

«СОГЛАСОВАНО»

Директор И.Б. Аскерова

«01» августа 2026 года



«УТВЕРЖДАЮ»
Генеральный директор ООО «КСП Гай»

Аскерова Д.Г.



2026 года

ПЕРЕЧЕНЬ МЕНЮ

С УЧЕТОМ ПОТРЕБНОСТИ В ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВАХ И ЭНЕРГИИ

В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

В ВОЗРАСТЕ С 12 ДО 18 ЛЕТ (МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА)

НА ПЕРИОД УЧЕБНОГО ГОДА 2025-2026 гг

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: РАЦИОН 12-18 с 01.04.26

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	В1, мг	Витамины						№ рецептуры		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг		Fe, мг	
Завтрак	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	250	7,45	7,76	48,95	296,31	0,09	1,6	0,07	0,36	157,41	45,62	83,72	0,69	184	
	Фрукты свежие	80	0,64	0,16	6	124	0,05	30,4	0,01	0,16	28	8,8	0,16	0,08	730	
	Чай с сахаром	200	0,2		15,39	62,33	0,02	0,2	0,02		11,33	5,75	8,32	0,82	430	
	Чай с молоком	200	1,45	1,25	17,37	86,85	0,02	0,65	0,02		64,8	8	0,05	0,05	378	
	Бутерброд с сыром	35	5,06	5,14	10,28	108,65	0,03	0,42	0,04	0,05	150,8	10,1	87,18	0,31	729	
	Итого за завтрак		765	14,8	14,31	97,99	678,14	0,19	33,27	0,14	0,57	412,34	78,27	179,43	1,95	
Обед	Помидор свежий	100	1,1	0,2	3,8	24	0,06	50	0,17	0,39	14	20	26,5	1		
	Суп из овощей со сметаной	250	2,54	6,56	11,26	117,09	0,09	21,32	0,26	2,34	40,99	24,46	41,86	1,04	99	
	Котлеты рубленые из мяса птицы	50/50	8,87	13,28	10,53	197,29	0,07	5,7	0,13	2,86	19,04	18,69	29,04	1,58	294	
	Макаронные изделия отварные	180	6,68	4,91	42,69	241,89	0,1		0,04	1,38	35,04	13,64	55,01	1,28	309	
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,6	0,01	420	0,2		21,4	5,4	3,64	0,6	388	
	Батон обогащенный	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0,02				3,8	2,6	13,18	0,2		
	Хлеб ржано-пшеничный обог. микродобавками	25	1,66	0,22	10,6	50,99	0,05			0,55	4,5	4,75	21,92	1		
	Итого за Обед		875	23,03	26,03	118,78	820,26	0,4	497,02	0,8	7,52	138,77	89,54	191,15	6,7	
	Итого за День		1 640	37,83	40,34	216,77	1498,4	0,59	530,29	0,94	8,09	551,11	167,81	370,58	8,65	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, <small>ккал</small>	Витамины					Минеральные вещества					№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Целлюлоза		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг			
Завтрак	Макаронные изделия отварные с сыром	220/20	13,24	11,21	54,33	372,66	0,14	0,7	0,09	1,79	211,23	22,32	184,91	1,69	331			
	Кондитерское изделие	60	1,68	1,98	46,38	212,4	0,02				9,6	6	21,84	0,9				
	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,18	62,23		5,6			12,1	2,84	1,55	0,07	377			
	Чай с молоком	200	1,45	1,25	17,37	86,85	0,02	0,65	0,02		64,8	8	0,05	0,05	378			
	Батон обогащенный	50	3,75	1,45	25,7	131	0,05				9,5	6,5	32,95	0,5	733			
	Итого за Завтрак		750	20,18	15,9	158,96	865,14	0,23	6,95	0,11	1,79	307,23	45,66	241,3	3,21			
Обед	Оррец соленый	100	0,8	0,1	1,7	13	0,02	10			23	14	24,1	0,6				
	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	2,65	6,37	12,73	122,07	0,06	43,06	0,34	2,32	53,7	28,91	61,28	1,41	82			
	Тертелги рыбные	50/50	6,53	5,67	6,82	104,62	0,06	1	0,01	2,35	31,19	22,61	79,79	0,68	239			
	Рис припущенный	180	4,44	4,76	46,66	247,19	0,05		0,04	0,39	16,01	33,09	97,36	0,67	305			
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,87	206,96	0,01	10,4		0,25	14,62	4,92	4,52	0,88	394			
	Батон обогащенный	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0,02				3,8	2,6	13,18	0,2				
	Хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами	25	1,66	0,22	10,6	50,99	0,05			0,55	4,5	4,75	21,92	1				
	Итого за Обед		875	17,74	17,86	116,66	797,23	0,27	64,46	0,39	5,86	146,82	110,88	302,15	5,44			
	Итого за день		1 625	37,92	33,76	275,62	1662,37	0,5	71,41	0,5	7,65	454,05	156,54	543,45	8,65			

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	В1, мг	Витамины						№ рецептуры		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			А, мг	Е, мг	Сa, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг			
Завтрак	Запеканка из творога с Молоком стущ.	200/30	35,81	24,9	76,91	682,97	0,18	1,05	0,22	1,65	361,42	62,58	393,6	2,04	223,02	
	Фрукты свежие	80	0,64	0,16	6	124	0,05	30,4	0,01	0,16	28	8,8	0,16	0,08	730	
	Чай с сахаром	200	0,2		15,39	62,33		0,2			11,33	5,75	8,32	0,82	430	
	Чай с Молоком	200	1,45	1,25	17,37	86,85	0,02	0,65	0,02		64,8	8	0,05	0,05	378	
	Батон обогащенный	40	3	1,16	20,56	104,8	0,04				7,6	5,2	26,36	0,4		
	Итого за Завтрак		750	41,1	27,47	136,23	1060,95	0,29	32,3	0,25	1,81	473,15	90,33	428,49	3,39	
Обед	Салат из квашеной капусты (Весенне-летний период)	100	1,6	5,1	8,24	87,63	0,02	50,6		2,12	42,08	14,36	31,35	0,59	40	
	Суп картофельный с горохом	250	6,42	6,1	19,28	157,99	0,24	23,11	0,25	4,06	43,04	36,81	92,74	2,18	102	
	Птица, тушенная в соусе	50/50	13,66	15,45	0,02	193,46	0,05	2,7	0,08	0,19	12,24	13,5	129,91	1,2	290	
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,91	6,98	49,37	303,51	0,37		0,04	5,86	30,98	174,64	263,39	6,11	181	
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,6	0,01	420	0,2		21,4	5,4	3,64	0,6	388	
	Батон обогащенный	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0,02				3,8	2,6	13,18	0,2		
	Хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами	25	1,66	0,22	10,6	50,99	0,05			0,55	4,5	4,75	21,92	1		
	Итого за Обед		875	36,43	34,71	127,41	982,58	0,76	496,41	0,57	12,78	158,04	252,06	556,13	11,88	
	Итого за День		1 625	77,53	62,18	263,64	2043,53	1,05	528,71	0,82	14,59	631,19	342,39	984,62	15,27	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг					
Завтрак	Каша овсяная со сливочным маслом	250	10,37	10,62	42,24	306,76	0,3	3,21	0,07	1,87	184,56	89,25	293,74	2,36	184				
	Кондитерское изделие	60	1,68	1,98	46,38	212,4	0,02				9,6	6	21,84	0,9					
	Чай с сахаром	200	0,2		15,39	62,33		0,2			11,33	5,75	8,32	0,82	430				
	Чай с молоком	200	1,45	1,25	17,37	86,85	0,02	0,65	0,02		64,8	8	0,05	0,05	378				
	Батон обогащенный	40	3	1,16	20,56	104,8	0,04				7,6	5,2	26,36	0,4					
	Итого за Завтрак		750	16,7	15,01	141,94	773,14	0,38	4,06	0,09	1,87	277,89	114,2	350,31	4,53				
Обед	Салат из свежеты, маслом растительным	100	1,65	5,11	12,97	104,32	0,02	22		2,25	46,29	24,53	48,75	1,58					
	Расольник Ленинградский со сметаной	250	2,96	6,69	17,1	143,39	0,11	33,64	0,26	2,44	36,4	28,89	81,89	1,18	96				
	Жаркое по-домашнему из курицы	280	30,73	36,33	27,77	561,51	0,31	77,72	0,17	4,11	51,48	68,92	363,78	4,32	258				
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,6	0,01	420	0,2		21,4	5,4	3,64	0,6	388				
	Батон обогащенный	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0,02				3,8	2,6	13,18	0,2					
	Хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами	25	1,66	0,22	10,6	50,99	0,05			0,55	4,5	4,75	21,92	1					
	Итого за Обед		875	39,18	49,21	108,34	1049,21	0,52	553,36	0,63	9,35	163,87	135,09	533,16	8,88				
	Итого за день		1 625	55,88	64,22	250,28	1822,35	0,9	557,42	0,72	11,22	441,76	249,29	883,47	13,41				

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины							№ рецептуры	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг		Fe, мг
Завтрак	Каша молочная "Дружба"	250	7,64	8,08	43,37	277,58	0,16	3,25	0,07	0,81	162,28	46,98	196,4	1,03	175	
	Фрукты свежие	80	0,32	0,24	8,24	37,6	0,02	8		0,29	15,2	9,6	12,88	1,6	731	
	Чай с сахаром	200	0,2		15,39	62,33		0,2			11,33	5,75	8,32	0,82	430	
	Какао с молоком	200	3,87	3,1	25,17	145,36	0,04	2,6	0,03		130,47	32,1	116,37	0,98	382	
	Батон обогащенный	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0,02				3,8	2,6	13,18	0,2		
	Итого за Завтрак		750	13,53	12	102,45	575,27	0,24	14,05	0,1	1,1	323,08	97,03	347,15	4,63	
Обед	Огулец соленый (Весенне-летний период)	100	0,8	0,1	1,7	13	0,02	10			23	14	24,1	0,6		
	Суп куриный с вермишелью, картофелем	250	3,8	3,86	20,81	133,49	0,12	33,18	0,28	0,44	25,6	26,47	73,92	1,24	100	
	Печень по-строгановски	100	14,13	10,66	0,44	154,58				2,52			0,12	255		
	Макаронные изделия отварные	180	6,68	4,91	42,69	241,89	0,1		0,04	1,38	35,04	13,64	55,01	1,28	309	
	Компот из смеси сухофруктов	200			23,95	95,76					9,93	2,1			402	
	Батон обогащенный	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0,02				3,8	2,6	13,18	0,2		
	Хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами	25	1,66	0,22	10,6	50,99	0,05			0,55	4,5	4,75	21,92	1		
	Итого за Обед		875	28,57	20,33	110,47	742,11	0,31	43,18	0,32	4,89	101,87	63,56	188,25	4,32	
	Итого за день		1 625	42,1	32,33	212,92	1317,38	0,55	57,23	0,42	5,99	424,95	160,59	535,4	8,95	

Рацион: РАЦИОН 12-18 с 01.04.26

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества					№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг					
Завтрак	Макаронные изделия отварные с сыром	220/20	13,24	11,21	54,33	372,66	0,14	0,7	0,09	1,79	211,23	22,32	184,91	1,69	331				
	Кондитерское изделие	60	1,68	1,98	46,38	212,4	0,02	0,2			9,6	6	21,84	0,9					
	Чай с сахаром	200	0,2		15,39	62,33					11,33	5,75	8,32	0,82	430				
	Чай с молоком	200	1,45	1,25	17,37	86,85	0,02	0,65	0,02		64,8	8	0,05	0,05	378				
	Батон обогащенный	50	3,75	1,45	25,7	131	0,05				9,5	6,5	32,95	0,5	733				
Итого за Завтрак		750	20,32	15,89	159,17	865,24	0,23	1,55	0,11	1,79	306,46	48,57	248,07	3,96					
Обед	Помидор свежий	100	1,1	0,2	3,8	24	0,06	50	0,17	0,39	14	20	26,5	1					
	Борщ с капустой, картошкой и сметаной	250	2,65	6,37	12,73	122,07	0,06	43,06	0,34	2,32	53,7	28,91	61,28	1,41	82				
	Плов из птицы	280	29,55	38,41	51,03	667,96	0,17	11,46	0,5	6,17	38,98	65,81	349,44	3,15	291				
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,87	206,96	0,01	10,4		0,25	14,62	4,92	4,52	0,88	342,1				
	Батон обогащенный	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0,02				3,8	2,6	13,18	0,2					
	Хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами	25	1,66	0,22	10,6	50,99	0,05			0,55	4,5	4,75	21,92	1					
Итого за Обед		875	36,62	45,94	116,31	1124,38	0,37	114,92	1,01	9,68	129,6	126,99	476,84	7,64					
Итого за день		1 625	56,94	61,83	275,48	1989,62	0,6	116,47	1,12	11,47	436,06	175,56	724,91	11,6					

Рацион: РАЦИОН 12-18 с 01.04.26		Неделя: 2		День: вторник															
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг					
Завтрак	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	250	7,45	7,76	48,95	296,31	0,09	1,6	0,07	0,36	157,41	45,62	83,72	0,69	184				
	Фрукты свежие	80	0,64	0,16	6	124	0,05	30,4	0,01	0,16	28	8,8	0,16	0,08	730				
	Чай с сахаром	200			14,97	59,85					7,05	1,5			376				
	Чай с молоком	200	1,45	1,25	17,37	86,85	0,02	0,65	0,02		64,8	8	0,05	0,05	378				
	Батон обогащенный	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0,02				3,8	2,6	13,18	0,2					
	Итого за Завтрак		750	11,04	9,75	97,57	619,41	0,18	32,65	0,1	0,52	261,06	66,52	97,11	1,02				
Обед	Оурец соевый	100	0,8	0,1	1,7	13	0,02	10			23	14	24,1	0,6					
	Суп картофельный с горохом	250	6,42	6,1	19,28	157,99	0,24	23,11	0,25	4,06	43,04	36,81	92,74	2,18	102				
	Тертель рыбные	50/50	6,53	5,67	6,82	104,62	0,06	1	0,01	2,35	31,19	22,61	79,79	0,68	239				
	Картофельное пюре	180	3,98	5,76	27,16	176,94	0,2	64,06	0,05	0,28	55,39	41,48	119,51	1,63	128				
	Компот из смеси сухофруктов	200			19,96	79,8					9,4	2			349				
	Батон обогащенный	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0,02				3,8	2,6	13,18	0,2					
	Хлеб ржано-пшеничный обог. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,66	0,22	10,6	50,99	0,05			0,55	4,5	4,75	21,92	1					
	Итого за Обед		875	20,89	18,43	95,8	635,74	0,59	98,17	0,31	7,24	170,32	124,25	351,24	6,29				
Итого за день		1 625	31,93	28,18	193,37	1255,15	0,77	130,82	0,41	7,76	431,38	190,77	448,35	7,31					

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества					№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг					
Завтрак	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	10,78	8,84	54,95	343,36	0,31	3,12	0,07	1,76	169,06	70,36	258,29	2,06	189				
	Кондитерское изделие	60	1,68	1,98	46,38	212,4	0,02				9,6	6	21,84	0,9					
	Чай с сахаром	200	0,2		15,39	62,33		0,2			11,33	5,75	8,32	0,82	430				
	Чай с молоком	200	1,45	1,25	17,37	86,85	0,02	0,65	0,02		64,8	8	0,05	0,05	378				
	Батон обогащенный	40	3	1,16	20,56	104,8	0,04				7,6	5,2	26,36	0,4					
Итого за Завтрак		750	17,11	13,23	154,65	809,74	0,39	3,97	0,09	1,76	262,39	95,31	314,86	4,23					
Обед	Салат из свежих, маслом растительным	100	1,65	5,11	12,97	104,32	0,02	22		2,25	46,29	24,53	48,75	1,58					
	Ши из свежей капусты со сметаной	250	2,52	6,43	6,8	98,5	0,04	67,69	0,32	2,26	60,94	21,39	46,59	1,06	87				
	Голубцы ленивые со свинойной	280	20,96	52,14	22,17	644,09	0,67	84,7		6,11	108,15	68,08	266,28	4,2	306				
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,87	206,96	0,01	10,4		0,25	14,62	4,92	4,52	0,88	394				
	Батон обогащенный	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0,02				3,8	2,6	13,18	0,2					
	Хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами	25	1,66	0,22	10,6	50,99	0,05			0,55	4,5	4,75	21,92	1					
Итого за Обед		875	28,45	64,64	90,69	1157,26	0,81	184,79	0,32	11,42	238,3	126,27	401,24	8,92					
Итого за День		1 625	45,56	77,87	245,34	1967	1,2	188,76	0,41	13,18	500,69	221,58	716,1	13,15					

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества					№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Завтрак	Каша манная молочная с маслом сливочным	250	8,76	7,56	44,64	280,57	0,12	3,03	0,07	1,44	158,73	26,71	151,64	0,66	184				
	Фрукты свежие	80	0,72	0,16	6,48	34,4	0,03	96	0,01	0,18	27,2	10,4	18,56	0,24	732				
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,06	0,01	15,18	62,23	0,02	5,6	0,02	0,18	9,18	2,19	1,55	0,07	431				
	Чай с молоком	200	1,45	1,25	17,37	86,85	0,02	0,65	0,02	0,05	64,8	8	0,05	0,05	378				
	Батон обогатщенный	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0,02	0,02	0,02	0,05	3,8	2,6	13,18	0,2					
	Итого за Завтрак		750	12,49	9,56	93,95	516,45	0,19	105,28	0,1	1,62	263,71	49,9	184,98	1,24				
Обед	Огурец свежий (Весенне-летний период)	100	0,8	0,1	2,5	14	0,03	20	0,01	0,1	23	14	42,2	1	100				
	Суп куриный с вермишелью, картофелем	250	3,8	3,86	20,81	133,49	0,12	33,18	0,28	0,44	25,6	26,47	73,92	1,24					
	Котлеты рубленные из мяса птицы	50/50	8,87	13,28	10,53	197,29	0,07	5,7	0,13	2,86	19,04	18,69	29,04	1,58	294				
	Макаронные изделия отварные	180	6,68	4,91	42,69	241,89	0,1		0,04	1,38	35,04	13,64	55,01	1,28	309				
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,87	206,96	0,01	10,4	0,25	0,25	14,62	4,92	4,52	0,88	394				
	Батон обогатщенный	25	1,88	0,73	12,85	65,5	0,03				4,75	3,25	16,47	0,25					
	Хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами	25	1,66	0,22	10,6	50,99	0,05			0,55	4,5	4,75	21,92	1					
	Итого за Обед		880	23,85	23,26	127,85	910,12	0,41	69,28	0,46	5,58	126,55	85,72	243,08	7,23				
	Итого за день		1 630	36,34	32,82	221,8	1426,57	0,6	174,56	0,56	7,2	390,26	135,62	428,06	8,47				

Рацион: РАЦИОН 12-18 с 01.04.26 Неделя: 2 День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины							№ рецептуры		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг		Fe, мг	
Завтрак	Омлет натуральный	200	18,68	32	3,65	377,65	0,12	1,43	0,52	6,37	142,65	23,92	309,62	3,43	214,04	
	Фрукты свежие	110	0,44	0,44	10,78	305,8	0,03	28,6	0,01	0,69	17,6	8,8	12,43	2,42	338,01	
	Чай с сахаром	200	0,2		15,39	62,33		0,2			11,33	5,75	8,32	0,82	430	
	Чай с молоком	200	1,45	1,25	17,37	86,85	0,02	0,65	0,02		64,8	8	0,05	0,05	378	
	Батон обогащенный	40	3	1,16	20,56	104,8	0,04				7,6	5,2	26,36	0,4		
	Итого за Завтрак		750	23,77	34,85	67,75	937,43	0,21	30,88	0,55	7,06	243,98	51,67	356,78	7,12	
Обед	Салат из квашеной капусты	100	1,6	5,1	8,24	87,63	0,02	50,6		2,12	42,08	14,36	31,35	0,59	40	
	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	2,96	6,69	17,1	143,39	0,11	33,64	0,26	2,44	36,4	28,89	81,89	1,18	96	
	Биточки мясные с соусом томатным	60/40	7,91	23,33	11,78	289,26	0,26	6,44	0,08	3,74	18,29	19,06	77,86	1,22	283	
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,91	6,98	49,37	303,51	0,37		0,04	5,86	30,98	174,64	263,39	6,11	181	
	Компот из изюма	200	0,46	0,1	37,11	151,96	0,03				26,97	10,73	25,9	0,6	401	
	Батон обогащенный	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0,02				3,8	2,6	13,18	0,2		
	Хлеб ржано-пшеничный обог.	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,05			0,66	5,4	5,7	26,3	1,2		
	Микроэлементами															
	Итого за Обед		880	27,33	43,04	146,6	1089,34	0,86	90,68	0,38	14,82	163,92	255,98	519,87	11,1	
	Итого за день		1630	51,1	77,89	214,35	2026,77	1,07	121,56	0,93	21,88	407,9	307,65	876,65	18,22	
Итого за период		16275	473,13	511,42	2369,57	17009,14	7,83	2477,23	6,83	109,03	4669,35	2107,8	6511,59	113,68		
Среднее значение за период			47,3	51,1	237	1700,9	0,8	247,7	0,7	10,9	466,9	210,8	651,2	11,4		

Составил _____ Семенова Анна | Утвердил _____