

Утверждаю: Директор ООО "Фабрика вкуса"

В.Парлюк

Согласовано: Директор

Примерное двухнедельное меню с 25.11.2025 "обед + полдник" для детей ГПД (СВО) 7-11 лет на 2025-2026 уч год

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины									
							Ca	Mg	P	Fe	A, мг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	B1, мг	C, мг					
<b>Неделя 1 день 1</b>																				
<b>Обед</b>																				
138/1994	Суп картофельный с бобовыми	250	5,54	5,93	20,78	164,06	38,22	40,04	107,48	2,06	0	252,28	2,47	0,21	5,65					
ттк 467	Азу из мяса по - домашнему	50/50	10,60	12,40	12,90	216,00	18,6	33,8	388,5	2,8	0	0,09	2,98	0,2	3,02					
471/1994	Картофель отварной	100	1,93	3,07	14,67	90,33	11,48	20,91	53,59	0,83	10	14,27	0,13	0,09	4,02					
ттк 289	Компот из кураги и изюма	200	0,72	0,03	21,09	88,19	17,36	10,97	14,94	0,37	0	64,13	0,61	0,01	0,18					
-	Хлеб крестьянский витаминный	45	2,97	0,28	21,03	100,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0					
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69	17,5	23,5	79	1,95	0	0,5	0,7	0,09	0					
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>16,14</b>	<b>18,33</b>	<b>33,68</b>	<b>380,06</b>	<b>56,82</b>	<b>73,84</b>	<b>495,98</b>	<b>4,86</b>	<b>0,00</b>	<b>252,37</b>	<b>5,45</b>	<b>0,41</b>	<b>8,67</b>					
<b>Полдник</b>																				
	Выпечка	50	3,21	3,48	11,64	105,00	21,95	8,44	63	0,3	12,5	22,12	2,7	0,04	0,04					
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0					
	<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>3,29</b>	<b>3,50</b>	<b>21,44</b>	<b>142,80</b>	<b>22,24</b>	<b>8,44</b>	<b>63,00</b>	<b>0,33</b>	<b>12,50</b>	<b>22,12</b>	<b>2,70</b>	<b>0,04</b>	<b>0,04</b>					
	<b>Итого</b>		<b>19,43</b>	<b>21,83</b>	<b>55,12</b>	<b>522,86</b>	<b>79,06</b>	<b>82,28</b>	<b>558,98</b>	<b>5,19</b>	<b>12,50</b>	<b>274,49</b>	<b>8,15</b>	<b>0,45</b>	<b>8,71</b>					
<b>Неделя 1 день 2</b>																				
<b>Обед</b>																				
110/1994	Борщ со сметаной	250/10	6,60	10,15	29,58	189,96	43,07	25,18	46,19	0,92	4,59	214,76	2,41	0,05	11,02					
ттк 245	Овощная под гарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62	4,12	5,88	7,64	0,26	0	39,9	0,21	0,02	7,35					
ттк 360	Плов из мяса с томатом с куркумой	200	15,40	16,51	46,71	353,71	21,3	42,8	186	2,18	0	480	4,09	0,07	0,96					
ттк 263	Компот из ягод	200	1,02	0,06	19,76	87,60	31,33	19,95	27,16	0,65	0	116,6	1,1	0,02	0,32					
-	Хлеб крестьянский витаминный	45	2,97	0,28	21,03	100,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0					
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	8,75	11,75	39,5	0,98	0	0,25	0,35	0,05	0					
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>21,36</b>	<b>17,21</b>	<b>96,97</b>	<b>598,03</b>	<b>65,50</b>	<b>80,38</b>	<b>260,30</b>	<b>4,07</b>	<b>0,00</b>	<b>636,75</b>	<b>5,75</b>	<b>0,16</b>	<b>8,63</b>					
			<b>21,36</b>																	
<b>Полдник</b>																				
	Выпечка	50	3,21	3,48	11,64	105,00	21,95	8,44	63	0,3	12,5	22,12	2,7	0,04	0,04					
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0					
	<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>3,29</b>	<b>3,50</b>	<b>21,44</b>	<b>142,80</b>	<b>22,24</b>	<b>8,44</b>	<b>63,00</b>	<b>0,33</b>	<b>12,50</b>	<b>22,12</b>	<b>2,70</b>	<b>0,04</b>	<b>0,04</b>					
	<b>Итого</b>		<b>24,65</b>	<b>3,50</b>	<b>21,44</b>	<b>142,80</b>	<b>22,24</b>	<b>8,44</b>	<b>63,00</b>	<b>0,33</b>	<b>12,50</b>	<b>22,12</b>	<b>2,70</b>	<b>0,04</b>	<b>0,04</b>					
<b>Неделя 1 день 3</b>																				
<b>Обед</b>																				
120/1994	Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	5,62	7,37	21,41	230,00	42,07	19,67	40,75	0,67	4,59	316,84	1,29	0,04	15,56					
ттк 245	Овощная под гарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62	4,12	5,88	7,64	0,26	0	39,9	0,21	0,02	7,35					

431/1994	Макаронник с мясом	200	15,88	15,96	44,20	350,82	32,42	28	126	0,08	0	0	2,3	0,11	0
ттк 418	Компот из яблок с сухофруктами	200	0,10	0,00	17,10	69,00	14,3	8,4	1	0,41	0	2,77	0,06	0,01	1,7
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69	17,5	23,5	79	1,95	0	0,5	0,7	0,09	0
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>21,60</b>	<b>17,49</b>	<b>90,87</b>	<b>589,76</b>	<b>68,34</b>	<b>65,78</b>	<b>213,64</b>	<b>2,70</b>	<b>0,00</b>	<b>43,17</b>	<b>3,27</b>	<b>0,23</b>	<b>9,05</b>
	<b><i>Полдник</i></b>														
	Выпечка	50	3,21	3,48	11,64	105,00	21,95	8,44	63	0,3	12,5	22,12	2,7	0,04	0,04
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0
	<b>Итого за 'Полдник '</b>		<b>3,29</b>	<b>3,50</b>	<b>21,44</b>	<b>142,80</b>	<b>22,24</b>	<b>8,44</b>	<b>63,00</b>	<b>0,33</b>	<b>12,50</b>	<b>22,12</b>	<b>2,70</b>	<b>0,04</b>	<b>0,04</b>
	<b>Итого</b>		<b>24,89</b>	<b>20,99</b>	<b>112,31</b>	<b>732,57</b>	<b>90,58</b>	<b>74,22</b>	<b>276,64</b>	<b>3,03</b>	<b>12,50</b>	<b>65,29</b>	<b>5,97</b>	<b>0,27</b>	<b>9,09</b>
	<b><u>Неделя 1 день 4</u></b>	<b>выход</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>ЭЦ</b>	<b>Са</b>	<b>Mg</b>	<b>P</b>	<b>Fe</b>	<b>A,мг</b>	<b>РЭ</b>	<b>ТЭ</b>	<b>B1,мг</b>	<b>C,мг</b>
	<b><i>Обед</i></b>														
ттк 451	Солянка с filee куры со сметаной	250/5	6,58	9,96	10,97	101,50	23,2	32,72	77,1	1,03	27,5	271,62	0,27	0,06	6,55
ттк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62	4,12	5,88	7,64	0,26	0	39,9	0,21	0,02	7,35
309/1994	Рыба тушенная в томате с овощами	100	11,69	8,70	5,79	198,00	25,87	23,7	154,73	0,78	65,36	78,64	1,5	0,11	0,3
ттк 393	Капуста тушеная с куркумой	150	3,50	6,56	35,56	195,12	81,89	30,45	61,02	1,11	0	305,1	1,62	0,05	31,3
638/1994	Компот из кураги	200	1,02	0,06	19,76	87,60	31,33	19,95	27,16	0,65	0	116,6	1,1	0,02	0,32
-	Хлеб крестьянский витаминный	45	2,97	0,28	21,03	100,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	8,75	11,75	39,5	0,98	0	0,25	0,35	0,05	0
	<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>21,15</b>	<b>15,96</b>	<b>91,61</b>	<b>637,44</b>	<b>151,96</b>	<b>91,73</b>	<b>290,05</b>	<b>3,78</b>	<b>65,36</b>	<b>540,49</b>	<b>4,78</b>	<b>0,25</b>	<b>39,27</b>
		<b>21,15</b>													
	<b><i>Полдник</i></b>														
	Выпечка	50	3,21	3,48	11,64	105,00	21,95	8,44	63	0,3	12,5	22,12	2,7	0,04	0,04
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0
	<b>Итого за 'Полдник '</b>		<b>3,29</b>	<b>3,50</b>	<b>21,44</b>	<b>142,80</b>	<b>22,24</b>	<b>8,44</b>	<b>63,00</b>	<b>0,33</b>	<b>12,50</b>	<b>22,12</b>	<b>2,70</b>	<b>0,04</b>	<b>0,04</b>
	<b>Итого</b>		<b>24,44</b>	<b>19,46</b>	<b>113,05</b>	<b>780,24</b>	<b>174,20</b>	<b>100,17</b>	<b>353,05</b>	<b>4,11</b>	<b>77,86</b>	<b>562,61</b>	<b>7,48</b>	<b>0,29</b>	<b>39,31</b>
	<b><u>Неделя 1 день 5</u></b>	<b>выход</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>ЭЦ</b>	<b>Са</b>	<b>Mg</b>	<b>P</b>	<b>Fe</b>	<b>A,мг</b>	<b>РЭ</b>	<b>ТЭ</b>	<b>B1,мг</b>	<b>C,мг</b>
	<b><i>Обед</i></b>														
139/1994	Суп картофельный с макаронными изд.	250	7,59	8,95	19,31	163,27	31,81	25,24	60,93	0,95	4,59	215,82	2,43	0,08	10,71
ттк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62	4,12	5,88	7,64	0,26	0	39,9	0,21	0,02	7,35
464/ттк	Голубцы ленивые в соусе сметанном с том	100/50	12,60	12,00	10,40	237,00	22,9	23,1	388,5	2,7	0	0,09	2,98	0,2	0,2
463/1994	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,58	3,39	28,76	173,42	13,01	101,33	148,1	3,48	0	1,07	0,43	0,19	0
ттк 289	Компот из кураги и изюма	200	0,72	0,03	21,59	88,19	17,36	10,97	14,94	0,37	0	64,13	0,61	0,01	0,18
-	Хлеб крестьянский витаминный	45	2,97	0,28	21,03	100,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	8,75	11,75	39,5	0,98	0	0,25	0,35	0,05	0
	<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>24,84</b>	<b>16,06</b>	<b>91,25</b>	<b>655,33</b>	<b>66,14</b>	<b>153,03</b>	<b>598,68</b>	<b>7,79</b>	<b>0,00</b>	<b>105,44</b>	<b>4,58</b>	<b>0,47</b>	<b>7,73</b>

<b><u>Полдник</u></b>																
	Выпечка	50	3,21	3,48	11,64	105,00	21,95	8,44	63	0,3	12,5	22,12	2,7	0,04	0,04	
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0	
	<b>Итого за 'Полдник '</b>		<b>3,29</b>	<b>3,50</b>	<b>21,44</b>	<b>142,80</b>	<b>22,24</b>	<b>8,44</b>	<b>63,00</b>	<b>0,33</b>	<b>12,50</b>	<b>22,12</b>	<b>2,70</b>	<b>0,04</b>	<b>0,04</b>	
	<b>Итого</b>		<b>28,13</b>	<b>19,56</b>	<b>112,69</b>	<b>798,13</b>	<b>88,38</b>	<b>161,47</b>	<b>661,68</b>	<b>8,12</b>	<b>12,50</b>	<b>127,56</b>	<b>7,28</b>	<b>0,51</b>	<b>7,77</b>	
<b><u>Неделя 2 день 1</u></b>																
	<b><u>Обед</u></b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ	Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ	ТЭ	B1,мг	C,мг
138/1994	Суп картофельный с бобовыми	250	5,54	5,93	20,78	164,06	38,22	40,04	107,48	2,06	0	252,28	2,47	0,21	5,65	
ттк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62	4,12	5,88	7,64	0,26	0	39,9	0,21	0,02	7,35	
ттк 414	Колбаска Школьная с отрубями из мяса	100	13,45	17,38	9,11	262,38	36,4	28,6	177	2,65	0	15,6	3,43	0,07	0,4	
ттк 255	Макароны отварные с овощами	150	6,00	6,60	31,80	216,00	15,21	14,17	48,59	1,89	0	25,25	0,95	0,96	62,66	
ттк 302	Компот из ягод "Ассорти"	200	1,02	0,06	19,76	87,60	31,33	19,95	27,16	0,65	0	116,6	1,1	0,02	0,32	
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69	17,5	23,5	79	1,95	0	0,5	0,7	0,09	0	
	<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>26,09</b>	<b>25,57</b>	<b>90,24</b>	<b>735,92</b>	<b>104,56</b>	<b>92,10</b>	<b>339,39</b>	<b>7,40</b>	<b>0,00</b>	<b>197,85</b>	<b>6,39</b>	<b>1,16</b>	<b>70,73</b>	
<b><u>Полдник</u></b>																
	Выпечка	50	3,21	3,48	11,64	105,00	21,95	8,44	63	0,3	12,5	22,12	2,7	0,04	0,04	
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0	
	<b>Итого за 'Полдник '</b>		<b>3,29</b>	<b>3,50</b>	<b>21,44</b>	<b>142,80</b>	<b>22,24</b>	<b>8,44</b>	<b>63,00</b>	<b>0,33</b>	<b>12,50</b>	<b>22,12</b>	<b>2,70</b>	<b>0,04</b>	<b>0,04</b>	
	<b>Итого</b>		<b>29,38</b>	<b>29,07</b>	<b>111,68</b>	<b>878,72</b>	<b>126,80</b>	<b>100,54</b>	<b>402,39</b>	<b>7,73</b>	<b>12,50</b>	<b>219,97</b>	<b>9,09</b>	<b>1,20</b>	<b>70,77</b>	
<b><u>Неделя 2 день 2</u></b>																
	<b><u>Обед</u></b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ	Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ	ТЭ	B1,мг	C,мг
110/1994	Борщ со сметаной	250/5	6,60	10,15	29,58	189,96	43,07	25,18	46,19	0,92	4,59	214,76	2,41	0,05	11,02	
ттк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62	4,12	5,88	7,64	0,26	0	39,9	0,21	0,02	7,35	
383/1994	Рыба запеченная в сметанном соусе	50/50	9,27	10,41	13,91	146,46	47,05	18,91	131,1	0,45	41,52	73,92	3,54	0,1	0,24	
ттк 358	Рис припущеный с куркумой	150	3,63	3,18	38,26	196,75	6,29	25	74,6	0,5	15	16,88	0,25	0,04	0	
ттк 418	Компот из яблок с сухофруктами	200	0,10	0,00	17,10	69,00	14,3	8,4	1	0,41	0	2,77	0,06	0,01	1,7	
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69	17,5	23,5	79	1,95	0	0,5	0,7	0,09	0	
	<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>18,60</b>	<b>14,44</b>	<b>101,11</b>	<b>583,69</b>	<b>89,26</b>	<b>81,69</b>	<b>293,34</b>	<b>3,57</b>	<b>56,52</b>	<b>133,97</b>	<b>4,76</b>	<b>0,26</b>	<b>9,29</b>	
<b><u>Полдник</u></b>																
	Выпечка	50	3,21	3,48	11,64	105,00	21,95	8,44	63	0,3	12,5	22,12	2,7	0,04	0,04	
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0	
	<b>Итого за 'Полдник '</b>		<b>3,29</b>	<b>3,50</b>	<b>21,44</b>	<b>142,80</b>	<b>22,24</b>	<b>8,44</b>	<b>63,00</b>	<b>0,33</b>	<b>12,50</b>	<b>22,12</b>	<b>2,70</b>	<b>0,04</b>	<b>0,04</b>	

	<b>Итого</b>		<b>21,89</b>	<b>17,94</b>	<b>122,55</b>	<b>726,50</b>	<b>111,50</b>	<b>90,13</b>	<b>356,34</b>	<b>3,90</b>	<b>69,02</b>	<b>156,09</b>	<b>7,46</b>	<b>0,30</b>	<b>9,33</b>
	<b>Неделя 2 день 3</b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ	ТЭ	B1,мг	C,мг
	<b>Обед</b>														
132/1994	Суп из овощей с зелен. горош. со сметан.	250/5	6,35	8,30	29,20	230,00	40,16	19,67	40,95	0,66	4,61	318,38	1,3	0,04	13,9
ттк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62	4,12	5,88	7,64	0,26	0	39,9	0,21	0,02	7,35
25/8	Шницель из мяса с отрубями	100	10,60	12,40	12,90	212,00	18,6	33,8	388,5	2,8	0	0,09	2,98	0,2	0,2
257/94	Каша гречневая вязкая	150	4,32	4,87	26,70	145,48	9,42	63,33	95,83	2,14	18,58	35	0,34	0,11	0
ттк 289	Компот из кураги и изюма	200	0,72	0,03	21,59	88,19	17,36	10,97	14,94	0,37	0	64,13	0,61	0,01	0,18
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	8,75	11,75	39,5	0,98	0	0,25	0,35	0,05	0
	<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>19,61</b>	<b>18,53</b>	<b>82,41</b>	<b>567,27</b>	<b>58,25</b>	<b>125,73</b>	<b>546,41</b>	<b>6,55</b>	<b>18,58</b>	<b>139,37</b>	<b>4,49</b>	<b>0,39</b>	<b>7,73</b>
	<b>Полдник</b>														
	Выпечка	50	3,21	3,48	11,64	105,00	21,95	8,44	63	0,3	12,5	22,12	2,7	0,04	0,04
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0
	<b>Итого за 'Полдник '</b>		<b>3,29</b>	<b>3,50</b>	<b>21,44</b>	<b>142,80</b>	<b>22,24</b>	<b>8,44</b>	<b>63,00</b>	<b>0,33</b>	<b>12,50</b>	<b>22,12</b>	<b>2,70</b>	<b>0,04</b>	<b>0,04</b>
	<b>Итого</b>		<b>22,90</b>	<b>22,03</b>	<b>103,85</b>	<b>710,07</b>	<b>80,49</b>	<b>134,17</b>	<b>609,41</b>	<b>6,88</b>	<b>31,08</b>	<b>161,49</b>	<b>7,19</b>	<b>0,43</b>	<b>7,77</b>
	<b>Неделя 2 день 4</b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ	ТЭ	B1,мг	C,мг
	<b>Обед</b>														
167/1994	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250/10	7,86	15,58	17,59	168,98	72,71	25,11	83,89	0,84	27,5	339,53	0,41	0,08	6,9
ттк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62	4,12	5,88	7,64	0,26	0	39,9	0,21	0,02	7,35
ттк 360	Плов из мяса с томатом с куркумой	200	15,40	16,51	46,71	353,71	21,3	42,8	186	2,18	0	480	4,09	0,07	0,96
ттк 263	Компот из ягод	200	1,02	0,06	19,76	87,60	31,33	19,95	27,16	0,65	0	116,6	1,1	0,02	0,32
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69	17,5	23,5	79	1,95	0	0,5	0,7	0,09	0
	<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>22,02</b>	<b>17,42</b>	<b>98,31</b>	<b>612,79</b>	<b>74,25</b>	<b>92,13</b>	<b>299,80</b>	<b>5,04</b>	<b>0,00</b>	<b>637,00</b>	<b>6,10</b>	<b>0,20</b>	<b>8,63</b>
	<b>Полдник</b>														
	Выпечка	50	3,21	3,48	11,64	105,00	21,95	8,44	63	0,3	12,5	22,12	2,7	0,04	0,04
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0
	<b>Итого за 'Полдник '</b>		<b>3,29</b>	<b>3,50</b>	<b>21,44</b>	<b>142,80</b>	<b>22,24</b>	<b>8,44</b>	<b>63,00</b>	<b>0,33</b>	<b>12,50</b>	<b>22,12</b>	<b>2,70</b>	<b>0,04</b>	<b>0,04</b>
	<b>Итого</b>		<b>25,31</b>	<b>20,92</b>	<b>119,75</b>	<b>755,59</b>	<b>96,49</b>	<b>100,57</b>	<b>362,80</b>	<b>5,37</b>	<b>12,50</b>	<b>659,12</b>	<b>8,80</b>	<b>0,24</b>	<b>8,67</b>
	<b>Неделя 2 день 5</b>	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ	ТЭ	B1,мг	C,мг
	<b>Обед</b>														
129/1994	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/5	3,10	6,60	19,24	118,38	31	25,27	74,59	0,95	4,59	317,22	2,5	0,09	13,12
ттк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62	4,12	5,88	7,64	0,26	0	39,9	0,21	0,02	7,35

431/1994	Макаронник с мясом	200	15,88	15,96	44,20	350,82	32,42	28	126	0,08	0	0	2,3	0,11	0
638/1994	Компот из кураги	200	1,02	0,06	19,76	87,60	31,33	19,95	27,16	0,65	0	116,6	1,1	0,02	0,32
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	8,75	11,75	39,5	0,98	0	0,25	0,35	0,05	0
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>20,85</b>	<b>16,57</b>	<b>87,45</b>	<b>561,56</b>	<b>76,62</b>	<b>65,58</b>	<b>200,30</b>	<b>1,97</b>	<b>0,00</b>	<b>156,75</b>	<b>3,96</b>	<b>0,20</b>	<b>7,67</b>
	<b>Итого</b>		#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####
	<b><u>Полдник</u></b>														
	Выпечка	50	3,21	3,48	11,64	105,00	21,95	8,44	63	0,3	12,5	22,12	2,7	0,04	0,04
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0
	<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>3,29</b>	<b>3,50</b>	<b>21,44</b>	<b>142,80</b>	<b>22,24</b>	<b>8,44</b>	<b>63,00</b>	<b>0,33</b>	<b>12,50</b>	<b>22,12</b>	<b>2,70</b>	<b>0,04</b>	<b>0,04</b>
	<b>Итого</b>		<b>24,14</b>	<b>20,07</b>	<b>108,89</b>	<b>704,36</b>	<b>98,86</b>	<b>74,02</b>	<b>263,30</b>	<b>2,30</b>	<b>12,50</b>	<b>178,87</b>	<b>6,66</b>	<b>0,24</b>	<b>7,71</b>
	<b>Итого за 10 дней</b>		<b>245,16</b>	<b>195,37</b>	<b>981,33</b>	<b>6751,84</b>	<b>968,60</b>	<b>926,01</b>	<b>3907,59</b>	<b>46,96</b>	<b>265,46</b>	<b>2427,61</b>	<b>70,78</b>	<b>3,97</b>	<b>169,17</b>
	<b>Итого за один день</b>		<b>24,52</b>	<b>19,54</b>	<b>98,13</b>	<b>675,18</b>	<b>96,86</b>	<b>92,60</b>	<b>390,76</b>	<b>4,70</b>	<b>26,55</b>	<b>242,76</b>	<b>7,08</b>	<b>0,40</b>	<b>16,92</b>