



Согласовано:
Начальник ТЮ УФС
Роспотребнадзора по
Республике Дагестан
в Давидовском МО
О.А. Колесник

Примерное двухнедельное меню
ГБОУ ДО Багряниковской специальной (коррекционной) школы-интерната для детей сирот и детей, оставшихся без
попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья

Утверждаю:
Директор Багряниковской
специальной (коррекционной)
школы-интерната
М.С. Ванцаев

День: понедельник
Неделя: вторая
Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецептуры	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества				
			Б	Ж	У		А	Е	В1	С	Са	Мg	Р	Fe	
Завтрак															
№22-1997г.	Масло сливочное порционное	10	0,1	8,3	0,1	75	59	0,1	0	-	1	0	2	-	
№324 1997г.	Рйцо вареное	1шт	5,1	4,6	0,3	63	100	0,2	0,03	0	22	5	77	1	
№262 1994г.	Каша манная молочная жидкая с маслом	200/5	8,2	8,4	33,7	245	56	0,5	0,12	2,2	227	30	188	0,6	
	Крупа манная(г.)	31													
	Молоко(г.)	112													
	Вода(г.)	74													
	Сахарный песок(г.)	4													
	Соль(г.)	1													
	Масло сливочное(г.)	5													
ТТК	Какао с молоком стуженным	200	4,6	4,8	28,2	176	22	0,2	0,04	0,6	160	36	136	1	
	Какао порошок(г.)	4													
	Молоко стуженное с сахаром(г.)	40													
	Вода(г.)	176													
	Сахарный песок (г.)	2													
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	35	0	0,3	0,04	0	7	9	32	0,8	
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	27,7	141	0	0,7	0,07	0	12	8	39	0,7	
	ИТОГО		23,9	26,8	96,7	735	237	2	0,3	2,8	429	88	474	4,1	
Второй завтрак															
№779 2004г.	Булочка "Осенняя"	1/60	5	1,1	29	146	4	0,7	0,09	0,3	34	9	55	0,5	

[illegible]

[illegible]

№294 1994 г.	Сырники из творога	100	18	10,8	21,8		65	0,4	0,06	0,5	156	23	217	0,7
	Творог(г.)	100				260								
	Мука пшеничная(г.)	13												
	Яйцо(г.)	4												
	Сахарный песок (г.)	10												
	Масло сливочное(г.)	3,3												
№627,630 1994г.	Чай с молоком, с сахаром	200/15	1,7	1,3	17,5	90	11	-	0,02	0,8	69	11	56	0,9
	Чай(г.)	0,1												
	Вода(г.)	36												
	Молоко(г.)	206												
	Сахарный песок (г.)	15												
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	71	0	0,3	0,03	0	6	4	20	0,3
	Свежие фрукты(груши)	150	0,5	0,4	13,9	63	0	0,5	0,03	6,8	26	16	22	3,1
	ИТОГО	22,5	12,7	68	484	76	1,2	0,14	8,1	257	54	315	5	

1994г.	Огурцы свежие порционные	80	0,6	0,2	2,1	11	0	0,2	0,04	8	19	11	34	0,5
ТТК	Филе рыбы в яйце	80	14,2	19,3	5,8	252	66	7,9	0,09	0,6	36	24	189	1
	Минтай(г.)	90												
	Мука пшеничная(г.)	8												
	Яйцо(г.)	21												
	Масло растительное(г.)	31												
№470 1994г.	Картофель отварной с маслом сливочным	150/10	3,1	11,7	24,6	216	61	0,3	0,18	30	25	35	93	1,4
	Картофель(г.)	170												
	Масло сливочное(г.)	5												
	Соль(г.)	0,9												
№627,628 1994г.	Чай с сахаром, молоком	200/15	0,2	-	15	61				0,1	5	4	8	0,8
	Чай(г.)	0,1												
	Молоко(г.)	200												
	Сахарный песок (г.)	15												
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	13,4	70	0	0,6	0,08	0	14	18	64	0,16
	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,6	34,4	165	0	0,8	0,08	0	14	10	46	0,8

	Кондитерские изделия	30	1,9	0,6	22,7		78	0	0,5	0,02	0	4	3	16	0,3
№645-1994г.	Напиток кисломолочный	200	10	6,4	7		129	40	0	0,08	1,2	244	30	192	0,2
	Напиток кисломолочный(г.)	210													
	ИТОГО		37,9	39,2	125		982	167	10,3	0,57	39,9	361	135	642	5,16
	Итого за День		125,5	122,2	497,5		3591	638	21,1	1,77	164,5	1171	477	2078	28,72

День: **вторник**
Неделя: **вторая**
Возрастная категория:

7-11 лет

№ рецептуры	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества					
			Б	Ж	У		А	Е	В1	С	Са	Мg	Р	Fe				
Завтрак																		
№22-1997г.	Масло сливочное порционное	10	0,1	8,3	0,1	75	59	0,1	0	-	1	0	2	-				
№29-1997г.	Колбаса порционная	53	5,3	1,9	0	38	0	0,1	0,1	0	8	8	60	0,4				
№261 1994г.	Каша молочная "Янтарная"	200	8,4	12	40,2	300	68	0,4	0,2	2,2	198	58	230	2,8				
	Пшено(г.)	30																
	Молоко(г.)	220																
	Сахарный песок(г.)	5																
	Вода(г.)	24																
	Яблоки(г.)	35																
	Масло сливочное (г.)	8																
	Сметана(г.)	8																
№627,628 1994г.	Чай с сахаром, молоком	200/15	0,2		15	61				0,1	5	4	8	0,8				
	Чай(г.)	0,1																
	Молоко(г.)	200																
	Сахарный песок (г.)	15																
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	27,7	141	0	0,7	0,07	0	12	8	39	0,7				
	ИТОГО		18,6	22,7	83	615	127	1,3	0,37	2,3	224	78	339	4,7				
Второй завтрак																		
№364 2004г.	Зразы из творога с курагой	100	15,7	14,4	32,8	326	92	1,5	0,08	1,1	154	39	206	1,2				
	Творог(г.)	70																
	Мука пшеничная(г.)	15																
	Сахарный песок(г.)	5																
	Соль(г.)	1																
	Яйцо(шт.)	1/6																
	Масло сливочное(г.)	5																
	Курага(г.)	10																
	Сок фруктовый с витамином "С"	200	1	0,2	20,2	74	0	0,2	0,02	4	14	8	14	2,8				
	Свежие фрукты(апельсины)	140	0,8	0,2	7,6	40	0	0,2	0,04	56,4	35	12	22	0,3				
	ИТОГО		17,5	14,8	60,6	440	92	1,9	0,14	61,5	203	59	242	4,3				
Обед																		
1994г.	Помидоры свежие порционные	82	1	0,2	3	19	0	0,6	0,05	20	11	16	21	1				
№167 1994г.	Суп из овощей	300	5,1	6,6	16,8	141	33		0,12	22,5	105	30	177	0,3				

[illegible]

	Яйцо(шт.)	120																		
	Сыр(г.)	9																		
	Масло сливочное(г.)	7																		
	Молоко(г.)	13																		
№627,628 1994 г.	Чай с молоком, с сахаром	200/15	1,7	1,3	17,5	90	11		0,02	0,8	69	11	56	0,9						
	Чай(г.)	0,1																		
	Вода(г.)	36																		
	Молоко(г.)	206																		
	Сахарный песок (г.)	15																		
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	71	0	0,3	0,03	0	6	4	20	0,3						
	Свежие фрукты(яблоки)	150	0,5	0,5	12,9	62	0	0,3	0,04	13,2	21	12	15	2,9						
	ИТОГО		10,4	11,6	63,9	409	87	1	0,21	29,3	205	51	224	5,3						

Ужин

	Морковь натуральная	80	1	0,1	5,5	28	0	0,3	0,05	4	22	30	44	0,6						
№303 1994г.	Рыба (филе)припущенная	80	15,8	0,6	0,5	70	10	0,9	0,09	1,4	32	32	210	0,6						
	Минтай(г.)	133																		
	Морковь(г.)	5																		
	Лук репчатый(г.)	3																		
	Соль(г.)	0,8																		
	Лавровый лист(г.)	0,008																		
№4701994г.	Картофельное пюре	150/10	3,1	11,7	24,6	216	61	0,3	0,18	30	25	35	93	1,4						
	Картофель(г.)	161																		
	Молоко(г.)	42																		
	Масло сливочное(г.)	4,5																		
	Соль(г.)	1,5																		
	ОГУрцы соленые порционные	130	0,2		0,5	4	0		0,01	1,5	7	4	7	0,2						
№627,628- 1994г.	Чай с сахаром, с лимоном	200/15/7	0,3		15,2	63				2,9	8	5	10	0,8						
	Чай(г.)	0,1																		
	Вода(г.)	200																		
	Сахарный песок(г.)	15																		
	Лимон(г.)	7																		
	Кондитерские изделия	30	1,9	0,6	22,7	78	0	0,5	0,02	0	4	3	16	0,3						
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0	0,7	0,09	0	18	24	79	2						
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	23,1	118	0	0,6	0,06	0	10	7	33	0,6						
№645-1994г.	Напиток кисломолочный	200	10	6,4	7	129	40	0	0,08	1,2	244	30	192	0,2						
	Напиток кисломолочный(г.)	210																		
	ИТОГО		39,4	20,4	115,8	793	111	3,3	0,58	41	370	170	684	6,7						
	Итого за день		115,4	103	457	3216	502	14,4	2,61	203,9	1197	493	2034	28,4						

День: среда
Неделя: вторник
Возрастная категория:

7-11 лет

№ рецептуры	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)										Минеральные вещества				
			Б	Ж	У		А	Е	В1	С	Са	Мg	Р	Fe							
Завтрак																					
№22-1997г.	Масло сливочное порционное	10	0,1	8,3	0,1	75	59	0,1	0	-	1	0	2	-							
№324 1997г.	Яйцо вареное	1шт	5,1	4,6	0,3	63	100	0,2	0,03	0	22	5	77	1							
№296 1994г.	Пудинг из творога со сметаной	150/25	23,6	19,3	35,9	418	140	0,7	0,1	0,7	237	38	315	1,5							
	Творог(г.)	115																			
	Крупа манная(г.)	11																			
	Яйцо(шт.)	16																			
	Сахарный песок(г.)	11																			
	Ванилин(г.)	0,02																			
	Изюм(г.)	15																			
	Масло сливочное(г.)	4																			
	Сметана(г.)	30																			
	ТТК	Какао с молоком	200	5,4	4,4	27,6	174	30		0,06	2	186	40	162	1						
	Молоко(г.)	4																			
	Вода(г.)	150																			
	Сахарный песок(г.)	66																			
	Хлеб пшеничный	16																			
		60	4,6	0,5	27,7	141	0	0,7	0,07	0	12	8	39	0,7							
	ИТОГО		38,8	37,1	91,6	871	329	1,7	0,26	2,7	458	91	595	4,2							
Второй завтрак																					
№685,687, 723 1994г.	Пирожок печеный сдобный с картофелем, луком	160	4	4	24,5	152	20	1	0,08	5,6	14	12	53	0,7							
	Мука пшеничная(г.)	25																			
	Сахарный песок(г.)	1,7																			
	Масло сливочное(г.)	4																			
	Яйцо(г.)	4																			
	Соль(г.)	0,5																			
	Дрожжи(г.)	0,9																			
	Масло растительное(г.)	1																			
	Картофель(г.)	35																			
	Лук репчатый(г.)	8																			
	Сок фруктовый с витамином "С"	200	1	0,2	20,2	74	0	0,2	0,02	4	14	8	14	2,8							
	Свежие фрукты(груши)	150	0,5	0,4	13,9	63	0	0,5	0,03	6,8	26	16	22	3,1							
	ИТОГО		5,5	4,6	58,6	289	20	1,7	0,13	16,4	54	36	89	6,6							

Обед															
1994г.	Орбцы свежие порционные	80	0,6	0,2	2,1	11	0	0,2	0,04	8	19	11	34	0,5	
№138 1994г.	Суп картофельный с бобовыми	300	8,4	3	23,1	159	12		0,3	14,1	45	48	177	2,4	
	Мясо говядина 1категории(г.)	52													
	Картофель(г.)	87													
	Горох лущенный(г.)	24,3													
	Морковь(г.)	18													
	Лук репчатый(г.)	15													
	Масло сливочное(г.)	3,6													
	Бульон(г.)	210													
	Соль(г.)	3													
	Лавровый лист(г.)	0,012													
№439 1994г.	Курица отварная	80	20,3	20,5	0,4	266	78	0,6	0,08	2,5	25	21	187	1,8	
	Птица(г.)	144													
	Лук репчатый(г.)	3													
	Соль(г.)	1													
№210 2004г.	Овощи припущенные в молочном соусе	150	2,9	3,9	7,7	80	21	0,2	0,05	72,9	86	26	53	0,9	
	Морковь(г.)	47													
	Капуста свежая(г.)	67													
	Горошек зеленый консервированный(г.)	23													
	Масло сливочное(г.)	9													
	Соль(г.)	1,3													
	Сахарный песок(г.)	1,6													
	Молоко(г.)	23													
	Мука пшеничная(г.)	3													
	Отвар или вода(г.)	23													
	№702 1997г.	Компот из изюма с витамином "С"	200	0,5	0,1	33,2	136	0	0,1	0,03	20	17	8	26	0,7
		Изюм(г.)	20												
		Сахарный песок(г.)	20												
Вода(г.)		200													
Лимонная кислота(г.)		0,1													
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0	0,7	0,09	0	18	24	79	2	
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	27,7	141	0	0,7	0,07	0	12	8	39	0,7	
	ИТОГО		40,6	28,8	110,9	880	111	2,5	0,66	117,5	222	146	595	9	

Полдник

№274 2004г.	Ватрушка с повидлом	100	3,4	5,7	13,5	121	49	0,5	0,07	6,2	55	30	79	1,5
	Мука пшеничная(г.)	58												
	Яйцо(шт.)	0,1												
	Сахарный песок(г.)	3												
	Масло растительное(г.)	2												
	Дрожжи(г.)	2												
	Соль(г.)	1												
	Повидло(г.)	31												
	Масло сливочное(г.)	3												
	Молоко(г.)	22												
№703 1997г.	Кисель клюквенный	200	0,1		27,7	114		0,2		3	8	3	9	0,2
	Клюква(г.)	21												
	Сахарный песок(г.)	20												
	Крахмал(г.)	9												
	Вода(г.)	190												
	Свежие фрукты(бананы)	150	1,4	0,5	18,9	86	0	0,4	0,04	9	7	38	25	0,5
	ИТОГО		4,9	6,2	60,1	321	49	1,1	0,11	18,2	70	71	113	2,2

Ужин

№76 1994г.	Икра овощная	80	1,2	1,1	6,7	43	0	0,6	0,04	6,4	27	22	40	0,9
№439 2004г.	Печень тушеная в соусе	75/50	20,4	14,6	12,9	265	8694	4,5	0,34	36,9	31	24	356	7,6
	Печень говяжья(г.)	129												
	Мука пшеничная(г.)	10												
	Масло сливочное(г.)	12												
	Сметана(г.)	10												
	Томатная паста(г.)	10												
№463 1994г.	Греча отварная рассыпчатая	150	6,6	5,4	41,7	242	21	0,5	0,3	0	21	104	177	3,5
	Крупа гречневая(г.)	69												
	Вода(г.)	104												
	Соль(г.)	1,5												
	Масло сливочное(г.)	5												
№627,628 1994 г.	Чай с сахаром	200/15	0,2		15	61				0,1	5	4	8	0,8
	Чай(г.)	0,1												
	Вода(г.)	200												
	Сахарный песок (г.)	15												
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0	0,7	0,09	0	18	24	79	2
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	23,1	118	0	0,6	0,06	0	10	7	33	0,6
	Кондитерские изделия	30	1,9	0,6	22,7	78	0	0,5	0,02	0	4	3	16	0,3
№645-1994г.	Напиток кисломолочный	200	10	6,4	7	129	40	0	0,08	1,2	244	30	192	0,2
	Напиток кисломолочный(г.)	210												
	ИТОГО		47,4	29,1	145,8	1023	8755	7,4	0,93	44,6	360	218	901	15,9
	Итого за день		137,2	105,8	467	3384	9264	14,4	2,09	199,4	1164	562	2293	37,9

День: **четверг**
Неделя: **вторая**
Возрастная категория:

7-11 лет

№ рецептуры	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества				
			Б	Ж	У		А	Е	В1	С	Са	Мg	Р	Fe				
Завтрак																		
№29-1997г.	Колбаса порционная	50	5,3	1,9	0	38	0	0,1	0,1	0	8	8	60	0,4				
№22-1997г.	Масло сливочное порционное	10	0,1	8,3	0,1	75	59	0,1	0	-	1	0	2	-				
№262 1994г.	Каша "Дружба" молочная жидкая с маслом сливочным	200/5	8,4	8,8	37,9	263	54	0,1	0,16	2,2	223	48	226	1				
	Крупа пшено(г.)	20																
	Крупа рисовая(г.)	16																
	Масло сливочное(г.)	5																
	Молоко(г.)	104																
	Вода(г.)	68																
	Сахарный песок(г.)	4																
	Соль(г)	2																
№627,628 1994г.	Чай с сахаром	200/15	0,2		15	61				0,1	5	4	8	0,8				
	Чай(г.)	0,1																
	Вода(г.)	200																
	Сахарный песок (г.)	15																
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	27,7	141	0	0,7	0,07	0	12	8	39	0,7				
	ИТОГО		13,3	17,6	80,7	540	113	0,9	0,23	2,3	241	60	275	2,5				
Второй завтрак																		
№3 1997г.	Бутерброд с сыром	25/30	8,8	7,4	15,4	165	58	0,6	0,04	0,2	256	15	180	0,7				
	Сок фруктовый с витамином "С"	200	1	0,2	20,2	74	0	0,2	0,02	4	14	8	14	2,8				
	Свежие фрукты(яблоки)	150	0,5	0,5	12,9	62	0	0,3	0,04	13,2	21	12	15	2,9				
	ИТОГО		10,3	8,1	48,5	301	58	1,1	0,1	17,4	291	35	209	6,4				

Обед

№75 1994г.	Икра свекольная	80	1	2,1	6,6	50	0	0,9	0,04	10,6	22	15	35	0,6
	Свекла(г.)	77												
	Лук репчатый(г.)	17												
	Масло растительное(г.)	6												
	Томатная паста(г.)	3												
	Лимонная кислота(г.)	0,02												
	Сахарный песок(г.)	1												
	Соль(г)	0,4												
№129 1994г.	Рассолыник ленинградский	300	3,6	3	15,9	108	12		0,15	20,1	39	30	138	0,9
	Мясо говядина 1 категории(г.)	52												
	Картофель(г.)	129												
	Крупа рисовая(г.)	6												
	Морковь(г.)	15												
	Лук репчатый(г.)	7												
	Огурцы соленые(г.)	21												
	Масло сливочное(г.)	3,6												
	Бульон(г.)	225												
	Соль(г.)	3												
	Лавровый лист(г.)	0,012												
№330 1994г.	Шницель рыбный натуральный	80	12,7	9,1	8,1	166	17	4,3	0,1	2,4	39	29	178	0,9
	Минтай(г.)	96												
	Лук репчатый(г.)	19												
	Молоко(г.)	6												
	Яйца(шт.)	1\12												
	Сухари(г.)	10												
	Масло растительное(г.)	8,5												
№472 1994г.	Картофельное пюре	120	2,5	3,8	17,6	116	20	0,1	0,13	20,9	38	26	79	1
	Картофель(г.)	128												
	Молоко(г.)	34												
	Масло сливочное(г.)	3,6												
	Соль(г.)	1,2												
1994г.	Горошек зеленый консервированный (прогретый)	30	0,9	0,1	2	12	0	0,1	0,03	3	6	6	19	0,2
№702 1997г.	Компот из чернослива с витамином "С"	200	0,6	0,2	34,4	144	0	0,5	0,01	20,8	21	26	21	0,9
	Чернослив(г.)	20												
	Сахарный песок(г.)	20												
	Лимонная кислота(г.)	0,1												
	Вода(г.)	200												
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0	0,7	0,09	0	18	24	79	2
	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,6	34,4	165	0	0,8	0,08	0	14	10	46	0,8
	ИТОГО		29,9	19,5	135,7	848	49	7,4	0,63	77,8	197	166	595	7,3

Полдник														
№681,682 1994г.	Булочка творожная(г.)	100	8,6	7,5	44,7	281	19	3,1	0,14	0,7	85	18	115	1
	Мука пшеничная(г.)	62												
	Яйцо(шт.)	0,25												
	Молоко(г.)	18												
	Дрожжи(г.)	1,5												
	Сахарный песок(г.)	8												
	Соль(г.)	0,6												
	Творог(г.)	27												
	Масло сливочное(г.)	2												
	Ванилин(г.)	0,03												
	Масло растительное(г.)	1												
№644 1994г.	Молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	108	40	0	0,08	2,6	240	28	180	0,2
	Молоко(г.)	211												
	Свежие фрукты(яблоки)	150	0,5	0,5	12,9	62	0	0,3	0,04	13,2	21	12	15	2,9
	ИТОГО		14,9	13	67,2	451	59	3,4	0,26	16,5	346	58	310	4,1
Ужин														
1994г.	Орутцы соленые порционные	80	0,6		1,4	10	0		0,04	4	18	10	18	0,6
№430 1994г.	Запеканка картофельная с мясом,с маслом сливочным	230/5	19,1	25,5	40,8	472	43	2,6	0,32	46	52	71	292	4,6
	Картофель(г.)	244												
	Молоко(г.)	37												
	Яйцо(шт.)	12												
	Мясо говядина 1 категории(г.)	99												
	Масло растительное(г.)	5												
	Лук репчатый(г.)	28												
	Масло сливочное(г.)	6												
	Сухарик(г.)	5												
	Соль(г.)	2												
№627,628, 629 1994г	Чай с сахаром,лимоном	200/15/7	0,3		15,2	63				2,9	8	5	10	0,8
	Чай(г.)	0,1												
	Вода(г.)	200												
	Сахарный песок(г.)	15												
	Лимон(г.)	7												
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0	0,7	0,09	0	18	24	79	2
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	27,7	141	0	0,7	0,07	0	12	8	39	0,7
	Кондитерские изделия	30	1,9	0,6	22,7	78	0	0,5	0,02	0	4	3	16	0,3
№645-1994г.	Напиток кислоомолочный	200	10	6,4	7	129	40	0	0,08	1,2	244	30	192	0,2
	Напиток кислоомолочный(г.)	210												
	ИТОГО		39,8	33,6	131,5	980	83	4,5	0,62	54,1	356	151	646	9,2
	Итого за день		108,2	91,8	463,6	3120	362	17,3	1,84	168,1	1431	470	2035	29,5

7-11 net

[illegible]

[illegible]

[illegible]

День: **суббота**
 Неделя: **вторая**
 Возрастная категория: **7-11 лет**

№ рецептуры	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества					
			Б	Ж	У		А	Е	В1	С	Са	Mg	P	Fe			
Завтрак																	
№22-1997г.	Масло сливочное порционное	10	0,1	8,3	0,1	75	59	0,1	0	-	1	0	2	-			
№23 1997г.	Сыр порционный	33	7,8	7,8	0	83	69	0,2	0,01	0,2	300	14	192	0,3			
№262 1994г.	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200/5	7,4	8,4	36,5	233	56	0,3	0,1	2,2	223	40	108	0,6			
	Крупа рисовая(г.)	21															
	Масло сливочное(г.)	5															
	Молоко(г.)	108															
	Вода(г.)	72															
	Сахарный песок(г.)	4															
	Соль(г.)	2															
ТТК	Какао с молоком	200	5,4	4,4	27,6	174	30		0,06	2	186	40	162	1			
	Какао порошок(г.)	4															
	Молоко(г.)	150															
	Вода(г.)	66															
	Сахарный песок(г.)	16															
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	27,7	141	0	0,7	0,07	0	12	8	39	0,7			
	ИТОГО		25,3	29,4	91,9	706	214	1,3	0,24	4,4	722	102	503	2,6			
Второй завтрак																	
№685,695, 734 1994г.	Ватрушка с творогом	1/75	8	3,8	25,7	171	26	0,5	0,06	0,1	45	10	88	0,6			
	Мука пшеничная(г.)	40															
	Сахарный песок(г.)	3															
	Масло сливочное(г.)	2															
	Яйцо(г.)	2															
	Соль(г.)	0,6															
	Дрожжи(г.)	1,5															
	Молоко(г.)	20															
	Масло растительное(г.)	1,5															
	Творог(г.)	24															
	Ванилин(г.)	0,003															
	Сок фруктовый с витамином "С"	200	1	0,2	20,2	74	0	0,2	0,02	4	14	8	14	2,8			
	Свежие фрукты(яблоки)	150	0,5	0,5	12,9	62	0	0,3	0,04	13,2	21	12	15	2,9			
	ИТОГО		9,5	4,5	58,8	307	26	1	0,12	17,3	80	30	117	6,3			

[illegible]

	Вода(г.)	200																			
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0	0,7	0,09	0	18	24	79	2							
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	27,7	141	0	0,7	0,07	0	12	8	39	0,7							
№645-1994г.	Напиток кисломолочный	200	10	6,4	7	129	40	0	0,08	1,2	244	30	192	0,2							
	Напиток кисломолочный(г.)	210																			
	ИТОГО		31,7	32,2	88,7	789	64	2,5	0,48	87,8	427	136	551	7,2							
	Итого за день		96,8	96,9	427,1	2906	3403	10,8	1,52	213,9	1498	440	1843	29							

Возрастная категория:

7-11 net

[illegible]

[illegible]

416 1994г.	Биточки из говядины	80	13	14,4	12,6	232	0	2,6	0,06	0	16	19	131	2
	Мясо говядина 1 категории(г.)	82												
	Хлеб пшеничный(г.)	20												
	Лук репчатый(г.)	10												
	Чеснок(г.)	1												
	Молоко(г.)	41												
	Сухари(г.)	8												
	Масло растительное(г.)	4												
	Соль(г.)	0,8												
№479,551 1994г.	Картофель тушеный	150	3,5	5,1	15,3	122	41	0,3	0,12	24,5	75	33	86	0,9
	Картофель(г.)	182												
	Морковь(г.)	20												
	Лук репчатый(г.)	28												
	Томатная паста(г.)	4												
	Масло сливочное(г.)	12												
	Бульон(г.)	45												
	Соль(г.)	1,5												
	Лавровый лист(г.)	0,007												
№627,628, 629 1994г.	Чай с сахаром	200/15	0,2		15	61				0,1	5	4	8	0,8
	Чай(г.)	0,1												
	Вода(г.)	200												
	Сахарный песок(г.)	15												
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	52	0	0,4	0,05	0	11	14	47	1,2
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	27,7	141	0	0,7	0,07	0	12	8	39	0,7
№645-1994г.	Напиток кисломолочный	200	10	6,4	7	129	40	0	0,08	1,2	244	30	192	0,2
	Напиток кисломолочный(г.)	210												
	ИТОГО		34,3	28,9	94,2	787	81	4,9	0,42	36,4	385	123	538	6,4
	Итого за день		99,6	106,3	381,2	2907	222	15,1	1,38	164,1	659	395	1507	28,3
	Итого за неделю		824,4	747,4	3129,4	22540	15008	109,4	13,56	1268,67	8268	3322	13869	209,32
	Среднее за день		117,771	106,771	447,057	3220	2144	15,6286	1,93714	181,239	1181,14	474,571	1981,29	29,90286