

**СОГЛАСОВАНО:**

Заместитель начальника отдела  
санитарного надзора Управления

Республиканского центра  
«**Республиканский центр  
по Ставропольскому краю**»  
355008, г. Ставрополь, пер. Фадеева, 4

М.И. Сорокина)  
« 24 » 2024 год

**СОГЛАСОВАНО:**

Руководитель комитета образования  
администрации Ипатовского муниципального  
округа СК

« 24 » 2024 год (Н.В.Юркова)



**УТВЕРЖДАЮ:**

«*Юркова Наталья Сергеевна*»  
(наименование учреждения организатора питания)  
« 24 » 2024 год (Юркова Н.В.)

«*Звякина М.И.*»  
(наименование учреждения организатора питания)  
« 24 » 2024 год (Звякина М.И.)

**ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ  
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ДЕТЕЙ-ИНВАЛИДОВ И ДЕТЕЙ С ОВЗ  
5 – 11 КЛАССОВ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ  
ИПАТОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА  
(на период с 01.09.2024 г. по 30.11.2024 г. 2024/2025 учебного года)**

Меню составлено на основании:

- сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников, 2005 года издания;
- сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, 2014 года издания.

Главный технолог казенного учреждения «Центр по  
техническому обслуживанию, капитальному ремонту  
и безопасности образовательных учреждений»

*Н. Котова*

Н.В.Котова

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества(мг)					Витамины(мг)					Стоимость блюда (руб.)
			Белки	Жиры	Углеводы		K	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C	
<b>Первая неделя</b>																	
<b>1 ДЕНЬ (понедельник)</b>																	
<b>ЗАВТРАК</b>																	
183/2005	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным и сахаром	230/10/10	10,384	13,92	53,229	378,01	314,69	227,94	67,92	283,88	3,7	0,05	0	0	1,9274	2,093	25,45
3 /2005	Бутиерброд с маслом сливочным мдж 72,5% и сыром Российским	30/5/15	5,76	8,85	14,9	165,7	58,75	164,9	10,65	107,45	0,49	0,0565	0	0,057	0,522	0,42	17,34
377/2005	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,1	0	15,2	60	24,3	5,7	3	5,6	0,4	0	0	0	0	2,8	2,96
г/п	Хлеб пшеничный	20	1,54	1,6	9,96	52,4	25,4	5,2	7	16,6	0,32	0	0,032	0,016	0,308	0	1
г/п	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	90,5	47	17	20,5	60	1,15	0	0	0	0	0	3
<b>Итого за завтрак</b>		<b>577</b>	<b>21,084</b>	<b>24,97</b>	<b>110,389</b>	<b>746,61</b>	<b>470,14</b>	<b>420,74</b>	<b>109,07</b>	<b>473,53</b>	<b>6,06</b>	<b>0,1065</b>	<b>0</b>	<b>0,057</b>	<b>2,7574</b>	<b>5,313</b>	<b>49,75</b>
<b>ОБЕД</b>																	
82/2005	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,93	5,92	11,64	114,06	363,08	47,03	24,65	52,72	1,11	250,01	0,02	0,04	0,69	19,99	8,29
229/2005	Рыба (минтай) ,тушеная в томате с овощами	100/50	21,81	6,18	7,34	174,08	685,85	76,29	87,66	343,32	1,60	2,92	0,02	0,02	2,07	4,95	51,99
125/2005	Картофель отварной с маслом сливочным	180	3,58	7,95	28,66	200,85	996,30	19,70	40,55	103,40	1,60	0,05	0,00	0,00	2,28	35,00	16,27
388/2005	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	132,60	10,60	12,40	3,40	3,40	0,60	0,00	0,00	0,00	0,24	200,00	7,11
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,50	24,90	131,00	63,50	13,00	17,50	41,50	0,80	0,00	0,00	0,00	0,77	0,00	2,50
г/п	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	90,5	47	17	20,5	60	1,15	0	0	0	0	0	3,00
71/2005	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	0,8	0	2,5	14	141	23	14	42	0,6	0	0,03	0,04	0,2	10	5,30
<b>Итого за обед</b>		<b>985</b>	<b>35,96</b>	<b>26,43</b>	<b>121,75</b>	<b>857,09</b>	<b>2307,33</b>	<b>208,42</b>	<b>208,26</b>	<b>646,34</b>	<b>7,45</b>	<b>252,98</b>	<b>0,07</b>	<b>0,10</b>	<b>6,24</b>	<b>269,94</b>	<b>94,46</b>
<b>Всего за день</b>		<b>1562</b>	<b>57,0395</b>	<b>51,401</b>	<b>232,1395</b>	<b>1603,7</b>	<b>2777,465</b>	<b>629,155</b>	<b>317,33</b>	<b>1119,87</b>	<b>13,51</b>	<b>253,08</b>	<b>0,0705</b>	<b>0,1536</b>	<b>8,9954</b>	<b>275,3</b>	<b>144,21</b>
<b>2 ДЕНЬ (вторник)</b>																	
<b>ЗАВТРАК</b>																	
223/2005	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200/80	26,4302	19,138	63,9048	534,733	458,652	449,632	58,134	454,84	0,824	18,924	0	0,39	0,0739	0	84,23
382/2005	Какао с молоком	200	3,772	3,8	25,068	145,36	206,96	125,52	31	116,2	0,98	22,12	0,044	0,158	0,172	1,3	13,47
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,5	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0,08	0,04	0,77	0	2,5
г/п	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	90,5	47	17	20,5	60	1,15	0	0	0	0	0	3
г/п	Фрукты свежие ( яблоко) калиброванное	1 шт./180	0,72	0,72	17,64	84,6	500,4	28,8	16,2	19,8	3,96	10	0	0,04	0	18	14,4
<b>Итого за завтрак</b>		<b>680</b>	<b>38,0722</b>	<b>29,758</b>	<b>148,6128</b>	<b>986,193</b>	<b>1276,512</b>	<b>633,952</b>	<b>143,334</b>	<b>692,34</b>	<b>7,714</b>	<b>51,044</b>	<b>0,124</b>	<b>0,628</b>	<b>1,0159</b>	<b>19,3</b>	<b>117,6</b>
<b>ОБЕД</b>																	
103/2005	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,81	2,91	20,71	121,53	475,90	15,10	24,05	63,50	0,80	200,00	0,00	0,00	1,08	16,50	5,84

290/2005	Птица, тушенная в соусе сметанном с томатом	100/50	27,06	27,89	3,16	372,80	446,89	13,70	126,03	250,20	2,09	99,54	0,00	0,00	15,33	3,76	44,55
302/2005	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	180	8,81	5,08	50,35	274,47	1,61	1,54	0,21	194,53	4,70	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	8,90
372/2014	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	23,88	94,60	111,80	6,80	3,60	4,40	0,88	0,00	0,00	0,00	0,00	4,00	5,26
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,5	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0	0	0,77	0	2,50
г/п	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	90,5	47	17	20,5	60	1,15	0	0	0	0	0	3,00
71/2005	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	0,8	0	2,5	14	141	23	14	42	0,6	0	0,03	0,04	0,2	10	5,30
	<b>Итого за обед</b>	<b>980</b>	<b>46,79</b>	<b>42,13</b>	<b>142,60</b>	<b>1098,90</b>	<b>1287,70</b>	<b>90,14</b>	<b>205,89</b>	<b>656,13</b>	<b>11,02</b>	<b>299,58</b>	<b>0,03</b>	<b>0,04</b>	<b>17,37</b>	<b>34,26</b>	<b>75,35</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>1660</b>	<b>84,8596</b>	<b>71,891</b>	<b>291,2088</b>	<b>2085,088</b>	<b>2564,216</b>	<b>724,088</b>	<b>349,226</b>	<b>1348,47</b>	<b>18,73</b>	<b>350,62</b>	<b>0,074</b>	<b>0,628</b>	<b>18,386</b>	<b>53,56</b>	<b>192,95</b>
	<b>3 ДЕНЬ (среда)</b>																
	<b>ЗАВТРАК</b>																
289/2005	Рагу из птицы	100/280	32,1043	28,477	23,2799	479,355	1115,225	45,395	67,388	283,033	4,153	558,4	0,1456	0,2808	12,504	27,28	48,05
868/2009	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0	31,76	126,4	0,6	0,6	0	0	0,03	0	0	0	0	0,24	6,78
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,5	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0	0	0,77	0	2,50
г/п	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	90,5	47	17	20,5	60	1,15	0	0	0	0	0	3,00
71/2005	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	0,6	0,2	4,2	19,9	290	14	20	26	0,9	0	0,06	0,04	0,5	25	8,14
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>680</b>	<b>40,4943</b>	<b>34,577</b>	<b>99,5399</b>	<b>841,255</b>	<b>1367,325</b>	<b>98,995</b>	<b>119,388</b>	<b>426,533</b>	<b>6,733</b>	<b>558,4</b>	<b>0,1756</b>	<b>0,3208</b>	<b>13,474</b>	<b>37,52</b>	<b>68,47</b>
	<b>ОБЕД</b>																
96/2005	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	2,41	6,10	17,44	136,70	489,95	27,66	28,95	74,65	0,94	200,01	0,01	0,01	1,18	16,77	7,47
279/2005	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с луком	100/50	14,37	16,49	15,15	269,25	317,72	32,98	28,07	120,85	1,42	0,02	0,04	0,10	2,05	4,03	51,83
309/2005	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,40	5,75	42,61	251,84	77,25	12,52	9,97	54,40	0,75	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	12,60
377/2005	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,1	0	15,2	60	24,3	5,7	3	5,6	0,4	0	0	0	0	2,8	2,96
71/2005	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	0,8	0	2,5	14	141	23	14	42	0,6	0	0,03	0,04	0,2	10	5,30
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,5	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0	0	0,77	0	2,50
г/п	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	90,5	47	17	20,5	60	1,15	0	0	0	0	0	3,00
	<b>Итого за обед</b>	<b>992</b>	<b>31,23</b>	<b>34,44</b>	<b>134,90</b>	<b>953,29</b>	<b>1160,72</b>	<b>131,86</b>	<b>121,99</b>	<b>399,00</b>	<b>6,05</b>	<b>200,06</b>	<b>0,07</b>	<b>0,15</b>	<b>4,20</b>	<b>33,60</b>	<b>85,66</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>1672</b>	<b>71,7239</b>	<b>69,012</b>	<b>234,4359</b>	<b>1794,546</b>	<b>2528,041</b>	<b>230,852</b>	<b>241,378</b>	<b>825,528</b>	<b>12,79</b>	<b>758,46</b>	<b>0,2487</b>	<b>0,4671</b>	<b>17,676</b>	<b>71,12</b>	<b>154,13</b>
	<b>4 ДЕНЬ (четверг)</b>																
	<b>ЗАВТРАК</b>																
229/2005	Рыба (минтай) ,тушенная в томате с овощами	100/50	21,814	6,183	7,338	174,08	685,85	76,29	87,66	343,32	1,596	2,92	0,02	0,02	2,066	4,95	51,99
312/2005	Пюре картофельное	180	3,892	6,555	26,462	180,51	915,75	49,34	39,41	114,95	1,4	0,035	0	0	2,002	31,15	15,04
399/2014	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (яблоко,яблоко-виноград, мультифрукт)	1 шт./200	1	0,2	20,2	92	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,4	4	22
71/2005	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	0,8	0	2,5	14	141	23	14	42	0,6	0	0,03	0,04	0,2	10	5,30



	<b>ЗАВТРАК</b>		
210/2005	Омлет натуральный с маслом сливочным	116/10	11,11
50/2009	Консервы овощные закусочные икра кабачковая (порции)	80	1,52
3 /2005	Бутерброд с маслом сливочным мдж 72,5% и сыром Российским	30/5/15	5,76
377/2005	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,1
г/п	Хлеб пшеничный	20	1,54
г/п	Хлеб ржаной	50	3,3
г/п	Фрукты свежие ( апельсин) калиброванный	1 шт./180	1,6
	<b>Итого за завтрак</b>	696	<b>24,932</b>
	<b>ОБЕД</b>		
82/2005	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,93
291/2005	Плов из птицы	100/280	30,54
388/2005	Напиток из плодов шиповника	200	0,68
71/2005	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	0,6
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85
г/п	Хлеб ржаной	50	3,3
	<b>Итого за обед</b>	935	<b>44,43</b>
	<b>Всего за день</b>	1631	<b>69,3661</b>
	<b>7 ДЕНЬ (вторник)</b>		
	<b>ЗАВТРАК</b>		
182/2005	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным и сахаром	230/10/10	7,7982
3 /2005	Бутерброд с маслом сливочным мдж 72,5% и сыром Российским	30/5/15	5,76
399/2014	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (яблоко,яблоко-виноград, мультифрукт)	1 шт./200	1
г/п	Хлеб пшеничный	20	1,54
г/п	Хлеб ржаной	50	3,3
	<b>Итого за завтрак</b>	570	<b>19,3982</b>
	<b>ОБЕД</b>		
102/2005	Суп картофельный с бобовыми	250	5,97
229/2005	Рыба (минтай) ,тушеная в томате с овощами	100/50	21,81
312/2005	Пюре картофельное	180	3,89
372/2014	Компот из свежих плодов	200	0,16

20,31	1,59	235,54	159,02	83,08	14,22	183,26	2,03	0,07	0,00	0,00	0,00	0,39	31,82	
7,12	6,16	95,2	252	32,8	12	29,6	0,56	0	0	0	0	5,6	15,3	
8,85	14,90	165,70	58,75	164,90	10,65	107,45	0,49	0,06	0,00	0,06	0,52	0,42	17,34	
0	15,2	60	24,3	5,7	3	5,6	0,4	0	0	0	0	2,8	2,96	
1,6	9,96	52,4	25,4	5,2	7	16,6	0,32	0	0,032	0,016	0,308	0	1,00	
0,6	17,1	90,5	47	17	20,5	60	1,15	0	0	0	0	0	3,00	
0,4	15	76	310	70	22	34	0,2	20	0,12	0,06	0,6	76	19,80	
<b>38,88</b>	<b>79,912</b>	<b>775,34</b>	<b>876,47</b>	<b>378,68</b>	<b>89,37</b>	<b>436,51</b>	<b>5,148</b>	<b>20,127</b>	<b>0,12</b>	<b>0,117</b>	<b>1,43</b>	<b>85,21</b>	<b>91,22</b>	
5,92	11,64	114,06	363,08	47,03	24,65	52,72	1,11	250,01	0,02	0,04	0,69	19,99	8,29	
35,53	49,21	644,92	517,35	35,30	139,98	313,92	3,16	95,20	0,05	0,03	15,81	6,16	49,29	
0,28	29,62	132,6	10,6	12,4	3,4	3,4	0,6	0	0	0	0,24	200	7,11	
0,2	4,2	19,9	290	14	20	26	0,9	0	0,06	0,04	0,5	25	8,14	
5,5	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0	0	0,77	0	2,50	
0,6	17,1	90,5	47	17	20,5	60	1,15	0	0	0	0	0	3,00	
<b>35,35</b>	<b>136,67</b>	<b>1084,84</b>	<b>1248,00</b>	<b>149,61</b>	<b>136,27</b>	<b>455,37</b>	<b>8,53</b>	<b>304,41</b>	<b>0,27</b>	<b>0,37</b>	<b>14,11</b>	<b>248,71</b>	<b>78,33</b>	
<b>74,235</b>	<b>216,5835</b>	<b>1860,18</b>	<b>2124,47</b>	<b>528,285</b>	<b>225,64</b>	<b>891,881</b>	<b>13,68</b>	<b>324,53</b>	<b>0,3885</b>	<b>0,4916</b>	<b>15,536</b>	<b>333,9</b>	<b>169,55</b>	
12,108	44,6707	316,825	230,329	165,53	51,386	211,786	2,876	0,05	0	0	1,4958	1,495	22,39	
8,85	14,9	165,7	58,75	164,9	10,65	107,45	0,49	0,0565	0	0,057	0,522	0,42	17,34	
0,2	20,2	92	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,4	4	22	
1,6	9,96	52,4	25,4	5,2	7	16,6	0,32	0	0,032	0,016	0,308	0	1	
0,6	17,1	90,5	47	17	20,5	60	1,15	0	0	0	0	0	3	
23,358	106,8307	717,425	601,479	366,63	97,536	409,836	7,636	0,1065	0	0,057	2,7258	5,915	65,73	
5,52	20,14	155,67	474,89	38,74	35,51	87,55	1,87	250,01	0,18	0,04	1,26	11,63	5,95	
6,18	7,34	174,08	685,85	76,29	87,66	343,32	1,60	2,92	0,02	0,02	2,07	4,95	51,99	
6,56	26,46	180,51	915,75	49,34	39,41	114,95	1,40	0,04	0,00	0,00	2,00	31,15	15,04	
0,16	23,88	94,60	111,80	6,80	3,60	4,40	0,88	0,00	0,00	0,00	0,00	4,00	5,26	

71/2005	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	0,8	0	2,5	14	141	23	14	42	0,6	0	0,03	0,04	0,2	10	5,30
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,5	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0	0	0,77	0	2,50
г/п	Хлеб ржаной	50	3,30	0,6	17,1	90,5	47	17	20,5	60	1,15	0	0	0	0	0	3,00
<b>Итого за обед</b>		<b>980</b>	<b>39,79</b>	<b>24,52</b>	<b>122,32</b>	<b>840,36</b>	<b>2439,79</b>	<b>224,17</b>	<b>218,18</b>	<b>693,72</b>	<b>8,30</b>	<b>252,97</b>	<b>0,23</b>	<b>0,10</b>	<b>6,29</b>	<b>61,73</b>	<b>89,04</b>
<b>Всего за день</b>		<b>1550</b>	<b>59,1857</b>	<b>47,876</b>	<b>229,1556</b>	<b>1557,782</b>	<b>3041,272</b>	<b>590,802</b>	<b>315,72</b>	<b>1103,56</b>	<b>15,93</b>	<b>253,07</b>	<b>0,2327</b>	<b>0,1535</b>	<b>9,0199</b>	<b>67,64</b>	<b>154,77</b>
<b>8 ДЕНЬ (среда)</b>																	
<b>ЗАВТРАК</b>																	
290/2005	Птица, тушенная в соусе сметанном с томатом	100/50	27,0614	27,89	3,16	372,8	446,894	13,696	126,032	250,202	2,091	99,54	0	0	15,325	3,76	44,55
302/2005	Каша рассыпчатая гречневая с маслом сливочным	180	10,388	7,781	51,013	320,97	138,55	58,94	80,57	245,69	6,574	0,035	0	0	0	0	11,56
868/2009	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0	31,76	126,4	0,6	0,6	0	0	0,03	0	0	0	0	0,24	6,78
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,5	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0,08	0,04	0,77	0	2,50
г/п	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	90,5	47	17	20,5	60	1,15	0	0	0	0	0	3,00
71/2005	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	0,8	0	2,5	14	141	23	14	42	0,6	0	0,03	0,04	0,2	10	5,30
<b>Итого за завтрак</b>		<b>730</b>	<b>45,8394</b>	<b>41,771</b>	<b>130,433</b>	<b>1055,67</b>	<b>837,544</b>	<b>126,236</b>	<b>258,602</b>	<b>639,392</b>	<b>11,24</b>	<b>99,575</b>	<b>0,03</b>	<b>0,04</b>	<b>16,295</b>	<b>14</b>	<b>73,69</b>
<b>ОБЕД</b>																	
103/2005	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,81	2,91	20,71	121,53	475,90	15,10	24,05	63,50	0,80	200,00	0,00	0,00	1,08	16,50	5,84
274/2015	Зразы рубленые из мяса говядины	100	11,56	20,89	3,33	248,62	256,42	32,23	18,40	108,27	1,21	0,02	0,00	0,11	1,79	4,00	44,56
143/2005	Рагу из овощей с маслом сливочным	180/5	3,34	13,18	23,30	232,25	710,14	31,58	37,17	92,90	1,10	400,03	0,01	0,00	1,70	24,12	15,83
377/2005	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,10	0,00	15,20	60,00	24,30	5,70	3,00	5,60	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	2,80	2,96
71/2005	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	0,80	0,00	2,50	14,00	141,00	23,00	14,00	42,00	0,60	0,00	0,03	0,04	0,20	10,00	5,30
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,5	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0	0	0,77	0	2,50
г/п	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	90,5	47	17	20,5	60	1,15	0	0	0	0	0	3,00
<b>Итого за обед</b>		<b>942</b>	<b>22,42</b>	<b>29,90</b>	<b>83,73</b>	<b>665,65</b>	<b>1008,12</b>	<b>106,03</b>	<b>97,45</b>	<b>320,87</b>	<b>4,95</b>	<b>200,02</b>	<b>0,03</b>	<b>0,15</b>	<b>3,84</b>	<b>33,30</b>	<b>79,99</b>
<b>Всего за день</b>		<b>1672</b>	<b>68,2609</b>	<b>71,672</b>	<b>214,1677</b>	<b>1721,319</b>	<b>1845,659</b>	<b>232,268</b>	<b>356,05</b>	<b>960,264</b>	<b>16,2</b>	<b>299,59</b>	<b>0,065</b>	<b>0,1912</b>	<b>20,135</b>	<b>47,3</b>	<b>153,68</b>
<b>9 ДЕНЬ (четверг)</b>																	
<b>ЗАВТРАК</b>																	
223/2005	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	200/80	19,2614	16,824	72,1744	517,473	478,728	401,744	58,182	379,648	0,774	0	0	0	0,2899	1,361	66,43
379/2005	Кофейный напиток с молоком	200	3,55	3,38	25,01	139,735	146,6	125,4	14	102,5	0,405	0,02	0,04	0,2	1,3	1,3	11,97
г/п	Фрукты свежие ( яблоко) калиброванное	1 шт./180	0,72	0,72	17,64	84,6	500,4	28,8	16,2	19,8	3,96	0	0	0	0	18	14,4
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,5	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0	0	0,77	0	2,50
г/п	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	90,5	47	17	20,5	60	1,15	0	0	0	0	0	3,00
<b>Итого за завтрак</b>		<b>680</b>	<b>30,6814</b>	<b>27,024</b>	<b>156,8244</b>	<b>963,308</b>	<b>1236,228</b>	<b>585,944</b>	<b>126,382</b>	<b>603,448</b>	<b>7,089</b>	<b>10,02</b>	<b>0,04</b>	<b>0,24</b>	<b>2,3599</b>	<b>20,66</b>	<b>98,30</b>
<b>ОБЕД</b>																	
88/2005	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	2,03	5,90	10,39	106,71	406,37	40,63	22,93	52,07	0,39	250,01	0,00	0,01	0,66	28,97	7,21

305/2014	Котлета рубленая из птицы с маслом сливочным	100/10	19,7448
302/2005	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	180	8,81
71/2005	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	0,60
868/2009	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85
г/п	Хлеб ржаной	50	3,3
<b>Итого за обед</b>		945	<b>38,77</b>
<b>Всего за день</b>		1625	<b>69,4533</b>
<b>10 ДЕНЬ (пятница)</b>			
<b>ЗАВТРАК</b>			
279/2005	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с луком	100/50	14,37
309/2005	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,40
399/2014	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (яблоко,яблоко-виноград, мультифрукт)	1 шт./200	1
71/2005	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	0,80
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85
г/п	Хлеб ржаной	50	3,3
<b>Итого за завтрак</b>		730	<b>29,44</b>
<b>ОБЕД</b>			
96/2005	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	2,41
292/2005	Птица, тушеная в соусе сметанном с томатом с овощами	100/280	30,92
352/2005	Кисель из яблок	200	0,12
71/2005	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	0,80
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85
г/п	Хлеб ржаной	50	3,3
<b>Итого за обед</b>		<b>935</b>	<b>41,40</b>
<b>Всего за день</b>		<b>1665</b>	<b>70,84</b>
<b>Всего за 10 дней</b>		<b>16295</b>	<b>694,6</b>
<b>Среднее значение за 1 день</b>		<b>1629,5</b>	<b>69,5</b>



12,271	14,817	250,068	255,246	16,428	73,962	152,724	1,522	51,729	0,0517	0,0517	8,3401	1,328	35,43
5,08	50,35	274,47	1,61	1,54	0,21	194,53	4,70	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	8,90
0,20	4,20	19,90	290,00	14,00	20,00	26,00	0,90	0,00	0,06	0,04	0,50	25,00	8,14
0	31,76	126,4	0,6	0,6	0	0	0,03	0	0	0	0	0,24	6,78
5,5	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0	0	0,77	0	2,50
0,6	17,1	90,5	47	17	20,5	60	1,15	0	0	0	0	0	3,00
<b>29,54</b>	<b>153,52</b>	<b>999,05</b>	<b>1064,33</b>	<b>103,19</b>	<b>155,10</b>	<b>526,82</b>	<b>9,50</b>	<b>301,77</b>	<b>0,11</b>	<b>0,10</b>	<b>10,27</b>	<b>55,53</b>	<b>71,96</b>
56,569	310,3448	1962,356	2300,553	689,137	281,483	1130,27	16,59	311,79	0,1532	0,3372	12,63	76,19	170,26
16,49	15,15	269,25	317,72	32,98	28,07	120,85	1,42	0,02	0,04	0,10	2,05	4,03	51,83
5,75	42,61	251,84	77,25	12,52	9,97	54,40	0,75	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	12,60
0,2	20,2	92	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,4	4	22
0,00	2,50	14,00	141,00	23,00	14,00	42,00	0,60	0,00	0,03	0,04	0,20	10,00	5,30
5,5	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0	0	0,77	0	2,50
0,6	17,1	90,5	47	17	20,5	60	1,15	0	0	0	0	0	3,00
28,46	120,60	839,57	881,71	115,49	95,09	325,04	7,37	0,06	0,05	0,14	3,39	18,03	97,23
6,10	17,44	136,70	489,95	27,66	28,95	74,65	0,94	200,01	0,01	0,01	1,18	16,77	7,47
37,46	25,97	578,32	1125,06	61,77	166,14	352,41	27,82	99,75	0,01	0,01	17,03	27,23	60,19
0,12	29,27	116,06	85,20	8,40	2,70	9,46	0,66	0,00	0,01	0,01	3,09	3,00	5,97
0,00	2,50	14,00	141,00	23,00	14,00	42,00	0,60	0,00	0,03	0,04	0,20	10,00	5,30
5,5	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0	0	0,77	0	2,50
0,6	17,1	90,5	47	17	20,5	60	1,15	0	0	0	0	0	3,00
<b>49,78</b>	<b>117,18</b>	<b>1066,58</b>	<b>1951,71</b>	<b>150,82</b>	<b>249,79</b>	<b>580,02</b>	<b>31,97</b>	<b>299,76</b>	<b>0,06</b>	<b>0,06</b>	<b>22,27</b>	<b>56,99</b>	<b>84,43</b>
<b>78,24</b>	<b>237,77</b>	<b>1906,16</b>	<b>2833,42</b>	<b>266,32</b>	<b>344,88</b>	<b>905,06</b>	<b>39,34</b>	<b>299,81</b>	<b>0,11</b>	<b>0,19</b>	<b>25,67</b>	<b>75,03</b>	<b>181,66</b>
<b>636,2</b>	<b>2458,5</b>	<b>18074,6</b>	<b>25940,1</b>	<b>4783,9</b>	<b>3066,2</b>	<b>10214,6</b>	<b>174,6</b>	<b>3579,7</b>	<b>2,0</b>	<b>3,8</b>	<b>164,7</b>	<b>1243,4</b>	<b>1648,2</b>
<b>63,6</b>	<b>245,9</b>	<b>1807,5</b>	<b>2594,0</b>	<b>478,4</b>	<b>306,6</b>	<b>1021,5</b>	<b>17,5</b>	<b>358,0</b>	<b>0,20</b>	<b>0,38</b>	<b>16,5</b>	<b>124,3</b>	<b>165</b>