УТВЕРЖДАЮ
И.о. начальника управления образованием
администрации муниципального образования
Павловский район

_____Н.А. Попко
"31" августа 20 23 г.

СОГЛАСОВАНО
И.П. ШКУРОПАТОВ П.А.

10-ТИ ДНЕВНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛ ПАВЛОВСКОГО РАЙОНА

на осенне-зимний период

2023 ГОД

7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1 Завтрак	Сырники из творога со сгущенным молоком (150/25)	175	29,4	8,6	31	319,1	54-6т
	Какао на молоке	200	4,6	3,6	12,6	100,4	54-21гн
	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,5	0,5	11,8	53,3	54-фс
	Кондитерское изделие (печенье) промышленного призводства	25	2,05	3,87	16,62	110	55
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**520**	**36,55**	**16,57**	**72,02**	**582,8**	
Неделя 1 День 1 Обед	Огурец свежий нарезка	60	0,5	0,1	1,5	8,5	54-2з
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,7	4,26	9,68	90,24	54-2с
	Биточек из говядины	90	16,43	15,71	14,7	265,5	54-6м
	Макароны отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8	54-1г
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	51-1хн
	Хлеб пшеничный	50	3,83	0,41	24,58	117,16	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	45	3,46	0,63	16,96	90,45	54-их
ИТОГО ЗА ОБЕД		**795**	**31,82**	**26,01**	**120,02**	**849,65**	
Неделя 1 День 2 Завтрак	Огурец свежий нарезка	60	0,5	0,1	1,5	8,5	54-2з
	Птица отварная	90	28,9	22,13	1,13	159,27	54-21м
	Картофель тушенный с луком	150	5	2,4	21	125	171
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн
	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,66	93,73	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,93	0,35	9,43	50,25	54-их
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**565**	**39,59**	**25,31**	**59,22**	**463,55**	
Неделя 1 День 2 Обед	Салат из белокачанной капусты	60	1,6	6,1	6,2	85,7	54-7з
	Суп лапша домашняя	200	2,8	5,8	13,9	120	128
	Запеканка из печени с рисом	180	22,2	18	8,9	289	355
	Сок фруктовый яблочный	200	0,5	0,1	10,1	46	54
	Хлеб пшеничный	50	3,83	0,41	24,58	117,16	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	45	3,46	0,63	16,96	90,45	54-их
ИТОГО ЗА ОБЕД		**735**	**34,39**	**31,04**	**80,64**	**748,31**	
Неделя 1 День 3 Завтрак	Салат из отварной свеклы с зеленым горошком	60	0,5	1,04	4,9	46,26	34
	Тефтели из говядины с рисом и томатным соусом (90/30)	120	13,05	13,2	72	199,65	54-16м
	Макароны отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8	54-1г
	Чай с сахаром	180	0,18	0	5,85	24,12	54-2г
	Хлеб пшеничный	30	2,29	0,24	14,74	70,3	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,93	0,35	9,43	50,25	54-их
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**565**	**23,35**	**19,73**	**139,72**	**587,38**	
Неделя 1 День 3 Обед	Огурец свежий нарезка	60	0,5	0,1	1,5	8,5	54-2з
	Суп гороховый	200	5,04	2,86	11,72	92,6	113
	Яйцо отварное	1 шт	4,8	4	0,3	56,5	54-6о
	Капуста тушенная с мясом	200	22,1	21,9	13,2	339,4	54-10м
	Кофейный напиток	200	3,8	2,9	11,3	86	54-23гн
	Хлеб пшеничный	50	3,83	0,41	24,58	117,16	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	45	3,46	0,63	16,96	90,45	54-их
	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,5	0,5	11,8	53,3	54-фс
ИТОГО ЗА ОБЕД		**815**	**43,53**	**33,2**	**89,86**	**835,41**	

Неделя 1 День 4 Завтрак	Помидор свежий нарезка	60	0,7	0,1	2,3	12,8	54-3з
	Котлета рыбная	90	12,78	12,34	7,74	162,8	54-3р
	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4	54-11г
	Сок фруктовый яблочный	200	0,5	0,1	10,1	46	54
	Хлеб пшеничный	30	2,29	0,24	14,74	70,3	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,93	0,35	9,43	50,25	54-их
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**555**	**21,4**	**18,33**	**64,11**	**481,55**	
Неделя 1 День 4 Обед	Огурец свежий нарезка	60	0,5	0,1	1,5	8,5	54-2з
	Суп из овощей с мясными фрикадельками (200/20)	220	7,16	7,66	6	121,6	123
	Плов (с мясом свинины)	180	16,2	18,8	28,35	262	443
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн
	Хлеб пшеничный	50	3,83	0,41	24,58	117,16	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	45	3,46	0,63	16,96	90,45	54-их
ИТОГО ЗА ОБЕД		**755**	**30,85**	**27,5**	**82,39**	**618,01**	
Неделя 1 День 5 Завтрак	Икра кабачковая пром изг	60	0,76	0,04	9,18	40,08	50
	Сыр порция	10	2,33	2,93	0	35,86	54-1з
	Омлет натуральный	150	12,7	18	3,3	225,5	54-1о
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн
	Фрукты свежие (апельсин)	150	1,35	0,3	12,15	64,5	54-фс
	Хлеб пшеничный	35	2,68	0,29	17,2	82,01	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,93	0,35	9,43	50,25	54-их
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**630**	**21,95**	**21,91**	**57,76**	**525**	
Неделя 1 День 5 Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,32	3,32	9,76	78,2	129
	Рыба (горбуша) тушенная в томате с овощами(30)	120	19,37	13,54	7,54	230	54-10р
	Картофель отварной	150	4,14	7,71	15,42	147,1	152
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	51-1хн
	Кондитерское изделие промышленного призводства (печенье)	35	2,87	5,42	23,27	154	55
	Хлеб пшеничный	50	3,83	0,41	24,58	117,16	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	45	3,46	0,63	16,96	90,45	54-их
ИТОГО ЗА ОБЕД		**800**	**36,49**	**31,03**	**117,33**	**897,91**	

Неделя 2 День 1 Завтрак	Салат из белокачанной капусты	60	1,6	6,1	6,2	85,7	54-7з
	Котлета из говядины	90	16,43	15,71	14,7	265,5	54-6м
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,3	6,3	36	233,7	54-4г
	Кисло-молочный напиток (йогурт)	200	5,8	5	8	101	470
	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,66	93,73	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,93	0,35	9,43	50,25	54-их
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**565**	**37,12**	**33,79**	**93,99**	**829,88**	
Неделя 2 День 1 Обед	Помидор свежий нарезка	60	0,7	0,1	2,3	12,8	54-3з
	Суп гороховый	200	5,04	2,86	11,72	92,6	112
	Жаркое по -домашнему (говядина)	200	20,1	18,7	17,2	318	54-9м
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн
	Хлеб пшеничный	50	3,83	0,41	24,58	117,16	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	45	3,46	0,63	16,96	90,45	54-их
ИТОГО ЗА ОБЕД		**695**	**32,63**	**22,6**	**76,96**	**645,01**	
Неделя 2 День 2 Завтрак	суп молочный манный	200	4,8	5	16,44	160	140
	хлеб с маслом и сыром (15/5/15)	35	4,7	7,9	7,3	124	3
	Чай с сахаром	180	0,18	0	5,85	24,12	54-2гн
	Кондитерское изделие	25	1	9,87	13,55	142,25	55
	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,5	0,5	11,8	53,3	54-фс
	Хлеб пшеничный	30	2,29	0,24	14,74	70,3	54-их
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**590**	**13,47**	**23,51**	**69,68**	**573,97**	
Неделя 2 День 2 Обед	Огурец свежий нарезка	60	0,5	0,1	1,5	8,5	54-2з
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,34	3,14	5,86	57,08	54-13с
	Рагу овощное с птицей	240	14,4	13,44	23,28	278,4	376
	Кофейный напиток	200	3,8	2,9	11,3	86	54-23гн
	Хлеб пшеничный	50	3,83	0,41	24,58	117,16	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	45	3,46	0,63	16,96	90,45	54-их
ИТОГО ЗА ОБЕД		**795**	**27,33**	**20,62**	**83,48**	**637,59**	
Неделя 2 День 3 Завтрак	Огурец свежий нарезка	60	0,5	0,1	1,5	8,5	54-2з
	Рыба (горбуша) тушенная в томате с овощами(30)	120	19,37	13,54	7,54	230	54-10р
	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4	54-11г
	Сок фруктовый яблочный	200	0,5	0,1	10,1	46	54
	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,66	93,73	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,93	0,35	9,43	50,25	54-их
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**595**	**28,56**	**19,62**	**68,03**	**567,88**	
Неделя 2 День 3 Обед	Помидор свежий нарезка	60	0,7	0,1	2,3	12,8	54-3з
	Суп картофельный	200	3,25	3,37	10,75	86,25	112
	Тефтели из говядины с рисом и томатным соусом (90/30)	120	13,05	13,2	72	199,65	54-16м
	Каша ячневая	150	4,28	4,68	29,98	179,2	208
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн
	Хлеб пшеничный	50	3,83	0,41	24,58	117,16	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	45	3,46	0,63	16,96	90,45	54-их
ИТОГО ЗА ОБЕД		**825**	**28,77**	**22,39**	**163,07**	**712,31**	

Неделя 2 День 4 Завтрак	Помидор свежий нарезка	60	0,7	0,1	2,3	12,8	54-3з
	Плов (с мясом свинины)	180	16,2	18,8	28,35	262	443
	Кофейный напиток	200	3,8	2,9	11,3	86	54-23гн
	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,66	93,73	54-их
	Кондитерское изделие (вафли) промышленного призводства	25	0,7	0,83	19,32	88,5	55
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,93	0,35	9,43	50,25	54-их
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**530**	**26,39**	**23,31**	**90,36**	**593,28**	
Неделя 2 День 4 Обед	Зеленый горошек	60	1,7	0,1	3,5	22,1	54-20з
	Суп с пшеном	200	2	2,4	14,64	90,4	114
	Котлета из говядина	90	16,43	15,71	14,7	265,5	54-6м
	Картофель тушенный с луком	150	5	2,4	21	125	171
	Сок фруктовый яблочный	200	0,5	0,1	10,1	46	54
	Хлеб пшеничный	50	3,83	0,41	24,58	117,16	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	45	3,46	0,63	16,96	90,45	54-их
ИТОГО ЗА ОБЕД		**795**	**32,92**	**21,75**	**105,48**	**756,61**	
Неделя 2 День 5 Завтрак	Огурец свежий нарезка	60	0,5	0,1	1,5	8,5	54-2з
	Печень по-строгановски	90	17,55	8,46	6,84	173,7	355
	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4	54-11г
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	51-1хн
	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,66	93,73	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,93	0,35	9,43	50,25	54-их
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**565**	**26,74**	**14,44**	**77,03**	**546,58**	
Неделя 2 День 5 Обед	Помидор свежий нарезка	60	0,7	0,1	2,3	12,8	54-3з
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,7	4,26	9,68	90,24	54-2с
	Котлета рыбная	90	12,78	12,34	7,74	162,8	54-3р
	Макароны отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8	54-1г
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54
	Хлеб пшеничный	50	3,83	0,41	24,58	117,16	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	45	3,46	0,63	16,96	90,45	54-их
ИТОГО ЗА ОБЕД		**795**	**28,07**	**22,64**	**100,56**	**697,05**	
ВСЕГО ЗА ЗАВТРАКИ			275,12	216,52	791,92	5751,87	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ЗАВТРАК			**27,51**	**21,65**	**79,19**	**575,19**	
ВСЕГО ЗА ОБЕДЫ			326,8	258,78	1019,79	7397,86	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ОБЕД			**32,68**	**25,878**	**101,979**	**739,786**	

*- в период сезонности с 15 октября 2023 огурцы, помидоры свежие меняются на квашенные

12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1 Завтрак	Сырники из творога со сгущенным молоком (150/25)	225	37,80	11,06	39,86	410,27	54-6т
	Какао на молоке	200	4,60	3,60	12,60	100,40	54-21гн
	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,50	0,50	11,80	53,30	54-фс
	Кондитерское изделие (печенье) промышленного производства	30	2,46	4,64	19,94	132,00	55
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**575**	**45,36**	**19,80**	**84,20**	**695,97**	
Неделя 1 День 1 Обед	Огурец свежий нарезка	100	0,83	0,17	2,50	14,17	54-2з
	Борщ с капустой и картофелем	250	2,13	5,33	12,10	112,80	54-2с
	Биточек из говядины	100	18,26	17,46	16,33	295,00	54-6м
	Макароны отварные	180	6,48	5,88	39,36	236,16	54-1г
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	51-1хн
	Хлеб пшеничный	65	4,98	0,53	31,95	152,31	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,84	0,70	18,84	100,50	54-их
ИТОГО ЗА ОБЕД		**945**	**37,02**	**30,06**	**140,89**	**991,93**	
Неделя 1 День 2 Завтрак	Огурец свежий нарезка	100	0,83	0,17	2,50	14,17	54-2з
	Птица отварная	100	32,11	24,59	1,26	176,97	54-21м
	Картофель тушеный с луком	180	6,00	2,88	25,20	150,00	171
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	54-2г
	Хлеб пшеничный	65	4,97	0,54	31,95	152,31	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,86	0,70	18,86	100,50	54-их
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**695**	**47,98**	**28,87**	**86,26**	**620,74**	
Неделя 1 День 2 Обед	Салат из белокачанной капусты	100	2,67	10,17	10,33	142,83	54-7з
	Суп лапша домашняя	250	3,50	7,25	17,38	150,00	128
	Запеканка из печени с рисом	200	24,67	20,00	9,89	321,11	355
	Сок фруктовый яблочный	200	0,50	0,10	10,10	46,00	54
	Хлеб пшеничный	65	4,98	0,53	31,95	152,31	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,84	0,70	18,84	100,50	54-их
ИТОГО ЗА ОБЕД		**865**	**40,16**	**38,75**	**98,50**	**912,75**	
Неделя 1 День 3 Завтрак	Салат из отварной свеклы с зеленым горошком	100	0,83	1,73	8,17	77,10	34
	Тефтели из говядины с рисом и томатным соусом (90/30)	130	14,14	14,30	78,00	216,29	54-16м
	Макароны отварные	180	6,48	5,88	39,36	236,16	54-1г
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	54-2г
	Хлеб пшеничный	40	3,05	0,32	19,65	93,73	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	38	2,93	0,53	14,33	76,38	54-их
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**688**	**27,64**	**22,77**	**166,01**	**726,46**	

Неделя 1 День 3 Обед	Огурец свежий нарезка	100	0,83	0,17	2,50	14,17	54-2з
	Суп гороховый	250	6,30	3,58	14,65	115,75	113
	Яйцо отварное	1 шт	5,10	4,60	0,30	63,00	54-6о
	Капуста тушенная с мясом	200	22,10	21,90	13,20	339,40	54-10м
	Кофейный напиток	200	3,80	2,90	11,30	86,00	54-23гн
	Хлеб пшеничный	65	4,98	0,53	31,95	152,31	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,84	0,70	18,84	100,50	54-их
	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,50	0,50	11,80	53,30	54-фс
ИТОГО ЗА ОБЕД		**885**	**46,62**	**34,71**	**102,05**	**910,26**	
Неделя 1 День 4 Завтрак	Помидор свежий нарезка	100	1,17	0,17	3,83	21,33	54-3з
	Котлета рыбная	100	14,20	13,71	8,60	180,89	54-3р
	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167,28	54-11г
	Сок фруктовый яблочный	200	0,50	0,10	10,10	46,00	54
	Хлеб пшеничный	45	3,44	0,36	22,11	105,45	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	38	2,93	0,53	14,33	76,38	54-их
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**663**	**26,08**	**21,11**	**82,74**	**597,33**	
Неделя 1 День 4 Обед	Огурец свежий нарезка	100	0,83	0,17	2,50	14,17	54-2з
	Суп из овощей с мясными фрикадельками (200/20)	275	1,60	1,92	11,84	72,00	123
	Плов (с мясом свинины)	200	28,67	26,12	27,27	352,73	443
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	54-2гн
	Хлеб пшеничный	65	4,98	0,53	31,95	152,31	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,84	0,70	18,84	100,50	54-их
ИТОГО ЗА ОБЕД		**890**	**39,29**	**29,27**	**96,41**	**704,34**	
Неделя 1 День 5 Завтрак	Икра кабачковая пром изг	100	1,27	0,07	15,30	66,80	50
	Сыр порция	15	3,50	4,40	0,00	53,79	54-1т
	Омлет натуральный	150	12,70	18,00	3,30	225,50	54-1о
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	54-2гн
	Фрукты свежие (апельсин)	150	1,35	0,30	12,15	64,50	54-фс
	Хлеб пшеничный	65	4,98	0,54	31,94	152,30	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,86	0,70	18,86	100,50	54-их
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**730**	**27,85**	**24,00**	**88,05**	**690,19**	
Неделя 1 День 5 Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,90	4,15	12,20	97,75	129
	Рыба (горбуша) тушенная в томате с овощами(30)	130	20,98	14,67	8,17	249,17	54-10р
	Картофель отварной	180	4,97	9,25	18,50	176,52	152
	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	6,50	26,80	54-1хн
	Кондитерское изделие промышленного призводства (печенье)	35	2,87	5,42	23,27	154,00	55
	Хлеб пшеничный	65	4,98	0,53	31,95	152,31	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,84	0,70	18,84	100,50	54-их
ИТОГО ЗА ОБЕД		**910**	**40,75**	**34,72**	**119,44**	**957,04**	

Неделя 2 День 1 Завтрак	Салат из белокачанной капусты	100	2,67	10,17	10,33	142,83	54-7з
	Котлета из говядины	100	18,26	17,46	16,33	295,00	54-6м
	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,96	7,56	43,20	303,00	54-4г
	Кисло-молочный напиток (йогурт)	200	5,80	5,00	8,00	101,00	470
	Хлеб пшеничный	65	4,97	0,54	31,95	152,31	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,86	0,70	18,86	100,50	54-их
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**695**	**45,51**	**41,42**	**128,67**	**1094,64**	
Неделя 2 День 1 Обед	Помидор свежий нарезка	100	1,17	0,17	3,83	21,33	54-3з
	Суп гороховый	250	6,30	3,58	14,65	115,75	112
	Жаркое по -домашнему (говядина)	250	25,13	23,38	21,50	397,50	54-9м
	Чай с сахаром	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-2гн
	Хлеб пшеничный	65	4,98	0,53	31,95	152,31	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,84	0,70	18,84	100,50	54-их
ИТОГО ЗА ОБЕД		**815**	**40,75**	**28,18**	**106,75**	**847,06**	
Неделя 2 День 2 Завтрак	суп молочный манный	250	6,00	6,25	20,55	200,00	140
	хлеб с маслом и сыром (15/5/15)	35	4,70	7,90	7,30	124,00	3
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	54-2гн
	Кондитерское изделие (конфета шоколадная) промышленного производства	30	0,01	0,00	18,24	72,00	55
	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,50	0,50	11,80	53,30	54-фс
	Хлеб пшеничный	65	4,96	0,52	31,94	152,32	54-их
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**700**	**16,37**	**15,17**	**96,33**	**628,42**	
Неделя 2 День 2 Обед	Огурец свежий нарезка	100	0,83	0,17	2,50	14,17	54-2з
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,68	3,93	7,33	71,35	54-13с
	Рагу овощное с птицей	250	15,00	14,00	24,25	290,00	376
	Кофейный напиток	200	3,80	2,90	11,30	86,00	54-23гн
	Хлеб пшеничный	65	4,98	0,53	31,95	152,31	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,84	0,70	18,84	100,50	54-их
ИТОГО ЗА ОБЕД		**915**	**30,13**	**22,22**	**96,17**	**714,32**	
Неделя 2 День 3 Завтрак	Огурец свежий нарезка	100	0,83	0,17	2,50	14,17	54-2з
	Рыба (горбуша) тушенная в томате с овощами(30)	130	20,98	14,67	8,17	249,17	54-10р
	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167,28	54-11г
	Сок фруктовый яблочный	200	0,00	0,00	22,00	90,00	54
	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,66	93,73	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,93	0,35	9,43	50,25	54-их
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**675**	**30,65**	**21,76**	**85,52**	**664,59**	
Неделя 2 День 3 Обед	Помидор свежий нарезка	100	1,17	0,17	3,83	21,33	54-3з
	Суп картофельный	250	4,06	4,21	13,44	107,81	112
	Тефтели из говядины с рисом и томатным соусом (90/30)	130	14,14	14,30	78,00	216,29	54-16м
	Каша ячневая	180	5,14	5,62	35,98	215,04	208
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	54-2гн
	Хлеб пшеничный	65	4,98	0,53	31,95	152,31	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,84	0,70	18,84	100,50	54-их
ИТОГО ЗА ОБЕД		**975**	**33,53**	**25,53**	**188,55**	**840,08**	

Неделя 2 День 4 Завтрак	Помидор свежий нарезка	100	1,17	0,17	3,83	21,33	54-3з
	Плов (с мясом свинины)	200	18,00	20,89	31,50	291,11	443
	Кофейный напиток	200	3,80	2,90	11,30	86,00	54-23гн
	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,66	93,73	54-их
	Кондитерское изделие (вафли) промышленного призводства	32,5	0,91	1,08	25,12	115,05	55
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,93	0,35	9,43	50,25	54-их
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**597,5**	**28,87**	**25,71**	**100,84**	**657,47**	
Неделя 2 День 4 Обед	Зеленый горошек	100	2,83	0,17	5,83	36,83	54-20з
	Суп с пшеном	250	2,50	3,00	18,30	113,00	114
	Котлета из говядина	100	18,26	17,46	16,33	295,00	54-6м
	Картофель тушенный с луком	180	6,00	2,88	25,20	150,00	171
	Сок фруктовый яблочный	200	0,50	0,10	10,10	46,00	54
	Хлеб пшеничный	65	4,98	0,53	31,95	152,31	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,84	0,70	18,84	100,50	54-их
ИТОГО ЗА ОБЕД		**945**	**38,91**	**24,84**	**126,57**	**893,64**	
Неделя 2 День 5 Завтрак	Огурец свежий нарезка	100	0,83	0,17	2,50	14,17	54-2з
	Печень по-строгановски	100	19,50	9,40	7,60	193,00	355
	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167,28	54-11г
	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	51-1хн
	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,66	93,73	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,93	0,35	9,43	50,25	54-их
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**645**	**29,66**	**16,49**	**82,75**	**599,43**	
Неделя 2 День 5 Обед	Помидор свежий нарезка	100	1,17	0,17	3,83	21,33	54-3з
	Борщ с капустой и картофелем	250	2,13	5,33	12,10	112,80	54-2с
	Котлета рыбная	100	14,20	13,71	8,60	180,89	54-3р
	Макароны отварные	180	6,48	5,88	39,36	236,16	54-1г
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	54
	Хлеб пшеничный	65	4,98	0,53	31,95	152,31	54-их
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,84	0,70	18,84	100,50	54-их
ИТОГО ЗА ОБЕД		**945**	**33,00**	**26,32**	**121,19**	**830,79**	
ВСЕГО ЗА ЗАВТРАКИ			325,96	237,09	1001,38	6975,26	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ЗАВТРАК			**32,60**	**23,71**	**100,14**	**697,53**	
ВСЕГО ЗА ОБЕДЫ			380,15	294,60	1196,51	8602,22	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ОБЕД			**38,01**	**29,46**	**119,65**	**860,22**	

*- в период сезонности с 15 октября 2023 огурцы, помидоры свежие меняются на квашенные