

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №189

Шаталов Е.В.
" 01 " 09 2026 г.

Разработано и утверждено:
Ген.директор
ООО "Большая Перемена Нск"

Е.Е. Даниленко

" " 2026 г.

Примерное циклическое двенадцатидневное меню для детей, родители которых были мобилизованы, участники СВО обслуживаемых ООО "Большая Перемена Нск"

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества					Энерг. Ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества				
			Б	Ж	У	Б	Ж	У	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				

Неделя №1

День №1

Понедельник

Завтрак

Комплект №1

267/2013	Каша пшенная молочная жидкая 200/5	205,0	7,8	9,5	35,8	283,6	0,2	1,5	0,1	0,2	144,6	193,0	43,0	1,2
112/2013	Яблоки 120	120,0	0,0	0,0	11,8	56,4	0,0	12,0	0,0	0,2	19,2	13,2	10,8	2,6
493 /2013	Чай с сахаром 200	200,0	0,1	0,0	15,0	60,0	0,0	1,1	0,0	0,0	11,0	3,0	1,0	0,3
108/2013	Хлеб пшеничный 40	40,0	3,0	0,2	19,7	94,0	0,0	0,0	0,0	0,4	8,0	26,0	5,6	0,4
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 30	30,0	2,0	0,4	10,2	54,3	0,1	0,0	0,0	0,0	10,5	47,4	14,1	1,2
	ИТОГО Комплект №1	595,0	12,9	10,1	92,5	548,3	0,3	14,6	0,1	0,8	193,3	282,6	74,5	5,7

Обед

Комплект №2

134/2013	Рассольник Ленинградский 250	250,0	2,0	5,3	16,3	121,3	0,1	7,7	0,0	2,4	15,5	63,0	26,3	0,9
ТТК №2	Тефтели. Ежики говядина/птица в соусе томат 60/30	90,0	8,1	13,1	9,8	189,4	0,0	0,7	0,1	0,5	18,0	95,6	13,7	1,3
291/2013	Макаронные изделия отварные 180	180,0	6,6	6,5	34,8	246,8	0,1	0,0	0,0	1,0	6,8	42,8	9,7	0,9
493 /2013	Чай с сахаром 200	200,0	0,1	0,0	15,0	60,0	0,0	1,1	0,0	0,0	11,0	3,0	1,0	0,3
108/2013	Хлеб пшеничный 60	60,0	4,6	0,5	29,5	141,0	0,1	0,0	0,0	0,7	12,0	39,0	8,4	0,7
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 40	40,0	2,6	0,5	13,6	72,4	0,1	0,0	0,0	0,0	14,0	63,2	18,8	1,6
	ИТОГО Комплект №2	820,0	24,0	25,9	119,0	830,9	0,4	9,5	0,1	4,6	77,3	306,6	77,9	5,7

Комплект №3

134/2013	Рассольник Ленинградский 250	250,0	2,0	5,3	16,3	121,3	0,1	7,7	0,0	2,4	15,5	63,0	26,3	0,9
ТТК 33	Кулеш из гречки со свиной 240	240,0	16,8	30,2	24,7	438,2	0,5	0,9	0,1	0,8	23,3	246,2	101,7	4,1
512 /2013	Компот из кураги 200	200,0	0,3	0,0	20,1	81,0	0,0	0,8	0,0	0,0	10,0	6,0	3,0	0,6
108/2013	Хлеб пшеничный 60	60,0	4,6	0,5	29,5	141,0	0,1	0,0	0,0	0,7	12,0	39,0	8,4	0,7
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 50	50,0	3,3	0,6	17,0	90,5	0,1	0,0	0,0	0,0	17,5	79,0	23,5	2,0
	ИТОГО Комплект №3	800,0	27,0	36,6	107,6	872,0	0,8	9,4	0,1	3,9	78,3	433,2	162,9	8,3

День №2

Вторник

Завтрак

Комплект №1

268/2013	Каша рисовая молочная жидкая 200/3	203.0	5.5	8.6	32.4	229.4	0.1	1.5	0.1	0.2	143.4	151.8	31.6	0.4
112/2013	Яблоки 140	140.0	0.0	0.0	13.7	65.8	0.0	14.0	0.0	0.3	22.4	15.4	12.6	3.1
501/2013	Кофейный напиток с молоком 200	200.0	3.2	2.9	15.9	79.0	0.0	1.3	0.0	0.1	126.0	90.0	14.0	0.1
108/2013	Хлеб пшеничный 50	50.0	3.8	0.4	24.6	117.5	0.1	0.0	0.0	0.6	10.0	32.5	7.0	0.6
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 30	30.0	2.0	0.4	10.2	54.3	0.1	0.0	0.0	0.0	10.5	47.4	14.1	1.2
	ИТОГО Комплекс№1	623.0	14.5	12.3	96.8	546.0	0.3	16.8	0.1	1.2	312.3	337.1	79.3	5.4

Комплекс№2

128/2013	Борщ с капустой/картофелем 250	250.0	1.8	5.0	10.7	95.0	0.1	10.3	0.0	2.4	34.5	53.0	26.3	1.2
407/2013	Рагу из птицы 240	240.0	18.9	19.7	21.8	340.1	0.2	14.3	0.0	4.3	34.3	190.6	53.5	2.5
ТТК	Кофейный напиток с молоком 200 гр	200.0	3.2	2.9	15.9	96.0	0.0	1.3	0.0	0.1	126.0	90.0	14.0	0.1
108/2013	Хлеб пшеничный 60	60.0	4.6	0.5	29.5	141.0	0.1	0.0	0.0	0.7	12.0	39.0	8.4	0.7
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 60	60.0	4.0	0.7	20.4	108.6	0.1	0.0	0.0	0.0	21.0	94.8	28.2	2.3
	ИТОГО Комплекс№2	810.0	32.5	28.8	98.3	780.7	0.5	25.9	0.0	7.5	227.8	467.4	130.4	6.8

Обед

Комплекс№3

128/2013	Борщ с капустой/картофелем 250	250.0	1.8	5.0	10.7	95.0	0.1	10.3	0.0	2.4	34.5	53.0	26.3	1.2
ТТК35	Котлета мясная свиная/птица с соусом красн60/30	90.0	8.7	13.8	9.4	196.2	0.1	0.4	0.0	0.5	17.5	89.5	15.3	1.3
418/2013	Пюре из гороха с маслом 180/5	185.0	17.5	5.4	46.5	258.3	0.4	0.0	0.0	100.8	281.7	94.5	5.9	1.5
519/2013	Напиток из шиповника 200	200.0	0.7	0.0	22.8	97.0	0.0	70.0	0.0	0.0	12.0	3.0	3.0	1.5
108/2013	Хлеб пшеничный 50	50.0	3.8	0.4	24.6	117.5	0.1	0.0	0.0	0.6	10.0	32.5	7.0	0.6
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 40	40.0	2.6	0.5	13.6	72.4	0.1	0.0	0.0	0.0	14.0	63.2	18.8	1.6
	ИТОГО Комплекс№3	815.0	35.1	25.1	127.6	836.4	0.8	80.7	0.0	3.5	188.8	522.9	164.9	12.1

День №3

Среда

Завтрак

Комплекс№1

262/2013	Каша манная молочная жидкая 200/3	203.0	6.2	7.5	30.8	215.4	0.1	1.4	0.1	0.5	132.8	121.2	20.2	0.4
112/2013	Яблоки 100	100.0	0.0	0.0	9.8	47.0	0.0	10.0	0.0	0.2	16.1	11.0	9.0	2.2
494/2013	Чай с лимоном 200	200.0	0.1	0.0	15.2	61.0	0.0	2.8	0.0	0.0	14.2	4.0	2.0	0.4
91/2013	Бутерброд с сыром (2 вар.)35	35.0	5.0	8.1	7.4	123.0	0.0	0.1	0.1	0.3	137.0	99.0	10.0	0.3
108/2013	Хлеб ржано-пшеничный 40	40.0	2.6	0.5	13.6	72.4	0.1	0.0	0.0	0.0	14.0	63.2	18.8	1.6
	ИТОГО Комплекс№1	578.0	13.9	16.1	76.8	518.8	0.2	14.3	0.2	1.0	314.1	298.4	60.0	4.9

Комплекс№2

144/2013	Суп картофельный с горохом 250	250.0	2.3	4.2	15.1	108.0	0.2	8.7	0.0	0.2	19.0	65.8	25.5	0.9
398/2013	Печень говяжья по-строгановски 50/50	100.0	13.0	10.0	3.1	155.0	0.2	6.2	5.8	3.9	16.7	229.8	13.1	4.9
426/2013	Картофель отварной 180	180.0	3.4	8.8	22.8	183.6	0.2	25.0	0.1	0.2	19.8	93.6	36.0	1.4
ТТК	Чай с лимоном 200гр	200.0	0.1	0.0	15.2	201.0	0.0	2.8	0.0	0.0	14.2	4.0	2.0	0.4
108/2013	Хлеб пшеничный 60	60.0	4.6	0.5	29.5	141.0	0.1	0.0	0.0	0.7	12.0	39.0	8.4	0.7
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 30	30.0	2.0	0.4	10.2	54.3	0.1	0.0	0.0	0.0	10.5	47.4	14.1	1.2
	ИТОГО Комплекс№2	820.0	25.4	23.9	95.9	842.9	0.8	42.7	5.9	5.0	92.2	249.8	99.1	9.5

Обед

Комплекс№3

144/2013	Суп картофельный с горохом 250	250.0	2.3	4.2	15.1	108.0	0.2	8.7	0.0	0.2	19.0	65.8	25.5	0.9
ТТК 10	Фрикадельки куриные в соусе красном 60/30	90.0	10.0	9.1	5.2	220.3	0.0	0.1	0.1	0.5	28.7	69.3	15.0	0.9
291/2013	Макаронные изделия отварные 180	180.0	6.6	6.5	34.8	246.8	0.1	0.0	0.0	1.0	6.8	42.8	9.7	0.9

511/2013	Компот из облепихи 200	200.0	0.3	0.0	18.1	74.2	0.0	9.0	0.0	0.2	7.1	8.4	2.7	0.3
108/2013	Хлеб пшеничный 60	60.0	4.6	0.5	29.5	141.0	0.1	0.0	0.0	0.7	12.0	39.0	8.4	0.7
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 30	30.0	2.0	0.4	10.2	54.3	0.1	0.0	0.0	0.0	10.5	47.4	14.1	1.2
	ИТОГО Комплект№3	810.0	25.8	20.7	112.9	844.6	0.5	17.8	0.1	2.6	84.1	272.7	75.4	4.9

День №4

Четверг

Завтрак

Комплект№1

ТТК 33	Кулеш из гречки со свиной 240	240.0	16.8	30.2	24.7	438.2	0.5	0.9	0.1	0.8	23.3	246.2	101.7	4.1
493/2013	Чай с сахаром 200	200.0	0.1	0.0	15.0	60.0	0.0	1.1	0.0	0.0	11.0	3.0	1.0	0.3
108/2013	Хлеб пшеничный 60	60.0	4.6	0.5	29.5	141.0	0.1	0.0	0.0	0.7	12.0	39.0	8.4	0.7
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 50	50.0	3.3	0.6	17.0	90.5	0.1	0.0	0.0	0.0	17.5	79.0	23.5	2.0
	ИТОГО Комплект№1	550.0	24.8	31.3	86.2	729.7	0.7	2.0	0.1	1.5	63.8	367.2	134.6	7.1

Комплект№2

150/2013	Суп картофельный с рыбой 250	250.0	9.8	4.8	15.2	143.5	0.2	12.1	0.0	0.4	43.3	185.3	57.0	1.6
ТТК 33	Кулеш из гречки со свиной 240	240.0	16.8	30.2	24.7	438.2	0.5	0.9	0.1	0.8	23.3	246.2	101.7	4.1
493/2013	Чай с сахаром 200	200.0	0.1	0.0	15.0	60.0	0.0	1.1	0.0	0.0	11.0	3.0	1.0	0.3
108/2013	Хлеб пшеничный 60	60.0	4.6	0.5	29.5	141.0	0.1	0.0	0.0	0.7	12.0	39.0	8.4	0.7
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 50	50.0	3.3	0.6	17.0	90.5	0.1	0.0	0.0	0.0	17.5	79.0	23.5	2.0
	ИТОГО Комплект№2	800.0	34.6	36.1	101.4	873.2	0.9	14.1	0.1	1.9	107.1	552.5	191.6	8.7

Обед

Комплект№3

150/2013	Суп картофельный с рыбой 250	250.0	9.8	4.8	15.2	143.5	0.2	12.1	0.0	0.4	43.3	185.3	57.0	1.6
ТТК №20	Тфтели из мяты с соусом красным 60/30	90.0	7.7	4.7	7.6	125.9	0.1	0.4	0.1	0.6	26.9	103.9	22.6	0.6
495/2013	Картофельное пюре 180	180.0	3.8	7.9	19.6	187.0	0.2	6.1	0.1	0.2	46.8	114.0	34.2	1.3
508/2013	Компот из смеси сухофруктов 200	200.0	0.5	0.0	27.0	110.0	0.0	0.5	0.0	0.0	28.0	19.0	7.0	1.5
108/2013	Хлеб пшеничный 60	60.0	4.6	0.5	29.5	141.0	0.1	0.0	0.0	0.7	12.0	39.0	8.4	0.7
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 60	60.0	4.0	0.7	20.4	108.6	0.1	0.0	0.0	0.0	21.0	94.8	28.2	2.3
	ИТОГО Комплект№3	840.0	30.4	18.6	119.3	816.0	0.7	19.1	0.2	1.9	178.0	556.0	157.4	8.0

День №5

Пятница

Завтрак

Комплект№1

296/2013	Макаронные изделия запеченные с сыром 180/5	185.0	8.2	6.4	35.0	234.1	0.1	0.0	0.0	1.1	59.0	78.0	12.6	1.0
422/2013	Овощи отварные морковь 60	60.0	0.8	2.2	2.2	33.0	0.0	12.7	0.0	0.1	22.2	14.4	7.8	0.4
495/2013	Чай с молоком 200	200.0	1.5	1.3	15.9	81.0	0.0	1.3	0.0	0.0	127.0	93.0	15.0	0.4
108/2013	Хлеб пшеничный 60	60.0	4.6	0.5	29.5	141.0	0.1	0.0	0.0	0.7	12.0	39.0	8.4	0.7
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 50	50.0	3.3	0.6	17.0	90.5	0.1	0.0	0.0	0.0	17.5	79.0	23.5	2.0
	ИТОГО Комплект№1	555.0	18.4	11.0	99.6	579.6	0.3	14.0	0.0	1.9	237.7	303.4	67.3	4.5

Комплект№2

131/2013	Свекольник 250	250.0	2.2	4.4	12.0	97.0	0.1	9.2	0.0	0.3	37.8	69.3	31.0	1.5
ТТК №22	Шницель куриный в соусе красном 60/30	90.0	6.0	2.4	8.9	81.7	0.0	1.3	0.0	0.3	12.9	47.0	20.5	0.6
242/2013	Каша перловая рассыпчатая 180	180.0	5.4	8.0	37.8	251.1	0.1	0.0	0.1	0.8	23.4	191.8	23.4	1.1
ТТК	Чай с молоком и сахаром 200гр	200.0	1.5	1.3	15.9	110.0	0.0	1.3	0.0	0.0	127.0	93.0	15.0	0.4

108/2013	Хлеб пшеничный 60	60,0	4,6	0,5	29,5	141,0	0,1	0,0	0,0	0,7	12,0	39,0	8,4	0,7
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 60	60,0	4,0	0,7	20,4	108,6	0,1	0,0	0,0	0,0	21,0	94,8	28,2	2,3
ИТОГО Комплекс№2		840,0	23,7	17,3	124,5	789,4	0,4	11,8	0,1	2,1	234,1	534,9	126,5	6,6

Обед

Комплекс№3

131/2013	Свекольник 250	250,0	2,2	4,4	12,0	97,0	0,1	9,2	0,0	0,3	37,8	69,3	31,0	1,5
406/2013	Плов из отварной птицы 240	240,0	18,3	18,2	43,3	410,3	0,0	1,5	0,0	6,2	37,7	152,0	35,4	1,5
ТТК 26	Компот из свежих яблок с ч/рябиной 200	200,0	0,0	0,0	13,8	79,0	0,0	13,4	0,0	0,0	17,5	8,0	6,9	0,3
108/2013	Хлеб пшеничный 60	60,0	4,6	0,5	29,5	141,0	0,1	0,0	0,0	0,7	12,0	39,0	8,4	0,7
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 60	60,0	4,0	0,7	20,4	108,6	0,1	0,0	0,0	0,0	21,0	94,8	28,2	2,3
ИТОГО Комплекс№3		810,0	29,1	23,8	119,0	835,9	0,3	24,1	0,0	7,2	126,0	363,1	109,9	6,3

День №6

Суббота

Завтрак

Комплекс№1

260/2013	Каша "Дружба" 200/3	203,0	5,3	11,7	25,0	228,2	0,1	1,3	0,1	0,2	126,6	104,4	30,6	0,6
112/2013	Яблоки 150	150,0	0,0	0,0	14,7	70,5	0,0	10,5	0,0	0,3	24,0	16,5	13,5	3,3
494/2013	Чай с лимоном 200	200,0	0,1	0,0	15,2	61,0	0,0	2,8	0,0	0,0	14,2	4,0	2,0	0,4
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 30	30,0	2,0	0,4	10,2	54,3	0,1	0,0	0,0	0,0	10,5	47,4	14,1	1,2
108/2013	Хлеб пшеничный 50	50,0	3,8	0,4	24,6	117,5	0,1	0,0	0,0	0,6	10,0	32,5	7,0	0,6
ИТОГО Комплекс№1		633,0	11,2	12,5	89,7	531,5	0,3	14,6	0,1	1,1	185,3	204,8	67,2	6,1

Комплекс№2

158/2013	Суп с макарон. изд и картофелем 250	250,0	2,6	2,8	18,5	109,5	0,1	6,1	0,0	1,4	13,5	53,0	19,7	0,8
412/2013	Котлета куриная с соусом молочным 60/30	90,0	11,1	10,2	7,7	128,4	0,1	0,5	0,0	0,3	25,3	60,8	12,4	0,9
414/2013	Рис отварной 180	180,0	4,4	7,3	40,5	245,5	0,0	0,0	0,0	0,4	6,1	85,0	27,4	0,6
494/2013	Чай с лимоном 200	200,0	0,1	0,0	15,2	61,0	0,0	2,8	0,0	0,0	14,2	4,0	2,0	0,4
108/2013	Хлеб пшеничный 60	60,0	4,6	0,5	29,5	141,0	0,1	0,0	0,0	0,7	12,0	39,0	8,4	0,7
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 60	60,0	4,0	0,7	20,4	108,6	0,1	0,0	0,0	0,0	21,0	94,8	28,2	2,3
ИТОГО Комплекс№2		840,0	26,8	21,5	131,8	794,0	0,4	9,4	0,0	2,8	92,1	336,6	98,1	5,7

Обед

Комплекс№3

138/2004	Суп картофельный с рисом 250	250,0	1,6	5,0	17,0	120,3	0,0	0,8	0,0	2,4	7,5	41,5	15,3	0,4
407/2013	Рагу из птицы 240	240,0	18,9	19,7	21,8	340,1	0,2	14,3	0,0	4,3	34,3	190,6	53,5	2,5
ТТК	Компот из свежих яблок 200гр	200,0	0,2	0,0	15,0	108,6	0,0	2,3	0,0	0,2	20,1	15,6	13,2	1,7
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 60	60,0	4,0	0,7	20,4	108,6	0,1	0,0	0,0	0,0	21,0	94,8	28,2	2,3
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 60	60,0	4,0	0,7	20,4	108,6	0,1	0,0	0,0	0,0	21,0	94,8	28,2	2,3
ИТОГО Комплекс№3		810,0	28,7	26,1	94,6	786,2	0,4	17,4	0,0	6,9	103,9	437,3	138,4	9,2

Неделя №2

День №7

Понедельник

Завтрак

Комплекс№1

406/2013	Плов из отварной птицы 240	240,0	18,3	18,2	43,3	410,3	0,0	1,5	0,0	6,2	37,7	152,0	35,4	1,5
112/2013	Яблоки 100	100,0	0,0	0,0	9,8	47,0	0,0	10,0	0,0	0,2	16,1	11,0	9,0	2,2

493 /2013	Чай с сахаром 200	200.0	0.1	0.0	15.0	60.0	0.0	1.1	0.0	0.0	11.0	3.0	1.0	0.3
108/2013	Хлеб пшеничный 30	30.0	2.3	0.2	14.8	70.5	0.0	0.0	0.0	0.3	6.0	19.5	4.2	0.3
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 30	30.0	2.0	0.4	10.2	54.3	0.1	0.0	0.0	0.0	10.5	47.4	14.1	1.2
	ИТОГО Комплект№1	600.0	22.7	18.8	93.1	642.1	0.1	12.6	0.0	6.7	81.3	232.9	63.7	5.5

Комплект№2														
128/2013	Борщ с капустой/картофелем 250	250.0	1.8	5.0	10.7	95.0	0.1	10.3	0.0	2.4	34.5	53.0	26.3	1.2
406/2013	Плов из отварной птицы 240	240.0	18.3	18.2	43.3	410.3	0.0	1.5	0.0	6.2	37.7	152.0	35.4	1.5
493 /2013	Чай с сахаром 200	200.0	0.1	0.0	15.0	60.0	0.0	1.1	0.0	0.0	11.0	3.0	1.0	0.3
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 60	60.0	4.0	0.7	20.4	108.6	0.1	0.0	0.0	0.0	21.0	94.8	28.2	2.3
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 60	60.0	4.0	0.7	20.4	108.6	0.1	0.0	0.0	0.0	21.0	94.8	28.2	2.3
	ИТОГО Комплект№2	810.0	28.2	24.6	109.8	782.5	0.3	12.9	0.0	8.6	125.2	397.6	119.1	7.6

Обед														
Комплект№3														
128/2013	Борщ с капустой/картофелем 250	250.0	1.8	5.0	10.7	95.0	0.1	10.3	0.0	2.4	34.5	53.0	26.3	1.2
ТТК №2	Тефтели Ежки говяжья/птица в соусе томат 60/30	90.0	8.1	13.1	9.8	189.4	0.0	0.7	0.1	0.5	18.0	95.6	13.7	1.3
237/2013	Каша гречневая рассыпчатая 180	180.0	10.2	9.4	44.4	303.6	0.2	0.0	0.5	0.7	17.1	242.8	162.4	5.5
ТТК 60	Компот из смеси ягод с/м 200	200.0	0.0	0.0	13.5	94.0	0.0	26.8	0.0	0.0	18.2	3.2	9.0	0.5
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 50	50.0	3.3	0.6	17.0	90.5	0.1	0.0	0.0	0.0	17.5	79.0	23.5	2.0
108/2013	Хлеб пшеничный 50	50.0	3.8	0.4	24.6	117.5	0.1	0.0	0.0	0.6	10.0	32.5	7.0	0.6
	ИТОГО Комплект№3	820.0	27.2	28.5	120.0	890.0	0.5	37.8	0.6	4.2	115.3	506.1	241.9	11.1

День №8

Вторник

Завтрак

Комплект№1														
267/2013	Каша пшеничная молочная жидкая 200/5	205.0	7.8	9.5	35.8	283.6	0.2	1.5	0.1	0.2	144.6	193.0	43.0	1.2
501/2013	Кофейный напиток с молоком 200	200.0	3.2	2.9	15.9	79.0	0.0	1.3	0.0	0.1	126.0	90.0	14.0	0.1
112/2013	Яблоки 100	100.0	0.0	0.0	9.8	47.0	0.0	10.0	0.0	0.2	16.1	11.0	9.0	2.2
108/2013	Хлеб пшеничный 50	50.0	3.8	0.4	24.6	117.5	0.1	0.0	0.0	0.6	10.0	32.5	7.0	0.6
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 30	30.0	2.0	0.4	10.2	54.3	0.1	0.0	0.0	0.0	10.5	47.4	14.1	1.2
	ИТОГО Комплект№1	585.0	16.8	13.2	96.3	581.4	0.4	12.8	0.1	1.1	307.2	373.9	87.1	5.3

Комплект№2														
138/2004	Суп картофельный с рисом 250	250.0	1.6	5.0	17.0	120.3	0.0	0.8	0.0	2.4	7.5	41.5	15.3	0.4
ТТК №20	Котлета куриная в соусе красном 60/30	90.0	6.0	2.4	8.9	81.7	0.0	1.3	0.0	0.3	12.9	47.0	20.5	0.6
418/2013	Пюре из гороха с маслом 180/5	185.0	17.5	5.4	45.5	258.3	0.4	0.0	0.0	0.0	100.8	281.7	94.5	5.9
501/2013	Кофейный напиток с молоком 200	200.0	3.2	2.9	15.9	79.0	0.0	1.3	0.0	0.1	126.0	90.0	14.0	0.1
110/2013	Хлеб пшеничный 60	60.0	4.6	0.5	29.5	141.0	0.1	0.0	0.0	0.7	12.0	39.0	8.4	0.7
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 60	60.0	4.0	0.7	20.4	108.6	0.1	0.0	0.0	0.0	21.0	94.8	28.2	2.3
	ИТОГО Комплект№2	845.0	36.9	16.9	138.2	788.9	0.6	3.4	0.0	3.5	280.2	594.0	180.9	10.0

Обед														
Комплект№3														
138/2004	Суп картофельный с рисом 250	250.0	1.6	5.0	17.0	120.3	0.0	0.8	0.0	2.4	7.5	41.5	15.3	0.4
407/2013	Рагу из птицы 240	240.0	18.9	19.7	21.8	340.1	0.2	14.3	0.0	4.3	34.3	190.6	53.5	2.5
508 /2013	Компот из смеси сухофруктов 200	200.0	0.5	0.0	27.0	110.0	0.0	0.5	0.0	0.0	28.0	19.0	7.0	1.5
108/2013	Хлеб пшеничный 60	60.0	4.6	0.5	29.5	141.0	0.1	0.0	0.0	0.7	12.0	39.0	8.4	0.7
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 60	60.0	4.0	0.7	20.4	108.6	0.1	0.0	0.0	0.0	21.0	94.8	28.2	2.3

ИТОГО Комплект№3	810.0	29.6	25.9	115.7	820.0	0.4	15.6	0.0	7.4	102.8	384.9	112.4	7.4
------------------	-------	------	------	-------	-------	-----	------	-----	-----	-------	-------	-------	-----

День №9
Среда
Завтрак

загвыр														
Комплект№1														
262/2013	Каша манная молочная жидкая 200/3	203.0	6.2	7.5	30.8	215.4	0.1	1.4	0.1	0.5	132.8	121.2	20.2	0.4
112/2013	Яблоки 120	120.0	0.0	0.0	11.8	56.4	0.0	12.0	0.0	0.2	19.2	13.2	10.8	2.6
494 /2013	Чай с лимоном 200	200.0	0.1	0.0	15.2	61.0	0.0	2.8	0.0	0.0	14.2	4.0	2.0	0.4
108/2013	Хлеб пшеничный 60	60.0	4.6	0.5	29.5	141.0	0.1	0.0	0.0	0.7	12.0	39.0	8.4	0.7
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 50	50.0	3.3	0.6	17.0	90.5	0.1	0.0	0.0	0.0	17.5	79.0	23.5	2.0
ИТОГО Комплект№1		633.0	14.2	8.6	104.3	564.3	0.3	16.2	0.1	1.4	195.7	256.4	64.9	6.1

Комплект№2														
142/2013	Щи из свежей капусты с картофелем 250	250.0	1.7	5.0	7.8	111.0	0.1	18.5	0.0	2.4	34.0	47.5	22.3	0.8
ТТК №20	Тефтели из мясной с соусом красным 60/30	90.0	7.7	4.7	7.6	125.9	0.1	0.4	0.1	0.6	26.9	103.9	22.6	0.6
429/2013	Картофельное пюре 180	180.0	4.3	8.7	21.7	207.0	0.2	6.8	0.0	0.2	52.0	120.4	38.0	1.4
ТТК	Чай с лимоном 200гр	200.0	0.1	0.0	15.2	201.0	0.0	2.8	0.0	0.0	14.2	4.0	2.0	0.4
108/2013	Хлеб пшеничный 60	60.0	4.6	0.5	29.5	141.0	0.1	0.0	0.0	0.7	12.0	39.0	8.4	0.7
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 40	40.0	2.6	0.5	13.6	72.4	0.1	0.0	0.0	0.0	14.0	63.2	18.8	1.6
ИТОГО Комплект№2		820.0	21.0	19.4	95.4	858.3	0.6	28.5	0.1	3.9	153.1	378.0	112.1	5.5

Обед														
Комплект№3														
142/2013	Щи из свежей капусты с картофелем 250	250.0	1.7	5.0	7.8	111.0	0.1	18.5	0.0	2.4	34.0	47.5	22.3	0.8
398/2013	Печень говяжья по-строгановски 50/50	100.0	13.0	10.0	3.1	155.0	0.2	6.2	5.8	3.9	16.7	229.8	13.1	4.9
291/2013	Макаронные изделия отварные 180	180.0	6.6	6.5	34.8	246.8	0.1	0.0	0.0	1.0	6.8	42.8	9.7	0.9
507 /2013	Компот из свежих яблок 200	200.0	0.2	0.0	15.0	69.6	0.0	2.3	0.0	0.2	20.1	15.6	13.2	1.7
108/2013	Хлеб пшеничный 60	60.0	4.6	0.5	29.5	141.0	0.1	0.0	0.0	0.7	12.0	39.0	8.4	0.7
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 60	60.0	4.0	0.7	20.4	108.6	0.1	0.0	0.0	0.0	21.0	94.8	28.2	2.3
ИТОГО Комплект№3		850.0	30.1	22.7	110.6	832.0	0.6	27.0	5.8	8.2	110.6	239.7	94.9	11.3

День №10
Четверг
Завтрак

Завтрак														
Комплект №1														
ТТК 101 Суфле куриное с морковью в соусе 60/30														
	90.0	8.7	12.8	9.4	195.0	0.0	1.2	0.0	0.1	31.4	124.2	29.5	1.2	
414/2013 Рис отварной 180														
	180.0	4.4	7.3	40.5	245.5	0.0	0.0	0.0	0.4	6.1	85.0	27.4	0.6	
493 /2013 Чай с сахаром 200														
	200.0	0.1	0.0	15.0	60.0	0.0	1.1	0.0	0.0	11.0	3.0	1.0	0.3	
112/2013 Яблоки 100														
	100.0	0.0	0.0	9.8	47.0	0.0	10.0	0.0	0.2	16.1	11.0	9.0	2.2	
108/2013 Хлеб пшеничный 40														
	40.0	3.0	0.2	19.7	94.0	0.0	0.0	0.0	0.4	8.0	26.0	5.6	0.4	
ИТОГО Комплект №1														
	610.0	16.2	20.3	94.4	641.5	0.0	12.3	0.0	1.1	72.6	249.2	72.5	4.7	

Комплект№2														
144/2013	Суп картофельный с горохом 250	250.0	2.3	4.2	15.1	108.0	0.2	8.7	0.0	0.2	19.0	65.8	25.5	0.9
ТТК 101	Суфле куриное с морковью в соусе 60/30	90.0	8.7	12.8	9.4	195.0	0.0	1.2	0.0	0.1	31.4	124.2	29.5	1.2
414/2013	Рис отварной 180	180.0	4.4	7.3	40.5	245.5	0.0	0.0	0.0	0.4	6.1	85.0	27.4	0.6
493 /2013	Чай с сахаром 200	200.0	0.1	0.0	15.0	60.0	0.0	1.1	0.0	0.0	11.0	3.0	1.0	0.3
108/2013	Хлеб пшеничный 60	60.0	4.6	0.5	29.5	141.0	0.1	0.0	0.0	0.7	12.0	39.0	8.4	0.7

110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 40	40.0	2.6	0.5	13.6	72.4	0.1	0.0	0.0	0.0	14.0	63.2	18.8	1.6
	ИТОГО Комплект№2	820.0	22.7	25.3	123.1	821.9	0.4	11.0	0.0	1.4	93.5	380.2	110.6	5.3

Обед														
Комплект№3														
144/2013	Суп картофельный с горохом 250	250.0	2.3	4.2	15.1	108.0	0.2	8.7	0.0	0.2	19.0	65.8	25.5	0.9
ТТК №5	Голубцы ленивые (говядина/птица) с соусом 60/30	90.0	10.5	6.4	4.7	156.2	0.0	8.4	0.1	0.2	24.0	70.1	14.3	1.0
237/2013	Каша гречневая рассыпчатая 180	180.0	10.2	9.4	44.4	303.6	0.2	0.0	0.5	0.7	17.1	242.8	162.4	5.5
ТТК	Компот из облепихи с яблоком 200гр	200.0	0.0	0.0	12.5	117.9	0.0	26.8	0.0	0.0	18.2	8.4	9.0	0.5
108/2013	Хлеб пшеничный 60	60.0	4.6	0.5	29.5	141.0	0.1	0.0	0.0	0.7	12.0	39.0	8.4	0.7
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 60	60.0	4.0	0.7	20.4	108.6	0.1	0.0	0.0	0.0	21.0	94.8	28.2	2.3
	ИТОГО Комплект№3	840.0	31.6	21.2	126.6	935.3	0.6	43.9	0.6	1.8	111.3	520.9	247.8	10.9

День №11 Пятница

Завтрак														
Комплект№1														
296/2013	Макаронные изделия запеченные с сыром 180/5	185.0	8.2	6.4	35.0	234.1	0.1	0.0	0.0	1.1	59.0	78.0	12.6	1.0
112/2013	Яблоки 120	120.0	0.0	0.0	11.8	56.4	0.0	12.0	0.0	0.2	19.2	13.2	10.8	2.6
495 /2013	Чай с молоком 200	200.0	1.5	1.3	15.9	81.0	0.0	1.3	0.0	0.0	127.0	93.0	15.0	0.4
108/2013	Хлеб пшеничный 50	50.0	3.8	0.4	24.6	117.5	0.1	0.0	0.0	0.6	10.0	32.5	7.0	0.6
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 50	50.0	3.3	0.6	17.0	90.5	0.1	0.0	0.0	0.0	17.5	79.0	23.5	2.0
	ИТОГО Комплект№1	605.0	16.8	8.7	104.3	579.5	0.3	13.3	0.0	1.9	232.7	295.7	68.9	6.6

Комплект№2														
134/2013	Рассольник Ленинградский 250	250.0	2.0	5.3	16.3	121.3	0.1	7.7	0.0	2.4	15.5	63.0	26.3	0.9
ТТК35	Колбаса мясная свиная/птица с соусом красн60/30	90.0	8.7	13.8	9.4	196.2	0.1	0.4	0.0	0.5	17.5	89.5	15.3	1.3
237/2013	Каша гречневая рассыпчатая 180	180.0	10.2	9.4	44.4	303.6	0.2	0.0	0.5	0.7	17.1	242.8	162.4	5.5
495 /2013	Чай с молоком 200	200.0	1.5	1.3	15.9	81.0	0.0	1.3	0.0	0.0	127.0	93.0	15.0	0.4
108/2013	Хлеб пшеничный 50	50.0	3.8	0.4	24.6	117.5	0.1	0.0	0.0	0.6	10.0	32.5	7.0	0.6
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 30	30.0	2.0	0.4	10.2	54.3	0.1	0.0	0.0	0.0	10.5	47.4	14.1	1.2
	ИТОГО Комплект№2	800.0	28.2	30.6	120.8	873.9	0.6	9.4	0.5	4.2	197.6	568.2	240.1	9.9

Обед														
Комплект№3														
134/2013	Рассольник Ленинградский 250	250.0	2.0	5.3	16.3	121.3	0.1	7.7	0.0	2.4	15.5	63.0	26.3	0.9
406 /2013	Плов из отварной птицы 240	240.0	18.3	18.2	43.3	410.3	0.0	1.5	0.0	6.2	37.7	152.0	35.4	1.5
511/2013	Компот из клубники 200	200.0	0.3	0.0	17.2	71.0	0.0	6.0	0.0	0.0	11.0	10.0	9.0	0.4
108/2013	Хлеб пшеничный 60	60.0	4.6	0.5	29.5	141.0	0.1	0.0	0.0	0.7	12.0	39.0	8.4	0.7
110/2013	Хлеб ржано-пшеничный 50	50.0	3.3	0.6	17.0	90.5	0.1	0.0	0.0	0.0	17.5	79.0	23.5	2.0
	ИТОГО Комплект№3	800.0	28.5	24.6	123.3	834.1	0.3	15.2	0.0	9.3	93.7	343.0	102.6	5.5

День №12 Суббота

Завтрак														
Комплект№1														
255/2013	Каша ячневая молочная вязкая 200/3	203.0	6.4	11.4	35.8	271.2	0.1	1.4	0.1	0.8	167.0	250.6	37.2	0.9
91/2013	Бутерброд с сыром (2 вар.)35	35.0	5.0	8.1	7.4	123.0	0.0	0.1	0.1	0.3	137.0	99.0	10.0	0.3
494 /2013	Чай с лимоном 200	200.0	0.1	0.0	15.2	61.0	0.0	2.8	0.0	0.0	14.2	4.0	2.0	0.4

