

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
ООО "КШП "Подросток"
 Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд

День: Понедельник 1 Сезон: Осень 2024г.
 Неделя: 1 Возраст 7-11 лет

№ рец.	Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витамины								Минералы					
			Белки		Жиры		Углв.			В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор	
			4	5	6	7	8	9															10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20				
ЗАВТРАК																							
№106****	Овощи натуральные(помидоры свежие)	43	0,47	0,09	1,63	10,32	0,03	0,01	10,75	58,05	0,30	11,18	6,02	8,60	0,39	60,20	1,29	0,13	7,31				
ТТК № 7	Шингель детский	56	6,61	7,38	5,52	95,50	0,05	0,03	0,35	3,53		57,79	5,49	14,92	0,67	80,43	2,01	3,56	26,75				
№516*	Макаронные изделия отварные	180	6,30	7,38	42,30	264,60	0,07	0,02		1,19		44,60	15,71	10,32	1,02	64,80			14,40				
ТТК № 79	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	0,04	0,01	2,80	0,38	0,01	3,54	6,25	4,60	0,29	30,00		0,02	0,70				
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,07	13,90	61,96	0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68	0,53				
	ИТОГО:	509	15,73	15,10	79,52	502,54	0,22	0,07	136,61	39,47	42,64	2,70	258,50	4,35	5,39	49,69							
ОБЕД																							
55 Диет	Винегрет овощной (2-й вариант)	60	0,94	3,92	4,80	57,75	0,02	0,01	5,04	72,90	2,76	24,00	13,80	10,80	0,48	128,00	7,90	0,14	12,00				
ТТК № 134	Суп картофельный	200	1,87	4,08	13,50	158,72	0,10	0,06	9,60			62,18	24,36	25,12	0,96	540,80							
ТТК № 84	Фрикадельки куриные в соусе 2 в	110	9,93	10,02	8,84	177,66	0,03	0,04	0,50	3,77	0,40	65,00	32,80	10,00	0,80	142,00	12,00	11,50	62,00				
№ 510 *	Каша вязкая (гречневая)	170	5,10	7,65	25,33	193,80	0,27	0,08	15,82	15,82	0,54	186,29	17,00	111,47	3,74	142,80	46,81	2,27	10,20				
№ТТК № 58	Фруктовый чай с яблоком	200			23,20	92,80			1,20			6,90	9,20	5,90	0,54	91,60	0,87	0,10	3,13				
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,04			0,44		26,00	8,00	5,60	0,44	30,76	1,40	2,24	0,70				
ТТК № 157	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,20	54,30	0,05	0,03				47,40	10,50	14,10	1,17	73,20	0,96	1,65	7,20				
	ИТОГО:	810	22,86	26,35	105,55	829,03	0,51	0,22	15,14	93,69	4,14	417,77	115,66	182,99	8,13	1149,16	69,94	17,90	95,23				
ОБЕД 2																							
55 Диет	Винегрет овощной (2-й вариант)	60	0,94	3,92	4,80	57,75	0,02	0,01	5,04	72,90	2,76	24,00	13,80	10,80	0,48	128,00	7,90	0,14	12,00				
ТТК № 134	Суп картофельный	200	1,87	4,08	13,50	158,72	0,10	0,06	9,60			62,18	24,36	25,12	0,96	240,00							
ТТК № 84	Фрикадельки куриные в соусе 2 в	110	9,93	10,02	8,84	177,66	0,03	0,04	0,50	3,77	0,40	65,00	32,80	10,00	0,80	142,00	12,00	11,50	62,00				
№ 510 *	Каша вязкая (гречневая)	170	5,10	7,65	25,33	193,80	0,27	0,08	15,82	15,82	0,54	186,29	17,00	111,47	3,74	142,80	46,81	2,27	10,20				
№ТТК № 58	Фруктовый чай с яблоком	200			23,20	92,80			1,20			6,90	9,20	5,90	0,54	91,60	0,87	0,10	3,13				
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,04			0,44		26,00	8,00	5,60	0,44	30,76	1,40	2,24	0,70				
ТТК № 157	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40	2,64	0,48	13,60	72,40	0,07	0,04				63,20	14,00	18,80	1,56	97,60	1,28	2,20	9,60				
	ИТОГО:	820	23,52	26,47	108,95	847,13	0,53	0,23	15,14	93,69	4,14	433,57	119,16	187,69	8,52	872,76	70,26	18,45	97,63				
ПОЛДНИК																							
№ 590****	Печенье	40	3,00	3,92	29,76	166,80	0,03				1,40	36,00	11,60	8,00	0,84								
№ 515 ****	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	106,00	0,08	0,60	2,60	0,04		180,00	240,00	28,00	0,20	11,60		3,60					
№ 112 ****	Фрукты свежие (яблоки)	110	0,44	0,44	10,78	51,70	0,03		11,00	49,50	0,22	12,10	17,60	9,90	2,42	275,00	2,20	0,33	7,70				
	ИТОГО:	350	9,24	9,36	50,14	324,50	0,14	0,60	13,60	49,54	1,62	228,10	269,20	45,90	3,46	286,60	2,20	3,93	7,70				
	ВСЕГО:	1 669	47,83	50,81	235,21	1 656,07	0,87	0,89	42,64	205,19	7,59	782,48	424,33	271,53	14,29	1 694,26	76,49	27,22	152,62				

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
ООО "КШП "Подорожник"
 Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд

День: Вторник
 Неделя: 1

2 Сезон: Осень 2024г
 Возраст 7-11 лет

№ рец.	Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины								Минералы					
			Белки	Жиры	Углев.		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
ЗАВТРАК																				
№106****	Овощи натуральные (огурцы свежие)	50	0,40	0,05	1,25	7,00	0,02	0,02	5,00	5,00	0,05	21,00	11,50	7,00	0,30	70,00	1,50	0,15	8,50	
ТТК № 60	Плов	200	13,60	15,30	39,60	350,00	0,09	0,12	1,20	0,32	0,76	230,17	21,40	47,47	3,10	269,33	38,67	7,37	82,67	
ТТК № 77	Чай с сахаром	200	0,10		13,00	60,00		0,01	0,30	0,11		5,00			0,40	21,00				
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06				0,55	32,50	10,00	7,00	0,55	38,45	1,75	2,80	0,88	
	ИТОГО:	500	17,90	15,75	78,45	534,50	0,17	0,15	6,50	5,43	1,36	283,67	47,90	61,47	4,35	398,78	41,92	10,32	92,05	
ОБЕД																				
№22****	Салат из свежих помидоров	60	0,60	6,12	2,10	66,00	0,02	0,02	9,90	72,61	3,00	14,40	7,80	10,80	0,48	159,25	11,38	0,23	11,00	
№128****	Борщ с капустой и картофелем	200	1,46	4,00	8,52	76,00	0,03	0,32	8,24	129,00	1,92	42,40	27,60	21,04	0,96	229,40	16,40	0,33	24,00	
№ 397*	Фрикадельки рыбные с томатным соусом	90	8,42	4,10	6,99	101,70	0,03	0,06	0,08	12,09	2,34	135,94	45,00	19,80	0,90	132,19	48,75	16,50	169,69	
ТТК № 146	Пюре из гороха с маслом	150	11,00	8,52	28,43	247,40	0,42	0,08		0,06		230,16	82,55	76,83	4,84	82,31	17,56	6,34	16,88	
ТТК № 117	Компот из свежих плодов	200	0,20		35,80	142,00	0,02		4,30	1,20	0,20	16,00	22,00	14,00	1,10	91,60	0,87	0,10	3,13	
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,04				0,44	26,00	8,00	5,60	0,44	30,76	1,40	2,24	0,70	
ТТК № 157	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40	2,64	0,48	13,60	72,40	0,07	0,04				63,20	14,00	18,80	1,56	97,60	1,28	2,20	9,60	
	ИТОГО:	780	27,36	23,54	115,12	799,50	0,63	0,52	22,52	214,96	7,96	528,10	206,95	166,87	10,28	823,11	97,64	27,94	235,00	
ОБЕД 2																				
№22****	Салат из свежих помидоров	60	0,60	6,12	2,10	66,00	0,02	0,02	9,90	72,61	3,00	14,40	7,80	10,80	0,48	159,25	11,38	0,23	11,00	
№128****	Борщ с капустой и картофелем	200	1,46	4,00	8,52	76,00	0,03	0,32	8,24	129,00	1,92	42,40	27,60	21,04	0,96	229,40	16,40	0,33	24,00	
ТТК № 60	Плов	200	13,60	14,30	39,60	350,00	0,09	0,12	1,20	0,32	0,76	230,17	21,40	47,47	3,10	269,33	38,67	7,37	82,67	
ТТК № 117	Компот из свежих плодов	200	0,20		35,80	142,00	0,02		4,30	1,20	0,20	16,00	22,00	14,00	1,10	91,60	0,87	0,10	3,13	
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,04				0,44	26,00	8,00	5,60	0,44	30,76	1,40	2,24	0,70	
ТТК № 157	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40	2,64	0,48	13,60	72,40	0,07	0,04				63,20	14,00	18,80	1,56	97,60	1,28	2,20	9,60	
	ИТОГО:	740	21,54	25,22	119,30	800,40	0,27	0,50	23,64	203,13	6,32	392,17	100,80	117,71	7,64	877,94	70,00	12,47	131,10	
ПОЛДНИК																				
№589****	Пряники	50	2,95	2,35	37,50	183,00	0,04				1,20	25,00	5,50	4,50	0,40					
№ 272 **	Ряженка, кефир, варенец	180	5,04	5,74	7,36	101,27	0,07	0,22	1,26	31,50		162,01	216,01	25,20	0,18	217,80	16,20	3,24	1,15	
№ 112 ****	Плоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03		10,00	45,00	0,20	11,00	16,00	9,00	2,20	250,00	2,00	0,30	7,00	
	ИТОГО:	330	8,39	8,49	54,66	331,27	0,14	0,22	11,26	76,50	1,40	198,01	237,51	38,70	2,78	467,80	18,20	3,54	8,15	
	ВСЕГО:	1 610	53,65	47,78	248,23	1 665,27	0,94	0,89	40,28	296,89	10,72	1 009,78	492,36	267,04	17,41	1 689,69	157,76	41,80	335,20	

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
ООО "КНИП "Подросток"
 Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: Среда
 Неделя: 1

3 Сезон: Осень 2024г
 Возраст 7-11 лет

№ рец.	Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витамины								Минералы							
			Белки		Жиры		Углев.			В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор			
			4	5	6	7	8	9															10	11	12
1	2	3																							
ЗАВТРАК																									
ТТК № 82	Бутерброд горячий	70	7,34	6,69	12,43	151,46	0,04	0,04	0,18	0,08	0,70	140,00	183,75	15,75	0,70	57,06	1,66	6,06	0,81						
тгк № 63	Каша "Дружба"	200	5,26	11,66	25,06	226,20	0,08	0,10	1,32	0,08	0,20	140,40	101,28	30,60	0,56	125,86	39,46	3,27	24,54						
ТТК № 80	Чай с молоком	200	1,40	1,60	17,34	89,32	0,02	0,07	0,61	6,90		43,45	58,61	7,71	0,25	81,00	4,50	0,88	10,00						
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03				0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68	0,53						
	ИТОГО:	500	16,28	20,19	69,59	557,48	0,17	0,21	2,11	7,06	1,23	343,35	349,64	58,26	1,84	286,99	46,67	11,89	35,88						
ОБЕД																									
ТТК № 15	Салат "Фантазия"	60	1,14	5,31	6,64	78,89	0,04	0,01	6,06	72,90	1,68	27,60	9,60	10,80	0,42	128,00	7,90	0,14	12,00						
№ 76 12г	Расольник Ленинградский	200	1,68	4,10	13,27	96,60	0,07	0,05	6,03	104,00	1,94	57,56	21,16	20,72	0,78	335,00	16,60	0,75	28,20						
ТТК № 94	Тейтели (1-й вариант)	90	11,07	10,00	11,22	209,40	0,05	0,07	1,35	7,29	0,40	148,60	13,50	15,39	1,54	223,50	16,50	0,78	51,00						
№ 235 **	Капуста тушеная	150	3,93	5,40	20,17	130,74	0,07	0,06	51,16	125,00	0,30	71,50	86,20	32,00	1,36	431,00	26,00	0,50	25,00						
ТТК № 119	Кисель из концентрата плодового или яблочного	200	1,40		29,00	122,00		0,01		2,45			1,00		0,10	52,00	0,50	0,02	3,10						
ТТК № 157	Хлеб столовый (ржанопшеничный)	30	1,98	0,36	10,20	54,30	0,05	0,03				47,40	10,50	14,10	1,17	73,20	0,96	1,65	7,20						
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03				0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68	0,53						
	ИТОГО:	760	23,48	25,41	105,26	762,43	0,31	0,23	64,60	311,64	4,65	372,16	147,96	97,21	5,70	1 265,77	69,51	5,52	127,03						
ОБЕД 2																									
ТТК № 15	Салат "Фантазия"	60	1,14	5,31	6,64	78,89	0,04	0,01	6,06	72,90	1,68	27,60	9,60	10,80	0,42	128,00	7,90	0,14	12,00						
№ 76 12г	Расольник Ленинградский	200	1,68	4,10	13,27	96,60	0,07	0,05	6,03	104,00	1,94	57,56	21,16	20,72	0,78	335,00	16,60	0,75	28,20						
ТТК № 94	Тейтели (1-й вариант)	90	11,07	10,00	11,22	209,40	0,05	0,07	1,35	7,29	0,40	148,60	13,50	15,39	1,54	223,50	16,50	0,78	51,00						
№ 235 **	Капуста тушеная	150	3,93	5,40	20,17	130,74	0,07	0,06	51,16	125,00	0,30	71,50	86,20	32,00	1,36	431,00	26,00	0,50	25,00						
ТТК № 119	Кисель из концентрата плодового или яблочного	200	1,40		29,00	122,00		0,01		2,45			1,00		0,10	52,00	0,50	0,02	3,10						
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03				0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68	0,53						
ТТК № 157	Хлеб столовый (ржанопшеничный)	30	1,98	0,36	10,20	54,30	0,05	0,03				47,40	10,50	14,10	1,17	73,20	0,96	1,65	7,20						
	ИТОГО:	760	23,48	25,41	105,26	762,43	0,31	0,23	64,60	311,64	4,65	372,16	147,96	97,21	5,70	1 265,77	69,51	5,52	127,03						
ПОЛДНИК																									
588***	Вафли	40	1,12	1,32	30,92	140,00	0,01					14,40	6,40	4,00	0,60										
№ 515 ****	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	106,00	0,08	0,60	2,60	0,04		180,00	240,00	28,00	0,20	11,60		3,60							
№ 112 ****	Плоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03		10,00	45,00	0,20	11,00	16,00	9,00	2,20	250,00	2,00	0,30	7,00						
	ИТОГО:	340	7,32	6,72	50,32	293,00	0,12	0,60	12,60	45,04	0,48	205,40	262,40	41,00	3,00	261,60	2,00	3,90	7,00						
	ВСЕГО:	1 600	47,08	52,32	225,17	1 592,91	0,60	1,04	79,31	363,74	6,36	920,91	760,00	196,47	10,54	1 814,36	118,18	21,31	169,91						

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
ООО "КНИИ "Подорожник"
 Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд

День: Четверг 4 Сезон: Осень 2024г
 Неделя: 1 Возраст 7-11 лет

№ рец.	Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витамины										Минералы					
			Белки		Жиры		Углев.			B1	B2	C	A	E	P	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор			
			4	5	6	7	8	9															10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20						
ЗАВТРАК																									
№106****	Овощи натуральные(помидоры свежие)	60	0,66	0,12	2,28	14,40	0,04	0,02	15,00	81,00	0,42	15,60	8,40	12,00	0,54	84,00	1,80	0,18	10,20						
ТТК № 64	Капша гречневая по-купечески	200	14,50	15,20	31,30	354,46	0,20	0,10	1,37	195,80	161,00	152,10	22,00	147,20	3,82	365,45	5,33	14,50	89,60						
ТТК № 79	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	0,04	0,01	2,80	0,38	0,01	3,54	6,25	4,60	0,29	30,00	0,02	0,02	0,70						
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,04	0,04	0,44	26,00	0,44	26,00	8,00	5,60	0,44	30,76	1,40	2,24	0,70						
	ИТОГО:	500	18,27	15,65	68,57	524,48	0,32	0,13	19,17	277,18	0,87	206,14	44,65	169,40	5,09	510,21	8,53	16,94	101,20						
ОБЕД																									
ТТК № 27	Салат из б/к капусты /тепл.обр/	60	0,85	3,06	5,40	52,44	0,05	0,03	19,44	101,40	0,96	32,20	22,40	9,12	0,31										
ТТК № 17	Суп " Кудрявый"	200	3,03	5,02	10,52	99,42	0,06	0,14	8,73	19,95	0,50	152,10	33,30	27,00	2,25	265,50	18,00	3,54	55,44						
ТТК № 12	Выпечке "Нежность"	90	12,24	7,83	11,11	197,73	0,06	0,02	0,99	37,17	13,09	8,60	8,85	54,00	1,02	50,00			12,00						
№516*	Макаронные изделия отварные	150	5,25	6,15	35,25	220,50	0,03	0,03	1,22	15,00	1,68	44,53	49,50	32,03	1,02	50,00									
ТТК № 116	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	27,89	27,89	113,79	0,03	0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68	0,53									
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,03	47,40	10,50	14,10	1,17	73,20	0,96	1,65	7,20									
ТТК № 157	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,20	54,30	0,05	0,03																	
	ИТОГО:	760	26,19	22,66	115,13	808,68	0,28	0,22	33,99	136,35	4,46	332,90	143,39	108,45	6,41	687,97	30,21	7,81	96,37						
ОБЕД 2																									
ТТК № 27	Салат из б/к капусты /тепл.обр/	60	0,85	3,06	5,40	52,44	0,05	0,03	19,44	101,40	0,96	32,20	22,40	9,12	0,31										
ТТК № 17	Суп " Кудрявый"	200	3,03	5,02	10,52	99,42	0,06	0,14	8,73	19,95	0,50	152,10	33,30	27,00	2,25	265,50	18,00	3,54	55,44						
ТТК № 64	Капша гречневая по-купечески	180	13,05	13,68	28,17	319,01	0,18	0,09	1,23	176,22	1,68	44,53	49,50	32,03	1,02	50,00									
ТТК № 116	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	27,89	27,89	113,79	0,03	0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68	0,53									
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,04	0,03	47,40	10,50	14,10	1,17	73,20	0,96	1,65	7,20									
ТТК № 157	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,20	54,30	0,05	0,03																	
	ИТОГО:	705	22,13	22,40	99,40	721,21	0,35	0,15	26,49	292,62	3,03	291,78	117,80	206,03	6,81	701,23	17,19	17,60	109,65						
ПОЛДНИК																									
№ 590****	Печенье	40	3,00	3,92	29,76	166,80	0,03	0,03	1,40	36,00	11,60	8,00	0,84	8,00	0,18	217,80	16,20	3,24	1,15						
№ 272 **	Раженка,кефир,варенец	180	5,04	5,74	7,36	101,27	0,07	0,22	1,26	31,50	162,01	25,20	0,18	25,20	0,18	217,80	16,20	3,24	1,15						
№112****	Фрукты свежие (апельсины)	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,04	60,00	36,00	0,20	23,00	34,00	13,00	0,30	123,00	2,00	0,30	13,00						
	ИТОГО:	320	8,94	9,86	45,22	311,07	0,14	0,22	61,26	67,50	1,60	221,01	261,61	46,20	1,32	340,80	18,20	3,54	14,15						
	ВСЕГО:	1 580	53,40	48,17	228,92	1 644,23	0,74	0,57	114,42	481,03	6,93	760,05	449,65	324,05	12,82	1 538,98	56,94	28,29	211,72						

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
ООО "КПП "Подорожok"
 Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: Понедельник 7 Сезон: Осень 2024г
 Неделя: 2 Возраст 7-11 лет

№ реч.	Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины								Минералы							
			Белки		Жиры	Углев.		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор			
			4	5																	6	7	8
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20				
ЗАВТРАК																							
ТТК № 75	Фрикадельки куриные в соусе 1 в	100	6,82	8,36	8,04	146,68	0,03	0,04	0,44	3,43	0,29	54,55	22,55	8,73	0,65	125,09	9,45	10,04	56,00				
№516*	Макаронные изделия отварные	160	5,60	6,56	37,60	235,20	0,06	0,02			1,06	39,65	13,96	9,17	0,91	57,60	0,20	0,05	12,80				
ТТК № 26	Фрукто-чай	200		22,76	91,04				7,80	0,57			7,04	5,34	1,20	30,20	0,20	0,05	1,80				
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06				0,55	32,50	10,00	7,00	0,55	38,45	1,75	2,80	0,88				
	ИТОГО:	510	16,22	15,32	93,00	590,42	0,15	0,06	8,24	4,00	1,90	126,70	53,55	30,24	3,31	251,34	11,40	12,89	71,48				
ОБЕД																							
55 Диет	Винегрет овощной (2-й вариант)	60	0,94	3,92	4,80	57,75	0,02	0,01	5,04	72,90	2,76	24,00	13,80	10,80	0,48	128,00	7,90	0,14	12,00				
ТТК № 17	Суп " Кудрявый"	200	3,03	5,02	10,52	99,42	0,05	0,03	4,60	101,40	0,96	32,20	8,60	13,40	0,48	222,20	10,20	0,94	21,20				
ТТК № 68	Гуляш	90	11,16	7,65	3,06	118,80	0,05	0,10	0,96	22,95	0,48	142,83	13,80	22,23	1,98	290,25	15,75	0,29	56,25				
№ 510 *	Каша вязкая (пшеничная)	150	4,50	6,15	24,90	178,50	0,12	0,03	4,50	14,17	4,11	159,38	47,60	25,12	1,06	7,10	30,00	23,35	0,22				
ТТК № 25	Чай апельсиновый	200		25,00	94,08				4,90	1,26			19,00	19,00	0,40	53,00	0,40	0,08	3,40				
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03				0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68	0,53				
ТТК № 157	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,20	54,30	0,05	0,03				47,40	10,50	14,10	1,17	73,20	0,96	1,65	7,20				
	ИТОГО:	760	23,89	23,34	93,24	673,35	0,32	0,21	20,00	212,68	8,64	425,31	119,30	108,85	5,90	796,82	66,26	28,13	100,80				
ОБЕД 2																							
55 Диет	Винегрет овощной (2-й вариант)	60	0,94	3,92	4,80	57,75	0,02	0,01	5,04	72,90	2,76	24,00	13,80	10,80	0,48	128,00	7,90	0,14	12,00				
ТТК № 17	Суп " Кудрявый"	200	3,03	5,02	10,52	99,42	0,05	0,03	4,60	101,40	0,96	32,20	8,60	13,40	0,48	222,20	10,20	0,94	21,20				
ТТК № 75	Фрикадельки куриные в соусе 1 в	110	7,50	9,20	8,84	161,35	0,03	0,04	0,48	3,77	0,32	60,00	24,80	9,60	0,72	137,60	10,40	11,04	61,60				
№516*	Макаронные изделия отварные	150	5,25	6,15	35,25	220,50	0,09	0,03		18,40	0,99	55,27	13,09	20,70	1,15	54,00	21,00	0,06	12,00				
ТТК № 25	Чай апельсиновый	200		25,00	94,08				4,90	1,26			19,00	19,00	0,40	53,00	0,40	0,08	3,40				
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03				0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68	0,53				
ТТК № 157	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,20	54,30	0,05	0,03				47,40	10,50	14,10	1,17	73,20	0,96	1,65	7,20				
	ИТОГО:	780	20,98	24,89	109,37	757,90	0,27	0,15	15,02	197,73	5,36	238,37	95,79	91,80	4,73	691,07	51,91	15,59	117,93				
ПОЛДНИК																							
588****	Вафли	40	1,12	1,32	30,92	140,00	0,01				0,28	14,40	6,40	4,00	0,60								
№ 515 ****	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	106,00	0,08	0,60	2,60	0,04		180,00	240,00	28,00	0,20	11,60		3,60					
№ 112****	Фрукты свежие (апельсины)	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04		60,00	36,00	0,20	23,00	34,00	13,00	0,30	123,00	2,00	0,30	13,00				
	ИТОГО:	340	7,82	6,52	48,62	289,00	0,13	0,60	62,60	36,04	0,48	217,40	280,40	45,00	1,10	134,60	2,00	3,90	13,00				
	ВСЕГО:	1 610	47,93	45,18	234,86	1 552,77	0,60	0,87	90,84	252,72	11,02	769,41	453,25	184,09	10,31	1 182,76	79,66	44,92	185,28				

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
ООО "КШП "Подорожник"
 Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: Вторник
 Неделя: 2

8 Сезон: Осень 2024г
 Возраст 7-11 лет

№ рсч.	Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины							Минералы							
			Белки		Жиры			Углев.		B1	B2	C	A	E	P	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор
			4	5	6	7		8	9													
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20			
ЗАВТРАК																						
ТТК № 82	Бутерброд горячий	65	6,82	6,21	11,54	140,64	0,04	0,04	0,16	0,07	0,65	130,00	170,63	14,63	0,65	52,98	1,54	5,62	0,76			
ТТК № 62	Каша рисовая вязкая	200	6,28	11,82	22,40	228,00	0,06	0,16	1,42	26,40	0,28	169,40	131,00	37,20	0,56	169,33	50,67	6,21	38,67			
ТТК № 80	Чай с молоком	200	1,40	1,60	17,34	89,32	0,02	0,07	0,61	6,90		43,45	58,61	7,71	0,25	81,00	4,50	0,88	10,00			
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,04				0,44	26,00	8,00	5,60	0,44	30,76	1,40	2,24	0,70			
	ИТОГО:	505	17,54	19,95	70,96	551,96	0,16	0,27	2,19	33,37	1,37	368,85	368,24	65,14	1,90	334,07	58,11	14,95	50,13			
ОБЕД																						
ТТК № 15	Салат "Фантазия"	60	1,14	5,31	6,64	78,89	0,04	0,01	6,06	72,90	1,68	27,60	9,60	10,80	0,42	128,00	7,90	0,14	12,00			
№ 128****	Борщ с капустой и картофелем	200	1,46	4,00	8,52	76,00	0,03	0,32	8,24	129,00	1,92	42,40	27,60	21,04	0,96	229,40	16,40	0,33	24,00			
№ 394 94г	Жаркое по-домашнему	180	16,02	16,20	36,00	343,17	0,16	0,15	8,34	24,60	0,54	208,62	22,52	38,78	3,25	738,00	40,80	0,36	88,80			
ТТК № 117	Компот из свежих плодов	200	0,20		35,80	142,00	0,02		4,30	1,20	0,20	16,00	22,00	14,00	1,10	91,60	0,87	0,10	3,13			
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03				0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68	0,53			
ТТК № 157	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,20	54,30	0,05	0,03				47,40	10,50	14,10	1,17	73,20	0,96	1,65	7,20			
	ИТОГО:	700	23,08	26,11	111,92	764,86	0,33	0,51	26,94	227,70	4,67	361,52	98,22	102,92	7,23	1 283,27	67,98	4,26	135,66			
ОБЕД 2																						
ТТК № 15	Салат "Фантазия"	60	1,14	5,31	6,64	78,89	0,04	0,01	6,06	72,90	1,68	27,60	9,60	10,80	0,42	128,00	7,90	0,14	12,00			
№ 128****	Борщ с капустой и картофелем	200	1,46	4,00	8,52	76,00	0,03	0,32	8,24	129,00	1,92	42,40	27,60	21,04	0,96	229,40	16,40	0,33	24,00			
№ 394 94г	Жаркое по-домашнему	180	16,02	16,20	36,00	343,17	0,16	0,15	8,34	24,60	0,54	208,62	22,52	38,78	3,25	738,00	40,80	0,36	88,80			
ТТК № 117	Компот из свежих плодов	200	0,20		35,80	142,00	0,02		4,30	1,20	0,20	16,00	22,00	14,00	1,10	91,60	0,87	0,10	3,13			
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03				0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68	0,53			
ТТК № 157	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,20	54,30	0,05	0,03				47,40	10,50	14,10	1,17	73,20	0,96	1,65	7,20			
	ИТОГО:	700	23,08	26,11	111,92	764,86	0,33	0,51	26,94	227,70	4,67	361,52	98,22	102,92	7,23	1 283,27	67,98	4,26	135,66			
ПОЛДНИК																						
№ 590****	Печенье	40	3,00	3,92	29,76	166,80	0,03				1,40	36,00	11,60	8,00	0,84							
№ 272 **	Реженка кефир, вареная	180	5,04	5,74	7,36	101,27	0,07	0,22	1,26	31,50	0,20	162,01	216,01	25,20	0,18	217,80	16,20	3,24	1,15			
№ 112 ****	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03		10,00	45,00	0,20	11,00	16,00	9,00	2,20	250,00	2,00	0,30	7,00			
	ИТОГО:	320	8,44	10,06	46,92	315,07	0,13	0,22	11,26	76,50	1,60	209,01	243,61	42,20	3,22	467,80	18,20	3,54	8,15			
	ВСЕГО:	1 525	49,06	56,12	229,80	1 631,89	0,62	1,00	40,39	337,57	7,64	939,38	710,07	210,26	12,35	2 085,14	144,29	22,75	193,94			

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
ООО "КШП "Подорожник"
Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**

День: Среда
Неделя: 2

9 Сезон: Осень 2024г
Возраст 7-11 лет

№ рец.	Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витамины										Минералы					
			Белки		Жиры		Углев.			В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор			
			4	5	6	7	8	9															10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20						
ЗАВТРАК																									
ТТК № 94	Тефтели (1-й вариант)	90	11,07	10,00	11,22	209,40	0,05	0,07	1,35	7,29	0,40	148,60	13,50	15,39	1,54	223,50	16,50	0,78	51,00						
№ 510 *	Каша вязкая (гречневая)	200	6,00	9,00	29,80	228,00	0,32	0,09	18,61	0,64	219,16	20,00	131,15	4,40	168,00	55,07	2,67	12,00							
№ ТТК № 58	Фруктовый чай с яблоком	200			23,20	92,80			1,20		6,90	9,20	5,90	0,54	91,60	0,87	0,10	3,13							
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,04			0,44	26,00	8,00	5,60	0,44	30,76	1,40	2,24	0,70							
ИТОГО:		530	20,11	19,32	83,90	624,20	0,41	0,16	1,35	27,10	1,48	400,66	50,70	158,04	6,92	513,86	73,84	5,79	66,83						
ОБЕД																									
ТТК № 28	Салат витаминный	60	0,66	6,06	6,36	82,80	0,02	0,02	9,24	242,00	2,76	17,40	18,00	10,80	0,54	160,00	9,90	0,15	11,00						
№ 76 12г	Рассольник Ленинградский	200	1,68	4,10	13,27	96,60	0,07	0,05	6,03	104,00	1,94	57,56	21,16	20,72	0,78	335,00	16,60	0,75	28,20						
№ 397*	Фрикадельки рыбные с томатным соусом	90	8,42	4,10	6,99	101,70	0,03	0,06	0,08	12,09	2,34	135,94	45,00	19,80	0,90	132,19	48,75	16,50	169,69						
ТТК № 146	Пюре из гороха с маслом	150	11,00	8,52	28,43	247,40	0,42	0,08	0,06	0,06	0,06	230,16	82,55	76,83	4,84	82,31	17,56	6,34	16,88						
ТТК № 33	Лимонный напиток	200			22,40	89,60		0,01	2,80				14,20	2,00	0,40	21,40									
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03				0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68	0,53						
ТТК № 157	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,20	54,30	0,05	0,03				47,40	10,50	14,10	1,17	73,20	0,96	1,65	7,20						
ИТОГО:		760	26,02	23,38	102,41	742,90	0,62	0,25	18,15	358,15	7,43	507,96	197,41	148,45	8,96	827,17	94,82	27,07	233,50						
ОБЕД 2																									
ТТК № 28	Салат витаминный	60	0,66	6,06	6,36	82,80	0,02	0,02	9,24	242,00	2,76	17,40	18,00	10,80	0,54	160,00	9,90	0,15	11,00						
№ 76 12г	Рассольник Ленинградский	200	1,68	4,10	13,27	96,60	0,07	0,05	6,03	104,00	1,94	57,56	21,16	20,72	0,78	335,00	16,60	0,75	28,20						
ТТК № 94	Тефтели (1-й вариант)	90	11,07	10,00	11,22	209,40	0,05	0,07	1,35	7,29	0,40	148,60	13,50	15,39	1,54	223,50	16,50	0,78	51,00						
№ 510 *	Каша вязкая (гречневая)	150	4,50	6,75	22,35	171,00	0,24	0,07		13,96	0,48	164,37	15,00	98,36	3,30	126,00	41,30	2,00	9,00						
ТТК № 33	Лимонный напиток	200			22,40	89,60		0,01	2,80				14,20	2,00	0,40	21,40									
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03				0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68	0,53						
ТТК № 157	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,20	54,30	0,05	0,03				47,40	10,50	14,10	1,17	73,20	0,96	1,65	7,20						
ИТОГО:		760	22,17	27,51	100,56	774,20	0,46	0,25	19,42	367,25	5,91	454,83	98,36	165,57	8,06	962,17	86,31	7,01	106,93						
ПОЛДНИК																									
№ 589****	Пряники	50	2,95	2,35	37,50	183,00	0,04				1,20	25,00	5,50	4,50	0,40										
№ 515 ****	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	106,00	0,08	0,60	2,60	0,04		180,00	240,00	28,00	0,20	11,60		3,60							
№ 112 ****	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03		10,00	45,00	-0,20	11,00	16,00	9,00	2,20	250,00	2,00	0,30	7,00						
ИТОГО:		350	9,15	7,75	56,90	336,00	0,15	0,60	12,60	45,04	1,40	216,00	261,50	41,50	2,80	261,60	2,00	3,90	7,00						
ВСЕГО:		1 640	55,28	50,45	243,21	1 703,10	1,18	1,01	32,10	430,29	10,31	1 124,62	509,61	347,99	18,68	1 602,63	170,66	36,76	307,33						

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
ООО "КНИП "Подросток"
 Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд

День: Четверг 10 Сезон: Осень 2024г
 Неделя: 2 Возраст 7-11 лет

№ рец.	Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины							Минералы					
			Белки	Жиры	Углев.		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
ЗАВТРАК																			
№106****	Овонци натуральные(помидоры свежие)	50	0,55	0,10	1,90	12,00	0,03	0,02	12,50	67,50	0,35	13,00	7,00	10,00	0,45	70,00	1,50	0,15	8,50
ТТК № 141	Плов из филе птицы	200	13,87	15,56	30,04	350,22	0,02	0,07	1,20	130,67	4,57	112,62	21,40	47,47	3,10	340,71	35,56	24,44	151,11
ТТК № 77	Чай с сахаром	200	0,10		13,00	60,00		0,01	0,30	0,11			5,00		0,40	21,00			
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06				0,55	32,50	10,00	7,00	0,55	38,45	1,75	2,80	0,88
ИТОГО:		500	18,32	16,06	69,54	539,72	0,11	0,10	14,00	198,28	5,47	158,12	43,40	64,47	4,50	470,16	38,81	27,39	160,49
ОБЕД																			
№ 17****	Салат из свежих огурцов	60	0,42	6,06	1,20	61,20	0,02	0,02	3,00	5,46	2,70	19,80	10,80	7,80	0,30	78,00	22,32	0,16	9,36
№ 142 ****	Щи из свежей капусты с картошкой	200	1,40	3,88	6,22	66,40	0,05	0,03	14,78	112,20	1,90	38,00	27,20	17,80	0,64	242,40	15,00	0,22	20,60
ТТК № 7	Шницель детский	90	10,63	11,86	8,87	153,49	0,08	0,05	0,57	5,67		92,88	8,82	23,99	1,07	129,26	3,23	5,72	42,98
№516*	Макаронные изделия отварные	150	5,25	6,15	35,25	220,50	0,06	0,02			0,99	37,17	13,09	8,60	0,85	54,00			12,00
ТТК № 116	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56		27,89	113,79	0,03		1,22	15,00	1,68	44,53	49,50	32,03	1,02	50,00			
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03				0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68	0,53
ТТК № 157	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,20	54,30	0,05	0,03				47,40	10,50	14,10	1,17	73,20	0,96	1,65	7,20
ИТОГО:		760	22,52	28,55	104,39	740,18	0,32	0,15	19,57	138,33	7,60	299,28	125,91	108,52	5,38	649,93	42,56	9,43	92,67
ОБЕД 2																			
№ 17****	Салат из свежих огурцов	60	0,42	6,06	1,20	61,20	0,02	0,02	3,00	5,46	2,70	19,80	10,80	7,80	0,30	78,00	22,32	0,16	9,36
№ 142 ****	Щи из свежей капусты с картошкой	200	1,40	3,88	6,22	66,40	0,05	0,03	14,78	112,20	1,90	38,00	27,20	17,80	0,64	242,40	15,00	0,22	20,60
ТТК № 141	Плов из филе птицы	220	15,25	17,11	33,05	385,24	0,02	0,08	1,32	143,73	5,03	123,88	23,54	52,21	3,41	374,78	39,11	26,89	166,22
ТТК № 116	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56		27,89	113,79	0,03		1,22	15,00	1,68	44,53	49,50	32,03	1,02	50,00			
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03				0,33	19,50	6,00	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68	0,53
ТТК № 157	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,20	54,30	0,05	0,03				47,40	10,50	14,10	1,17	73,20	0,96	1,65	7,20
ИТОГО:		740	21,89	27,65	93,32	751,43	0,20	0,16	20,32	276,39	11,64	293,11	127,54	128,14	6,87	841,45	78,44	30,60	203,91
ПОЛДНИК																			
588****	Вафли	40	1,12	1,32	30,92	140,00	0,01				0,28	14,40	6,40	4,00	0,60				
272**	Ряженка, кефир, варенец	180	5,04	5,74	7,36	101,27	0,07	0,22	1,26	31,50		162,01	21,60	25,20	0,18	217,80	16,20	3,24	1,15
№ 112 ****	Плоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03		10,00	45,00	0,20	11,00	16,00	9,00	2,20	250,00	2,00	0,30	7,00
ИТОГО:		320	6,56	7,46	48,08	288,27	0,11	0,22	11,26	76,50	0,48	187,41	238,41	38,20	2,98	467,80	18,20	3,54	8,15
ВСЕГО:		1 580	47,40	52,07	222,01	1 568,17	0,54	0,47	44,83	413,11	13,55	644,81	407,72	211,19	12,86	1 587,89	99,57	40,36	261,31

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
ООО "КШЦ "Подорожник"
 Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: Суббота 12 Сезон: Осень 2024г
 Неделя: 2 Возраст: 7-11 лет

№ реч.	Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины									Минералы				
			Белки		Жиры	Углев.		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор	
			4	5																	6
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20		
ЗАВТРАК																					
№ 112 ****	Фрукты свежие (яблоки)	145	0,58	0,58	14,21	68,15	0,04	14,50	65,25	0,29	15,95	23,20	13,05	3,19	362,50	2,90	0,44	10,15			
ТТК № 166	Оладьи с пылу-жару	135	11,25	11,40	43,50	303,00	0,12	1,20	4,41	97,50	99,00	21,27	0,96								
№ 481 ****	Молоко стуженное	20	1,44	1,70	11,10	65,60	0,01	0,20	0,01	43,80	61,40	6,80	0,04								
ТТК № 77	Чай с сахаром	200	0,10		15,00	60,00		0,30	0,11		5,00		0,40	21,00							
	ИТОГО:	500	13,37	13,68	83,81	496,75	0,17	16,20	65,37	4,74	157,25	188,60	41,12	4,59	383,50	2,90	0,44	10,15			
ОБЕД																					
№ 19****	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,54	3,06	2,16	38,40	0,02	8,46	64,40	1,56	19,20	10,20	9,60	0,36	132,00	9,30	0,22	14,00			
№99 11г	Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,32	76,20	0,06	8,32	98,80	39,42	39,42	27,88	16,60	0,62	307,28	43,20	0,25	20,40			
№469*	Фрикадельки в соусе	105	13,15	10,00	14,22	230,40	0,10	0,52	4,46	203,30	129,71	29,74	1,79	1,79	114,10	14,44	0,46	26,13			
№ 510 *	Каша вязкая (гречневая)	180	5,40	8,10	26,82	205,20	0,29	16,75	16,75	0,58	197,24	18,00	118,03	3,96	151,20	49,56	2,40	10,80			
ТТК № 119	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,40		29,00	122,00		2,45			1,00			0,10	52,00	0,50	0,02	3,10			
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03		0,33	19,50	6,00	4,20	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68	0,53			
ТТК № 157	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,20	54,30	0,05			47,40	10,50	14,10	14,10	1,17	73,20	0,96	1,65	7,20			
	ИТОГО:	805	26,02	25,75	104,48	797,00	0,55	17,30	186,86	42,38	526,06	203,29	192,27	8,33	852,85	119,01	6,68	82,16			
ОБЕД 2																					
№ 19****	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,54	3,06	2,16	38,40	0,02	8,46	64,40	1,56	19,20	10,20	9,60	0,36	132,00	9,30	0,22	14,00			
№99 11г	Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,32	76,20	0,06	8,32	98,80	39,42	39,42	27,88	16,60	0,62	307,28	43,20	0,25	20,40			
№469*	Фрикадельки в соусе	105	13,15	10,00	14,22	230,40	0,10	0,52	4,46	203,30	129,71	29,74	1,79	1,79	114,10	14,44	0,46	26,13			
№ 510 *	Каша вязкая (гречневая)	150	4,50	6,75	22,35	171,00	0,24	7,80	13,96	0,48	164,37	15,00	98,36	3,30	126,00	41,30	2,00	9,00			
ТТК № 26	Фрукто-чай	200			22,76	91,04		0,57	0,33	19,50	6,00	4,20	4,20	0,33	23,07	1,05	1,68	0,53			
ТТК № 156	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03			47,40	10,50	14,10	14,10	1,17	73,20	0,96	1,65	7,20			
ТТК № 157	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,20	54,30	0,05			42,28	206,33	177,94	177,94	8,77	805,85	110,45	6,31	79,06			
	ИТОГО:	775	23,72	24,40	93,77	731,84	0,50	25,10	182,19	42,28	493,19	206,33	177,94	8,77	805,85	110,45	6,31	79,06			
ПОЛДНИК																					
	ИТОГО:																				
	ВСЕГО:	1 305	39,39	39,43	188,29	1 293,75	0,72	33,50	252,23	47,12	683,31	391,89	233,39	12,92	1 236,35	121,91	7,12	92,31			