

День: понедельник														
Неделя: первая														
Возрастная категория: с 7 до 11														
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
к/к	Икра кабачковая	100	0,50	4,50	3,50	9,7	0,02	11,42	1,18	0,31	18,03	14,52	9,08	0,44
92	Суп картофельный с курицей	25/200	6,70	4,90	15,60	160	0,15	17,05	0,35	0,5	22	224,2	59,75	1,65
331	Макароны с коллетой	50/150	17,5	17,1	41,4	391	0,12	0	0,03	3,7	20,6	156	26,2	2,4
272	Чай с сахаром и лимоном	5/200	3,20	0,40	21,04	102	0	3	0	0	7,4	9	5	0,1
к/к	Апельсин	100	0,94	0,12	8,10	47	0	30,4	0	0,2	28	13,6	8,8	0,1
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,64	0,44	15,04	76	0,08	0,00	0,00	0,00	9,60	44,80	15,20	0,84
	<b>Итого</b>		<b>31,48</b>	<b>27,46</b>	<b>104,68</b>	<b>785,70</b>	<b>0,37</b>	<b>61,87</b>	<b>1,56</b>	<b>4,71</b>	<b>105,63</b>	<b>462,12</b>	<b>124,03</b>	<b>5,53</b>

День: понедельник														
Неделя: первая														
Возрастная категория: с 12 до 18														
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
к/к	Икра кабачковая	150	0,75	6,75	5,25	14,55	0,03	17,13	1,77	0,46	27,04	21,78	13,62	0,66
92	Суп картофельный с курицей	25/200	6,70	4,90	15,60	160,00	0,15	17,05	0,35	0,50	22,00	224,20	59,75	1,65
331	Макароны с коллетой	50/150	17,50	17,10	41,40	391,00	0,12	0,00	0,03	3,70	20,60	156,00	26,20	2,40
272	Чай с сахаром и лимоном	5/200	3,20	0,40	21,04	102,00	0,00	3,00	0,00	0,00	7,40	9,00	5,00	0,10
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,64	0,44	15,04	76,00	0,08	0,00	0,00	0,00	9,60	44,80	15,20	0,84
	<b>Итого</b>		<b>30,79</b>	<b>29,59</b>	<b>98,03</b>	<b>743,55</b>	<b>0,38</b>	<b>37,18</b>	<b>2,15</b>	<b>4,66</b>	<b>86,64</b>	<b>455,78</b>	<b>119,77</b>	<b>5,65</b>

День: вторник														
Неделя: первая														
Возрастная категория: с 7 до 11														
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
43	Салат из свежей капусты	60	1,55	5,08	9,40	96	0,03	26,01	0,26	0,12	47,21	29,96	16,42	0,55
76	Борщ из свежей капусты с курицей и сметаной	10/25/200	6,24	9,90	12,07	188,93	0,17	7,017	0	0	33,74	181,88	26,08	1,93
394	Жаркое по-домашнему с мясом	50/100	16,80	20,80	21,60	399	0,5	11,2	0	2,3	23,3	173,1	43,8	2,4
402	Компот из с/фруктов	200	0,06	0,10	31,70	131	0,02	51,4	0,01	0,5	21	23	16	0,7
к/к	Хлеб пшеничный, ржаной	40	2,64	0,44	15,04	76	0,08	0	0	0	9,6	44,8	15,2	0,84
<b>Итого</b>			<b>27,29</b>	<b>36,32</b>	<b>89,81</b>	<b>890,93</b>	<b>0,80</b>	<b>95,63</b>	<b>0,27</b>	<b>2,92</b>	<b>134,85</b>	<b>452,74</b>	<b>117,50</b>	<b>6,42</b>

День: вторник														
Неделя: первая														
Возрастная категория: с 12 до 18														
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
43	Салат из свежей капусты	100	2,50	8,50	15,60	160,00	0,05	43,35	0,43	0,20	78,68	49,90	27,40	0,92
76	Борщ из свежей капусты с курицей и сметаной	10/25/250	7,80	12,40	15,10	236,20	0,21	8,77	0,00	0,00	56,23	227,40	32,60	2,40
394	Жаркое по-домашнему	200	22,40	27,70	28,80	532	0,67	14,9	0	3,8	38,8	230,8	58,4	3,2
402	Компот из с/фруктов	200	0,06	0,10	31,70	131,00	0,02	51,40	0,01	0,50	21,00	23,00	16,00	0,70
к/к	Хлеб пшеничный, ржаной	40	2,64	0,44	15,04	76	0,08	0	0	0	9,6	44,8	15,2	0,84
<b>Итого</b>			<b>35,40</b>	<b>49,14</b>	<b>106,24</b>	<b>1135,20</b>	<b>1,03</b>	<b>118,42</b>	<b>0,44</b>	<b>4,50</b>	<b>204,31</b>	<b>575,90</b>	<b>149,60</b>	<b>8,06</b>

День: среда														
Неделя: первая														
Возрастная категория: с 7 до 11														
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
52	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	60	0,70	5,00	4,30	68	0	0,02	6	0,05	16,7	24	111	1,7
89	Рассольник с курицей и сметаной	10/25/200	4,00	5,00	12,00	124	0,1	5,5	0,2	0,2	18,9	145,7	19,6	0,8
437/323	Гуляш из говядины с гречей	50/150	9,63	17,14	42,32	331	0,08	0,42	0,08	0,3	18,82	257	63,8	2,53
436	Напиток апельсиновый с вит. С	200	0,20	0,00	25,70	105	0,01	50,13	0	0,1	8	3	5	0
к/к	Хлеб пшеничный /ржаной	40	2,64	0,44	15,04	76	0,08	0,00	0,00	0,00	9,60	44,80	15,20	0,84
	<b>Итого</b>		<b>17,17</b>	<b>27,58</b>	<b>99,36</b>	<b>704,00</b>	<b>0,27</b>	<b>56,05</b>	<b>6,28</b>	<b>6,93</b>	<b>72,02</b>	<b>474,50</b>	<b>214,60</b>	<b>5,87</b>

День: среда														
Неделя: первая														
Возрастная категория: с 12 до 18														
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
52	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	60	0,70	5,00	4,30	68	0	0,02	6	0,05	16,7	24	111	1,7
89	Рассольник с курицей и сметаной	10/25/250	5,00	6,25	15,00	155	0,13	6,875	0,25	0,25	23,6	182,1	24,5	1
437/323	Гуляш из говядины с гречей	50/150	9,63	17,14	42,32	331	0,08	0,42	0,08	0,3	18,82	257	63,8	2,53
436	Напиток апельсиновый с вит. С	200	0,20	0,00	25,70	105	0,01	50,13	0	0,1	8	3	5	0
к/к	Хлеб пшеничный /ржаной	40	2,64	0,44	15,04	76	0,08	0,00	0,00	0,00	9,60	44,80	15,20	0,84
	<b>Итого</b>		<b>18,17</b>	<b>28,83</b>	<b>102,36</b>	<b>735,00</b>	<b>0,30</b>	<b>57,42</b>	<b>63,75</b>	<b>64,45</b>	<b>141,17</b>	<b>510,90</b>	<b>219,50</b>	<b>6,07</b>

День: четверг														
Неделя: первая														
Возрастная категория: с 7 до 11														
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
20	Салат из соленых огурцов с маслом растительным	60	1,62	3,1	1,56	40	0,01	3,6	0	1,38	13,8	16,8	7,8	0,42
99	Суп гороховый с картофелем и курицей	25/200	7,58	4,61	16,29	157,5	0,11	4,61	0,214	1,71	18,75	175,9	29,14	1,82
335/237	Картофельное пюре с куриными ножками	50/100	11,60	11,59	22,05	261	0,15	5,34	0,04	1,77	75,29	92,57	41,17	2,24
431	Чай с сахаром и лимоном	5/200	0,30	0,10	15,20	61	0	3	0	0	7,4	9	5	0,1
к/к	Хлеб пшеничный, ржаной	40	2,64	0,44	15,04	76	0,08	0	0	0	9,6	44,8	15,2	0,84
<b>Итого</b>			<b>23,74</b>	<b>19,84</b>	<b>70,14</b>	<b>595,50</b>	<b>0,35</b>	<b>16,55</b>	<b>0,25</b>	<b>4,86</b>	<b>124,84</b>	<b>339,09</b>	<b>98,31</b>	<b>5,42</b>

День: четверг														
Неделя: первая														
Возрастная категория: с 12 до 18														
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
20	Салат из соленых огурцов с маслом растительным	60	1,62	3,1	1,56	40	0,01	3,6	0	1,38	13,8	16,8	7,8	0,42
99	Суп гороховый с картофелем и курицей	25/250	9,50	5,80	20,40	197	0,14	5,8	0,28	2,1	23,44	219,9	36,42	2,3
335/237	Картофельное пюре с куриными ножками	50/150	17,40	17,40	33,10	391,5	0,23	8,01	0,06	2,65	112,9	138,9	61,76	3,36
431	Чай с сахаром и лимоном	5/200	0,30	0,10	15,20	61	0	3	0	0	7,4	9	5	0,1
	Банан	100	1,50	0,10	21,80	89	0,03	8,7	3	0,1	8	28	42	0,6
к/к	Хлеб пшеничный, ржаной	40	2,64	0,44	15,04	76	0,08	0	0	0	9,6	44,8	15,2	0,84
<b>Итого</b>			<b>32,96</b>	<b>26,94</b>	<b>107,10</b>	<b>854,50</b>	<b>0,49</b>	<b>29,11</b>	<b>3,34</b>	<b>6,23</b>	<b>175,18</b>	<b>457,40</b>	<b>168,20</b>	<b>7,62</b>

День: пятница														
Неделя: первая														
Возрастная категория: с 7 до 11														
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
40	Салат из квашенной капусты	60	1,00	3,10	4,60	50	0,01	16,2	0,02	1,4	29,4	16,8	9	0,4
84	Молочный суп с вермишелью	10/25/200	4,56	7,70	8,07	177,28	0,005	1,2	0,02	0,7	20,02	91	23,84	0,39
37/8	Запеканка картофельная с мясом	25/125	10,51	13,09	25,98	257,59	0,18	24,1	0,04	2,72	21,74	157,02	38,17	2,52
442	Сок яблочный, персиковый	200	1	0,2	19,8	86	0,02	4	0	0,2	14	14	8	2,8
к/к	Хлеб пшеничный, ржаной	40	2,64	0,44	15,04	76	0,08	0	0	0	9,6	44,8	15,2	0,84
	<b>Итого</b>		<b>19,71</b>	<b>24,35</b>	<b>73,49</b>	<b>646,87</b>	<b>0,34</b>	<b>45,14</b>	<b>0,08</b>	<b>5,02</b>	<b>94,76</b>	<b>324,22</b>	<b>94,21</b>	<b>6,95</b>

День: пятница														
Неделя: первая														
Возрастная категория: с 12 до 18														
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
40	Салат из квашенной капусты	60	1,00	3,10	4,60	50	0,01	16,2	0,02	1,4	29,4	16,8	9	0,4
84	Щи из свежей капусты с курицей и сметаной	10/25/250	5,70	9,60	10,10	221,6	0,006	1,5	0,025	0,9	25,02	113,75	29,8	0,49
37/8	Запеканка картофельная с мясом	150	12,61	15,7	31,2	309,1	0,21	28,9	0,05	3,3	26,1	188,4	45,8	3,02
442	Сок яблочный, персиковый	200	1	0,2	19,8	86	0,02	4	0	0,2	14	14	8	2,8
к/к	Хлеб пшеничный, ржаной	40	2,64	0,44	15,04	76	0,08	0	0	0	9,6	44,8	15,2	0,84
	<b>Итого</b>		<b>22,95</b>	<b>29,04</b>	<b>72,64</b>	<b>742,70</b>	<b>0,33</b>	<b>50,60</b>	<b>0,10</b>	<b>5,80</b>	<b>109,92</b>	<b>377,75</b>	<b>107,80</b>	<b>7,55</b>

Неделя: вторая														
Возрастная категория: с 7 до 11														
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
40	Салат из квашенной капусты	60	1,00	3,10	4,60	50	0,01	16,2	0,02	1,4	29,4	16,8	9	0,4
99	Суп гороховый с картофелем и курицей	25/200	7,58	4,61	16,29	157,5	0,11	4,61	0,214	1,71	18,75	175,9	29,14	1,82
437/323	Гуляш из говядины с гречей	50/150	9,63	17,14	42,32	331	0,08	0,42	0,08	0,3	18,82	257	63,8	2,53
394	Компот из свежих фруктов	200	0,20	0,20	27,90	115	0,01	51,6	0	0,1	7	4	4	1
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,64	0,44	15,04	76	0,08	0,00	0,00	0,00	9,60	44,80	15,20	0,84
	<b>Итого</b>		<b>21,05</b>	<b>25,49</b>	<b>106,15</b>	<b>729,50</b>	<b>0,29</b>	<b>72,83</b>	<b>0,31</b>	<b>3,51</b>	<b>83,57</b>	<b>498,52</b>	<b>121,14</b>	<b>6,59</b>

День: понедельник														
Неделя: вторая														
Возрастная категория: с 12 до 18														
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
40	Салат из квашенной капусты	60	1,00	3,10	4,60	50	0,01	16,2	0,02	1,4	29,4	16,8	9	0,4
99	Суп гороховый с картофелем и курицей	25/250	9,40	5,80	20,40	196,9	0,14	5,8	0,27	2,14	23,4	219,9	36,4	2,28
437/323	гуляш из говядины с гречей	50/150	9,63	17,14	42,32	331	0,08	0,42	0,08	0,3	18,82	257	63,8	2,53
394	Компот из свежих фруктов	200	0,2	0,2	27,9	115	0,01	51,6	0	0,1	7	4	4	1
к/к	Хлеб пшеничный, ржаной	40	2,64	0,44	15,04	76	0,08	0,00	0,00	0,00	9,60	44,80	15,20	0,84
	<b>Итого</b>		<b>22,87</b>	<b>26,68</b>	<b>110,26</b>	<b>768,90</b>	<b>0,32</b>	<b>74,02</b>	<b>0,37</b>	<b>3,94</b>	<b>88,22</b>	<b>542,50</b>	<b>128,40</b>	<b>7,05</b>

День: вторник														
Неделя: вторая														
Возрастная категория: с 7 до 11														
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
101	Икра кабачковая	100	0,50	4,50	3,50	97	0,02	11,42	1,18	0,31	18,03	14,52	9,08	0,44
148	Суп картофельный с курицей и сметаной	10/25/250	6,70	4,90	15,60	160	0,15	17,05	0,35	0,5	22	224,2	59,75	1,65
331	Макароны с голенью куриной	50/150	16,13	12,54	33,49	3,41	0,08	0,39	0,03	2,76	46,36	162,96	22,21	2,22
436	Напиток из апельсинов	200	0,20	0,00	25,70	105	0,01	50,13	0	0,1	8	51	3	0
к/к	Хлеб пшеничный, ржаной	40	2,64	0,44	15,04	76	0,08	0,00	0,00	0,00	9,60	44,80	15,20	0,84
	<b>Итого</b>		<b>26,17</b>	<b>22,38</b>	<b>93,33</b>	<b>441,41</b>	<b>0,34</b>	<b>78,99</b>	<b>1,56</b>	<b>3,67</b>	<b>103,99</b>	<b>497,48</b>	<b>109,24</b>	<b>5,15</b>

День: вторник														
Неделя: вторая														
Возрастная категория: с 12 до 18														
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
101	Икра кабачковая	100	0,50	4,50	3,50	97	0,02	11,42	1,18	0,31	18,03	14,52	9,08	0,44
148	Суп картофельный с курицей и сметаной	10/25/250	6,70	4,90	15,60	160	0,15	17,05	0,35	0,5	22	224,2	59,75	1,65
331	Макароны с голенью куриной	50/150	16,13	12,54	33,49	3,41	0,08	0,39	0,03	2,76	46,36	162,96	22,21	2,22
436	Напиток из апельсинов	200	0,20	0,00	25,70	105	0,01	50,13	0	0,1	8	51	3	0
к/к	Хлеб пшеничный, ржаной	40	2,64	0,44	15,04	76	0,08	0,00	0,00	0,00	9,60	44,80	15,20	0,84
	<b>Итого</b>		<b>26,17</b>	<b>22,38</b>	<b>93,33</b>	<b>441,41</b>	<b>0,34</b>	<b>78,99</b>	<b>1,56</b>	<b>3,67</b>	<b>103,99</b>	<b>497,48</b>	<b>109,24</b>	<b>5,15</b>

Неделя: вторая															
Возрастная категория: с 7 до 11															
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
50	Салат из квашенной капусты	50	1,55	5,08	9,40	96	0,03	26,01	0,26	0,12	47,21	29,96	16,42	0,55	
76	Борщ из свежей капусты с курицей и сметаной	10/25/250	5,75	5,21	18,84	145,2	0,09	0,91	30,6	0	161,62	137,98	24,14	0,51	
520/374	Картофельное пюре с рыбной котлетой	50/150	20,70	24,70	36,90	452	0,1	14,7	0,3	6	44	216	46,7	2,7	
411	Кисель плодово-ягодный	200	0,20	0,10	15,00	60	0	0	0	0	5	8	4	1	
к/к	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47	0	10	0	0,6	16	11	8	2,2	
к/к	Хлеб пшеничный /ржаной	40	2,64	0,44	15,04	76	0,08	0,00	0,00	0,00	9,60	44,80	15,20	0,84	
<b>Итого</b>			<b>31,24</b>	<b>35,93</b>	<b>104,98</b>	<b>876,20</b>	<b>0,30</b>	<b>51,62</b>	<b>31,16</b>	<b>6,72</b>	<b>283,43</b>	<b>447,74</b>	<b>114,46</b>	<b>7,80</b>	

День: среда															
Неделя: вторая															
Возрастная категория: с 12 до 18															
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
50	Салат из квашенной капусты	50	1,55	5,08	9,40	96	0,03	26,01	0,26	0,12	47,21	29,96	16,42	0,55	
76	Борщ из свежей капусты с курицей и сметаной	10/25/250	5,75	5,21	18,84	145,2	0,09	0,91	30,6	0	161,62	137,98	24,14	0,51	
520/374	Картофельное пюре с рыбной котлетой	50/150	20,70	24,70	36,90	452	0,1	14,7	0,3	6	44	216	46,7	2,7	
411	Кисель плодово-ягодный	200	0,20	0,10	15,00	60	0	0	0	0	5	8	4	1	
к/к	Хлеб пшеничный /ржаной	40	2,64	0,44	15,04	76	0,08	0,00	0,00	0,00	9,60	44,80	15,20	0,84	
<b>Итого</b>			<b>30,84</b>	<b>35,53</b>	<b>95,18</b>	<b>829,20</b>	<b>0,30</b>	<b>41,62</b>	<b>31,16</b>	<b>6,12</b>	<b>267,43</b>	<b>436,74</b>	<b>106,46</b>	<b>5,60</b>	



День: четверг														
Неделя: вторая														
Возрастная категория: с 7 до 11														
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
43	Салат из свежей капусты	50	0,5	4,5	3,5	97	0,02	11,42	1,18	0,31	18,03	14,52	9,08	0,44
124	Щи из свежей капусты с курицей и сметаной	10/25/200	7	4,3	15,2	147	0,1	4,3	0,2	1,6	17,5	164,2	27,2	1,7
311	Плов с мясом	50/150	3,7	8,64	46,03	284,7	0,31	42	42	0	29,28	159,45	58,65	2,31
685	Чай с сахаром	200	12,00	12,30	10,10	200	0,06	0	0	2,9	9,6	120	19,2	1,6
т/к	Хлеб пшеничный /ржаной	40	2,64	0,44	15,04	76	0,08	0,00	0,00	0,00	9,60	44,80	15,20	0,84
	<b>Итого</b>		<b>25,84</b>	<b>30,18</b>	<b>110,96</b>	<b>804,70</b>	<b>0,57</b>	<b>57,72</b>	<b>43,38</b>	<b>4,81</b>	<b>84,01</b>	<b>586,98</b>	<b>129,33</b>	<b>6,89</b>

День: четверг														
Неделя: вторая														
Возрастная категория: с 12 до 18														
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
43	Салат из свежей капусты	50	0,5	4,5	3,5	97	0,02	11,42	1,18	0,31	18,03	14,52	9,08	0,44
124	Щи из свежей капусты с курицей и сметаной	10/25/250	8,75	5,38	19	183,75	0,125	5,38	0,25	2	21,9	205,25	34	2,13
311	Плов с мясом	50/150	3,7	8,64	46,03	284,7	0,31	42	42	0	29,28	159,45	58,65	2,31
685	Чай с сахаром	200	12,00	12,30	10,10	200	0,06	0	0	2,9	9,6	120	19,2	1,6
т/к	Хлеб пшеничный /ржаной	40	2,64	0,44	15,04	76	0,08	0,00	0,00	0,00	9,60	44,80	15,20	0,84
	<b>Итого</b>		<b>27,59</b>	<b>31,26</b>	<b>93,67</b>	<b>841,45</b>	<b>0,60</b>	<b>58,80</b>	<b>43,43</b>	<b>5,21</b>	<b>88,41</b>	<b>632,43</b>	<b>136,13</b>	<b>7,32</b>

День: пятница														
Неделя: вторая														
Возрастная категория: с 7 до 11														
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
71/1	Салат из свеклы	50	0,07	5,00	4,30	68	0	10,5	6	0,05	16,7	111	24	1,7
93	Суп лапша молочная	250	5,75	5,21	18,84	145,2	0,09	0,91	30,6	0	161,62	137,7	24,14	0,57
283/364	тефтели (2 вариант)	20/60	12,00	12,30	10,10	200	0,06	0	0	2,9	9,6	126	19,2	1,6
336	Капуста тушеная	100	1,85	4,32	23,02	142,4	0,15	21	21	0	15,14	79,9	29,33	1,16
442	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	19,80	86	0,02	4	0	0,2	14	14	8	2,8
к/к	Хлеб пшеничный /ржаной	40	2,64	0,44	15,04	76	0,08	0,00	0,00	0,00	9,60	44,80	15,20	0,84
<b>Итого</b>			<b>23,31</b>	<b>27,47</b>	<b>91,10</b>	<b>717,60</b>	<b>0,31</b>	<b>36,41</b>	<b>57,60</b>	<b>3,15</b>	<b>226,66</b>	<b>513,40</b>	<b>119,87</b>	<b>0,84</b>
День: пятница														
Неделя: вторая														
Возрастная категория: с 12 до 18														
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
71/1	Салат из свеклы	50	0,07	5,00	4,30	68	0	10,5	6	0,05	16,7	111	24	1,7
93	Суп лапша молочная	250	5,75	5,21	18,84	145,2	0,09	0,91	30,6	0	161,62	137,7	24,14	0,57
283/364	тефтели (2 вариант)	20/60	12,00	12,30	10,10	200	0,06	0	0	2,9	9,6	126	19,2	1,6
336	Капуста тушеная	100	1,85	4,32	23,02	142,4	0,15	21	21	0	15,14	79,9	29,33	1,16
442	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	19,80	86	0,02	4	0	0,2	14	14	8	2,8
к/к	Хлеб пшеничный /ржаной	40	2,64	0,44	15,04	76	0,08	0,00	0,00	0,00	9,60	44,80	15,20	0,84
<b>Итого</b>			<b>23,31</b>	<b>27,47</b>	<b>91,10</b>	<b>717,60</b>	<b>0,31</b>	<b>36,41</b>	<b>57,60</b>	<b>3,15</b>	<b>226,66</b>	<b>513,40</b>	<b>119,87</b>	<b>0,84</b>