

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ПМ СОШ с.Тополово ВО Тип 1)



Тех. карта	Наименование блюда	Общий 7-11						Общий 12-18									
		Пищевые вещества						Пищевые вещества									
		Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность						
<b>Завтрак</b>												<b>1 день</b>					
№54-16кв-2020	Каша "Дружба" молочная из риса и пшена вязкая	220	5,78	6,98	32,91	216,93	250	6,57	7,94	37,40	246,51						
№53-19з-2020.	Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,05	8,25	0,08	74,77	10	0,05	8,25	0,08	74,77						
№54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов (порции)	15	3,35	4,38	0,00	53,01	30	6,69	8,75	0,00	106,01						
№54-9гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,52	2,91	10,14	80,42	200	3,52	2,91	10,14	80,42						
№48 ПромПР	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	140,28	60	4,74	0,60	28,98	140,28						
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>17,44</b>	<b>23,12</b>	<b>72,11</b>	<b>565,41</b>		<b>21,58</b>	<b>28,45</b>	<b>76,60</b>	<b>648,00</b>						
<b>Обед</b>																	
РК67-67р ВО	Винегрет с репчатым луком	100	1,89	2,30	10,24	62,26	120	2,27	2,76	12,29	74,72						
РК02-129 ВО	Суп картофельный с гречневой крупой	200	2,37	3,66	17,50	111,74	250	2,97	4,58	21,87	139,67						
№84	Котлета мясная (п/ф) запеченная	100	6,96	7,59	7,18	125,71	100	6,96	7,59	7,18	125,71						
№86сВО	Рис отварной с овощами	150	2,63	3,46	24,21	139,77	180	3,16	4,15	29,06	167,72						
РК05-486	Компот из яблок	200	0,13	0,13	7,97	33,93	200	0,13	0,13	7,97	33,93						
№11	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	50	3,95	0,50	24,15	116,90						
№50 ПромПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	60	3,36	0,66	29,64	137,94						



		Итого за Обед:						Итого за Обед:					
		19,94	18,08	111,13	681,88	22,79	20,36	132,16	796,59				
<b>Полдник</b>													
PK27-545	Пирог с повидлом (готовое изделие)	50	2,10	7,95	23,15	172,55	60	2,52	9,54	27,78	207,06		
ПромПр	порционные												
№15/200	Сок фруктовый для детского питания	200	0,20	0,20	23,20	95,40	200	0,20	0,20	23,20	95,40		
№83	Бананы (целые)	140	4,06	4,48	5,32	77,84	180	5,22	5,76	6,84	100,08		
<b>Итого за Полдник:</b>			<b>6,36</b>	<b>12,63</b>	<b>51,67</b>	<b>345,79</b>		<b>7,94</b>	<b>15,50</b>	<b>57,82</b>	<b>402,54</b>		
<b>Итого за день:</b>			<b>43,74</b>	<b>53,83</b>	<b>234,90</b>	<b>1593,08</b>		<b>52,30</b>	<b>64,31</b>	<b>266,58</b>	<b>1847,13</b>		
<b>2 день</b>													
<b>Завтрак</b>													
PK05-9	Салат из квашеной капусты с репчатым луком	60	1,07	1,86	4,07	38,91	60	1,07	1,86	4,07	38,91		
ВО													
№305	Пельмени мясные (п/ф) отварные	170	15,22	15,45	28,96	308,47	200	17,90	18,18	34,07	362,90		
№54-13-2020	Сыр полутвердых сортов (порции)	15	3,35	4,38	0,00	53,01	30	6,69	8,75	0,00	106,01		
№54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,60	0,00	2,87	13,60	200	0,60	0,00	2,87	13,60		
№10	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	20	1,58	0,20	9,66	46,76		
№82	Яблоки (целые)	140	0,56	0,56	13,72	62,16	140	0,56	0,56	13,72	62,16		
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>22,38</b>	<b>22,45</b>	<b>59,27</b>	<b>522,91</b>		<b>28,41</b>	<b>29,55</b>	<b>64,38</b>	<b>630,35</b>		
<b>Обед</b>													
PK67-45	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,14	7,16	11,75	112,60	120	2,05	4,07	12,87	93,16		
ВО													
№206 ВО	Сул гороховый (с говядиной тушеной)	200	5,88	3,39	13,07	105,15	250	7,35	4,24	16,34	131,43		
№82	Котлета рыбная (п/ф) запеченная	120	9,73	9,48	10,87	166,99	120	9,73	9,48	10,87	166,99		
PK05-152с ВО	Картофель отварной с маслом	170	6,99	4,18	11,85	113,64	230	9,46	5,66	16,03	153,75		
PK05-504	Кисель с витаминами для детей	200	0,00	0,00	24,00	95,00	200	0,00	0,00	24,00	95,00		
№11	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	50	3,95	0,50	24,15	116,90		
№50	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	137,94	70	3,92	0,77	34,58	160,93		
ПромПр													
<b>Итого за Обед:</b>			<b>30,27</b>	<b>25,28</b>	<b>120,50</b>	<b>824,84</b>		<b>36,46</b>	<b>24,72</b>	<b>138,83</b>	<b>918,16</b>		
<b>Полдник</b>													
PK27-556	Булочка "Майская" (готовое изделие)	60	4,62	1,80	30,06	155,40	60	4,62	1,80	30,06	155,40		
№1	Груши свежие (целые)	180	0,72	0,54	18,54	81,90	200	0,80	0,60	20,60	91,00		



№403	Кисломолочный продукт (ряженка 2,5% - 3,4% м.д.ж.)	200	5,80	5,00	8,40	101,80	200	5,80	5,00	8,40	101,80
<b>Итого за Полдник:</b>			<b>11,14</b>	<b>7,34</b>	<b>57,00</b>	<b>339,10</b>		<b>11,22</b>	<b>7,40</b>	<b>59,06</b>	<b>348,20</b>
<b>Итого за День:</b>			<b>63,78</b>	<b>55,07</b>	<b>236,77</b>	<b>1686,84</b>		<b>76,09</b>	<b>61,67</b>	<b>262,28</b>	<b>1896,71</b>
<b>3 день</b>											
<b>Завтрак</b>											
№54-2з-2020	Огурец свежий (нарезка)	60	0,52	0,00	1,50	8,54	100	0,87	0,00	2,50	14,23
PK27-230	Рыба припущенная в молоке	120	19,08	4,85	3,70	134,29	120	19,08	4,85	3,70	134,29
PK67-312	Картофельное пюре	180	3,45	5,41	22,76	77,14	200	3,83	6,02	25,29	85,71
№54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов (порции)	20	4,46	5,83	0,00	70,68	30	6,69	8,75	0,00	106,01
PK05-491я.	Компот из ягод замороженных	200	0,16	0,08	11,30	46,56	200	0,16	0,08	11,30	46,56
№10	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	116,90	60	4,74	0,60	28,98	140,28
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>31,62</b>	<b>16,68</b>	<b>63,41</b>	<b>454,11</b>		<b>35,37</b>	<b>20,29</b>	<b>71,77</b>	<b>527,09</b>
<b>Обед</b>											
PK05-17	Салат из свежих помидоров	100	1,75	5,98	3,61	87,40	100	1,75	5,98	3,61	87,40
№54-12с-2020	Суп картофельный с рыбными консервами	200	7,42	3,41	11,34	105,10	250	9,27	4,26	14,17	131,37
PK02-226	Котлета из курицы (п/ф) запеченная	110	17,68	14,64	9,81	240,22	110	17,68	14,64	9,81	240,22
№54-8г-2020	Капуста тушеная	160	3,68	2,39	14,37	92,16	180	4,14	2,69	16,16	103,68
PK05-491я.	Компот из ягод замороженных	200	0,16	0,08	11,30	46,56	200	0,16	0,08	11,30	46,56
№11	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	50	3,95	0,50	24,15	116,90
№50	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	137,94	60	3,36	0,66	29,64	137,94
ПромПР											
<b>Итого за Обед:</b>			<b>36,42</b>	<b>27,46</b>	<b>94,56</b>	<b>779,52</b>		<b>40,31</b>	<b>28,81</b>	<b>108,85</b>	<b>864,07</b>
<b>Полдник</b>											
PK05-535/552	Пирожок печеный со свежей капустой	60	3,33	3,16	18,82	116,60	90	4,99	4,74	28,23	174,89
№15/200	Сок фруктовый для детского питания	200	0,20	0,20	23,20	95,40	200	0,20	0,20	23,20	95,40
№386	Кисломолочный продукт (кефир 2,5% - 3,4% м.д.ж.)	200	5,80	6,00	8,00	109,20	200	5,80	6,00	8,00	109,20



		<b>Итого за Полдник:</b>		9,33	9,36	50,02	321,20	10,99	10,94	59,43	379,49
		<b>Итого за День:</b>		77,37	53,50	207,98	1554,82	86,68	60,04	240,04	1770,65
<b>4 день</b>											
<b>Завтрак</b>											
PK02-269.	Каша рисовая молочная жидкая	210	5,83	9,06	30,64	227,07	250	6,95	10,78	36,47	270,32
№53-193-2020.	Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,05	8,25	0,08	74,77	20	0,10	16,50	0,16	149,54
№54-60-2020	Яйцо отварное	40	4,54	3,65	0,32	51,05	40	4,54	3,65	0,32	51,05
PK05-502	Какао с молоком и витаминами	200	3,96	4,10	12,06	100,94	200	3,96	4,10	12,06	100,94
№48	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	50	3,95	0,50	24,15	116,90
ПромГр			17,54	25,46	62,42	547,34		19,49	35,53	73,16	688,75
		<b>Итого за Завтрак:</b>									
<b>Обед</b>											
№31б. ВО	Салат "Польский"	100	1,02	5,09	4,33	67,18	100	1,02	5,09	4,33	67,18
PK38-80а	Рассольник "Ленинградский" с рисом (с говядиной тушеной)	200	3,70	2,82	6,79	66,29	250	4,62	3,53	8,48	82,86
PK27-253.	Печень в муке тушеная	100	22,06	6,78	9,92	182,08	120	26,47	8,14	11,90	218,50
PK67-312	Картофельное пюре	160	3,07	4,81	20,23	68,57	180	3,45	5,41	22,76	77,14
ВО											
№410	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0,13	0,04	11,75	50,25	200	0,13	0,04	11,75	50,25
№11	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	50	3,95	0,50	24,15	116,90
№50	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	137,94	60	3,36	0,66	29,64	137,94
ПромГр											
		<b>Итого за Обед:</b>		35,70	20,51	97,15	642,46	43,00	23,37	113,02	750,78
<b>Полдник</b>											
PK27-522	Рулет с куратой (готовое изделие) порционный	60	4,32	3,90	26,40	157,80	80	5,76	5,20	35,20	210,40
№83	Апельсины (целые)	140	1,26	0,28	11,34	52,92	140	1,26	0,28	11,34	52,92
PK27-270/100	Творожок (в индивиду. упаковке, м.д.ж. не более 9%)	100	7,40	5,90	11,00	126,70	125	10,00	6,25	11,88	143,75
		<b>Итого за Полдник:</b>		12,98	10,08	48,74	337,42	17,02	11,73	58,42	407,07
		<b>Итого за День:</b>		66,22	56,05	208,31	1527,22	79,51	70,64	244,60	1846,59



		5 день									
		<b>Завтрак</b>									
РК27-205	Сырники из творога (п/ф)	200	14,46	8,13	29,19	245,34	220	15,91	8,94	32,11	269,87
№67	Джем (порции)	50	0,05	0,05	11,75	47,65	50	0,05	0,05	11,75	47,65
№54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов (порции)	15	3,35	4,38	0,00	53,01	30	6,69	8,75	0,00	106,01
№54-9гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,52	2,91	10,14	80,42	200	3,52	2,91	10,14	80,42
№48	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	50	3,95	0,50	24,15	116,90
ПромПР											
		<b>Итого за Завтрак:</b>									
			<b>24,54</b>	<b>15,87</b>	<b>70,40</b>	<b>519,93</b>		<b>30,13</b>	<b>21,16</b>	<b>78,14</b>	<b>620,85</b>
		<b>Обед</b>									
РК05-25	Салат из моркови с зеленым горошком	90	1,48	5,26	4,36	70,85	100	1,64	5,84	4,84	78,72
ВО											
№180 ВО	Борщ с капустой и картофелем (с говядиной тушеной)	200	4,47	5,65	10,13	108,78	250	5,59	7,06	12,66	135,97
№396	Вареники с картофелем (п/ф)	200	5,88	5,10	50,54	267,87	230	6,76	5,86	58,13	308,06
№54-1хн	Компот из сухофруктов	200	0,43	0,00	18,14	73,98	200	0,43	0,00	18,14	73,98
№1	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	50	3,95	0,50	24,15	116,90
№50	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	24,70	114,95	60	3,36	0,66	29,64	137,94
ПромПР											
		<b>Итого за Обед:</b>									
			<b>18,23</b>	<b>16,96</b>	<b>127,19</b>	<b>729,95</b>		<b>21,74</b>	<b>19,93</b>	<b>147,56</b>	<b>851,57</b>
		<b>Полдник</b>									
№403	Праники (готовое изделие)	60	4,50	3,00	40,80	208,20	70	5,25	3,50	47,60	242,90
№15/200	Сок фруктовый для детского питания	200	0,20	0,20	23,20	95,40	200	0,20	0,20	23,20	95,40
№83	Апельсины (целые)	140	1,26	0,28	11,34	52,92	160	1,44	0,32	12,96	60,48
		<b>Итого за Полдник:</b>									
			<b>5,96</b>	<b>3,48</b>	<b>75,34</b>	<b>356,52</b>		<b>6,89</b>	<b>4,02</b>	<b>83,76</b>	<b>398,78</b>
		<b>Итого за день:</b>									
			<b>48,73</b>	<b>36,31</b>	<b>272,93</b>	<b>1606,40</b>		<b>58,76</b>	<b>45,11</b>	<b>309,46</b>	<b>1871,20</b>
		<b>6 день</b>									
		<b>Завтрак</b>									
РК05-234.	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	6,78	7,26	27,77	205,01	250	8,47	9,08	34,72	256,27
№53-19з-2020.	Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,05	8,25	0,08	74,77	20	0,10	16,50	0,16	149,54
№54-6о-2020	Яйцо отварное	40	4,54	3,65	0,32	51,05	40	4,54	3,65	0,32	51,05



№30	Какао с молоком	200	4,57	4,80	12,05	107,88	200	4,57	4,80	12,05	107,88
№10	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	116,90	50	3,95	0,50	24,15	116,90
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>19,89</b>	<b>24,46</b>	<b>64,37</b>	<b>555,61</b>		<b>21,63</b>	<b>34,53</b>	<b>71,40</b>	<b>681,64</b>
<b>Обед</b>											
№44 ВО	Салат "Степной"	60	1,00	4,16	5,32	62,77	100	1,67	6,94	8,86	104,61
№149. ВО	Свекольник (с говядиной тушёной)	200	3,17	5,94	10,79	108,78	250	3,97	7,42	13,49	135,97
PK27-292	Бифштекс рубленый (п/ф мясо с птицей) запечённый	90	10,45	7,77	0,00	108,74	100	11,62	8,63	0,00	120,82
№54-1г	Макаронны отварные	150	5,17	4,29	29,88	178,51	180	6,20	5,15	35,85	214,22
№54-3хн-2020.	Компот из чернослива	200	0,75	0,00	28,87	115,69	200	0,75	0,00	28,87	115,69
№11	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	20	1,58	0,20	9,66	46,76
№50	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	50	2,80	0,55	24,70	114,95
ПромПР											
<b>Итого за Обед:</b>			<b>25,16</b>	<b>22,91</b>	<b>109,11</b>	<b>736,58</b>		<b>28,58</b>	<b>28,90</b>	<b>121,43</b>	<b>853,02</b>
<b>Полдник</b>											
PK27-545	Пирог с повидлом (готовое изделие)	50	2,10	7,95	23,15	172,55	70	2,94	11,13	32,41	241,57
ПромПР	порционный										
№83	Бананы (целые)	140	4,06	4,48	5,32	77,84	140	4,06	4,48	5,32	77,84
№15/2/00	Сок фруктовый для детского питания	200	0,20	0,20	23,20	95,40	200	0,20	0,20	23,20	95,40
<b>Итого за Полдник:</b>			<b>6,36</b>	<b>12,63</b>	<b>51,67</b>	<b>345,79</b>		<b>7,20</b>	<b>15,81</b>	<b>60,93</b>	<b>414,81</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>51,40</b>	<b>60,00</b>	<b>225,15</b>	<b>1637,98</b>		<b>57,42</b>	<b>79,24</b>	<b>253,76</b>	<b>1949,46</b>
<b>7 день</b>											
<b>Завтрак</b>											
№54-2з-2020	Огурец свежий (нарезка)	60	0,52	0,00	1,50	8,54	60	0,52	0,00	1,50	8,54
№84	Котлета мясная (п/ф) запеченная	90	6,26	6,83	6,47	113,14	100	6,96	7,59	7,18	125,71
№54-1г	Макаронны отварные	150	5,17	4,29	29,88	178,51	170	5,86	4,86	33,86	202,32
№54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов (порции)	20	4,46	5,83	0,00	70,68	30	6,69	8,75	0,00	106,01
№10	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	50	3,95	0,50	24,15	116,90
№24	Чай с сахаром	200	0,40	0,10	4,31	16,97	200	0,40	0,10	4,31	16,97
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>19,97</b>	<b>17,46</b>	<b>61,47</b>	<b>481,35</b>		<b>24,38</b>	<b>21,80</b>	<b>71,00</b>	<b>576,44</b>
<b>Обед</b>											



РК67-45 ВО	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,68	4,30	7,05	67,56	100	1,14	7,16	11,75	112,60
РК05-123 ВО	Суп картофельный с мясными фрикадельками (п/ф)	200	5,97	10,07	2,32	99,19	250	7,46	12,58	2,90	123,99
№261	Биточки куриные (п/ф) запеченные	90	9,56	7,90	11,55	153,91	100	10,62	8,78	12,83	171,01
№54-6г	Рис отварной	150	3,59	4,21	33,30	184,44	180	4,31	5,05	39,96	221,32
№410	Кисель из концентрата на фруктовых или ягодных экстрактах	200	0,13	0,04	11,75	50,25	200	0,13	0,04	11,75	50,25
№11	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	20	1,58	0,20	9,66	46,76
№50	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	50	2,80	0,55	24,70	114,95
ПромПг											
№82	Яблоки (целые)	120	0,48	0,48	11,76	53,28	100	0,40	0,40	9,80	44,40
	<b>Итого за Обед:</b>		<b>25,02</b>	<b>27,74</b>	<b>111,98</b>	<b>770,73</b>		<b>28,43</b>	<b>34,77</b>	<b>123,35</b>	<b>885,28</b>
	<b>Полдник</b>										
№604	Печенье (готовое изделие)	35	1,50	2,84	23,14	124,07	50	2,15	4,05	33,05	177,25
№131	Кисломолочный продукт (йогурт 2,5% - 3,5% м.д.ж. фруктовый в индив. упаковке)	200	5,80	5,00	22,00	156,20	200	5,80	5,00	22,00	156,20
№83	Апельсины (целые)	160	1,44	0,32	12,96	60,48	140	1,26	0,28	11,34	52,92
	<b>Итого за Полдник:</b>		<b>8,75</b>	<b>8,16</b>	<b>58,10</b>	<b>340,75</b>		<b>9,21</b>	<b>9,33</b>	<b>66,39</b>	<b>386,37</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>53,73</b>	<b>53,35</b>	<b>231,55</b>	<b>1592,83</b>		<b>62,02</b>	<b>65,91</b>	<b>260,75</b>	<b>1848,10</b>
	<b>8 день</b>										
	<b>Завтрак</b>										
№54-3з-2020	Помидор свежий (нарезка)	50	0,30	0,00	1,90	8,80	100	0,60	0,00	3,80	17,60
№83	Котлета мясная (п/ф) запеченная	90	6,26	6,83	6,47	113,14	100	6,96	7,59	7,18	125,71
№54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,71	5,50	46,44	263,37	180	9,25	6,60	55,73	316,05
№53-19з-2020	Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,05	8,25	0,08	74,77	10	0,05	8,25	0,08	74,77
№54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,60	0,00	2,87	13,60	200	0,60	0,00	2,87	13,60
№10	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	30	2,37	0,30	14,49	70,14
	<b>Итого за Завтрак:</b>		<b>17,29</b>	<b>20,88</b>	<b>72,24</b>	<b>543,82</b>		<b>19,83</b>	<b>22,74</b>	<b>84,15</b>	<b>617,87</b>
	<b>Обед</b>										
РК05-34	Салат из свеклы с чесноком	100	1,28	3,02	6,71	59,33	120	1,54	3,62	8,05	71,19
РК66-63пр ВО	Суп картофельный с крупой и рыbnыми консервами	200	4,54	3,87	9,68	90,59	250	5,67	4,84	12,10	113,23



PK27-292	Бифштекс рубленый (п/ф мясо с птицей) запечённый	100	11,62	8,63	0,00	120,82	120	13,94	10,36	0,00	144,98
№54-9г-2020 ВО	Рагу овощное с картофелем	180	3,23	6,47	16,15	133,97	200	3,59	7,18	17,95	148,86
№54-6хн-2020	Компот из изюма	200	0,36	0,10	21,17	86,10	200	0,36	0,10	21,17	86,10
№11	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	60	4,74	0,60	28,98	140,28
№50	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	137,94	60	3,36	0,66	29,64	137,94
ПромГр			26,75	23,05	97,84	698,88		33,19	27,37	117,88	842,59
<b>Итого за Обед:</b>											
<b>Полдник</b>											
PK27-557	Булочка "Даниловская" (готовое изделие)	60	4,62	1,80	30,06	155,40	60	4,62	1,80	30,06	155,40
№15/200	Сок фруктовый для детского питания	200	0,20	0,20	23,20	95,40	200	0,20	0,20	23,20	95,40
PK27-406	Кисломолочный продукт (биокефир 2,5% - 3,4% м.д.ж.)	200	5,80	5,00	8,00	100,20	200	5,80	5,00	8,00	100,20
	<b>Итого за Полдник:</b>		10,62	7,00	61,26	351,00		10,62	7,00	61,26	351,00
	<b>Итого за День:</b>		54,66	50,93	231,34	1593,71		63,64	57,11	263,29	1811,45
<b>9 день</b>											
<b>Завтрак</b>											
№54-3з-2020	Помидор свежий (нарезка)	60	0,36	0,00	2,28	10,56	100	0,60	0,00	3,80	17,60
PK02-226	Котлета из курицы (п/ф) запеченная	100	16,07	13,31	8,92	218,39	120	19,28	15,97	10,70	262,06
PK67-312	Картофельное пюре	180	3,45	5,41	22,76	77,14	200	3,83	6,02	25,29	85,71
VO							50	0,85	1,18	5,35	35,64
№54-3с-2020 ВО	Соус красный основной	20	0,34	0,47	2,14	14,26	50	0,85	1,18	5,35	35,64
№54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,60	0,00	2,87	13,60	200	0,60	0,00	2,87	13,60
№10	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	116,90	60	4,74	0,60	28,98	140,28
	<b>Итого за Завтрак:</b>		24,77	19,70	63,12	450,85		29,90	23,77	76,99	554,90
<b>Обед</b>											
PK54-6рМР	Салат из свежих помидоров с перцем	90	0,80	0,05	4,28	20,64	100	0,88	0,05	4,76	22,93
PK73-105.	Суп с лапшой и мясными фрикадельками (п/ф)	200	5,04	3,46	18,51	123,83	250	6,30	4,33	23,14	154,79
PK05-359/408	Печень тушенная в сметанном соусе	90	13,90	9,21	8,22	177,01	100	15,45	10,24	9,13	196,68



№54-4-2020	№54-4-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,71	5,50	46,44	263,37	180	9,25	6,60	55,73	316,05
PK05-486	PK05-486	Компот из яблок	200	0,13	0,13	7,97	33,93	200	0,13	0,13	7,97	33,93
№11	№11	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	30	2,37	0,30	14,49	70,14
№50	№50	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	50	2,80	0,55	24,70	114,95
ПромЛр	ПромЛр			<b>32,98</b>	<b>19,19</b>	<b>124,50</b>	<b>804,26</b>		<b>37,18</b>	<b>22,20</b>	<b>139,92</b>	<b>909,47</b>
Итого за Обед:												
Полдник												
№410	№410	Кисель из концентрата на плодовых или яблочных экстрактах	200	0,13	0,04	11,75	50,25	200	0,13	0,04	11,75	50,25
PK81-463	PK81-463	Пирожок с морковным фаршем	80	5,34	9,05	26,62	197,02	100	6,67	11,32	33,28	246,27
ВО	ВО											
PK27-270/125	PK27-270/125	Творожок (в индивиду. упаковке, м.д.ж. не более 9%)	125	10,00	6,25	11,88	143,75	125	10,00	6,25	11,88	143,75
				<b>15,47</b>	<b>15,34</b>	<b>50,24</b>	<b>391,02</b>		<b>16,80</b>	<b>17,60</b>	<b>56,90</b>	<b>440,27</b>
Итого за Полдник:				<b>73,21</b>	<b>54,23</b>	<b>237,87</b>	<b>1646,13</b>		<b>83,88</b>	<b>63,57</b>	<b>273,81</b>	<b>1904,65</b>
Итого за день:												
10 день												
Завтрак												
PK27-205	PK27-205	Сырники из творога (п/ф)	200	14,46	8,13	29,19	245,34	210	15,19	8,54	30,65	257,60
№67	№67	Джем (порции)	50	0,05	0,05	11,75	47,65	50	0,05	0,05	11,75	47,65
№54-1з-2020	№54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов (порции)	15	3,35	4,38	0,00	53,01	30	6,69	8,75	0,00	106,01
№54-9тн-2020	№54-9тн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,52	2,91	10,14	80,42	200	3,52	2,91	10,14	80,42
№48	№48	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	50	3,95	0,50	24,15	116,90
ПромЛр	ПромЛр			<b>24,54</b>	<b>15,87</b>	<b>70,40</b>	<b>519,93</b>		<b>29,41</b>	<b>20,75</b>	<b>76,68</b>	<b>608,59</b>
Итого за Завтрак:												
Обед												
PK67-47	PK67-47	Салат из квашеной капусты с репчатым луком	100	2,00	4,89	7,21	81,28	120	2,40	5,87	8,65	97,54
№54-12с-2020	№54-12с-2020	Суп картофельный с рыбными консервами	200	7,42	3,41	11,34	105,10	250	9,27	4,26	14,17	131,37
№79	№79	Фрикадельки мясные (п/ф) тушеные	90	15,61	8,13	2,54	145,65	100	17,35	9,03	2,82	161,84
PK67-312	PK67-312	Картофельное пюре	170	3,26	5,11	21,50	72,86	180	3,45	5,41	22,76	77,14
ВО	ВО											
PK05-486	PK05-486	Компот из яблок	200	0,13	0,13	7,97	33,93	200	0,13	0,13	7,97	33,93
№11	№11	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	50	3,95	0,50	24,15	116,90



№50	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	137,94	60	3,36	0,66	29,64	137,94
ПромГр			<b>34,93</b>	<b>22,72</b>	<b>99,52</b>	<b>670,28</b>		<b>39,91</b>	<b>25,86</b>	<b>110,17</b>	<b>756,66</b>
<b>Итого за Обед:</b>											
<b>Полдник</b>											
№602Гро	Вафли (готовое изделие)	60	2,40	3,00	44,40	214,20	70	2,80	3,50	51,80	249,90
млГр											
№15/200	Сок фруктовый для детского питания	200	0,20	0,20	23,20	95,40	200	0,20	0,20	23,20	95,40
№83	Апельсины (целые)	140	1,26	0,28	11,34	52,92	160	1,44	0,32	12,96	60,48
	<b>Итого за Полдник:</b>		<b>3,86</b>	<b>3,48</b>	<b>78,94</b>	<b>362,52</b>		<b>4,44</b>	<b>4,02</b>	<b>87,96</b>	<b>405,78</b>
	<b>Итого за День:</b>		<b>63,34</b>	<b>42,07</b>	<b>248,85</b>	<b>1552,74</b>		<b>73,75</b>	<b>50,63</b>	<b>274,81</b>	<b>1771,03</b>
	<b>Среднее значение за день:</b>		<b>59,62</b>	<b>51,53</b>	<b>233,56</b>	<b>1599,18</b>		<b>69,41</b>	<b>61,82</b>	<b>264,94</b>	<b>1851,70</b>