

Неделя 1 День 1 (Понедельник)							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Возрастная категория: 7-11 лет							
Завтрак	Сыр порциями	10	2,30	3,90	0,00	36,00	210**
	Каша молочн., пшеничная с маслом	180/5	18,44	9,14	21,03	262,00	15**
	Чай с молоком	200	1,60	1,65	17,36	86,00	382**
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,34	19,32	93,52	ПР
Итого за завтрак			25,50	15,03	57,71	477,52	
Обед	Салат из кваш.капусты с рас. маслом	60	0,96	3,04	5,00	52,00	49*
	Суп картофельный с горохом	200	4,71	3,73	15,96	118,00	139*
	Птица тушенная в смет, соусе	100	13,88	17,78	4,50	199,00	493*
	Макаронные изделия отварные	150	5,32	4,89	35,52	211,00	516*
	Чай с фруктовым соком	200	0,34	0,02	24,53	95,00	639*
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	ПР
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	
Итого за обед			29,03	30,10	114,93	813,72	
Итого за день			54,53	45,13	172,64	1291,24	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Завтрак	Сыр порциями	20	2,30	3,90	0,00	36,00	210
	Каша молоч. пшеничная с маслом	200/5	20,49	10,15	23,36	272,73	15**
	Чай с молоком	200	1,60	1,65	17,36	86,00	382**
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	119,00	ПР
Итого за завтрак			28,34	16,20	64,87	513,73	
	Салат из кваш.капусты с рас. маслом	60	0,96	3,04	5,00	52,00	49*
	Суп картофельный с горохом	250	5,89	4,65	19,98	147,00	139*
	Птица тушенная в смет, соусе	100	13,88	17,78	4,50	199,00	493*
	Макаронные изделия отварные	180	6,38	5,87	42,62	253,00	516*
	Чай с фруктовым соком	200	0,34	0,02	24,53	95,00	639*
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,6	29,64	137,64	ПР
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	19,44	96,00	
Итого за обед			33,18	32,26	145,71	979,64	
Итого за день			61,52	48,46	210,58	1493,37	

Неделя 1 День 2 (Вторник)							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Возрастная категория: 7-11 лет							
Завтрак	Бутерброд с маслом	10	0,10	7,20	0,13	65,72	120**
	Каша молочная овсяная с маслом	180/5	17,63	12,96	23,61	267,00	342**
	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	15,01	57,00	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,34	19,44	96,00	ПР
Итого за завтрак			20,87	17,53	58,06	420,00	
Обед	Салат из свеклы с курагой и изюмом	60	0,93	3,05	5,65	53,00	59**
	Щи из свежей капусты с картофелем и со сметаной	200/5	1,47	4,67	7,31	89,00	110*
	Тефтели рубленые с соусом	90(60/30)	8,56	14,11	9,07	197,00	462*
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,76	6,62	43,08	271,00	508*
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,00	28,88	116,00	79*
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	ПР
	Печенье	30	2,25	2,94	22,32	125,00	ПР
Итого за обед			24,65	31,83	136,07	942,96	
Итого за день			45,52	49,36	194,13	1362,96	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
	Бутерброд с маслом	10	0,10	7,20	0,13	65,72	120**
Завтрак	Каша молочная овсяная с маслом	200/5	7,40	13,95	31,96	284,00	210**
	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	15,01	57,00	342**
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,30	119,00	ПР
	Итого за завтрак			16,00	20,20	71,27	532,00
Обед	Салат из свеклы с курагой и изюмом	100	1,55	5,08	9,42	88,00	59**
	Щи из свежей капусты с картофелем и со сметаной	250/5	1,80	6,20	9,00	107,00	110*
	Тефтели рубленые с соусом	105(70/35)	10,15	16,54	12,02	238,00	462*
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,51	7,94	51,70	325,00	508*
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,00	28,88	116,00	79*
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,6	29,64	137,64	ПР
	Печенье	30	2,25	2,94	22,32	125,00	ПР

Итого за обед			30,06	39,30	162,98	1136,64	
Итого за день			46,06	59,50	234,25	1668,64	

Неделя 1 День 3 (Среда)							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Возрастная категория: 7-11 лет							
Завтрак	Бутерброд с повидлом	180	25,02	17,28	36,18	400,32	222
	Каша молот, рисовая с маслом	180/5	22,08	15,42	26,55	244,00	
	Кофейный напиток с молоком	200	2,50	3,60	28,70	152,00	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,34	19,44	96,00	
Итого за завтрак			28,82	23,66	74,69	624,00	
Обед	Салат из кваш.капусты с рас. маслом	60	0,96	3,04	5,00	52,00	39
	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	1,88	5,10	13,92	113,00	132*
	Рыба припущенная с соусом	80(50/30)	13,81	5,76	2,73	139,00	371*
	Пюре картофельное	150	3,22	5,56	22,00	155,00	520*
	Чай с лимоном	200	0,26	0,06	15,22	59,00	379**
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	ПР
Итого за обед			22,37	19,96	78,63	609,96	
Итого за день			51,19	43,62	153,32	1233,96	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
	Бутерброд с повидлом	200	27,80	19,20	40,20	444,80	222
Завтрак	Каша молоч. рисовая с маслом	200/5	6,37	10,68	32,15	256,00	222/326**
	Чай с слимоном	200	2,50	3,60	28,70	152,00	
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,30	119,00	349**
	Итого за завтрак			12,67	14,68	85,15	527,00
Обед	Салат из кваш. капусты с рас. маслом	100	1,60	5,07	8,33	87,00	49*
	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	2,31	6,60	17,36	135,00	132*
	Рыба припущенная с соусом	100(60/40)	16,64	7,09	3,59	169,00	371*
	Пюре картофельное	180	3,87	6,68	26,41	197,00	520*
	Чай с лимоном	200	0,26	0,06	15,22	59,00	379**
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,6	29,64	137,64	ПР

Итого за обед			28,04	26,10	100,55	784,64	
Итого за день			40,71	40,78	185,70	1311,64	

Неделя 1 День 4 (Четверг)							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Возрастная категория: 7-11 лет							
Завтрак	Масло сливочное порциями	10	0,05	8,25	0,08	75,00	120**
	Каша молоч. гречневая с маслом	180/5	7,00	9,20	27,00	224,00	3**
	Чай с молоком	200	1,60	1,65	17,36	86,00	382**
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,34	19,44	96,00	338**
Итого за завтрак			11,69	19,44	63,80	481,00	
Обед	Помидоры свежие порциями	60	0,48	0,12	3,12	12,00	49**
	Щи из св капусты с картофелем со сметаной	200/5	1,46	4,75	6,22	79,00	124*
	Плов из птицы	150	20,27	6,74	28,08	256,00	492*
	Компот из св. плодов	200	0,16	0,16	27,87	109,00	631*
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	ПР
	Печенье сахарное	30	2,25	2,94	22,32	125,00	ПР
Итого за обед			26,86	15,15	107,37	672,96	
Итого за день			38,55	34,59	171,17	1153,96	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Завтрак	Каша молоч. гречневая с маслом	200/5	7,73	9,65	30,00	248,18	120**
	Чай с молоком	200	1,60	1,65	17,36	86,00	3**
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,30	119,00	382**
	Масло сливочное порциями	10	0,05	8,25	0,08	75,00	120**
Итого за завтрак			13,18	19,95	71,74	528,18	
Обед	Помидоры свежие порциями	100	0,80	0,20	5,21	20,04	49**
	Щи из св капусты с картофелем со сметаной	250/5	1,80	5,57	7,77	93,00	124*
	Плов из птицы	200	26,96	8,96	37,35	340,48	492*
	Компот из св. плодов	200	0,16	0,16	27,87	109,00	631*
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,6	29,64	137,64	ПР
	Печенье сахарное	30	2,25	2,94	22,32	125,00	ПР

Итого за обед			35,33	18,43	130,16	825,16	
Итого за день			48,51	38,38	201,90	1353,34	

Неделя 1 День 5(Пятница)							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Возрастная категория: 7-11 лет							
Завтрак	Сыр порциями	10	2,30	3,90	0,00	36,00	173**
	Каша молот, пшенная с маслом	180/5	17,63	12,96	23,61	267,00	209**
	Чай с лимоном	200	0,26	0,06	15,22	59,00	379**
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,34	19,44	96,00	ПР
Итого за завтрак			23,23	17,26	58,27	458,00	
Обед	Салат из свеклы отварной	60	0,76	9,04	4,59	103,00	43*
	Суп картоф.с макарон, издел.	200	2,26	4,30	16,68	117,00	140*
	Каша пшеничная	150	6,1	13,2	24,8	243	140*
	Гуляш из говядины	80	11,03	12,63	0,24	157	436*
	Кофейный напиток	200	0,66	0,09	32,01	132,8	ПР
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	ПР
	Вафли	150					
Итого за обед			23,05	39,70	98,08	844,76	
Итого за день			46,28	56,96	156,35	1302,76	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Завтрак	Сыр порциями	10	2,30	3,90	0,00	36,00	173**
	Каша молот, пшенная с маслом	200/5	19,59	14,40	26,24	288,18	173**
	Чай с лимоном	200	0,26	0,06	15,22	59,00	209**
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,30	119,00	379**
Итого за завтрак			25,95	18,76	65,76	502,18	
Обед	Салат из свеклы	100	1,27	15,06	7,65	171	43*
	Суп картоф.с макарон, издел.	250/5	2,84	5,37	20,84	146	140*
	Каша пшеничная	150	6,1	13,2	24,8	243	140*
	Гуляш из говядины	80	11,03	12,63	0,24	157	436*
	Кофейный напиток	200	0,66	0,09	32,01	132,8	686*
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,6	29,64	137,64	ПР
	Вафли	150					

Итого за обед			25,26	46,95	115,18	987,44	
Итого за день			51,21	65,71	180,94	1489,62	

Неделя 1 День 6 (Суббота)							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Возрастная категория: 7-11 лет							
	Огурцы свежие порциями	60	0,48	0,12	3,12	12,00	43*
	Суп картофельный с клецками	200	2,84	3,67	15,03	115,40	134*
	Рис отварной	180	4,58	7,33	46,33	275,00	511*
	Биточки куриные	50	8,8	6,7	3,7	110.5	
	Компот из кураги	200	1,04	0	30,96	123	ПР
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	ПР
Итого за обед			19,50	18,14	115,78	605,36	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
	Огурцы свежие порциями	100	0,80	0,20	5,20	20,00	43*
	Биточки куриные	50	8,8	6,7	3,7	110.5	
	Суп картофельный с клецками	250	3,56	4,59	18,79	144,25	134*
	Компот из кураги	200	1,04	0,00	30,96	123,00	ПР
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,6	29,64	137,64	ПР
Итого за обед			33,70	5,19	79,39	404,89	
Итого за день			14,20	11,49	58,65	287,25	

Неделя 2 День 7 (Понедельник)							
			Пищевые вещества			Энергетическая	№

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептуры
Возрастная категория: 7-11 лет							
Завтрак	Бутерброд с маслом	10	0,10	7,20	0,13	65,72	120**
	Яйцо вареное	1 шт	5,10	4,60	0,30	63,00	120**
	Чай с молоком	200	1,60	1,65	17,36	86,00	ПР
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,34	19,44	96,00	338**
Итого за завтрак			9,84	13,79	37,23	310,72	
Обед	Салат с кукурузой	100	0,52	0,12	0,81	4,35	52*
	Суп картофельный с горохом	200	4,71	3,73	15,96	118,00	139*
	Тефтели тушенные в соусе	80(50/30)	6,01	13,30	3,14	157,00	260**
	Макаронные изделия отварные	150	5,32	4,89	35,52	211,00	516*
	Чай с фруктовым соком	200	0,34	0,02	24,53	95,00	686*
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	ПР
Итого за обед			19,14	22,50	99,72	677,31	
Итого за день			28,98	36,29	136,95	988,03	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Завтрак	Бутерброд с маслом	10	0,10	7,20	0,13	65,72	120**
	Яйцо вареное	1 шт	5,10	4,60	0,30	63,00	120**
	Чай с молоком	200	1,60	1,65	17,36	86,00	382**
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,30	119,00	ПР
Итого за завтрак			10,60	13,85	42,09	333,72	
Обед	Салат с кукурузой	100	0,52	0,12	0,81	4,35	52*
	Суп картофельный с горохом	250	5,89	4,65	19,98	147,00	139*
	Тефтели тушенные в соусе	100(60/40)	7,28	16,14	4,08	192,00	260**
	Макаронные изделия отварные	180	6,38	5,87	42,62	253,00	516*
	Чай с фруктовым соком	200	0,34	0,02	24,53	95,00	686*
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,6	29,64	137,64	ПР
Итого за обед			23,77	27,40	121,66	828,99	
Итого за день			34,37	41,25	163,75	1162,71	

Неделя 2 День 8 (Вторник)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Возрастная категория: 7-11 лет							
Завтрак	Бутерброд с повидлом	40	1,20	4,30	22,00	132,00	
	Каша молоч. манная с маслом	180/5	17,66	20,19	20,38	244,00	
	Чай с лимоном	200	0,26	0,06	15,22	59,00	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,34	19,44	96,00	379**
Итого за завтрак			22,16	24,89	77,04	531,00	
Обед	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	0,17	0,41	0,73	7,29	49**
	Щи из св капусты с картофелем со сметаной	200/5	1,46	4,75	6,22	79,00	124*
	Котлеты руб. из птицы с соусом	80(50/30)	10,84	7,60	1,86	157,00	452*
	Рис отварной	150	3,81	6,11	38,61	228,00	511*
	Какао с молоком	200	3,04	3,39	27,91	149,00	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	ПР
Итого за обед			21,56	22,70	95,09	712,25	
Итого за день			43,72	47,59	172,13	1243,25	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Завтрак	Каша молоч. манная с маслом	200/5	19,62	22,44	22,65	262,73	
	Чай с лимоном	200	0,26	0,06	15,22	59,00	
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,30	119,00	379**
Итого за завтрак			23,68	22,90	62,17	440,73	
Обед	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	0,17	0,41	0,73	7,29	49**
	Щи из свежей капусты с картофелем и со сметаной	250/5	1,80	6,20	9,00	107,00	110*
	Котлеты руб.из птицы с соусом	100(60/40)	13,09	9,30	13,35	191,00	452*
	Рис отварной	180	4,58	7,33	46,33	275,00	511*
	Какао с молоком	200	3,04	3,39	27,91	149,00	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,6	29,64	137,64	ПР
							ПР
Итого за обед			26,04	27,23	126,96	866,93	
Итого за день			49,72	50,13	189,13	1307,66	

Неделя 2 День 9 (Среда)							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№

прием пищи	наименование блюда	вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептуры
Возрастная категория: 7-11 лет							
	Творожная запеканка	100	15,46	8,37	9,12	171,52	15**
	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	15,01	57,00	648**
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,34	19,44	96,00	ПР
Итого за завтрак			3,24	8,76	43,57	324,52	
Обед	Салат из свежих огурцов	60	0,47	6,04	1,81	63,00	52*
	Борщ с капустой картофелем со сметаной	200/5	1,47	4,67	7,31	89,00	110*
	Жаркое по- домашнему	160	11,25	18,88	15,16	350,17	436*
	Компот из чернослива	200	0,57	0,00	34,41	136,00	297*
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	ПР
	Яблоки свежие						
Итого за обед			16,00	30,03	78,45	730,13	
Итого за день			19,24	38,79	122,02	1054,65	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Завтрак	Творожная запеканка	100	15,46	8,37	9,12	171,52	120**
	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	15,01	57,00	15**
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,30	119,00	648**
Итого за завтрак	Итого		4,00	8,82	48,43	347,52	
Обед	Салат из свежих огурцов	100	0,79	10,07	3,02	105,00	52*
	Борщ с капустой и картофелем	250/5	1,80	6,20	9,00	107,00	110*
	Жаркое по-домашнему	200	17,85	98,38	21,68	301,52	436*
	Компот из чернослива	200	0,57	0,00	34,41	136,00	297*
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,6	29,64	137,64	ПР
	Яблоки свежие						
Итого за обед			24,37	115,25	97,75	787,16	
Итого за день			28,37	124,07	146,18	1134,68	

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: весенний

Директор

М.К.Михайлова

Неделя 2 День 10 (Четверг)							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Возрастная категория: 7-11 лет							
Завтрак	Омлет натуральный, сваренный на пару	120	11,77	16,56	2,30	205,34	
	Каша из пшена и риса молочная	200	3,30	8,60	23,20	183.40	

Завтрак	Чай с фруктовым соком	200	0,34	0,02	24,53	95,00	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,34	19,44	96,00	
Итого за завтрак			18,45	25,52	69,47	396,34	
Обед	Салат из свежих помидоров с луком репчатым	100	1,11	6,18	4,62	78,56	
	Суп картофельный рыбный	200/12,5	4,57	2,80	15,30	107,00	
	Котлеты Особые	80(50/30)	13,88	17,78	4,50	199,00	
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,76	6,62	43,08	271,00	
	Компот из изюма	200	0,36	0,00	33,16	128,00	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	ПР
Итого за обед			30,92	33,82	120,42	875,52	
Итого за день			49,37	59,34	189,89	1271,86	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
	Омлет натуральный, сваренный на пару	150	14,72	20,70	2,88	256,68	
Завтрак	Каша из пшена и риса молочная	200	3,30	8,60	23,20	183,40	
	Чай с фруктовым соком	200	0,34	0,02	24,53	95	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	116	
Итого за завтрак			7,44	9,02	72,03	211,00	
Обед	Салат из свежих помидоров с луком репчатым	100	1,11	6,18	4,62	78,56	
	Суп картофельный рыбный	250/12,5	5,16	3,39	20,07	134	
	Котлеты (особые)	100(60/40)	13,88	17,78	4,5	199	
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,51	7,94	51,7	325	
	Компот из изюма	200	0,36	0	33,16	128	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,6	29,64	137,64	ПР
Итого за обед			34,38	35,89	143,69	1002,20	
Итого за день			41,82	44,91	215,72	1213,20	

УТВЕРЖДАЮ
Директор М.К.Михайлова

Неделя 2 День 11 (Пятница)							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Возрастная категория: 7-11 лет							
Завтрак	Каша молоч. гречневая с маслом	180/5	7,00	9,20	27,00	224,00	302*
	Кофейный напиток с молоком	200	2,50	3,60	28,70	152,00	209**
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,34	19,44	96,00	379**

Итого за завтрак			12,54	13,14	75,14	472,00	
Обед	Капуста тушеная	150	3,60	3,90	0,00	115,00	
	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	1,88	5,10	13,92	113,00	133*
	Фрикадельки из говядины, тушенные в соусе	80(50/30)	8,83	8,63	7,54	140,00	493*
	Каша пшеничная вязкая	150	5,32	4,89	35,52	211,00	508*
	Кисель	200	0	0	32,2	134	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	ПР
Итого за обед			21,87	22,96	108,94	804,96	
Итого за день			34,41	36,10	184,08	1276,96	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	200	2,50	3,60	28,70	152,00	302*
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,30	119,00	209**
	Каша молоч. гречневая с маслом	180/5	7,00	9,20	27,00	224,00	302*
Итого за завтрак			13,30	13,20	80,00	495,00	
Обед	Капуста тушеная	150	3,60	3,90	0,00	115,00	43*
	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	2,31	6,60	17,36	135,00	133*
	Фрикадельки из говядины, тушенные в соусе	100 (60/40)	10,60	10,36	9,05	168,00	493*
	Каша пшеничная вязкая	180	4,44	8,36	19,18	170,40	508*
	Кисель	200	0	0	32,2	109,00	638*
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,6	29,64	137,64	ПР
Итого за обед			24,31	29,82	107,43	835,04	
Итого за день			37,61	43,02	187,43	1330,04	

Неделя 2 День 12 (Суббота)							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Возрастная категория: 7-11 лет							
	Огурцы соленые порциями	60	0,48	0,06	0,96	8,00	
	Суп крестьянский с крупой	200	1,51	3,32	9,24	106,00	134*
	Кнели из птицы	80(50/30)	18,03	6,64	2,61	143,00	492*

	Рис отварной	150	3,81	6,11	38,61	228,00	511*
	Какао с молоком	200	5,72	5,76	38,42	218,98	ПР
	Булочка						
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	ПР
Итого за обед			31,79	22,33	109,60	795,94	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Обед	Огурцы соленные порциями	100	0,80	0,10	1,60	13,36	
	Суп крестьянский с крупой	250	2,99	4,97	11,52	121,00	134*
	Кнели из птицы	100(60/40)	20,13	9,31	4,97	185,00	492*
	Какао с молоком	200	5,72	5,76	38,42	218,98	ПР
	Булочка						
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,6	29,64	137,64	ПР
Итого за обед			33,00	20,74	86,15	675,98	