

Согласовано:
Директор

МОУ "СОШ №6 им. Героя Советского Союза В.П. Грицкова"

(подпись)



утверждаю:
Директор

ИП Смирнов И.А.

(подпись)

И.А. Смирнов



Меню приготавливаемых блюд стоимостью 322,79 руб.

День 1: _____ » _____ 20 _____

Неделя: _____ понедельник

Возрастная категория: _____ первая 7-11 лет

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	18,09	6,7	9,2	25,3	216,8
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	12,70	3,8	3,0	14,7	103,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/25	27,72	9,6	9,8	12,2	180,5
2011	340	БАНАН	180	43,20	3,0	1,0	42,0	193,8
Итого за прием пищи:			645	101,71	23,1	23,0	94,2	694,8
Обед								
2011	28	САЛАТ "ВЕСНА"	100	28,06	1,0	6,1	3,7	76,0
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	250/25/10	36,73	5,4	6,8	9,1	122,7
1997	474	КОТЛЕТА ОСОБАЯ	90	45,07	7,1	6,6	8,4	124,9
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	12,58	4,2	3,7	37,0	203,3
2008	394	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	6,98	0,2	0,2	13,5	58,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
2008		БАТОН	20	2,86	2,5	1,6	12,2	75,2
Итого за прием пищи:			880	136,08	23,0	25,4	100,9	744,2
Полдник								
1996	695	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	30,00	7,7	9,6	30,4	245,5
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	25,00	1,0	0,2	19,8	87,1
2008		ЙОГУРТ "ИММУНЕЛЕ"	100	30,00	2,5	1,9	3,8	43,5
Итого за прием пищи:			100	85,00	11,2	11,7	54,0	376,1
Всего за день:			370	85,00	11,2	11,7	54,0	376,1
Сбалансированность:			0,00	0,00	1	1	249,1	1 815,2

Возрастная категория: _____ 12 лет и старше

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	18,09	6,7	9,2	25,3	216,8
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	12,70	3,8	3,0	14,7	103,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/20	23,27	8,1	8,4	11,7	159,3
2011	340	БАНАН	180	43,20	3,0	1,0	42,0	193,8
Итого за прием пищи:			645	97,26	21,6	21,6	93,7	673,6
Обед								
2011	28	САЛАТ "ВЕСНА"	100	28,06	1,0	6,1	3,7	76,0
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	250/25/5	36,51	5,4	6,8	9,1	122,7
1997	474	КОТЛЕТА ОСОБАЯ	100	50,08	7,7	6,9	8,9	132,2
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	15,10	5,0	4,4	44,4	243,6
2008	394	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	6,98	0,2	0,2	13,5	58,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			895	140,53	21,9	24,8	96,6	716,7
Полдник								
1996	695	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	65	30,00	7,7	9,6	30,4	245,5
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	25,00	1,0	0,2	19,8	87,1
2008		ЙОГУРТ "ИММУНЕЛЕ"	100	30,00	2,5	1,9	3,8	43,5
Итого за прием пищи:			365	85,00	11,2	11,7	54,0	376,1
Всего за день:			322,79	322,79	54,7	58,1	244,3	1 766,4
Сбалансированность:			0,00	0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

МОУ "СОШ №6 им. Героев Советского Союза В.Л. Грицкова"

Е.В. Годунов (подпись)



Утверждаю:

Директор

ИП Смирнов И.А.

(подпись)



И.А. Смирнов

Иван

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 322,79 руб.

« _____ » _____ 20 _____

День 2:

Неделя:

Возрастная категория:

вторник

первая

7-11 лет

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	278	ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	100/30	38,55	8,7	15,3	15,2	240,3
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,27	5,4	4,8	34,3	207,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,95	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
2008	344	НЕКТАРИН	100	33,00	1,6	0,4	12,9	63,2
Итого за прием пищи:			620	85,6	18,3	20,9	89,1	634,7
Обед								
2011	27	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	100	35,02	1,5	5,1	8,9	90,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	25,90	5,8	6,7	9,1	123,4
2011	229	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	100	64,26	7,7	5,7	18,7	161,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	21,36	3,1	5,4	20,3	146,2
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,88	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			840	157,2	20,7	23,3	83,7	644,7
Полдник								
2011	418	СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	75	30,00	10,1	11,1	10,8	188,9
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	25,00	1,0	0,2	19,8	87,1
2008		ЧОКО-ПАЙ	28	25,00	0,8	1,0	23,2	107,7
Итого за прием пищи:			303	80,0	11,9	12,3	53,8	383,8
Всего за день:				322,79	50,9	56,5	226,6	1 663,2
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Возрастная категория:

12 лет и старше

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	278	ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ	100	33,80	7,8	14,2	14,6	223,9
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	8,30	6,4	5,7	41,2	248,0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,95	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
2008	344	НЕКТАРИН	100	33,00	1,6	0,4	12,9	63,2
Итого за прием пищи:			620	81,9	18,4	20,7	95,4	658,9
Обед								
2011	27	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	100	35,02	1,5	5,1	8,9	90,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	25,90	5,8	6,7	9,1	123,4
2011	229	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	100	64,26	7,7	5,7	18,7	161,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	25,08	3,7	6,5	24,3	175,3
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,88	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			870	160,9	21,3	24,4	87,7	673,8
Полдник								
2011	418	СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	75	30,00	10,1	11,1	10,8	188,9
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	25,00	1,0	0,2	19,8	87,1
2008		ЧОКО-ПАЙ	28	25,00	0,8	1,0	23,2	107,7
Итого за прием пищи:			303	80,0	11,9	12,3	53,8	383,8
Всего за день:				322,79	51,6	57,4	236,9	1 716,5
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

МОУ СОШ №6 им. Героя Советского Союза В.П. Грицкова"

(подпись)



Утверждаю:

Директор

ИП Смирнов И.А.

(подпись)

И.А. Смирнов



Меню приготавливаемых блюд стоимостью 322,79 руб.

День 3:

Неделя:

Возрастная категория:

« _____ » _____ 20 _____

среда

первая

7-11 лет

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/20	61,14	18,6	19,4	35,5	402,2
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	9,35	1,5	1,3	22,4	110,1
2008		БАТОН	50	7,15	6,3	4,0	30,6	188,5
2008	341	ГРУША	150	45,00	0,7	0,5	18,5	83,4
Итого за прием пищи:			570	122,64	27,1	25,2	107,0	784,2
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	34,45	0,8	6,1	2,4	69,9
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	29,32	6,2	5,8	37,1	231,5
2011	265	ПЛОВ	200	75,60	20,3	19,3	53,6	482,5
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	6,98	0,2	0,2	13,5	58,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			790	150,15	30,1	31,8	123,6	925,9
Полдник								
2008	189	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	100	25,00	10,2	11,1	15,2	207,4
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	25,00	1,0	0,2	19,8	87,1
Итого за прием пищи:			300	50,00	11,20	11,30	35,00	294,51
Всего за день:				322,79	68,40	68,30	265,60	2 004,59
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Возрастная категория:

12 лет и старше

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	64,04	19,3	20,1	42,3	439,5
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	9,35	1,5	1,3	22,4	110,1
2008		БАТОН	50	7,15	6,3	4,0	30,6	188,5
2008	341	ГРУША	150	45,00	0,7	0,5	18,5	83,4
Итого за прием пищи:			580	125,54	27,8	25,9	113,8	821,4
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	34,45	0,8	6,1	2,4	69,9
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	25,47	5,7	4,9	37,1	221,1
2011	265	ПЛОВ	200	75,60	20,3	19,3	53,6	482,5
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	6,98	0,2	0,2	13,5	58,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,75	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			800	147,25	29,6	30,9	123,6	915,5
Полдник								
2008	189	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	100	25,00	10,2	11,1	15,2	207,4
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	25,00	1,0	0,2	19,8	87,1
Итого за прием пищи:			300	50,00	11,20	11,30	35,00	294,51
Всего за день:				322,79	68,60	68,10	272,40	2 031,43
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

МОУ "СОШ №6 им. Героя Советского Союза п.п. Грицкова"



Утверждаю:

Директор

ИП Смирнов И.А.



(подпись)

И.А. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 322,79 руб.

День 4:

Неделя:

Возрастная категория:

« _____ » 20 _____

четверг

первая

7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	14,42	7,6	9,7	39,3	282,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,95	0,0	0,0	9,7	39,8
2011	440	БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	50	20,00	7,6	9,1	31,8	246,2
2008	340	МАНДАРИН	100	24,48	1,8	0,4	16,2	77,5
Итого за прием пищи:			550	61,9	17,0	19,2	97,0	646,0
Обед								
2011	49	САЛАТ "ВИТАМИННЫЙ"	100	26,93	1,0	3,6	3,3	51,1
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/10	33,90	5,3	5,2	16,8	139,0
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	100,15	19,3	21,2	36,6	426,4
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	6,16	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			820	170,94	28,20	30,40	83,40	740,28
Полдник								
2011	13	ЧИЗБУРГЕР	75	35,00	10,7	9,7	24,5	234,5
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008		ЙОГУРТ "ИММУНЕЛЕ"	100	30,00	2,5	1,9	3,8	43,5
Итого за прием пищи:			375	90,00	14,20	11,80	47,90	364,35
Всего за день:				322,79	59,40	61,40	228,30	1 750,59
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Возрастная категория:

12 лет и старше

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	14,42	7,6	9,7	39,3	282,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,95	0,0	0,0	9,7	39,8
2011	440	БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	50	20,00	7,6	9,1	31,8	246,2
2008	340	МАНДАРИН	100	24,48	1,8	0,4	16,2	77,5
Итого за прием пищи:			550	61,85	17,00	19,20	97,00	645,96
Обед								
2011	49	САЛАТ "ВИТАМИННЫЙ"	100	26,93	1,0	3,6	3,3	51,1
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/10	33,90	5,3	5,2	16,8	139,0
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	100,15	19,3	21,2	36,6	426,4
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	6,16	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			820	170,94	28,20	30,40	83,40	740,28
Полдник								
2011	13	ЧИЗБУРГЕР	75	35,00	10,7	9,7	24,5	234,5
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008		ЙОГУРТ "ИММУНЕЛЕ"	100	30,00	2,5	1,9	3,8	43,5
Итого за прием пищи:			375	90,00	14,20	11,80	47,90	364,35
Всего за день:				322,79	59,40	61,40	228,30	1 750,59
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

МОУ "СОШ №6 им.



Советского района В.П. Грицкова"

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 322,79 руб.

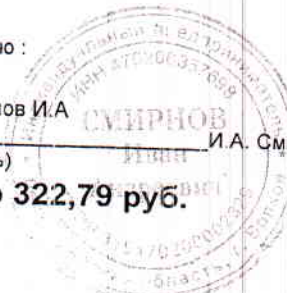
Утверждаю:

Директор

ИП Смирнов И.А.

(подпись)

И.А. Смирнов



День 5:

Неделя:

Возрастная категория:

« _____ » _____ 20 _____

пятница

первая

7-11 лет

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	222	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/20	66,22	18,5	18,2	28,4	361,6
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	12,70	3,8	3,0	14,7	103,8
2008		БАТОН	50	7,15	6,3	4,0	30,6	188,5
2008	344	НЕКТАРИН	125	41,25	1,3	0,1	13,8	62,8
Итого за прием пищи:			545	127,32	29,90	25,30	87,50	716,63
Обед								
2011	34	САЛАТ ЛЕТНИЙ	100	27,02	0,5	0,1	1,5	9,1
2011	101	СУП РИСОВЫЙ С КУРОЙ	250/25	27,79	5,6	5,4	20,5	157,2
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	11,85	5,3	6,4	38,8	240,3
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	90/50	45,41	6,5	12,9	3,6	161,4
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	4,60	0,1	0,1	12,1	51,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			905	120,47	20,60	25,30	93,50	703,10
Полдник								
2011	406 2	ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С ЯБЛОКОМ	60	20,00	7,3	9,2	28,6	232,8
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008		ЙОГУРТ "ИММУНЕЛЕ"	100	30,00	2,5	1,9	3,8	43,5
Итого за прием пищи:			360	75,00	10,80	11,30	52,00	362,57
Всего за день:				322,79	61,30	61,90	233,00	1 782,30
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Возрастная категория:

12 лет и старше

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	222	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	66,22	19,1	18,9	30,5	379,1
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	12,70	3,8	3,0	14,7	103,8
2008		БАТОН	50	7,15	6,3	4,0	30,6	188,5
2008	344	НЕКТАРИН	125	41,25	1,3	0,1	13,8	62,8
Итого за прием пищи:			555	127,32	30,50	26,00	89,60	734,21
Обед								
2011	34	САЛАТ ЛЕТНИЙ	100	27,02	0,6	0,2	3,0	16,6
2011	101	СУП РИСОВЫЙ С КУРОЙ	250/10	25,42	5,6	5,4	20,5	157,2
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	14,22	5,3	6,4	38,8	240,3
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	90/50	45,41	6,5	12,9	3,6	161,4
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	4,60	0,1	0,1	12,1	51,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			930	120,47	20,70	25,40	95,00	710,59
Полдник								
2011	406 2	ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С ЯБЛОКОМ	60	20,00	7,3	9,2	28,6	232,8
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008		ЙОГУРТ "ИММУНЕЛЕ"	100	30,00	2,5	1,9	3,8	43,5
Итого за прием пищи:			360	75,00	10,80	11,30	52,00	362,57
Всего за день:				322,79	62,00	62,70	236,60	1 807,37
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

МОУ СОШ №6 им. В.П. Грицкова

(подпись)



Утверждаю:

Директор

ИП Смирнов И.А.

(подпись)



И.А. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 322,79 руб.

« _____ » _____ 20 _____

День 6:

Неделя:

Возрастная категория:

понедельник

вторая

7-11 лет

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	15,14	14,2	7,9	41,8	303,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,95	0,0	0,0	9,7	39,8
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/10	8,79	3,8	10,6	18,4	189,6
2008	338	ЯБЛОКО	150	21,00	0,6	0,6	14,7	68,3
Итого за прием пищи:			550	47,88	18,60	19,10	84,60	600,75
Обед								
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	25,15	1,0	3,6	3,3	51,1
2011	102	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ	250/20	20,77	6,0	5,6	18,9	154,2
2011	290	ОКОРОКА КУРИНЫЕ, ОТВАРНЫЕ	100	51,10	10,9	13,2	3,6	182,2
2011	325	КАБАЧКИ, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	150	62,21	1,5	1,3	29,7	140,0
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,88	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			860	169,91	22,00	24,10	82,20	651,35
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	75	20,00	8,3	9,2	32,2	251,6
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008		ЙОГУРТ "АКТИВИЯ"	180	60,00	2,5	1,9	3,8	43,5
Итого за прием пищи:			455	105,00	11,80	11,30	55,60	381,43
Всего за день:				322,79	52,40	54,50	222,40	1 633,53
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Возрастная категория:

12 лет и старше

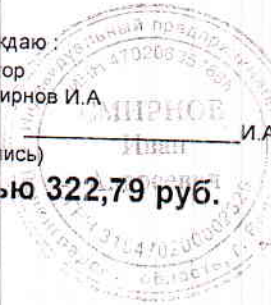
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	15,14	14,2	9,6	41,8	318,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,95	0,0	0,0	9,7	39,8
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/10	8,79	3,8	10,6	18,4	189,6
2008	338	ЯБЛОКО	150	21,00	0,6	0,6	14,7	68,3
Итого за прием пищи:			550	47,88	18,60	20,80	84,60	616,56
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	25,15	1,0	3,6	3,3	51,1
2011	102	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ	250/20	20,77	6,0	5,6	18,9	154,2
2011	290	ОКОРОКА КУРИНЫЕ ОТВАРНЫЕ	100	51,10	10,9	23,6	3,6	278,9
2011	325	КАБАЧКИ, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	180	62,21	2,3	3,6	38,9	202,4
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,88	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			920	169,91	22,80	36,80	91,40	810,46
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	75	20,00	8,3	9,2	32,2	251,6
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008		ЙОГУРТ "ИММУНЕЛЕ"	100	60,00	2,5	1,9	3,8	43,5
Итого за прием пищи:			375	105,00	11,80	11,30	55,60	381,43
Всего за день:				322,79	53,20	68,90	231,60	1 808,45
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор
МОУ "СОШ №6 им. Героя Советского Союза В.П. Грицкова"

Утверждаю:

Директор
ИП Смирнов И.А.



И.А. Смирнов

Меню, приготавливаемых блюд стоимостью 322,79 руб.

« _____ » _____ 20 _____

День 7:
Неделя:
Возрастная категория: **вторник
вторая
7-11 лет**

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	150/30	68,95	8,6	11,2	2,3	148,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,95	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/20	23,32	10,7	9,7	24,5	234,5
2008	342	БАНАН	180	43,20	3,5	1,2	48,3	222,9
Итого за прием пищи:			605	138,4	22,8	22,1	84,8	646,0
Обед								
2012	26	САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ЯБЛОКАМИ И ОГУРЦАМИ	100	28,58	1,0	6,1	3,7	76,0
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/20/10	27,69	8,5	6,4	41,2	263,3
2011	232	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	200	68,14	13,9	14,5	45,6	378,8
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	6,16	0,1	0,0	10,1	41,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			820	134,37	26,10	27,40	117,60	843,99
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	25,00	10,2	11,1	26,9	255,3
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
Итого за прием пищи:			300	50,00	11,20	11,30	46,50	341,66
Всего за день:				322,79	24,50	21,40	88,00	660,27
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Возрастная категория: **12 лет и старше**

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	150/30	68,95	8,9	11,7	2,7	156,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,95	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/20	23,32	10,7	9,7	24,5	234,5
2008	342	БАНАН	180	43,20	3,5	1,2	48,3	222,9
Итого за прием пищи:			605	138,4	23,1	22,6	85,2	653,5
Обед								
2012	26	САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ЯБЛОКАМИ И ОГУРЦАМИ	100	28,58	1,0	6,1	3,7	76,0
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/20/10	27,69	8,5	6,4	41,2	263,3
2011	232	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ В	200	68,14	13,9	14,5	45,6	378,8
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	6,16	0,1	0,0	10,1	41,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			820	134,37	26,10	27,40	117,60	843,99
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	25,00	10,2	11,1	26,9	255,3
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
Итого за прием пищи:			300	50,00	11,20	11,30	46,50	341,66
Всего за день:				322,79	24,50	21,40	88,00	660,27
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

МОУ "СОШ №6 им. Героя Советского Союза В.П. Гришкова"



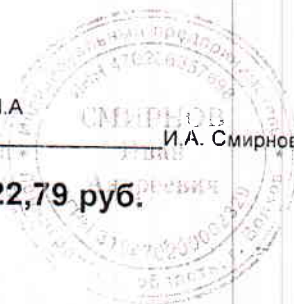

Утверждаю:

Директор

ИП Смирнов И.А.

(подпись)

И.А. Смирнов



Меню приготавливаемых блюд стоимостью 322,79 руб.

« _____ » _____ 20 _____

День 8:

Неделя:

Возрастная категория:

среда

вторая

7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	7,42	5,4	4,8	24,3	166,4
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	90	37,44	7,3	13,1	3,3	165,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	4,71	0,3	0,1	15,2	64,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,90	1,3	0,2	17,0	76,9
2008	344	НЕКТАРИН	180	59,40	1,9	0,5	15,5	76,0
Итого за прием пищи:			652	110,87	16,20	18,70	75,30	549,06

Итого за прием пищи:

Обед

2011	29	САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ	100	22,34	0,8	2,2	7,6	54,9
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	250/20/10	35,03	5,4	6,8	15,1	147,3
2008	260	АЗУ	200	60,91	16,6	17,8	48,1	430,8
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	6,98	0,2	0,2	13,5	58,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
2008		БАТОН	20	2,86	2,5	1,6	12,2	75,2
Итого за прием пищи:			840	131,92	28,10	29,00	113,50	850,26

Итого за прием пищи:

Полдник

2011	406.2	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	60	25,00	9,3	10,2	24,6	233,9
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008		ЙОГУРТ "ИММУНЕЛЕ"	100	30,00	2,5	1,9	3,8	43,5
Итого за прием пищи:			360	80,00	12,80	12,30	48,00	363,67

Итого за прием пищи:

Итого за день:

				322,79	77,1	76,4	245,5	2 008,8
--	--	--	--	---------------	-------------	-------------	--------------	----------------

Балансированность:

				0,00	1	1	4	
--	--	--	--	-------------	----------	----------	----------	--

возрастная категория:

12 лет и старше

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
завтрак								
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	7,13	6,4	5,7	41,2	248,0
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	41,58	7,9	13,8	3,8	176,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/10/5	3,72	0,3	0,1	15,2	64,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,90	1,3	0,2	17,0	76,9
2008	344	НЕКТАРИН	180	59,40	1,9	0,5	15,5	76,0
Итого за прием пищи:			680	113,73	17,80	20,30	92,65	641,64

Итого за прием пищи:

Обед

2011	29	САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ	100	22,34	0,8	2,2	7,6	54,9
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	250/20/10	35,03	5,4	6,8	15,1	147,3
2008	260	АЗУ	200	60,91	16,6	17,8	48,1	430,8
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	6,98	0,2	0,2	13,5	58,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			820	129,06	25,60	27,40	101,30	775,11

Итого за прием пищи:

Полдник

2011	406.2	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	60	25,00	9,3	10,2	24,6	233,9
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008		ЙОГУРТ "ИММУНЕЛЕ"	100	30,00	2,5	1,9	3,8	43,5
Итого за прием пищи:			360	80,00	12,80	12,30	48,00	363,67

Итого за прием пищи:

Итого за день:

				322,79	77,1	76,4	245,5	2 008,8
--	--	--	--	---------------	-------------	-------------	--------------	----------------

Балансированность:

				0,00	1	1	4	
--	--	--	--	-------------	----------	----------	----------	--

Согласовано:

Директор

МОУ "СОШ №6 им. Героя Советского Союза В.П. Грицкова"

Смирнов
(подпись)



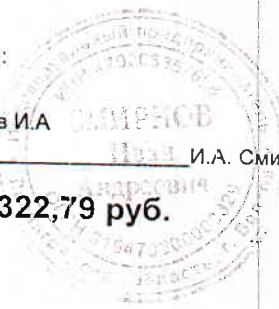
Утверждаю:

Директор

ИП Смирнов И.А.

(подпись)

И.А. Смирнов



Меню, приготавливаемых блюд стоимостью 322,79 руб.

« _____ » _____ 20__

День 9:

четверг

Неделя:

вторая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	40,51	18,2	20,9	2,8	280,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,95	0,0	0,0	9,7	39,8
2011	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	30/10	8,79	6,3	4,0	30,6	188,5
2008	343	АПЕЛЬСИН	180	48,05	1,6	0,4	14,6	70,1
Итого за прием пищи:			570	100,30	26,10	25,34	57,65	579,04
Обед								
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1 ВАРИАНТ	100	21,04	0,4	6,1	1,4	64,2
2011	106	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	33,14	5,6	7,0	20,5	172,0
2011	270	КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ	90	49,41	11,5	14,8	8,0	217,2
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	22,93	3,5	4,2	14,9	114,5
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	200	5,02	0,0	0,0	23,2	95,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
2008		БАТОН	50	7,15	6,3	4,0	30,6	188,5
Итого за прием пищи:			880	142,49	29,96	36,44	115,57	935,57
Лодник								
2011	418	СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	75	30,00	10,1	11,1	30,8	270,9
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
		ШОКОЛАД МИЛКИ ВЭЙ	26	25,00	2,0	0,5	16,0	78,7
Итого за прием пищи:			301	80,00	13,08	11,84	66,38	435,90
Итого за день:				322,79	69,14	73,62	239,60	1 950,50
Балансированность:				0,00	1	1	4	

озрастная категория: 12 лет и старше								
Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
автрак								
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	48,61	18,2	20,9	2,8	280,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,95	0,0	0,0	9,7	39,8
2011	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	30/10	8,79	6,3	4,0	30,6	188,5
2008	343	АПЕЛЬСИН	150	39,93	1,6	0,4	14,6	70,1
Итого за прием пищи:			550	100,28	26,10	25,34	57,65	579,04
бед								
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1 ВАРИАНТ	100	21,04	0,4	6,1	1,4	64,2
2011	106	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	23,08	5,6	7,0	20,5	172,0
2011	270	КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ	100	54,88	11,5	14,8	8,0	217,2
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	27,54	3,5	4,2	14,9	114,5
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	200	5,02	0,0	0,0	23,2	95,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
2008		БАТОН	50	7,15	6,3	4,0	30,6	188,5
Итого за прием пищи:			920	142,51	29,96	36,44	115,57	935,57
лудник								
2011	418	СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	75	30,00	10,1	11,1	30,8	270,9
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
		ШОКОЛАД МИЛКИ ВЭЙ	26	25,00	2,0	0,5	16,0	78,7
Итого за прием пищи:			301	80,00	13,08	11,84	66,38	435,90
Итого за день:				322,79	69,14	73,62	239,60	1 950,50
Балансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор
МОУ "СОШ №6 им. героя Советского Союза В.П. Грицкова"
Е.В. Голубык
(подпись)

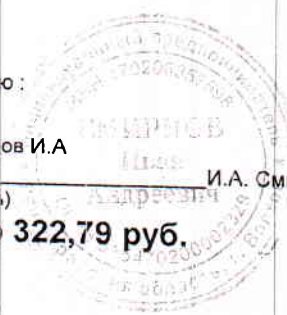


Утверждаю:

Директор
ИП Смирнов И.А.

(подпись)

И.А. Смирнов



Меню приготавливаемых блюд стоимостью 322,79 руб.

« _____ » _____ 20 _____

День 10:

Неделя:

Возрастная категория:

пятница

вторая

7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧЫМ	200	16,76	6,5	7,4	21,7	184,4
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	9,35	3,3	2,4	36,6	185,9
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/25	27,72	9,6	9,8	12,2	180,5
2008	340	МАНДАРИН	100	24,48	0,8	0,2	7,5	35,9
Итого за прием пищи:			565	78,3	20,2	19,8	78,0	586,8
Обед								
2011	27	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	100	35,02	1,5	5,1	8,9	90,1
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И КУРОЙ	250	24,05	7,1	8,1	19,3	183,6
2011	256	МЯСО ТУШЕНОЕ	100	69,66	11,9	12,7	8,9	203,4
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	30,07	3,0	4,5	31,6	183,7
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,88	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			840	169,48	26,10	30,80	95,40	784,59
Полдник								
2011	406.2	ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С	60	20,00	7,3	9,2	28,6	232,8
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008		ЙОГУРТ "ИММУНЕЛЕ"	100	30,00	2,5	1,9	3,8	43,5
Итого за прием пищи:			360	75,00	10,80	11,30	52,00	362,57
Итого за день:				322,79	57,10	61,90	225,40	1 733,92
Балансированность:				0,00	1	1	4	
возрастная категория:				12 лет и старше				

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧЫМ	200	16,76	6,5	7,4	21,7	184,4
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	9,35	3,3	2,4	36,6	185,9
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/20	23,27	9,6	9,8	12,2	180,5
2008	340	МАНДАРИН	100	24,48	0,8	0,2	7,5	35,9
Итого за прием пищи:			560	73,9	20,2	19,8	78,0	586,8
Обед								
2011	27	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	100	35,02	1,5	5,1	8,9	90,1
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И КУРОЙ	250	24,05	7,1	8,1	19,3	183,6
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	100	69,66	11,9	12,7	8,9	203,4
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	34,52	4,2	6,2	42,3	248,3
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,88	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			870	173,9	27,3	32,5	106,1	849,2
Полдник								
2011	406.2	ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С ЯБЛОКОМ	60	20,00	7,3	9,2	28,6	232,8
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008		ЙОГУРТ "ИММУНЕЛЕ"	100	30,00	2,5	1,9	3,8	43,5
Итого за прием пищи:			360	75,00	10,80	11,30	52,00	362,57
Итого за день:				322,79	58,30	63,60	236,10	1 798,52
Балансированность:				0,00	1	1	4	