









288	Птица отварная (индейка)	60	16,1	3,7	0,2	98	13	8	6	1,1	0,0	0,0	0,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	7,3	37,0	248	14	135	202	4,50	0,21	0,00	0,00
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,9	0,0	13,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>27,8</b>	<b>12,1</b>	<b>75,8</b>	<b>523</b>	<b>77</b>	<b>167</b>	<b>255</b>	<b>10,21</b>	<b>0,33</b>	<b>19,10</b>	<b>0,00</b>
	<b>Обед</b>												
99	Суп из овощей с мясом, зеленью	260	3,4	4,0	9,3	90	18	20	44	0,9	0,1	11,9	0,0
105	Фрикадельки мясные припущенные	80	17,5	10,4	0,7	166	3	11	77	0,80	0,25	0,00	0,00
309	Рожки отварные	150	5,7	5,6	29,5	191	6	8	36	0,79	0,06	0,00	0,00
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0
700/2004	Напиток клюквенный	200	0,1	0,1	15,9	65	4	4	3	0,2	0,0	3,8	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>31,0</b>	<b>20,9</b>	<b>82,0</b>	<b>643</b>	<b>73</b>	<b>51</b>	<b>185</b>	<b>4,56</b>	<b>0,59</b>	<b>21,65</b>	<b>0,01</b>
	<b>Итого:</b>		<b>58,8</b>	<b>33,0</b>	<b>157,8</b>	<b>1166,0</b>	<b>150,3</b>	<b>218,3</b>	<b>440,1</b>	<b>14,8</b>	<b>0,9</b>	<b>40,8</b>	<b>0,0</b>
	<b>Четверг</b>												
	<b>Завтрак</b>												
288	Птица отварная (индейка)	50	8,9	8,0	0,2	110	11	7	5	0,9	0,0	0,0	0,0
ТТК 565	Булгур отварной	150	6,9	8,8	36,0	251	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,9	0,0	13,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>18,5</b>	<b>17,9</b>	<b>73,3</b>	<b>530</b>	<b>47</b>	<b>23</b>	<b>27</b>	<b>5,15</b>	<b>0,11</b>	<b>13,10</b>	<b>0,00</b>
	<b>Обед</b>												
112	Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	260	4,8	4,0	14,0	111	9	18	73	1,0	0,1	5,2	0,0
241	Мясо отварное	40	9,7	4,0	0,0	75	4	12	92	0,90	0,03	0,00	0,00
312	Пюре картофельное	150	2,5	4,7	11,5	98	12	25	63	0,96	0,13	5,12	0,00
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,36	0,02	6,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>21,5</b>	<b>13,6</b>	<b>62,2</b>	<b>456</b>	<b>72</b>	<b>67</b>	<b>261</b>	<b>5,55</b>	<b>0,45</b>	<b>16,42</b>	<b>0,00</b>
	<b>Итого:</b>		<b>40,0</b>	<b>31,5</b>	<b>135,5</b>	<b>986,0</b>	<b>119,0</b>	<b>90,0</b>	<b>288,2</b>	<b>10,7</b>	<b>0,6</b>	<b>29,5</b>	<b>0,0</b>
	<b>Пятница</b>												
	<b>Завтрак</b>												
ТТК 499	Котлета куриная	90	14,6	7,9	5,2	156	8	20	91	0,9	0,1	0,5	0,0
304	Рис отварной	150	3,6	7,5	28,4	226	1	19	60	0,5	0,0	0,0	0,0
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0



	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>20,9</b>	<b>16,0</b>	<b>73,3</b>	<b>556</b>	<b>38</b>	<b>51</b>	<b>184</b>	<b>3,11</b>	<b>0,20</b>	<b>6,55</b>	<b>0,03</b>	
	<i>Обед</i>													
157/2004	Солянка домашняя с зеленью	250	6,7	5,5	6,9	104	10	29	86	1,00	0,07	4,50	0,01	
288	Птица отварная (пышлята)	100	30,9	2,0	0,5	144	12	94	146	1,7	0,1	2,7	0,1	
309	Вермишель отварная	150	5,7	5,6	29,5	191	6	8	36	0,79	0,06	0,00	0,00	
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0	
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,00	
	<b>Всего:</b>		<b>48,1</b>	<b>13,9</b>	<b>75,2</b>	<b>648</b>	<b>89</b>	<b>152</b>	<b>297</b>	<b>5,61</b>	<b>0,38</b>	<b>8,04</b>	<b>0,08</b>	
	<b>Итого:</b>		<b>69,0</b>	<b>29,9</b>	<b>148,5</b>	<b>1204,0</b>	<b>127,3</b>	<b>203,0</b>	<b>480,8</b>	<b>8,7</b>	<b>0,6</b>	<b>14,6</b>	<b>0,1</b>	
	<i>Вторая неделя</i>													
	<i>Понедельник</i>													
	<i>Завтрак</i>													
288	Птица отварная (индейка)	60	10,7	9,7	0,3	131	13	8	6	1,1	0,0	0,0	0,0	
ТТК 565	Булгур отварной	150	6,9	8,8	36,0	251	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0	
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00	
	Батон, обогащенный йодоказеином	20	1,4	0,5	10,0	48	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	<b>Всего:</b>		<b>19,7</b>	<b>19,1</b>	<b>57,9</b>	<b>479</b>	<b>32</b>	<b>20</b>	<b>39</b>	<b>2,31</b>	<b>0,06</b>	<b>6,10</b>	<b>0,00</b>	
	<i>Обед</i>													
96	Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, зеленью	265	4,4	4,0	16,4	119	14	25	96	1,10	0,10	7,10	0,00	
ТТК 55	Рагу из говядины	200	12,5	12,0	16,5	224	21	37	73	2,2	0,2	39,0	0,0	
ТТК 472	Напиток из облепихи	200	0,0	0,0	15,0	60	1	0	0	0,1	0,0	0,0	0,0	
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон, обогащенный йодоказеином	25/20	3,2	0,8	20,8	101	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0	
	<b>Всего:</b>		<b>20,1</b>	<b>16,8</b>	<b>68,7</b>	<b>504</b>	<b>54</b>	<b>62</b>	<b>169</b>	<b>4,38</b>	<b>0,37</b>	<b>46,10</b>	<b>0,02</b>	
	<b>Итого:</b>		<b>39,8</b>	<b>35,9</b>	<b>126,6</b>	<b>983,0</b>	<b>86,0</b>	<b>82,0</b>	<b>208,2</b>	<b>6,7</b>	<b>0,4</b>	<b>52,2</b>	<b>0,0</b>	
	<i>Вторник</i>													
	<i>Завтрак</i>													
288	Птица отварная (пышлята)	70	21,5	1,4	0,2	99	9	65	102	1,2	0,1	2,0	0,1	
310	Картофель отварной	150	2,9	5,5	15,4	122	14	29	78	1,15	0,15	21,00	0,00	
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,9	0,0	13,0	0,0	
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00	
	Батон, обогащенный йодоказеином	20	1,4	0,5	10,0	48	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	<b>Всего:</b>		<b>26,5</b>	<b>8,0</b>	<b>48,4</b>	<b>368</b>	<b>49</b>	<b>110</b>	<b>202</b>	<b>6,10</b>	<b>0,25</b>	<b>36,10</b>	<b>0,05</b>	
	<i>Обед</i>													
102	Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	260	8,8	4,1	14,5	127	24	33	107	2,14	0,23	5,00	0,00	
241	Мясо отварное	45	10,9	4,5	0,0	84	5	13	103	1,00	0,03	0,00	0,00	
309	Рожки отварные	150	5,7	5,6	29,5	191	6	8	36	0,79	0,06	0,00	0,00	
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0	



348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/Багон, обогащенный йодоказеином	25/20	3,2	0,8	20,8	101	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>30,1</b>	<b>15,0</b>	<b>79,5</b>	<b>597</b>	<b>100</b>	<b>83</b>	<b>300</b>	<b>5,96</b>	<b>0,45</b>	<b>11,89</b>	<b>0,00</b>
	<b>Итого:</b>		<b>56,6</b>	<b>23,0</b>	<b>127,9</b>	<b>965,0</b>	<b>148,5</b>	<b>193,0</b>	<b>502,0</b>	<b>12,1</b>	<b>0,7</b>	<b>48,0</b>	<b>0,1</b>
	Среда												
	Завтрак												
ТТК 12	Жаркое с индейкой	200	14,4	10,9	17,0	224	20	34	72	2,0	0,0	7,2	0,0
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,9	0,0	13,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Багон, обогащенный йодоказеином	20	1,4	0,5	10,0	48	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>17,0</b>	<b>12,0</b>	<b>51,3</b>	<b>379</b>	<b>60</b>	<b>58</b>	<b>119</b>	<b>6,11</b>	<b>0,02</b>	<b>26,30</b>	<b>0,00</b>
	Обед												
111/2004	Борщ "Сибирский" с мясом, зеленью	260	4,4	3,8	9,4	89	35	25	73	1,40	0,05	9,20	0,00
241	Мясо отварное	40	9,7	4,0	0,0	75	4	12	92	0,90	0,03	0,00	0,00
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	7,3	37,0	248	14	135	202	4,50	0,21	0,00	0,00
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	0,5	0,1	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,7	0,0	20,0	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/Багон, обогащенный йодоказеином	25/20	3,2	0,8	20,8	101	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>27,0</b>	<b>16,3</b>	<b>93,3</b>	<b>625</b>	<b>95</b>	<b>183</b>	<b>395</b>	<b>8,84</b>	<b>0,40</b>	<b>35,20</b>	<b>0,00</b>
	<b>Итого:</b>		<b>44,0</b>	<b>28,3</b>	<b>144,6</b>	<b>1004,0</b>	<b>155,0</b>	<b>241,0</b>	<b>514,0</b>	<b>15,0</b>	<b>0,4</b>	<b>61,5</b>	<b>0,0</b>
	Четверг												
	Завтрак												
288	Пшеница отварная (цпыпята)	100	30,9	2,0	0,5	144	12	94	146	1,7	0,1	2,7	0,1
310	Картофель отварной	150	2,9	5,5	15,4	122	14	29	78	1,15	0,15	21,00	0,00
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	0,5	0,1	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Багон, обогащенный йодоказеином	20	1,4	0,5	10,0	48	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>35,9</b>	<b>8,2</b>	<b>37,5</b>	<b>363</b>	<b>45</b>	<b>135</b>	<b>257</b>	<b>4,01</b>	<b>0,23</b>	<b>29,75</b>	<b>0,07</b>
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,90	0,10	10,20	0,00
105	Фрикадельки мясные припущенные	90	19,7	11,7	0,7	187	4	13	87	0,90	0,28	0,00	0,00
309	Вермишель отварная	150	5,7	5,6	29,5	191	6	8	36	0,79	0,06	0,00	0,00
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	0,5	0,1	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,9	0,0	13,0	0,0
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,69	0,02	0,89	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Багон, обогащенный йодоказеином	25/20	3,2	0,8	20,8	101	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>32,6</b>	<b>23,8</b>	<b>92,4</b>	<b>739</b>	<b>106</b>	<b>86</b>	<b>250</b>	<b>7,52</b>	<b>0,57</b>	<b>30,09</b>	<b>0,00</b>
	<b>Итого:</b>		<b>68,5</b>	<b>31,9</b>	<b>129,9</b>	<b>1102,0</b>	<b>150,7</b>	<b>220,7</b>	<b>506,9</b>	<b>11,5</b>	<b>0,8</b>	<b>59,8</b>	<b>0,1</b>



		Пятница											
Завтрак													
241	Мясо отварное	40	9,7	4,0	0,0	75	4	12	92	0,90	0,03	0,00	0,00
304	Рис отварной	150	3,6	7,5	28,4	226	1	19	60	0,50	0,00	0,00	0,00
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	25	0,2	0,0	0,7	4	5	4	10	0,2	0,0	25,0	0,0
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,9	0,0	13,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон, обогащенный йодоказеином	20	1,4	0,5	10,0	48	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>15,6</b>	<b>12,6</b>	<b>61,9</b>	<b>452</b>	<b>36</b>	<b>51</b>	<b>184</b>	<b>5,30</b>	<b>0,04</b>	<b>38,10</b>	<b>0,00</b>
	Обед												
157/2004	Солянка домашняя с зеленью	250	6,7	5,5	6,9	104	10	29	86	1,00	0,07	4,50	0,01
284	Запеканка картофельная с мясом	200	14,6	12,2	21,0	252	19	44	143	1,8	0,2	4,3	0,0
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	60	0,9	3,0	6,8	59	26	9	17	0,3	0,0	16,0	0,0
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон, обогащенный йодоказеином	25/20	3,2	0,8	20,8	101	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>25,6</b>	<b>21,6</b>	<b>67,5</b>	<b>565</b>	<b>84</b>	<b>90</b>	<b>255</b>	<b>4,28</b>	<b>0,33</b>	<b>29,30</b>	<b>0,01</b>
	<b>Итого:</b>		<b>41,2</b>	<b>34,2</b>	<b>129,4</b>	<b>1017,0</b>	<b>120,3</b>	<b>141,0</b>	<b>438,8</b>	<b>9,6</b>	<b>0,4</b>	<b>67,4</b>	<b>0,0</b>
	Третья неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
241	Мясо отварное	40	9,7	4,0	0,0	75	4	12	92	0,90	0,03	0,00	0,00
310	Картофель отварной	150	2,9	5,5	15,4	122	14	29	78	1,15	0,15	21,00	0,00
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,9	0,0	13,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>15,3</b>	<b>10,6</b>	<b>52,5</b>	<b>366</b>	<b>54</b>	<b>57</b>	<b>192</b>	<b>6,30</b>	<b>0,26</b>	<b>34,10</b>	<b>0,00</b>
	Обед												
112	Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	260	4,8	4,0	14,0	111	9	18	73	1,0	0,1	5,2	0,0
438	Азу из говядины	200	11,7	13,0	20,9	248	19	43	82	2,10	0,20	24,30	0,00
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,9	0,0	13,0	0,0
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>21,8</b>	<b>18,3</b>	<b>85,9</b>	<b>626</b>	<b>110</b>	<b>94</b>	<b>198</b>	<b>8,18</b>	<b>0,47</b>	<b>43,40</b>	<b>0,00</b>
	<b>Итого:</b>		<b>37,1</b>	<b>28,9</b>	<b>138,4</b>	<b>992,0</b>	<b>164,0</b>	<b>151,0</b>	<b>390,0</b>	<b>14,5</b>	<b>0,7</b>	<b>77,5</b>	<b>0,0</b>
	Вторник												
	Завтрак												
288	Птица отварная (цыплята)	70	21,5	1,4	0,2	99	9	65	102	1,20	0,10	2,00	0,05
304	Рис отварной	150	3,6	7,5	28,4	226	1	19	60	0,50	0,00	0,00	0,00
71	Помидоры свежие (доп. гарнир)	60	0,7	0,1	2,3	13	8	12	16	0,5	0,0	15,0	0,0



338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,9	0,0	13,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Батон витаминный с микронутриентами	24	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>28,5</b>	<b>10,1</b>	<b>68,0</b>	<b>507</b>	<b>54</b>	<b>112</b>	<b>200</b>	<b>6,49</b>	<b>0,22</b>	<b>30,10</b>	<b>0,05</b>
	Обед												
ТТК 52	Борщ "Нижегородский" мясной с зеленью	250	7,3	3,9	8,8	100	23	33	66	1,50	0,07	10,70	0,01
241	Мясо отварное	40	9,7	4,0	0,0	75	4	12	92	0,90	0,03	0,00	0,00
312	Пюре картофельное	150	2,5	4,7	11,5	98	12	25	63	0,96	0,13	5,12	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>23,5</b>	<b>13,5</b>	<b>55,5</b>	<b>437</b>	<b>72</b>	<b>74</b>	<b>229</b>	<b>5,69</b>	<b>0,40</b>	<b>15,92</b>	<b>0,01</b>
	<b>Итого:</b>		<b>52,0</b>	<b>23,6</b>	<b>123,5</b>	<b>944,0</b>	<b>126,0</b>	<b>186,0</b>	<b>429,0</b>	<b>12,2</b>	<b>0,6</b>	<b>46,0</b>	<b>0,1</b>
	Среда												
	Завтрак												
291	Плов из индейки	200	10,7	17,1	44,5	375	12	30	84	1,4	0,0	2,3	0,0
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,9	0,0	13,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>13,9</b>	<b>18,2</b>	<b>83,1</b>	<b>552</b>	<b>62</b>	<b>54</b>	<b>-131</b>	<b>6,06</b>	<b>0,12</b>	<b>21,40</b>	<b>0,00</b>
	Обед												
102	Суп картофельный с чечевицей, мясом, зеленью	260	10,1	4,3	23,1	172	33	17	69	3,2	0,8	13,0	0,2
105	Фрикадельки мясные припущенные	70	15,3	9,1	0,6	145	3	10	67	0,70	0,22	0,00	0,00
ТТК 54	Овощи тушёные	150	3,2	8,5	14,0	145	13	19	50	0,9	0,1	0,1	0,0
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	Хлеб полезный с микронутриентами/Батон витаминный с микронутриентами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>33,4</b>	<b>22,7</b>	<b>76,0</b>	<b>671</b>	<b>110</b>	<b>67</b>	<b>215</b>	<b>7,00</b>	<b>1,30</b>	<b>14,02</b>	<b>0,15</b>
	<b>Итого:</b>		<b>47,3</b>	<b>40,9</b>	<b>159,1</b>	<b>1223,0</b>	<b>172,0</b>	<b>121,0</b>	<b>346,0</b>	<b>13,1</b>	<b>1,4</b>	<b>35,4</b>	<b>0,2</b>
	Четверг												
	Завтрак												
288	Птица отварная (цыплята)	70	21,5	1,4	0,2	99	9	65	102	1,20	0,10	2,00	0,05
310	Картофель отварной	150	2,9	5,5	15,4	122	14	29	78	1,15	0,15	21,00	0,00
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,9	0,0	13,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Батон витаминный с микронутриентами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>27,1</b>	<b>8,0</b>	<b>52,7</b>	<b>390</b>	<b>59</b>	<b>110</b>	<b>202</b>	<b>6,60</b>	<b>0,33</b>	<b>36,10</b>	<b>0,05</b>
	Обед												
88	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	260	4,0	3,9	6,9	78	28	14	66	0,9	0,1	17,4	0,0
241	Мясо отварное	40	9,7	4,0	0,0	75	4	12	92	0,90	0,03	0,00	0,00



309	Вермишель отварная	150	5,7	5,6	29,5	191	6	8	36	0,79	0,06	0,00	0,00
71	Помидоры свежие (доп. гарнир)	70	0,8	0,1	2,7	15	10	14	18	0,63	0,04	17,50	0,00
342	Компот из груши	200	0,2	0,1	14,0	58	8	5	6	1,0	0,0	2,1	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,48	0,17	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		24,2	14,5	78,2	540	84	53	218	5,70	0,40	37,00	0,00
	<b>Итого:</b>		51,3	22,5	130,9	930,0	143,0	163,0	420,0	12,3	0,7	73,1	0,1
	Питания												
	Завтрак												
ТТК 6	Котлеты из индейки	90	12,5	8,3	3,9	140	6	17	49	0,8	0,2	0,0	0,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	7,3	37,0	248	14	135	202	4,50	0,21	0,00	0,00
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,9	0,0	13,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,5	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		24,2	16,7	79,5	565	70	176	298	9,91	0,53	19,10	0,00
	Обед												
177/2004	Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	30/15/250	11,0	0,9	13,7	107	13	28	44	0,9	0,1	0,8	0,0
259	Жаркое по-домашнему	200	13,3	9,4	19,2	215	18	33	83	1,3	0,1	8,4	0,0
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	60	0,9	3,0	6,8	59	26	9	17	0,3	0,0	16,0	0,0
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/25	3,8	0,8	25,1	123	28	0	0	1,5	0,2	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		30,0	14,1	78,0	590	118	91	173	4,69	0,43	26,13	0,02
	<b>Итого:</b>		54,2	30,8	157,5	1155,0	188,0	267,0	471,0	14,6	1,0	45,2	0,0
	Четвертая неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
288	Птица отварная (индейка)	50	13,4	3,0	0,1	81	11	7	5	0,9	0,0	0,0	0,0
304	Рис отварной	150	3,6	7,5	28,4	226	1	19	60	0,51	0,02	0,00	0,00
338	Фрукты свежие	195	0,8	0,6	20,1	90	89	23	31	4,50	0,00	9,80	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Батон, обогащенный йодоказеином	20	1,4	0,5	10,0	48	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		19,4	11,7	68,7	486	106	53	104	6,76	0,04	9,90	0,00
	Обед												
99	Суп из овощей с мясом, зеленью	260	3,4	4,0	9,3	90	18	20	44	0,9	0,1	11,9	0,0
241	Мясо отварное	40	9,7	4,0	0,0	75	4	12	92	0,90	0,03	0,00	0,00
312	Пюре картофельное	150	2,5	4,7	11,5	98	12	25	63	0,96	0,13	5,12	0,00
ТТК 472	Напиток из облепихи	200	0,0	0,0	15,0	60	1	0	0	0,1	0,0	0,0	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон, обогащенный йодоказеином	25/20	3,2	0,8	20,8	101	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0







302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	7,3	37,0	248	14	135	202	4,50	0,21	0,00	0,00
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,9	0,0	13,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>31,4</b>	<b>20,1</b>	<b>76,3</b>	<b>612</b>	<b>68</b>	<b>172</b>	<b>336</b>	<b>10,01</b>	<b>0,59</b>	<b>19,10</b>	<b>0,00</b>
	Обед												
96	Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, зеленью	260	4,4	4,0	16,4	119	14	25	96	1,10	0,10	7,10	0,00
284	Запеканка картофельная с мясом	200	17,6	16,5	21,0	302	20	46	155	2,0	0,2	4,4	0,0
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	60	0,9	3,0	6,8	59	26	9	17	0,3	0,0	16,0	0,0
348	Компот из кураги	200	1,0	0,0	13,2	86	33	21	29	0,7	0,0	0,9	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон, обогащенный йодоказеином	25/20	3,2	0,8	20,8	101	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>27,1</b>	<b>24,3</b>	<b>78,2</b>	<b>667</b>	<b>111</b>	<b>101</b>	<b>297</b>	<b>5,08</b>	<b>0,39</b>	<b>28,40</b>	<b>0,00</b>
	<b>Итого:</b>		<b>58,5</b>	<b>44,4</b>	<b>154,5</b>	<b>1279,0</b>	<b>178,7</b>	<b>272,7</b>	<b>632,9</b>	<b>15,1</b>	<b>1,0</b>	<b>47,5</b>	<b>0,0</b>
	Пятница												
	Завтрак												
ТТК 477	Бифштекс домашний	90	8,1	13,4	15,9	217	7	10	35	0,9	0,1	1,2	0,0
654/2022	Пюре из картофеля и цветной капусты	150	3,2	5,5	18,8	138	22	32	-83	1,6	0,0	0,5	0,9
71	Помидоры свежие (доп. гарнир)	60	0,7	0,1	2,3	13	8	12	16	0,5	0,0	15,0	0,0
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,9	0,0	13,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Батон витаминный с микроэлементами	25	2,0	0,5	14,3	70	10	0	0	0,50	0,08	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>14,7</b>	<b>20,1</b>	<b>74,1</b>	<b>537</b>	<b>73</b>	<b>70</b>	<b>156</b>	<b>7,29</b>	<b>0,24</b>	<b>29,82</b>	<b>0,90</b>
	Обед												
104	Суп картофельный с мясом, зеленью	10/250	2,6	2,8	14,0	115	19	32	72	1,1	0,1	12,0	0,0
288	Птица отварная (цыплята)	80	24,6	1,6	0,2	114	9	75	117	1,3	0,1	2,1	0,1
304	Рис отварной	150	3,6	7,5	28,4	226	1	19	60	0,5	0,0	0,0	0,0
71	Помидоры свежие (доп. гарнир)	70	0,8	0,1	2,7	15	10	14	18	0,6	0,0	17,5	0,0
338	Фрукты свежие	130	0,5	0,5	12,7	58	21	12	14	2,9	0,0	13,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Хлеб полезный с микроэлементами/Батон, обогащенный йодоказеином	25/20	3,2	0,8	20,8	101	18	0	0	1,0	0,1	0,0	0,0
	<b>Всего:</b>		<b>35,5</b>	<b>13,4</b>	<b>88,9</b>	<b>670</b>	<b>83</b>	<b>156</b>	<b>289</b>	<b>8,31</b>	<b>0,32</b>	<b>44,70</b>	<b>0,05</b>
	<b>Итого:</b>		<b>50,2</b>	<b>33,5</b>	<b>163,0</b>	<b>1207,0</b>	<b>156,1</b>	<b>225,6</b>	<b>445,4</b>	<b>15,6</b>	<b>0,6</b>	<b>74,5</b>	<b>1,0</b>
	Итого по меню:		<b>972,0</b>	<b>608,4</b>	<b>2808,9</b>	<b>21043</b>	<b>3338</b>	<b>3778</b>	<b>8820</b>	<b>243,9</b>	<b>15,17</b>	<b>1125</b>	<b>2,33</b>
	среднее за день		<b>48,6</b>	<b>30,4</b>	<b>140,4</b>	<b>1052</b>	<b>167</b>	<b>189</b>	<b>441</b>	<b>12,20</b>	<b>0,76</b>	<b>56,23</b>	<b>0,12</b>
	Начальник производственно-технологического отдела МБУ "Дирекция по организации питания" Н.В.Решетникова												