



Примерное 10-дневное меню горячих завтраков и обедов для детей с ограниченными возможностями 7-11 лет,
обучающихся в общеобразовательных учреждениях,
(всесезонное, 2-разовое питание)

Использованы:

Методические рекомендации по питанию детей в организованный коллективах, Часть III Сборник технологических карт
(для питания детей), Екатеринбург, 2018 (УДК 613.2 ISBN 978-5-93025-114-2)

МЕНЮ

Сош с. Андриановичи ДОВЗ 12 лет и старше

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

СанПиН 2.3.2.4.3888-20																	
Сош с. Андриановичи ДОВЗ 12 лет и старше																	
№	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
1 день																	
Завтрак																	
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	250	7,98	2,95	9,26	2,79	33,99	257,01	130,88	62,87	209	1,55	27	50,13	0,78	0,18	0,52
1/13	Бутерброд с маслом	50	2,44	0,16	14,77	0,27	14,27	201,14	4,8	0	6	0,04	80	90	0,2	0	0
27/10	Чай с сахаром	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,80	37,80	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	6,68	38,68	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
Итого за 'Завтрак '			13,80	3,11	24,49	3,52	78,75	601,80	142,97	72,27	246,6	2,39	107	140,33	1,26	0,21	0,52
Обед																	
29/2	Суп-пюре из картофеля	250	3,20	1,44	3,66	0,32	15,51	111,34	72,2	26,14	88,12	0,79	20	224,35	0,17	0,1	6,06
8/5	Запеканка (сырники) из творога	180	30,42	29,27	17,28	1,82	23,77	376,62	256,18	37,39	332,32	0,93	100,89	115,56	1,36	0,07	0,42
-	Молоко сгущенное	20	1,44	1,44	1,70	0,00	11,10	63,48	61,4	6,8	43,8	0,04	8,4	9,4	0,04	0,01	0,2
29/10	Чай с лимоном	180	0,11	0,00	0,02	0,02	8,73	34,79	1,96	0,5	0,9	0,05	0	0,09	0,01	0	0,7
-	Фрукты		0,50	0,00	0,50	0,50	12,25	60,85	20	11,25	13,75	2,75	0	6,25	0,25	0,04	12,5
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0,00	0,39	0,39	28,02	134,34	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0,00	0,48	0,48	13,36	77,35	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
Итого за 'Обед '			42,28	32,15	24,03	3,53	112,74	858,78	425,73	100,88	542,08	6,12	129,29	356,05	2,39	0,29	19,88
Итого за день			56,07	35,26	48,52	7,05	191,49	1460,57	568,71	173,16	788,68	8,51	236,29	496,37	3,65	0,5	20,4

2 день

Завтрак

19/4	Каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом сливочным	250	6,38	3,75	8,14	0,64	30,87	226,165	143,91	47,85	162,4	1,13	30,3	56,45	0,25	0,09	0,66
25/12	Шаньга наливная	65	5,49	1,3	2,23	0,97	29,66	164,102	14,61	6,49	45,91	0,64	16,89	29,43	0,85	0,05	0
32/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	2,84	3,21	0,07	14,39	96,3714	116,69	13,3	83,7	0,13	20	22	0	0,03	0,52
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,01	67,1703	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24	0,24	6,68	38,676	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
Итого за 'Завтрак '			18,32	7,89	14,02	2,12	95,6	592,48	282,21	77,04	323,6	2,68	67,19	108,08	1,38	0,21	1,19

Обед

32/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	100	1,38	0,00	5,97	5,97	9,01	89,86	34,08	19,3	37,99	1,24	0	1,98	2,74	0,01	1,94
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,21	0	2,45	2,45	21,69	127,393	18,29	22,93	59,69	1	0	242,1	1,24	0,1	6,12
4/9	Плов из мяса кур	220	20,16	16,58	16,36	2,39	39,82	395,274	25,75	38,78	182,81	1,9	35,42	372,06	1,96	0,07	1,22
6/10	Компот из кураги	180	0,92	0	0,05	0,05	17,78	78,839	28,2	17,96	24,44	0,58	0	104,94	0,99	0,02	0,29
4/13	Сыр (порциями)	15	3,95	3,95	3,99	0	0	52,59	150	8,25	90	0,11	31,5	35,7	0,06	0	0,11
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0	0,39	0,39	28,02	134,341	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	13,36	77,352	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
Итого за 'Обед '			36,23	20,53	29,69	11,73	129,68	955,65	270,32	126,02	458,13	6,39	66,92	757,18	7,55	0,27	9,68
Итого за день			54,55	28,42	43,71	13,85	225,28	1548,13	552,53	263,06	781,73	9,07	134,11	865,26	8,93	0,48	10,87

3 день
Завтрак

47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	250	11,12	3,34	7,8	1	46,31	309,799	127,59	16,4	123,05	1,14	30,75	57,88	1,33	0,07	0,04
1/13	Бутерброд с маслом	50	2,44	0,16	14,77	0,27	14,27	201,14	4,8	0	6	0,04	80	90	0,2	0	0
29/10	Чай с лимоном	200	0,12	0	0,02	0,02	9,7	38,6598	2,18	0,56	1	0,06	0	0,1	0,01	0	0,78
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,01	67,1703	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24	0,24	6,68	38,676	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
Итого за 'Завтрак '			16,98	3,5	23,03	1,73	90,97	655,44	141,57	26,36	161,64	2,01	110,75	148,17	1,82	0,11	0,82

Обед

29/1	Салат из моркови с растительным маслом	100	1,20	0,00	6,00	6,00	8,90	97,00	24,44	34,26	49,7	0,64	0	1840	3,01	0,05	4,51
16/2	Суп картофельный с бобовыми	250	6,03	0	5,49	5,49	20,51	164,07	33,18	36,43	88,33	2,09	0	252,28	2,43	0,23	5,65
3/3	Картофельное пюре	180	3,73	0,65	4,4	0,62	24,45	159,103	42,83	36,55	104,61	1,36	22,5	30,06	0,21	0,14	6,54
12/7	Биточки (котлеты) из рыбы минтай	100	13,72	12,63	2	0,12	7,99	105,354	58,68	43,56	201,96	0,77	27,13	28,15	0,26	0,09	0,64
-	Сок	180	0,9	0	0,18	0	18,18	77,832	12,6	7,2	12,6	2,52	0	0	0,18	0,02	3,6
-	Хлеб пшеничный	45	2,98	0	0,3	0,3	21,02	100,755	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0	0,3	0,3	8,35	48,345	8,75	11,75	39,5	0,98	0	0,25	0,35	0,05	0
Итого за 'Обед '			30,21	13,28	18,67	12,83	109,40	752,46	180,48	169,75	496,70	8,36	49,63	2150,74	6,44	0,58	20,94
Итого за день			47,19	16,78	41,70	14,56	200,37	1407,90	322,05	196,11	658,34	10,37	160,38	2298,91	8,26	0,69	21,76

4 день
Завтрак

15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	250	7,46	2,94	6,58	0,65	38,41	251,381	145,23	34,12	229,46	0,92	24	44,5	0,8	0,13	0,52
2/13	Бутерброд с сыром	50	7,12	4,84	5,16	0,27	14,01	133,52	183,99	10,12	110,4	0,13	38,64	43,79	0,07	0,01	0,13
27/10	Чай с сахаром	200	0,08	0	0,02	0,02	9,8	37,8022	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,01	67,1703	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24	0,24	6,68	38,676	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
-	Фрукты		0,4	0	0,4	0,4	9,8	48,68	16	9	11	2,2	0	5	0,2	0,03	10
Итого за 'Завтрак '			18,36	7,78	12,6	1,78	92,7	577,23	352,51	62,64	382,46	4,05	62,64	93,49	1,35	0,2	10,65

Обед

11/2	Рассольник с крупой и сметаной	250	2,46	0,13	5,42	5,41	16,6	131,119	25,99	25,9	73,12	0,97	4,5	311	2,46	0,08	7,21
3/4	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,48	0,04	4,62	1,43	23,87	170,68	12,82	83,98	124,1	2,9	18	21,13	0,4	0,16	0
12/8	Гуляш из мяса свинины	100	11,62	10,91	28,84	0,09	4,74	326,427	13,48	21,1	138,77	1,49	17	22,5	0,48	0,3	0,45
27/10	Чай с сахаром	180	0,07	0	0,02	0,02	8,82	34,022	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0	0,39	0,39	28,02	134,341	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	13,36	77,352	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
Итого за 'Обед '			26,24	11,08	39,77	7,82	95,41	873,94	66,55	149,78	399,19	6,95	39,50	355,03	3,90	0,61	7,66
Итого за день			44,60	18,86	52,37	9,60	188,11	1451,17	419,06	212,42	781,65	11,00	102,14	448,52	5,25	0,81	18,31

5 день
Завтрак

17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	250	6,24	3,75	8,14	0,64	32,06	228,531	144,76	33,85	154,62	0,66	30,3	56,59	0,18	0,09	0,66
29/10	Чай с лимоном	200	0,12	0	0,02	0,02	9,7	38,6598	2,18	0,56	1	0,06	0	0,1	0,01	0	0,78
5/12	Ватрушка с творогом	65	9,11	6,13	8,13	5,32	20,37	194,154	59,78	11,14	93,46	0,6	24	42,5	2,69	0,05	0,12
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,01	67,1703	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24	0,24	6,68	38,676	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
Итого за 'Завтрак '			18,78	9,88	16,73	6,42	82,82	567,19	213,71	54,95	280,68	2,09	54,3	99,39	3,15	0,17	1,56

Обед

6/2	Щи из свежей капусты со сметаной	250	1,83	0,13	3,01	2,68	7,48	68,439	39,19	19,2	39,95	0,65	4,5	310,63	1,27	0,04	13,56
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,36	0,04	3,57	0,8	38,87	220,728	14,97	8,74	48,26	0,89	10,8	20,25	0,96	0,08	0
274	Зразы рубленные из куры	100	13,33	11,24	20,83	11,77	12,96	297,945	42,6	22	142,76	1,72	36,34	62,92	5,63	0,07	2,07
20	Кисель из концентрата	180	0	0	0	0	6,09	24,9828	0,07	0	0	0,01	0	0	0	0	0
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0	0,39	0,39	28,02	134,341	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	13,36	77,352	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
Итого за 'Обед '			29,64	11,4	34,42	22,24	117,05	930,02	127,28	90,94	342,46	5,53	51,64	957,86	11,25	0,32	19,07
Итого за день			48,42	21,28	51,15	28,66	199,87	1497,21	340,99	145,9	623,14	7,62	105,94	1057,25	14,41	0,49	20,63

6 день
Завтрак

9/4	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	250	6,49	2,71	7,92	0,54	48,98	298,182	119,49	38,86	157,81	0,69	43,75	48,75	0,28	0,07	0,49
27/10	Чай с сахаром	200	0,08	0	0,02	0,02	9,8	37,8022	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0
7/12	Ватрушка с яблоками	65	4,78	0,76	5,59	5,53	30,63	195,65	24,84	8,27	43,18	0,83	6,06	11,76	2,78	0,05	0,42
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,01	67,1703	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24	0,24	6,68	38,676	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
-	Фрукты		0,4	0	0,4	0,4	9,8	48,68	16	9	11	2,2	0	5	0,2	0,03	10
Итого за 'Завтрак '			15,05	3,47	14,37	6,93	119,89	686,16	167,63	65,53	243,59	4,53	49,81	65,71	3,54	0,19	10,91

Обед

42/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	100	3	0	11,16	11,16	10,16	153,34	22,96	0	0	0,95	0	53,2	1,41	0,09	6,44
10/2	Рассольник домашний со сметаной	250	2,23	0,13	5,38	5,36	13,74	117,681	31,18	24,74	59,75	0,94	4,5	211,6	2,39	0,08	10,51
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,36	0,04	3,57	0,8	38,87	220,728	14,97	8,74	48,26	0,89	10,8	20,25	0,96	0,08	0
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	100	14,83	13,48	12,44	1,63	9,14	208,695	39,96	15,81	126,19	1,21	45,44	58,78	1,31	0,06	0,33
6/10	Компот из кураги	180	0,92	0	0,05	0,05	17,78	78,839	28,2	17,96	24,44	0,58	0	104,94	0,99	0,02	0,29
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0	0,39	0,39	28,02	134,341	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	13,36	77,352	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0

Итого за 'Обед '

Итого за день

33,95 13,65 33,47 19,87 131,07 990,98 151,27 86,05 321,84 6,13 60,74 449,17 7,62 0,40 17,57
49,00 17,12 47,84 26,80 250,96 1677,14 318,90 151,58 565,43 10,66 110,55 514,88 11,16 0,59 28,48

7 день
Завтрак

9/4	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	250	6,49	2,71	7,92	0,54	48,98	298,182	119,49	38,86	157,81	0,69	43,75	48,75	0,28	0,07	0,49
2/13	Бутерброд с сыром	50	7,12	4,84	5,16	0,27	14,01	133,52	183,99	10,12	110,4	0,13	38,64	43,79	0,07	0,01	0,13
29/10	Чай с лимоном	200	0,12	0	0,02	0,02	9,7	38,6598	2,18	0,56	1	0,06	0	0,1	0,01	0	0,78
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,01	67,1703	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24	0,24	6,68	38,676	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
Итого за 'Завтрак '			17,03	7,55	13,55	1,27	93,38	576,21	312,66	58,93	300,8	1,66	82,39	92,84	0,65	0,11	1,4

Обед

40/1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100	2,60	1,29	7,26	5,96	8,54	105,10	81,38	20,98	65,42	1,21	10,29	13,77	2,75	0,01	1,87
31/2	Суп-пюре из разных овощей	250	3,21	1,1	4,96	0,24	12,24	111,112	70,6	23,65	77,1	0,73	27,5	339,53	0,28	0,07	6,9
40/2	Гренки (сухарики)	30	2,57	0	0,25	0,29	16,12	80,6105	6,34	4,38	20,36	0,34	0	0	0,4	0,03	0
3/4	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,48	0,04	4,62	1,43	23,87	170,68	12,82	83,98	124,1	2,9	18	21,13	0,4	0,16	0
5/9	Биточки (котлеты) из мяса свинины	100	12,09	10,74	20,71	1,63	9,14	272,154	33,97	19,81	125,56	1,28	4	5,5	1,24	0,36	0,07
6/10	Компот из сухофруктов	180	0,92	0	0,05	0,05	17,78	78,839	28,2	17,96	24,44	0,58	0	104,94	0,99	0,02	0,29
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0	0,39	0,39	28,02	134,341	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	13,36	77,352	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
Итого за 'Обед '			33,48	13,17	38,72	10,47	129,07	1030,19	247,31	189,56	500,18	8,60	59,79	485,27	6,62	0,72	9,13
Итого за день			50,51	20,72	52,27	11,74	222,45	1606,40	559,97	248,49	800,98	10,26	142,18	578,11	7,27	0,83	10,53

8 день

Завтрак

11/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	8,18	2,95	8,26	1,65	39,06	267,827	122,98	48,52	182,1	1,32	27	51,63	0,21	0,18	0,52
36/10	Какао с молоком	200	3,64	2,9	3,34	0,6	22,81	134,767	110,63	26,97	101,09	0,9	12	22,12	0,01	0,03	0,52
1/13	Бутерброд с маслом	50	2,44	0,16	14,77	0,27	14,27	201,14	4,8	0	6	0,04	80	90	0,2	0	0
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,01	67,1703	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24	0,24	6,68	38,676	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
Итого за 'Завтрак '			17,56	6,01	26,81	2,96	96,83	709,58	245,41	84,89	320,8	3,04	119	163,95	0,7	0,25	1,04

Обед

6/2	Щи из свежей капусты со сметаной	250	1,83	0,13	3,01	2,68	7,48	68,439	39,19	19,2	39,95	0,65	4,5	310,63	1,27	0,04	13,56
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,36	0,04	3,57	0,8	38,87	220,728	14,97	8,74	48,26	0,89	10,8	20,25	0,96	0,08	0
11/8	Печень в молочном соусе куриная	100	15,67	1,43	5,95	0,06	5,49	138,556	54,19	6,73	42,73	0,11	10	18,5	0,09	0,02	0,09
27/10	Чай с сахаром	180	0,07	0	0,02	0,02	8,82	34,022	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0	0,39	0,39	28,02	134,341	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	13,36	77,352	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
-	Фрукты	200	0,80	0,00	0,80	0,80	23,20	97,36	32	18	22	4,4	0	10	0,4	0,06	20
Итого за 'Обед '			31,34	1,6	14,22	5,23	125,24	770,798	154,61	71,47	216,14	7,64	25,3	359,78	3,28	0,27	33,65
Итого за день			48,9	7,61	41,03	8,19	222,07	1480,38	400,02	156,36	536,94	10,68	144,3	523,73	3,98	0,52	34,69

9 день

Завтрак

5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	250	6,64	2,94	6,36	0,4	35,53	229,178	117,1	18,64	109,84	0,49	24	44,5	0,65	0,07	0,52
11/12	Булочка Российская	65	4,93	0,68	4,48	0,49	36,27	207,337	16,45	6,42	40,64	0,54	19,34	35,43	0,65	0,05	0,03
27/10	Чай с сахаром	200	0,08	0	0,02	0,02	9,8	37,8022	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,01	67,1703	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24	0,24	6,68	38,676	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
Итого за 'Завтрак '			14,95	3,62	11,3	1,35	102,29	580,16	140,84	34,45	182,08	1,83	43,34	80,13	1,58	0,16	0,55

Обед

41/1	Салат из свежих томатов с растительным маслом	100	1,4	0	6,13	6,13	10,35	100,96	16,94	16,74	41,78	0,71	0	3,11	2,75	0,06	4,75
16/2	Суп картофельный с бобовыми	250	6,03	0	5,49	5,49	20,51	164,07	33,18	36,43	88,33	2,09	0	252,28	2,43	0,23	5,65
3/3	Картофельное пюре	180	3,73	0,65	4,4	0,62	24,45	159,103	42,83	36,55	104,61	1,36	22,5	30,06	0,21	0,14	6,54
12/7	Биточки (котлеты) из рыбы минтай	100	13,72	12,63	2	0,12	7,99	105,354	58,68	43,56	201,96	0,77	27,13	28,15	0,26	0,09	0,64
-	Сок	180	0,9	0	0,18	0	18,18	77,832	12,6	7,2	12,6	2,52	0	0	0,18	0,02	3,6
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0	0,39	0,39	28,02	134,341	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	13,36	77,352	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
Итого за 'Обед '			32,39	13,28	19,07	13,23	122,86	819,01	178,23	159,28	512,48	9,01	49,63	314,00	6,39	0,61	21,18
Итого за день			47,34	16,90	30,37	14,58	225,15	1399,17	319,07	193,73	694,56	10,84	92,97	394,13	7,97	0,77	21,73

10 день

Завтрак

17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	250	6,24	3,75	8,14	0,64	32,06	228,531	144,76	33,85	154,62	0,66	30,3	56,59	0,18	0,09	0,66
1/13	Бутерброд с маслом	50	2,44	0,16	14,77	0,27	14,27	201,14	4,8	0	6	0,04	80	90	0,2	0	0
32/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	2,84	3,21	0,07	14,39	96,3714	116,69	13,3	83,7	0,13	20	22	0	0,03	0,52
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,01	67,1703	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24	0,24	6,68	38,676	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
Итого за 'Завтрак '			15,12	6,75	26,56	1,42	81,4	631,89	273,25	56,55	275,92	1,6	130,3	168,79	0,66	0,16	1,18
Обед																	
2/2	Борщ со сметаной	250	2,13	0,13	5,25	5,22	10,54	102,529	40,02	21,11	47,15	0,93	4,5	210,55	2,4	0,04	10,81
47/3	Макаронные изделия отварные	180	8,01	2,4	5,61	0,72	33,34	223,055	91,87	11,81	88,59	0,82	22,14	41,67	0,96	0,05	0,03
5/9	Биточки (котлеты) из мяса свинины	100	12,09	10,74	20,71	1,63	9,14	272,154	33,97	19,81	125,56	1,28	4	5,5	1,24	0,36	0,07
27/10	Чай с сахаром	180	0,07	0	0,02	0,02	8,82	34,022	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0	0,39	0,39	28,02	134,341	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	13,36	77,352	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0
Итого за 'Обед '			28,91	13,27	32,46	8,46	103,22	843,452	180,12	71,53	324,5	4,62	30,64	258,12	5,16	0,52	10,91
Итого за день			44,03	20,02	59,02	9,88	184,62	1475,34	453,37	128,08	600,42	6,22	160,94	426,91	5,82	0,68	12,09

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 628506515016902569792391934856447641823023447185

Владелец Гордеева Ирина Георгиевна

Действителен с 22.11.2024 по 22.11.2025