

№ Рец.	Наименование блюда	Выход Блюда 12-18 лет	Цена	Пищевые вещества			Энерг. Ценн. Ккал.	Витамины (Мг)							Минеральные вещества														
				Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Мд	Fe														
Молоко промышленного производства в тетра-пакетах																													
ЗАВТРАК																													
398	Колбаса молочная	1/100	9,12	18,7	0	211,46	0	0	0	2,0	40	63,6	8	0															
210	Кашуэта тушеная	1/180	4,80	4,80	37,2 0	187,20	0,02	0,14	0	0,86	51,0	34,7	12,39	0,2															
630	Чай с молоком, сахаром	1/200	0,3	0	20,0	62,0	0,00 7	0,1	0	0	20	8,25	4,40	0,3															
	Бутерброд с сыром	30/30	10,38	7,49	14,8 8	135,95	0,03	0	39,9 8	0,067	8,4	22,4	4,2	0,5															
	Хлеб ржаной	1/30	1,40	0,28	17,3	52,68	0,11	0	0	0	37	120	31	1,68															
	Фрукты (бананы)	1/100	0,9	0	12,6	58,0	0,01	13,0	0	0,39	34,0	11,0	9	0,2															
	ИТОГО:		26,9	31,2 7	101, 98	706,29	0,49	26,4 4	39,9 8	3,31	190, 4	259, 95	68,99	2,88															
	ОБЕД																												
139	Суп вермишелевый с курицей, зеленью	12,5/250/1 0	3,0	2,5	21,0	121,65	0,08	12,0	0	0,08	35	205	13	1,3															
61	Винегрет овощной с сельдью	75/25	1,5	10,0	7,4	128,0	0,13	5,6	0	0,8	26	21	7	0,2															
462	Котлета из филе куриного	1/120	28,3	7,92	0,48	177,60	0,007	0	0,007	1,0	20	248	22	0,85															
255	Каша гречневая с маслом	1/180	5,94	16,38	47,34	228,48	0,16	0	0,05	0,8	120	100,9	0,3	0,5															
	Сок фруктовый	1/200	0,5	0	11,7	47,0	0,03	10,0	0	0,75	80	2,6	15	0,7															
	Хлеб пшеничный	1/70	5,67	0,84	46,90	151,59	0,11	0	0	0	32	65	14	1,20															
	Хлеб ржаной	1/42	1,96	0,39	23,8	73,75	0,1	0	0	0	37	120	31	1,68															
	Печенье	1/25	1,88	2,95	5,90	90,25	0,08	0	0	0	20	69	13	1,0															
	ИТОГО:		49,55	40,98 2	164,5 2	1018,32	1,317	27,6	0,057	3,43	370	830,6	115,3	10,51															
	ВСЕГО В ДЕНЬ		76,45	72,25 0	266,5 0	1725,61	1,80	54,04	40,07	6,72	560,4	1090, 55	184,29	13,39															

№ Рец.	Наименование блюда	Выход Блюда 12-18 лет	Цена	Пищевые вещества			Энерг. Ценн. Ккал.	Витамины (Мг)							Минеральные вещества															
				Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Мд	Fe															
Молоко промышленного производства с тетра-пакетах																														
ЗАВТРАК																														
324	Котлета рыбная	1/100	16,80	11,2 8	12,2 4	223,68	0,07	0,32	0,03	2,2	51	137, 6	15,6	0,96																
472	Картофельное пюре	1/180	4,16	8,88	14,6 9	225,52	0,12	10,0	0	1,0	26	58	19,0	0,5																
	Помидор свежий	1/100	0,6	0	4,2	19,0	0,06	6,0	0	0	23	26	0	0,2																
643	Какао с молоком	1/200	3,28	3	20,6 4	122,6	0,52	12	0,04	0	7,38	0	1,62	0																
	Хлеб пшеничный	1/50	4,86	0,72	35,2	129,93	0,11	0	0	0	32	65	14,0	1,20																
	Хлеб ржаной	1/30	1,40	0,28	17,3	52,68	0,11	0	0	0	37	120	31	1,68																
	Фрукты (яблоки)	1/100	0,26	0	7,53	29,31	0,01	13,0	0	0,39	34	11	9	0,2																
	ИТОГО:		31,36	24,1 6	118, 8	802,72	1,0	41,3 2	0,07	3,59	210, 38	417, 6	90,22	3,22																
ОБЕД																														
	Огурец свежий порц.	1/100	0,7	0	1,8	15,0	0,03	10,0	0	0	23	42	14	0,9																
135	Суп с мясными фрикадельками с зеленью	18/250/1, 0	2,4	2,4	18,9	109,65	0,10	3,0	0,02	0,8	169, 0	213, 0	12,0	0,48																
403	Плов из говядины	75/200	22,5	21,4 5	55,9	529,0	0,07	0,9	0,4	2,3	137, 0	183, 5	25	0,30																
591	Компот из кураги	1/200	0,8	0	51,6	132,8	0,01	4	0	0	40,0	27	4	0,4																
	Вафли	1/25	2,4	10,1	16,9	115,2	0,04	0	0	0	32	65	14	1,20																
	Хлеб пшеничный	1/70	5,67	0,84	46,9 0	151,59	0,11	0	0	0	32	65	14	1,20																
	Хлеб ржаной	1/42	1,96	0,39	23,8	73,75	0,11	0	0	0	37	120	31	1,68																
	ИТОГО:		36,43	35,18	215,8	1126,99	0,47	17,9	0,42	3,1	460	715,5	114	6,16																
	ВСЕГО В ДЕНЬ		67,79	59,34	334,6	1929,71	1,47	59,22	0,49	6,69	670,3 1	1133, 1	204,22	9,38																

№ Рец.	Наименование блюда	Выход Блюда 12-18 лет	Цена	Пищевые вещества			Энерг. Ценн. Ккал.	Витамины (Мг)							Минеральные вещества															
				Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Мд	Fe															
Молоко промышленного производства в тетра-пакетах																														
ТРЕТИЙ ДЕНЬ																														
ЗАВТРАК																														
297	Запеканка творожная со сметаной	1/200		28,05	21,7	21,7	395,04	0,03	1,12	0,10	0,2	176	224	24	0,4															
629	Чай с сахаром, лимон	200/15/7		0,3	0	20,0	63,5	0,00	0,1	0	0	20	8,25	4,40	0,3															
	Хлеб пшеничный	1/50		4,86	0,72	35,2	129,93	0,11	0	0	0	32	65	14,0	1,20															
	Бутерброд с колбасой	20/30		1,40	0,28	17,3	52,68	0,11	0	0	0	37	120	31	1,68															
	Фрукты (апельсин)	1/100		0,1	0	19,4	84,0	0,02	8,0	0	0	18,0	13,0	0	0,3															
	ИТОГО:			34,71	22,7	113,	725,15	0,27	9,22	0,10	0,2	283	430,	73,4	3,8															
	ОБЕД					6																								
110	Борщ с курицей со сметаной, зеленью	12,5/250/ 10/1,0		1,5	4,0	12,0	110,0	0,06	2,5	0,05	0,90	93,0	82,0	16,0	0,57															
387	Печень тушеная по-строгановски	100/100		14,12	16,4	2,60	262,0	0,20	5,48	0,22	1,92	35	289	9,0	0,3															
255	Каша пшеничная	1/180		3,36	0,66	29,6	137,94	0,12	10,0	0	1,0	26	58	13,0	0,5															
51	Салат «Столичный с растит. маслом	1/100		5,33	19,4	8,13	172,23	0,06	7,2	0,07	2,0	146,	78,0	12,0	0,87															
	Хлеб пшеничный	1/70		5,67	0,84	46,9	151,59	0,11	0	0	0	32	65	14	1,20															
	Хлеб ржаной	1/42		1,96	0,39	23,8	73,75	0,11	0	0	0	37	120	31	1,68															
	Пряник	1/30		1,20	7,5	11,1	84,0	0,08	0	0	0	9,0	41,0	0	1,68															
591	Кисель п/я	1/200		0	0	28,1	115,2	0	1,5	0	0,39	19,0	9,0	10	0,8															
	ИТОГО:			33,14	49,24	1106,	966,71	0,74	26,68	0,34	6,21	397,0	742	105	7,60															
	ВСЕГО В ДЕНЬ			67,84	71,94	275,9	1831,86	1,01	35,90	0,44	6,41	680	1172,	178,4	11,40															

№ Реп.	Наименование блюда	Выход Блюда 12-18 лет	Цена	Пищевые вещества			Энерг. Ценн. Ккал.	Витамины (Мг)							Минеральные вещества																
				Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Мд	Fe																
Молоко промышленного производства в тетра-пакетах																															
ЗАВТРАК																															
	Помидор свежий	1/100		0,6	0	4,2	19,0	0,06	6,0	0	0	0	0	23	26	0	0,2														
394	Жаркое по-домашнему с мясом	100/250		11,52	13,5	30,1	302,19	0,08	2,3	0	2,62	114	93	15	0,5																
630	Чай с сахаром, молоком	200/15		0,3	0	20,0	63,5	0,00	0,11	0	0	0	20	8,25	4,10	0,3															
	Хлеб пшеничный	1/50		4,86	0,72	35,2	129,93	0,11	0	0	0	0	32	65	14	1,20															
	Хлеб ржаной	1/30		1,40	0,28	17,3	52,68	0,11	0	0	0	0	37	120	31	1,68															
	Фрукты (мандарин)	1/100		0,4	0	4,3	19,0	0,03	38,0	0	0	0	35	17	11	0,10															
	ИТОГО:			19,08	14,5	111,0	567,30	0,39	46,4	0	2,62	261	329,10	75,10	3,98																
ОБЕД																															
61	Винегрет с сельдью	75/25		1,5	10,0	7,4	128,0	0,13	5,6	0	0,8	26	21	7	0,2																
120	Щи с курицей, со сметаной, зеленью	12,5/250/10/1,0		1,3	4,2	4,8	64,07	0,06	10,8	0	0,9	111	173	12	0,13																
462	Котлета куриная	1/120		28,3	7,92	0,48	177,60	0,00	0	0,00	1,0	20	248	22	0,85																
255	Каша гречневая с маслом	1/180		5,94	16,3	47,3	228,48	0,16	0	0,05	0,8	120	100,9	0,3	0,5																
	Сок	1/200		0,5	0	11,7	47,0	0,03	10,0	0	0,75	80	2,6	15	0,7																
	Хлеб пшеничный	1/70		5,67	0,84	46,90	151,59	0,11	0	0	0	32	65	14	1,20																
	Хлеб ржаной	1/42		1,96	0,39	23,8	73,75	0,11	0	0	0	37	120	31	1,68																
	Вафли	1/25		2,4	10,1	16,9	115,2	0,04	0	0	0	32	65	14	1,20																
	ИТОГО:			47,30	49,80	156,3	985,79	0,64	26,4	0,05	4,25	458	795,5	115,30	6,46																
ВСЕГО В ДЕНЬ				66,38	64,30	267,4	1553,09	1,03	72,8	0,05	6,87	719	1124,60	190,4	10,44																

№ Рец.	Наименование блюда	Выход Блюда 12-18 лет	Цена	Пищевые вещества			Энерг. Ценн. Ккал.	Витамины (Мг)							Минеральные вещества														
				Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Мд	Fe														
Молоко промышленного производства в тетра-пакетах																													
ЗАВТРАК																													
	Помидор свежий	1/100	0,6	0	42	19,0	0,06	6,0	0	0	0	0	23	26	0	0,2													
284	Омлет натуральный с маслом	200/5	16,67	27,6 0	3,15	252,0	0,08	0	0,47	0	0	68	219	0	4,0														
642	Какао на молоке	1/200	0,3	0	20,0	63,5	0,00 7	0,1	0	0	0	20	8,25	4,40	0,3														
	Хлеб пшеничный	1/50	4,86	0,72	38,2	129,93	0,11	0	0	0	0	32	65	14	1,20														
	Хлеб ржаной	1/30	1,40	0,28	17,3	52,68	0,11	0	0	0	0	37	120	31	1,68														
	Сыр	1/25	7,0	9,0	0	111,0	0,04	1,6	0,26	0	0	100	544	47,0	0,6														
	Масло сливочное	1/20	0,1	12,4	0,1	112,0	0,01	0	0,40	0	0	24	20	3	0,2														
	Фрукты (бананы)	1/100	0,9	0	12,6	58,0	0,01	13,0	0	0,39	34,0	11,0	9	0,2															
	ИТОГО:		31,83	50,0	133, 35	798,11	0,42	20,7	1,13	0,39	338	1013	108,4	8,38															
	ОБЕД																												
	Огурцы свежие дольками	1/100	0,7	0	1,8	15,0	0,03	10,0	0	0	0	23	42	14	0,9														
14	Суп рыбный с зеленью	18/250/1, 0	0,3	2,7	18,6	102,0	0,02	7,0	0,03	2,41	34,8	264, 1	11,2	0,40															
422	Тефтели мясные с соусом	115/75	10,1	13,2	11,0	212,0	0,05	2,0	0,30	4,0	17,6	85,6	15,2	0,52															
465	Рис отварной	1/180	6,0	4,0	33,0	207,0	0,07	0	0	0	18	87	16	0,95															
	Хлеб пшеничный	1/70	5,67	0,84	46,9 0	151,59	0,11	0	0	0	32	65	14	1,20															
	Хлеб ржаной	1/42	1,96	0,39	23,8	73,75	0,11	0	0	0	37	120	31	1,68															
	Пряник	1/30	1,20	7,5	11,13	84,0	0,08	0	0	0	9,0	41,0	0	0,6															
	Компот из вишни	1/200	0,6	0	26,0	111,7	0,03	6,40	0,36	5,5	73	2,6	9,0	0,61															
	ИТОГО:		26,53	28,63	172,2 0	957,04	0,50	25,4	0,69	11,91 0	244,4	707	110,4	6,86															
	ВСЕГО В ДЕНЬ		58,36	78,63	305,5 5	1755,15	0,92	46,1	1,82	12,3	582,4	1720, 55	218,8	15,24															

№ Рец.	Наименование блюда	Выход Блюда 12-18 лет	Цена	Пищевые вещества			Энерг. Ценн. Ккал.	Витамины (Мг)							Минеральные вещества															
				Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Мд	Fe															
Молоко промышленного производства в тетра-пакетах																														
ЗАВТРАК																														
	Помидор свежий	1/100		0,6	0	4,2	19,0	0,06	6,0	0	0	0	0	0	23	26	0	0,2												
376	Поджарка мясная	100/35		29,4	22,1	0	274,08	0,02	0	0	0	0	0	3,9	146	10	0,4													
472	Картофельное пюре	1/180		4,16	8,88	14,6 ⁹	225,52	0,12	10,0	0	1,0	0	26	58	13	0,5														
	Хлеб пшеничный	1/50		4,86	0,72	35,2	129,93	0,11	0	0	0	0	32	65	14	1,20														
	Хлеб ржаной	1/30		1,40	0,28	17,3	52,68	0,11	0	0	0	0	37	120	31	1,68														
	Фрукты (яблоки)	1/100		0,26	0	7,53	29,31	0,01	13,0	0	0,39	0	34	11	9	0,2														
628	Чай с сахаром	200/15		0,3	0	20,0	62,0	0,00	0,1	0	0	0	20	8,25	4,40	0,3														
	ИТОГО:			40,98	31,9 ⁸	98,9 ²	792,52	0,43	29,0	0	1,39	0	175, ⁹	434, ²⁵	81,4	4,48														
	ОБЕД																													
129	Рассольник «Ленинградский» с курицей ,со сметаной, зеленью	12,5/250/ 10/1,0		2,5	4,5	17,6	124,6	0,03	4,0	0	0,8	0	58	75	10,0	0,37														
	Огурец свежий	1/100		0,25	0	1,5	36,0	0,07	10	0	0	0	23	42	14	0,9														
398	Сарделька отварная	1/100		11,6	20,8	2,40	250,8	0	0	0,3	2,8	0	47,5 ⁹	108,	7,0	0,9														
253	Каша пшеничная	1/180		7,2	5,9	40,1	207,0	0,28	0	0	0	0	27	201	13,0	0,9														
	Хлеб пшеничный	1/70		5,67	0,84	46,90	151,39	0,11	0	0	0	0	32	65	14	1,20														
	Хлеб ржаной	1/42		1,96	0,39	23,8	73,75	0,11	0	0	0	0	37	120	31	1,68														
	Печенье	1/25		1,88	2,2,9 ⁵	25,90	90,25	0,08	0	0	0	0	20	69	13	1,0														
591	Кисель п/я	1/200		0	0	28,1	115,2	0	1,5	0	0,39	0	19,0	9,0	10	0,8														
	ИТОГО:			31,06	35,3 ⁸	147, ⁷	1048,99	0,68	15,5 ⁰	0,3	3,99	0	263, ⁵⁰	689, ⁹⁰	112	7,75														
	ВСЕГО В ДЕНЬ			72,04	62,8 ⁶	247, ⁶²	1841,51	1,11	44,5 ⁰	0,3	5,38	0	439, ⁴⁰	1124, ¹⁵	193,4	12,23														

Наименование блюда	Выход Блюда 12-18 лет	Цена	Пищевые вещества			Энерг. Ценн. Ккал.	Витамины (Мг)							Минеральные вещества															
			Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Мд	Fe															
Молоко промышленного производства в тетра-пакетах																													
ЗАВТРАК																													
257	Каша овсяная молочная	250/10	3,71	11,8	34,4 2	270,0	0,28	0	0	0	0	0	0	64	331	26	1,0												
конт	Бутерброд с колбасой, сыром	30/20/25	6,7	7,3	11,3	182,0	0,00 8	0,14	52	0,1	100	108	7	0,2															
637	Какао на молоке	1/200	4,6	4,6	27,0	72,34	0,06	2,0	0,05	0	32	65	14	1,20															
424	Дйло отварное	1/40	5,1	4,6	0,3	63,0	0,03	0	0,35	0,2	22	72	3	1															
	Хлеб пшеничный	1/50	4,86	0,72	35,2	129,93	0,11	0	0	0	32	65	14	1,20															
	Фрукты (алельсин)	1/100	0,1	0	19,4	84,0	0,02	8,0	0	0	18,0	13,0	0	0,3															
	ИТОГО:		25,07	29,0	127, 62	801,29	0,50	10,1	52,4	0,30	268, 0	654, 0	121,3	4,90															
ОБЕД																													
	Огурец свежий	1/100	0,7	0	1,8	15,0	0,03	10,0	0	0	23,0	42	14	0,9															
конт	Суп «Сахалинский» с курицей, со сметаной, зеленью	12,5/250/ 10/1,0	6,5	6,1	14,1	135,0	0	0,5	0	0,8	100	185	15,0	0,8															
401	Гуляш из говядины	100/125	23,40	18,5 1	8,6	307,14	0,02	0	0,36	0	49	178	19,0	0,26															
273	Вермишель отварная	1/180	4,95	13,6	39,4	190,4	0,16	0	0,05	0,8	120	100, 9	0,3	0,5															
	Хлеб пшеничный	1/70	5,67	0,84	46,9 0	151,59	0,11	0	0	0	32	65	14	1,20															
	Хлеб ржаной	1/42	1,96	0,39	23,8	73,75	0,11	0	0	0	37	120	31	1,68															
пр.	Вафли	1/25	2,4	10,1	16,9	115,2	0,04	0	0	0	32	65	14	1,20															
пр	Раженка	1/200	5,8	5,0	8,4	102,0	0,06	0,6	40	0	248	0,2	28,0	0,2															
	ИТОГО:		51,38	54,4	159, 9	1090,08	0,53	11,1	40,4	1,60	641, 0	756, 10	135,3	6,54															
	ВСЕГО В ДЕНЬ		76,45	83,4 7	287, 52	1891,35	1,03	21,2 4	92,8 1	1,90	909, 0	1410 .10	199,30	11,44															

№ Рец.	Наименование блюда	Выход Блюда 12-18 лет	Цена	Пищевые вещества			Энерг. Ценн. Ккал.	Витамины (Мг)							Минеральные вещества															
				Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Мд	Fe															
Молоко промышленного производства в тетра-пакетах																														
ЗАВТРАК																														
	Помидор свежий	1/100	0,6	0	4,2	19,0	0,06	6,0	0	0	0	0	23	26	0	0,2														
402	Азу по Татарски	75/20	10,40	12,5	27,9	269,0	0,08	2,3	0	262	114	93,0	15,0	0,5																
				5																										
630	Чай с сахаром, молоком	200/15	0,3	0	20,0	63,5	0,00	0,1	0	0	0	20	8,25	4,40	0,3															
	Хлеб пшеничный	1/50	4,86	0,72	35,2	129,93	0,11	0	0	0	0	32	65	14	1,20															
	Хлеб ржаной	1/30	1,40	0,28	17,3	52,68	0,11	0	0	0	0	37	120	31	1,68															
	Фрукты (мандарин)	1/100	0,4	0	4,3	19,0	0,03	38,0	0	0	0	35	17	11	0,10															
	ИТОГО:		17,9	13,5	108,9	553,1	0,39	46,4	0	262	261	329,2	75,4	3,98																
	ОБЕД																													
151	Суп лапша домашняя с курицей, с зеленью	12,5/250/ 1,0	2,3	4,3	15,3	112,15	0,03	5,7	0,36	0,8	176	205	8,0	0,4																
23	Свекла отварная с растит. маслом	1/100	3,18	7,56	4,4	101,74	0,02	1,0	0	0	137	63	12,0	0,3																
320	Минтай припуш. в молочном соусе с сыром	80/100/5	0,35	0,28	44,9	201,50	0,06	1,2	0,04	2,0	14	207	15	0,5																
255	Гречка отварная	1/180	5,94	16,3	47,3	228,48	0,08	0	0	0	124	152	11	1,17																
	Хлеб пшеничный	1/70	5,67	0,84	46,9	151,59	0,11	0	0	0	32	65	14	1,20																
	Хлеб ржаной	1/42	1,96	0,39	23,8	73,75	0,11	0	0	0	37	120	31	1,68																
пр	Пряник	1/30	1,20	7,5	11,1	84,0	0,08	0	0	0	9,0	41,0	0	0,6																
	Сок фруктовый	1/200	0,5	0	11,7	47,0	0,03	10,0	0	0,75	80	2,6	15	0,7																
	ИТОГО		28,00	37,61	309,3	1000,21	0,44	97,9	0,40	3,55	476	703,6	106,0	5,38																
	ВСЕГО В ДЕНЬ		45,90	51,11	418,2	1553,31	0,83	144,3	0,40	265,55	737	1032,8	181,40	9,36																

№ Рец.	Наименование блюда	Выход Блюда 12-18 лет	Цена	Пищевые вещества			Энерг. Ценн. Ккал.	Витамины (Мг)							Минеральные вещества																
				Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Мд	Fe																
Молоко промышленного производства в тетра-пакетах																															
ЗАВТРАК																															
	Бутерброд с сыром	20/30		10,38	7,49	14,8	135,93	0,03	0	39,9	0,67	8,4	22,4	4,2	0,5																
297	Запеканка творожная со сметаной	200/30		28,05	21,7	21,0	393,04	0,03	1,12	0,10	0,2	176	224	24,0	0,4																
	Хлеб пшеничный	1/50		4,86	0,72	35,2	129,93	0,11	0	0	0	32	65	14	1,20																
629	Чай с сахаром, лимоном	200/15/7		0,3	0	20	62	0,07	0,1	0	0	4,95	8,25	4,40	0,3																
	Фрукты(бананы)	1/100		0,9	0	12,6	58,0	0,01	13,0	0	0,39	34,0	11,0	9	0,2																
	ИТОГО:			44,49	29,9	103,68	778,9	0,30	32,2	40,1	1,18	255,35	330,74	55,6	8,16																
	ОБЕД				1				22	8																					
135	Суп с мясными фрикадельками с зеленью	18/250/1,0		2,4	2,4	18,9	109,65	0,10	3,0	0,02	0,8	169	213	12,0	0,48																
416	Шницель мясной	1/120		16,61	15,2	9,98	253,19	0,02	0	0	0	3,9	146	10	0,4																
	Огурец соленый, зеленый горошек	50/50		6,84	0	0,39	5,0	0	0	0	0	125	20	0	0,1																
273	Картофельное пюре	1/180		7,20	4,80	39,60	260,0	0,07	0	0	0	18	87	16	0,95																
472	Компот из черной смородины	1/200		0,8	0	51,6	132,8	0,03	10,0	0	0,75	80	2,6	15	0,7																
пр.	Печенье	1/25		1,88	2,95	5,90	90,25	0,1	0	0	0	20	69	13	1,0																
	Хлеб пшеничный	1/70		5,67	0,84	46,90	151,59	0,11	0	0	0	32	65	14	1,20																
	Хлеб ржаной	1/42		1,96	0,39	23,8	73,75	0,11	0	0	0	37	120	31	1,68																
	ИТОГО:			43,36	26,5	197	1076,23	0,81	13,0	0,02	1,55	484,9	722,6	111	6,51																
	ВСЕГО В ДЕНЬ			87,85	56,4	300,9	1855,13	1,11	45,22	40,2	2,33	740,2	1053,3	166,6	14,67																

№ Реп.	Наименование блюда	Выход Блюда 12-18 лет	Цена	Пищевые вещества			Энерг. Ценн. Ккал.	Витамины (Мг)							Минеральные вещества						
				Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Мд	Fe						
	МОЛОКО ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА В ТЕТРА-ПАКЕТАХ																				
	ДВЕНАДЦАТЫЙ ДЕНЬ			Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Мд	Fe						
	ЗАВТРАК																				
	Перец болгарский нарезной	1/100		1,50	0,10	3,20	10,0	0,11	10,0	0	0	16	53	21	0,7						
	Отбивная из филе куриного	1/120		26,28	6,12	0,48	225,6	0,007	0	0,007	1,0	20	248	22	0,85						
200	Картофель отварной с зеленью	1/180/1,0		3,15	6,75	38,1	170,4	0,16	0	0,05	0,8	120	100	0,3	0,5						
642	Какао на молоке	1/200		4,0	4,6	27,0	72,39	0,06	2,0	0,08	0	242	182	18	0,2						
	Хлеб пшеничный	1/50		4,80	0,72	35,2	129,93	0,11	0	0	0	32	65	14	1,20						
	Хлеб ржаной	1/30		1,40	0,28	17,3	52,68	0,11	0	0	0	37	120	31	1,68						
	Фрукты (яблоки)	1/100		0,26	0	7,53	29,31	0,01	13,0	0	0,39	34	11	9	0,2						
	ИТОГО:			41,39	18,57	130,0	690,26	0,567	25,0	0,137	2,19	501,0	779,1	115,3	5,33						
	ОБЕД																				
51	Салат «Столичный» с маслом растит.	1/100		5,33	19,4	8,13	172,23	0,06	7,2	0,07	2,0	146,0	78,0	12,0	0,87						
137	Суп полевой с курицей, зеленью	12,5/250/1,0		2,0	4,3	15,0	104,9	0,17	2,2	0	0	100	200	30	0,39						
418	Зраза мясная рубленая с соусом	105/50		8,05	7,85	9,55	182,86	0,13	4,7	0,1	0,8	82,0	161	17,0	1,5						
255	Вермишель отварная	1/180		5,94	16,38	47,34	228,48	0,16	0	0,05	0,8	120	100,9	0,3	0,5						
	Хлеб пшеничный	1/70		5,67	0,84	46,90	151,59	0,11	0	0	0	32	65	14	1,20						
	Хлеб ржаной	1/42		1,96	0,39	23,8	73,75	0,11	0	0	0	37	120	31	1,68						
588	Компот из кураги	1/200		0,8	0	51,6	132,8	0,03	10,0	0	0,75	80	2,3	15	0,7						
	ИТОГО:			29,75	49,16	202,3	1046,61	0,77	24,1	0,22	4,35	597,0	727,2	119,3	6,84						
	ВСЕГО В ДЕНЬ			71,14	67,73	332,4	1736,87	1,337	49,1	0,357	6,54	1098,0	1506,3	234,6	12,17						

№ Рец.	Наименование блюда	Выход Блюда 12-18 лет	Цена	Пищевые вещества			Энерг. Ценн. Ккал.	Витамины (Мг)							Минеральные вещества				
				Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Мд	Fe				
	ОДИННАЦАТЫЙ ДЕНЬ			Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Мд	Fe				
Молоко промышленного производства в тетра-пакетах																			
	ЗАВТРАК																		
536	Сосиска отварная	1/100		11,6	20,8	2,40	250,8	0	0	0,3	2,8	47,5	108,9	7,0	0,9				
210	Капустя тушеная	180/10		4,0	4,0	7,31	156,0	0,17	0	0	0	83	80	13,90	1,2				
644	Кофе на сгущенном молоке	1/200		2,96	1,99	20,9	113,4	0	0,38	0,04	0	128,78	0	12,88	0,08				
	Хлеб пшеничный	1/50		4,86	0,72	35,2	129,93	0,11	0	0	0	32	65	14	1,20				
	Бутерброд с сыром	30/30		10,38	7,49	35,2	108,2	0,11	0	0	0	32	65	14	1,20				
	Фрукты	1/100		0,26	0	5,73	29,31	0,01	13,0	0	0,39	34	11	9	0,2				
	ИТОГО:			34,06	35,0	132,8	787,64	0,4	13,3	0,39	3,19	357,28	329,9	70,78	4,78				
	ОБЕД																		
	Помидор свежий	1/100		0,6	0	4,2	19,0	0,06	6,0	0	0	23	26	0	0,2				
140	Суп рыбный с зеленью	18/250/1, 0		0,3	2,7	18,6	102,0	0,02	7,0	0,03	2,41	39,8	264,1	11,2	0,40				
394	Жаркое по- домашнему	100/250		11,52	13,5	30,1	302,19	0,08	2,3	0	2,62	114	93	15	0,5				
591	Кисель п/я	1/200		0	0	28,1	115,2	0,01	4	0	0	40,0	27	4	0,4				
	Хлеб пшеничный	1/70		5,67	0,84	46,9	151,59	0,11	0	0	0	32	65	14	1,20				
	Хлеб ржаной	1/42		1,96	0,39	23,8	73,75	0,11	0	0	0	37	120	31	1,68				
	Вафли	1/25		2,4	10,1	16,9	135,0	0,04	0	0	0	8	33	2,0	0,6				
	ИТОГО:			22,45	27,5	168,8	878,93	0,43	19,3	0,03	5,03	317,8	660,1	89,2	5,58				
	ВСЕГО В ДЕНЬ			56,51	62,0	301,32	1668,57	0,83	32,6	0,42	8,22	675,08	990,1	159,9	10,36				

№ Рец.	Наименование блюда	Выход Блюда 12-18 лет	Цена	Пищевые вещества			Энерг. Ценн. Ккал.	Витамины (Мг)							Минеральные вещества				
				Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Мд	Fe				
	ТРИНАДЦАТЫЙ ДЕНЬ			Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Мд	Fe				
	Молоко промышленного производства в тетра-пакетах																		
	ЗАВТРАК																		
	Зеленый горошек, огурец консерв.	50/50		1,50	0,10	3,20	10,0	0,11	10	0	0	16	53	21	97				
422	Тертелли мясные с соусом	115/75		10,1	13,2	11,0	212,0	0,05	2,0	0,30	4,0	17,6	85,6	15,2	0,52				
465	Рис отварной	1/180		6,90	0,36	56,60	270,0	0,08	0	0	0	124	152	11	1,17				
629	Чай с сахаром, лимоном	200/15/7		0,3	0	20,0	63,5	0,007	0,1	0	0	20	8,25	4,40	0,3				
	Хлеб пшеничный	1/50		4,86	0,72	35,2	129,93	0,11	0	0	0	32	65	14	1,20				
	Хлеб ржаной	1/30		1,40	0,28	17,3	52,68	0,11	0	0	0	37	120	31	1,68				
	Фрукты (яблоки)	1/100		0,26	0	7,53	29,31	0,01	13,0	0	0,39	34	11	9	0,2				
	ИТОГО:			25,3	14,6	150,8	767,4	0,47	25,1	0,30	4,39	280,6	494,8	105,6	102,07				
	ОБЕД																		
129	Рассольник «Ленинградский» с курицей, со сметаной, зеленью	12,5/250/1 0/1,0		2,5	4,5	17,6	124,6	0,03	4,0	0	0,8	58	75	10,0	0,37				
439	Птица отварная	1/120		24,96	9,84	0,72	225,0	0,07	0	0,07	0	45	150	17	0,17				
255	Каша пшеничная	1/180		3,78	8,10	50,80	209,5	0,12	10	0	1,0	26	58	13	0,5				
	Помидор свежий	1/100		0,6	0	4,2	19,0	0,06	6,0	0	0	23	26	0	0,2				
	Сок	1/200		0,5	0	11,7	47,0	0,03	10,0	0	0,75	80	2,6	15	0,7				
	Шоколадный батончик	1/25		2,7	17	23,6	200,0	0,04	0	0	0	5,0	178	20	2,7				
	Хлеб пшеничный	1/70		5,67	0,84	46,9	151,59	0,11	0	0	0	32	65	14	1,20				
	Хлеб ржаной	1/42		1,96	0,39	23,8	73,75	0,11	0	0	0	37	120	31	1,68				
	ИТОГО:			43,27	40,67	205,3	1168,14	0,53	36,40	0,43	8,05	379,0	677,2	129,0	8,13				
	ВСЕГО В ДЕНЬ			68,57	55,33	356,1	1935,56	1,007	61,5	0,73	12,44	659,6	1172,05	234,6	110,20				

№ Рец.	Наименование блюда	Выход Блюда 12-18 лет	Цена	Пищевые вещества			Энерг. Ценн. Ккал.	Витамины (Mг)							Минеральные вещества															
				Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Мд	Fe															
Молоко промышленного производства в тетра-пакетах																														
ЗАВТРАК																														
	сыр порц.	1/30		26,8	27,3	0	77,40	0,03	3,5	0,13	0	0	0	1040	564	0	0													
257	Каша манная молочная с маслом сливоч.	250/10		3,71	14,4	34,4	306,1	0,28	0	0	0	0	64	331	26	1,0														
637	кофейный напиток на молоке	1/200		2,96	1,99	20,9	113,4	0,38	0,04	0	0	0	128, 78	0	12,88	0,08														
	Фрукты	1/100		0,26	0	7,53	29,31	0,01	13,0	0	0,39	0	34	11	9	0,2														
	Хлеб пшеничный	1/50		4,86	0,72	35,2	129,93	0,11	0	0	0	0	32	65	14	1,20														
	Хлеб ржаной	1/30		1,40	0,28	17,3	52,68	0,11	0	0	0	0	37	120	31	1,68														
	ИТОГО:			39,99	44,6	115, 9	708,82	0,92	16,5	0,13	0,39	0	1335, 78	1091, 0	92,88	4,16														
ОБЕД																														
61	Винегрет с сельдью	75/25		1,5	10,0	7,4	128,0	0,13	5,6	0	0,3	0	26	21	7	0,2														
153	Суп гречневый с курицей, зеленью	12,5/250/ 1,0		2,8	2,5	22,8	124,0	0,17	2,2	0	0	0	100	200	30	0,39														
416	Шницель мясной	1/120		16,61	15,2	9,98	253,19	0,02	0	0	0	0	3,9	146	10	0,4														
486	Овощное рагу	1/180		3,47	7,4	25,4	187,9	0,07	0	0	0	0	18	87	16	0,95														
585	Компот из яблоквы	1/200		0,4	0	51,6	112,8	0,04	200	0	0,75	0	36	35	34	0,7														
	Хлеб пшеничный	1/70		5,67	0,84	46,9	151,59	0,11	0	0	0	0	32	65	14	1,20														
	Хлеб ржаной	1/42		1,96	0,39	23,8	73,75	0,11	0	0	0	0	37	120	31	1,68														
	Вафли	1/25		2,4	10,1	16,9	115,2	0,04	0	0	0	0	32	65	14	1,20														
	ИТОГО:			34,81	46,83	204,7 8	1076,43	0,69	27,8	0	1,05	0	284,9	739,0	156,0	6,72														
	ВСЕГО В ДЕНЬ			74,8	91,12	320,4	1785,25	1,61	44,34	0,13	1,44	0	1620, 68	1830, 0	248,88	10,88														

№ Реп.	Наименование блюд	Выход Блюда 12-18 лет	Цена	Пищевые вещества			Энерг. Ценн. Ккал.	Витамины (Мг)							Минеральные вещества				
				Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Мд	Fe				
	ДЕВЯТНАДЦАТЫЙ ДЕНЬ			Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Мд	Fe				
Молоко промышленного производства в тетра-пакетах																			
	ЗАВТРАК																		
416	Шницель мясной	1/120		16,61	15,2	9,98	233,1	0,02	0	0	0	39	146	10	0,4				
	Помидор, огурец свежий	50/50		0,6	0	4,2	19,0	0,06	6,0	0	0	23	26	0	0,2				
275	Вермишель отварная	1/180		7,20	4,80	39,6 0	260,0	0,07	0	0	0	18	87	16	0,95				
637	Кофейный напиток на молоке	1/200		2,96	1,99	20,9	113,4	0,38	0,04	0	0	128, 78	0	12,88	0,08				
	Хлеб пшеничный	1/50		4,86	0,72	35,2	129,93	0,11	0	0	0	32	65	14	1,20				
	Хлеб ржаной	1/30		1,40	0,28	17,3	52,68	0,11	0	0	0	37	120	31	1,68				
	Фрукты(бананы)	1/100		0,26	0	7,53	29,31	0,01	13,0	0	0,9	34	11	9	0,2				
	ИТОГО:			33,89	22,9 9	134, 71	837,42	0,76	19,0 4	0	0,9	311, 78	455	92,88	4,71				
	ОБЕД																		
	Икра кабачковая	1/100		0,72	2,83	4,6	46,8	5,76	0	0,3	0	19,2	0	0	0,25				
138	Суп гороховый с курицей	12,5/250		4,8	8,1	17,3	165,9	0,05	1	0	1	82	228	18,0	0,65				
310	Рыба жареная	1/120		21,3	18,1	5,1	268,0	0,14	4,3	0,12	1,0	12,0	207	25	0,8				
465	Рис отварной	1/180		5,75	0,3	47,1	201,0	0,08	0	0	0	124	152	11	1,17				
591	Кисель п/я			0	0	28,1	115,2	10,0	4	0	0	40,0	27	4	0,4				
	Хлеб пшеничный	1/70		6,67	0,84	46,9	151,59	0,11	0	0	0	32	65	14	1,20				
	Хлеб ржаной	1/42		1,96	0,39	23,8	73,75	0,11	0	0	0	37	120	31	1,68				
	Печенье	1/25		1,88	2,45	25,90	90,25	0,08	0	0	0	20	69	13	1,0				
	ИТОГО:			43,08	34,01 0	218,4 0	1734,49	16,34	9,4	0,42	2,0	366,2	1624	107,4	6,45				
	ВСЕГО В ДЕНЬ			76,97	57,00 1	353,1 1	2571,91	17,10	28,44	0,42	2,9	677,9 8	2079	200,28	11,16				

№ Рец.	Наименование блюд	Выход Блюд 12-18 лет	Цена	Пищевые вещества			Энерг. Ценн. Ккал.	Витамины (Мг)							Минеральные вещества					
				Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Мд	Fe					
	Молоко промышленного производства в тетра-пакетах																			
	ДВАДЦАТЬ ПЕРВЫЙ ДЕНЬ			Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Мд	Fe					
	ЗАВТРАК																			
29	Свекла отварная тертая с растит. маслом	1/100		3,18	7,56	4,4		0,02	1,0	0	0									
426	Биточки мясные по- селянски	100/75		13,84	12,68	8,32		0,14	0	0,06	1,0	20	128	12,0						0,57
200	Картофель отварной с зеленью	1/180		3,15	6,75	38,1		0,12	10,0	0	1,0	26	58	13,0						0,5
642	Какао на молоке	1/200		4,6	4,6	27,0		0,06	2,0	0,05	0	242	182	18						0,2
	Фрукты(яблоки)	1/100		0,9	0	12,6		0,01	13,0	0	0,39	34	11	9						0,2
	Хлеб пшеничный	1/50		4,86	0,72	35,2		0,11	0	0	0	32	65	14						1,20
	Хлеб ржаной	1/30		1,40	0,28	17,3		0,11	0	0	0	37	120	31						1,68
	ИТОГО:			31,93	32,59	142,9		0,57	26	0,11	2,39	528	627	109						4,65
	ОБЕД					2														
	Огурцы, помидоры	50/50		0,42	5,91	1,38		0,03	17,0	0	0,2	7,0	19	10						0,15
129	Рассольник «Ленинградский с курицей, со сметаной, зеленью	12.5250/1 0/1,0		2,4	4,5	17,6		0,03	4,0	0	0,8	58	75	10						0,37
439	Птица отварная	1/120		24,96	9,84	0,72		0,07	0	0,07	0	45	150	17						0,17
486	Рагу овощное	1/180		4,7	7,4	25,4		0,12	10,0	0	1,0	2,6	58	13,0						0,5
585	Сок фруктовый	1/200		0,5	0	11,7		0,07	200	0	0	36	33	35						1,3
	Хлеб пшеничный	1/70		5,67	0,84	46,9		0,11	0	0	0	32	65	14						1,20
	Хлеб ржаной	1/42		1,96	0,39	23,8		0,11	0	0	0	37	120	31						1,68
	Пряник	1/30		1,20	7,5	11,13		0,08	0	0	0	37	120	31						1,68
	ИТОГО:			44,65	35,37	146,2		0,75	215,0	0,09	1,8	368,6	712,0	165						6,9
	ИТОГО В ДЕНЬ			76,58	67,96	289,1		1,32	241	0,20	4,19	896,6	1339	274						11,55

№ Рец.	Наименование блюда	Выход Блюда 12-18 лет	Цена	Пищевые вещества			Энерг. Ценн. Ккал.	Витамины (Мг)							Минеральные вещества															
				Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Мд	Fe															
Молоко промышленного производства в тетра-пакетах																														
ЗАВТРАК																														
	Помидор свежий	1/100		0,6	0	4,2	19,0	0,06	6,0	0	0	0	0	23	26	0	0,2													
конт	Отбивная из филе куриного	1/120		26,28	6,12	0,48	225,6	0,00	0	0,00	1,0	1,0	20	248	22	0,85														
472	Картофельное пюре	1/180		3,47	7,4	25,4	187,6	0,12	10,0	0	1,0	1,0	2,6	58	130	0,5														
210	Капуста тушеная	1/80		2,0	2,0	15,5	78,03	0,02	0,14	0	0,86	0,86	51,0	34,7	12,39	0,2														
	Хлеб пшеничный	1/50		4,86	0,72	35,2	129,93	0,11	0	0	0	0	32	65	14	1,20														
630	Чай с молоком	1/200		0,4	0	20,8	62,0	0,04	200	0	0	0	36	33	35	1,3														
	ИТОГО:			37,61	16,2	101,58	702,16	0,35	216,14	0,00	2,86	2,86	164,6	464,7	213,39	4,25														
63	ОБЕД				4			7	14	7			6		7															
167	Суп с клецками с курицей, зеленью	65/12,5/2 50/1,0		2,3	4,3	15,3	112,1	0,03	5,7	0,36	0,8	0,8	176,0	205	8,0	0,4														
298	Голубцы ленивые с соусом	180/50		10,97	10,0	14,0	199,81	0,08	34,7	0	0	0	32,3	0	0	1,83														
	Огурцы свежие	1/100		0,7	0	1,8	15,0	0,03	10,0	0	0	0	23	42	14	0,9														
	Хлеб пшеничный	1/70		5,67	0,84	46,9	151,59	0,11	0	0	0	0	32	65	14	1,20														
	Хлеб ржаной	1/42		1,96	0,39	23,8	73,75	0,11	0	0	0	0	37	120	31	1,68														
591	Кисель п/я	1/200		0	0	28,1	115,2	0	1,5	0	0,39	0,39	19,0	9,0	10	0,8														
	Вафли	1/25		2,4	10,1	16,9	115,2	0,04	0	0	0	0	32	65	14	1,20														
	ИТОГО:			24,00	25,63	146,8	782,65	0,40	51,91	0,36	1,19	1,19	351,8	506	91	8,01														
	ВСЕГО В ДЕНЬ			61,61	41,87	248,3	1484,81	0,757	268,0	0,367	4,05	4,05	515,9	970,7	304,39	12,26														

№ Рец.	Наименование блгод	Выход Блгод 12-18 лет	Цена	Пищевые вещества			Энерг. Ценн. Ккал.	Витамины (Мг)							Минеральные вещества																	
				Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Мд	Fe																	
Молоко промышленного производства в тетра-пакетах																																
	ДВАДЦАТЬ ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ													Б	Ж	У																
	ЗАВТРАК																															
пр	Икра кабачковая	1/100		0,72	2,83	4,63	46,8	0,03	5,76	0	0	0	0	19,2	0	0	0,25															
418	Зраза мясная с соусом	105/50		12,01	8,85	18,5	252,76	0,13	4,7	0,1	0,8	0,8	82,0	161	7,0	1,5																
255	Гречка отварная	1/180		5,94	16,3	47,3	228,48	0,16	0	0,05	0,8	0,8	120	100,	0,3	0,5																
629	Чай с сахаром, лимоном	200/15/7		0,3	0	20,0	62,0	0,00	0,1	0	0	0	20	8,25	4,40	0,3																
	Хлеб пшеничный	1/50		4,86	0,72	35,2	129,93	0,11	0	0	0	0	32	65	14	1,20																
	Хлеб ржаной	1/30		1,40	0,28	17,3	52,68	0,11	0	0	0	0	37	120	31	1,68																
	Фрукты (бананы)	1/100		0,9	0	12,6	85,0	0,01	13,0	0	0,39	0,39	34,0	11,0	9	0,2																
	ИТОГО:			26,13	29,0	155,	857,65	0,55	23,5	0,15	1,99	1,99	344,	466,	65,7	5,63																
	ОБЕД				6	62			6				2	15																		
кон	Суп «Сахалинский» с курицей со сметаной	18/250/1 0/1,0		6,5	6,1	14,1	135,0	0	0,5	0	0,8	0,8	100	185	15,0	0,8																
402	Азу по-татарски	75/250		10,40	12,5	27,9	269,0	0,08	2,3	0	262	262	114	93,0	15,0	0,3																
24	Помидор свежий	1/100		0,42	5,94	1,38	104,3	0,03	17,0	0	0,2	0,2	70	19	10	0,15																
	Хлеб пшеничный	1/70		5,67	0,84	46,9	151,59	0,11	0	0	0	0	32	65	14	1,20																
	Хлеб ржаной	1/42		1,96	0,39	23,8	73,75	0,11	0	0	0	0	37	120	31	1,68																
пр	Ряженка	1/200		0,8	0	51,6	132,8	0,03	10,0	0	0,75	0,75	80	2,6	15	0,7																
	Шоколадный батончик	1/50		2,45	17,0	23,6	200,0	0,04	0	0	0	0	5,0	178,0	20,0	2																
	ИТОГО:			28,2	42,77	189,3	1066,44	0,4	29,8	0	263,75	263,75	138	662,6	120	6,83																
	ВСЕГО В ДЕНЬ			54,28	71,73	344,9	1924,09	0,957	53,36	0,15	265,74	265,74	782,2	1128,	185,7	12,46																
						5							75																			