



День: Понедельник (Неделя: первая) от 11 лет и старше

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мг)		Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В	С	Ca	Mg	Fe
	<b>Завтрак</b>										
207	Каша рисовая молочная	250/5	6,2	9,9	38,04	267	0,06	0,66	153,3	34,8	0,52
301	Чай с молоком и сахаром	200	1,4	1,4	11,2	61	0,01	0,26	53,06	6,09	0,07
ТТк	Печенье	48	3,6	4,7	35,71	200	0,03	0,0	13,92	9,6	1,08
ТТк	Хлеб пшеничный	40	4,3	4,57	17,41	96	0,16	0,1	3	3,3	15,3
ТТк	Масло сливочное (порционно)	8	0,04	6,6	0,06	59	0	1,2	0,96	0	0,1
	<b>Итого</b>	<b>551</b>	<b>15,54</b>	<b>27,17</b>	<b>102,42</b>	<b>683</b>	<b>0,26</b>	<b>2,25</b>	<b>224,24</b>	<b>53,79</b>	<b>17,07</b>
	<b>Обед</b>										
6	Салат из свежей капусты	60	1,3	2,7	6,2	54	0,02	12,99	35,3	12,32	0,45
61	Суп картофельный с клецка	250	2,4	2,3	14,5	93	0,05	4,6	12,2	15,96	0,65
138	Плов из птицы	230	23,3	33,6	37,5	552	0,07	0,68	23,5	42	2
324	Кисель	200	0	0	20	76	0	0,0	0,48	0	0,06
ТТк	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,3	4,57	17,41	96	0,16	0,1	3	3,3	15,3
ТТк	Хлеб пшеничный	30	1,08	1,1	4,35	24	0	0	0,75	0,83	3,83
ТТк	Хлеб пшеничный	10	1,08	1,1	4,35	24	0	0	0,75	0,83	3,83
	<b>Итого</b>	<b>810</b>	<b>33,46</b>	<b>45,45</b>	<b>104,31</b>	<b>919</b>	<b>0,3</b>	<b>18,4</b>	<b>75,98</b>	<b>75,24</b>	<b>26,12</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1361</b>	<b>49</b>	<b>72,62</b>	<b>206,73</b>	<b>1602</b>	<b>0,56</b>	<b>20,65</b>	<b>300,22</b>	<b>129,03</b>	<b>43,19</b>

**День: Вторник (Неделя: первая) от 11 лет и старше**

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)		Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В	С	Ca	Mg	Fe
	<b>Завтрак</b>										
229	Макаронные изделия с тертым сыром	250	15,41	17,7	44,7	406	0,09	0,2	312,9	26,76	1,26
300	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,1	35	0,0	0,0	0,26	0,0	0,03
278	Сосиска в тесте	50	4,7	5,7	13,4	125	0,01	0	6,53	3,6	0,44
ТТК	Хлеб пшеничный	50	5,41	5,71	21,75	120	0,01	0,0	3,75	4,16	19,1
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>25,62</b>	<b>29,11</b>	<b>88,95</b>	<b>686</b>	<b>0,11</b>	<b>0,2</b>	<b>323,44</b>	<b>34,52</b>	<b>20,83</b>
	<b>Обед</b>										
ТТК	Огурец свежий/соленый	60	0,48	0,06	1,5	7	0,01	6	13,8	8,4	0,36
55	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,62	5,37	8,07	130	0,04	14,4	38,1	22,87	0,82
82	Биточки рыбные с соусом	100	8,43	7,71	10,72	147	0,07	0,8	25,6	18,29	0,64
146	Картофельное пюре	180	3,69	5,89	24	170	0,13	12,44	42,7	34,08	1,12
319	Напиток из плодов	200	0,6	0,2	27	111	0,01	80	11,09	2,96	0,57
310	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121	0,07	60,29	14,62	8,5	0,92
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,3	4,57	17,41	96	0,16	0,1	3	3,3	15,3
ТТК	Хлеб пшеничный	10	1,08	1,1	4,35	24	0	0	0,75	0,83	3,83
	<b>Итого</b>	<b>1030</b>	<b>20,7</b>	<b>25,04</b>	<b>124,25</b>	<b>806</b>	<b>0,49</b>	<b>174,08</b>	<b>149,7</b>	<b>99,23</b>	<b>23,56</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1580</b>	<b>46,32</b>	<b>54,15</b>	<b>213,2</b>	<b>1492</b>	<b>0,6</b>	<b>174,28</b>	<b>473,14</b>	<b>133,75</b>	<b>44,39</b>

День: Среда (Неделя: первая) от 11 лет и старше

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская ценность (ккал)	Витамины (мг)		Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В	С	Са	Mg	Fe
	<b>Завтрак</b>										
239	Запеканка из творога с киселем	200	24,38	15,29	17,7	299	0,03	0	164,88	26,76	0,72
300	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,1	35	0,0	0,0	0,26	0,0	0,03
288	Булочка "Веснушка"	100	7,8	7,2	57	326	0,08	0	17,06	10,36	0,86
ТТК	Хлеб пшеничный	30	3,25	3,43	13,06	72	0,01	0,0	2,25	2,5	11,5
ТТК	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10,0	16	9	2,2
	<b>Итого</b>	<b>630</b>	<b>35,93</b>	<b>26,32</b>	<b>106,66</b>	<b>779</b>	<b>0,15</b>	<b>10</b>	<b>200,45</b>	<b>48,62</b>	<b>15,31</b>
	<b>Обед</b>										
ТТК	Свекла отварная	60	1,02	0,12	4,8	25	0,01	2,16	9,6	13,8	5,98
65	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	7,9	3,7	31,5	201	0,21	4,65	32,65	39,83	2,3
128	Птица тушеная с овощами	200	18,7	20	23,7	358	0,04	3,57	23,5	10,3	1,58
306	Какао с молоком	200	3,3	3,1	13,6	94	0,03	0,52	108,57	21,05	0,57
300	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,1	35	0,0	0,0	0,26	0,0	0,03
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,3	4,57	17,41	96	0,16	0,1	3	3,3	15,3
ТТК	Хлеб пшеничный	30	1,08	1,1	4,35	24	0	0	0,75	0,83	3,83
	<b>Итого</b>	<b>970</b>	<b>36,4</b>	<b>32,63</b>	<b>104,46</b>	<b>833</b>	<b>0,45</b>	<b>11,03</b>	<b>178,33</b>	<b>89,11</b>	<b>29,59</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1600</b>	<b>72,33</b>	<b>58,95</b>	<b>211,12</b>	<b>1612</b>	<b>0,6</b>	<b>21,03</b>	<b>378,78</b>	<b>137,73</b>	<b>44,9</b>

День: Четверг(Неделя: первая) от 11 лет и старше

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)		Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В	С	Са	Mg	Fe
	<b>Завтрак</b>										
205	Каша манная молочная	200/5	5,9	7,9	26,6	215	0,06	0,53	126,7	18,8	0,42
301	Чай с молоком	200	1,4	1,4	11,2	61	0,01	0,26	53,06	6,09	0,07
286	Плюшка новомосковская	100	7,8	5,8	51,0	291	0,09	0,04	23,69	11,1	0,84
ТТК	Хлеб пшеничный	30	3,25	3,43	13,06	72	0,01	0,0	2,25	2,5	11,5
ТТК	Повидло	30	0,12	0	19,5	75	0	0,15	4,2	2,1	0,39
	<b>Итого</b>	<b>565</b>	<b>18,47</b>	<b>18,53</b>	<b>121,36</b>	<b>714</b>	<b>0,17</b>	<b>0,98</b>	<b>209,9</b>	<b>40,59</b>	<b>13,22</b>
	<b>Обед</b>										
50	Салат из моркови	60	0,6	2,7	8,7	60	0,01	2,3	12,29	7,02	0,32
58	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	1,7	5,1	11,7	99	0,06	6,37	23,6	16,29	0,77
99	Котлеты (биточки,шницель) с соусом	100	7,86	8,99	9,41	151	0,04	0,04	18,25	16,45	0,83
183	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,1	6,61	44,17	279	0,25	0,0	13,68	129,35	4,43
310	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121	0,07	60,29	14,62	8,5	0,92
ТТК	Сок	200	1,0	0,2	20,2	92	0,02	4,0	14,0	8,0	2,8
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,3	4,57	17,41	96	0,16	0,1	3	3,3	15,3
ТТК	Хлеб пшеничный	30	1,08	1,1	4,35	24	0	0	0,75	0,83	3,83
	<b>Итого</b>	<b>1050</b>	<b>27,14</b>	<b>29,41</b>	<b>147,14</b>	<b>922</b>	<b>0,61</b>	<b>73,13</b>	<b>100,19</b>	<b>189,74</b>	<b>29,2</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1615</b>	<b>45,61</b>	<b>47,94</b>	<b>268,5</b>	<b>1636</b>	<b>0,78</b>	<b>74,11</b>	<b>310,09</b>	<b>230,33</b>	<b>42,42</b>

День: Пятница (Неделя: первая) от 11 лет и старше

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)		Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В	С	Са	Mg	Fe
	<b>Завтрак</b>										
230	Макароны, запеченные с яйцом	180	8,36	10,21	26,94	235	0,04	0,15	56,56	12,28	1,17
300	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,1	35	0,0	0,0	0,26	0,0	0,03
266	Пирожки печеные с капустой	60	4,16	4,8	21,84	148	0,04	0	9,23	4,63	0,42
ТТК	Хлеб пшеничный	30	3,25	3,43	13,06	72	0,01	0,0	2,25	2,5	11,5
ТТК	Сыр порционно	8	2,4	2,4	7	29	0	0	164	2,8	0,08
ТТК	Банан	100	4,6	0,05	13,3	60	0,02	6,7	23	6,0	1,46
	<b>Итого</b>	<b>578</b>	<b>22,87</b>	<b>20,89</b>	<b>91,27</b>	<b>579</b>	<b>0,11</b>	<b>6,81</b>	<b>255,3</b>	<b>28,21</b>	<b>14,66</b>
	<b>Обед</b>										
42	Винегрет	60	0,78	1,38	4,32	31	0,06	3,94	20,83	22,47	1,14
59	Суп картофельный с лапшой домашней	250	2,9	2,8	17,9	155	0,09	6,6	15,1	20,93	0,86
136	Котлеты из птицы с соусом	100	8	13,1	10,85	195	0,04	1,2	13,5	14,81	1,05
185	Каша пшеничная рассыпчатая	180	6,6	7	32,04	211	0,12	0,47	117,7	31,8	1,6
319	Напиток из плодов	200	0,6	0,2	27	111	0,01	80	11,09	2,96	0,57
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,3	4,57	17,41	96	0,16	0,1	3	3,3	15,3
ТТК	Хлеб пшеничный	30	1,08	1,1	4,35	24	0	0	0,75	0,83	3,83
	<b>Итого</b>	<b>850</b>	<b>24,26</b>	<b>30,19</b>	<b>113,87</b>	<b>823</b>	<b>0,48</b>	<b>92,32</b>	<b>181,97</b>	<b>97,1</b>	<b>24,35</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1428</b>	<b>47,13</b>	<b>51,08</b>	<b>205,14</b>	<b>1402</b>	<b>0,59</b>	<b>99,13</b>	<b>437,27</b>	<b>125,31</b>	<b>39,01</b>

День: Понедельник (Неделя: вторая) от 11 лет и старше

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)		Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В	С	Са	Mg	Fe
	<b>Завтрак</b>										
210	Каша молочная "Дружба"	250/5	7,71	10,47	40,66	288	0,13	0,64	154,9	45,1	0,97
300	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,1	35	0,0	0,0	0,26	0,0	0,03
287	Булочка "Творожная"	70	12,57	5,7	47	295	0,08	0,14	72,47	16,92	1,01
ТТК	Хлеб пшеничный	40	4,3	4,57	17,41	96	0,16	0,1	3	3,3	15,3
ТТК	Масло сливочное (порционно)	8	0,04	6,6	0,06	59	0	1,2	0,96	0	0,1
	<b>Итого</b>	<b>573</b>	<b>24,72</b>	<b>27,35</b>	<b>114,23</b>	<b>773</b>	<b>0,37</b>	<b>2,11</b>	<b>231,59</b>	<b>65,32</b>	<b>17,41</b>
	<b>Обед</b>										
ТТК	Огурец свежий/соленый	60	0,48	0,06	1,5	7	0,01	6	13,8	8,4	0,36
63	Суп картофельный с пшеном	250	1,6	13,3	35	281	0,08	7	15,8	24,01	8,3
137	Рагу из птицы	200	17,5	22,3	20,7	352	0,13	8,8	25,8	30,3	1,2
319	Напиток из плодов	200	0,6	0,2	27	111	0,01	80	11,09	2,96	0,57
ТТК	Сок	200	1,0	0,2	20,2	92	0,02	4,0	14,0	8,0	2,8
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,3	4,57	17,41	96	0,16	0,1	3	3,3	15,3
ТТК	Хлеб пшеничный	30	1,08	1,1	4,35	24	0	0	0,75	0,83	3,83
	<b>Итого</b>	<b>970</b>	<b>26,56</b>	<b>41,77</b>	<b>126,16</b>	<b>963</b>	<b>0,41</b>	<b>105,93</b>	<b>84,24</b>	<b>77,8</b>	<b>32,36</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1543</b>	<b>51,28</b>	<b>69,12</b>	<b>240,39</b>	<b>1736</b>	<b>0,78</b>	<b>108,04</b>	<b>315,83</b>	<b>143,12</b>	<b>49,77</b>

**День: Вторник (Неделя: вторая) от 11 лет и старше**

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)		Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В	С	Ca	Mg	Fe
	<b>Завтрак</b>										
234	Омлет натуральный	150	13,85	22,86	2,45	270	0,05	0,2	95,14	15,95	2,36
300	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,1	35	0,0	0,0	0,26	0,0	0,03
277	Пицца школьная	100	11,6	8,6	27,6	240	0,07	0,65	109,07	17,65	1,41
ТТК	Хлеб пшеничный	30	3,25	3,43	13,06	72	0,01	0,0	2,25	2,5	11,5
ТТК	Сыр порционно	8	2,4	2,4	7	29	0	0	164	2,8	0,08
ТТК	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10,0	16	9	2,2
	<b>Итого</b>	<b>588</b>	<b>31,6</b>	<b>37,69</b>	<b>69,01</b>	<b>693</b>	<b>0,16</b>	<b>10,85</b>	<b>386,72</b>	<b>47,9</b>	<b>17,58</b>
	<b>Обед</b>										
ТТК	Свекла отварная	60	1,02	0,12	4,8	25	0,01	2,16	9,6	13,8	5,98
56	Рассольник "Ленинградский"	250	3,1	9,3	21,8	197	0,08	8,3	6,31	28,1	1
136	Котлеты из птицы с соусом	100	8	13,1	10,85	195	0,04	1,2	13,5	14,81	1,05
185	Каша пшеничная рассыпчатая	180	10,08	6,4	41,5	268	0,12	0,46	117,6	31,8	1,59
324	Кисель	200	0	0	20	76	0	0,0	0,48	0	0,06
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,3	4,57	17,41	96	0,16	0,1	3	3,3	15,3
ТТК	Хлеб пшеничный	30	1,08	1,1	4,35	24	0	0	0,75	0,83	3,83
	<b>Итого</b>	<b>850</b>	<b>27,58</b>	<b>34,63</b>	<b>120,71</b>	<b>881</b>	<b>0,41</b>	<b>12,23</b>	<b>151,24</b>	<b>92,64</b>	<b>28,81</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1438</b>	<b>59,18</b>	<b>72,32</b>	<b>189,72</b>	<b>1574</b>	<b>0,57</b>	<b>23,08</b>	<b>537,96</b>	<b>140,54</b>	<b>46,39</b>



День: Среда (Неделя: вторая) от 11 лет и старше

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская ценность (ккал)	Витамины (мг)		Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В	С	Ca	Mg	Fe
	<b>Завтрак</b>										
213	Каша гречневая молочная	200	7,24	8,74	28,74	224	0,14	0,49	128,42	52,77	1,53
ТТК	Хлеб пшеничный	30	3,25	3,43	13,06	72	0,01	0,0	2,25	2,5	11,5
304	Кофейный напиток на молоке	200	2,9	2,8	14,9	94	0,03	0,52	105,86	12,18	0,11
284	Шанежка наливная	100	6,6	6,1	40,2	245	0,07	0	13,88	8,74	0,74
	<b>Итого</b>	<b>530</b>	<b>19,99</b>	<b>21,07</b>	<b>96,9</b>	<b>635</b>	<b>0,25</b>	<b>1,01</b>	<b>250,41</b>	<b>76,19</b>	<b>13,88</b>
	<b>Обед</b>										
50	Салат из моркови	60	0,6	2,7	8,7	60	0,01	2,3	12,29	7,02	0,32
67	Суп крестьянский	250	2,6	7	15,5	142	0,04	7,75	22,72	16,73	0,62
227	Макаронные изделия отварные	180	6,42	4,57	38,3	223	0,06	0,0	11	8,82	0,88
96	Гуляш	90	14,76	15,39	2,43	208	0,03	0,23	10,24	19,35	2,21
300	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,1	35	0,0	0,0	0,26	0,0	0,03
ТТК	Кефир	200	5,8	3,2	8	118	0,1	1,4	240	28,0	0,2
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,3	4,57	17,41	96	0,16	0,1	3	3,3	15,3
ТТК	Хлеб пшеничный	30	1,08	1,1	4,35	24	0	0	0,75	0,83	3,83
	<b>Итого</b>	<b>1040</b>	<b>35,66</b>	<b>38,57</b>	<b>103,79</b>	<b>906</b>	<b>0,36</b>	<b>11,81</b>	<b>300,26</b>	<b>84,05</b>	<b>23,39</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1570</b>	<b>55,65</b>	<b>59,64</b>	<b>200,69</b>	<b>1541</b>	<b>0,61</b>	<b>12,82</b>	<b>550,67</b>	<b>160,24</b>	<b>37,27</b>

День: Четверг(Неделя: вторая) от 11 лет и старше

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)		Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В	С	Ca	Mg	Fe
	<b>Завтрак</b>										
229	Макаронные изделия с тертым сыром	250	15,41	17,77	44,7	347	0,09	0,2	312,9	26,76	1,26
302	Чай с лимоном и сахаром	200	0,1	0,0	9,3	37	0	1,1	2,7	0,7	0,06
284	Шанежка наливная	100	6,6	6,1	40,2	245	0,07	0	13,88	8,74	0,74
ТТК	Хлеб пшеничный	30	3,25	3,43	13,06	72	0,01	0,0	2,25	2,5	11,5
ТТК	Масло сливочное (порционно)	8	0,04	6,6	0,06	59	0	1,2	0,96	0	0,1
	<b>Итого</b>	<b>588</b>	<b>25,4</b>	<b>33,9</b>	<b>107,32</b>	<b>760</b>	<b>0,17</b>	<b>2,52</b>	<b>332,72</b>	<b>38,73</b>	<b>13,66</b>
	<b>Обед</b>										
6	Салат из свежей капусты	60	1,3	2,7	6,2	54	0,02	12,99	35,3	12,32	0,45
70	Свекольник	250	1,95	5,0	13,3	105	0,05	4,75	27,56	24,37	1,12
99	Тефтели из говядины с соусом	100	7,86	8,99	9,41	171	0,04	0,04	18,25	16,45	0,83
146	Картофельное пюре	180	3,69	5,89	24	166	0,13	12,44	42,72	34,08	1,23
310	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121	0,07	60,29	14,62	8,5	0,92
301	Чай с молоком	200	1,4	1,4	11,2	61	0,01	0,26	53,06	6,09	0,07
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,3	4,57	17,41	96	0,16	0,1	3	3,3	15,3
ТТК	Хлеб пшеничный	30	1,08	1,1	4,35	24	0	0	0,75	0,83	3,83
	<b>Итого</b>	<b>1050</b>	<b>22,08</b>	<b>29,79</b>	<b>117,07</b>	<b>798</b>	<b>0,48</b>	<b>90,9</b>	<b>195,26</b>	<b>105,94</b>	<b>23,75</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1638</b>	<b>47,48</b>	<b>63,69</b>	<b>224,4</b>	<b>1558</b>	<b>0,65</b>	<b>93,42</b>	<b>527,98</b>	<b>144,67</b>	<b>37,41</b>

День: Пятница (Неделя: вторая) от 11 лет и старше

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)		Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В	С	Ca	Mg	Fe
	<b>Завтрак</b>										
209	Каша пшеничная молочная	200/5	7,22	8,1	35,4	236	0,13	0,51	131	35,48	1,78
ТТК	Хлеб пшеничный	30	3,25	3,43	13,06	72	0,01	0,0	2,25	2,5	11,5
282	Кыстыбый с картофелем	100	5,2	8,4	23,8	194	0,04	0,16	35	7,38	0,48
ТТК	Повидло	30	0,12	0	19,5	75	0	0,15	4,2	2,1	0,39
301	Чай с молоком	200	1,4	1,4	11,2	61	0,01	0,26	53,06	6,09	0,07
	<b>Итого</b>	<b>565</b>	<b>17,19</b>	<b>21,33</b>	<b>102,96</b>	<b>638</b>	<b>0,19</b>	<b>1,08</b>	<b>225,51</b>	<b>53,55</b>	<b>14,22</b>
	<b>Обед</b>										
42	Винегрет	60	0,78	1,38	4,32	31	0,06	3,94	20,83	22,47	1,14
65	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	7,7	5,1	31,8	211	0,21	4,65	32,65	39,83	2,3
136	Котлеты из птицы с соусом	100	8	13,1	10,85	195	0,04	1,2	13,5	14,81	1,05
186	Рис отварной	180	4,2	4,5	42,6	231	0,04	0,0	5,28	28,94	0,6
319	Напиток из плодов	200	0,6	0,2	27	111	0,01	80	11,09	2,96	0,57
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,3	4,57	17,41	96	0,16	0,1	3	3,3	15,3
ТТК	Хлеб пшеничный	30	1,08	1,1	4,35	24	0	0	0,75	0,83	3,83
	<b>Итого</b>	<b>850</b>	<b>26,66</b>	<b>29,99</b>	<b>138,33</b>	<b>899</b>	<b>0,52</b>	<b>89,9</b>	<b>87,1</b>	<b>113,14</b>	<b>24,79</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1415</b>	<b>43,85</b>	<b>51,32</b>	<b>241,29</b>	<b>1537</b>	<b>0,71</b>	<b>90,98</b>	<b>312,61</b>	<b>166,69</b>	<b>39,01</b>

## Приложение 1

Данное перспективное меню составлено по "Сборнику технологических карт, рецептур блюд кулинарных изданий для детского питания" под редакцией ООО Фирма "Партнер" издание шестое , часть 1 и часть 2 г.Уфа 2017г.