День	№ тк	Наименование блюда	Возраст детей с 12-18 лет	Белки 12-18 лет	жиры 12-18 лет	Углеводы 12-18 лет	Ккал 12-18 лет	В-1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
День2		Вторник													
завтрак	15	Сыр порциями	15	3,48	4,43	-	52,31	0,007	0,1	39,0	0,07	132,0	75,0	5,2	0,15
	340	Омлет натуральный с маслом сливочным	200/5	13,25	13,19	37,58	351,79	0,11	0,35	424,07	0,95	150,5	332,0	25,35	3,29
	686	Чай с лимоном	200/5	0,13	0,02	15,2	62	-	2,13	-	-	15,33	23,2	12,27	2,13
	п/п	Хлеб пшеничный йодированный	40	1,8	2,3	19,32	93,2	0,04	-	-	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44
	п/п	Творожная масса плодовоягодная	100	8,72	7,22	19	208	0,04	0,5	40,0	0,2	148,0	198,0	21,0	0,4
		итого		22,5	23,0	95,8	678,3/ 25%	0,35	17,5	0,225	3,0	300,0	450,0	75,0	4,25
Обед	27	Салат из свежих помидор со сладким перцем	100	1,1	6,07	3,74	74,4	0,09	20,3	-	3,37	17,21	32,12	17,62	0,83
С 1 ноября	18	Салат из морской капусты	100	1,5	6,14	4,1	75,3	0,1	21,2	-	5,41	17,69	31,58	16,21	0,69
	110	Борщ из свежей капусты с картофелем с говядиной	10/250	5,8	7,36	10,94	103,4	0,05	10,3	-	2,4	34,45	53,03	26,2	1,18
	383	Рыба, запеченная в сметанном соусе	140	14,87	12,68	24,99	185,15	0,1	0,14	38,3	3,19	61,35	179,72	36,08	38,3
	520	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,19	164,7	1,39	4,5	39,78	0,18	45,9	92,34	32,04	1,03
	631	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0,01	1,8	-	-	6,4	4,4	3,6	0,18
	п/п	Хлеб пшеничный йодированный	60	4,8	1,2	28,98	140,28	0,06	-	-	0,78	13,8	52,2	19,8	0,66
	п/п	Хлеб ржано-пшеничный	70	6,4	1,4	34,58	160,93	0,08	-	-	0,63	16,1	74,2	17,5	2,17
	п/п	Сок фруктовый	200	1,0	-	10,2	84,8	0,02	4,0	-	0,2	14,0	14,0	8,0	2,8
		Итого		31,5	32,2	134,2	949,7/ 35%	0,49	24,5	0,315	4,2	420,0	630,0	105,0	5,95
		Всего		54,0	55,2	230,0	1628	0,84	42,0	0,54	7,2	720,0	1080,0	180,0	10,2
				60%	60%	60%	60%								

День	№ тк	Наименование блюда	Возраст детей с 12-18 лет	Белки 12-18 лет	жиры 12-18 лет	Углеводы 12-18 лет	Ккал 12-18 лет	В-1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
День3		Среда													
завтрак	413	Сосиски отварные	100	9,02	8,61	2,64	163,1	--	-	-	0,59	18,82	96,63	10,39	1,18
	516	Макаронные изделия отварные	180	6,61	3,41	31,73	192,14	0,07	-	-	2,34	14,4	41,4	9,0	0,9
	588	Соус томатный с овощами	50	1,3	2,4	4,2	26,86	0,01	0,64	17,25	0,02	16,07	16,32	4,2	0,19
	692	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	0,03	1,47	-	-	158,67	132,0	29,93	2,4
	п/п	Хлеб пшеничный йодированный	40	1,8	2,3	19,32	93,2	0,04	-	-	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44
	424	Булочка домашняя	50	3,64	6,26	21,96	141	0,06	-	2,0	0,65	9,9	35,5	13,7	0,65
		итого		22,5	23,0	95,8	678,3/ 25%	0,35	17,5	0,225	3,0	300,0	450,0	75,0	4,25
обед	45	Салат из белокочанной капусты	100	0,12	4,1	5,46	60,4	0,02	17,1	-	2,31	43,0	28,31	15,09	0,47
С1 марта	39	Салат картофельный с кукурузой и морковью	100	0,61	4,36	5,72	73,2	0,08	5,78	-	2,36	19,36	39,2	25,29	1,2
	135	Суп из овощей с мясом со сметаной	10/250/ 10	4,59	4,69	6,85	105,25	0,075	10,63	-	2,42	43,25	118,25	27,5	0,83
	498	Котлеты рубленые из птицы	100	11,44	13,66	9,28	203,96	0,08	0,2	20,0	0,8	44,0	96,0	26,0	2,2
	508	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180/5	7,67	7,06	31,37	258,44	0,24	-	-	-	17,52	252,0	168,0	6,01
	639	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	22,01	112,8	0,02	0,8	-	0,2	5,84	46,0	33,0	0,96
	п/п	Хлеб пшеничный йодированный	60	4,8	1,2	28,98	140,28	0,06	-	-	0,78	13,8	52,2	19,8	0,66
	п/п	Хлеб ржано-пшеничный	70	6,4	1,4	34,58	160,93	0,08	-	-	0,63	16,1	74,2	17,5	2,17
		Фрукты в ассортименте	200	0,6	-	15,1	86	0,04	15,0	-	0,3	24,0	16,5	13,5	3,3
		Итого		31,5	32,2	134,2	949,7/ 35%	0,49	24,5	0,315	4,2	420,0	630,0	105,0	5,95
		Всего		54,0	55,2	230,0	1628	0,84	42,0	0,54	7,2	720,0	1080,0	180,0	10,2
				60%	60%	60%	60%								

День	№ тк	Наименование блюда	Возраст детей с 12-18 лет	Белки 12-18 лет	жиры 12-18 лет	Углеводы 12-18 лет	Ккал 12-18 лет	В-1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
День4		Четверг													
завтрак	337	Яйцо вареное	1шт	6,35	5,75	0,35	78,75	0,03	-	100,0	0,24	22,0	76,8	4,8	1,0
	388	Биточки рыбные	100	8,66	7,33	12,21	157,32	0,09	0,44	12,13	0,63	53,88	170,63	26,13	0,75
	508	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,32	5,2	44,72	244,26	0,027	-	32,4	0,72	3,13	73,8	22,81	0,63
	588	Соус томатный с овощами	50	1,3	2,4	4,2	44,77	0,04	1,33	10,0	-	126,6	92,8	15,4	0,41
	378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	81,0	-	0,27	-	-	13,6	22,13	11,73	2,13
	п/п	Хлеб пшеничный йодированный	40	1,8	2,3	19,32	93,2	0,04	-	-	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44
		итого		22,5	23,0	95,8	678,3/ 25%	0,35	17,5	0,225	3,0	300,0	450,0	75,0	4,25
Обед	24	Салат из свежих помидор и огурцов	100	0,96	6,07	3,47	70,7	0,04	18,05	-	3,14	24,67	26,22	16,66	0,73
С 1 ноября	67	Винегрет овощной	100	1,02	6,36	4,41	72,2	0,1	13,0	-	2,95	40,4	48,8	23,4	1,02
	132	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,01	5,09	10,48	113,25	0,1	7,5	-	2,4	38,5	208,75	31,75	1,0
	478	Запеканка картофельная с мясом с маслом сливочным	200/5	15,47	15,08	34,24	382,92	0,17	1,5	75,0	1,13	90,38	264,38	70,13	3,0
	638	Компот из изюма	200	0,35	0,08	29,85	122,2	0,02	-	-	-	20,32	19,36	8,1	0,45
	п/п	Хлеб пшеничный йодированный	60	4,8	1,2	28,98	140,28	0,06	-	-	0,78	13,8	52,2	19,8	0,66
	п/п	Хлеб ржано-пшеничный	70	6,4	1,4	34,58	160,93	0,08	-	-	0,63	16,1	74,2	17,5	2,17
	п/п	Кисломолочный продукт	200	5,8	5,0	8,4	102	0,08	1,4	40,0	-	240,0	180,0	28,0	0,2
		Итого		31,5	32,2	134,2	949,7/ 35%	0,49	24,5	0,315	4,2	420,0	630,0	105,0	5,95
		Всего		54,0	55,2	230,0	1628	0,84	42,0	0,54	7,2	720,0	1080,0	180,0	10,2
				60%	60%	60%	60%								

День	№ тк	Наименование блюда	Возраст детей с 12-18 лет	Белки 12-18 лет	жиры 12-18 лет	Углеводы 12-18 лет	Ккал 12-18 лет	В-1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
День5		Пятница													
завтрак	14	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,13	65,72	0	-	40,0	0,1	2,4	3,0	-	-
	224	Запеканка творожная с морковью	180	19,53	15,4	54,98	417,48	0,11	0,94	82,8	1,44	89,86	195,7	31,21	1,48
	596	Соус молочный (сладкий)	50	1,0	2,62	5,55	41,9	0,01	0,16	12,6	-	31,35	24,48	4,4	0,08
	685	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,0	60,0	-	0,27	-	-	13,6	22,13	11,73	2,13
	п/п	Хлеб пшеничный йодированный	40	1,8	2,3	19,32	93,2	0,04	-	-	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44
		итого		22,5	23,0	95,8	678,3/ 25%	0,35	17,5	0,225	3,0	300,0	450,0	75,0	4,25
обед	46	Салат из белокочанной капусты с яблоками	100	1,31	3,25	4,46	90,1	0,03	16,87	-	2,31	33,49	29,35	16,0	0,98
С 1 марта	54	Салат из свеклы с яблоками	100	1,09	4,08	6,2	103,9	0,02	8,56	-	2,32	34,4	37,13	19,7	1,72
	139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,09	5,26	10,5	123,25	0,15	1,0	-	1,0	82,5	327,5	47,5	2,25
	443	Плов с говядиной	250	16,64	21,04	27,48	378,9	0,1	2,13	-	0,5	23,72	333,6	65,48	4,42
	638	Компот из кураги	200	0,78	0,05	27,63	114,8	0,03	1,0	-	1,0	40,48	36,6	26,2	0,86
	п/п	Хлеб пшеничный йодированный	60	4,8	1,2	28,98	140,28	0,06	-	-	0,78	13,8	52,2	19,8	0,66
	п/п	Хлеб ржано-пшеничный	70	6,4	1,4	34,58	160,93	0,08	-	-	0,63	16,1	74,2	17,5	2,17
	п/п	Сок фруктовый	200	1,0	-	20,2	84,8	0,02	4,0	-	0,2	14,0	14,0	8,0	2,8
		Итого		31,5	32,2	134,2	949,7/ 35%	0,49	24,5	0,315	4,2	420,0	630,0	105,0	5,95
		Всего		54,0 60%	55,2 60%	230,0 60%	1628 60%	0,84	42,0	0,54	7,2	720,0	1080,0	180,0	10,2

День	№ тк	Наименование блюда	Возраст детей с 12-18 лет	Белки 12-18 лет	жиры 12-18 лет	Углеводы 12-18 лет	Ккал 12-18 лет	В-1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
День 6		Суббота				-									
Завтрак	15	Сыр порциями	15	3,48	4,43		52,31	0,007	0,1	39,0	0,07	132,0	75,0	5,2	0,15
	14	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,13	65,72	0	-	40,0	0,1	2,4	3,0	-	-
	183	Каша гречневая молочная жидкая с маслом сливочным	250/5	7,16	6,73	43,65	336,05	0,16	-	-	1,8	24,0	144,0	98,0	3,2
	693	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,02	1,33	-	-	133,3	111,1	25,56	2,0
	п/п	Хлеб пшеничный йодированный	40	1,8	2,3	19,32	93,2	0,04	-	-	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44
		итого		22,5	23,0	95,8	678,3/ 25%	0,35	17,5	0,225	3,0	300,0	450,0	75,0	4,25
обед	29	Салат из сырых овощей	100	0,65	6,1	5,27	79,4	0,03	13,21	-	2,32	25,43	35,63	18,84	0,66
С 1 ноября	42	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	100	0,77	6,18	6,24	99,5	0,08	13,04	-	2,36	15,91	47,32	18,72	0,75
	124	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	10/250/5	4,49	6,9	7,9	118,56	0,08	18,48	-	2,38	33,98	47,43	22,2	0,83
	489	Рагу из птицы	250	12,8	11,6	35,89	334,76	0,13	16,71	30,0	1,75	40,84	197,29	51,43	2,61
	647	Кисель из повидла	200	0,1	-	29,07	113,8	0,01	0,12	-	0,2	14,0	7,56	3,4	0,31
	п/п	Хлеб пшеничный йодированный	60	4,8	1,2	28,98	140,28	0,06	-	-	0,78	13,8	52,2	19,8	0,66
	п/п	Хлеб ржано-пшеничный	80	6,4	1,4	34,58	183,92	0,08	-	-	0,63	16,1	74,2	17,5	2,17
	п/п	Кисломолочный продукт	200	5,8	5,0	8,4	102	0,08	1,4	40,0	-	240,0	180,0	28,0	0,2
		итого		31,5	32,2	134,2	949,7/ 35%	0,49	24,5	0,315	4,2	420,0	630,0	105,0	5,95
		Всего		54,0	55,2	230,0	1628	0,84	42,0	0,54	7,2	720,0	1080,0	180,0	10,2
				60%	60%	60%	60%								

День	№ тк	Наименование блюда	Возраст детей с 12-18 лет	Белки 12-18 лет	жиры 12-18 лет	Углеводы 12-18 лет	Ккал 12-18 лет	В-1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
День7		Понедельник													
завтрак	175	Каша вязкая молочная из пшена и риса с маслом сливочным	250/10	11,33	15,58	46,28	390,1	0,4	1,9	71,6	0,4	92,3	128,0	26,7	1,3
	686	Чай с лимоном	200/5	0,13	0,02	15,2	62	-	2,13	-	-	15,33	23,2	12,27	2,13
	п/п	Хлеб пшеничный йодированный	40	1,8	2,3	19,32	93,2	0,04	-	-	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44
	п/п	Корж молочный	50	9,3	5,1	15	133	0,04	0,5	40,0	0,2	148,0	198,0	21,0	0,4
		итого		22,5	23,0	95,8	678,3/ 25%	0,35	17,5	0,225	3,0	300,0	450,0	75,0	4,25
обед	24	Салат из свежих помидор и огурцов	100	0,96	6,07	3,65	70,7	0,04	18,05	-	3,14	24,67	26,22	16,66	0,73
С 1 ноября	53	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,05	6,12	4,29	71,9	0,02	6,65	-	2,82	35,46	40,63	20,7	1,32
	135	Суп из овощей с птицей	10/250	3,79	6,65	8,18	110,08	0,2	5,83	-	2,43	29,28	86,98	36,0	2,03
	451	Котлета «Школьная»	100	5,08	9,35	9,4	174,1	0,1	0,33	5,83	1,17	43,17	175,0	33,33	2,33
	516	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/5	6,61	3,41	31,73	192,14	0,06	-	-	2,34	14,4	41,4	9,0	0,9
	631	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0,01	1,8	-	-	6,4	4,4	3,6	0,18
	п/п	Хлеб пшеничный йодированный	60	4,8	1,2	28,98	140,28	0,06	-	-	0,78	13,8	52,2	19,8	0,66
	п/п	Хлеб ржано-пшеничный	70	6,4	1,4	34,58	160,93	0,08	-	-	0,63	16,1	74,2	17,5	2,17
	п/п	Йогурт фруктовый	200	7,0	3,96	14,3	102	0,03	0,6	10,0	-	124,0	95,0	15,0	0,1
		Итого		31,5	32,2	134,2	949,7/ 35%	0,49	24,5	0,315	4,2	420,0	630,0	105,0	5,95
		Всего		54,0	55,2	230,0	1628	0,84	42,0	0,54	7,2	720,0	1080,0	180,0	10,2
				60%	60%	60%	60%								

День	№ тк	Наименование блюда	Возраст детей с 12-18 лет	Белки 12-18 лет	жиры 12-18 лет	Углеводы 12-18 лет	Ккал 12-18 лет	В-1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
День 8		Вторник													
Завтрак	14	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,13	65,72	0	-	40,0	0,1	2,4	3,0	-	-
	413	Колбаса отварная	75	4,12	10,85	1,2	164,79	-	-	-	0,59	18,82	96,63	10,39	1,18
	330	Гороховое пюре	180	13,24	6,18	58,8	253,99	0,37	-	25,2	3,21	111,4	276,4	89,83	5,65
	692	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	0,03	1,47	-	-	158,67	132,0	29,93	2,4
	п/п	Хлеб пшеничный йодированный	40	1,8	2,3	19,32	93,2	0,04	-	-	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44
		итого		22,5	23,0	95,8	678,3/ 25%	0,35	17,5	0,225	3,0	300,0	450,0	75,0	4,25
обед	25	Салат из свежей капусты с огурцом свежим и сладким перцем	100	0,59	6,22	15,45	94,9	0,04	15,9	60,0	0,4	46,0	55,0	15,0	0,8
С1 ноября	39	Салат картофельный с кукурузой и морковью	100	0,61	6,36	17,02	93,2	0,08	5,78	-	2,36	19,36	39,2	25,29	1,2
	110	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	4,03	6,02	6,94	109,75	0,05	10,3	-	2,4	34,45	53,03	26,2	1,18
	461	Тефтели из говядины тушеные в соусе	110	10,02	10,3	9,69	173,29	0,07	2,0	29,17	0,5	40,17	204,58	27,25	3,75
	508	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,67	7,06	31,37	258,44	0,24	-	-	-	17,52	252,0	168,0	6,01
	п/п	Сок фруктовый	200	1,0	-	20,2	84,8	0,02	4,0	-	0,2	14,0	14,0	8,0	2,8
	п/п	Хлеб пшеничный йодированный	60	4,8	1,2	28,98	140,28	0,06	-	-	0,78	13,8	52,2	19,8	0,44
	п/п	Хлеб ржано-пшеничный	70	6,4	1,4	34,58	160,93	0,08	-	-	0,63	16,1	74,2	17,5	1,24
		Фрукты в ассортименте	250	0,6	-	15,1	86	0,04	15,0	-	0,3	24,0	16,5	13,5	3,3
		Итого		31,5	32,2	134,2	949,7/ 35%	0,49	24,5	0,315	4,2	420,0	630,0	105,0	4.2
		Всего		54,0	55,2	230,0	1628	0,84	42,0	0,54	7,2	720,0	1080,0	180,0	7.2
				60%	60%	60%	60%								

День	№ тк	Наименование блюда	Возраст детей с 12-18 лет	Белки 12-18 лет	жиры 12-18 лет	Углеводы 12-18 лет	Ккал 12-18 лет	В-1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
День 9		Четверг													-
завтрак	14	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,13	65,72	0	-	40,0	0,1	2,4	3,0	-	
	366	Запеканка из творога	180	17,36	15,4	45,4	358,78	0,11	0,94	82,8	1,44	89,86	195,7	31,21	1,48
	596	Соус молочный (сладкий)	50	1,0	2,62	5,55	41,9	0,01	0,16	12,6	-	31,35	24,48	4,4	0,08
	685	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,0	60,0	-	0,27	-	-	13,6	22,13	11,73	2,13
	п/п	Хлеб пшеничный йодированный	40	1,8	2,3	19,32	93,2	0,04	-	-	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44
		итого		22,5	23,0	95,8	678,3/ 25%	0,35	17,5	0,225	3,0	300,0	450,0	75,0	4,25
Обед	46	Салат из белокочанной капусты с яблоками	100	0,12	5,1	8,17	80,1	0,03	16,87	-	2,76	33,49	29,35	16,0	0,98
С 1 марта	52	Салат из свеклы отварной	100	0,4	6,0	8,26	92,8	0,01	6,65	-	2,82	35,46	40,63	20,7	1,32
	133	Суп картофельный с сайрой	10/250	4,19	8,83	12,85	115,7	0,11	6,88	15,0	0,88	31,68	175,7	46,05	1,25
	470	Фрикадельки «любительские» тушеные в соусе	120	15,59	11,59	16,09	166,33	0,05	0,72	33,92	3,52	27,95	88,37	18,33	0,87
	534	Капуста тушеная	180	3,72	5,82	14,03	135,18	0,05	30,89	-	0,53	99,81	72,25	37,17	1,45
	639	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,02	0,8	-	0,2	5,84	46,0	33,0	0,96
	п/п	Хлеб пшеничный йодированный	60	4,8	1,2	28,98	140,28	0,06	-	-	0,78	13,8	52,2	19,8	0,44
	п/п	Хлеб ржано-пшеничный	70	6,4	1,4	34,58	160,93	0,08	-	-	0,63	16,1	74,2	17,5	1,24
		Фрукты в ассортименте	200	0,6	-	15,1	86	0,04	15,0	-	0,3	24,0	16,5	13,5	3,3
		Итого		31,5	32,2	134,2	949,7/ 35%	0,49	24,5	0,315	4,2	420,0	630,0	105,0	4.2
		Всего		54,0	55,2	230,0	1628	0,84	42,0	0,54	7,2	720,0	1080,0	180,0	7.2
				60%	60%	60%	60%								

День	№ тк	Наименование блюда	Возраст детей с 12-18 лет	Белки 12-18 лет	жиры 12-18 лет	Углеводы 12-18 лет	Ккал 12-18 лет	В-1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
День 10		Среда													
Завтрак	337	Яйцо вареное	1шт	6,35	5,75	0,35	78,75	0,03		100,0	0,24	22,0	76,8	4,8	1,0
	240	Фрикадельки рыбные с соусом сметанным с томатом	125	12,41	7,1	15,51	161,09	0,07	0,35	27,5	2,13	36,73	98,83	16,0	0,53
	508	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,32	5,2	44,72	244,26	0,027	-	32,4	0,72	3,13	73,8	22,81	0,63
	378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	81,0	-	0,27	-	-	13,6	22,13	11,73	2,13
	п/п	Хлеб пшеничный йодированный	40	1,8	2,3	19,32	93,2	0,04	-	-	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44
		итого		22,5	23,0	95,8	678,3/ 25%	0,35	17,5	0,225	3,0	300,0	450,0	75,0	4,25
обед	20	Салат из свежих огурцов	100	0,75	6,01	2,35	60,6	0,03	6,65	-	2,74	16,15	28,62	13,3	0,48
С 1 ноября	18	Салат из морской капусты	100	1,5	6,14	4,1	75,3	0,04	6,87	-	3,56	16,78	29,12	14,2	0,65
	132	Рассольник ленинградский	250	2,01	5,09	10,98	97,25	0,1	7,5	-	2,4	38,5	208,7	31,75	1,0
	438	Азу	250	15,36	13,42	34,31	392,55	0,41	28,14	-	1,62	36,39	287,9	56,82	4,46
	638	Компот из изюма	200	0,35	0,08	29,85	122,2	0,02	-	-	-	20,32	19,36	8,1	0,45
	п/п	Хлеб пшеничный йодированный	60	4,8	1,2	28,98	140,28	0,06	-	-	0,78	13,8	52,2	19,8	0,44
	п/п	Хлеб ржано-пшеничный	70	6,4	1,4	34,58	160,93	0,08	-	-	0,63	16,1	74,2	17,5	1,24
	п/п	Кисломолочный продукт	300	5,8	5,0	8,4	153	0,08	1,4	40,0	-	240,0	180,0	28,0	0,2
		Итого		31,5	32,2	134,2	949,7/ 35%	0,49	24,5	0,315	4,2	420,0	630,0	105,0	4.2
		Всего		54,0	55,2	230,0	1628	0,84	42,0	0,54	7,2	720,0	1080,0	180,0	7.2
				60%	60%	60%	60%								

День	№ тк	Наименование блюда	Возраст детей с 12-18 лет	Белки 12-18 лет	жиры 12-18 лет	Углеводы 12-18 лет	Ккал 12-18 лет	В-1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
День 11		Пятница													
завтрак	334	Макароны, запеченные с сыром с маслом сливочным	200/5	9,62	13,2	44,6	352,5	0,08	0,22	115,2	2,34	295,2	202,0	20,3	1,23
	692	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	0,03	1,47	-	-	158,67	132,0	29,93	2,4
	п/п	Йогурт фруктовый	100	7	3,96	14,3	114	0,03	0,6	10,0	-	124,0	95,0	15,0	0,1
	п/п	Хлеб пшеничный йодированный	40	1,8	2,3	19,32	93,2	0,04	-	-	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44
		итого		22,5	23,0	95,8	678,3/ 25%	0,35	17,5	0,225	3,0	300,0	450,0	75,0	4,25
Обед	24	Салат из свежих помидор и огурцов	100	0,96	6,07	3,65	70,7	0,04	18,05	-	3,14	24,67	26,22	16,66	0,73
С 1 ноября	42	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	100	0,95	6,18	6,24	99,5	0,08	13,04	-	2,36	15,91	47,32	18,72	0,75
	139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,09	5,26	10,5	123,25	0,15	1,0	-	1,0	82,5	327,5	47,5	2,25
	493	Птица, тушенная в соусе	175	9,33	11,64	9,75	198,36	0,05	0,18	38,5	0,58	54,83	145,2	22,14	12,83
	143	Рагу овощное	180	7,99	10,44	13,04	223,64	0,09	21,36	78,84	-	63,71	77,15	27,88	1,02
	631	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,12	28,8	114,6	0,01	1,8	-	-	6,4	4,4	3,6	0,18
	п/п	Хлеб пшеничный йодированный	60	4,8	1,2	28,98	140,28	0,06	-	-	0,78	13,8	52,2	19,8	0,44
	п/п	Хлеб ржано-пшеничный	70	6,4	1,4	34,58	160,93	0,08	-	-	0,63	16,1	74,2	17,5	1,24
		Фрукты в ассортименте	200	0,6	-	15,1	86	0,04	15,0	-	0,3	24,0	16,5	13,5	3,3
		Итого		31,5	32,2	134,2	949,7/ 35%	0,49	24,5	0,315	4,2	420,0	630,0	105,0	4.2
		Всего		54,0	55,2	230,0	1628	0,84	42,0	0,54	7,2	720,0	1080,0	180,0	7.2
				60%	60%	60%	60%								