

## Примерное двухнедельное цикличное меню (сезон: осень 2023г) для организации питания учащихся возрастной категории 7-11 лет, ОВЗ, инвалиды в общеобразовательных учреждениях (завтрак, обед, полдник)

Общеобразовательные учреждения: МБОУ гимназия №1, МБОУ СОШ № 2, МБОУ СОШ № 3, МБОУ СОШ № 4,МАОУ СОШ №5, МБОУ СОШ № 6 МБОУ СОШ № 10, МАОУ СОШ № 11, МБОУ СОШ № 12, МБОУ СОШ № 14 МБОУ СОШ № 15,МБОУ ООШ №16,МБОУ ООШ №17, МБОУ СОШ № 18, МБОУ СОШ № 19, МБОУ СОШ № 20, МБОУ ООШ № 22, МБОУ СОШ № 24, МБОУ СОШ №25, МБОУ ООШ № 26, МБОУ СОШ № 28, МБОУ СОШ № 29 МБОУ СОШ № 30, МБОУ СОШ №31, МБОУ ООШ № 32, МБОУ СОШ № 33, МБОУ СОШ № 34 МАОУ СОШ №35, МБОУ СОШ №36,МБОУ СОШ №36,МБОУ СОШ №37, МБОУ СОШ № 37, МБОУ ООШ № 38, МБОУ ООШ №39

24.07.2023 МО Туапсинский район

*	drille			-5161644	all the light have be											
				ALEXANDER OF			A				PROBLEM.		AND TO SE		24060	
•				i i				-		1 (1 ( ) ( ) ( ) ( ) ( ) ( ) ( ) ( ) ( )	- 6			X 1		
иши		/psr		ии,	Пищевая	ценность, г		скал		Вита	мины		Mı	неральные ве	щества,мг/ с	ут
Прием п		№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции,	белок	жир	углеводы	Энергетическая ценность, ккал	А,рет.экв/	В1,мг/сут	В2,мг/сут	C,Mr/cyT	Кальций	Магний	Фосфор	Железо
неделя:	1//	/ ДЕНЬ:				FAR STATE		J. 17. A TAL.		A. W.	Transfer.	H 15 W.				
втрак (25% от суточной требности потребления пищевых веществ)		MILES BE		Silly States					100				Mark Tolland	V 12/15/15	, T2 (40);	N. Car
очи пен		11**	Сыр порциями	15	3,48	4,43	Contraction of the Contraction o	54	39,00	0,005	0,045	0,11	132,00	5,25	75,00	0,15
cyr pe6.		10**	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	40		- 0,01	Anna Sara	2,4	12 F2 S	3	0,02
OT OT		143**	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	100	0,03	0,18		. 22	5	77	1
% S		117**	Каша вязкая молочная овсяная	150	5,99	7,97	27,38	206	40,95	0,17	0,14	0,93	106,68	51,20	169,25	1,23
(2) (0) (1) (1)		ГП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,24	6,72	34	HANTING.	0,03	0,02		9,01	9,41	30,14	0,75
ивтрак отребно пище		ГП	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	21,10	94			0,02	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44
I dr		262**	Чай с лимоном	180	0,12	0,02	15,20	62		Variable.		2,83	14,20	2,40	4,40	0,36
Завт		231**	Груши свежие	100	0,40	0,30	10,30	47	0,00	0,02	0,03	5,00	19,00	12,00	16,00	2,30
		19-1	всего (норма — не менее 500г):	555	Cart Sag 18.5	z lastila (at	(05 Page)				1961	LAU SA		AND THE REAL	A CONTRACTOR	A Section
		3.55.5	ИТОГО ЗАВТРАК	100000	19,49	25,17	81,13	625,44	219,95	0,26	0,45	8,87	313,29	90,86	400,79	6,25
Обед (35% от суточной потребности потребления пищевых																
100 (eB		54**	Огурцы свежие	60	0,42	0,06	1,14	7,00	6,00	0,02	0,01	2,94	10,20	8,40	18,00	0,30
от ебн ище	_	108*	Суп картофельный с клёцками150/50	200	2,85	3,67	15,03	115		0,08	0,06	4,6	26,72	20,28	57,78	0,94
35% 10тре ия пи	веществ	TTK №1	Гуляш из говядины 50/50	100	5,15	6,68	3,17	150	12,00	0,05	0,12	1,78	13,91	20,90	158,42	2,30
(3) III	e e	210**	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,45	137	23,80	0,14	0,11	18,17	36,98	27,75	86,60	1,01
Обед( чной п еблени	Be	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,90	0,34	9,41	48	0,00	0,04	0,03	0,00	12,61	13,17	42,20	1,05
O 4H 66.		ГП	Хлеб пшеничный	50	3,70	0,45	24,55	117,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	7,00	32,50	0,55
or gr		236**	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	27,88	114,00	0,00	0,00	0,02	0,90	14,18	5,14	4,40	0,94
Cy HO			всего(норма -не менее 700г)	788											N. W. C. C. Street	A TOTAL TO
			итого обед	4- 6-12-6	17,24	16,16	101,62	687,32	41,80	0,33	0,37	28,39	124,60	102,64	399,89	7,09
	1				Maria Parlah			A CONTRACTOR		Y Williams		Contract (Contract)	St. 14 (19) (1)			A TOSTATI
ИК й сти сти	~ -			amatana, e		30					1311					
же образования об	Toel	TTK№30	Оладьи с повидлом 130/20	150	8,45	5,17	30,57	226,82	18,48	0,2	0,2	0,56	15	44,05	164,74	2,02
ПОЛДНИК (15% от суточной погребности погребления пищевых	веп							100								
H 6.6	175	382*	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	24,40	0,06	0,19	1,59	152,22	21,34	124,56	0,48
10 1 2 1 1 6		A CHIL	всего (норма — не менее 300г):	350	<b>经行为自己的</b>					Milate Lati			ALL STREET			a Vijera
			ИТОГО	полдник	12,53	8,71	48,15	345,42	42,88	0,26	0,39	2,15	167,22	65,39	289,30	2,50

					The state of		THE PROPERTY								5 1 1 1 1
	200						A COLORS		v ,		10000				A SECOND
шиши	/per*		порции, 1	Пищевая п	ценность, г		еская		Вита	мины		Mı	неральные вет	щества,мг/ су	/ <b>T</b>
Прием п	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса пор	белок	жир	углеводы	Энергетическая ценность, ккал	А,рет.экв/ сут	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо
НЕДЕЛЯ: 1	// ДЕНЬ: 2														
- E	A STATE OF		need affine		19.00					1.02.804		Marine.		THE RESERVE	235
6 or	54**	Помидоры свежие	60	0,66	0,12	2,28	13,2	79,8	0,036	0,024	10,5	8,4	12	15,6	0,54
25% ной пости ещес	TTK№2	Плов из курицы70/130	200	10,40	8,97	26,08	205,10	0,00	0,11	0,13	6,03	16,35	54,04	175,33	4,37
ик (себи	ГΠ	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,24	6,72	34,00		0,03	0,02		9,01	9,41	30,14	0,75
ed to de	ГП	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	21,10	94,00	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44
Завтрак (25% от суточной потребления потребления пищевых веществ)	ГП	Снежок (в индивидуальной упаковке промышленного производства)	200	5,40	5,00	21,60	153,00	40,00	0,08	0,34	1,40	240,00	28,00	180,00	0,20
S DUNG THE RESERVE THE		всего (норма — не менее 500г):	520			372-187-5				ALC: 454					A TOTAL
The state of the state of		ИТОГО ЗАВТРАК		20,78	14,69	77,78	499,30	119,80	0,26	0,53	17,93	281,76	109,05	427,07	6,30
<b>K</b>							ar a same side							1.040	
точной реблени (еств	45*	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,78	1,95	3,87	36,24	122,25	0,01	0,23	10,25	14,98	9,05	16,98	0,28
гочн ебле еств	78**	Суп картофельный с горохом	200	4,40	4,22	13,22	118,00	97,20	0,18	0,06	4,66	34,14	28,46	70,48	1,64
от суточной потребления веществ	TTK№3	Жаркое по -домашнему (свинина) 70/130	200	8,00	13,00	18,30	388,00	0,00	0,23	0,25	29,04	30,20	57,69	286,49	4,24
отр отр	LII	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,90	0,34	9,41	48,00	0,00	0,04	0,03	0,00	12,61	13,17	42,20	1,05
	LII	Хлеб пшеничный	50	3,70	0,45	26,38	117,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	7,00	32,50	0,55
S% CTI	ГП	Сок яблочный	200	1,00	0,00	20,00	42,00	0,00	0,01	0,01	4,00	14,00	8,00	14,00	1,40
(35)	338*	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00		0,04	0,03	60,00	34,00	20,00	23,00	0,30
Обед (35% отребности		всего(норма -не менее 700г)	838		323 3 333			1. 月1. 5				7.7.7.V.		and the second	By it has
Обед (35% потребности				20,68	20,16	99,28	792,24	219,45	0,52	0,63	107,95	149,93	143,37	485,65	9,46
												, A			
полдии к (15% от суточной потребност и потреблени я пищевых веществ)										A PAGE					Star Park
Олд (15%) треб и преб инще	3*	Бутерброд с сыром 30/5/15	50	5,8	8,3	14,83	157	59	0,04	0,07	0,11	139,2	9,45	96	0,49
H CO CO C B C C C C C C C C C C C C C C C		Чай с молоком	180	1,37	1,22	7,20	72,90	9,00	0,04	0,14	1,20	30,00	13,86	83,52	0,37
	338*	Яблоки свежие	125	0,50	0,50	12,25	58,75	0,00	0,04	0,03	12,50	20,00	11,25	13,75	2,75
		всего (норма — не менее 300г):	355		50,000			10113 P. S. N.	X Land				100000000000000000000000000000000000000		
	OF JOHNSON	ИТОГО	полдник	7,67	10,02	34,28	288,65	68,00	0,12	0,24	13,81	189,20	34,56	193,27	3,61
	ALL STATE OF THE STATE OF					THE RESERVE OF THE	ATTION ALEXANDER TO THE			A SEWANDS TO				STATE OF THE PARTY	ACTOR LANDY STATE

<b>}</b>	100	100000 A 1000000 COLOR COLOR SEE						1			1	1			er 1 2000
umilin v	pei*		ции, г	Пищевая	ценность, г	=	еская		Вита	мины		Мин	неральные вец	цества,мг/ су	T
Прием пи	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции,	белок	жир	углеводы	Энергетическая ценность, ккал	А,рет.экв/	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо
неделя: 1 /	/ ЛЕНЬ: <b>3</b>		1.4 3.4		1.57.07.	the state of		A transfer							A Section
A CONTRACTOR AND A STATE OF THE ABOVE AND A ST	ABIID. C			A CAN DECISION				the factor of	Notes	in the					
Завтрак (25% от суточной потребления пищевых веществ)	42**	Салат из моркови с яблоками	60	0,636	0,102	5,112	23	439,92	0,03	0,048	2,622	14,394	18,228	26,712	0,636
уточ (ств)	TTK №21	Запеканка из творога	150	8,3025	12,93	13,2975	210	51,15	0,06	0,3	0,2925	224,0025	32,0025	291	0,8625
от суточной потребления веществ)	ГП	Сметана	20	0,50	3,00	0,70	32,00	20,00	0,01	0,02	0,10	18,00	2,00	12,00	
7 0 0 1 1 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 1	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,24	6,72	34,00	0,00	0,03	0,02	0,00	9,01	9,41	30,14	0,75
завтрак (25%) потребности пищевых	ГП	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	21,10	94,00	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44
ік (	264**	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,94	50,00	20,00	0,04	0,16	1,30	125,78	14,00	90,00	0,14
тре пи	231**	Нектарины	100	0,90	0,10	9,50	45	0,00	0,04	0,08	10,00	20,00	16,00	34,00	0,60
пол	e mestado de	всего (норма — не менее 500г,	590						No. 1					10.00	A STANIFE
	to the second second	ИТОГО ЗАВТРАК		17,82	19,41	72,37	488,00	531,07	0,21	0,65	14,31	419,19	97,24	509,85	3,43
	Les Control						A CONTRACTOR OF STREET							1 00 00	1 0 10
ж	ГП	Икра кабачковая	60	0,72	2,83	4,62	47,00	0,01	0,01	0,04	4,50	24,00	9,00	22,50	0,42
в ен	62**	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,74	82	134,6	0,04	0,04	8,54	39,78	20,9	43,68	0,98
суточной ттреблени еществ	491*	Чахохбили 50/40	90	7,02	6,84	5,76	114,30	7 76 V	1		V - 1				7.5
Ly d'H	303*	Каша пшеничная вязкая	150	4,00	5,00	23,94	158,00		0,11	0,02		10,97	29,90	85,47	0,98
10 II0	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,90	0,34	9,41	48,00	0,00	0,04	0,03	0,00	12,61	13,17	42,20	1,05
% H. H. W.	ГП	Хлеб пшеничный	50	3,70	0,45	26,38	117,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	7,00	32,50	0,55
Обед (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ	241**	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,10	32,00	132,00	0,00	0,02	0,02	0,72	32,48	17,46	23,44	0,68
Обед(	231**	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	478-47-4	0,03	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20
Ош	LU	Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	6,00	6,40	9,40	120,00		3	14	2,00	240,00	7,00	18,00	1,00
		всего (норма — не менее 700г	): 1078	Charles Adams			047.20	124 (1	3,25	14,19	25,76	385,84	113,43	278,79	7,86
The state of the state of		итого обед		25,84	26,30	130,05	865,30	134,61	3,23	14,19	23,70	363,04	- 113,43	270,77	1,00
100000000000000000000000000000000000000						Control of the Contro								Agric State	
и и я	100000000000000000000000000000000000000		1 60 1	2.0	1 6	44,4	246	Transition of the second	E T Y		A POLICE AND A PROPERTY OF THE				
ПК () чној ност тени въгх (тв)	ГП	Печенье «Осение узоры»	60	3,62	3,76	16,66	117.00	15,00	0,05	0.00	0.90	186,00	22,50	142,50	0,16
(НИИ Суто реблине) зищее	. ГП	Йогурт 2,5 % жирности	150	4,20	3,/0	10,00	117,00	13,00	0,05	0,00	0,50	100,00	22,50	1,12,00	0,10
ПОЛДНИК (15% от суточной потребности потребения пищевых веществ)	338*	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00		0,04	0,03	60,00	34,00	20,00	23,00	0,30
1794 V 3 E 33 P 6		всего (норма — не менее 300г		9.72	9,96	69,16	406.00	15.00	0.09	0.03	60,90	220,00	42.50	165,50	0.46
		ИТОГО	о полдник	8,72	9,90	09,10	400,00	13,00	0,07	0,03	00,70	220,00	12,50	100,00	1 0,.0

				Party of the					1000							
100											4 3 Jan 20 24			V (7) 2 - 1 (9)		A 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18
1	Ш	ypь.*		порции, г	Пищевая	ценность,	Γ	ская		Вита	мины		Mı	инеральные ве	щества,мг/ с	ут
	Прием	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порг	уого 9	жир	углеводы	Энергетическая ценность, ккал	А,рет.экв/сут	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо
НЕД	ЕЛЯ: 1	// ДЕНЬ: 4			K CAR COLLEGE										- 15-10-1	Control of
-	2				The second						- · · · · ·	4	Contract Contract			
0 %	потребности потребления пишевых вешеств	19**	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,58	3,64	2,18	42,00	64,35	0,02	0,02	4,95	11,40	9,62	20,35	0,44
грак (25% суточной	потребности потребления певых вещес	TTK №27	Сайда, тушенная в томате с овощами45/45	90	5,61	5,77	3,47	84,00	0,00	0,06	0,05	4,27	24,89	26,79	133,96	0,44
IK (	e61	305*	Рис припущенный	150	3,64	4,30	36,67	199,95	18,40	0.02	0,02	0,00	2,42	19.01	60,60	0,51
автрак	отр отр	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,24	6,72	34,00	0,00	0.03	0.02	0.00	9,01	9,41	30,14	0,75
3aE		ГП	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	21,10	94,00	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	5,60	26,00	0,73
1 2122		261**	Чай с сахаром	180	0,06	0,18	9,01	36,00	0,00	0,00	0,00	0,03	9,86	1,26	2,52	0,44
	4.11		всего(норма -не менее 500г):	540							2000000		Sept. Temple	1,20	2,32	0,21
			ИТОГО ЗАВТРАК		14,21	14,49	79,16	489,95	82,75	0,14	0,13	9,24	65,58	71,70	273,56	2,91
				BECSYSTE	THE REPORT OF STREET	1. 7. 3. 3.			Krist Zho	(chiraled)	N. Lange	and the second			275,50	2,71
	81	26**								J. C. V. C.	10.400	A Property		of the same of		Zo a la la
суточной	потребности потребления пищевых веществ	36**	Салат из свеклы с сыром	60	2,80	: 5,63	4,31	79,00	23,10	0,01	0,04	3,46	97,02	13,79	0,77	0,77
11.0	159 CT		Рассольник ленинградский	200	1,62	4,08	9,6	. 84	104	0,08	0,04	6,5	23,32	19,34	45,38	0,74
Y.	pe IIIe	TTK№26	Котлеты из куриного филе	90	6,30	4,74	12,12	110,00		0,06	0,07	0,56	26,40	57,60	129,60	1,24
	TOT Bel	216**	Капуста тушенная свежая	150	3,11	4,86	14,15	112,50	129,00	0,05	0,06	25,74	83,18	30,98	60,21	1,22
0 OT	ил	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,90	0,34	9,41	48,00	0,00	0,04	0,03	0,00	12,61	13,17	42,20	1,05
35%	CT SEP	ГП	Хлеб пшеничный	45	4,22	0,51	27,99	134,00	0,00	0,00	0,03	0,00	11,40	7,98	37,05	0,63
(3)	THC III	242**	Кисель из чёрной смородины	200	0,14	0,08	24,48	114,00	0,00	0,02-	0,02	24,00	14,00	5,58	8,94	0,14
Обед(	рес	ГП	Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	6,00	6,40	9,40	120,00		3	14	2,00	240,00	7,00	18,00	1,00
Ö	10T		всего(норма -не менее 700г):	973		V SCHOOL			TO PROPERTY.		VALUE OF STREET	2,00	210,00	7,00	18,00	1,00
,	-		итого обед		26,09	26,64	111,45	801,50	256,10	3,26	14,29	62,26	507,93	155,44	342,14	6,78
				ADM TALLS FA		of the Court of	7200	Child see 1975			11,22	02,20	301,33	133,44	342,14	0,/8
К (15%	f f cTB)						11-11-11			2						
K (1	ості ениз еще	TTK№20	Сырники со сметаной 130/20	150	10,23	10,19	24,63	215	27,5	0,23	0,23	0,63	67,9	49,91	186,7	2,29
полдник (	потребности потребления щевых веществ)	ГП	Снежок (в индивидуальной упаковке промышленного производства)	200	5,40	5,00	21,60	153,00	40,00	0,08	0,34	1,40	240,00	28,00	180,00	0,20
ЭШ	T B	100000000000000000000000000000000000000	STATE OF STA								0,0 .	1,10	240,00	20,00	100,00	0,20
			всего (норма -не менее 300г)	350									1160.14			,
			ИТОГО	полдник	15,63	15,19	46,23	368,00	67.50	0.31	0.57	2.03	307,90	77,91	366,70	2,49
				all the majoritation was to like	The state of the s	Production of the Control of the Con	ALCOHOLOGICAL STATE	Water and the state of the stat		-,	0,0,	2,03	301,50	11,71	300,70	2,49

					1000										
A CONTRACTOR			И, Г	Пищевая і	ценность, г		кал		Витам	ины		Ми	неральные веш	ества,мг/ сут	r (3
Прием пищи	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции,	белок	жир	углеводы	Энергетическая ценность, ккал	А,рет.экв/сут	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо
Programme and the	A THE THE CONTRACT		40 To 10												1
<b>НЕДЕЛЯ: 1</b> //	день: э					A PERSONAL	NAME OF		457	4-14-5				140.50	1 016
Завтрак (25% от суточной потребления пищевых веществ)	Mark Chat	No. of the control of	150	4,20	3,76	16,66	117,00	15,00	0,05	-0,00	0,90	186,00	22,50	142,50	0,16
6 0T	ГП	Йогурт 2,5 % жирности	75	7,57	11,43	1,38	138,00	171,61	0,04	0,26	0,12	56,15	9,45	124,53	1,39
Завтрак (25% суточной потребности потребления ищевых веще	144**	Омлет натуральный	150	5,17	4,74	15,34	126,00	26,13	0,07	- 0,22	1,80	174,87	23,75	142,52	0,47
K (County Brita	115**	Хлопья кукурузные с молоком 140/10	35	2,59	0,32	18,46	82,00	0,00	0,00	0,02	0,00	7,00	4,90	22,75	0,39
rpa cyr orp orp	LU	Хлеб пшеничный	34	2,05	3,40	25,16	139,40	15 WEAT 18							0.00
la de la	ГП	Пряники	180	0.12	0,02	15,20	62				2,83	14,20	2,40	4,40	0,36
E)	262**	Чай с лимоном всего (норма — не менее 500г):	624	0,12									100	10 ( 50	2.76
enterior tale la			024	21.70	23,66	92,20	664,40	212,74	0,16	0,49	5,65	438,23	63,00	436,70	2,76
		ИТОГО ЗАВТРАК	2.7.00	TOX ILLINE TO ANY										24 (200	6-74-10
			60	0,42	0,06	1.14	7	6	0,024	0,012	2,94	10,2	8,4	18	0,3
то и и и и и и и и и и и и и и и и и и и	54**	Огурцы свежие	225	2,05	7,53	11,17	93	97,6	0,04	0,03	0,4	22,84	8,54	30,8	0,52
% 100 100 100 100 100 100 100 100 100 10	TTK №23	Суп-лапша с курицей 200/25	200	23,13	23,99	35,29	449,00	262,00	0,11	0,17	2,24	24,25	53,61	278,99	3,51
Обед (35% от суточной потребности потребления вещеетв	179**	Плов из говядины 70/130	28	1,90	0,34	9,41	48,00	0,00	0,04	0,03	0,00	12,61	13,17	42,20	1,05
S T G G H B	ГΠ	Хлеб ржано-пшеничный	45	3,33	0,41	23,74	106,00	0,00	0,00	0,02	0,00	9,00	6,30	29,25	0,50
90 0 0 0	ГП	Хлеб пшеничный	200	0,68	0,28	20,76	87,78	0,00	0,02	0,00	100,00	21,34	3,44	3,44	0,64
	270**	Напиток из плодов шиповника	100	0,90	0.10	9,50	45	0,00	0,04	0,08	10,00	20,00	16,00	34,00	0,60
Carry New York	231**	Нектарины		0,90	0,10	7,00	distante AS								4 4 6
2/9/12/25/05		всего(норма -не менее 700г):	858	22.42	32,70	111.01	835,78	365,60	0,27	0,35	115,58	120,25	109,47	436,68	7,12
A. C. C. C. C. C.		итого обед		32,42	32,70	111,01	055,70	2000,000		Carrains.		Harris III			State of
	To Bridge St.						V # 5 - 5 - 5	Maria A							
1 500 (DU) 16 (D)			10	0.626	0,102	5,112	23,4	439,92	0,03	0,048	2,622	14,394	18,228	26,712	0,636
o or octiv	42	Салат из моркови с яблоками	60	0,636	12,00	2,20	150,33	122,00	0.04	0,27	0,20	73,33	11,33	135,33	1,40
(15% оебницев)	54-10	Омлет натуральный	100	8,47	0,27	18,03	70,32	122,00	BALLETA.	0,01	1230-123	6,00	4,20	19,50	0,33
ИК (потрия п	ГП	Хлеб пшеничный	30	2,20	0,27	10,03	10,32		22100	A Maria	115.00		1 6 66/501	4 (4)	
ПОЛДНИК (15% от сугочной потребности потребнения пищевых веществ)	54-6хн	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	42,80	4,08	0,01	0,01	2,50	13,00	9,10	10,00	0,19
IIC CyT IIOT	34-0AH	всего (норма- не менее 300г)	390	Carried and a safe in		Y	201.05	566.00	0.08	0,34	5,32	106,72	42,86	191,54	2,56
		ИТОГО ПОЛДНИК для возрастной катег	ории 7-11 ле	т 11,61	12,47	35,64	286,85	300,00	0,08	0,34	3,34	100,72	The farety are the		45:30

7			4	Пищевая п	енность, г		ал		Витам	ины .		Мин	еральные веще	ества,мг/ сут	
Прием пици	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции,	белок	жир	углеводы	Энергетическая ценность, ккал	А,рет.экв/сут	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо
неделя: 2/	/ ЛЕНЬ: 6	A THE RESERVE OF THE SECOND STATES OF								· And The s			A PROPER	Mark Mark	Section 1
Control of the Contro			C. S. J. S. SAN	0.40	4,43		. 54	39,00	0,005	0,045	0,11	132,00	5,25	75,00	0,15
6 0T	11**	Сыр порциями	15	3,48	7,25	0.13	66	40		0,01		2,4		3	0,02
25% 10 й 10 ст 10 ст 16 н 13 ы	10**	Масло сливочное	10	0,08	5,26	17,33	177,00	0,00	0,17	0,16	0,14	118,29	35,94	151,22	1,57
K (Control of the Control of the Con	TTK№24	Блинчики со стущенным молоком 130/20	150	8,15	0,41	22,10	106,00	0,00	0,00	0,02	0,00	9,00	6,30	29,25	0,50
Завтрак (25% о суточной потребности потребления пищевых веществ)	ГП	Хлеб пшеничный	45	3,33	3,19	15,82	106,00	21,96	0,05	0,16	1,42	137,00	19,21	112,10	0,43
la n	266**	Какао с молоком	180	3,67	0,40	9.80	47,00	2.3	0,03	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20
(1)	231**	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00		MONTHAL			43 146 014			101
Control of the second	251	всего (норма — не менее 500г):	500	70.77	20,93	65,18	556,00	100.96	0,26	0,42	11,67	414,69	75,70	381,58	4,86
		ИТОГО ЗАВТРАК		19,11	20,93	03,10	230,00						1 1 1 1 1 1 1 1	* 1	
	20 A 27 A 28 A 21				1 2 (2	2,26	44,00	30,50	0,02	0,02	7,93	15,25	11,30	21,37	0,40
чной	22**	Салат из сырых овощей (капуста, помидоры, огурцы)	60	0,65	3,62	13,22	118,00	120,00	0,18	0,06	4,66	34,14	28,46	70,48	1,64
eB eB	78**	Суп картофельный с фасолью	200	4,40	4,22	8,16	134,00	11,70	0.04	0,07	2,80	33,90	15,00	93,14	1,20
DY HI H	187**	Тефтели мясные (говядина) 60/30	90	7,54	7,90	23,94	158,00	11,70	0,11	0,02	\$1000	10,97	29,90	85,47	0,98
5% от су требност тения пи веществ	303*	Каша пшеничная вязкая	150	4,00	5,00	9,41	48,00	0,00	0,04	0,03	0,00	12,61	13,17	42,20	1,05
пия	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,90	0,34	23,74	106,00	0,00	0,00	0,02	0,00	9,00	6,30	29,25	0,50
тр тр вет	ГП	Хлеб пшеничный	45	3,33	0,41	20,00	42,00	0,00	0,01	0,01	4,00	14,00	8,00	14,00	1,40
10 10	ГП	Сок яблочный	200	1,00	0,00	20,00	42,00	3,00	See Carr						
Обед (35% от суточной потребления пищевых веществ	ГП	Снежок (в индивидуальной упаковке промышленного производства)	200	5,40	5,00	21,60	153,00	40,00	0,08	0,34	1,40	240,00	28,00	180,00	0,20
<u> </u>		всего(норма -не менее 700г):	973			18 18 18		A 17 M	0.10	0.50	20,78	369,87	140,13	535.91	7,36
		итого обед	The state of	28,22	26,48	122,33	803,00	202,20	0,48	0,58	20,70	307,07	7.0,20		Text the
		итого овед										Pulley Ha			
						S. 119 7.5	2005	1 22.7	0,05	0,05	0,04	126	11	100	0,77
ости вых		b C	150	7,9	6,8	28,6	207,7	33,7	Mark Jonath	A Total Street	Aug 5 5 377	Control Superior	5.50	8,94	0,14
15% ебнс ище	54-40	Макароны отварные с сыром	200	0,14	0,08	24,48	114,00	0,00	0,02	0,02	24,00	14,00	5,58	11,00	2,20
ик ( потр ия п (есть	242**	Кисель из чёрной смородины	100	0.90	0,20	8,10	43,00		0,03	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20
ЦНІ Іой г Улен Вещ	338*	Апельсины свежие	100				· 是智慧			-					
ПОЛДНИК (15% от суточной потребнести потребления пищевых веществ)		всего (норма- не менее 300г)	450	8,94	7,08	61.18	364,70	33,70	0,10	0,09	34,04	156,00	25,58	119,94	3,11
итого полд	ник			0,74	,,00		A CONTRACTOR					THE PERSON NAMED IN		17	1
110101014	and a final distance of the			The second second	Marie Carrier Control	MANUFACTURE OF THE PARTY OF THE	TOTAL TOTAL OF THE								

7_	*		H, T	Пищевая	ценность, г		Кал		Витам	ины		Мин	еральные вец	цества,мг/ су	r
Прием пищи	№ рецептуры*	Наименование блюда	Масса порции,	белок	жир	углеводы	Энергетическая ценность, ккал	А,рет.экв/сут	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо
неделя: 2	// ДЕНЬ:7														
** **	A SECTION AND A SECTION		Section 1		1 000 1		7,00	6,00	0.02	0,01	2,94	10,20	8,40	18,00	0,30
они	54**	Огурцы свежие	60	0,42	0,06	1,14 7,29	127,00	11,25	0,02	0,06	1,58	20,16	13,06	84,26	1,20
01.0 61.0	189**	Фрикадельки из говядины в соусе 45/45	90	7,77	7,42		168,00	18,40	0,04	0,00	0,00	4,86	21,12	37,17	1,11
r cy rpe me	207**	Макароны отварные с маслом	150	5,52	4,52	26,45	34,00	0.00	0.03	0,02	0,00	9,01	9,41	30,14	0,75
0 % 0 IIO	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,24	15,83	70,00	0,00	0.00	0,02	0.00	6,00	4,20	19,50	0,33
25%	ГП	Хлеб пшеничный	30	2,22,	-		138,00	0,00	0,00	0,02	0,00	3,00	A BUILDING	201	Dec Sy
иен пен	ГП	Печенье	30	2,18	5,10	20,40		0,00	0,00	0,00	3,60	12,60	7,20	12,60	0,00
гра реб пип	ГП	Сок яблочный	180	0,90	0,00	18,00	0,00	0,00	at sed states in	MACHINE CAVID	September 1 and the last	CONTRACTOR SECURITION	STREET, WAS COUNTY	a month and the state of	er things, letter
Завтрак (25% от суточной потребности потребления пищевых веществ)	ГП	Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	6,00	6,40	9,40	120,00		3	14	2,00	240,00	7,00	18,00	1,00
19 -		всего (норма — не менее 500г):	760		uni ti				7.4		70.70	302.83	70,39	219,67	4,69
		ИТОГО ЗАВТРАК		26,37	24,00	105,23	664,00	35,65	3,15	14,11	10,12	302,83	/0,39	219,07	4,07
N 25/11 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	1 -	STATES THE COMPANY OF STATES AND							A CONTRACT			I 40.64 I	10.45	10.10	T 0.50
и ви	18**	Салат из свежих помидоров	60	0,66	3,67	2,74	46,20	40,00	0,02	0,02	11,10	10,64	10,47	19,10 43,68	0,50
E E E	62**	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,74	82	10,4	0,04	0,04	8,54	39,78	20,9	133,96	0,98
ro e	TTK№27	Сайда, тушенная в томате с овощами45/45	90	5,61	5,77	3,47	84,00	0,00	0,06	0,05	4,27	24,89	26,79	86,60	1.01
суточной треблени ешеств	210**	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,45	137	23,80	0,14	0,11	18,17	36,98	27,75	42,20	1,01
ло по х в	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,90	0,34	9,41	48,00	0,00	0,04	0,03	0,00	12,61	13,17	29,25	0,50
% III	ГП	Хлеб пшеничный	45	3,33	0,41	23,74	106,00	0,00	0,00	0,02	0,00	9,00	6,30	10,00	0,30
35%	54-6хн	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	42,80	4,08	0,01	0,01	2,50	13,00	9,10	10,00	0,19
1) п	ГП	Вафли «золотце моё»	. 30	3,60	0,60	29,10	111,00			Carrie Lab	7.00	10.00	12,00	16,00	2,30
Обед (35% от суточной потребления потребления	231**	Груши свежие	100	0,40	0,30	10,30	47	0,00	0,02	0,03	5,00	19,00	12,00	10,00	2,30
0 01	251	всего(норма -не менее 700г):	903		out the first	12.75 FAL		P. Children		No. 138	10000		706.40	200.70	7,09
		итого обед	<b>网络科学和巴克斯</b> 曼	20,30	19,92	118,25	703,50	78,28	0,33	0,31	49,57	165,90	126,49	380,78	1,09
							1275				a market from	T T	44.05	16474	1 202
ОЛДНИК (15% от суточной потребления потребления ищевых веществ)	TTK№30	Оладьи с повидлом 130/20	150	8,45	5,17	30,57	226,82	18,48	0,2	0,2	0,56	15	44,05	164,74	2,02
ик (очис	386*	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	100,00	40,00	0,08	0,34	1,40	240,00	28,00	180,00	0,18
трестрествент	338*	Яблоки свежие	140	0,56	0,56	13,72	65,80	0,00	0,04	0,03	14,00	22,40	15,40	12,60	3,08
от оп	330	всего (норма- не менее 300г)	490									255 40	97.45	357,34	5,28
H			полдник	14,81	10,73	52,29	392,62	58,48	0,32	0,57	15,96	277,40	87,45	33/,34	3,28

			100		- 17 10			10 13 13 13 1	1						1 57
				белок	жир	углеводы		прет.экв/сут	В1,мг/сут	B2,Mr/cyr	C,Mr/cyT	Кальций	Магний	Фосфор	Железо
	W TIELLI O				1 2 % S			4							
НЕДЕЛЯ: 2 /	/ день: 8										the state of the s	10 No. 2 No. 10			T. P. Law
Завтрак (25% от суточной потребности потребления пищевых веществ)	54**	Помидоры свежие	60	0,66	0,12	2,28	13,2	79,8	0,036	0,024	10,5	8,4	12	15,6	0,54
6 од	TTK№1	Гуляш из говядины 50/50	100	5,15	6,68	3,17	150	12,00	0,05	0,12	1,78	13,91	20,90	158,42	2,30
25% rpe mn rb)	303*	Каша вязкая гречневая	150	4,58	5,01	20,52	146,00	19,20	0,12	0,06	0,00	8,45	72,03	108,75	2,43
пк (по пис	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,24	6,72	34,00	0,00	0,03	0,02	0,00	9,01	9,41	30,14	0,75
ттри Пой Вег	ГП	Хлеб пшеничный	30	2,22	0,27	15,83	70,00	0,00	0,00	0,02	0,00	6,00	4,20	19,50	0,33
Зав Очи	266**	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,00	24,40	0,06	0,18	1,58	152,22	21,34	124,56	0,48
cy1	111111111111111111111111111111111111111	всего (норма- не менее 500г)	560		F NEST IN	SA SKILL					PA, 8 200			CHOCK!	
t de responsable des		ИТОГО ЗАВТРАК		18,05	15,86	66,10	531,20	135,40	0,30	0,42	13,86	197,99	139,88	456,97	6,83
) <u> </u>				"PORT OF BUILDING						100		and Alleria			10 to
суточной ости пищевых гв	16**	Салат из свежих огурцов	60	0,45	3,6	1,4	40		0,01	0,02	2,81	13,4	7,9	23,75	0,34
го. ще	108*	Суп картофельный с клёцками 150/50	200	2,85	3,67	15,03	115	16,84	0,08	0,06	4,6	26,72	20,28	57,78	0,94
35% от сул готребност бления пиг веществ	184**	Котлеты домашние 85/5	90	12,00	21,28	10,57	282,00	38,40	0,16	0,11	0,60	14,36	18,84	129,38	3,24
5% от су требнос нения пи веществ	216**	Капуста тушенная свежая	150	3,11	4,86	14,15	112,50	129,00	0,05	0,06	25,74	83,18	30,98	60,21	1,22
% вы	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,90	0,34	9,41	48,00	0,00	0,04	0,03	0,00	12,61	13,17	42,20	1,05
35% потре блені веш	ГП	Хлеб пшеничный	45	3,33	0,41	23,74	106,00	0,00	0,00	0,02	0,00	9,00	6,30	29,25	0,50
od L	54-13хн	Напиток из плодов шиповника	200	0,60	0,20	15,20	65,30	98,00	0,01	0,05	80,00	11,00	3,00	3,00	0,54
Обед( 35% от суточной потребности потребления пищевых веществ	гп	Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	6,00	6,40	9,40	120,00		3	. 14	2,00	240,00	7,00	18,00	1,00
		всего (норма — не менее 700г):	973			1.7.4		10.50							
		итого обед		30,24	40,75	98,89	888,80	282,24	3,35	14,35	115,75	410,27	107,47	363,57	8,82
10 0	` .							51-5-5-6							
5% c	54-60	Яйцо отварное	40	4,8	4	0,3	56,6	62,4	0,02	0,14	art rain	19	4,2	67	0,87
К (1.	1*	Бутерброд с маслом сливочным 30/10	40	2,36	7,49	14,89	136,00	40,00	0,03	0,02		8,40	4,20	22,50	0,35
АЛДНИК (15% от суточной потребности потребления пиревых веществ)	TTK№25	Чай с молоком	200	1,52	1,35	8,00	81,00	10,00	0,04	0,16	1,33	66,67	15,40	92,80	0,41
полід	338*	Груши свежие	100	0,40	0,30	10,30	47,00		0,02	0,02	5,00	19,00	12,00	16,00	2,30
		всего (норма- не менее 300г)	380		Programme S	14年10年									
итого полдн	ик		<b>经过来</b> 经验	9,08	13,14	33,49	320,60	112,40	0,11	0,34	6,33	113,07	35,80	198,30	3,93

		Fuel Co.		Commence of the			The state of			WENE,						
0	A A					A TOPYCOL		X25 1 3 3		100	March to .		a contract of the contract of		1	
*					белок	жир	углеводы		А,рет.экв/сут	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо
НЕДЕ	ЛЯ: 2 л	<b>// ДЕНЬ:</b> 9			(2012) 5 K 4 TE	70 4	still Treat		1000							
10	Ē														2 3 3 3 3 3	
% m	ииз нес	45*	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,78	1,95	3,87	36,24	122,25	0,01	0,23	10,25	14,98	0.05	1	
(25	нос Лен Вен	TTK№26	Котлеты из куриного филе	90	6,30	4,74	12,12	110,00	122,23	0,06	0,23	0,56	26,40	9,05	16,98	0,28
Завтрак (25% от суточной	потребности потребления зевых вещест	305*	Рис припущенный	150	3,64	4,30	36,67	199,95	18,40	0,02	0,07	0,00	2,42	57,60	129,60	1,24
ey cy	TOT	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,24	6,72	34,00	0,00	0,03	0,02	0,00	9,01	19,01	60,60	0,51
38		ГП	Хлеб пшеничный	40	2,96	0,36	21,10	94,00	0,00	0,00	0,02	0,00	8,00	9,41	30,14	0,75
	- (* <del>-</del>	242**	Кисель из чёрной смородины	180	0,13	0,07	22,03	102,60	0,00	0,02	0,02	21,60	12,60	5,60	26,00	0,44
		231**	Груши свежие	100	0,40	0,30	10,30	47	0,00	0,02	0,02	5.00	19,00	5,02 12,00	8,05	0,13
			всего (норма — не менее 500г):	640		92 (C.Y)		errase w	2,30	0,02	0,03	3,00	19,00	12,00	16,00	2,30
			ИТОГО ЗАВТРАК		15,57	11,96	112,81	623,79	140.65	0.16	0,40	37,41	92,41	117,69	207.27	A TABLE TO
72	2					40. 20. 20	h jida kes	<b>通过于</b> 有效。研究	er make some	1,000	0,70	37,71	72,41	117,09	287,37	5,65
суточной	B	56**	Икра из кабачков	60	1,64	4,31	8,72	80,00	0,00	0,02	0,02	2,80	54,56	10.06	And a long of the long of the	
P0	S	66**	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,42	3,96	6,32	70	112,2	0,04	0,02	12,62	39,4	10,86	33,48	0,44
1 8		TTK№28	Азу (говядина) 50/150	200	17,80	12,70	21,27	241,00	- 100,00	0,02	0,02	5,00	50,20	17,7	39,2	0,66
0.10	BB	П	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,90	0,34	9,41	48,00	0,00	0,04	0,03	0,00	12,61	11,00	60,00	0,20
00	P X X	ГП	Хлеб пшеничный	45	3,33	0,41	23,74	106,00	0,00	0,00	0,03	0,00	9.00	13,17	42,20	1,05
95%	пищевых веществ	287**	Ватрушка с творогом	75	9,22	5,48	29,18	202,00	34,00	0,08	0,12	0,00	50,80	6,30	29,25	0,50
(C)		ГП	Сок яблочный	200	1,00	0,00	20,00	42,00	0,00	0,01	0,01	4,00	14,00	8,00	90,20	0,90
Obed (35% or cytounom			всего(норма -не менее 700г):	808						0,01	0,01	7,00	14,00	8,00	14,00	1,40
0 5			ИТОГО ОБЕД		36,31	27,19	118.64	789,00	246,20	0,22	0,26	24,46	230.57	00.62		
					Protein Alexandra	A 12000	3000			0,22	0,20	24,40	230,3/	88,63	308,33	5,15
- 1	× 1			(with the second			CAST CONTRACT		and the visit of	2000			The production of			
% OT	CBBI										ab. Hart					
(15g	B (8)	54-25ĸ	Каша жидкая молочная рисовая	200	7,07	7,2	38,27	246	35,2	0,07	0,2	0,81	198,67	27.22	150 cm T	ASSESSED TO
ИК	цест		Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	40	0,07	0,01	0,81	2,4	37,33	178,67	0,56
ной ной	ве	ГП	Хлеб пшеничный	51	3,77	0,46	30,66	119,55	0,00	0,00	0,01	0,00	10,20	7,14	3	0,02
ПОЛДНИК (15% от суточной потребности	потр	54-6хн	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	42,80	4,08	0,01	0,01	2,50	13,00	9,10	33,15	0,56
HTOPO	полити	TO SECOND	всего (норма- не менее 300г)	461	(E) 4.24 (Ded. 34)		ANDA			-,	0,01	2,30	13,00	9,10	10,00	0,19
итого і	полдни	K			11,22	15,01	79,36	474,35	79,28	0,08	0,23	3,31	224,27	53,57	224,82	1,33
							STATE OF THE PARTY	THE RESERVE OF THE PARTY OF THE	Control of the Control of	TOWNS OF CASES	and the second state of the second second				227,02	1,33

															4
	48,787,6							10 to 2.				1 1/2 11 11		1	All S
ЕДЕЛЯ: <b>2</b>	// ЛЕНЬ:	10		белок	жир	углеводы		А,рет.экв/су	В1,мг/сут	В2,мг/сут	C,MI/cyT	Кальций	Магний	Фосфор	
	и день.	10						8年1月1日							
ик (25% от потребности ния пищевых цеств)	54**	Помидоры свежие	60	0.66			a Francisco	A WORLDON	100000		JAN TENAN	214 2 2 2 2			
% e6H	184**	Котлеты домашние 85/5	90	0,66	0,12	2,28	13,2	79,8	0,036	0,024	10,5	8,4	12	15,6	1
отр в п в ств	209**	Картофель в молоке	150		21,28	10,57	282,00	38,40	0,16	0,11	0,60	14,36	18,84	129,38	
Завтрак (25% сугочной погреб погребления пип веществ)	ГП	Хлеб пшеничный	35	5,52	4,52	26,45	168,00	8,34	0,06	0,00	0,00	4,86	21,12	37,17	
ветр бле ве	TTK№50	Чай с шиповником	180	0,72	0,32	18,46	82,00	0,00	0,00	0,02	0,00	7,00	4,90	22,75	(
3a	231**	Яблоки свежие	100	0,72	0,18	15,03	60,03	88,20	0,01	0,05	72,00	9,90	2,70	2,70	1
Су по		всего (норма — не менее 500г);	615	0,40	0,40	9,80	47,00		0,03	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2
		ИТОГО ЗАВТРАК	013	27.00								1.00			
EXCE		The state of the s		21,89	26,81	82,59	652,23	214,74	0,30	0,22	93,10	60,52	68,56	218,60	7
ООСД 35% ОТ ТОЧНОЙ ПОТРЕБНОСТИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ)	36**	Салат из свеклы с сыром	60	2.00		1 2 2			1577				ingraphic control		300
от бно ия (ест	72**	Рассольник ленинградский	200	2,80	5,63	4,31	79,00	23,10	0,01	0,04	3,46	97,02	13,79	0,77	10
ээ% готре блен к вещ	TTK№29	Мясо тушеное(говядина) с соусом 45/45	90	1,62	4,08	9,6	84	104	0,08	0,04	6,5	23,32	19,34	45,38	0
X B X	207**	Макароны отварные с маслом	150	14,35	17,78	10,20	198,00	50,00	0,05	0,12	1,71	11,03	20,72	149,45	2
оед ( отре евых	, ГП	Хлеб ржано-пшеничный	28	5,52	4,52	26,45	168,00	18,40	0,06	0,00	0,00	4,86	21,12	37,17	1
поп	ГП	Хлеб пшеничный	50	1,90	0,34	9,41	48,00	0,00	0,04	0,03	0,00	12,61	13,17	42,20	1
гот	264**	Кофейный напиток с молоком	200	3,70	0,45	26,38	117,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	7,00	32,50	(
cy I	231**	Нектарины	100	3,16	2,68	15,94	50,00	20,00	0,04	0,16	1,30	125,78	14,00	90,00	0
1651,870	4-246	всего (норма — не менее 700г):	878	0,90	0,10	9,50	45	0,00	0,04	0,08	10,00	20,00	16,00	34,00	0
		ИТОГО ОБЕД	8/8	33,96	25.55	The second		1 9-3		ANATE			el avillada (	1.15 T. 1511	-
ил ия	11 11 11 11 11 11			33,90	35,57	111,79	789,00	215,50	0,32	0,50	22,97	304,62	125,14	431,46	7.
% от чној от	TTK№20	Сырники со сметаной 180/20	200	13,64	1 12 50	20.04							Section 1		A 100
(13% от суточной потребления пищевых веществ)	ГП	Йогурт 2,5 % жирности	150	4,20	13,59	32,84	287	36,67	0,31	0,31	0,84	90,53	66,55	248,93	3.
0 0 1		Яблоки свежие	100	0,40	3,76	16,66	117,00	15,00	0,05	0,00	0,90	186,00	22,50	142,50	0.
120,000		всего (норма- не менее 300г)	450	0,40	0,40	9,80	47,00		0,03	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2.
го полдни	IK .	Colorador de la colorada de la color	130	18,24	17.75	50.20	477.00								
			147.4	10,24	17,75	59,30	451,00	51,67	0,39	0.33	11,74	292,53	98,05	402,43	5,

		4 St. 14 St.	Б	Ж	y	ККАл	A	B1	B2 ·	C	Кальций	Магний	Фосфор	Желез
	завтрак		19,50	19,70	83,45	579,43	179,37	0,52	1,78	22,22	258,65	90,41	361,22	5,16
	обед													
	очед		27,13	27,19	112,33	795,54	204,20	1,23	4,58	57,35	276,98	121,22	396,32	7,39
	полдник		11,85	12,01	51,91	369,82	109,49	0,19	0,31	15,56	205,43	56,37	250,91	3,07

	Пищевая цег	ность, г		Tiec riec	Витамины			17	Минераль	ные вещест	ва,мг/ сут	
Потребность в тицевых веществах, энергии, витаминах и	белок	жир	углеводы	Энергети кая ценност ккал	А,рет.экв/	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо
минеральных веществах (суточная) по СанПиН 2.3/2.4.3590-20	77	79	335	2350	700	1,2	1,4	60	1100	1100	250	12
Потребностьв пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (завтрак — 25% от суточной нормы)по СанПиН 2.3/2.4.3590-20	19,25	19,75	83,75	587,5	175	0,3	0,35	15	275	275	62,5	3
Итпого застрак (25% от суточной потребности потребления пищевых веществ)—среднее значение за 10 дней	19,50	19,70	83,45	579,43	179,0	0,52	1,78	22	259,00	90	361	5,0

СЕЗОН	: BECHA	ВОЗРАСТ	НАЯ КА	ТЕГОРИ	IЯ 7-11 лет		ОБЕД	Į				
	Пищевая ценность, г			еская	Витамины				Минеральные вещества,мг/ сут			
Потребность в тицевых веществах, энергии, витаминсх и минеральных веществах (суточная) по	белок	жир	углеводы	Энергетич ценность,	А,рет.экв/	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо
СанПиН 2.3/2.4.3590-20	77	79	335	2350	700	1,2	1,4	. 60	1100	1100	250	12
Потребностьв пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (обед — 35% от суточной нормы)по СанПиН 2.3/2.4.3590-20	26,95	27,65	117,25	822,5	245	0,42	0,49	21	385	385	87,5	4,2
Итого обед (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ)—среднее значение за10 дней	27,13	27,19	112,33	795,54	204	1,23	4,58	57	277,00	121	393	7,4

СЕЗОН: ВЕСНА ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 лет ПОЛДНИК												
	Пищевая ценность, г			еская	Витамины				Минеральные вещества,мг/ сут			
Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (суточная) по	белок	жир	углеводы	Энергетич ценность,	А,рет.экв/ сут	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо
СанПиН 2.3/2.4.3590-20	77	79	335	2350	700	1,2	- 1,4	60	1100	1100	250	12
Потребность впищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (полдник — 15% от суточной пормы)по СанПиН 2.3/2.4.3590-20	11,55	11,85	50,25	352,5	105	0,18	0,21	9	165	165	37,5	1,8
Итого полдник (15% от суточной потребности потребления пищевых веществ)—среднее значение за 10 дней	11,85	12,01	.51,91	369,82	109	0,19	0,31	16	205,00	56	251	3