



Управление Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей  
и благополучия человека по Удмуртской Республике

**Территориальный отдел Управления Федеральной службы по надзору в  
сфере защиты прав потребителей и благополучия человека  
по Удмуртской Республике в городе Воткинске**

Свердлова ул., д. 11, г. Воткинск, Удмуртская Республика, 427433.  
Тел. (34145) 5-18-34. Факс (34145) 5-18-22. E-mail: rosp-vtk@mail.ru  
ОКПО 74048229, ОГРН 1051802206389, ИНН/КПП 1835064045/183501001

\_\_\_\_\_ 14.11.2012 № \_\_\_\_\_ 1332 \_\_\_\_\_  
на № \_\_\_\_\_

Директору  
МУП ТОП «Поиск»  
А.Н.Васюковой

**Согласовательное письмо на рацион питания.**

Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по УР в г. Воткинске, на основании экспертного заключения филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в УР» в г.Воткинске от 13.11.2012г. №169-Д, согласовывает 12- дневный рацион питания детей 7-11 лет и 12-18 лет, обучающихся в общеобразовательных учреждениях г. Воткинска, на осеннее- зимний период, бессрочно.

И.о. Начальника территориального отдела Управления  
Роспотребнадзора по УР в г. Воткинске, и.о. главного  
государственного санитарного врача по г. Воткинску,  
Воткинскому и Шарканскому р-нам, Советник  
Государственной гражданской службы РФ II класса

Т.Ю. Бакиева

С.П. Рублева  
5-18-22

ФИЛИАЛ ФЕДЕРАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ «ЦЕНТР  
ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКЕ» В ГОРОДЕ ВОТКИНСКЕ  
427430, Российская Федерация, Удмуртская Республика, город Воткинск, улица  
Свердлова, дом 11, тел. 5-13-20, факс 4-11-93  
E-mail: [votkinsk-fbuz@mail.ru](mailto:votkinsk-fbuz@mail.ru) ОГРН 1051800458962 ОКПО 39372502  
ИНН/КПП 1831102821/182802001

Свидетельство об аккредитации экспертного учреждения №75-АК от 11.03.10г. срок действия до 11.03.2015г.

УТВЕРЖДАЮ

Главный врач Филиала ФБУЗ

«Центр гигиены и эпидемиологии в  
Удмуртской Республике» в городе  
Воткинске



В.П. Семёнов

«13» ноября 2012 г.

### ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ № 169-Д от «13» ноября 2012 г.

по результатам санитарно-эпидемиологических экспертиз, обследований, исследований, гигиенических и иных видов оценок.

1. Экспертное заключение выдано на: (объект, продукцию, проектную или нормативно-техническую документацию):
  - Примерное 12-дневное меню для организации питания детей 7-11 и 12-18 лет на осенне-зимний период в общеобразовательных учреждениях г. Воткинска УР с 2-х разовым питанием.
2. Экспертное заключение исполнено (по письменному решению, обращению заявителя):
  - предписание № 97 от 22.10.2012г. ТО Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по УР в г. Воткинске на санитарно-эпидемиологическую экспертизу рациона питания;
  - регистрационный номер заявления 2149 от 18.10.2012
3. Экспертное заключение оформлено на (для): (юридическое лицо, индивидуальный предприниматель, юридический адрес, фактический адрес, ОГРН, ИНН, телефон):

МУП ТОП «Поиск»

  - Юридический адрес: 427430, Удмуртская Республика, г. Воткинск, улица 1 Мая, дом №48.
4. Изготовитель (поставщик, разработчик): МУП ТОП «Поиск»
5. На экспертизу представлены следующие документы, материалы (перечисляются документально оформленные результаты лабораторно-инструментальных исследований, измерений, обследований и др.):
  - Примерное 12-дневное меню для организации питания детей 7-11 и 12-18 лет на осенне-зимний период в общеобразовательных учреждениях г. Воткинска УР с 2-х разовым питанием.
  - пояснительная записка к рациону питания;
  - технологические карты;
6. Предприятием (организацией) поставлена на производство (производится) или заключён договор на поставку (поставлена) и заявлены на санитарно-эпидемиологическую экспертизу следующие виды однородной продукции:

- Примерное 12-дневное меню для организации питания детей 7-11 и 12-18 лет на осенне-зимний период для обучающихся в общеобразовательных учреждениях г. Воткинска с 2-х разовым питанием.

7. В ходе проведения санитарно-эпидемиологической экспертизы установлено (рассмотрено):

- Примерное 12-дневное меню для организации питания детей 7-11 и 12-18 лет на осенне-зимний период для обучающихся в общеобразовательных учреждениях г. Воткинска с 2-х разовым питанием.

Предоставленные меню дифференцированы по возрастным группам (7-11 и 12-18 лет), что соответствует требованиям п. 6.6 СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».

В примерном меню указана сезонность осень-зима.

Выполнен анализ потребления продуктов питания для возрастных групп 7-11 лет (завтрак, обед) и 12-18 лет (завтрак, обед). Меню обеспечивает потребности в основных пищевых веществах и энергии обучающихся соответствующих возрастных групп, что соответствует СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».

Распределение калорийности суточного рациона соответствует требованиям СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».

По основным продуктам питания 12-ти дневное меню соответствует СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».

Кратность питания – завтрак, обед. Оценить интервалы между приёмами пищи не представляется возможным, т.к в примерном меню не указано время приёма пищи.

Ассортимент питания: Такие продукты, как мясо, молоко, сливочное и растительное масло, хлеб ржаной и пшеничный включают в меню – ежедневно, что соответствует СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования». Рыба, яйца, сыр, творог, кисломолочные продукты включается в меню – 1 раз 2-3 дня.

Фактические массы порций соответствуют рекомендуемым, что отвечает требованиям СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».

Технологические карты по технологической (кулинарной) обработке, срокам реализации, условиям хранения, температурой подачи блюд - соответствует СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования». Продукты, запрещённые к употреблению, не используются.

Продукты, запрещённые к употреблению, не используются.

Способы устранения витаминной и микронутриентной недостаточности: Использование микронутриентов: в меню включены продукты с содержанием йода - йодированная соль, кисломолочные продукты, проводится С-витаминизация третьих блюд.

8. Область применения:

- Примерное 12-дневное меню для организации питания детей 7-11 и 12-18 лет на осенне-зимний период для обучающихся в общеобразовательных учреждениях г. Воткинска с 2-х разовым питанием.

#### Заключение

На основании изложенного:


- Примерное 12-дневное меню для организации питания детей 7-11 и 12-18 лет на осенне-зимний период для обучающихся в общеобразовательных учреждениях г. Воткинска с 2-х разовым питанием.

СООТВЕТСТВУЕТ: действующим санитарно-гигиеническим нормативам:

СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».

Экспертное заключение оформлено в 3 экземплярах.

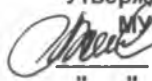
Заведующий ОГДиП  
(должность)

  
(подпись)

Р.И. Кречун  
(Ф.И.О.)

"Согласовано" \_\_\_\_\_

"\_\_" \_\_\_\_ 2012г.

"Утверждаю" Директор  
МУП ТОП "Поиск"  
 Васюкова А.Н.  
"\_\_" \_\_\_\_ 2012г.

Примерное меню горячих школьных завтраков и обедов  
для организации питания детей 7-11 лет и 12-18 лет

1 день		Витамины										Микроэлементы					
Завтрак	Наименование	7-11лет Выход	Белки	Жиры	Углев	К.кал	A	B1	B2	C	PP	Na	K	Ca	Mg	P	Fe
	Сыр порционный	20	5,20	5,40	0,00	70,40	0,04	0,01	0,01	0,60	0,04	220,00	20,00	208,00	10,00	108,00	0,20
129/08	Каша овсяная "Геркулес"	150	4,70	8,30	18,80	158,70	0,07	0,13	0,15	1,04	0,30	45,00	192,10	108,50	40,30	146,90	0,90
149/08	Какао с молоком	200	2,80	3,20	34,70	133,00	0,03	0,04	0,15	1,30	0,10	50,20	146,70	120,40	14,00	90,00	0,12
	Хлеб пшеничный	35	3,00	0,60	0,60	70,40	0,00	0,10	0,04	0,00	1,30	175,00	50,40	15,10	27,00	92,40	1,80
	<b>Итого</b>		<b>15,70</b>	<b>17,50</b>	<b>54,10</b>	<b>432,50</b>	<b>0,14</b>	<b>0,28</b>	<b>0,35</b>	<b>2,94</b>	<b>1,74</b>	<b>490,20</b>	<b>409,20</b>	<b>452,00</b>	<b>91,30</b>	<b>437,30</b>	<b>3,02</b>
<b>Обед</b>																	
16/08	Салат из св. капусты с перцем	80	2,00	8,10	11,50	233,00	2,10	0,10	0,10	219	1,30	643,40	268,30	38,10	23,60	36,90	1,00
60/08	Уха со взбитым яйцом	250/25	7,80	3,80	13,30	130,00	0,10	0,10	0,10	16,00	1,00	36,40	457,90	16,40	19,90	69,00	1,00
401/94	Гуляш из свинины	75/50	16,70	40,30	4,50	448,00	0,20	0,60	0,17	4,60	6,70	67,80	408,10	13,50	32,50	196,50	2,20
97/08	Макаронные изделия отварные	150	5,50	1,80	36,60	188,00	0,01	0,09	0,02	0,00	0,60	1163,00	65,10	21,20	9,10	48,20	0,90
146/08	Чай с лимоном	200/7	0,20	0,10	15,00	57,00	0,00	0,00	0,10	0,00	0,10	0,10	25,30	5,30	4,40	8,20	0,90
	Хлеб пшеничный	60	5,10	1,00	1,00	120,70	0,00	0,20	0,07	0,00	2,20	300,00	86,40	25,90	46,30	158,40	3,10
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	17,10	91,00	0,00	0,10	0,40	0,00	79,00	305,00	123,00	17,50	23,50	0,70	1,20
	Сок натуральный в инд.упак	200	0,80	0,00	10,30	84,00	0,00	0,02	0,02	2,00	0,20	5,20	248,00	24,00	12,00	22,00	3,00
	Фрукты свежие (Яблоко)	200	0,40	0,40	9,80	45,00	0,03	0,03	0,02	165	0,30	26,00	278,00	16,00	9,00	11,00	2,20
	<b>Итого</b>		<b>40,60</b>	<b>55,70</b>	<b>149,00</b>	<b>1267,78</b>	<b>2,41</b>	<b>1,19</b>	<b>0,96</b>	<b>240</b>	<b>90,90</b>	<b>2515,70</b>	<b>1434,10</b>	<b>137,90</b>	<b>159,30</b>	<b>517,90</b>	<b>10,30</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>56,30</b>	<b>73,20</b>	<b>203,10</b>	<b>1700,20</b>	<b>2,55</b>	<b>1,47</b>	<b>1,31</b>	<b>243</b>	<b>92,60</b>	<b>3005,90</b>	<b>1843,30</b>	<b>589,90</b>	<b>250,60</b>	<b>955,20</b>	<b>13,32</b>

## 2 день

Завтрак		7-11лет Выход	Белки	Жиры	Углев	К.кал	A	B1	B2	C	PP	Na	K	Ca	Mg	P	Fe
106/08	Запеканка из творога	150	21,80	31,60	19,40	453,00	0,30	1,00	0,50	0,80	0,70	48,00	19,30	224,00	37,40	329,00	1,20
	Молоко сгущеное	30	2,20	2,30	16,80	96,00	0,01	0,02	0,10	0,30	0,10	39,00	110,00	92,10	10,20	66,00	0,10
416/04	Шаньга с сыром	130	5,30	27,30	41,10	423,80	0,30	0,13	0,13	10,30	1,60	553,40	396,50	61,20	22,10	119,20	1,30
	Снежок	250	17,50	21,30	28,00	538,00	0,10	0,20	0,20	5,60	0,60	250,00	340,00	850,00	94,00	0,00	0,80
	<b>Итого</b>		<b>46,80</b>	<b>82,50</b>	<b>105,30</b>	<b>1510,80</b>	<b>0,71</b>	<b>1,35</b>	<b>0,93</b>	<b>17,00</b>	<b>3,00</b>	<b>890,40</b>	<b>865,80</b>	<b>1227,30</b>	<b>163,70</b>	<b>514,20</b>	<b>3,40</b>
<b>Обед</b>																	
ТТК 38	Салат из свежих огурцов	80	8,80	1,60	45,60	241,30	0,00	1,10	1,10	0,00	0,20	813,30	32,70	46,70	62,70	210,70	5,20
39/08	Борщ из св.капусты с мяс.смет	250/12,5/10	2,10	7,30	13,40	128,00	0,80	0,10	0,10	20,80	0,80	797,40	363,10	47,70	23,60	56,80	1,10
ТТК 42	Колбаски"Молодежные" из гов.	80	14,30	15,70	9,60	239,00	0,00	0,10	0,10	0,50	2,00	2,00	0,50	16,70	6,50	32,40	0,60
472/94	Картофельное пюре	150	3,30	5,60	22,10	155,60	0,00	0,20	0,10	26,00	1,70	1209,40	764,10	52,90	33,50	99,00	1,30
585/94	Компот из свежих яблок +вит С	200	0,20	0,20	27,90	109,00	0,01	0,01	0,01	6,60	0,12	10,60	111,90	6,90	3,60	4,40	1,00
	Хлеб пшеничный	60	5,10	1,00	1,00	120,70	0,00	0,20	0,07	0,00	2,20	300,00	86,40	25,90	46,30	158,40	3,10
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	17,10	91,00	0,00	0,10	0,40	0,00	79,00	305,00	123,00	17,50	23,50	0,70	1,20
	Фрукты свежие (Апельсин)	200	0,40	0,40	9,80	45,00	0,03	0,03	0,02	165	0,30	26,00	278,00	16,00	9,00	11,00	2,20
	<b>Итого</b>		<b>37,10</b>	<b>32,00</b>	<b>136,70</b>	<b>1084,60</b>	<b>0,81</b>	<b>1,81</b>	<b>1,88</b>	<b>53,90</b>	<b>86,02</b>	<b>3437,70</b>	<b>1481,70</b>	<b>214,30</b>	<b>199,70</b>	<b>562,40</b>	<b>13,50</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>83,90</b>	<b>114,50</b>	<b>242,00</b>	<b>2595,40</b>	<b>1,52</b>	<b>3,16</b>	<b>2,81</b>	<b>70,90</b>	<b>89,02</b>	<b>4328,10</b>	<b>2347,50</b>	<b>1441,60</b>	<b>363,40</b>	<b>1076,60</b>	<b>16,90</b>

## 3 день

Завтрак		7-11лет Выход	Белки	Жиры	Углев	К.кал	A	B1	B2	C	PP	Na	K	Ca	Mg	P	Fe
	Яйцо вареное	46	5,80	5,30	0,30	72,20	0,10	0,03	0,20	0,00	0,10	134,00	64,40	25,30	5,50	88,30	1,20
119/08	Каша "Дружба" (пшено, рис)	150	5,40	7,50	42,30	219,00	0,00	0,10	0,10	0,10	0,60	331,10	163,60	97,40	34,30	135,80	0,80
148/08	Кофейный напиток	200	3,60	3,60	35,10	139,00	0,03	0,04	0,20	1,30	0,10	0,20	146,60	120,40	14,00	90,00	0,10
	Хлеб пшеничный	35	3,00	0,60	0,60	70,40	0,00	0,10	0,04	0,00	1,40	175,00	85,10	15,10	27,00	92,40	1,80
	<b>Итого</b>		<b>17,80</b>	<b>17,00</b>	<b>78,30</b>	<b>500,60</b>	<b>0,13</b>	<b>0,27</b>	<b>0,54</b>	<b>1,40</b>	<b>2,20</b>	<b>640,30</b>	<b>459,70</b>	<b>258,20</b>	<b>80,80</b>	<b>406,50</b>	<b>3,90</b>
<b>Обед</b>																	
60/94	Винегрет овощной	80	1,10	8,10	6,00	101,90	0,70	0,03	0,02	10,40	0,40	58,50	206,10	22,40	14,80	32,90	0,60
56/08	Суп из овощей с мясом, смет	250/12,5/10	2,30	7,40	12,30	126,30	1,90	0,10	0,10	21,90	1,10	55,00	397,00	38,60	26,10	63,90	0,90
ТТК 23	Окорочок куриный запеченный	80	20,70	22,10	0,10	284,80	0,10	0,10	0,10	0,03	8,70	906,30	223,00	37,00	26,40	191,00	1,90
464/94	Каша гречневая вязкая на мол	150	6,60	8,50	47,10	212,00	0,10	0,10	0,20	1,30	0,70	51,00	260,50	126,40	74,00	180,00	2,10
651/94	Компот из кураги +вит С	200	0,60	0,00	51,40	124,00	0,40	0,02	0,04	0,40	0,60	0,00	353,40	33,10	28,90	34,30	1,00
	Хлеб пшеничный	60	5,10	1,00	1,00	120,70	0,00	0,20	0,07	0,00	2,20	300,00	86,40	25,90	46,30	158,40	3,10
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	17,10	91,00	0,00	0,10	0,40	0,00	79,00	305,00	123,00	17,50	23,50	0,70	1,20
	Коктейль молочный в инд.уп	250	17,50	21,30	28,00	538,00	0,10	0,20	0,20	5,60	0,60	250,00	340,00	850,00	94,00	0,00	0,80
	<b>Итого</b>		<b>39,70</b>	<b>47,70</b>	<b>135,00</b>	<b>1060,70</b>	<b>3,20</b>	<b>0,65</b>	<b>0,93</b>	<b>34,03</b>	<b>92,70</b>	<b>1675,80</b>	<b>1649,40</b>	<b>300,90</b>	<b>240,00</b>	<b>661,20</b>	<b>10,80</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>57,50</b>	<b>64,70</b>	<b>213,30</b>	<b>1561,30</b>	<b>3,33</b>	<b>0,92</b>	<b>1,47</b>	<b>35,40</b>	<b>94,90</b>	<b>2316,10</b>	<b>2109,10</b>	<b>559,10</b>	<b>320,80</b>	<b>1067,70</b>	<b>14,70</b>

## 4 день

Завтрак		7-11лет Выход	Белки	Жиры	Углев	К.кал	A	B1	B2	C	PP	Na	K	Ca	Mg	P	Fe
	Масло сливочное	10	0,01	8,30	0,10	77,00	0,04	0,00	0,01	0,00	0,01	0,00	3,00	2,40	0,05	3,00	0,02
	Сыр порционный	20	5,20	5,40	0,00	70,40	0,04	0,01	0,10	0,60	0,04	220,00	20,00	208,00	10,00	108,00	0,30
257/94	Каша пшеничная молочная	150	5,60	7,00	46,50	191,00	0,07	0,12	0,14	1,00	0,50	37,90	110,40	97,00	88,80	69,80	0,06
630/94	Чай с молоком	200	1,60	1,70	17,40	86,00	0,01	0,02	0,08	0,80	0,13	25,60	98,30	65,30	11,40	53,20	0,90
	Хлеб пшеничный	35	3,00	0,60	0,60	70,40	0,00	0,10	0,04	0,00	1,40	175,00	85,10	15,10	27,00	92,40	1,80
	<b>Итого</b>		<b>15,40</b>	<b>14,70</b>	<b>64,50</b>	<b>417,80</b>	<b>0,12</b>	<b>0,25</b>	<b>0,36</b>	<b>2,40</b>	<b>2,07</b>	<b>458,50</b>	<b>313,80</b>	<b>385,40</b>	<b>137,20</b>	<b>323,40</b>	<b>3,06</b>
<b>Обед</b>																	
2/08	Салат из свежих помидоров	80	1,10	5,10	14,70	70,40	0,90	0,05	0,03	20,80	0,44	9,60	252,50	16,70	17,80	31,10	0,83
129/94	Рассольник "Ленинградский"	250/12,5/10	2,30	4,50	37,00	120,80	0,10	0,10	0,10	16,80	1,20	814,05	485,40	27,50	26,30	74,10	1,03
ТТК 46	Котлеты "Особые" из мяса гов св	80	14,99	11,27	8,23	179,00	0,00	0,19	0,11	0,00	2,98	455,50	95,80	9,54	11,40	58,09	0,82
482/94	Капуста тушеная	150	4,70	29,06	29,40	359,00	1,10	0,09	0,14	88,90	1,90	683,30	143,80	14,30	17,10	87,20	1,30
156/08	Напиток лимонный	200	0,06	0,01	24,20	93,00	0,00	0,00	0,00	2,80	0,01	1,01	12,10	3,30	0,80	1,50	0,11
	Хлеб пшеничный	60	5,10	1,00	1,00	120,70	0,00	0,20	0,07	0,00	2,20	300,00	86,40	25,90	46,30	158,40	3,10
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	17,10	91,00	0,00	0,10	0,40	0,00	79,00	305,00	123,00	17,50	23,50	0,70	1,20
	Сок натуральный в инд.упак	200	0,80	0,00	20,30	84,00	0,00	0,02	0,02	2,00	0,20	5,20	248,00	24,00	12,00	22,00	3,00
	<b>Итого</b>		<b>31,55</b>	<b>51,54</b>	<b>151,93</b>	<b>1033,90</b>	<b>2,10</b>	<b>0,73</b>	<b>0,85</b>	<b>129</b>	<b>87,73</b>	<b>2568,46</b>	<b>1199,00</b>	<b>114,74</b>	<b>143,20</b>	<b>411,09</b>	<b>8,39</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>46,95</b>	<b>66,24</b>	<b>216,43</b>	<b>1451,70</b>	<b>2,22</b>	<b>0,98</b>	<b>1,21</b>	<b>131</b>	<b>89,80</b>	<b>3026,96</b>	<b>1512,80</b>	<b>500,14</b>	<b>280,40</b>	<b>734,50</b>	<b>11,50</b>

## 5 день

Завтрак		7-11лет Выход	Белки	Жиры	Углев	К.кал	A	B1	B2	C	PP	Na	K	Ca	Mg	P	Fe
161/94	Суп молочный с вермишелью	250	5,60	5,90	41,30	161,00	0,06	0,08	0,20	1,60	0,40	837,50	207,60	161,40	21,20	130,30	0,50
149/08	Какао с молоком	200	2,80	3,20	24,70	133,00	0,03	0,04	0,15	1,30	0,10	50,20	146,70	120,40	14,00	90,00	0,12
	Хлеб пшеничный	35	3,00	0,60	0,60	70,40	0,00	0,10	0,04	0,00	1,40	175,00	85,10	15,10	27,00	92,40	1,80
687/94	Пирожок печеный с яйцом	75	3,00	5,60	23,80	214,60	0,09	0,10	0,20	0,00	0,00	42,20	24,90	24,90	11,50	0,00	1,30
	<b>Итого</b>		<b>14,40</b>	<b>15,30</b>	<b>90,40</b>	<b>579,00</b>	<b>0,18</b>	<b>0,32</b>	<b>0,59</b>	<b>2,90</b>	<b>1,90</b>	<b>1104,90</b>	<b>464,30</b>	<b>321,80</b>	<b>73,70</b>	<b>312,70</b>	<b>3,72</b>
<b>Обед</b>																	
13/08	Салат из свежей капусты	80	1,24	4,06	7,54	80,00	0,73	0,02	0,03	28,84	0,54	319,61	133,10	37,40	13,30	24,60	0,50
135/94	Суп картофельный с фрикад.	250	2,21	2,47	37,49	104,00	0,94	0,13	0,08	21,00	1,41	31,20	597,12	16,95	27,50	66,87	1,01
ТТК 47	Рыба тушеная в томате с овощ	75/50	16,71	18,86	3,98	252,48	268,33	0,18	0,15	4,70	2,30	84,90	125,00	34,60	37,30	178,05	0,88
466/94	Рис припущенный	150	3,70	6,09	37,00	221,00	0,07	0,04	0,03	0,00	0,83	6,68	52,76	4,95	25,90	78,90	0,53
628/94	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	15,01	56,85	0,00	0,00	0,01	0,10	0,08	0,55	25,25	5,25	4,40	8,24	0,86
	Хлеб пшеничный	60	5,10	1,00	1,00	120,70	0,00	0,20	0,07	0,00	2,20	300,00	86,40	25,90	46,30	158,40	3,10
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	17,10	91,00	0,00	0,10	0,40	0,00	79,00	305,00	123,00	17,50	23,50	0,70	1,20
	Фрукты свежие (Банан)	200	0,40	0,40	9,80	45,00	0,03	0,03	0,02	165	0,30	26,00	278,00	16,00	9,00	11,00	2,20
	<b>Итого</b>		<b>32,46</b>	<b>33,13</b>	<b>119,12</b>	<b>926,03</b>	<b>270,07</b>	<b>0,67</b>	<b>0,77</b>	<b>54,64</b>	<b>86,36</b>	<b>1047,94</b>	<b>1142,63</b>	<b>142,55</b>	<b>178,20</b>	<b>515,76</b>	<b>8,08</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>46,90</b>	<b>48,43</b>	<b>209,52</b>	<b>1505,03</b>	<b>270,25</b>	<b>0,99</b>	<b>1,36</b>	<b>57,54</b>	<b>88,26</b>	<b>2152,84</b>	<b>1606,93</b>	<b>464,35</b>	<b>251,90</b>	<b>828,46</b>	<b>11,80</b>

## 6 день

Завтрак	7-11лет Выход	Белки	Жиры	Углев	К.кал	A	B1	B2	C	PP	Na	K	Ca	Mg	P	Fe
286/94 Омлет натуральный с колбасой	150	17,40	17,40	4,40	243,45	0,30	0,08	0,40	1,05	0,30	98,75	278,55	156,90	25,05	199,10	2,03
Снежок	250	17,50	21,30	28,00	538,00	0,10	0,20	0,20	5,63	0,60	250,00	340,00	850,00	94,00	587,50	0,63
Хлеб пшеничный	35	3,00	0,60	0,60	70,40	0,00	0,10	0,04	0,00	1,40	175,00	85,10	15,10	27,00	92,40	1,80
413/04 Шаньга наливная	100	6,80	25,00	58,70	480,10	0,12	0,10	0,14	0,11	0,84	21,70	116,60	29,10	12,00	88,70	1,10
<b>Итого</b>		<b>44,70</b>	<b>64,30</b>	<b>91,70</b>	<b>1331,95</b>	<b>0,52</b>	<b>0,48</b>	<b>0,78</b>	<b>6,79</b>	<b>3,14</b>	<b>545,45</b>	<b>820,25</b>	<b>1051,10</b>	<b>158,05</b>	<b>967,70</b>	<b>5,56</b>
<b>Обед</b>																
ТТК 37 Салат "Пикантный"	80	2,80	10,00	5,76	124,80	0,06	0,06	0,10	8,00	0,18	31,68	226,72	15,68	0,14	56,00	0,80
41/08 Щи из св.капусты с мяс со смет	250/12,5/10	2,56	7,30	11,52	113,78	1,05	0,06	0,06	30,98	0,93	796,85	328,33	52,06	22,26	53,91	0,87
ТТК 21 Колбаски "Нежные" куриные	80	13,10	22,27	12,29	303,20	0,04	0,20	0,14	0,80	4,46	1704,72	194,78	34,84	21,00	143,30	1,80
487/94 Рагу овощное	150	3,00	6,60	15,90	135,00	2,40	0,09	0,08	12,75	1,35	1134,30	476,25	55,56	31,41	81,30	1,10
153/08 Компот из сухофруктов +вит С	200	0,55	0,00	31,10	125,55	0,00	0,00	0,01	0,50	0,22	3,20	145,60	55,90	7,50	19,25	1,56
Хлеб пшеничный	60	5,10	1,00	1,00	120,70	0,00	0,20	0,07	0,00	2,20	300,00	86,40	25,90	46,30	158,40	3,10
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	17,10	91,00	0,00	0,10	0,40	0,00	79,00	305,00	123,00	17,50	23,50	0,70	1,20
Сок натуральный в инд.упак	200	0,80	0,00	10,30	84,00	0,00	0,02	0,02	2,00	0,20	5,20	248,00	24,00	12,00	22,00	3,00
<b>Итого</b>		<b>30,41</b>	<b>47,77</b>	<b>94,67</b>	<b>1014,03</b>	<b>3,55</b>	<b>0,71</b>	<b>0,86</b>	<b>53,03</b>	<b>88,34</b>	<b>4275,75</b>	<b>1581,08</b>	<b>257,44</b>	<b>152,11</b>	<b>512,86</b>	<b>10,43</b>
<b>Итого за день</b>		<b>75,11</b>	<b>112,07</b>	<b>186,37</b>	<b>2345,98</b>	<b>4,07</b>	<b>1,19</b>	<b>1,64</b>	<b>59,82</b>	<b>91,48</b>	<b>4821,20</b>	<b>2401,33</b>	<b>1308,54</b>	<b>310,16</b>	<b>1479,86</b>	<b>15,99</b>

## 7 день

Завтрак	7-11лет Выход	Белки	Жиры	Углев	К.кал	A	B1	B2	C	PP	Na	K	Ca	Mg	P	Fe
ТТК 48 Пудинг творожно-банановый	150	14,80	25,50	21,60	376,50	0,30	0,06	0,30	0,51	0,47	42,84	0,51	99,00	25,00	297,50	0,85
Молоко сгущеное	30	2,20	2,30	16,80	96,00	0,01	0,02	0,11	0,30	0,10	39,00	109,50	92,10	10,20	65,70	0,06
Йогурт молочный	250	12,50	3,80	3,50	127,50	0,00	0,08	0,40	1,50	0,40	125,00	380,00	315,00	37,50	237,50	0,30
ТТК 49 Рогалик с изюмом	120	7,20	7,00	51,30	298,60	0,08	0,10	0,05	0,00	0,90	330,30	89,30	17,30	83,30	65,20	1,00
<b>Итого</b>		<b>36,70</b>	<b>38,60</b>	<b>93,20</b>	<b>898,60</b>	<b>0,39</b>	<b>0,26</b>	<b>0,86</b>	<b>2,31</b>	<b>1,87</b>	<b>537,14</b>	<b>579,31</b>	<b>523,40</b>	<b>156,00</b>	<b>665,90</b>	<b>2,21</b>
<b>Обед</b>																
ТТК 30 Салат "Воздушный"	80	3,00	13,00	5,70	152,00	0,10	0,10	0,10	17,00	0,80	944,10	149,10	32,50	17,60	66,30	0,70
39/08 Борщ из св.капусты с мяс и см	250/12,5/10	2,05	7,30	13,40	127,89	0,83	0,06	0,07	20,80	0,76	797,40	365,05	47,73	23,60	56,80	1,10
403/94 Плов из говядины	80/150	16,31	15,10	61,57	371,41	1,20	0,10	0,10	4,10	2,90	11,40	145,00	14,10	35,80	97,00	0,80
628/94 Чай с сахаром	200	0,20	0,05	15,01	56,85	0,00	0,00	0,01	0,10	0,08	0,55	25,30	5,30	4,40	8,20	0,90
Хлеб пшеничный	60	5,10	1,00	1,00	120,70	0,00	0,20	0,07	0,00	2,20	300,00	86,40	25,90	46,30	158,40	3,10
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	17,10	91,00	0,00	0,10	0,40	0,00	79,00	305,00	123,00	17,50	23,50	0,70	1,20
Фрукты свежие (Яблоко)	200	0,40	0,40	9,80	45,00	0,03	0,03	0,02	165	0,30	26,00	278,00	16,00	9,00	11,00	2,20
<b>Итого</b>		<b>29,96</b>	<b>37,05</b>	<b>113,78</b>	<b>919,85</b>	<b>2,13</b>	<b>0,56</b>	<b>0,75</b>	<b>42,00</b>	<b>85,74</b>	<b>2358,45</b>	<b>893,85</b>	<b>143,03</b>	<b>151,20</b>	<b>387,40</b>	<b>7,80</b>
<b>Итого за день</b>		<b>66,66</b>	<b>75,65</b>	<b>206,98</b>	<b>1818,45</b>	<b>2,52</b>	<b>0,82</b>	<b>1,61</b>	<b>44,31</b>	<b>87,61</b>	<b>2895,59</b>	<b>1473,16</b>	<b>666,43</b>	<b>307,20</b>	<b>1053,30</b>	<b>10,01</b>



## 8 день

Завтрак		7-11лет Выход	Белки	Жиры	Углев.	К.кал	A	B1	B2	C	PP	Na	K	Ca	Mg	P	Fe
ТТК 20	Колбаса отварная	80	10,24	17,80	21,20	205,60	0,00	0,18	0,12	0,00	1,96	662,40	194,40	23,20	17,60	142,40	1,40
257/94	Каша пшеничная молочная	150	5,60	7,10	36,20	191,80	0,07	0,12	0,15	0,97	0,50	37,90	110,40	90,70	88,88	69,80	0,06
149/08	Какао с молоком	200	2,80	3,20	24,70	133,00	0,03	0,04	0,10	1,30	0,10	50,20	146,70	120,40	14,00	90,00	0,12
	Хлеб пшеничный	35	2,90	0,90	0,80	100,50	0,00	0,10	0,05	0,00	1,80	250,00	121,50	21,50	38,50	132,00	2,50
	<b>Итого</b>		<b>21,54</b>	<b>29,00</b>	<b>82,90</b>	<b>630,90</b>	<b>0,10</b>	<b>0,44</b>	<b>0,42</b>	<b>2,27</b>	<b>4,36</b>	<b>1000,50</b>	<b>573,00</b>	<b>255,80</b>	<b>158,98</b>	<b>434,20</b>	<b>4,08</b>
Обед																	
	Помидоры свежие	60	0,66	0,12	2,28	13,80	0,00	0,04	0,02	15,00	0,30	24,00	174,00	8,40	12,00	15,60	0,50
60/08	Уха со взбитым яйцом	250/25	9,30	3,70	23,20	130,00	0,05	0,10	0,09	16,00	1,01	36,37	457,00	16,40	19,90	68,90	1,00
ТТК 50	Окорочка туш. в томате с овощ	75/50	13,60	16,80	20,52	208,00	0,05	0,05	0,11	0,00	5,77	439,60	145,60	15,68	13,72	124,50	1,23
97/08	Макаронные изделия отварные	150	5,47	1,80	46,60	188,00	0,01	0,09	0,02	0,00	0,64	11,63	65,06	21,12	9,07	48,20	0,93
	Сок натуральный	200	0,80	0,00	10,30	84,00	0,00	0,02	0,02	2,00	0,20	5,20	248,00	24,00	12,00	22,00	3,00
	Хлеб пшеничный	60	5,10	1,00	1,00	120,70	0,00	0,20	0,07	0,00	2,20	300,00	86,40	25,90	46,30	158,40	3,10
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	17,10	91,00	0,00	0,10	0,40	0,00	79,00	305,00	123,00	17,50	23,50	0,70	1,20
	<b>Итого</b>		<b>38,23</b>	<b>24,02</b>	<b>121,00</b>	<b>835,50</b>	<b>0,11</b>	<b>0,60</b>	<b>0,73</b>	<b>33,00</b>	<b>89,12</b>	<b>1121,80</b>	<b>1299,06</b>	<b>129,00</b>	<b>136,49</b>	<b>438,30</b>	<b>10,96</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>59,77</b>	<b>53,02</b>	<b>203,90</b>	<b>1466,40</b>	<b>0,21</b>	<b>1,04</b>	<b>1,15</b>	<b>35,27</b>	<b>93,48</b>	<b>2122,30</b>	<b>1872,06</b>	<b>284,80</b>	<b>295,47</b>	<b>872,50</b>	<b>15,04</b>

## 9 день

Завтрак		7-11лет Выход	Белки	Жиры	Углев.	К.кал	A	B1	B2	C	PP	Na	K	Ca	Mg	P	Fe
	Сыр порционный	20	5,20	5,40	0,00	70,40	0,04	0,01	0,10	0,60	0,04	220,00	20,00	208,00	10,00	108,00	0,30
118/08	Каша "Боярская" молочная	150	5,70	18,00	32,30	273,00	0,20	0,12	0,20	1,20	0,40	58,80	183,80	121,00	29,00	144,40	0,80
148/08	Кофейный напиток	200	3,60	3,60	25,10	139,00	0,03	0,04	0,20	1,30	0,10	20	146,60	120,40	14,00	90,00	0,10
	Хлеб пшеничный	35	2,90	0,90	0,80	100,50	0,00	0,10	0,05	0,00	1,80	250,00	121,50	21,50	38,50	132,00	2,50
	<b>Итого</b>		<b>17,40</b>	<b>27,90</b>	<b>58,20</b>	<b>582,90</b>	<b>0,27</b>	<b>0,27</b>	<b>0,55</b>	<b>3,10</b>	<b>2,34</b>	<b>529,00</b>	<b>471,90</b>	<b>470,90</b>	<b>91,50</b>	<b>474,40</b>	<b>3,70</b>
Обед																	
ТТК 51	Салат "Газалык"	80	0,10	8,10	6,90	104,00	0,30	0,02	0,02	24,10	0,40	626,60	145,30	28,80	11,70	20,30	0,10
48/08	Суп Крестьянский с крупой	250/12,5/10	2,50	7,40	24,10	134,40	1,00	0,06	0,06	20,08	0,87	19,35	262,45	38,00	20,47	74,25	0,77
ТТК 44	Рыба залеченная под сметаной	80	20,30	19,65	43,51	161,00	0,11	0,02	0,03	0,74	0,07	784,80	41,09	35,00	3,72	24,60	0,23
472/94	Картофельное пюре	150	3,30	5,60	22,05	155,60	0,00	0,20	0,20	26,00	1,70	1209,43	764,12	52,90	33,50	99,00	1,30
156/08	Напиток лимонный	200	0,06	0,01	24,20	93,00	0,00	0,00	0,00	2,80	0,01	1,01	12,12	3,38	0,80	1,54	0,11
	Хлеб пшеничный	60	5,10	1,00	1,00	120,70	0,00	0,20	0,07	0,00	2,20	300,00	86,40	25,90	46,30	158,40	3,10
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	17,10	91,00	0,00	0,10	0,40	0,00	79,00	305,00	123,00	17,50	23,50	0,70	1,20
	Сок натуральный в инд.упак	200	0,80	0,00	10,30	84,00	0,00	0,02	0,02	2,00	0,20	5,20	248,00	24,00	12,00	22,00	3,00
	<b>Итого</b>		<b>34,66</b>	<b>42,36</b>	<b>149,16</b>	<b>859,70</b>	<b>1,41</b>	<b>0,60</b>	<b>0,78</b>	<b>73,72</b>	<b>84,25</b>	<b>3246,19</b>	<b>1434,48</b>	<b>201,48</b>	<b>139,99</b>	<b>378,79</b>	<b>6,81</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>52,06</b>	<b>60,26</b>	<b>207,36</b>	<b>1442,60</b>	<b>1,68</b>	<b>0,87</b>	<b>1,33</b>	<b>75,82</b>	<b>86,59</b>	<b>3775,19</b>	<b>1906,38</b>	<b>672,38</b>	<b>231,49</b>	<b>853,19</b>	<b>10,51</b>

## 10 день

Завтрак	7-11лет Выход	Белки	Жиры	Углев	К.кал	A	B1	B2	C	PP	Na	K	Ca	Mg	P	Fe
	46	5,80	5,30	0,30	72,20	0,10	0,03	0,20	0,00	0,10	61,60	64,40	25,30	5,52	88,32	1,20
129/08	150	6,32	11,04	35,10	169,00	0,07	0,13	0,15	1,04	0,30	45,00	192,10	108,50	40,30	195,85	0,90
630/94	200	1,60	1,65	17,36	86,00	0,01	0,02	0,08	0,75	0,13	25,55	98,25	65,25	11,40	53,24	0,89
	35	3,00	1,00	0,90	100,50	0,00	0,10	0,05	0,00	1,84	250,00	121,50	21,50	38,50	132,00	2,50
<b>Итого</b>		<b>16,72</b>	<b>18,99</b>	<b>53,66</b>	<b>427,70</b>	<b>0,18</b>	<b>0,28</b>	<b>0,48</b>	<b>0,76</b>	<b>2,37</b>	<b>382,15</b>	<b>476,25</b>	<b>220,55</b>	<b>95,72</b>	<b>469,41</b>	<b>5,49</b>
<b>Обед</b>																
41128	50/10	0,75	0,06	7,14	31,00	5,18	0,03	0,04	2,02	0,60	12,10	115,30	29,40	21,90	31,70	0,40
41/08	250/12,5/10	2,13	7,30	9,60	113,78	1,05	0,06	0,06	30,98	0,93	769,85	328,33	52,06	22,26	53,91	0,87
ТТК 52	80	15,60	17,00	30,40	308,10	0,01	0,08	0,10	0,60	3,10	1648,70	63,10	23,30	9,10	46,30	0,70
464/94	150	6,60	8,51	37,10	262,00	0,08	0,08	0,18	1,30	0,70	51,00	260,53	126,40	73,98	180,00	2,09
154/08	200	0,00	0,00	29,96	75,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,60	0,40	0,00	0,00	0,06
	60	5,10	1,00	1,00	120,70	0,00	0,20	0,07	0,00	2,20	300,00	86,40	25,90	46,30	158,40	3,10
	50	3,30	0,60	17,10	91,00	0,00	0,10	0,40	0,00	79,00	305,00	123,00	17,50	23,50	0,70	1,20
	200	0,40	0,40	19,80	45,00	0,03	0,03	0,02	165	0,30	26,00	278,00	16,00	9,00	11,00	2,20
<b>Итого</b>		<b>33,48</b>	<b>34,47</b>	<b>152,10</b>	<b>1047,38</b>	<b>6,32</b>	<b>0,55</b>	<b>0,85</b>	<b>34,90</b>	<b>86,53</b>	<b>3086,85</b>	<b>977,26</b>	<b>274,96</b>	<b>197,04</b>	<b>471,01</b>	<b>8,42</b>
<b>Итого за день</b>		<b>50,20</b>	<b>53,46</b>	<b>205,76</b>	<b>1475,08</b>	<b>6,50</b>	<b>0,83</b>	<b>1,33</b>	<b>35,66</b>	<b>88,90</b>	<b>3469,00</b>	<b>1453,51</b>	<b>495,51</b>	<b>292,76</b>	<b>940,42</b>	<b>13,91</b>

## 11 день

Завтрак	7-11лет Выход	Белки	Жиры	Углев	К.кал	A	B1	B2	C	PP	Na	K	Ca	Mg	P	Fe
	20	5,20	5,40	0,00	70,40	0,04	0,01	0,10	0,60	0,04	220,00	20,00	208,00	10,00	108,00	0,30
	10	0,01	8,30	0,10	77,00	0,04	0,00	0,01	0,00	0,01	0,00	3,00	2,40	0,05	3,00	0,02
127/08	150	6,10	9,60	31,50	237,00	1,00	0,20	0,10	0,10	0,60	1199,60	176,70	103,80	40,00	146,20	1,10
149/08	200	2,80	3,20	24,70	133,00	0,03	0,04	0,15	1,30	0,10	50,20	146,70	120,40	14,00	90,00	0,12
	35	3,00	0,60	0,60	70,40	0,00	0,10	0,04	0,00	1,30	175,00	50,40	15,10	27,00	92,40	1,80
<b>Итого</b>		<b>17,11</b>	<b>27,10</b>	<b>56,90</b>	<b>587,80</b>	<b>1,11</b>	<b>0,35</b>	<b>0,40</b>	<b>2,00</b>	<b>2,05</b>	<b>1644,80</b>	<b>396,80</b>	<b>449,70</b>	<b>91,05</b>	<b>439,60</b>	<b>3,34</b>
<b>Обед</b>																
ТТК 38	80	0,50	5,70	12,40	63,20	0,20	0,01	0,03	0,10	0,10	0,00	178,60	20,80	9,90	25,60	0,40
60/08	250/25	6,20	5,60	32,30	167,00	0,35	0,31	0,14	18,10	2,99	0,00	648,90	51,90	34,10	183,60	2,70
416/94	80	14,20	12,40	22,40	214,40	0,00	0,06	0,10	0,00	2,00	114,60	28,60	5,40	5,70	19,30	0,40
ТТК 31	150	3,20	8,60	35,60	197,00	1,00	0,20	0,10	31,10	2,03	1206,72	876,20	34,60	40,00	100,00	1,60
	200	0,80	0,00	10,30	84,00	0,00	0,02	0,02	2,00	0,20	5,20	248,00	24,00	12,00	22,00	3,00
	60	5,10	1,00	1,00	120,70	0,00	0,20	0,07	0,00	2,20	300,00	86,40	25,90	46,30	158,40	3,10
	50	3,30	0,60	17,10	91,00	0,00	0,10	0,40	0,00	79,00	305,00	123,00	17,50	23,50	0,70	1,20
	200	0,40	0,40	19,80	45,00	0,03	0,03	0,02	165	0,30	26,00	278,00	16,00	9,00	11,00	2,20
<b>Итого</b>		<b>33,30</b>	<b>33,90</b>	<b>150,90</b>	<b>937,30</b>	<b>1,55</b>	<b>0,90</b>	<b>0,86</b>	<b>51,30</b>	<b>88,52</b>	<b>1931,52</b>	<b>2189,70</b>	<b>180,10</b>	<b>171,50</b>	<b>509,60</b>	<b>12,40</b>
<b>Итого за день</b>		<b>50,41</b>	<b>61,00</b>	<b>207,80</b>	<b>1516,10</b>	<b>2,66</b>	<b>1,25</b>	<b>1,26</b>	<b>53,30</b>	<b>90,57</b>	<b>3576,32</b>	<b>2586,50</b>	<b>629,80</b>	<b>262,55</b>	<b>949,20</b>	<b>15,74</b>

12 день

Завтрак	12-18лет Выход	Белки	Жиры	Углев	К.кал	A	B1	B2	C	PP	Na	K	Ca	Mg	P	Fe
106/08 Запеканка из творога	200	38,70	42,10	25,90	604,00	0,40	0,10	0,70	1,00	0,90	6,40	253,70	298,40	49,80	438,00	1,50
Молоко сгущеное	30	2,20	2,30	16,80	96,00	0,01	0,02	0,10	0,30	0,10	39,00	110,00	92,10	10,20	66,00	0,10
Ряженка	250	7,50	15,00	10,63	210,00	0,10	0,05	0,40	0,80	0,40	0,00	365,00	204,00	35,00	230,00	0,30
701/94 Сосиска, запеченая в тесте	50/50	11,00	8,00	43,70	286,60	0,12	0,10	0,20	0,00	1,20	15,00	145,30	33,20	15,30	138,00	1,70
<b>Итого</b>		<b>59,40</b>	<b>67,40</b>	<b>97,03</b>	<b>1196,60</b>	<b>0,63</b>	<b>0,27</b>	<b>1,40</b>	<b>2,10</b>	<b>2,60</b>	<b>60,40</b>	<b>874,00</b>	<b>627,70</b>	<b>110,30</b>	<b>872,00</b>	<b>3,60</b>
<b>Обед</b>																
ТТК 4 Салат "Витаминка"	100	0,80	4,00	27,30	131,80	1,21	0,09	0,03	45,80	0,04	0,00	260,30	62,80	11,60	49,40	1,26
56/08 Суп из овощей с мясом, смет	300/12,5/10	2,70	8,90	24,80	151,60	2,30	0,10	0,10	26,30	1,30	66,00	476,00	46,30	31,30	76,70	1,10
324/94 Биточки рыбные	100	12,75	6,75	25,38	176,00	0,00	0,13	0,13	0,38	1,75	161,25	267,25	63,75	29,25	170,15	1,00
464/94 Каша рисовая	180	4,67	8,54	28,80	211,20	0,08	0,06	0,17	1,25	0,54	51,88	169,14	118,40	27,34	129,29	0,36
652/94 Напиток из плодов шиповника	200	0,22	0,00	19,40	77,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,09	0,00	58,45	22,50	3,00	7,70	0,65
Хлеб пшеничный	70	5,81	1,12	1,75	170,10	0,11	0,06	0,09	0,00	1,11	601,40	111,30	36,40	25,20	75,60	1,33
Хлеб ржаной	75	5,00	0,90	0,90	135,80	0,00	0,20	0,10	0,00	0,50	457,50	183,80	26,30	35,30	118,50	10,80
Сок натуральный в инд.упак	200	0,80	0,00	20,30	84,00	0,00	0,02	0,02	2,00	0,20	5,20	248,00	24,00	12,00	22,00	3,00
<b>Итого</b>		<b>31,95</b>	<b>30,21</b>	<b>148,63</b>	<b>1053,50</b>	<b>3,71</b>	<b>0,64</b>	<b>0,61</b>	<b>73,92</b>	<b>5,33</b>	<b>1338,03</b>	<b>1526,24</b>	<b>376,45</b>	<b>162,99</b>	<b>627,34</b>	<b>16,50</b>
<b>Итого за день</b>		<b>91,35</b>	<b>97,61</b>	<b>245,66</b>	<b>2250,10</b>	<b>4,34</b>	<b>0,91</b>	<b>2,01</b>	<b>76,02</b>	<b>7,93</b>	<b>1398,43</b>	<b>2400,24</b>	<b>1004,15</b>	<b>273,29</b>	<b>1499,34</b>	<b>20,10</b>

Составитель рациона питания: главный технолог МУП ТОП "Поиск"



Перевозчикова О.С.