Приложение №1.1 к заданию на оказание услуг

Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов.

День: первый

Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
175	Каша «Дружба» молочная с маслом слив. (рис, пшено)	250	7,6	12,25	39,15	296,87	0,1	0,8	20,9	-	17,1	180,6	38,6	0,75
382	Какао с молоком	180	5,9	1,2	17,1	85,3	0,05	1,2	21,96	-	119,9	112,1	23	1,8
6	Бутерброд с колбасой полукопченой 30/20	50	5,25	8,84	15,57	170,4	0,34			1,59	12,1	66,5	14,9	0,77
б/н	Вафли	30	0,84	7,36	15,3	139,16	0,04	-	28,8	0,52	50	34,8	6	0,4
	Соль йодированная	1												
	ИТОГО:	**510**	**19,59**	**29,65**	**87,12**	**691,73**	**0,53**	**2**	**71,66**	**2,11**	**199,1**	**394**	**82,5**	**3,72**

День: второй

Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
401	Оладьи с повидлом 150/50	200	10,82	11,23	87,94	493	0,01	1,76			114,38	2,7	49,77	2,6
			0,25		35,8	144,2	0,03	1,2		0,02	124,1	1,68	65,6	1,65

377	Чай с сахаром и лимоном 180/5	185	0,12	0,02	9,18	27,3	-	2,55	-	0,01	13,78	3,96	2,16	0,32
б/н	Шоколад	15	1,05	5,1	7,5	82,5								
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	0,02	10	-	0,2	16	11	9	2,2
	Соль йодированная	1												
	ИТОГО:	500	12,64	16,75	150,22	794	0,06	15,51	0	0,23	268,26	19,34	126,5	6,77

День: третий

Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
259	Жаркое по-домашнему с мясом Свинина	200	14,05	33,7	18,9	437,7	0,3	7,7	3,5	0,4	32,8	205,9	60,12	3,45
379	Кофейный напиток	180	2,85	2,41	10,76	74,94	-	2,55	-	0,01	13,78	3,96	2,16	0,32
б/н	Хлеб обагащенный микронутриентами	30	2,31	0,12	12,66	60,3		0,2						
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	-	0,2	16	11	9	2,2
	Соль йодированная	1												
	ИТОГО:	510	19,61	36,63	52,12	619,94	0,33	20,45	3,5	0,61	62,58	220,86	71,28	5,97

День: четвертый

Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
223	Запеканка творожная с повидлом или джемом 200/30	200	18,9	12,9	59,7	430,5	0,6	2,2	0,9	92,6	173,6	33,5	236,7	1,1
			0,15		21,48	86,52		0,72		0,24	3,6	5,4	2,7	0,12
376	Чай с сахаром	180	0,1	0,02	6,3	25,78	-	1,44	-	0,01	13,78	3,96	2,16	0,32
338	Фрукты (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	-	0,2	16	11	9	2,2
	Соль йодированная	1												
	ИТОГО:	510	19,55	13,32	97,28	589,8	0,63	14,36	0,9	93,05	206,98	53,86	250,6	3,74

День: пятый

Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
202	Макароны отварные с маслом сливочным	150	5,52	4,52	26,54	168,45	0,06			0,97	6,06	37,17	21,12	1,12
278(1)	Тефтели мясные 60/30	90	12,7	9,29	12,17	183,72	0,04	3,87	32,87	3,29	62,33		47,59	1,09
377	Чай с лимоном и сахаром 180/5	185	0,12	0,02	9,18	27,3		2,55		0,01	13,78	3,96	2,16	0,32
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	-	0,2	16	11	9	2,2
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль йодированная	1												
	ИТОГО:	555	20,14	14,7	65,49	468,47	0,17	16,42	32,87	4,83	107,37	94,53	89,87	5,97

День: шестой

Неделя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
398	Блинчики с фруктовой начинкой с соусом	120	4,6	6,48	52,56	316,3	0,09	0,1	51		26,04	59,7	18,96	1,44
327		30	0,1	1,3	3,9	30,4	0,002	0,09			4,4	3,1	3,4	0,19
382	Какао с молоком	200	6,5	1,3	19	94,7	0,05	1,3	21,96	-	119,9	112,1	23	1,8
338	Фрукты	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,045	15		0,3	24	16,5	13,5	3,3
	Соль йодированная	1												
	ИТОГО:	500	11,8	9,68	90,16	511,9	0,187	16,49	72,96	0,3	174,34	191,4	58,86	6,73

День: седьмой

Неделя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
281	Биточки паровые с соусом 60/40	100	9,2	7,8	7,6	137,5	0,05	0,01	22,05	0,5	19,3	91,3	17,45	0,7
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7	0,03			0,28	1,37	60,95	16,34	0,53
377	Чай с сахаром и лимоном 195/5	200	0,12	0,02	10,2	30,3		2,83		0,01	15,3	0,44	2,4	0,35
б/н	Хлеб обагощенный микронутриентами	30	2,31	0,12	12,66	60,3		0,2						
б/н	Вафли	20	0,56	4,9	10,2	106,4	0,03		19,2	0,35	33,3	23,2	4	0,3
	Соль йодированная	1												
	ИТОГО:	500	15,84	18,21	77,34	544,2	0,11	3,04	41,25	1,14	69,27	175,89	40,19	1,88

День: восьмой

Неделя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
212	Омлет с вареной колбасой	180	12,5	25,22	2,43	338,2	0,09	0,23	291,6		260,6	194,2	14,5	2,3
379	Кофейный напиток	200	3,2	2,7	11,95	83,26	0,03	2,8	20		125,78	90	14	0,13
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,03	-	-	0,36	9,15	42,3	9,9	1,2
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	-	0,2	16	11	9	2,2
	Соль йодированная	1												
	ИТОГО:	510	17,5	28,79	31,98	510,46	0,18	13,03	311,6	0,56	411,53	337,5	47,4	5,83

День: девятый

Неделя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
219	Сырники с молочным соусом 120/50	170	21,3	18,8	17,36	323	0,08	0,48	78,8	-	210,5	272,7	76,5	0,85
327			0,8	2,1	6,5	50,6	0,002	0,15			7,3	5,1	5,6	0,3
378	Чай с сахаром и молоком	200	0,13	1,35	15,9	81	0,04	1,33	10	-	126,6	92,8	15,4	0,41
б/н	Фруктовое пюре	90	0,2	0,3	8,1	32,4	1,35	81	-	13,5	16,2	720	360	16,2
б/н	Пряники	40	0,84	0,8	8,5	68,68								
	Соль йодированная	1												
	ИТОГО:	**500**	**23,27**	**23,35**	**56,36**	**555,68**	**1,472**	**82,96**	**88,8**	**13,5**	**360,6**	**1090,6**	**457,5**	**17,76**

День: десятый

Неделя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
234	Котлета рыбная	90	11,86	8,91	15,3	190,44	0,09	1,44	30,24	5,22	92,34	207,54	71,46	0,7
312	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	137,25	0,14	18,16		0,18	36,98	86,59	27,75	1,01
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6	-	1,6	-	0,01	15,3	4,4	2,4	0,35
б/н	Вафли	40	1,12	9,8	20,4	185,5	0,05	-	38,4	0,6	66,6	46,4	8	0,5
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04	-	-	0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль йодированная	1												
	ИТОГО:	**511**	**17,54**	**24**	**70,94**	**583,79**	**0,32**	**21,2**	**68,64**	**6,37**	**220,42**	**387,33**	**119,6**	**3,8**

Приложение №1.2 к заданию на оказание услуг

Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов.

День: первый

Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
175	Каша «Дружба» молочная с маслом слив. (рис, пшено)	200	6,08	9,8	31,8	237,5	0,08	0,65	16,7	-	13,7	144,5	30,9	0,6
382	Какао с молоком	180	5,9	1,2	17,1	85,3	0,05	1,2	21,96	-	119,9	112,1	23	1,8
7	Бутерброд горячий с сыром (30/20/5/)	55	5,25	8,84	14,84	157	0,34			1,59	12,1	66,5	14,9	0,77
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	-	0,2	16	11	9	2,2
	Соль йодированная	1												
	Итого													

День: второй

Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
401	Оладьи с повидлом 120/30	150	8,1	8,42	65,9	369,75	0,01	1,32			85,8	2,02	37,3	1,95
б/н			0,15	0,1	21,48	86,52	0,03	0,72		0,01	74,5	1,01	39,4	0,99
377	Чай с сахаром и лимоном (180/5)	185	0,12	0,02	9,18	27,3		2,55		0,01	13,78	3,96	2,16	0,32
б/н	Йогурт с наполнителем 2,5% (90-120)	90	3,48	4,2	13,2	104,4		0,008						
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2	16	11	9	2,2
	Соль йодированная	1												
	Итого													

День: третий

Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
70	Огурец свежий	25	0,17	0,02	0,4	3	0,01	1,6		0,02	4,2	7,5	3,5	0,1
259	Жаркое по-домашнему (свинина нежирных сортов)	200	14,05	33,7	18,9	437,7	0,3	7,7	3,5	0,4	32,8	205,9	60,12	3,45
377	Чай с сахаром и лимоном 180/5	185	0,12	0,02	9,18	27,3		2,55		0,01	13,78	3,96	2,16	0,32
б/н	Хлеб обагащенный микронутриентами	30	2,31	0,12	12,66	60,3		0,2						
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2	16	11	9	2,2
	Соль йодированная	1												

День: четвертый

Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
223	Запеканка творожная с повидлом или джемом	200	18,9	12,9	59,7	430,5	0,6	2,2	0,9	92,6	173,6	33,5	236,7	1,1
б/н		30	0,15	0,1	21,48	86,52		0,72		0,24	3,6	5,4	2,7	0,12
382	Какао с молоком	180	5,9	1,2	17,1	85,3	0,05	1,2	21,96		119,9	112,1	23	1,8
б/н	Шоколад	15	1,05	5,1	7,5	82,5								
б/н	Фруктовое пюре	90	0,2	0,3	8,1	32,4	1,35	81		13,5	16,2	720	360	16,2
	Соль йодированная	1												

День: пятый

Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
71/70	Огурец свежий или соленый	20	0,17	0,02	0,4	3	0,01	1,6		0,02	4,2	7,5	3,5	0,1
302	Гречка рассыпчатая отварная	150	8,6	6,09	38,64	243,8	0,02			0,61	14,82	203,93	135,8	4,56
246	Гуляш из говядины 50/50	100	14,55	16,79	2,89	221	0,03	0,92			21,81	154,15	22,03	3,06
389	Сок плодово- ягодный	180	0,9	0	18,18	76,32	0,18	5,4		0,18	12,6	12,6	7,2	7,2
б/н	Печенье	50	4,2	5,3	42,5	238,2		0,03						
б/н	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28	0,01			0,24	6,1	28,3	6,6	0,8
	Соль йодированная	1												
	ИТОГО	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]

День: шестой

Неделя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
398	Блинчики с фруктовой начинкой с соусом 120/30	150	4,6	6,48	52,56	316,3	0,09	0,1	51		26,04	59,7	18,96	1,44
327			0,1	1,3	3,9	30,4	0,002	0,09			4,4	3,1	3,4	0,19
377	Чай с сахаром и лимоном 180/5	185	0,12	0,02	9,18	27,3		2,55		0,01	13,78	3,96	2,16	0,32
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2	16	11	9	2,2
б/н	Йогурт с наполнителем 2,5% (90-120)	90	3,48	4,2	13,2	104,4		0,008						
	Соль йодированная	1												
	ИТОГО	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]

День: седьмой

Неделя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
281	Биточки паровые 60/40	100	9,2	7,8	7,6	137,5	0,05	0,01	22,05	0,5	19,3	91,3	17,45	0,7
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7	0,03			0,28	1,37	60,95	16,34	0,53
389	Сок плодово- ягодный	180	0,9	0	18,18	76,32	0,18	5,4		0,18	12,6	12,6	7,2	7,2
б/н	Хлеб обагощенный микронутриентами	30	2,31	0,12	12,66	60,3		0,2						
б/н	слойка "Бантик"	50	3,2	2,9	25,36	183,6	0,05		8		10	32	11,5	0,6
	Соль йодированная	1												
	Итого	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]

День: восьмой

Неделя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
71	Свежие овощи (Огурец и помидор) 20/20	20	0,22	0,04	0,76	4,4	0,02	3,5		0,04	8,4	15	7	0,2
		20	0,14	0,02	0,38	2,4	0,02	0,98		0,02	7,2	12	5	0,2
212	Омлет с вареной колбасой	180	12,5	25,22	2,43	338,2	0,09	0,23	291,6		260,6	194,2	14,5	2,3
377	Чай с сахаром и лимоном 180/5	185	0,12	0,02	9,18	27,3		2,55		0,01	13,78	3,96	2,16	0,32
б/н	Хлеб обагощенный микронутриентами	30	2,31	0,12	12,66	60,3		0,2						
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2	16	11	9	2,2
б/н	Печенье	15	1,28	1,6	12,75	71,46								
	Соль йодированная	1												
	Итого	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]

День: девятый

Неделя: вторая

			Пищевые вещества (г.)	Энергетиче	Витамины (мг.)	Минеральные вещества (мг.)

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Б	Ж	У	ская ценность (ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
219	Сырники с соусом из свежемороженных ягод 120/30	150	21,3	18,8	28,8	369,6	0,08	0,48	78,8		210,5	272,7	76,5	0,85
334			0,12	0,03	19,58	79,11		0,9		0,01	6,2	4,59	3,9	0,1
377	Чай с сахаром и лимоном 180/5	185	0,12	0,02	9,18	27,3		2,55		0,01	13,78	3,96	2,16	0,32
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2	16	11	9	2,2
б/н	Йогурт с наполнителем 2,5%(90-120)	90	3,48	4,2	13,2	104,4		0,008						
	Соль йодированная	1												

День: десятый

Неделя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
233	Рыба запеченная в сметанном соусе (горбуша 50/40)	90	12,4	15,03	20,05	264,28	0,11	7,54	55,44	2,9	125,9	194,65	43,3	1,1
312	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	137,25	0,14	18,16		0,18	36,98	86,59	27,75	1,01
377	Чай с сахаром и лимоном 180/5	185	0,12	0,02	9,18	27,3		2,55		0,01	13,78	3,96	2,16	0,32
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	-	0,2	16	11	9	2,2
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04	-	-	0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль йодированная	1												

Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов.

День: первый

Недел первая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
59	Салат из моркови с яблоком	60	0,64	0,1	5,1	39,9	0,03	2,6	-	4,34	14,4	26,7	18,2	0,6
102	Суп с бобовыми (горох) на кур.бульоне	200	5,49	5,27	16,54	148,29	0,19	0,64	-	14,24	33,9	61,1	23,7	1,7
255	Печень по-строгоновски (60/30)	90	14,04	10,2	3,2	139,9	0,1	5,04	21	3,1	29,9	215,4	15,7	4,5
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7	0,03			0,28	1,37	60,95	16,34	0,53
342	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	25,1	103,14	0,01	0,8		0,07	15,3	4,6	6,4	0,9
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76	0,02			0,26	4,6	17,4	6,6	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]

День: второй

Недел первая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
52	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,8	3	4,8	50,1	0,01	2,4	0,6	-	19,5	22,5	11,5	0,7
88	Щи из свежей капусты на курином бульоне	200	2,1	4,12	6,32	99,8	0,05	12,6		1,88	41	39,2	17,7	0,7
294 331	Котлета рубленная из мяса птицы с красным соусом (60/40)	100	10,2	11,92	12,6	199,8	0,06	1	45,9		45,5	16,5	66,9	1,2

309	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,06			0,97	4,86	37,17	21,12	1,1
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12	0,02	0,7		0,18	5,3	41,4	29,7	0,8
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76	0,02			0,26	4,6	17,4	6,6	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												
[illegible]														

День: третий

Недел первая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
48	Салат витаминный с маслом растительным	60	0,49	3,66	3,15	47,64	0,02	5,3		1,7	11,63	18,5	10,9	0,6
103	Суп картофельный с вермишелью на курином б-не	200	2,15	2,27	13,06	94,6	0,09	6		1,14	23,36	54,06	21,82	0,9
256	Мясо тушеное (свинина 60/30)	90	9,5	25,4	2,3	274,5	0,19	0,2		2,3	61,9	58,7	9,9	0,7
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,6	6,09	38,64	243,8	0,02			0,61	14,82	203,93	135,83	4,56
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,1	103,14	0,01	0,8		0,07	15,3	4,6	6,4	0,9
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	соль иодированная	1												
[illegible]														

День: четвертый

Недел первая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
67	Винегрет овощной с маслом растительным	60	0,84	6,02	4,4	75,06	0,02	5,8		2,7	18,7	25,9	11,7	0,5
99/105	Суп овощной с фрикадельками на курином	200	9,34	8,91	8,85	163,08	2,93	0,07	8	1,27	32,36	12,8	140,78	9,58
291	Плов из мяса птицы	200	16,9	10,5	35,7	305,3	0,1	6,02	19,4	0,5	42,3	175,3	54,04	1,9
388	Напиток из шиповника	180	0,6	0,25	18,7	79,38	0,01	90		68	190,2	3,1	3,1	0,57
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,37	0,3	14,49	70,14	0,3	-	-	0,39	6,9	26,1	9,9	0,33
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24

	Соль иодированная	1												
Итого:		[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]

День: пятый
Недел первая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
59	Салат из моркови с яблоком	60	0,64	0,1	5,1	39,9	0,03	2,6	-	4,34	14,4	26,7	18,2	0,6
84	Борщ с картофелем и фасолью на курином бульоне	200	6,38	4,38	11,39	119,2	0,09	5,63	10,5	1,97	44,54	40,46	105,25	1,94
234	Котлета или биточек рыбные с соусом (50/50)	100	6,59	4,95	8,5	105,8	0,05	0,8	16,8	2,9	51,3	115,3	39,7	0,4
329			1,8	5,65	6,2	82,95	0,02	0,2	0,2		47,7	7,9	41,16	0,18
312	Картофельное пюре	*150*	3,07	4,8	20,44	137,25	0,14	18,16		0,18	36,98	86,59	27,75	1,01
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12	0,02	0,7		0,18	5,3	41,4	29,7	0,8
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76	0,02			0,26	4,6	17,4	6,6	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												
Итого:		[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]

День: шестой
Недел вторая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
б/н	Кабачковая икра	60	0,6	2,9	3,2	41,6	0,02	3,9		1,4	59,1	33,4	10,3	0,4
96	Рассольник по-Ленинградски на кур.бульоне	200	2,3	4,2	9,6	113,8	0,07	6,7		1,88	24,92	45,38	19,34	0,74
	Сосиска отварная	90	9,9	21,51	0,34	234,5				0,54	17,28	88,74	9,54	1,1
309	Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,06			0,97	4,86	37,17	21,12	1,1
346	Компот из свежих плодов	200	0,44	0,1	33,88	141,2	0,02	12		0,02	23	11,5	7,7	0,2
б/н	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28	0,01			0,24	6,1	28,3	6,6	0,8
	Соль иодированная	1												

День: седьмой

Недел вторая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
59	Салат из моркови с яблоком	60	0,64	0,1	5,1	39,9	0,03	2,6		4,34	14,4	26,7	18,2	0,6
82	Борщ с картофелем на курином бульоне	200	2,08	4,1	8,7	111	0,04	8,5		1,92	41,4	43,68	20,9	0,98
290 331	Птица тушеная с соусом (60/30)	90	10,5	10,5	3,2	145,8	0,04	0,6	27,1	0,45	27,3	71,1	10	0,63
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,6	6,09	38,64	243,8	0,02			0,61	14,82	203,93	135,83	4,56
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12	0,02	0,7		0,18	5,3	41,4	29,7	0,8
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76	0,02			0,26	4,6	17,4	6,6	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												

День: восьмой

Недел вторая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
48	Салат витаминный с растительным маслом	60	0,49	3,66	3,15	47,64	0,02	5,3		1,7	11,63	18,5	10,9	0,6
99	Суп овощной на курином бульоне	200	1,44	4,21	8,55	84,68	0,06	8,3		1,86	27,88	39,42	16,6	0,6
259	Жаркое по-домашнему с мясом свинины	200	14,05	33,7	18,9	437,7	0,3	7,7	3,5	0,4	32,8	205,9	48,96	3,4
342	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,15	0,15	27,8	114,6	0,01	0,8		0,07	17	5,1	7,1	1
б/н	Сушка	20	2,14	0,34	14,24	52,2								
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												

День: девятый
Недел вторая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценност	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
52	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,8	3	4,8	50,1	0,01	2,4	0,6	-	19,5	22,5	11,5	0,7
88	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	2,1	4,12	6,32	99,8	0,05	12,6		1,88	41	39,2	17,7	0,7
297 329	Фрикадельки из мяса птицы с соусом (60/40)	100	9,6	12,42	9,66	189,96	0,32	2,26	43,55	105,5	70,6	65,25	62	0,6
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7	0,03			0,28	1,37	60,95	16,34	0,53
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12	0,02	0,7		0,18	5,3	41,4	29,7	0,8
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												

День: десятый
Недел вторая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценност	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
46	Салат из белокочанной капусты с яблоком	60	0,07	3,1	6,6	54,06	0,01	10,1		9,24	20,1	17,6	9,6	0,6
96	Рассольник по -Ленинградски на курином бульоне	200	2,3	4,2	9,6	113,8	0,07	6,7		1,88	24,92	45,38	19,34	0,74
278.1	Тефтели из мяса птицы с соусом (60/40)	100	15,69	15,08	14,65	257,4	0,17	0,81	30,2	61,6	53,79	72	19,98	3,26
309	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,06			0,97	4,86	37,17	21,12	1,1
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,1	103,14	0,01	0,8		0,07	15,3	4,6	6,4	0,9
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												

Приложение №1.4 к заданию на оказание услуг

Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов.

день первый
Неде первая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
59	Салат из моркови с яблоком	60	0,64	0,1	5,1	39,9	0,03	2,6	-	4,34	14,4	26,7	18,2	0,6
102	Суп с бобовыми (горох) на кур.бульоне	200	5,49	5,27	16,54	148,29	0,19	0,64	-	14,24	33,9	61,1	23,7	1,7
260	Гуляш (50/50)	100	10,64	28,19	2,89	309	0,28	0,92		3,44	20	128,62	22,39	2,21
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7	0,03			0,28	1,37	60,95	16,34	0,53
389	Сок фруктовый	180	0,9		18,18	76,32	0,18	5,4		0,18	12,6	12,6	7,2	2,52
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76	0,02			0,26	4,6	17,4	6,6	0,22
б/н	Хлеб обагащенный микронутриентами	30	2,31	0,12	12,66	60,3		0,2						
	Соль иодированная	1												

День второй
Неде первая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
53	Салат из свеклы с зел. горошком и растительным маслом	60	2	3,6	22,9	132	0	3,99		1,62	21,2	24,4	12,4	0,8
88	Щи из свежей капусты на курином	200	2,1	4,12	6,32	99,8	0,05	12,6		1,88	41	39,2	17,7	0,7
267 366	Шницель из мяса птицы с красным соусом 60/40	100	8,5	11,6	9,8	177,72	0,02	1,07	69,82	58,8	118	27	24,9	1,2
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,6	6,09	38,64	243,8	0,02			0,61	14,82	203,93	135,83	4,56
б/н	Напиток лимонный	180	0,27		34,7	141,3	0,02	12		0,02	23	11,5	7,7	0,2
б/н	Хлеб пшеничный(батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76	0,02			0,26	4,6	17,4	6,6	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												

День третий

Неде первая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
48	Салат витаминный с маслом растительным	60	0,49	3,66	3,15	47,64	0,02	5,3		1,7	11,63	18,5	10,9	0
96	Рассольник ленинградский со сметаной на кур.бульоне	200	5,54	3,12	17,45	118,25	0,09	6,7		1,14	31,8	45,38	19,34	0,74
259	Жаркое по-домашнему с мясом свинины	200	14,05	33,7	18,9	437,7	0,4	7,7		3,5	32,8	205,9	48,96	3,4
389	Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,7	0,18	6		0,18	14	14	8	2,7
б/н	Хлеб пшеничный(батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76	0,02			0,26	4,6	17,4	6,6	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	соль иодированная	1												

День четвертый

Неде первая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
67	Винегрет овощной с маслом растительным	60	0,84	6,02	4,4	75,06	0,02	5,8		2,7	18,7	25,9	11,7	0,5
99/105	Суп овощной с фрикадельками на курином бульоне	200	9,34	8,91	8,85	163,08	2,93	0,07	8	1,27	32,36	12,8	140,78	9,58
291	Плов из мяса птицы	200	16,9	10,5	35,7	305,3	0,1	6,02	19,4	0,5	42,3	175,3	54,04	1,9
342	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	25,1	103,14	0,01	0,8		0,07	15,3	4,6	6,4	0,9
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
б/н	йогурт с наполнителем (90)	90	3,48	4,2	13,2	104,4		0,008			10,2	2	1	9,1
	Соль иодированная	1												

День пятый

Неде первая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
59	Салат из моркови с яблоком	60	0,64	0,1	5,1	39,9	0,03	2,6	-	4,34	14,4	26,7	18,2	0,6
84	Борщ с картофелем и фасолью на курином бульоне	200	6,38	4,38	11,39	119,2	0,09	5,63	10,5	1,97	44,54	40,46	105,25	1,94
233	Рыба запеченная под молочным соусом (горбуша 50/40)	90	12,4	15	20,1	264,28	0,11	7,5	55,44	2,9	125,9	194,65	43,3	1,1
312	Картофельное пюре	150	3,07	4,8	20,44	137,25	0,14	18,16		0,18	36,98	86,59	27,75	1,01
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12	0,02	0,7		0,18	5,3	41,4	29,7	0,8
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												

День шестой

Неде вторая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
б/н	Кабачковая икра	60	0,6	2,9	3,2	41,6	0,02	3,9		1,4	59,1	33,4	10,3	0,4
96	Рассольник по-Ленинградски на кур бульоне	200	2,3	4,2	9,6	113,8	0,07	6,7		1,88	24,92	45,38	19,34	0,74
278	Тефтели с соусом сметанным (60/40)	100	15,69	15,08	14,65	257,4	0,17	0,81	30,2	61,6	53,79	72	19,98	3,26
309	Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,06			0,97	4,86	37,17	21,12	1,1
346	Компот из свежих плодов (мандарины, апельсины)	180	0,4	0,09	30,59	127,1	0,02	10,8		0,02	23	11,5	7,7	0,2
б/н	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28	0,01			0,24	6,1	28,3	6,6	0,8
	Соль иодированная	1												

День седьмой

Неде вторая

№			Пищевые вещества (г.)	Энергетич	Витамины (мг.)	Минеральные вещества (мг.)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Б	Ж	У	ческая ценность	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
59	Салат из моркови с яблоком	60	0,64	0,1	5,1	39,9	0,03	2,6		4,34	14,4	26,7	18,2	0,6
82	Борщ с картофелем на курином бульоне	200	2,08	4,1	8,7	111	0,04	8,5		1,92	41,4	43,68	20,9	0,98
290 331	Птица тушеная с соусом (60/30)	90	10,5	10,5	3,2	145,8	0,04	0,6	27,1	0,45	27,3	71,1	10	0,63
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,6	6,09	38,64	243,8	0,02			0,61	14,82	203,93	135,83	4,56
389	Сок фруктовый	180	0,9	0	18,18	76,32	0,18	5,4		0,18	12,6	12,6	7,2	2,52
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76	0,02			0,26	4,6	17,4	6,6	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												

День восьмой

Неде вторая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
48	Салат витаминный с растительным маслом	60	0,49	3,66	3,15	47,64	0,02	5,3		1,7	11,63	18,5	10,9	0,6
99/105	Суп овощной с фрикадельками на курином бульоне	200	9,34	8,91	8,85	163,08	2,93	0,07	8	1,27	32,36	12,8	140,78	9,58
259	Жаркое по-домашнему с мясом свинины	200	14,05	33,7	18,9	437,7	0,3	7,7	3,5	0,4	32,8	205,9	48,96	3,4
377	Чай с лимоном и сахаром 180/5	185	0,12	0,02	9,18	27,3	-	2,55	-	0,01	13,78	3,96	2,16	0,32
б/н	Фруктовое пюре "Фрутто НяНя"	90	0,2	0,3	8,1	32,4	1,35	81		13,5	16,2	720	360	16,2
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												

День девятый

Неде вторая

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые вещества (г.)	Энергетич	Витамины (мг.)	Минеральные вещества (мг.)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Б	Ж	У	ческая ценность	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
24	Салат из свежих огурцов и помидор	60	1,4	0,01	8,7	39,9	0,1	3,45		1,55	15,5	24,8	125,5	0,9
88	Щи из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне со сметаной	200	5,31	5,24	5,4	91,6	0,05	12,6		1,88	41	39,3	17,8	0,9
256	Мясо тушеное (свинина 60/40)	100	10,58	28,17	2,56	305	0,28	0,18		2,58	19,08	65,25	11,11	0,77
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7	0,03			0,28	1,37	60,95	16,34	0,53
342	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	25,1	103,14	0,01	0,8		0,07	15,3	4,6	6,4	0,9
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												

День десятый

Неде вторая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
46	Салат из белокочанной капусты с яблоком	60	0,07	3,1	6,6	54,06	0,01	10,1		9,24	20,1	17,6	9,6	0,6
96	Рассольник по -Ленинградски на курином бульоне	200	2,3	4,2	9,6	113,8	0,07	6,7		1,88	24,92	45,38	19,34	0,74
239	Тефтели рыбные с соусом (60/40)	100	7,5	4,74	29,16	218,16	0,19	1	31	66,1	71,2	80	28,8	7,8
310	картофель отварной	150	4,4	1,2	31,81	129	0,06			0,97	4,86	37,17	21,12	1,1
377	Чай с лимоном и сахаром 180/5	185	0,12	0,02	9,18	27,3		2,55		0,01	13,78	3,96	2,16	0,32
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
б/н	печенье	25	2,1	2,6	21,25	119,1	0,01	0,02			0,1	0,01	0,5	0,66
	Соль иодированная	1												

Приложение №1.5 к заданию на оказание услуг

Меню Дополнительной соц. поддержки обучающихся из малоимущих семей 1-4-х классов

Ден первый

Нед первая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
59	Салат из моркови с яблоком	60	0,64	0,1	5,1	39,9	0,03	2,6	-	4,34	14,4	26,7	18,2	0,6
102	Суп с бобовыми (горох) на кур.бульоне	200	5,49	5,27	16,54	148,29	0,19	0,64	-	14,24	33,9	61,1	23,7	1,7
255	Печень по-строгоновски (60/30)	90	14,04	10,2	3,2	139,9	0,1	5,04	21	3,1	29,9	215,4	15,7	4,5
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7	0,03			0,28	1,37	60,95	16,34	0,53
342	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	25,1	103,14	0,01	0,8		0,07	15,3	4,6	6,4	0,9
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76	0,02			0,26	4,6	17,4	6,6	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												
[illegible]		[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]					[illegible]	[illegible]	[illegible]	

Ден второй

Нед первая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
52	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,8	3	4,8	50,1	0,01	2,4	0,6	-	19,5	22,5	11,5	0,7
88	Щи из свежей капусты на курином бульоне	200	2,1	4,12	6,32	99,8	0,05	12,6		1,88	41	39,2	17,7	0,7
294 331	Котлета рубленная из мяса птицы с красным соусом (60/40)	100	10,2	11,92	12,6	199,8	0,06	1	45,9		45,5	16,5	66,9	1,2
309	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,06			0,97	4,86	37,17	21,12	1,1

349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12	0,02	0,7		0,18	5,3	41,4	29,7	0,8
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76	0,02			0,26	4,6	17,4	6,6	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												
[redacted]														

Ден третий

Нед первая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
48	Салат витаминный с маслом растительным	60	0,49	3,66	3,15	47,64	0,02	5,3		1,7	11,63	18,5	10,9	0,6
103	Суп картофельный с вермишелью на курином б-не	200	2,15	2,27	13,06	94,6	0,09	6		1,14	23,36	54,06	21,82	0,9
256	Мясо тушеное (свинина 60/30)	90	9,5	25,4	2,3	274,5	0,19	0,2		2,3	61,9	58,7	9,9	0,7
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,6	6,09	38,64	243,8	0,02			0,61	14,82	203,93	135,83	4,56
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,1	103,14	0,01	0,8		0,07	15,3	4,6	6,4	0,9
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	соль иодированная	1												
[redacted]														

Ден четвертый

Нед первая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
67	Винегрет овощной с маслом растительным	60	0,84	6,02	4,4	75,06	0,02	5,8		2,7	18,7	25,9	11,7	0,5
99/105	Суп овощной с фрикадельками на курином бульоне	200	9,34	8,91	8,85	163,08	2,93	0,07	8	1,27	32,36	12,8	140,78	9,58
291	Плов из мяса птицы	200	16,9	10,5	35,7	305,3	0,1	6,02	19,4	0,5	42,3	175,3	54,04	1,9
388	Напиток из шиповника	180	0,6	0,25	18,7	79,38	0,01	90		68	190,2	3,1	3,1	0,57
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,37	0,3	14,49	70,14	0,3	-	-	0,39	6,9	26,1	9,9	0,33
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												

Ден пятый
Нед первая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
59	Салат из моркови с яблоком	60	0,64	0,1	5,1	39,9	0,03	2,6	-	4,34	14,4	26,7	18,2	0,6
84	Борщ с картофелем и фасолью на курином бульоне	200	6,38	4,38	11,39	119,2	0,09	5,63	10,5	1,97	44,54	40,46	105,25	1,94
234	Котлета или биточек рыбные с соусом (50/50)	100	6,59	4,95	8,5	105,8	0,05	0,8	16,8	2,9	51,3	115,3	39,7	0,4
329			1,8	5,65	6,2	82,95	0,02	0,2	0,2		47,7	7,9	41,16	0,18
312	Картофельное пюре	*150*	3,07	4,8	20,44	137,25	0,14	18,16		0,18	36,98	86,59	27,75	1,01
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12	0,02	0,7		0,18	5,3	41,4	29,7	0,8
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76	0,02			0,26	4,6	17,4	6,6	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												

Ден шестой
Нед вторая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
б/н	Кабачковая икра	60	0,6	2,9	3,2	41,6	0,02	3,9		1,4	59,1	33,4	10,3	0,4
96	Рассольник по-Ленинградски на кур.бульоне	200	2,3	4,2	9,6	113,8	0,07	6,7		1,88	24,92	45,38	19,34	0,74
	Сосиска отварная	90	9,9	21,51	0,34	234,5				0,54	17,28	88,74	9,54	1,1
309	Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,06			0,97	4,86	37,17	21,12	1,1
346	Компот из свежих плодов	200	0,44	0,1	33,88	141,2	0,02	12		0,02	23	11,5	7,7	0,2
б/н	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28	0,01			0,24	6,1	28,3	6,6	0,8
	Соль иодированная	1												

Ден седьмой
Нед вторая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
59	Салат из моркови с яблоком	60	0,64	0,1	5,1	39,9	0,03	2,6		4,34	14,4	26,7	18,2	0,6
82	Борщ с картофелем на курином бульоне	200	2,08	4,1	8,7	111	0,04	8,5		1,92	41,4	43,68	20,9	0,98
290 331	Птица тушеная с соусом (60/30)	90	10,5	10,5	3,2	145,8	0,04	0,6	27,1	0,45	27,3	71,1	10	0,63
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,6	6,09	38,64	243,8	0,02			0,61	14,82	203,93	135,83	4,56
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12	0,02	0,7		0,18	5,3	41,4	29,7	0,8
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76	0,02			0,26	4,6	17,4	6,6	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]

Ден восьмой
Нед вторая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
48	Салат витаминный с растительным маслом	60	0,49	3,66	3,15	47,64	0,02	5,3		1,7	11,63	18,5	10,9	0,6
99	Суп овощной на курином бульоне	200	1,44	4,21	8,55	84,68	0,06	8,3		1,86	27,88	39,42	16,6	0,6
259	Жаркое по-домашнему с мясом свинины	200	14,05	33,7	18,9	437,7	0,3	7,7	3,5	0,4	32,8	205,9	48,96	3,4
342	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,15	0,15	27,8	114,6	0,01	0,8		0,07	17	5,1	7,1	1
б/н	Сушка	20	2,14	0,34	14,24	52,2								
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]

Ден девятый
Нед вторая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценност	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
52	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,8	3	4,8	50,1	0,01	2,4	0,6	-	19,5	22,5	11,5	0,7
88	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	2,1	4,12	6,32	99,8	0,05	12,6		1,88	41	39,2	17,7	0,7
297 329	Фрикадельки из мяса птицы с соусом (60/40)	100	9,6	12,42	9,66	189,96	0,32	2,26	43,6	105,5	70,6	65,25	62	0,6
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7	0,03			0,28	1,37	60,95	16,34	0,53
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12	0,02	0,7		0,18	5,3	41,4	29,7	0,8
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												
[illegible]		[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]

Ден десятый
Нед вторая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценност	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
46	Салат из белокочанной капусты с яблоком	60	0,07	3,1	6,6	54,06	0,01	10,1		9,24	20,1	17,6	9,6	0,6
96	Рассольник по -Ленинградски на курином бульоне	200	2,3	4,2	9,6	113,8	0,07	6,7		1,88	24,92	45,38	19,34	0,74
278.1	Тефтели из мяса птицы с соусом (60/40)	100	15,69	15,08	14,65	257,4	0,17	0,81	30,2	61,6	53,79	72	19,98	3,26
309	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,06			0,97	4,86	37,17	21,12	1,1
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,1	103,14	0,01	0,8		0,07	15,3	4,6	6,4	0,9
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												
[illegible]		[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]

Меню Дополнительной соц. поддержки обучающихся из малоимущих семей 5-11-х классов

День: первый

Недел первая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
59	Салат из моркови с яблоком	100	1,06	0,16	8,5	66,5	0,05	4,3	-	7,23	24	44,5	30,3	1
102	Суп с бобовыми (горох) на кур.бульоне	250	6,86	6,58	20,7	185,4	0,2	0,8	-	17,8	41,9	76,4	29,6	2,1
255	Печень по-строгоновски (60/40)	100	15,6	11,3	3,52	171	0,2	5,61	2443	3,44	33,24	239,32	17,47	5
304	Рис отварной	180	6,54	8,64	54	251,64	0,04			0,3	1,6	73,14	19,6	0,6
342	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	25,1	103,14	0,01	0,8		0,07	15,3	4,6	6,4	0,9
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												

День: второй

Недел первая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
52	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,3	5	8	83,5	0,01	4	1	-	32,5	37,5	19,2	1,2
88	Щи из свежей капусты на курином бульоне	250	2,6	5,15	7,9	124,75	0,06	15,75		2,35	51,25	49	22,12	0,9
294 331	Котлета рубленная из мяса птицы с красным соусом (60/40)	100	10,2	11,92	12,6	199,8	0,06	1	45,9		45,5	16,5	66,9	1,2
309	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,06			0,97	4,86	37,17	21,12	1,1
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12	0,02	0,7		0,18	5,3	41,4	29,7	0,8
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76	0,02			0,26	4,6	17,4	6,6	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												

[redacted]

День: третий
Недел первая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
48	Салат витаминный с маслом растительным	100	0,8	6,1	5,25	79,4	0,03	8,8		2,8	19,3	30,8	18,1	1
103	Суп картофельный с вермишелью на курином б-не	250	2,68	2,8	16,3	118,25	0,1	7,5		1,4	29,2	67,6	27,3	1,2
256	Мясо тушеное (свинина 60/40)	100	10,58	28,17	2,56	305	0,28	0,18		2,58	19,08	65,25	11,11	0,77
302	Каша рассыпчатая гречневая	180	10,32	7,3	46,4	292,56	0,02			0,7	17,8	244,7	162,9	5,5
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,1	103,14	0,01	0,8		0,07	15,3	4,6	6,4	0,9
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	соль иодированная	1												
[redacted]														

День: четвертый
Недел первая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
67	Винегрет овощной с маслом растительным	100	1,4	10	7,3	125,1	0,03	9,6		4,5	31,16	43,16	19,5	0,83
99/105	Суп овощной с фрикадельками на курином бульоне	250	11,68	11,4	11	203,85	3,66	0,09	10	1,6	40,45	16	175,9	11,9
291	Плов из мяса птицы	250	21,1	13,12	44,6	381,6	0,13	7,5	24,25	0,6	52,8	219,1	67,55	1,4
388	Напиток из шиповника	180	0,6	0,25	18,7	79,38	0,01	90		68	190,2	3,1	3,1	0,57
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												

День: пятый
Недел первая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
59	Салат из моркови с яблоком	100	1,06	0,16	8,5	66,5	0,05	4,3	-	7,23	24	44,5	30,3	0,1
84	Борщ с картофелем и фасолью на кур. бульоне	250	7,9	5,5	14,2	149	0,1	7,03	12,6	2,4	55,7	50,6	131,6	2,4
234	Котлета или биточек рыбный с соусом 60/50	110	7,9	5,94	10,2	126,96	0,06	0,96	20,16	3,48	61,56	138,36	47,64	1
329			1,8	5,65	6,2	82,95	0,02	0,2	0,2		47,7	7,9	41,16	0,18
312	Картофельное пюре	*180*	3,68	5,76	24,5	164,7	0,16	21,79		0,2	44,4	103,9	33,3	1,2
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12	0,02	0,7		0,18	5,3	41,4	29,7	0,8
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
б/н	Сушки	20	2,14	0,34	14,24	52,2								
	Соль иодированная	1												
Итого		[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]

День: шестой
Недел вторая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
б/н	Кабачковая икра	100	0,25	0	35,8	144,2	0,03	1,2		2,3	98,5	55,6	17,16	0,66
96	Рассольник по-Ленинградски на курином бульоне	250	2,87	5,25	12	141,25	0,08	8,4		2,35	31,15	56,7	24,2	0,9
243	Сосиска отварная	100	10,4	23,9	0,37	260,5				0,6	19,2	98,6	10,6	1,2
309	Макароны отварные со сливочным маслом	180	6,6	5,4	31,74	202,14	0,07			1,2	5,8	44,6	25,3	1,32
346	Компот из свежих плодов (мандарины, апельсины)	200	0,44	0,1	33,88	141,2	0,02	12		0,02	23	11,5	7,7	0,2
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76	0,02			0,26	4,6	17,4	6,6	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,02			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												
Итого		880	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]

День: седьмой
Недел вторая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
59	Салат из моркови с яблоком	100	1,06	0,16	8,5	66,5	0,05	4,3	-	7,23	24	44,5	30,3	0,1
82	Борщ с картофелем на курином бульоне	250	3,4	6,8	14,5	185	0,06	14,1		3,2	69	72,8	34,8	1,6
290 331	Птица тушеная с соусом (60/40)	100	13,28	11,84	3,8	162	0,04	0,7	30,1	0,5	29,52	76,93	11,1	0,7
302	Каша рассыпчатая гречневая	180	10,32	7,3	46,4	292,56	0,02			0,7	17,8	244,7	162,9	5,5
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12	0,02	0,7		0,18	5,3	41,4	29,7	0,8
б/н	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28	0,01			0,24	6,1	28,3	6,6	0,8
	Соль иодированная	1												
Итого		[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]

День: восьмой
Недел вторая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
48	Салат витаминный с растительным маслом	100	0,8	6,1	5,25	79,4	0,03	8,8		2,8	19,3	30,8	18,1	1
99	Суп овощной на курином бульоне	250	1,8	5,26	10,69	105,85	0,07	10,38		2,3	34,85	49,25	20,75	0,75
259	Жаркое по-домашнему с мясом свинины	200	14,05	33,7	18,9	437,7	0,4	7,7		3,5	32,8	205,9	48,96	3,4
342	Компот из свежих плодов	200	0,15	0,15	27,8	114,6	0,01	0,8		0,07	17,5	5,1	7,1	1
б/н	Сушка	25	2,6	0,4	17,8	64,2								
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												
Итого		[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]

День: девятый
Недел вторая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
52	Салат из свеклы отварной с растительным маслом	100	1,3	5	8	83,5	0,01	4	1	-	32,5	37,5	19,2	1,2
88	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	250	2,6	5,15	7,9	124,75	0,06	15,75		2,35	51,25	49	22,12	0,9
297 329	Фрикадельки из мяса птицы с соусом (60/40)	100	9,6	12,42	9,66	189,96	0,32	2,26	43,55	105,5	70,6	65,25	62	0,6
304	Рис отварной	180	6,54	8,64	54	251,64	0,04			0,3	1,6	73,14	19,6	0,6
349	Компот из сухофруктов	200	1,15	0,4	47,2	146,8	0,02	0,8		0,2	5,8	46	33	0,9
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль иодированная	1												
ИТОГО		[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]

День: десятый

Недел вторая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
46	Салат из белокочанной капусты с яблоком	100	0,11	5,16	11	90,1	0,02	16,8		15,4	33,5	29,3	16	1
96	Рассольник по -Ленинградски на курином бульоне	250	2,9	5,3	12	141,3	0,08	8,4		2,35	31,15	56,7	24,2	0,9
278.1	Тефтели из мяса птицы с соусом (60/40)	100	15,69	15,08	14,65	257,4	0,17	0,81	30,2	61,6	53,79	72	19,98	3,26
309	Макароны отварные	180	6,6	5,4	31,74	202,14	0,07			1,2	5,8	44,6	25,3	1,32
348	Компот из изюма	200	0,15	0,15	27,8	114,6	0,05	0,9		0,08	14,2	4,4	5,1	0,9
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76	0,02			0,26	4,6	17,4	6,6	0,22
	Соль иодированная	1												
ИТОГО		[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]