15	5,22	
<i>Полдник</i>															
1 Сок фруктовый в ассортименте		200	0,000	0,000	23,400	93,600	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	
2 Булочка сдобная		шт	7,021	8,265	49,330	299,789	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800	
<i>Итого:</i>			7,021	8,265	72,730	393,389	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800	
<i>Ужин</i>															
1 Тефтеля мясная в соусе	323 (279)	100	10,689	17,084	20,968	280,384	0,000	0,000	0,000	0,000	36,440	253,450	54,100	3,100	
2 Картофельное пюре	720(312)	180	4,045	5,885	27,549	179,341	0,154	0,000	0,000	0,181	46,060	97,330	33,000	1,200	
3 Чай заварной с сахаром	675(376)	200	0,600	0,153	75,057	304,005	0,020	0,000	0,000	0,000	14,070	6,050	5,060	0,600	
4 Хлеб ржано-пшеничный		60	4,611	1,072	30,184	148,828	0,120	0,000	0,000	1,020	19,800	116,400	15,000	0,700	
<i>Итого:</i>			19,945	24,194	153,758	912,558	0,294	0,000	0,000	1,201	116,370	473,230	107,160	5,600	
Всего:			88,784	75,052	476,774	2937,700	1,373	0,000	0,134	3,882	478,790	992,383	182,434	9,678	

3 день (среда)

<i>Завтрак</i>															
1 Пудинг творожный с изюмом	923(222)	180	29,157	16,675	46,080	451,023	0,080	0,000	0,060	0,056	229,600	282,700	32,400	0,800	
2 Хлеб пшеничный с маслом	1468 (1)	30/5	2,011	3,994	12,260	93,030	0,034	0,000	0,040	0,850	8,100	26,350	3,940	0,380	
3 Чай с молоком	665(378)	200	1,570	1,281	17,411	87,453	0,002	0,000	0,020	0,024	82,970	56,980	10,600	0,158	
<i>Итого:</i>			32,738	21,950	75,751	631,506	0,116	0,000	0,120	0,930	320,670	366,030	46,940	1,338	
<i>Обед</i>															
1 Салат из свежих огурцов	1114(20)	100	0,613	8,095	3,370	88,787	0,026	0,000	0,013	1,630	38,925	29,270	13,800	0,595	

2	Борщ со свежей капусты с картофелем	1439(82)	250	5,508	8,928	20,589	184,740	0,062	0,000	0,002	1,019	62,302	58,146	17,887	1,526
3	Оладьи из пчени в белом соусе (или суфле)	712(282)	100	13,340	10,036	23,065	235,944	0,000	0,000	0,000	0,000	22,690	174,440	22,680	2,500
4	Картофель отварной с маслом	711(310)	180	3,650	4,325	29,422	171,213	0,217	0,000	0,000	0,000	19,500	48,900	8,900	0,900
5	Компот из яблок	690(342)	200	0,080	0,080	16,930	68,76	0,008	70,000	0,000	0,050	13,750	2,756	4,250	0,627
6	Хлеб ржано-пшеничный		40	3,020	0,850	17,020	87,810	0,070	0,000	0,010	0,600	8,400	37,300	9,300	0,600
7	Хлеб пшеничный		40	3,060	0,600	19,280	94,760	0,020	0,000	0,010	0,200	6,100	31,000	6,200	0,200
	Итого:			29,271	32,914	129,676	932,014	0,403	70,000	0,035	3,499	171,667	381,812	83,017	6,948
	Полдник														
1	Сок фруктовый в ассортименте		200	0,000	0,000	23,400	93,600	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
2	Булочка слобная		шт	7,021	8,265	49,330	299,789	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800
	Итого:			7,021	8,265	72,730	393,389	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800
	Ужин														
1	Плов с мясом	692(265)	300	21,060	33,383	73,668	679,359	0,838	0,000	0,480	1,100	68,070	391,685	24,457	2,978
2	Чай заварной с сахаром	675(376)	200	0,600	0,153	75,057	304,005	0,020	0,000	0,000	0,000	14,070	6,050	5,060	0,600
3	Хлеб ржано-пшеничный		60	4,611	1,072	30,184	148,828	0,120	0,000	0,000	1,020	19,800	116,400	15,000	0,700
	Итого:			26,271	34,608	178,909	1132,192	0,978	0,000	0,480	2,120	101,940	514,135	44,517	4,278
	Всего:			95,301	97,737	457,066	3089,101	1,118	0,000	0,614	3,258	438,910	988,765	107,747	6,616

4 день (четверг)

	Завтрак														
1	Каша пшеничная молочная с маслом	676(175)	200	5,963	7,465	29,098	207,429	0,910	0,000	0,018	0,570	123,095	161,853	20,994	1,552
2	Хлеб пшеничный		30	2,300	0,460	14,460	71,180	0,034	0,000	0,040	0,850	8,100	26,350	3,940	0,380
3	Бутерброд с маслом и ветчиной	1065(4)	30/5/15	4,425	7,885	15,485	150,605	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800
4	Какао с молоком	707(382)	200	3,386	2,800	19,974	118,640	0,000	0,000	0,020	0,018	132,900	129,300	40,500	1,500
5	Фрукты свежие		200	0,800	0,800	19,600	88,800	0,045	0,000	0,001	0,200	24,000	20,560	6,750	3,300
	Итого:			16,874	19,410	98,617	636,654	0,993	0,000	0,083	1,646	298,295	415,663	82,274	7,532
	Обед														
1	Салат из свежих огурцов и помидор	1114(20)	100	0,601	6,141	3,747	72,661	0,019	0,000	0,000	0,965	38,460	41,290	20,900	1,345
2	Суп картофельный с рисом	01)	250	5,083	8,249	23,634	189,109	0,108	0,000	0,002	0,950	44,418	77,421	31,635	1,256
3	Биточек куриный в соусе	140(234)	100	16,527	9,090	22,336	237,262	0,078	0,000	0,000	1,994	15,972	145,439	68,151	1,306
4	Макаронны отварные с маслом	669(309)	180	8,134	5,611	55,791	306,199	0,217	0,000	0,000	0,000	19,500	48,900	8,900	0,900
5	Компот из яблок и ягод	448(344)	200	0,100	0,075	16,920	68,76	0,000	70,000	0,000	0,088	19,070	11,330	5,500	0,600
6	Хлеб ржано-пшеничный		40	3,020	0,850	17,020	87,810	0,070	0,000	0,010	0,600	8,400	37,300	9,300	0,600
7	Хлеб пшеничный		40	3,060	0,600	19,280	94,760	0,020	0,000	0,010	0,200	6,100	31,000	6,200	0,200
	Итого:			36,53	30,62	158,73	1056,56	0,51	70,00	0,02	4,80	151,92	392,68	150,59	6,21
	Полдник														
1	Сок фруктовый в ассортименте		200	0,000	0,000	23,400	93,600	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
2	Булочка слобная		шт	7,021	8,265	49,330	299,789	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800
	Итого:			7,021	8,265	72,730	393,389	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800
	Ужин														
1	Жаркое по-домашнему с мясом	728(259)	300	19,702	32,185	61,057	612,701	0,154	0,000	0,000	0,181	46,060	97,330	33,000	1,200
2	Чай заварной с сахаром	675(376)	200	0,600	0,153	75,057	304,005	0,020	0,000	0,000	0,000	14,070	6,050	5,060	0,600
3	Хлеб ржано-пшеничный		60	4,611	1,072	30,184	148,828	0,120	0,000	0,000	1,020	19,800	116,400	15,000	0,700

<i>Итого:</i>				24,913	33,410	166,298	1065,534	0,294	0,000	0,000	1,201	79,930	219,780	53,060	2,500
Всего:				85,333	91,701	496,373	3152,133	1,311	0,000	0,097	3,055	394,525	744,043	151,624	11,032

5 день (пятница)

Завтрак															
1	Каша рисовая молочная с маслом	721(175)	200	4,763	7,255	27,838	287,43	0,100	0,000	0,060	2,900	116,000	202,000	96,400	2,900
2	Хлеб пшеничный с маслом	1468 (1)	30/5	2,011	3,994	12,260	93,030	0,034	0,000	0,040	0,850	8,100	26,350	3,940	0,380
3	Оладьи с творогом с ягодным соусом	165(404)	100/30	9,417	7,380	43,945	279,868	0,109	0,000	0,042	1,029	131,955	165,370	23,450	0,988
4	Кофейный напиток с молоком	713(379)	200	1,754	1,512	19,559	98,860	0,002	0,000	0,020	0,024	82,970	56,980	10,600	0,158
<i>Итого:</i>				17,945	20,141	103,602	759,187	0,245	0,000	0,162	4,803	339,025	450,700	134,390	4,426
Обед															
1	Салат из свежей капусты с огурцом	1752 (45)	100	1,506	6,095	4,895	80,459	0,055	0,000	0,004	0,408	39,370	65,500	32,760	0,617
2	Свекольник со сметаной	(81)	250	5,048	8,979	22,501	191,01	0,062	0,000	0,002	0,223	2,516	53,172	24,865	1,448
3	Котлета мясная в соусе	696(268)	100	10,965	19,782	22,12	310,378	0,55	0,000	0,002	1,54	15,972	126,709	17,901	1,156
4	Рагу из овощей	448(143)	180	3,446	8,555	32,772	221,867	0,15	0,000	0,002	1,37	56,7	95,388	44,013	1,601
5	Компот из ягод	658(342)	200	0,160	0,060	16,890	68,74	0,000	70,000	0,000	0,000	51,200	38,000	29,300	0,000
6	Хлеб ржано-пшеничный		40	3,020	0,850	17,020	87,810	0,070	0,000	0,010	0,600	8,400	37,300	9,300	0,600
7	Хлеб пшеничный		40	3,060	0,600	19,280	94,760	0,020	0,000	0,010	0,200	6,100	31,000	6,200	0,200
<i>Итого:</i>				27,21	44,92	135,48	1055,02	0,91	70,00	0,03	4,34	180,26	447,07	164,34	5,62
Полдник															
1	Сок фруктовый в ассортименте		200	0,000	0,000	23,400	93,600	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
2	Булочка слобная		шт	7,021	8,265	49,330	299,789	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800
<i>Итого:</i>				7,021	8,265	72,730	393,389	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800
Ужин															
1	Рыба запеченная в белом соусе	812(232)	100	17,506	10,205	7,207	190,697	0,163	0,000	0,012	1,320	48,630	295,690	15,120	0,750
2	Рис отварной с маслом	700(304)	180	4,775	6,206	39,331	232,278	0,215	0,000	0,005	0,567	49,536	209,891	20,880	1,392
3	Чай заварной с сахаром	675(376)	200	0,600	0,153	75,057	304,005	0,020	0,000	0,000	0,000	14,070	6,050	5,060	0,600
4	Хлеб ржано-пшеничный		60	4,611	1,072	30,184	148,828	0,120	0,000	0,000	1,020	19,800	116,400	15,000	0,700
<i>Итого:</i>				27,492	17,636	151,779	875,808	0,518	0,000	0,017	2,907	132,036	628,031	56,060	3,442
Всего:				79,663	90,963	463,589	3083,405	1,674	70,000	0,213	12,059	661,519	1603,400	364,879	14,290

6 день (суббота)

Завтрак															
1	Суп молочный с вермишелью	802(120)	200	4,559	6,739	23,248	171,879	0,910	0,000	0,018	0,570	123,095	161,853	20,994	1,552
2	Хлеб пшеничный		30	2,300	0,460	14,460	71,180	0,034	0,000	0,040	0,850	8,100	26,350	3,940	0,380
3	Бутерброд с маслом и твердым сыром	14 (3)	30/5/15	6,235	8,485	15,485	163,245	0,027	0,000	0,000	0,600	155,000	104,500	10,870	0,200
4	Чай с молоком	665(378)	200	1,570	1,281	17,411	87,453	0,002	0,000	0,020	0,024	82,970	56,980	10,600	0,158
3	Фрукты свежие		200	0,800	0,800	19,600	88,800	0,045	0,000	0,001	0,200	24,000	20,560	6,750	3,300
<i>Итого:</i>				15,464	17,765	90,204	582,557	1,018	0,000	0,079	2,244	393,165	370,243	53,154	5,590
Обед															
1	Салат из помидоров с луком	1112(23)	100	0,650	6,184	11,770	105,336	0,026	0,000	0,013	1,630	38,925	29,270	13,800	0,595
2	Суп гороховый	764(102)	250	8,433	8,389	27,304	218,449	0,236	0,000	0,002	1,840	54,218	108,546	15,885	2,334
3	Гуляш из курицы	716 (260)	150	28,088	5,789	9,900	204,053	0,000	0,000	0,000	0,000	27,490	173,200	81,700	1,470
4	Каша гречневая с маслом	680(302)	180	7,988	6,647	36,055	235,995	0,272	0,000	0,002	0,050	27,216	190,984	20,520	4,288

5	Компот из изюма	201(348	200	0,435	0,090	24,870	102,03	0,000	70,000	0,000	1,300	51,200	38,000	29,300	0,000
6	Хлеб ржано-пшеничный		40	3,020	0,850	17,020	87,810	0,070	0,000	0,010	0,600	8,400	37,300	9,300	0,600
7	Хлеб пшеничный		40	3,060	0,600	19,280	94,760	0,020	0,000	0,010	0,200	6,100	31,000	6,200	0,200
	<i>Итого:</i>			51,674	28,549	146,199	1048,433	0,624	70,000	0,037	5,620	213,549	608,300	176,705	9,487
	<i>Полдник</i>														
1	Сок фруктовый в ассортименте		200	0,000	0,000	23,400	93,600	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
2	Булочка сдобная		шт	7,021	8,265	49,330	299,789	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800
	<i>Итого:</i>			7,021	8,265	72,730	393,389	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800
	<i>Ужин</i>														
1	Тефтеля мясная в соусе	323(279	100	10,689	17,084	20,968	280,384	0,000	0,000	0,000	0,000	36,440	253,450	54,100	3,100
2	Картофельное пюре	720(312	180	4,045	5,885	27,549	179,341	0,154	0,000	0,000	0,181	46,060	97,330	33,000	1,200
3	Чай заварной с сахаром	675(376	200	0,600	0,153	75,057	304,005	0,020	0,000	0,000	0,000	14,070	6,050	5,060	0,600
4	Хлеб ржано-пшеничный		60	4,611	1,072	30,184	148,828	0,120	0,000	0,000	1,020	19,800	116,400	15,000	0,700
	<i>Итого:</i>			19,945	24,194	153,758	912,558	0,294	0,000	0,000	1,201	116,370	473,230	107,160	5,600
	Всего:			94,104	78,773	462,891	2936,937	1,336	0,000	0,093	3,653	525,835	952,073	176,604	12,190
7 день (воскресенье)															
	<i>Завтрак</i>														
1	Омлет натуральный	706(210	200	16,226	22,881	3,482	284,761	0,000	0,000	0,000	0,000	95,970	203,680	16,050	2,320
2	Хлеб пшеничный		30	2,300	0,460	14,460	71,180	0,034	0,000	0,040	0,850	8,100	26,350	3,940	0,380
3	Бутерброд с маслом и ветчиной	1065(4)	30/5/15	4,425	7,885	15,485	150,605	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800
4	Какао с молоком	707(382	200	3,386	2,800	19,974	118,640	0,000	0,000	0,020	0,018	132,900	129,300	40,500	1,500
	<i>Итого:</i>			26,337	34,026	53,401	625,186	0,038	0,000	0,064	0,876	247,170	436,930	70,580	5,000
	<i>Обед</i>														
1	Салат из свеклы	1682(52	100	1,454	6,091	8,527	94,743	0,019	0,000	0,000	0,965	38,460	41,290	20,900	1,345
2	Суп картофельный с рисом	01)	250	5,083	8,249	23,634	189,109	0,108	0,000	0,002	0,950	44,418	77,421	31,635	1,256
3	Котлета рыбная в белом соусе	767(234	100	12,541	25,581	22,170	369,073	0,000	0,000	0,000	0,000	22,690	174,440	22,680	2,500
4	Картофель отварной с маслом	711(310)	180	3,650	4,325	29,422	171,213	0,217	0,000	0,000	0,000	19,500	48,900	8,900	0,900
5	Компот из яблок	690(342	200	0,080	0,080	16,930	68,76	0,008	70,000	0,000	0,050	13,750	2,756	4,250	0,627
6	Хлеб ржано-пшеничный		40	3,020	0,850	17,020	87,810	0,070	0,000	0,010	0,600	8,400	37,300	9,300	0,600
7	Хлеб пшеничный		40	3,060	0,600	19,280	94,760	0,020	0,000	0,010	0,200	6,100	31,000	6,200	0,200
	<i>Итого:</i>			28,888	45,776	136,983	1075,468	0,442	70,000	0,022	2,765	153,318	413,107	103,865	7,428
	<i>Полдник</i>														
1	Сок фруктовый в ассортименте		200	0,000	0,000	23,400	93,600	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
2	Булочка сдобная		шт	7,021	8,265	49,330	299,789	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800
	<i>Итого:</i>			7,021	8,265	72,730	393,389	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800
	<i>Ужин</i>														
1	Капуста тушеная с мясом	13(256/3	300	20,101	35,345	38,370	551,989	0,087	0,000	0,180	1,250	113,512	87,640	15,758	1,680
2	Чай заварной с сахаром	675(376	200	0,600	0,153	75,057	304,005	0,020	0,000	0,000	0,000	14,070	6,050	5,060	0,600
3	Хлеб ржано-пшеничный		60	4,611	1,072	30,184	148,828	0,120	0,000	0,000	1,020	19,800	116,400	15,000	0,700
	<i>Итого:</i>			25,312	36,570	143,611	1004,822	0,227	0,000	0,180	2,270	147,382	210,090	35,818	2,980
	Всего:			87,558	124,637	406,725	3098,865	0,289	0,000	0,258	3,354	410,852	755,620	122,688	8,980

8 день (понедельник)

Завтрак															
1	Запеканка творожная с ягодным соусом	615(223)	180/40	31,840	15,175	51,547	470,123	0,080	0,000	0,060	0,056	229,600	282,700	32,400	0,800
2	Хлеб пшеничный с маслом	1468 (1)	30/5	2,011	3,994	12,260	93,030	0,034	0,000	0,040	0,850	8,100	26,350	3,940	0,380
3	Кофейный напиток с молоком	713(379)	200	1,754	1,512	19,559	98,860	0,002	0,000	0,020	0,024	82,970	56,980	10,600	0,158
	Итого:			35,605	20,681	83,366	662,013	0,116	0,000	0,120	0,930	320,670	366,030	46,940	1,338
Обед															
1	Салат из свежих огурцов	1114(20)	100	0,613	8,095	3,370	88,787	0,026	0,000	0,013	1,630	38,925	29,270	13,800	0,595
2	Суп овощной со сметаной	1475(99)	250	5,141	9,029	19,236	178,769	0,006	0,000	0,002	1,250	63,300	102,360	15,670	1,400
3	Каша гречневая с мясом	789(291)	250	20,175	28,062	53,468	547,130	0,000	0,000	0,000	0,000	48,630	295,690	45,180	1,240
4	Кисель фруктово-ягодный	670(359)	200	0,072	0,000	31,700	127,088	0,000	70,000	0,000	0,088	19,070	11,330	5,500	0,600
5	Хлеб ржано-пшеничный		40	3,020	0,850	17,020	87,810	0,070	0,000	0,010	0,600	8,400	37,300	9,300	0,600
6	Хлеб пшеничный		40	3,060	0,600	19,280	94,760	0,020	0,000	0,010	0,200	6,100	31,000	6,200	0,200
	Итого:			32,081	46,636	144,074	1124,344	0,122	70,000	0,035	3,768	184,425	506,950	95,650	4,635
Полдник															
1	Сок фруктовый в ассортименте		200	0,000	0,000	23,400	93,600	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
2	Булочка слобная		шт	7,021	8,265	49,330	299,789	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800
	Итого:			7,021	8,265	72,730	393,389	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800
Ужин															
1	Мясо птицы тушеное с овощами	820(292)	150	28,092	8,093	19,209	262,041	0,742	0,000	0,042	1,190	33,430	175,850	14,780	1,936
2	Картофельное пюре	720(312)	180	4,045	5,885	27,549	179,341	0,154	0,000	0,000	0,181	46,060	97,330	33,000	1,200
3	Чай заварной с сахаром	675(376)	200	0,600	0,153	75,057	304,005	0,020	0,000	0,000	0,000	14,070	6,050	5,060	0,600
4	Хлеб ржано-пшеничный		60	4,611	1,072	30,184	148,828	0,120	0,000	0,000	1,020	19,800	116,400	15,000	0,700
	Итого:			37,348	15,203	151,999	894,215	1,036	0,000	0,042	2,391	113,360	395,630	67,840	4,436
	Всего:			112,055	90,785	452,169	3073,961	1,278	70,000	0,201	7,097	628,655	1346,210	220,520	11,209

9 день (вторник)

Завтрак															
1	Каша пшеничная молочная с маслом	676(175)	200	5,963	7,465	29,098	207,429	0,910	0,000	0,018	0,570	123,095	161,853	20,994	1,552
2	Хлеб пшеничный		30	2,300	0,460	14,460	71,180	0,034	0,000	0,040	0,850	8,100	26,350	3,940	0,380
3	Бутерброд с маслом и твердым сыром	14 (3)	30/5/15	6,235	8,485	15,485	163,245	0,027	0,000	0,000	0,600	155,000	104,500	10,870	0,200
4	Чай с молоком	665(378)	200	1,570	1,281	17,411	87,453	0,002	0,000	0,020	0,024	82,970	56,980	10,600	0,158
5	Фрукты свежие		200	0,800	0,800	19,600	88,800	0,045	0,000	0,001	0,200	24,000	20,560	6,750	3,300
	Итого:			16,868	18,491	96,054	618,107	1,018	0,000	0,079	2,244	393,165	370,243	53,154	5,590
Обед															
1	Салат Витаминный	87 (49)	100	1,052	6,107	6,221	84,055	0,019	0,000	0,000	0,965	38,460	41,290	20,900	1,345
2	Борщ со свежей капусты с картофелем	1439(82)	250	5,508	8,928	20,589	184,740	0,062	0,000	0,002	1,019	62,302	58,146	17,887	1,526
3	Котлета мясная в соусе	696(268)	100	10,965	19,782	22,12	310,378	0,55	0,000	0,002	1,54	15,972	126,709	17,901	1,156
4	Макаронные отварные с маслом	669 (309)	180	8,134	5,611	55,791	306,199	0,217	0,000	0,000	0,000	19,500	48,900	8,900	0,900
5	Компот из изюма	201(348)	200	0,435	0,090	24,870	102,03	0,000	70,000	0,000	1,300	51,200	38,000	29,300	0,000
6	Хлеб ржано-пшеничный		40	3,020	0,850	17,020	87,810	0,070	0,000	0,010	0,600	8,400	37,300	9,300	0,600
7	Хлеб пшеничный		40	3,060	0,600	19,280	94,760	0,020	0,000	0,010	0,200	6,100	31,000	6,200	0,200
	Итого:			32,174	41,968	165,891	1169,972	0,938	70,000	0,024	5,624	201,934	381,345	110,388	5,727

Полдник														
1	Сок фруктовый в ассортименте		200	0,000	0,000	23,400	93,600	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
2	Булочка сдобная		шт	7,021	8,265	49,330	299,789	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090
Итого:				7,021	8,265	72,730	393,389	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090
Ужин														
1	Сосиски отварные	760(243)	100	11,300	22,000	1,190	247,960	0,232	0,000	0,068	2,470	80,233	228,184	109,345
2	Капуста тушеная	718(321)	180	4,492	7,659	28,777	202,007	0,272	0,000	0,002	0,050	27,216	190,984	20,520
3	Чай заварной с сахаром	675(376)	200	0,600	0,153	75,057	304,005	0,020	0,000	0,000	0,000	14,070	6,050	5,060
4	Хлеб ржано-пшеничный		40	4,611	1,072	30,184	148,828	0,120	0,000	0,000	1,020	19,800	116,400	15,000
Итого:				21,003	30,884	135,208	902,800	0,644	0,000	0,070	3,540	141,319	541,618	149,925
Всего:				77,066	99,608	469,883	3084,268	1,686	0,000	0,163	5,992	550,784	1020,461	219,369

10 день (среда)

Завтрак														
1	Омлет натуральный	706(210)	200	16,226	22,881	3,482	284,761	0,000	0,000	0,000	0,000	95,970	203,680	16,050
2	Хлеб пшеничный		30	2,300	0,460	14,460	71,180	0,034	0,000	0,040	0,850	8,100	26,350	3,940
3	Бутерброд с маслом и ветчиной	1065(4)	30/5/15	4,425	7,885	15,485	150,605	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090
4	Какао с молоком	707(382)	200	3,386	2,800	19,974	118,640	0,000	0,000	0,020	0,018	132,900	129,300	40,500
5	Фрукты свежие		200	0,800	0,800	19,600	88,800	0,045	0,000	0,001	0,200	24,000	20,560	6,750
Итого:				27,137	34,826	73,001	713,986	0,083	0,000	0,065	1,076	271,170	457,490	77,330
Обед														
1	Салат из свежей капусты с огурцом	1752 (45)	100	1,506	6,095	4,895	80,459	0,055	0,000	0,004	0,408	39,370	65,500	32,760
2	Суп картофельный с вермишелью	(103)	250	5,362	8,104	24,179	191,100	0,108	0,000	0,002	0,950	44,418	77,421	31,635
3	Оладьи из печени в белом соусе (или суфле)	712(282)	100	13,340	10,036	23,065	235,944	0,000	0,000	0,000	0,000	22,690	174,440	22,680
2	Картофельное пюре	720(312)	180	4,045	5,885	27,549	179,341	0,154	0,000	0,000	0,181	46,060	97,330	33,000
5	Компот из яблок	690(342)	200	0,080	0,080	16,930	68,76	0,008	70,000	0,000	0,050	13,750	2,756	4,250
6	Хлеб ржано-пшеничный		40	3,020	0,850	17,020	87,8	0,070	0,000	0,010	0,600	8,400	37,300	9,300
7	Хлеб пшеничный		40	3,060	0,600	19,280	94,760	0,020	0,000	0,010	0,200	6,100	31,000	6,200
Итого:				30,413	31,650	132,918	938,174	0,415	70,000	0,026	2,389	180,788	485,747	139,825
Полдник														
1	Сок фруктовый в ассортименте		200	0,000	0,000	23,400	93,600	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
2	Булочка сдобная		шт	7,021	8,265	49,330	299,789	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090
Итого:				7,021	8,265	72,730	393,389	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090
Ужин														
1	Плов с курицей	443 (291)	300	28,882	15,829	74,002	553,997	0,838	0,000	0,480	1,100	68,070	391,685	24,457
2	Чай заварной с сахаром	675(376)	200	0,600	0,153	75,057	304,005	0,020	0,000	0,000	0,000	14,070	6,050	5,060
3	Хлеб ржано-пшеничный		60	4,611	1,072	30,184	148,828	0,120	0,000	0,000	1,020	19,800	116,400	15,000
Итого:				34,093	17,054	179,243	1006,830	0,978	0,000	0,480	2,120	101,940	514,135	44,517
Всего:				98,664	91,795	457,892	3052,379	1,085	0,000	0,559	3,404	389,410	1080,225	138,137

11 день (четверг)

Завтрак														
1	Каша геркулесовая молочная	694(173)	200	6,203	8,335	27,688	210,579	0,910	0,000	0,018	0,570	123,095	161,853	20,994
2	Хлеб пшеничный		30	2,300	0,460	14,460	71,180	0,034	0,000	0,040	0,850	8,100	26,350	3,940

3	Бутерброд с маслом и твердым сыром	14 (3)	30/5/15	6,235	8,485	15,485	163,245	0,027	0,000	0,000	0,600	155,000	104,500	10,870	0,200
4	Кофейный напиток с молоком	713(379)	200	1,754	1,512	19,559	98,860	0,002	0,000	0,020	0,024	82,970	56,980	10,600	0,158
	<i>Итого:</i>			16,492	18,792	77,192	543,864	0,973	0,000	0,078	2,044	369,165	349,683	46,404	2,290
	Обед														
1	Салат из помидоров с луком	1112(23)	100	0,650	6,184	11,770	105,336	0,026	0,000	0,013	1,630	38,925	29,270	13,800	0,595
2	Суп гороховый	764(102)	250	8,433	8,389	27,304	218,449	0,236	0,000	0,002	1,840	54,218	108,546	15,885	2,334
3	Рисовая запеканка с курицей	311(285)	250	23,407	11,456	55,697	419,520	0,000	0,000	0,000	0,000	27,490	173,200	81,700	1,470
4	Компот из яблок и ягод	448(344)	200	0,100	0,075	16,920	68,755	0,000	70,000	0,000	0,088	19,070	11,330	5,500	0,600
6	Хлеб ржано-пшеничный		40	4,620	0,560	22,620	114,000	0,120	0,000	0,000	1,020	19,800	116,400	15,000	0,700
7	Хлеб пшеничный		40	3,200	0,400	19,400	94,000	0,008	0,000	0,000	0,000	10,800	50,000	7,600	0,004
	<i>Итого:</i>			40,410	27,064	153,711	1020,060	0,390	70,000	0,015	4,578	170,303	488,746	139,485	5,703
	Полдник														
1	Сок фруктовый в ассортименте		200	0,000	0,000	23,400	93,600	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
2	Булочка сдобная		шт	7,021	8,265	49,330	299,789	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800
	<i>Итого:</i>			7,021	8,265	72,730	393,389	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800
	Ужин														
3	Котлета рыбная в белом соусе	767(234)	100	12,541	25,581	22,170	369,073	0,000	0,000	0,000	0,000	22,690	174,440	22,680	2,500
4	Картофель тушеный	699(145)	180	3,456	9,603	32,949	232,047	0,154	0,000	0,000	0,181	46,060	97,330	33,000	1,200
2	Чай заварной с сахаром	675(376)	200	0,600	0,153	75,057	304,005	0,020	0,000	0,000	0,000	14,070	6,050	5,060	0,600
4	Хлеб ржано-пшеничный		60	4,611	1,072	30,184	148,828	0,120	0,000	0,000	1,020	19,800	116,400	15,000	0,700
	<i>Итого:</i>			21,208	36,409	160,360	1053,953	0,294	0,000	0,000	1,201	102,620	394,220	75,740	5,000
	Всего:			85,131	90,530	463,993	3011,266	1,279	0,000	0,082	3,253	492,785	871,503	139,834	8,094

12 день (пятница)

	Завтрак														
1	Суп молочный с вермишелью	802(120)	200	4,559	6,739	23,248	171,879	0,910	0,000	0,018	0,570	123,095	161,853	20,994	1,552
2	Хлеб пшеничный с маслом	1468 (1)	30/5	2,011	3,994	12,260	93,030	0,034	0,000	0,040	0,850	8,100	26,350	3,940	0,380
3	Оладьи с творогом с ягодным соусом	165(404)	100/30	9,417	7,380	43,945	279,868	0,109	0,000	0,042	1,029	131,955	165,370	23,450	0,988
4	Чай с молоком	665(378)	200	1,570	1,281	17,411	87,453	0,002	0,000	0,020	0,024	82,970	56,980	10,600	0,158
	<i>Итого:</i>			17,557	19,394	96,864	632,230	1,055	0,000	0,120	2,473	346,120	410,553	58,984	3,078
	Обед														
1	Салат из свежих огурцов	1114(20)	100	0,613	8,095	3,370	88,787	0,026	0,000	0,013	1,630	38,925	29,270	13,800	0,595
2	Свекольник со сметаной	(81)	250	5,048	8,979	22,501	191,007	0,062	0,000	0,002	0,223	2,516	53,172	24,865	1,448
3	Биточек куриный в соусе	140(234)	100	16,527	9,090	22,336	237,262	0,078	0,000	0,000	1,994	15,972	145,439	68,151	1,306
4	Макароны отварные с маслом	669 (309)	180	8,134	5,611	55,791	306,199	0,217	0,000	0,000	0,000	19,500	48,900	8,900	0,900
5	Компот из ягод	658(342)	200	0,160	0,060	16,890	68,740	0,000	70,000	0,000	0,000	51,200	38,000	29,300	0,000
6	Хлеб ржано-пшеничный		40	3,020	0,850	17,020	87,810	0,070	0,000	0,010	0,600	8,400	37,300	9,300	0,600
7	Хлеб пшеничный		40	3,060	0,600	19,280	94,760	0,020	0,000	0,010	0,200	6,100	31,000	6,200	0,200
	<i>Итого:</i>			36,562	33,285	157,188	1074,565	0,473	70,000	0,035	4,647	142,613	383,081	160,516	5,049
	Полдник														
1	Сок фруктовый в ассортименте		200	0,000	0,000	23,400	93,600	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
2	Булочка сдобная		шт	7,021	8,265	49,330	299,789	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800
	<i>Итого:</i>			7,021	8,265	72,730	393,389	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800

Ужин															
1	Сосиски отварные	760(243)	100	11,300	22,000	1,190	247,960	0,232	0,000	0,068	2,470	80,233	228,184	109,345	2,925
2	Картофельное пюре	720(312)	180	4,045	5,885	27,549	179,341	0,154	0,000	0,000	0,181	46,060	97,330	33,000	1,200
3	Чай заварной с сахаром	1675	200	0,120	0,031	15,011	60,803	0,000	0,000	0,000	0,000	12,528	4,950	2,230	0,539
4	Хлеб ржано-пшеничный		60	4,611	1,072	30,184	148,828	0,120	0,000	0,000	1,020	19,800	116,400	15,000	0,700
<i>Итого:</i>				20,076	28,988	73,934	636,932	0,506	0,000	0,068	3,671	158,621	446,864	159,575	5,364
Всего:				81,216	89,932	400,716	2737,116	1,585	0,000	0,202	6,352	521,041	966,017	234,849	9,442

13 день (суббота)

Завтрак															
1	Каша рисовая молочная с маслом	721(175)	200,000	4,763	7,255	27,838	287,429	0,100	0,000	0,060	2,900	116,000	202,000	96,400	2,900
2	Хлеб пшеничный		30	2,300	0,460	14,460	71,180	0,034	0,000	0,040	0,850	8,100	26,350	3,940	0,380
3	Бутерброд с маслом и твердым сыром	14 (3)	30/5/15	6,235	8,485	15,485	163,245	0,027	0,000	0,000	0,600	155,000	104,500	10,870	0,200
4	Чай заварной с сахаром	675(376)	200	0,600	0,153	75,057	304,005	0,020	0,000	0,000	0,000	14,070	6,050	5,060	0,600
5	Фрукты свежие		200	0,800	0,800	19,600	88,800	0,045	0,000	0,001	0,200	24,000	20,560	6,750	3,300
<i>Итого:</i>				14,698	17,153	152,440	914,659	0,226	0,000	0,101	4,550	317,170	359,460	123,020	7,380
Обед															
1	Салат из свежей капусты с огурцом	1752 (45)	100	1,506	6,095	4,895	80,459	0,055	0,000	0,004	0,408	39,370	65,500	32,760	0,617
2	Суп овощной со сметаной	1475(99)	250	5,141	9,029	19,236	178,769	0,006	0,000	0,002	1,250	63,300	102,360	15,670	1,400
3	Котлета куриная	139(294)	100	20,777	10,118	25,816	277,434	0,001	0,000	0,002	0,030	30,280	199,370	47,210	2,500
4	Каша гречневая с маслом	680(302)	180	7,988	6,647	36,055	235,995	0,272	0,000	0,002	0,050	27,216	190,984	20,520	4,288
5	Компот из изюма	201(348)	200	0,435	0,090	24,870	102,03	0,000	70,000	0,000	1,300	51,200	38,000	29,300	0,000
6	Хлеб ржано-пшеничный		40	3,020	0,850	17,020	87,810	0,070	0,000	0,010	0,600	8,400	37,300	9,300	0,600
7	Хлеб пшеничный		40	3,060	0,600	19,280	94,760	0,020	0,000	0,010	0,200	6,100	31,000	6,200	0,200
<i>Итого:</i>				41,927	33,429	147,172	1057,257	0,424	70,000	0,029	3,838	225,866	664,514	160,960	9,605
Полдник															
1	Сок фруктовый в ассортименте		200	0,000	0,000	23,400	93,600	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
2	Булочка сдобная		шт	7,021	8,265	49,330	299,789	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800
<i>Итого:</i>				7,021	8,265	72,730	393,389	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800
Ужин															
1	Рыба запеченная в белом соусе	812(232)	100	17,506	10,205	7,207	190,697	0,163	0,000	0,012	1,320	48,630	295,690	15,120	0,750
2	Картофель отварной с маслом	711(310)	180	3,650	4,325	29,422	171,213	0,217	0,000	0,000	0,000	19,500	48,900	8,900	0,900
3	Чай заварной с сахаром	1675	200	0,120	0,031	15,011	60,803	0,000	0,000	0,000	0,000	12,528	4,950	2,230	0,539
4	Хлеб ржано-пшеничный		60	4,620	0,560	22,620	114,000	0,120	0,000	0,000	1,020	19,800	116,400	15,000	0,700
<i>Итого:</i>				25,896	15,121	74,260	536,713	0,500	0,000	0,012	2,340	100,458	465,940	41,250	2,889
Всего:				89,542	73,968	446,602	2902,018	0,750	0,000	0,127	7,098	433,928	934,000	180,560	11,269

14 день (воскресенье)

Завтрак															
1	Запеканка творожная с ягодным соусом	615(223)	180/40	31,840	15,175	51,547	470,123	0,080	0,000	0,060	0,056	229,600	282,700	32,400	0,800
2	Хлеб пшеничный с маслом	1468 (1)	30/5	2,011	3,994	12,260	93,030	0,034	0,000	0,040	0,850	8,100	26,350	3,940	0,380
3	Кофейный напиток с молоком	713(379)	200	1,754	1,512	19,559	98,860	0,002	0,000	0,020	0,024	82,970	56,980	10,600	0,158
<i>Итого:</i>				35,605	20,681	83,366	662,013	0,116	0,000	0,120	0,930	320,670	366,030	46,940	1,338

Обед															
1	Салат из свеклы	1682 (52)	100	1,454	6,091	8,527	94,743	0,019	0,000	0,000	0,965	38,460	41,290	20,900	1,345
2	Суп картофельный с рисом	1441(1	250	5,038	8,249	23,634	188,929	0,110	0,000	0,000	0,000	38,680	95,490	26,800	1,357
3	Котлета мясная	740(268	100	15,060	23,780	27,152	382,868	0,550	0,000	0,002	1,540	15,972	126,709	17,901	1,156
4	Макароны отварные с маслом	669 (309	180	8,134	5,611	55,791	306,199	0,217	0,000	0,000	0,000	19,500	48,900	8,900	0,900
5	Компот из яблок	690(342	200	0,080	0,080	16,930	68,760	0,008	70,000	0,000	0,050	13,750	2,756	4,250	0,627
6	Хлеб ржано-пшеничный		40	3,020	0,850	17,020	87,810	0,070	0,000	0,010	0,600	8,400	37,300	9,300	0,600
7	Хлеб пшеничный		40	3,060	0,600	19,280	94,760	0,020	0,000	0,010	0,200	6,100	31,000	6,200	0,200
Итого:				35,846	45,261	168,334	1224,069	0,994	70,000	0,022	3,355	140,862	383,445	94,251	6,185
Полдник															
1	Сок фруктовый в ассортименте		200	0,000	0,000	23,400	93,600	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
2	Булочка сдобная		шт	7,021	8,265	49,330	299,789	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800
Итого:				7,021	8,265	72,730	393,389	0,004	0,000	0,004	0,008	10,200	77,600	10,090	0,800
Ужин															
1	Мясо птицы тушеное с овощами	820(292	150	28,092	8,093	19,209	262,041	0,742	0,000	0,042	1,190	33,430	175,850	14,780	1,936
2	Картофельное пюре	720(312	180	4,045	5,885	27,549	179,341	0,154	0,000	0,000	0,181	46,060	97,330	33,000	1,200
3	Чай заварной с сахаром	675(376	200	0,600	0,153	75,057	304,005	0,020	0,000	0,000	0,000	14,070	6,050	5,060	0,600
	Хлеб ржано-пшеничный		60	4,611	1,072	30,184	148,828	0,120	0,000	0,000	1,020	19,800	116,400	15,000	0,700
Итого:				37,348	15,203	151,999	894,215	1,036	0,000	0,042	2,391	113,360	395,630	67,840	4,436
Всего:				115,820	89,410	476,429	3173,686	1,176	0,000	0,176	3,529	450,330	870,260	131,070	6,774

Сезонные замены салатов после 10 октября до 01 марта

День	Прием пищи	Заменяемый салат	№ рец	Сезонный салат
1	Обед	Салат Витаминный	1672 (45)	Салат из свежей капусты с морковью
2	Обед	Салат капустный со свежим огурцом	1682 (52)	Салат из свеклы
3	Обед	Салат из свежих огурцов	1678 (65)	Салат морковный с чесноком
4	Обед	Салат из свежих огурцов и помидор	1809 (67)	Винегрет овощной
5	Обед	Салат капустный со свежим огурцом	1817 (29)	Салат из сырых овощей
6	Обед	Салат из свежих помидор с луком	268 (41)	Салат картофельный с капустой
8	Обед	Салат из свежих огурцов	1678 (65)	Салат морковный с чесноком
9	Обед	Салат Витаминный	1672 (45)	Салат из свежей капусты с морковью
10	Обед	Салат капустный со свежим огурцом	1809 (67)	Винегрет овощной
11	Обед	Салат из свежих помидор с луком	1678	Салат морковный с чесноком
12	Обед	Салат из свежих огурцов	1672	Салат из сырых овощей
13	Обед	Салат капустный со свежим огурцом	268 (41)	Салат картофельный с капустой

Сезонные замены салатов из сырых овощей урожая прошлого года после 01 марта

День	Прием пищи	Заменяемый салат	№ рец	Сезонный салат
1	Обед	Салат из свежей капусты	1803 (47)	Салат из квашеной капусты
2	Обед	Салат из свеклы	1682 (52)	-
3	Обед	Салат морковный с чесноком	1117 (59)	Салат из отварной моркови с зеленым горошком и чесноком
4	Обед	Винегрет овощной	1809 (67)	-
5	Обед	Салат из сырых овощей	558 (37)	Салат картофельный с квашеной капустой
6	Обед	Салат картофельный с капустой	105 (75)	Икра свекольная с луком
8	Обед	Салат морковный с чесноком	108 (75)	Салат из отварной моркови с зеленым горошком и чесноком
9	Обед	Салат из свежей капусты	1803 (47)	Салат из квашеной капусты
10	Обед	Винегрет овощной	1809 (67)	-
11	Обед	Салат морковный с чесноком	108 (75)	Икра морковная
12	Обед	Салат из сырых овощей	1803 (47)	Салат из квашеной капусты
13	Обед	Салат картофельный с капустой	558 (37)	Салат картофельный с квашеной капустой