



«Утверждаю»  
 Директор МКОУ «Билбильская СОШ  
 им. М. Абдуллаева»  
 Сайдов Т.М.

« 11 » 09 2022 г.

### ПРИМЕРНОЕ 12 ДНЕВНОЕ МЕНЮ

для организации питания учащихся МКОУ «Билбильская СОШ им. М. Абдуллаева»

на 2022-2023 учебный год (возрастная категория: 7-11 лет)

№ ре- цептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				ВИТАМИНЫ, МГ				МИНЕРАЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА, МГ			
			Белки г	Жиры г	Угле- воды, г	Энерг. Ценность, ккал	В <sub>1</sub>	А	С		Са	Р	M <sub>G</sub>	F <sub>E</sub>
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	

**1 ДЕНЬ**

558\2005	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЗЕЛЕН.ГОРОШКА	60	0.84	4.85	3.38	60.91	0.024		3.35	18.09	24.04	12.59	0.45
170\2005	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	2.52	4.65	19.12	150	0.06		10.29	44.38	53.23	26.25	1.19
041\2005	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	55\200	30.92	36.57	51.62	457.8	0.07	58	1.08	54.7	242	57.68	2.66
968\2005	КИСЕЛЬ	200	0.14		24.76	94.2				18	4.29		0.6
1350\2002	Хлеб пшеничный	30	2.88	0.35	17.74	85.63	0.05			7.47	26.08	4.97	0.38
	<b>ИТОГО:</b>		<b>37.3</b>	<b>46.42</b>	<b>116.62</b>	<b>848.54</b>							

**2 ДЕНЬ**

33\2010	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0.86	3.65	5.02	56.34	0.01		5.7	21.09	24.58	12.54	0.8
200\2005	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	5.49	5.28	16.33	134.75	0.1		8.33	38.08	87.18	35.3	1.03
608\2005	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	1\50	7.78	5.68	17.92	114.38	0.05	14.37	0.075	21.88	83.07	16.07	0.75
679\2005	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7.46	5.61	20.78	230.45	0.28	0.045	12	150.6	218.6	52.7	2.6
686\2005	КОМПОТ ИЗ СУХОВРУКТ	200	1.04		26.69	107.44			0.41	41.14	29.2	22.96	0.68
1350\2002	Хлеб пшеничный	30	2.88	0.35	17.74	85.63	0.05			7.47	26.08	4.97	0.38
	<b>ИТОГО:</b>		<b>25.51</b>	<b>20.57</b>	<b>104.48</b>	<b>728.99</b>							

3 ДЕНЬ

361\2002	СУП-ХИНКАЛ С ГОВЯДИНОЙ	250/25/25	4,67		5,86	5,9	99,09	0,05	0,1	0,86	78,64	11,72	2,37
637\2005	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	80	10,55	6,59	0,96	0,14	37,5	0,02		0,14	58,25	7,57	0,59
355\2005	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,6	5,85	28,35	180	0,045	0,045	0,113	1Ю755	89	27,98	0,768
859\2005	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,2	0,2	22,3	110			0,02	12,0	2,4		0,8
1350\2002	Хлеб пшеничный	30	2,88	0,35	17,74	85,63	0,05			7,47	26,08	4,97	0,38
	<b>ИТОГО:</b>		<b>26.04</b>	<b>19.53</b>	<b>201.25</b>	<b>660.38</b>							



4 ДЕНЬ

558\2005	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЗЕЛЕН.ГОРОШКА	60	0.84	4.85	3.38	60.91	0.024		3.35	18.09	24.04	12.59	0.45
208\2005	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2.69	2.84	17.14	104.75	0.11		8.25	24.6	66.65	27	1.09
637\2005	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	80	16.88	10.88		165	0.03	16		31.2	114.4	16	1.44
679\2005	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	4.95	3.28	26.46	160.28	0.11	0.02		1.22	121	0.03	2.43
686\2005	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТ	200	1.04		26.69	107.44			0.41	41.14	29.2	22.96	0.68
1350\2002	Хлеб пшеничный	40	3.84	0.47	23.65	114.17	0.067			9.69	34.77	6.63	0.51
	<b>ИТОГО:</b>		<b>30.24</b>	<b>22.32</b>	<b>97.32</b>	<b>712.55</b>							

5 ДЕНЬ

42\2004	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	100	1.41	5.08	9.02	87.4	0.03		32.45	37.37	27.61	15.16	0.51
204\2005	СУП РИСОВЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	250\15	0.18	3.3	14.65	113	0.11		8.33	24.98	96.93	29.45	1.24
301\2005	ПТИЦА ТУШЕННАЯ	80\80	17.65	14.58	4.7	221	0.05	43	0.02	54.5	132.9	20.3	1.62
688\2005	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	5.52	4.52	26.45	168.45	0.08	28		6.48	9.56	23.16	1.48
859\2005	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОКИ	200	0.2	0.2	22.3	110	0.02			12	2.4		0.8
1350\2002	Хлеб пшеничный	40	3.84	0.47	23.65	114.17	0.067			9.69	34.77	6.63	0.51
	<b>ИТОГО:</b>		<b>28.8</b>	<b>28.15</b>	<b>100.77</b>	<b>814.02</b>							

## 6 ДЕНЬ

42\2010	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0.85	3.05	5.19	51.54	0.05		16.76	18.68	34.61	16.26	0.74
197\2005	СУП С МЯСОМ С ПЕРЛОВОЙ КРУПОЙ	250\15	4.4	5.68	16.67	149.25	0.112		4.76	17.36	46.74	19.4	0.62
681\2005	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7.46	5.61	20.78	230.45	0.28	0.045	12	150.6	218.6	52.7	2.6
591\2005	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50\38	11.9	9.76	2.87	101.5	0.17		1.28	24.36	194.96	26.01	2.32
686\2005	КОМПЮТ ИЗ СУХОФРУКТ	200	1.04		26.69	107.44			0.41	41.14	29.2	22.96	0.68
1350\2002	Хлеб пшеничный	40	3.84	0.47	23.65	114.17	0.067			9.69	34.77	6.63	0.51
847\2005	ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	47	0.03		10	10	75.8		2.2
	<b>ИТОГО:</b>		<b>29.89</b>	<b>24.97</b>	<b>105.65</b>	<b>801.35</b>							

## 7 ДЕНЬ

45\2010	ВЕНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	0.81	3.7	4.61	54.96	0.06	0	10.25	33.55	40.17	21.35	0.88
71\2005	СУП ВЕРМЕШЕЛ С ПТИЦЕЙ	250\25	5.27	6.8	14.25	103.13		10		19.5	71.5	10	0.9
244\2015	ПЛОВ С МЯСОМ	200	9,59	22,94	39,33	380,68		00,1	0,36	8,38		17,1	1,09
	СОК ФРУКТОВЫЙ ПРОМ ПРОИЗВОДСТВА	200	1.0	0.03	24	94							
1350\2002	Хлеб пшеничный	40	3.84	0.47	23.65	114.17	0.067			9.69	34.77	6.63	0.51
	Тортимилки	60	3.5	17	60	250							
847\2005	ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	47	0.03		10	10	75.8		2.2
	<b>ИТОГО:</b>		<b>28.69</b>	<b>33.25</b>	<b>142.84</b>	<b>813.26</b>							



8 ДЕНЬ

42\2004	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	100	1.41	5.08	9.02	87.4	0.03		32.45	37.37	27.61	15.16	0.51
206\2005	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	5.49	5.28	126.33	134.75	0.23		5.81	38.08	87.18	35.3	2.03
244\2015	ПЛОВ С МЯСОМ	175	9.59	22.94	39.33	380.60		0.01	0.36	8.38		17.1	1.09
859\2005	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	200	0.2	0.2	22.3	110	0.02			12	2.4		0.8
1350\2002	Хлеб пшеничный	40	3.84	0.47	23.65	114.17	0.067			9.69	34.77	6.63	0.51
	<b>ИТОГО:</b>		<b>20.53</b>	<b>33.97</b>	<b>110.61</b>	<b>798.46</b>							

9 ДЕНЬ

558\2005	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ,МОРКОВИ И ЗЕЛЕН.ГОРОШКА	60	0.84	4.85	3.38	60.91	0.024		3.35	18.09	24.04	12.59	0.45
187\2005	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И	250\15	6.05	5.46	18.57	113.25	0.072		18.54	45.3	82.58	51.89	1.53
246\2005	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	100	15,1	6,4	3,3	131	0,17		1,28	24,36	194,69	26,01	2,32
681\2005	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4.53	9.82	22.25	188.65	0.37	0.06	12	150.6	218.85	52.7	2.6
	СОК ФРУКТОВЫЙ ПРОМ ПРОИЗВОДСТВА	200	1.0	0.03	24	94							
1350\2002	Хлеб пшеничный	40	3.84	0.47	23.65	114.17	0.067			9.69	34.77	6.63	0.51
	<b>ИТОГО:</b>		<b>36,82</b>	<b>35,79</b>	<b>96,81</b>	<b>801,13</b>							

10 ДЕНЬ

33\2010	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0.86	3.65	5.02	56.34	0.01		5.7	21.09	24.58	12.54	0.8
204\2005	СУП РИСОВЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	250\15	0.18	3.3	14.65	113	0.11		8.33	24.98	96.93	29.45	1.24
591\2005	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50\38	11.9	9.76	2.87	101.5	0.17		1.28	24.36	194.96	26.01	2.32
694\2005	ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	150	3.06	7.8	20.45	137.15	0.14	25.5	18.14	36.98	86.6	27.65	1.01
1350\2002	Хлеб пшеничный	40	3.84	0.47	23.65	114.17	0.067			9.69	34.77	6.63	0.51
968\2005	КИСЕЛЬ	200	0.14		24.76	94.2				18	4.29		0.6
	КОНД ИЗД: КОНФЕТЫ	20	0.3	4.72	11.2	97.11							
	<b>ИТОГО:</b>		<b>20,28</b>	<b>29,7</b>	<b>102,6</b>	<b>713,47</b>							



11 ДЕНЬ

81	Салат из капусты белокочанной с растит маслом	100	1.92	10.08	7.89	130.22	0.04		48.35	58.33	37.43	20.58	0.80
200\2005	Суп картофельный с горохом	250	5.49	4.89	5.28	16.33	134.75	0.1	8.33	38.08	87.18	35.3	1.03
632	Гуляш	80	16.90	15.40	5.38	218	0.07	0.03	0.25	13.58	19.46	109.50	2.20
679	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,46	5,61	35,84	230,45	12,98	67,50	208,5	3,95	0,18	0,00	0,02
943\2005	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	14,00	28,00	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00
1350\2002	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.84	0.47	23.65	114.17	0.067			9.69	34.77	6.63	0.51
847\2005	БАНАН	100	1.5	0.5	21	95							
	<b>ИТОГО:</b>		<b>37.31</b>	<b>36.95</b>	<b>113.04</b>	<b>627.95</b>							



12 ДЕНЬ

139\2005	ЯЙЦО ВАРЕННОЕ	40	5.08	4.60	0.28	62.80	31.81	0.78			0.01	0.12	0.01
208\2005	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2.69	2.84	17.14	104.75	0.11		8.25	24.6	66.65	27	1.09
608\2005	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	1\50	7.78	5.68	17.92	114.38	0.05	14.37	0.075	21.88	83.07	16.07	0.75
355\2005	РИС ОТВАРНОЙ	150	3.6	5.85	28.35	180	0.045	0.045	0.113	1Ю755	89	27.98	0.768
558\2005	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЗЕЛЕН.ГОРОШКА	60	0.84	4.85	3.38	60.91	0.024		3.35	18.09	24.04	12.59	0.45
943\2005	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	14,00	28,00	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00
	ПЕЧЕНЬЕ ПРОМ .ПРОИЗВОДСТВА	50	2.2	1.45	38.55	166.5							
	ИТОГО:		22,39	25,27	119,62	717,34							

**СРЕДНЕЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ НУТРИЕНТОВ**

Дни по меню	Пищевые вещества					Минер. вещества, мг					Витамины, мг		
	Белки г	Жиры г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Mg	P	Fe	В <sub>1</sub>	С	А		
1	37.3	46.42	116.62	848.54									
2	25.51	20.57	104.48	728.99									
3	26.04	19.53	201.25	660.38									
4	30.24	22.32	97.32	712.55									
5	28.8	28.15	100.77	814.02									
6	29,89	24,97	105,65	801,35									
7	28.69	33.25	142.84	813.26									
8	20.53	33.97	110.61	798.46									
9	36,82	35,79	96,81	801,13									
10	20,28	29,7	102,6	713,47									
11	37.31	36.95	113.04	627.95									
12	22,39	25,27	119,62	717,34									
<b>СРЕДНЕЕ</b>	25.6	29.7	117.6	753.12КК АЛ									

**«Утверждаю»**

Директор МКОУ «Билбильская СОШ им. М. Абдуллаева»

Сайдов Т.М.

« 11 » 09 2022 г

**ПРИМЕРНОЕ 12 ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

для организации питания учащихся МКОУ «Билбильская СОШ им. М. Абдуллаева»  
на 2022-2023 учебный год (возрастная категория: 7-11 лет)

№ ре- цептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				ВИТАМИНЫ, МГ				МИНЕРАЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА, МГ			
			Белки г	Жиры г	Угле- воды, г	Энерг. Ценность, ккал	В <sub>1</sub>	А	С		Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	

**1 ДЕНЬ**

558\2005	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЗЕЛЕН.ГОРОШКА	60	0.84	4.85	3.38	60.91	0.024		3.35	18.09	24.04	12.59	0.45
170\2005	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	2.52	4.65	19.12	150	0.06		10.29	44.38	53.23	26.25	1.19
041\2005	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	55\200	30.92	36.57	51.62	457.8	0.07	58	1.08	54.7	242	57.68	2.66
968\2005	КИСЕЛЬ	200	0.14		24.76	94.2				18	4.29		0.6
1350\2002	Хлеб пшеничный	30	2.88	0.35	17.74	85.63	0.05			7.47	26.08	4.97	0.38
	<b>ИТОГО:</b>		<b>37.3</b>	<b>46.42</b>	<b>116.62</b>	<b>848.54</b>							



**2 ДЕНЬ**

33\2010	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0.86	3.65	5.02	56.34	0.01		5.7	21.09	24.58	12.54	0.8
200\2005	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	5.49	5.28	16.33	134.75	0.1		8.33	38.08	87.18	35.3	1.03
608\2005	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	1\50	7.78	5.68	17.92	114.38	0.05	14.37	0.075	21.88	83.07	16.07	0.75
679\2005	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7.46	5.61	20.78	230.45	0.28	0.045	12	150.6	218.6	52.7	2.6
686\2005	КОМПОТ ИЗ СУХОВРУКТ	200	1.04		26.69	107.44			0.41	41.14	29.2	22.96	0.68
1350\2002	Хлеб пшеничный	30	2.88	0.35	17.74	85.63	0.05			7.47	26.08	4.97	0.38
	<b>ИТОГО:</b>		<b>25.51</b>	<b>20.57</b>	<b>104.48</b>	<b>728.99</b>							

3 ДЕНЬ

361\2002	СУП-ХИНКАЛ С ГОВЯДИНОЙ	250/25/25	4,67		5,86	5,9	99,09	0,05	0,1	0,86	78,64	11,72	2,37
637\2005	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	80	7,37		0,96	0,14	37,5	0,02		0,14	58,25	7,57	0,59
355\2005	РИС ОТВАРНОЙ	150	10,55	6,59		103,13	0,03	16		31,2	114,4	16	1,44
859\2005	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	3,6	5,85	28,35	180	0,045	0,045	0,113	1Ю755	89	27,98	0,768
1350\2002	Хлеб пшеничный	30	0,2	0,2	22,3	110			0,02	12,0	2,4		0,8
	<b>ИТОГО:</b>		2,88	0,35	17,74	85,63	0,05			7,47	26,08	4,97	0,38
			<b>26,04</b>	<b>19,53</b>	<b>201,25</b>	<b>660,38</b>							

4 ДЕНЬ

558\2005	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЗЕЛЕН.ГОРОШКА	60	0.84	4.85	3.38	60.91	0.024		3.35	18.09	24.04	12.59	0.45
208\2005	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2.69	2.84	17.14	104.75	0.11		8.25	24.6	66.65	27	1.09
637\2005	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	80	16.88	10.88		165	0.03	16		31.2	114.4	16	1.44
679\2005	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	4.95	3.28	26.46	160.28	0.11	0.02		1.22	121	0.03	2.43
686\2005	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТ	200	1.04		26.69	107.44			0.41	41.14	29.2	22.96	0.68
1350\2002	Хлеб пшеничный	40	3.84	0.47	23.65	114.17	0.067			9.69	34.77	6.63	0.51
	<b>ИТОГО:</b>		<b>30.24</b>	<b>22.32</b>	<b>97.32</b>	<b>712.55</b>							

5 ДЕНЬ

42\2004	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	100	1.41	5.08	9.02	87.4	0.03		32.45	37.37	27.61	15.16	0.51
204\2005	СУП РИСОВЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	250\15	0.18	3.3	14.65	113	0.11		8.33	24.98	96.93	29.45	1.24
301\2005	ПТИЦА ТУШЕННАЯ	80\80	17.65	14.58	4.7	221	0.05	43	0.02	54.5	132.9	20.3	1.62
688\2005	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	5.52	4.52	26.45	168.45	0.08	28		6.48	9.56	23.16	1.48
859\2005	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОКИ	200	0.2	0.2	22.3	110	0.02			12	2.4		0.8
1350\2002	Хлеб пшеничный	40	3.84	0.47	23.65	114.17	0.067			9.69	34.77	6.63	0.51
	<b>ИТОГО:</b>		<b>28.8</b>	<b>28.15</b>	<b>100.77</b>	<b>814.02</b>							



6 ДЕНЬ

42\2010	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0.85	3.05	5.19	51.54	0.05		16.76	18.68	34.61	16.26	0.74
197\2005	СУП С МЯСОМ С ПЕРЛОВОЙ КРУПОЙ	250\15	4.4	5.68	16.67	149.25	0.112		4.76	17.36	46.74	19.4	0.62
681\2005	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7.46	5.61	20.78	230.45	0.28	0.045	12	150.6	218.6	52.7	2.6
591\2005	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50\38	11.9	9.76	2.87	101.5	0.17		1.28	24.36	194.96	26.01	2.32
686\2005	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТ	200	1.04		26.69	107.44			0.41	41.14	29.2	22.96	0.68
1350\2002	Хлеб пшеничный	40	3.84	0.47	23.65	114.17	0.067			9.69	34.77	6.63	0.51
847\2005	ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	47	0.03		10	10	75.8		2.2
	<b>ИТОГО:</b>		<b>29.89</b>	<b>24.97</b>	<b>105.65</b>	<b>801.35</b>							

## 7 ДЕНЬ

45\2010	ВЕНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	0.81	3.7	4.61	54.96	0.06	0	10.25	33.55	40.17	21.35	0.88
71\2005	СУП ВЕРМЕШЕЛ С ПТИЦЕЙ	250\25	5.27	6.8	14.25	103.13		10		19.5	71.5	10	0.9
244\2015	ПЛОВ С МЯСОМ	200	9,59	22,94	39,33	380,68		00,1	0,36	8,38		17,1	1,09
	СОК ФРУКТОВЫЙ ПРОМ ПРОИЗВОДСТВА	200	1.0	0.03	24	94							
1350\2002	Хлеб пшеничный	40	3.84	0.47	23.65	114.17	0.067			9.69	34.77	6.63	0.51
	Тортимилки	60	3.5	17	60	250							
847\2005	ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	47	0.03		10	10	75.8		2.2
	<b>ИТОГО:</b>		<b>28.69</b>	<b>33.25</b>	<b>142.84</b>	<b>813.26</b>							

8 ДЕНЬ

42\2004	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	100	1.41	5.08	9.02	87.4	0.03		32.45	37.37	27.61	15.16	0.51
206\2005	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	5.49	5.28	126.33	134.75	0.23		5.81	38.08	87.18	35.3	2.03
244\2015	ПЛОВ С МЯСОМ	175	9.59	22.94	39.33	380.60		0.01	0.36	8.38		17.1	1.09
859\2005	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	200	0.2	0.2	22.3	110	0.02			12	2.4		0.8
1350\2002	Хлеб пшеничный	40	3.84	0.47	23.65	114.17	0.067			9.69	34.77	6.63	0.51
	<b>ИТОГО:</b>		<b>20.53</b>	<b>33.97</b>	<b>110.61</b>	<b>798.46</b>							

9 ДЕНЬ

558\2005	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ,МОРКОВИ И ЗЕЛЕН.ГОРОШКА	60	0.84	4.85	3.38	60.91	0.024		3.35	18.09	24.04	12.59	0.45
187\2005	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И	250\15	6.05	5.46	18.57	113.25	0.072		18.54	45.3	82.58	51.89	1.53
246\2005	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	100	15,1	6,4	3,3	131	0,17		1,28	24,36	194,69	26,01	2,32
681\2005	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4.53	9.82	22.25	188.65	0.37	0.06	12	150.6	218.85	52.7	2.6
	СОК ФРУКТОВЫЙ ПРОМ ПРОИЗВОДСТВА	200	1.0	0.03	24	94							
1350\2002	Хлеб пшеничный	40	3.84	0.47	23.65	114.17	0.067			9.69	34.77	6.63	0.51
	<b>ИТОГО:</b>		<b>36,82</b>	<b>35,79</b>	<b>96,81</b>	<b>801,13</b>							



10 ДЕНЬ

33\2010	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0.86	3.65	5.02	56.34	0.01		5.7	21.09	24.58	12.54	0.8
204\2005	СУП РИСОВЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	250\15	0.18	3.3	14.65	113	0.11		8.33	24.98	96.93	29.45	1.24
591\2005	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50\38	11.9	9.76	2.87	101.5	0.17		1.28	24.36	194.96	26.01	2.32
694\2005	ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	150	3.06	7.8	20.45	137.15	0.14	25.5	18.14	36.98	86.6	27.65	1.01
1350\2002	Хлеб пшеничный	40	3.84	0.47	23.65	114.17	0.067			9.69	34.77	6.63	0.51
968\2005	КИСЕЛЬ	200	0.14		24.76	94.2				18	4.29		0.6
	КОНД ИЗД: КОНФЕТЫ	20	0.3	4.72	11.2	97.11							
	<b>ИТОГО:</b>		<b>20,28</b>	<b>29,7</b>	<b>102,6</b>	<b>713,47</b>							

11 ДЕНЬ

81	Салат из капусты белокачанной с растит маслом	100	1.92	10.08	7.89	130.22	0.04		48.35	58.33	37.43	20.58	0.80
200\2005	Суп картофельный с горохом	250	5.49	4.89	5.28	16.33	134.75	0.1	8.33	38.08	87.18	35.3	1.03
632	Гуляш	80	16.90	15.40	5.38	218	0.07	0.03	0.25	13.58	19.46	109.50	2.20
679	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,46	5,61	35,84	230,45	12,98	67,50	208,5	3,95	0,18	0,00	0,02
943\2005	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	14,00	28,00	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00
1350\2002	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.84	0.47	23.65	114.17	0.067			9.69	34.77	6.63	0.51
847\2005	БАНАН	100	1.5	0.5	21	95							
	<b>ИТОГО:</b>		<b>37.31</b>	<b>36.95</b>	<b>113.04</b>	<b>627.95</b>							

12 ДЕНЬ

139\2005	ЯЙЦО ВАРЕННОЕ	40	5.08	4.60	0.28	62.80	31.81	0.78			0.01	0.12	0.01
208\2005	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2.69	2.84	17.14	104.75	0.11		8.25	24.6	66.65	27	1.09
608\2005	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	1\50	7.78	5.68	17.92	114.38	0.05	14.37	0.075	21.88	83.07	16.07	0.75
355\2005	РИС ОТВАРНОЙ	150	3.6	5.85	28.35	180	0.045	0.045	0.113	1Ю755	89	27.98	0.768
558\2005	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЗЕЛЕН.ГОРОШКА	60	0.84	4.85	3.38	60.91	0.024		3.35	18.09	24.04	12.59	0.45
943\2005	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	14,00	28,00	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00
	ПЕЧЕНЬЕ ПРОМ .ПРОИЗВОДСТВА	50	2.2	1.45	38.55	166.5							
	ИТОГО:		22,39	25,27	119,62	717,34							



