

Согласовано:

Директор

(ФИО директора)



ДИРЕКТОР

Дата: 02.12.2024 г.

Утверждаю:  
Директор ООО "Общепит"

Афанасьева Л.Н.

Дата: 02 декабря 2024 г.

Приказ № 58 от 02 декабря 2024 г.

**Двенадцатидневное меню для обучающихся  
МБОУ «Убеевская СОШ»  
Возрастная категория: с 12 лет и старше.**

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.

Москва ДеЛи плюс 2017 г

Согласовано:

Директор

*(Подпись)* (ФИО директора)

Дата: 02.12.2024 г.

Утверждаю:

Директор ООО "Общепит"

*(Подпись)* Л.Н.Афанасьева

Дата: 02.12.2024 г.

**Двенадцатидневное меню для обучающихся образовательных учреждений  
Возрастная категория: с 12 лет и старше  
Осенне- зимний сезон.**

№ по СП	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность					Витамины и минеральные вещества								
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
<b>Завтрак</b>																
15	Сыр порциями	25	90	5,75	5,97	0	0,01	0,17	0,06	0,13	220	125	8,75	0,25		
173	Каша молоч.пшеничная с маслом	210(200/10)	320,3	8,53	12,28	43,61	0,19	1,3	0,06	0,25	134,54	207,4	54,94	1,46		
379	Кофейный напиток с молоком	200	146,3	3,12	2,51	24,69	0,04	0,1,30	0,02	0	120	90	14	0,1		
	Хлеб пшеничный	20	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22		
338	Яблоки св.порциями	100	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1		
	<b>Итого</b>	<b>555</b>	<b>649,2</b>	<b>19,32</b>	<b>21,32</b>	<b>87,82</b>	<b>0,29</b>	<b>5,47</b>	<b>0,15</b>	<b>0,8</b>	<b>488,54</b>	<b>443,4</b>	<b>82,49</b>	<b>3,03</b>		
		550	544-680	18-22,5	18,4-23	76,6-95,75										
<b>Обед</b>																
43	Салат из белокочанной капусты	100	86,07	1,48	5,08	8,98	0,03	36,01	0,21	2,32	40,57	29,96	16,42	0,54		
102	Суп картофельный с горохом с мясом	250(237,5/12,5)	161,26	7,6	8,3	19,5	0,23	13,73	0,27	2,45	34,72	87,88	36,42	2,05		
269	Котлеты рубленые с соусом	100(50/50)	172,94	8,34	10,46	11,9	1,12	7,45	0,09	1,79	23,16	101,05	23,76	1,69		
309	Макароны отварные	200	267,03	7,24	6,52	43,61	0,07	0	0,03	1,12	5,54	52,04	9,3	1,09		
	Чай с фруктовым соком	200	33	0,54	0,1	8,58	0	1,38	0	0	0	0	0	0		
	Хлеб Цивильный ржаной	65	122,85	4,75	0,84	23,08	0,11	0	0	0,91	24,05	115,7	35,75	1,75		
	<b>Итого</b>	<b>915</b>	<b>843,15</b>	<b>29,95</b>	<b>31,3</b>	<b>115,65</b>	<b>1,56</b>	<b>58,57</b>	<b>0,6</b>	<b>8,59</b>	<b>128,04</b>	<b>386,63</b>	<b>121,65</b>	<b>7,12</b>		
		800	816-952	27-31,5	27,6-32,2	114,9-134,05										
<b>День 2 (Вторник)</b>																
<b>Завтрак</b>																
173	Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом	260 (250/10)	347,78	9,45	16,52	40,25	0,22	1,61	0,07	1	178,07	290,89	86,73	2,09		
382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	116,2	31	0,98		
2	Бутерброд с повидлом	55	156,7	2,38	4,39	27,11	0,05	0,1	0,02	0,44	10,9	29,4	11,3	0,87		
	Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44		
338	Яблоки св.порциями	100	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1		
	<b>Итого</b>	<b>655</b>	<b>787,68</b>	<b>19,06</b>	<b>24,83</b>	<b>122,41</b>	<b>0,38</b>	<b>7,01</b>	<b>0,12</b>	<b>1,89</b>	<b>332,09</b>	<b>470,49</b>	<b>136,63</b>	<b>5,38</b>		
		550	544-680	18-22,5	18,4-23	76,6-95,75										
<b>Обед</b>																
59	Салат из моркови с яблоками	100	74,6	1,07	0,17	9,1	0,05	4,75	1,5	0,4	22,75	43,25	29	0,77		



№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность						Витамины и минеральные вещества						
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
309	Макароны отварные	250	260,59	7,03	6,5	42,3	0,07	0	0,03	1,09	5,42	50,54	9,02	1,06	
377	Чай с лимоном	200(15/7)	59,16	0,16	0,03	15,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04	
	Хлеб Цивильный ржаной	65	122,85	4,75	0,84	23,08	0,11	0	0	0,91	24,05	115,7	35,75	1,75	
338	Мандарины св. порциями	100	46,6	1,06	0,18	10,18	0,06	107,15	0	0,35	60,72	41,06	23,22	0,53	
	<b>Итого</b>	<b>1070</b>	<b>848,03</b>	<b>29,58</b>	<b>35,72</b>	<b>111,69</b>	<b>1,45</b>	<b>142,8</b>	<b>0,3</b>	<b>9,92</b>	<b>181,26</b>	<b>392,19</b>	<b>127,31</b>	<b>6,03</b>	
800		800	816-952	27-31,5	27,6-32,2	114,9-134,05									
<b>День 5 (Пятница)</b>															
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность						Витамины и минеральные вещества						
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	359,91	11,64	8,7	57,26	0,28	0	0,03	0,82	20,07	276,58	184,24	6,19	
15	сыр порциями	25	90	5,75	5,95	0	0,01	0,17	0,06	0,13	220	125	8,75	0,25	
382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	116,2	31	0,98	
338	Яблоки св. порциями	100	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1	
	Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44	
	<b>Итого</b>	<b>565</b>	<b>733,11</b>	<b>24,62</b>	<b>18,57</b>	<b>112,31</b>	<b>0,4</b>	<b>5,47</b>	<b>0,12</b>	<b>1,4</b>	<b>383,19</b>	<b>551,78</b>	<b>231,59</b>	<b>8,86</b>	
550		550	544-680	18-22,5	18,4-23	76,6-95,75									
<b>День 5 (Пятница)</b>															
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность						Витамины и минеральные вещества						
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
47	Салат из квашеной капусты с раст.маслом	100	81,19	1,59	4,99	7,12	0,02	27,3	0,03	2,38	48,88	27,71	14,76	0,59	
	Рассольник Ленинградский со сметаной	255 (237,5/12,5/5)	147,08	4,65	9,02	16,91	0,1	7,54	0,28	2,41	21,4	74,65	26,25	0,97	
230	Курица тушенная в смет.соусе	120 (90/30)	136,32	17,3	23,98	3,54	0,01	0,08	0,01	1,17	20,03	11,98	1,93	0,07	
312	Картофельное пюре со слив.маслом	200	222,23	4,45	7,26	34,07	0,24	9,2	0,26	0,31	22,44	115,44	44,97	1,73	
342	Компот из св.яблок	200	108,96	0,16	0,16	27,87	0,01	1,6	0	0,16	4	3,2	0,8	0,4	
	Хлеб Цивильный ржаной	65	122,85	4,75	0,84	23,08	0,11	0	0	0,91	24,05	115,7	35,75	1,75	
	<b>Итого</b>	<b>940</b>	<b>818,63</b>	<b>32,9</b>	<b>46,25</b>	<b>112,59</b>	<b>0,49</b>	<b>45,72</b>	<b>0,58</b>	<b>7,34</b>	<b>140,8</b>	<b>348,68</b>	<b>124,46</b>	<b>5,51</b>	
800		800	816-952	27-31,5	27,6-32,2	114,9-134,05									
<b>День 6 (Суббота)</b>															
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность						Витамины и минеральные вещества						
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
182	Каша полбяная молочная с маслом	260(250/10)	351,13	11,47	12,62	46,01	0,04	1,63	0,06	0,1	150,88	114,35	17,33	0,14	
209	Яйцо вареное	40	62,8	5,08	4,6	0,28	0,03	0	0,1	0,24	22	76,8	4,8	1	
379	Кофейный напиток с молоком	200	157,27	3,35	2,7	26,54	0,04	1,4	0,02	0	129	96,75	15,05	0,11	
	Хлеб пшеничный	50	119	3,08	0,4	24,3	0,05	0	0	0,05	10	32,5	7	0,55	
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>690,2</b>	<b>22,98</b>	<b>20,32</b>	<b>97,13</b>	<b>0,16</b>	<b>3,03</b>	<b>0,18</b>	<b>0,39</b>	<b>311,88</b>	<b>320,4</b>	<b>44,18</b>	<b>1,8</b>	
550		550	544-680	18-22,5	18,4-23	76,6-95,75									
<b>День 6 (Суббота)</b>															
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность						Витамины и минеральные вещества						
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
45	Салат из белокожанной капусты	100	86,07	1,48	5,08	8,98	0,03	36,01	0,21	2,32	40,57	29,96	16,42	0,54	
98	Суп крестьянский с крупой	250	109,76	1,89	4,97	14,28	0,05	18	0,23	2,36	23,5	50,1	20,75	0,65	
280	Фрикадельки из говядины	105(55/50)	161,44	8,37	9,52	11,52	0,05	1,6	0,01	2,41	30,86	96,23	13,62	1,28	
309	Макароны отварные	230	307,08	8,33	7,5	50,15	0,08	0	0,03	1,29	6,37	59,84	10,69	1,25	
348	Компот из изюма	200	108,83	0,36	0	28,06	0,03	0	0	0,1	15,87	25,59	8,33	0,6	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,6	2,92	0,52	14,2	0,07	0	0	0,56	14,8	71,2	22	1,08	
	<b>Итого</b>	<b>925</b>	<b>848,78</b>	<b>23,35</b>	<b>27,59</b>	<b>127,19</b>	<b>0,31</b>	<b>55,61</b>	<b>0,48</b>	<b>9,04</b>	<b>131,97</b>	<b>332,92</b>	<b>91,81</b>	<b>5,4</b>	
<b>День 7 (Понедельник)</b>															

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность					Витамины и минеральные вещества										
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
Завтрак	3 Бутерброд с сыром	50	162,8	5,76	7,95	14,83	0,04	0,1	0,6	0,16	139,2	96	9,45	0,49				
	174 Каша молоч. рисовая с маслом	210(200/10)	281,28	5,89	11,16	38,83	0,06	1,3	0,06	0,28	124,68	157,4	35,64	0,55				
	382 Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0	0,01	125,12	116,2	31	0,98				
		20	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22				
	338 Хлеб пшеничный	100	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1				
	Яблоко св. порциями	580	679,68	17,36	22,87	98,99	0,19	6,7	0,67	0,87	403	390,6	80,89	3,24				
	<b>Итого</b>	550	544-680	18-22,5	18,4-23	76,6-95,75												
Обед	66 Салат из свежей моркови с маслом	100	90,87	1,22	6,08	7,87	0,04	3,45	0,9	0,22	18,63	33,92	20,23	0,53				
	102 Суп картофельный с горохом и мясом	250(237,5/12,5)	161,26	7,6	8,3	19,5	0,23	13,73	0,27	2,45	34,72	87,88	36,42	2,05				
	269 Биточки рубленные с соусом	100(50/50)	180,63	7,93	12,29	22,04	1,12	1,49	0,02	2,46	27,78	93,39	15,72	1,3				
	302 Каша гречневая рассыпчатая	200	359,91	11,66	8,7	57,26	0,28	0,82	0,03	0,82	20,07	276,58	184,24	6,19				
	348 Компот из кураги	200	124,18	1,08	0	31,33	0,02	0,83	0,12	1,14	33,08	30,19	21,71	0,66				
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,6	2,92	0,52	14,2	0,07	0	0	0,56	14,8	71,2	22	1,08				
	<b>Итого</b>	890	992,45	32,41	35,89	152,2	1,76	19,5	1,34	7,65	149,08	593,16	300,32	11,81				
		800	816-952	27-31,5	27,6-32,2	114,9-134,05												
					<b>День 8 (Вторник)</b>													
				Пищевая ценность					Витамины и минеральные вещества									
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
Завтрак	330 Запеканка творожная со сметан. соус.	215(180/35)	409,5	28,74	21,95	23,41	0,09	0,47	0,13	0,65	290,25	397,38	39,1	1,11				
	376 Чай с сахаром	200(15)	56,85	0,1	0,03	14,99	0	0	0	0	0	0	0	0				
	2 Бутерброд с повидлом	55	156,7	2,38	4,39	27,11	0,05	0,1	0,02	0,44	10,9	29,4	11,3	0,87				
	Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44				
	209 Яйцо вареное	40	62,8	5,08	4,6	0,28	0,03	0	0,1	0,24	22	76,8	4,8	1				
	<b>Итого :</b>	550	781,05	39,34	31,29	85,23	0,21	0,57	0,25	1,37	331,15	529,58	60,8	3,42				
		550	544-680	18-22,5	18,4-23	76,6-95,75												
Обед	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	100	101,19	1,72	6,24	9,21	0,08	13,2	0,06	2,76	15,37	47,62	18,9	0,74				
	Борщ с капустой картофелем с мясом со смет.	255(237,5/12,5/5/5)	128,13	4,56	8,99	14,37	0,05	12,35	0,27	2,5	45,01	58,06	28,33	1,24				
	294 Коллеты из птицы рубленные с соусом	100(50/50)	110,05	9,79	10,39	10,8	0,03	0,77	0,02	1,53	25,95	22,66	8,82	0,4				
	304 Рис отварной	200	266,9	4,88	8,14	47,83	0,03	0	0,04	0,38	3,48	82,62	25,56	0,69				
	349 Компот из сухофруктов	200	126,05	2,07	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0				
	Хлеб Цивильный ржаной	65	122,85	4,75	0,84	23,08	0,11	0	0	0,91	24,05	115,7	35,75	1,75				
	<b>Итого</b>	915	855,17	27,77	34,6	137,5	0,3	26,32	0,39	8,08	113,86	326,66	117,36	4,82				
		800	816-952	27-31,5	27,6-32,2	114,9-134,05												
					<b>День 9 (Среда)</b>													
				Пищевая ценность					Витамины и минеральные вещества									
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
Завтрак	14 Масло сл. порциями	10	74,8	0,05	8,25	0,08	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02				
	173 Каша молоч. пшеничная с маслом	210(200/10)	320,3	8,53	12,28	43,61	0,19	1,3	0,06	0,25	134,54	207,4	54,94	1,46				
	Чай с фруктовым соком	200	33	0,54	0,1	8,58	0	1,38	0	0	0	0	0	0				
	Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44				
	338 Яблоко св. порциями	100	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1				
	<b>Итого</b>	560	568,3	12,56	21,35	81,51	0,26	6,68	0,11	0,79	154,94	244,4	62,54	2,92				

		544-680	18-22,5	18,4-23	76,6-95,75											
		Пищевая ценность					Витамины и минеральные вещества									
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Жиры			В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
			Ккал	Белки	Жиры									Углеводы		
<b>День 10 (Четверг)</b>																
<b>Завтрак</b>																
	1. Бутерброд с маслом сливочным	40	146,2	2,33	8,49	14,66	0,03	0	0,04	0,13	8,4	22,5	4,2	0,35		
	204. Макароны отварные с сыром	205(200/5)	286,32	10,95	9,41	38,33	0,07	0,14	0,07	1,1	66,21	121,92	14,52	1,13		
	382. Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	116,2	31	0,98		
	Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44		
	209. Яйцо вареное	40	62,8	5,08	4,6	0,28	0,03	0	0,1	0,24	22	76,8	4,8	1		
	<b>Итого</b>	<b>525</b>	<b>733,52</b>	<b>25,19</b>	<b>26,02</b>	<b>98,52</b>	<b>0,21</b>	<b>1,44</b>	<b>0,23</b>	<b>1,52</b>	<b>229,73</b>	<b>363,42</b>	<b>60,12</b>	<b>3,9</b>		
		550	544-680	18-22,5	18,4-23	76,6-95,75										
<b>Обед</b>																
	Салат из квашеной капусты с	100	81,19	1,59	4,99	7,12	0,02	27,3	0,03	2,38	48,88	27,71	14,76	0,59		
	47. раст. маслом															
	98. Суп крестьянский с крупой и мясом	250(237,5/12,5)	122,73	4,36	7,94	14,28	0,05	18	0,23	2,36	23,5	50,1	20,75	0,65		
	291. Плов из пшцы	230	517,7	22,52	29,85	42,04	0,12	5,75	0,32	5,44	42,31	256,47	49,46	2,51		
	377. Чай с сахаром с лимоном	200	59,16	0,16	0,03	28,06	0,03	2,8	0	0,1	2,8	1,54	0,84	0,04		
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,6	2,92	0,52	14,2	0,07	0	0	0,56	14,8	71,2	22	1,08		
	338. Яблоки св. порциями	100	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1		
	<b>Итого</b>	<b>990</b>	<b>901,38</b>	<b>31,95</b>	<b>43,53</b>	<b>115,5</b>	<b>0,32</b>	<b>57,85</b>	<b>0,59</b>	<b>11,24</b>	<b>142,29</b>	<b>415,02</b>	<b>109,81</b>	<b>5,87</b>		
		800	816-952	27-31,5	27,6-32,2	114,9-134,05										
<b>День 11 (Пятница)</b>																
<b>Завтрак</b>																
	182. Каша полбяная молочная с маслом	260(250/10)	351,13	11,47	15,82	46,01	0,04	1,63	0,06	0,1	150,88	114,35	17,33	0,14		
	379. Кофейный напиток с молоком	200	146,3	3,12	2,51	24,69	0,04	1,4	0,02	0	120	90	14	0,1		
	Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44		
	338. Яблоки св. порциями	100	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1		
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>637,63</b>	<b>18,03</b>	<b>18,85</b>	<b>99,94</b>	<b>0,15</b>	<b>7,03</b>	<b>0,09</b>	<b>0,54</b>	<b>288,88</b>	<b>238,35</b>	<b>38,93</b>	<b>1,68</b>		
		550	544-680	18-22,5	18,4-23	76,6-95,75										
<b>Обед</b>																
	52. Салат из свежлой отварной	100	89,85	1,35	6,08	7,87	0,02	9,5	0	2,73	35,15	40,85	20,9	1,33		
	Суп картофельный с макаронными	250(237,5/12,5)	134,93	11,28	5,76	32,91	0,04	0,94	0,2	2,57	9,9	29,75	9,09	0,5		
	230. Рыба жареная	115	226,75	15,96	16,5	4,4	0,11	0,31	0,08	5,28	42,58	179,75	28,19	1,3		
	312. Пюре картофельное	230	253,42	4,78	16,51	30,23	0,21	7,96	0,26	0,33	57,94	126,86	42,55	1,52		
	348. Компот из чернослива	200	92,81	0,34	0	23,65	0	0,45	0	0,27	11,89	12,33	15,16	0,45		
	Хлеб Цивильный ржаной	65	122,85	4,75	0,84	23,08	0,11	0	0	0,91	24,05	115,7	35,75	1,75		
	<b>Итого</b>	<b>960</b>	<b>920,61</b>	<b>38,46</b>	<b>45,69</b>	<b>122,14</b>	<b>0,49</b>	<b>19,16</b>	<b>0,54</b>	<b>12,09</b>	<b>181,51</b>	<b>505,24</b>	<b>151,64</b>	<b>6,85</b>		
		800	816-952	27-31,5	27,6-32,2	114,9-134,05										
<b>День 10 (Четверг)</b>																
<b>Завтрак</b>																
	182. Каша полбяная молочная с маслом	260(250/10)	351,13	11,47	15,82	46,01	0,04	1,63	0,06	0,1	150,88	114,35	17,33	0,14		
	379. Кофейный напиток с молоком	200	146,3	3,12	2,51	24,69	0,04	1,4	0,02	0	120	90	14	0,1		
	Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44		
	338. Яблоки св. порциями	100	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1		
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>637,63</b>	<b>18,03</b>	<b>18,85</b>	<b>99,94</b>	<b>0,15</b>	<b>7,03</b>	<b>0,09</b>	<b>0,54</b>	<b>288,88</b>	<b>238,35</b>	<b>38,93</b>	<b>1,68</b>		
		550	544-680	18-22,5	18,4-23	76,6-95,75										
<b>Обед</b>																
	52. Салат из свежлой отварной	100	89,85	1,35	6,08	7,87	0,02	9,5	0	2,73	35,15	40,85	20,9	1,33		
	Суп картофельный с макаронными	250(237,5/12,5)	134,93	11,28	5,76	32,91	0,04	0,94	0,2	2,57	9,9	29,75	9,09	0,5		
	290. Филе куриное тушеная в смет. соусе	100(50/50)	113,6	14,42	19,99	2,95	0,01	0,06	0,01	0,97	16,69	9,99	1,61	0,05		
	302. Каша гречневая рассыпчатая	200	359,91	11,64	8,7	57,26	0,28	0	0,03	0,82	20,07	276,58	184,24	6,19		



	Итого		837,78	30,41	37,17	102,14	0,46	58,31	0,90	9,45	155,13	472,14	141,46	7,51
	Итого	970	801,43	28,52	35,54	101,51	1,39	35,65	0,3	9,57	120,54	351,13	104,09	5,5
	Итого	940	818,63	32,9	46,25	112,59	0,49	45,72	0,58	7,34	140,8	348,68	124,46	5,51
	Итого	925	848,78	23,35	27,59	127,19	0,31	55,61	0,48	9,04	131,97	332,92	91,81	5,4
	Всего за неделю		5021,4	185,07	214,84	689,05	4,67	271,35	4,67	48,35	790,52	2351,67	849,05	40,4
	Средний показатель		836,90	30,85	35,77	114,84	0,78	45,23	0,78	8,06	131,75	391,95	141,51	6,73
	Итого	890	1014,85	32,61	35,73	138	1,69	19,5	1,34	7,09	134,28	521,96	278,32	10,73
	Итого	915	855,17	27,77	34,6	137,5	0,3	26,32	0,39	8,08	113,86	326,66	117,36	4,82
	Итого	960	920,61	38,46	45,69	122,14	0,49	19,16	0,54	12,09	181,51	505,24	151,64	6,85
	Итого	890	856,38	31,55	43,13	105,7	0,29	53,85	0,58	10,84	132,29	407,02	107,81	4,87
	Итого	890	793	34,42	35,13	123,19	0,48	23,26	0,36	3,99	83,01	429,22	236,95	8,8
	Итого	920	815,88	20,79	32,48	90,44	0,34	65,9	0,51	7,94	186,36	328,77	118,29	4,82
	Всего за неделю		5255,69	185,6	226,76	716,97	3,59	207,99	3,72	50,03	831,31	2518,87	1010,37	40,89
	Средний показатель		875,95	30,93	37,79	119,50	0,60	34,67	0,62	8,34	138,55	419,81	168,40	6,82

средний показатель (суточная) за 1 нед  
 средний показатель (суточная) за 2 нед

1 555,11 54,13 59,23 214,90 1,05 49,77 0,92 9,05 504,70 830,82 245,82 10,76  
 1 573,02 53,24 61,93 216,70 0,81 39,16 0,88 9,59 425,60 800,89 232,43 9,85