МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОЦИАЛИСТИЧЕСКОГО ТРУДА В.П. ИГОНИНА С. ЛЕСНАЯ ХМЕЛЕВКА МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ " МЕЛЕКЕССКИЙ РАЙОН" УЛЬЯНОВСКОЙ ОБЛАСТИ"

Подписан: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОЦИАЛИСТИЧЕСКОГО ТРУДА В.П. ИГОНИНА С. ЛЕСНАЯ ХМЕЛЕВКА МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "МЕЛЕКЕССКИЙ РАЙОН" УЛЬЯНОВСКОЙ ОБЛАСТИ"
DN: C=RU, S=Ульяновская область, STREET="ул. Мираксовой, д.6", L=с.Лесная Хмелёвка, T=Директор, O=" МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ""СРЕДНЯЯ ШКОЛА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОЦИАЛИСТИЧЕСКОГО ТРУДА В.П. ИГОНИНА С. ЛЕСНАЯ ХМЕЛЕВКА МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ""МЕЛЕКЕССКИЙ РАЙОН"" УЛЬЯНОВСКОЙ ОБЛАСТИ""", ОГРН=1027300785016, СНИЛС=06418764782, OID.1.2.643.100.4=7310007055, ИНН=731000216786, E=hmelevka.1@mail.ru, G=Вера Петровна, SN=Мозжова, CN="МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ""СРЕДНЯЯ ШКОЛА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОЦИАЛИСТИЧЕСКОГО ТРУДА В.П. ИГОНИНА С. ЛЕСНАЯ ХМЕЛЕВКА МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ""МЕЛЕКЕССКИЙ РАЙОН"" УЛЬЯНОВСКОЙ ОБЛАСТИ"""
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2025-05-16 10:25:45
Foxit Reader Версия: 9.7.0

Утверждаю:
Начальник лагеря «Веселая страна»
МБОУ «Средняя школа им. В.П. Игонина с.
Лесная Хмелевка»
_____ И.В. Бочкова

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

летнего оздоровительного лагеря для детей с дневным пребыванием в

МБОУ «Средняя школа им. В.П. Игонина с. Лесная Хмелевка»

Рецептура	Наименование блюд	Выход		Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				Пищевые вещества г.			Энергет. ценность
		7-11 лет	11-15 лет	В1	С	А	Са	Mg	Р	Fe	Б	Ж	У	
	День 1													
	Завтрак													
Таб. 4	Каша молочная рисовая со сливочным маслом	150	200	0,03	0	20,0	5,90	21,80	67,0	0,47	3,9	4,07	36,98	197,3
Рец.15	Бутерброд с сыром	50/20	60/2 0	0,02	0,0	0,05	132	5,25	75	0,2	3,5	4,5	0	54,3
Рец.693.08	Какао	200	200	0	0,1	0	5,3	4,4	8	0,87	0,2	0,2	15	57,5
	Итого	**400**	**460**	**0,05**	**0,1**	**20,05**	**143,25**	**31,45**	**150,0**	**1,54**	**7,6**	**8,77**	**51,98**	**309,1**
	Обед													
Рец.99//54	Суп овощной «Летний» с птицей отварной	250	300	0,2	22,3	0,12	22,3	18,71	71,48	0,88	4,98	7,69	9,46	124,6
Рец.3	Каша гречневая со сливочным маслом	200	200	0,09	0	0,03	13,28	8,47	46.21	0.86	5.7	3,43	36,45	190,4
Рец.288.38	Птица запечённая	80	100	0,08	0,02	0	17,3	15,18	1,42	1,65	16,9	9,66	0,15	155,1
Рец.24	Салат из свежих огурцов и помидор с луком и растительным маслом	60	100	0,06	12,4	0	28,2	18,6	32,3	0,5	0,3	2,0	1,6	25,2
Рец.349.09	Компот из смеси сухофруктов С-витаминизированный	200	200	0,02	0,73	0	32,48	17,46	23,44	0,69	0,66	0,09	32,0	132,8
Рец. 0,09	Хлеб пшеничный	50	60	0,02	0,44	0,00	4,0	0,00	13,0	0,22	1,52	0,16	9,84	44,4
Рец. 460	Мороженое	100	100	0	5,0	2	19	12	16	2,3	0,4	0,3	10,3	47,0
	Итого	**870**	**1010**	**0,47**	**40,8 9**	**2,15**	**136,56**	**90,42**	**203,85**	**7,1**	**30,46**	**23,32**	**99,8**	**719,5**

	День 2													
	Завтрак													
Рец.161	*Суп молочный с макаронными изделиями*	*250*	*250*	*0,11*	*1,14*	*38,25*	*202,03*	*30,18*	*172,48*	*0,64*	*7,19*	*6,51*	*23,55*	*181,50*
Рец.16	*Бутерброд с маслом*	*50/10*	*50/1 0*	*0,002*	*0,00*	*0,1*	*1,2*	*0,04*	*1,9*	*0,02*	*0,05*	*8,25*	*0,08*	*74,8*
Рец 303.03	*Кофейный напиток*	*200*	*200*	*0*	*0,1*	*0*	*5,3*	*4,4*	*8*	*0,87*	*0,2*	*0,2*	*15*	*57,5*
	Итого	***500***	***550***	***0,15***	***1,18***	***38,25***	***355,99***	***30,18***	***172,48***	***1,53***	***18,21***	***12,76***	***45,67***	***488,35***
	Обед													
Рец.83.03	*Борщ со свежей капустой и картофелем с мясом*	*250*	*300*	*0,05*	*0,59*	*16,3*	*38,57*	*19,78*	*45,64*	*1,03*	*1,89*	*2,43*	*9,34*	*64,46*
Рец.332.02	*Макароны отварные с маслом*	*200*	*200*	*0,06*	*0,03*	*0,00*	*18,12*	*104,45*	*157,03*	*3,55*	*6,57*	*4,19*	*32,32*	*185,19*
Рец.295-У	*Котлета Куринная*	*100*	*100*	*0,18*	*0,00*	*2,15*	*12,74*	*17,53*	*82,39*	*1,05*	*6,47*	*14,63*	*8,24*	*192,00*
Рец.71	*Огурец свежий порционно*	*30*	*30*	*0,009*	*0,00*	*3,0*	*6,9*	*4,2*	*12,6*	*0,18*	*0,24*	*0,03*	*0,75*	*4,04*
Рец.407	*Сок натуральный*	*200*	*200*	*0,1*	*1,3*	*0,00*	*67,2*	*10,4*	*104*	*0,11*	*3,0*	*2,8*	*12,0*	*82,0*
Рец. 0,09	*Хлеб пшеничный*	*50*	*60*	*0,02*	*0,44*	*0,00*	*4,0*	*0,00*	*13,0*	*0,22*	*1,52*	*0,16*	*9,84*	*44,4*
Рец. б/н	*Нектарин*	*100*	*100*	*0,04*	*10,0*	*200*	*13,0*	*42,0*	*-*	*1,5*	*1,87*	*0,4*	*25,8*	*100,0*
	Итого	***810***	***920***	***0,63***	***50,9***	***228,7***	***174,8***	***212,59***	***560,56***	***11,43***	***40,6***	***31,93***	***188,72***	***672,09***

	День 5													
	Завтрак													
Рец.71.13	*Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным*	*200*	*200*	*0,22*	*0,08*	*1,3*	*142,58*	*65,69*	*222,38*	*1,53*	*7,23*	*9,81*	*28,8*	*225,2*
Рец.15	*Бутерброд с сыром*	*50/20*	*60/20*	*0,02*	*0,0*	*0,05*	*132*	*5,25*	*75*	*0,2*	*3,5*	*4,5*	*0*	*54,3*
Рец.693.08	*Какао*	*200*	*200*	*0*	*0,1*	*0*	*5,3*	*4,4*	*8*	*0,87*	*0,2*	*0,2*	*15*	*57,5*
	Итого	***420***	***470***	***0,19***	***1,35***	***0***	***92,91***	***0***	***3,6***	***2,13***	***9,32***	***23,36***	***78,35***	***315,8***
	Обед													
Рец.140.10	*Суп картофельный с макаронными изделиями*	*250*	*300*	*0,2*	*6,6*	*0,02*	*39,5*	*21,8*	*74,7*	*0,3*	*9,9*	*8,9*	*25,2*	*214,2*
Рец.199	*Гороховое пюре с маслом сливочным*	*200*	*200*	*0,64*	*0,00*	*0,00*	*66,31*	*62,53*	*161,0*	*4,98*	*16,3*	*2,51*	*36,0*	*222,78*
234-У	*Котлеты рыб.. под смет.луковым соусом*	*100*	*15,3*	*10,9*	*23,7*	*254,5*	*0,13*	*0,18*	*32,12*	*1,77*	*4,33*	*173,3*	*334,92*	*117,72*
Рец.407	*Сок натуральный*	*200*	*200*	*0,08*	*4,0*	*0,00*	*31,0*	*8,0*	*18,0*	*0,72*	*1,0*	*0,02*	*20,2*	*81,6*
Рец. 10.11	*Салат из свежих овощей «Ассорти»*	*60*	*60*	*0,02*	*22,17*	*0,56*	*28,36*	*11,16*	*18,37*	*0,33*	*0,92*	*1,26*	*2,71*	*26,01*
Рец. 0,09	*Хлеб пшеничный*	*50*	*60*	*0,02*	*0,44*	*0,00*	*4,0*	*0,00*	*13,0*	*0,22*	*1,52*	*0,16*	*9,84*	*44,4*
Рец.б/н	*Банан*	*100*	*100*	*0,02*	*180*	*-*	*40*	*25*	*34*	*0,7*	*0,8*	*0,4*	*8,1*	*48*
	Итого	***840***	***950***	***0,53***	***237,22***	***34,68***	***190,48***	***136,44***	***492,02***	***7,63***	***40,05***	***24,25***	***112,65***	***817,69***

	День 4													
Рец.210	*Омлет натуральный с маслом сливочным*	*200*	*200*	*0,12*	*0,32*	*0,04*	*131,88*	*21,55*	*248,5*	*1,51*	*16,29*	*18,99*	*5,04*	*255,0*
Рец.66037.03	*Кондитерское изделие (печенье)*	*30*	*30*	*0,02*	*0,00*	*0,00*	*8,2*	*3,0*	*17,4*	*0,2*	*1,7*	*2,26*	*13,8*	*78,9*
Рец.303.03	*Кофейный напиток на молоке*	*200*	*200*	*0,04*	*1,3*	*0,02*	*125,7*	*14,0*	*90,0*	*0,13*	*3,2*	*2,7*	*15,94*	*100,60*
	Итого	***430***	***430***	***0,18***	***0,25***	***0,08***	***102,67***	***7,0***	***86,0***	***0,89***	***19,28***	***23,95***	***34,78***	***434,5***
	Обед													
Рец.96.35	*Рассольник «Домашний»*	*250*	*300*	*0,06*	*5,75*	*0,45*	*30,02*	*19,21*	*61,23*	*0,79*	*1,73*	*5,96*	*12,76*	*108,41*
Рец.520.08	*Картофельное пюре с маслом сливочным*	*200*	*200*	*0,16*	*26,11*	*0,1*	*42,54*	*33,06*	*97,75*	*1,19*	*3,29*	*7,06*	*22,21*	*159,99*
Рец.295-У	*Котлета Куринная*	*100*	*100*	*0,08*	*0,02*	*0*	*17,3*	*15,18*	*1,42*	*1,65*	*16,9*	*9,66*	*0,15*	
Рец.244.01	*Зеленый горошек*	*30*	*30*	*0,04*	*3,27*	*0,054*	*35,38*	*19,49*	*51,0*	*0,83*	*3,05*	*4,04*	*3,68*	*62,63*
Рец.430	*Чай с сахаром*	*200*	*200*	*0*	*0,1*	*0*	*5,3*	*4,4*	*8*	*0,87*	*0,2*	*0,2*	*15*	*57,5*
Рец 0,09	*Хлеб*	*50*	*60*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*6,14*	*2,14*	*41,86*	*214,43*
Рец. б/н	*Банан*	*100*	*100*	*0,06*	*1,62*	*0,00*	*84,0*	*13,06*	*130,62*	*0,13*	*3,75*	*3,50*	*15,00*	*102,8*
	Итого	***845***	***965***	***1,64***	***240,93***	***39,45***	***100,38***	***79,95***	***300,36***	***7,94***	***21,35***	***12,53***	***119,51***	***948,86***

	День 3													
	Завтрак													
Рец. 88	*Каша манная*	*200/5*	*200/5*	*0,09*	*0,74*	*0,33*	*226,4*	*48,92*	*344,91*	*0,84*	*27,84*	*18,00*	*32,40*	*279,60*
Рец152	*Кондитерское изделие (вафля)*	*100*	*100*	*0,04*	*0,04*	*0*	*147,96*	*0*	*0*	*0,49*	*10,82*	*6,25*	*8,12*	*278,85*
Рец.693.00	*Какао*	*200*	*200*	*0*	*0*	*0*	*6,0*	*0*	*0*	*0,40*	*0,20*	*0*	*14,0*	*112,0*
	Итого	***450***	***500***	***0,07***	***0,04***	***20,0***	***159,86***	***21,8***	***67***	***1,36***	***14,92***	***10,32***	***59,1***	***588,15***
	Обед													
Рец. 114	*Картофельный суп с фрикадельками*	*250*	*300*	*0,190*	*0,36*	*0,02*	*34,48*	*20,32*	*134,09*	*1,57*	*12,60*	*13,34*	*27,85*	*274,90*
Рец.302-У	*Каша гречневая со сливочным маслом*	*200*	*200*	*0,06*	*0,03*	*0,00*	*18,12*	*104,45*	*157,03*	*3,55*	*6,57*	*4,19*	*32,32*	*185,19*
Рец.255.00	*Печень по Строгановски*	*100*	*100*	*0,23*	*0,40*	*0,022*	*9,09*	*16,68*	*94,11*	*0,92*	*8,1*	*18,1*	*9,0*	*243,0*
Рец.71	*Помидора свежая порционная*	*30*	*30*	*0,02*	*7,3*	*0,27*	*7,7*	*18,3*	*7,7*	*22,8*	*0,3*	*1,32*	*0,03*	*10,5*
Рец.349.09	*Компот из сухофруктов С-витаминизированный*	*200*	*200*	*0*	*0*	*0*	*6,0*	*0*	*0*	*0,40*	*0,2*	*0*	*14*	*28*
Рец 0,09	*Хлеб*	*50*	*60*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*6,14*	*2,14*	*41,86*	*214,43*
Рец. б/н	*Яблоко*	*100*	*100*	*0*	*10,0*	*5,0*	*10,0*	*9*	*11*	*2,2*	*0,4*	*0,4*	*9,8*	*47*
Рец.331,01	*Шоколадные конфеты*	*100*	*100*	*0*	*10,0*	*5,0*	*10,0*	*9*	*11*	*2,2*	*0,4*	*0,4*	*9,8*	*47*
	Итого	***770***	***890***	***0,49***	***33,23***	***84,08***	***398,98***	***180,55***	***633,41***	***8,24***	***36,69***	***23,36***	***108,64***	***1048,98***

	День 6													
	Завтрак													
Таб. №4	*Каша молочная «Дружба»*	*200*	*200*	*0,04*	*0*	*20,0*	*10,70*	*7,90*	*38,60*	*0,47*	*4,52*	*4,07*	*35,46*	*152,8*
Рец.16	*Бутерброд с маслом*	*60/10*	*60/10*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0,05*	*8,25*	*0,08*	*74,8*
Рец.693.00	*Какао с молоком*	*200*	*200*	*0*	*0*	*0*	*6,0*	*0*	*0*	*0,40*	*4,07*	*3,5*	*17,57*	*118,6*
	Итого	***410***	***460***	***0,04***	***0***	***20,0***	***16,70***	***7,90***	***39***	***0,87***	***13,12***	***9,57***	***98,96***	***346,2***
	Обед													
Рец.124.99	*Щи из свежей капусты с мясом*	*250*	*300*	*0,02*	*9,2*	*0,04*	*36,74*	*12,4*	*24,2*	*0,4*	*1,97*	*5,18*	*8,97*	*88,14*
Рец.303	*Рис отварной с маслом*	*200*	*200*	*0,09*	*0*	*0,03*	*13,28*	*8,47*	*46.21*	*0.86*	*5.7*	*3,43*	*36,45*	*190,4*
Рец.295-У	*Котлета куриная*	*90*	*17.1*	*23,1*	*22,6*	*366,8*	*0,14*	*0,27*	*90,66*	*2*	*6,89*	*408,41*	*280,09*	*158,96*
Рец.24	*Салат из свежих огурцов и помидор и огурцов с растительным маслом*	*60*	*60*	*0,010*	*5,7*	*0,02*	*97,02*	*13,79*	*65,56*	*0,84*	*2,70*	*4,70*	*4,34*	*79,14*
Рец.407	*Сок*	*200*	*200*	*0*	*0*	*0*	*18,0*	*0*	*4,29*	*0,60*	*0,20*	*0*	*32,60*	*132,0*
Рец.0,09	*Хлеб*	*50*	*60*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*6,14*	*2,14*	*41,86*	*214,43*
Рец.28.01	*Яблоко*	*100*	*100*	*0,04*	*60,0*	*8,0*	*34*	*13*	*23*	*0,3*	*0,9*	*0,2*	*8,1*	*43*
	Итого	***740***	***820***	***0,46***	***90,64***	***8,0***	***148,80***	***86,14***	***392,56***	***6,6***	***42,24***	***33,35***	***124,91***	***1008,89***

	День 7													
	Завтрак													
Рец.161	*Суп молочный с макаронными изделиями*	*250*	*250*	*0,11*	*1,14*	*38,25*	*202,03*	*30,18*	*172,48*	*0,64*	*7,19*	*6,51*	*23,55*	*181,50*
Рец.66037.03	*Кондитерское изделие (печенье)*	*60*	*60*	*0,14*	*0,16*	*0*	*306,2*	*0*	*0*	*2,08*	*15,2*	*8,6*	*47,4*	*319,8*
Рец.30303	*Кофейный напиток*	*200*	*200*	*0*	*0*	*0*	*6,0*	*0*	*0*	*0,40*	*0,2*	*0*	*14,0*	*56*
	Итого	***450***	***510***	***0,25***	***1,3***	***38,25***	***514,23***	***30,18***	***172,48***	***1,04***	***22,59***	***15,1***	***84,95***	***557,3***
	Обед													
Рец.102/16	*Суп картофельный с горохом с мясом и гренками*	*250*	*300*	*0,21*	*7*	*0*	*42,11*	*38,6*	*142,5*	*0,8*	*4,84*	*3,1*	*16,9*	*110,64*
Рец 436,98	*Картофель тушенный с мясными изделиями*	*200/50*	*200/50*	*0,25*	*36*	*0,07*	*48,53*	*64,25*	*250,9*	*3,82*	*16,4*	*17,26*	*29,34*	*331,0*
Рец.71	*Свежий огурец порционный*	*30*	*30*	*0*	*3,5*	*0*	*8*	*0*	*0*	*0,3*	*0,3*	*0*	*0,9*	*4,9*
Рец0,09	*Хлеб*	*50*	*60*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*6,14*	*2,14*	*41,86*	*214,43*
Рец.407	*Сок натуральный*	*200*	*200*	*0,04*	*0,60*	*0,08*	*248*	*28,0*	*184*	*0,20*	*5,80*	*5,00*	*8,00*	*81,6*
Рец 460	*Мороженное*	*1*	*1*	*0,04*	*10,0*	*200*	*13,0*	*42,0*	*-*	*1,5*	*1,87*	*0,4*	*25,8*	*100,0*
	Итого	***810***	***890***	***0,27***	***23,61***	***260,08***	***349,38***	***156,03***	***499,83***	***5,7***	***41,67***	***31,63***	***135,46***	***988,08***

	День 8													
	Завтрак													
Рец.223,24	*Запеканка твороженная со сгущенкой*	*200/2-*	*200/20*	*0,22*	*0,08*	*1,3*	*142,58*	*65,69*	*222,38*	*1,53*	*7,23*	*9,81*	*28,8*	*225,2*
Рец.15	*Бутерброд с сыром*	*50/20*	*60/20*	*0,02*	*0,0*	*0,05*	*132*	*5,25*	*75*	*0,2*	*3,5*	*4,5*	*0*	*54,3*
Рец.430	*Чай с сахаром*	*200*	*200*	*0*	*0*	*0*	*6,0*	*0*	*0*	*0,40*	*0,2*	*0*	*14,0*	*56*
	Итого	***400***	***460***	***0,06***	***0,27***	***0***	***69,26***	***0***	***0***	***0,8***	***23,86***	***15,98***	***97,04***	***646,08***
	Обед													
Рец.140.10	*Суп с клецками*	*250*	*300*	*0,2*	*22,3*	*0,12*	*22,3*	*18,71*	*71,48*	*0,88*	*4,98*	*7,69*	*9,46*	*124,6*
Рец.291.33	*Плов из птицы*	*200/50*	*200/50*	*0,78*	*4,12*	*0,46*	*42,45*	*61,71*	*289,09*	*2,66*	*23,72*	*30,8*	*52,16*	*567,69*
Рец.71	*Помидора свежая порционно*	*30*	*30*	*0,02*	*7,3*	*0,27*	*18,3*	*7,7*	*22,8*	*0,3*	*1,32*	*0,03*	*1,32*	*10,5*
Рец.430.0	*Чай с сахаром*	*200*	*200*	*0,01*	*2*	*0*	*7*	*0*	*0*	*1,4*	*0,5*	*0*	*10,1*	*132,8*
Рец.0,09	*Хлеб*	*50*	*60*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*6,14*	*2,14*	*41,86*	*214,43*
Рец.331,01	*Шоколадные конфеты*	*100*	*100*	*0*	*10,0*	*5,0*	*10,0*	*9*	*11*	*2,2*	*0,4*	*0,4*	*9,8*	*47*
	Итого	***810***	***890***	***0,14***	***23,55***	***65,0***	***110,76***	***94,63***	***313,36***	***7,53***	***34,23***	***28,7***	***231,62***	***877,85***

	День 9													
	Завтрак													
Рец.210	*Омлет натуральный с маслом сливочным*	*200*	*200*	*0,12*	*0,32*	*0,04*	*131,88*	*21,55*	*248,5*	*1,51*	*16,29*	*18,99*	*5,04*	*255,0*
Рец.16	*Бутерброд с маслом*	*50/10*	*50/10*	*0,002*	*0,00*	*0,1*	*1,2*	*0,04*	*1,9*	*0,02*	*0,05*	*8,25*	*0,08*	*74,8*
Рец.430	*Чай с сахаром*	*200*	*200*	*0*	*0*	*0*	*6,0*	*0*	*0*	*0,40*	*0,2*	*0*	*14,0*	*56*
	Итого	***400***	***450***	***0,16***	***1,55***	***0,01***	***213,92***	***14,0***	***90,0***	***2,94***	***13,72***	***27,52***	***79,84***	***570,2***
	Обед													
Рец.83.03	*Борщ со свежей капустой и картофелем с мясом*	*250*	*300*	*0,05*	*0,59*	*16,3*	*38,57*	*19,78*	*45,64*	*1,03*	*1,89*	*2,43*	*9,34*	*64,46*
Рец.332.02	*Макароны отварные с маслом*	*200*	*200*	*0,09*	*0*	*0,03*	*13,28*	*8,47*	*46.21*	*0.86*	*5.7*	*3,43*	*36,45*	*190,4*
Рец.255.00	*Печень по Строгановски*	*100*	*100*	*0,08*	*0,02*	*0*	*17,3*	*15,18*	*1,42*	*1,65*	*16,9*	*9,66*	*0,15*	*155,1*
Рец. 244.01	*Зеленый горошек*	*30*	*30*	*0,04*	*3,27*	*0,054*	*35,38*	*19,49*	*51,0*	*0,83*	*3,05*	*4,04*	*3,68*	*62,63*
Рец.349.09	*Компот из смеси сухофруктов С-витаминизированный*	*200*	*200*	*0,01*	*2*	*0*	*7*	*0*	*0*	*1,4*	*0,5*	*0*	*10,1*	*132,8*
Рец.0,09	*Хлеб*	*50*	*60*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*6,14*	*2,14*	*41,86*	*128,58*
Рец331,01	*Шоколадные конфеты*	*100*	*100*	*1,3*	*200*	*1,7*	*4*	*6,3*	*34*	*4,4*	*0,8*	*0,4*	*8,1*	*47*
	Итого	***870***	***970***	***1,46***	***215,11***	***21,65***	***80,19***	***100,67***	***414,61***	***9,1***	***32,2***	***19***	***104,25***	***641,21***

	День 10													
	Завтрак													
Таб. №4	*Каша «Дружба» из смеси круп с маслом сливочным*	*200/5*	*200/5*	*0,04*	*0*	*20,0*	*10,70*	*7,90*	*38,60*	*0,47*	*4,52*	*4,07*	*35,46*	*152,8*
Рец.15	*Бутерброд с сыром*	*50/20*	*60/20*	*0,02*	*0,0*	*0,05*	*132*	*5,25*	*75*	*0,2*	*3,5*	*4,5*	*0*	*54,3*
Рец.693,08	*Какао*	*200*	*200*	*0*	*0*	*0*	*6,0*	*0*	*0*	*0,40*	*0,2*	*0*	*14,0*	*56*
	Итого	***450***	***500***	***0,05***	***0***	***20,08***	***39,9***	***28,8***	***112,0***	***0,47***	***13,7***	***115,7***	***108,88***	***594,3***
	Обед													
Рец. 87	*Суп с рыбными консервами*	*250*	*300*	*0,06*	*5,75*	*0,45*	*30,02*	*19,21*	*61,23*	*0,79*	*1,73*	*5,96*	*12,76*	*108,41*
Рец 436,98	*Картофель тушенный с мясными изделиями*	*200/50*	*200/50*	*0,25*	*36*	*0,07*	*48,53*	*64,25*	*250,9*	*3,82*	*16,4*	*17,26*	*29,34*	*331,0*
Рец.24	*Салат из свежих огурцов и помидор с луком м растительным маслом*	*60*	*100*	*0,06*	*12,4*	*0*	*28,2*	*18,6*	*32,3*	*0,5*	*0,3*	*2,0*	*1,6*	*25,2*
Рец.407	*Сок натуральный*	*200*	*200*	*0,04*	*0,60*	*0,08*	*248*	*28,0*	*184*	*0,20*	*5,80*	*5,00*	*8,00*	*81,6*
Рец.0,09	*Хлеб*	*50*	*60*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*6,14*	*2,14*	*41,86*	*128,58*
Рец.608	*Кондитерское изделие (пряники)*	*20*	*20*	*0,03*	*0,4*	*105*	*1,4*	*35*	*158*	*27*	*9,4*	*10,9*	*33,1*	*78,9*
Рец. 460	*Мороженое*	*100*	*100*	*0,06*	*1,62*	*0,00*	*84,0*	*13,06*	*130,62*	*0,13*	*3,75*	*3,50*	*15,00*	*102,8*
	Итого	***790***	***910***	***0,52***	***50,03***	***51,02***	***120,41***	***96,6***	***226,48***	***3,75***	***18,45***	***23,19***	***141,21***	***768,4***

	День 11													
	Завтрак													
Рец.4	*Каша молочная рисовая со сливочным маслом*	*200/5*	*200/5*	*0,03*	*0*	*20,0*	*5,90*	*21,80*	*67,0*	*0,47*	*3,9*	*4,07*	*36,98*	*197,3*
Рец.15	*Бутерброд с сыром*	*50/20*	*60/20*	*0,02*	*0,0*	*0,05*	*132*	*5,25*	*75*	*0,2*	*3,5*	*4,5*	*0*	*54,3*
Рец.693.08	*Какао*	*200*	*200*	*0*	*0,1*	*0*	*5,3*	*4,4*	*8*	*0,87*	*0,2*	*0,2*	*15*	*57,5*
	Итого	***400***	***460***	***0,05***	***0,1***	***20,05***	***143,25***	***31,45***	***150,0***	***1,54***	***7,6***	***8,77***	***51,98***	***309,1***
	Обед													
Рец.99//54	*Суп овощной «Летний» с птицей отварной*	*250*	*300*	*0,2*	*22,3*	*0,12*	*22,3*	*18,71*	*71,48*	*0,88*	*4,98*	*7,69*	*9,46*	*124,6*
Рец.291.33	*Плов из птицы*	*200/50*	*200/50*	*0,78*	*4,12*	*0,46*	*42,45*	*61,71*	*289,09*	*2,66*	*23,72*	*30,8*	*52,16*	*567,69*
Рец.24	*Салат из свежих огурцов и помидор с луком и растительным маслом*	*60*	*100*	*0,06*	*12,4*	*0*	*28,2*	*18,6*	*32,3*	*0,5*	*0,3*	*2,0*	*1,6*	*25,2*
Рец.349.09	*Компот из смеси сухофруктов С - витаминизированный*	*200*	*200*	*0,02*	*0,73*	*0*	*32,48*	*17,46*	*23,44*	*0,69*	*0,66*	*0,09*	*32,0*	*132,8*
Рец. 0,09	*Хлеб пшеничный*	*50*	*60*	*0,02*	*0,44*	*0,00*	*4,0*	*0,00*	*13,0*	*0,22*	*1,52*	*0,16*	*9,84*	*44,4*
Рец. 28.01	*Яблоко*	*100*	*100*	*0*	*5,0*	*2*	*19*	*12*	*16*	*2,3*	*0,4*	*0,3*	*10,3*	*47,0*
	Итого	***870***	***1010***	***0,47***	***40,89***	***2,15***	***136,56***	***90,42***	***203,85***	***7,1***	***30,46***	***23,32***	***99,8***	***719,5***

	День 12													
	Завтрак													
Рец.161	*Суп молочный с макаронными изделиями*	*200*	*250*	*0,11*	*1,14*	*38,25*	*202,03*	*30,18*	*172,48*	*0,64*	*7,19*	*6,51*	*23,55*	*181,50*
Рец.16	*Бутерброд с маслом*	*50/10*	*50/10*	*0,002*	*0,00*	*0,1*	*1,2*	*0,04*	*1,9*	*0,02*	*0,05*	*8,25*	*0,08*	*74,8*
Рец.30303	*Кофейный напиток*	*200*	*200*	*0*	*0*	*0*	*6,0*	*0*	*0*	*0,40*	*0,2*	*0*	*14,0*	*56*
	Итого	***500***	***550***	***0,16***	***2,26***	***38,25***	***356,39***	***30,18***	***173,15***	***1,31***	***18,05***	***12,76***	***56,43***	***554,55***
	Обед													
Рец.83,03	*Борщ со свежей капусты и картофелем с мясом*	*200*	*250*	*0,05*	*0,59*	*16,3*	*38,57*	*19,78*	*45,64*	*1,03*	*1,89*	*2,43*	*9,34*	*64,46*
Рец.302-У	*Каша гречневая со сливочным маслом*	*200*	*200*	*0,06*	*0,03*	*0,00*	*18,12*	*104,45*	*157,03*	*3,55*	*6,57*	*4,19*	*32,32*	*185,19*
Рец.295-У	*Котлета Куринная*	*100*	*100*	*0,23*	*0,40*	*0,022*	*9,09*	*16,68*	*94,11*	*0,92*	*8,1*	*18,1*	*9,0*	*243,0*
Рец.71	*Огурец свежий порционно*	*30*	*30*	*0,009*	*0,00*	*3,0*	*6,9*	*4,2*	*12,6*	*0,18*	*0,24*	*0,03*	*0,75*	*4,04*
Рец.407	*Сок натуральный*	*200*	*200*	*0,04*	*0,60*	*0,08*	*248*	*28,0*	*184*	*0,20*	*5,80*	*5,00*	*8,00*	*81,6*
Рец. 0,09	*Хлеб пшеничный*	*50*	*60*	*0,02*	*0,44*	*0,00*	*4,0*	*0,00*	*13,0*	*0,22*	*1,52*	*0,16*	*9,84*	*44,4*
Рец. б/н	*Нектарин*	*100*	*100*	*0,04*	*10,0*	*200*	*13,0*	*42,0*	*-*	*1,5*	*1,87*	*0,4*	*25,8*	*100,0*
	Итого	***880***	***940***	***0,299***	***11,68***	***219,38***	***345,89***	***213,61***	***413,69***	***8,33***	***34,79***	***21,87***	***86,2***	***634,79***