

Примерное 12-ти дневное меню для обучающихся 1-4 классов и 5-11 классов в общеобразовательных учреждениях города Москвы.

Изменение 1. Вариант 2

Примерное 12-ти дневное меню для обучающихся 1-4 классов и 5-11 классов в общеобразовательных учреждениях города Москвы. Изменение 1. Вариант 2, **в части организации питания обучающихся 1-4 классов**



	<b>Итого:</b>		<b>31,0</b>	<b>26,3</b>	<b>132,3</b>	<b>892,2</b>	<b>0,6</b>	<b>28,6</b>	<b>53,2</b>	<b>6,6</b>	<b>483,9</b>	<b>616,7</b>	<b>208,1</b>	<b>9,9</b>	<b>0,4</b>	<b>53,0</b>		
<b>Полдник</b>																		
1	Огурцы свежие	120	1,0	0,1	3,0	16,8	0,0	12,0	0,0	0,1	27,6	50,4	16,8	0,7	0,0	3,6	100519	100519
2	Напиток витаминный	200	0,5	0,2	13,1	61,2	0,0	52,0	0,0	0,3	11,3	11,7	4,7	0,5	0,0	0,0	160238	160238
	<b>Итого:</b>		<b>1,4</b>	<b>0,3</b>	<b>16,1</b>	<b>78,0</b>	<b>0,1</b>	<b>64,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,5</b>	<b>38,9</b>	<b>62,1</b>	<b>21,5</b>	<b>1,2</b>	<b>0,1</b>	<b>3,6</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>55,0</b>	<b>52,3</b>	<b>219,8</b>	<b>1578,9</b>	<b>0,8</b>	<b>94,5</b>	<b>78,4</b>	<b>10,5</b>	<b>743,7</b>	<b>1115,6</b>	<b>272,4</b>	<b>16,6</b>	<b>1,3</b>	<b>99,9</b>		
<b>День 4 (четверг)</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
1	Сырники из творога с соусом ягодным	150	11,4	10,3	41,8	270,2	0,2	0,5	68,0	0,5	208,4	622,8	25,8	0,7	0,3	6,1	120313	120314
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	4,5	4,5	16,6	124,5	0,0	0,8	21,0	0,0	245,2	127,4	19,6	0,2	0,2	12,6	160104	160104
3	Фрукты в ассортименте (см.приложение)	140	0,6	0,6	13,7	65,8	0,0	14,0	0,0	0,3	22,4	15,4	12,6	3,1	0,0	2,8	210110	210110
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	200102
	<b>Итого:</b>		<b>18,0</b>	<b>15,9</b>	<b>82,4</b>	<b>512,9</b>	<b>0,3</b>	<b>15,3</b>	<b>89,0</b>	<b>1,1</b>	<b>480,8</b>	<b>782,4</b>	<b>60,6</b>	<b>4,2</b>	<b>0,5</b>	<b>21,5</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат витаминный с растительным маслом	80	1,1	5,7	5,3	78,0	0,0	16,6	0,0	2,6	96,4	22,3	12,4	0,7	0,0	5,8	100504	100504
2	Суп гороховый на курином бульоне	200	8,1	2,3	27,3	162,1	0,2	4,7	10,8	0,7	35,3	101,5	31,3	1,8	0,1	11,5	110307	110308
3	Соус Альфредо с курицей	90	9,0	8,0	2,9	119,4	0,0	2,9	56,5	0,5	147,6	152,4	19,9	0,8	0,2	15,7	120702	120703
4	Изделия макаронные отварные	150	8,3	8,2	49,2	304,1	0,1	0,0	13,5	0,8	12,8	44,9	8,2	0,8	0,0	12,4	130401	130402
5	Напиток клубничный	200	0,0	0,0	5,8	23,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	160205	160232
6	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,4	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>29,1</b>	<b>25,1</b>	<b>110,7</b>	<b>785,9</b>	<b>0,4</b>	<b>24,2</b>	<b>80,8</b>	<b>5,1</b>	<b>346,9</b>	<b>387,9</b>	<b>79,3</b>	<b>5,0</b>	<b>0,3</b>	<b>47,5</b>		
<b>Полдник</b>																		
1	Оладьи с соусом шоколадным	100	5,8	6,1	37,2	226,5	0,1	0,3	7,7	2,7	102,5	99,5	18,5	0,9	0,1	8,5	100	10
2	Кисломолочный напиток (см.приложение)	200	10,0	6,0	15,6	158,0	0,1	2,0	56,0	0,1	400,0	340,0	38,0	0,2	0,5	18,0	230104	230104
	<b>Итого:</b>		<b>15,8</b>	<b>12,1</b>	<b>52,8</b>	<b>384,5</b>	<b>0,2</b>	<b>2,3</b>	<b>63,7</b>	<b>2,8</b>	<b>502,5</b>	<b>439,5</b>	<b>56,5</b>	<b>1,1</b>	<b>0,6</b>	<b>26,5</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>62,8</b>	<b>53,1</b>	<b>245,8</b>	<b>1683,3</b>	<b>0,9</b>	<b>41,8</b>	<b>233,4</b>	<b>9,1</b>	<b>1330,1</b>	<b>1609,8</b>	<b>196,4</b>	<b>10,3</b>	<b>1,5</b>	<b>95,4</b>		
<b>День 5 (пятница)</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
1	Каша гречневая на молоке	200	6,7	12,4	28,8	253,8	0,1	0,9	36,6	0,2	259,8	204,0	68,3	1,8	0,2	23,6	120207	120208
2	Чай с молоком с сахаром	200	4,2	4,5	12,6	107,9	0,0	0,8	21,0	0,0	248,6	133,2	19,6	0,2	0,2	12,6	160108	160108
3	Фрукты в ассортименте (см.приложение)	90	0,7	0,2	6,8	34,2	0,1	34,2	0,0	0,2	31,5	15,3	9,9	0,1	0,0	0,0	210106	210106
4	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,2	0,1	0,0	0,0	1,0	14,1	50,4	7,8	0,7	0,0	0,0	200102	200102
	<b>Итого:</b>		<b>16,2</b>	<b>18,8</b>	<b>78,9</b>	<b>553,1</b>	<b>0,3</b>	<b>35,9</b>	<b>57,6</b>	<b>1,4</b>	<b>554,0</b>	<b>402,8</b>	<b>105,6</b>	<b>2,8</b>	<b>0,5</b>	<b>36,2</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат зеленый с огурцами и помидорами с растительным маслом	80	0,8	5,7	2,0	63,5	0,0	12,1	0,0	2,8	29,8	25,9	18,5	0,5	0,0	6,9	100208-1	100208-1
2	Суп-пюре куриный	200	7,4	6,9	24,1	188,3	0,1	1,0	26,1	0,7	47,1	82,2	12,8	0,8	0,1	11,5	110407-1	110408-1
3	Пельмени отварные	150	14,3	22,9	30,5	318,9	0,2	0,0	22,5	0,8	23,0	95,4	15,7	1,1	0,1	7,4	120529	120529
4	Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0,1	0,1	7,0	29,4	0,0	2,0	0,0	0,0	3,4	2,2	1,8	0,5	0,0	0,4	160209	160209
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,8	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,2	0,4	19,8	92,8	0,0	0,0	0,0	0,4	100,0	100,0	10,0	1,2	0,0	4,0	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>27,8</b>	<b>37,2</b>	<b>103,9</b>	<b>797,7</b>	<b>0,4</b>	<b>15,1</b>	<b>48,6</b>	<b>5,4</b>	<b>212,6</b>	<b>339,3</b>	<b>63,9</b>	<b>4,6</b>	<b>0,2</b>	<b>30,2</b>		
<b>Полдник</b>																		
1	Салат Нежный (с огурцом)	120	6,5	10,3	14,0	172,3	0,1	9,5	15,1	2,8	25,2	96,0	32,3	1,2	0,1	15,5	100525-1	100525-1
2	Сок (см. приложение)	200	2,0	0,2	20,2	92,0	0,0	4,0	0,0	0,2	14,0	14,0	8,0	2,8	0,0	0,0	160223	160223
	<b>Итого:</b>		<b>8,5</b>	<b>10,5</b>	<b>34,2</b>	<b>264,3</b>	<b>0,1</b>	<b>13,5</b>	<b>15,1</b>	<b>3,0</b>	<b>39,2</b>	<b>110,0</b>	<b>40,3</b>	<b>4,0</b>	<b>0,1</b>	<b>15,5</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>52,5</b>	<b>66,5</b>	<b>217,0</b>	<b>1615,1</b>	<b>0,8</b>	<b>64,5</b>	<b>121,3</b>	<b>9,8</b>	<b>805,9</b>	<b>852,1</b>	<b>209,8</b>	<b>11,4</b>	<b>0,8</b>	<b>82,0</b>		
<b>День 6 (суббота)</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
1	Каша манная молочная	200	5,6	11,3	28,4	237,4	0,0	0,6	44,6	0,3	177,1	104,6	16,6	0,3	0,1	18,7	120205	120206
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	5,0	4,7	19,4	142,9	2,4	0,8	21,0	0,0	265,2	151,2	35,6	1,8	0,2	20,6	160103	160103
3	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,2	0,1	0,0	0,0	1,0	14,1	50,4	7,8	0,7	0,0	0,0	200102	200102
4	Творог для детского питания	50	9,0	4,5	1,5	84,5	0,0	0,3	25,0	0,1	82,0	110,0	11,5	0,2	0,1	0,0		
	<b>Итого:</b>		<b>24,1</b>	<b>22,2</b>	<b>80,1</b>	<b>622,0</b>	<b>2,6</b>	<b>1,7</b>	<b>90,6</b>	<b>1,5</b>	<b>538,5</b>	<b>416,2</b>	<b>71,5</b>	<b>3,0</b>	<b>0,5</b>	<b>39,3</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат из свеклы с сыром	80	2,5	9,9	5,9	123,4	0,0	6,8	16,6	3,6	39,8	63,8	17,1	1,0	0,0	8,3	100408-1	100408-1
2	Суп с фрикадельками	200	7,0	3,7	15,8	124,0	0,1	8,6	19,7	0,4	23,1	109,5	26,9	1,6	0,1	16,8	110311	110312
3	Рыба припущенная	165	32,8	8,0	0,3	204,2	0,2	2,4	45,2	1,9	719,9	1047,3	62,0	1,1	0,2	284,5	120405	120405
4	Пюре картофельное	180	3,3	13,4	22,8	225,2	0,2	15,6	41,9	0,3	73,8	116,6	39,3	1,5	0,2	19,4	130101	130102
5	Фрукты в ассортименте (см.приложение)	180	1,6	0,4	14,6	77,4	0,1	108,0	0,0	0,4	61,2	41,4	23,4	0,5	0,1	3,6	210102	210102
6	Сок (см. приложение)	200	2,0	0,2	20,2	92,0	0,0	4,0	0,0	0,2	14,0	14,0	8,0	2,8	0,0	0,0	160223	160223

7	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,8	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,2	0,4	19,8	92,8	0,0	0,0	0,0	0,4	100,0	100,0	10,0	1,2	0,0	4,0	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>54,5</b>	<b>37,2</b>	<b>120,0</b>	<b>1043,8</b>	<b>0,7</b>	<b>145,3</b>	<b>123,4</b>	<b>7,8</b>	<b>1041,3</b>	<b>1526,2</b>	<b>191,8</b>	<b>10,2</b>	<b>0,6</b>	<b>336,6</b>		
<b>Полдник</b>																		
1	Пирожок с вишневым джемом	50	3,9	2,0	28,0	145,2	0,0	0,0	10,4	0,5	6,7	23,7	4,0	0,3	0,0	3,8	190213 190214	190215
2	Йогурт фруктовый	125	7,1	3,8	9,8	98,8	0,1	1,3	35,0	0,1	250,0	212,5	23,8	0,1	0,3	11,3		
3	Кисломолочный напиток (см.приложение)	200	11,4	6,0	15,6	158,0	0,1	2,0	56,0	0,1	400,0	340,0	38,0	0,2	0,5	18,0	230103	230103
	<b>Итого:</b>		<b>22,4</b>	<b>11,7</b>	<b>53,4</b>	<b>401,9</b>	<b>0,2</b>	<b>3,3</b>	<b>101,4</b>	<b>0,7</b>	<b>656,7</b>	<b>576,2</b>	<b>65,8</b>	<b>0,7</b>	<b>0,9</b>	<b>33,0</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>101,0</b>	<b>71,1</b>	<b>253,4</b>	<b>2067,7</b>	<b>3,5</b>	<b>150,3</b>	<b>315,4</b>	<b>10,0</b>	<b>2236,5</b>	<b>2518,6</b>	<b>329,1</b>	<b>13,9</b>	<b>2,0</b>	<b>408,9</b>		
	<b>Итого за 6 дней</b>		<b>64,81</b>	<b>61,32</b>	<b>240,42</b>	<b>1752,06</b>	<b>1,71</b>	<b>79,40</b>	<b>179,17</b>	<b>10,10</b>	<b>1215,66</b>	<b>1467,06</b>	<b>247,22</b>	<b>13,05</b>	<b>1,27</b>	<b>166,69</b>		
<b>День 7 (понедельник)</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
1	Омлет натуральный	200	15,1	20,0	2,7	251,5	0,1	0,4	21,2	0,9	189,8	343,7	26,5	3,8	0,7	43,3	120301	120322
2	Чай с лимоном	200	0,0	0,0	8,1	33,3	0,0	1,6	0,0	0,0	5,3	6,6	0,5	0,0	0,0	0,0	160106	160106
3	Печенье	40	3,0	3,9	29,8	166,8	0,0	0,0	4,0	1,4	11,6	36,0	8,0	0,8	0,0	0,0		
4	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,2	0,1	0,0	0,0	1,0	14,1	50,4	7,8	0,7	0,0	0,0	200102	200102
	<b>Итого:</b>		<b>22,6</b>	<b>25,7</b>	<b>71,5</b>	<b>608,8</b>	<b>0,2</b>	<b>2,0</b>	<b>25,2</b>	<b>3,4</b>	<b>220,8</b>	<b>436,8</b>	<b>42,8</b>	<b>5,4</b>	<b>0,8</b>	<b>43,3</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат из моркови с растительным маслом	80	1,0	5,7	5,2	76,7	0,0	3,8	0,0	2,8	20,3	41,5	28,6	0,5	0,1	3,8	100301	100301
2	Суп куриный	200	7,4	3,4	7,8	91,4	0,1	5,4	23,5	0,2	20,4	77,8	19,4	1,0	0,1	13,2	110303	110304
3	Котлеты рубленные из птицы	100	13,4	9,8	16,3	207,0	0,1	1,2	48,3	1,3	17,7	135,2	15,9	1,4	0,1	8,7	120613	120614
4	Рагу из овощей	150	2,9	3,5	16,4	107,9	0,1	11,6	0,0	1,6	27,3	70,9	32,7	1,1	0,1	12,3	130203	130204
5	Компот из плодов сухих (курага)	200	0,8	0,0	16,2	69,0	0,0	0,6	0,0	0,9	25,8	23,4	16,8	0,5	0,0	0,0	160239	160239
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,2	0,1	0,0	0,0	1,0	14,1	50,4	7,8	0,7	0,0	0,0	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,4	0,7	29,6	139,2	0,1	0,0	0,0	0,5	150,0	150,0	15,0	1,9	0,0	6,0	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>33,3</b>	<b>24,8</b>	<b>122,3</b>	<b>848,4</b>	<b>0,5</b>	<b>22,7</b>	<b>71,8</b>	<b>8,3</b>	<b>275,8</b>	<b>549,2</b>	<b>136,2</b>	<b>7,1</b>	<b>0,4</b>	<b>44,0</b>		
<b>Полдник</b>																		
1	Салат из капусты белокочанной и сладкого перца	120	1,8	8,5	4,8	114,2	0,0	39,5	0,0	3,8	165,0	37,0	17,1	0,7	0,0	8,8	100202-1	100202-1
2	Сок (см. приложение)	200	2,0	0,2	20,2	92,0	0,0	4,0	0,0	0,2	14,0	14,0	8,0	2,8	0,0	0,0	160223	160223
	<b>Итого:</b>		<b>3,8</b>	<b>8,7</b>	<b>25,0</b>	<b>206,2</b>	<b>0,1</b>	<b>43,5</b>	<b>0,0</b>	<b>4,0</b>	<b>179,0</b>	<b>51,0</b>	<b>25,1</b>	<b>3,5</b>	<b>0,1</b>	<b>8,8</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>59,7</b>	<b>59,2</b>	<b>218,7</b>	<b>1663,4</b>	<b>0,7</b>	<b>68,1</b>	<b>96,9</b>	<b>15,7</b>	<b>675,5</b>	<b>1037,0</b>	<b>204,1</b>	<b>16,0</b>	<b>1,2</b>	<b>96,0</b>		
<b>День 8 (вторник)</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
1	Каша пшенная	200	5,8	10,3	26,9	223,6	0,1	0,3	17,6	0,1	108,0	105,2	26,8	0,7	0,1	13,3	120201	120202
2	Какао на молоке	200	6,1	6,0	16,4	145,5	0,0	1,0	25,5	0,0	302,9	180,9	40,8	1,1	0,2	15,3	160101	160101
3	Фрукты в ассортименте (см.приложение)	140	0,6	0,6	13,7	65,8	0,0	14,0	0,0	0,3	22,4	15,4	12,6	3,1	0,0	2,8	210110	210110
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,8	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	200102
	<b>Итого:</b>		<b>15,4</b>	<b>18,1</b>	<b>77,5</b>	<b>539,7</b>	<b>0,2</b>	<b>15,4</b>	<b>43,1</b>	<b>1,1</b>	<b>442,7</b>	<b>335,1</b>	<b>85,4</b>	<b>5,3</b>	<b>0,4</b>	<b>31,4</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат из б/к капусты, помидоров и огурцов	80	0,9	6,5	3,1	75,4	0,0	13,5	0,0	3,1	45,8	29,6	15,6	0,6	0,0	8,4	100549	100549
2	Щи из свежей капусты на мясном бульоне	200	2,5	2,5	6,0	55,2	0,1	15,7	18,0	0,2	162,9	41,1	17,4	0,6	0,1	12,8	110105	110106
3	Гуляш из говядины с соусом томатным	90	13,0	1,4	3,0	76,7	0,0	1,3	8,1	0,4	12,4	119,9	16,6	1,7	0,1	18,2	120507	120508
4	Рис отварной	170	5,5	9,2	59,4	342,4	0,0	0,0	15,3	0,3	7,2	90,6	29,9	0,6	0,0	8,9	130301	130302
5	Напиток вишневым	200	0,1	0,0	6,9	29,3	0,0	2,7	0,0	0,1	6,8	5,4	4,7	0,1	0,0	0,4	160204	160231
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,2	0,1	0,0	0,0	1,0	14,1	50,4	7,8	0,7	0,0	0,0	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,4	0,7	29,6	139,2	0,1	0,0	0,0	0,5	150,0	150,0	15,0	1,9	0,0	6,0	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>29,9</b>	<b>22,0</b>	<b>138,8</b>	<b>875,3</b>	<b>0,3</b>	<b>33,1</b>	<b>41,4</b>	<b>5,5</b>	<b>399,2</b>	<b>487,0</b>	<b>106,9</b>	<b>6,2</b>	<b>0,3</b>	<b>54,8</b>		
<b>Полдник</b>																		
1	Кекс "Столичный"	50	3,6	10,5	25,7	211,3	0,0	0,0	42,0	0,6	14,0	44,3	5,5	0,7	0,1	4,6	170601	170602
2	Творог для детского питания	50	9,0	4,5	1,5	84,5	0,0	0,3	25,0	0,1	82,0	110,0	11,5	0,2	0,1	0,0		
3	Кисломолочный напиток (см.приложение)	200	7,8	5,0	8,4	108,0	0,1	2,0	56,0	0,1	400,0	340,0	38,0	0,2	0,5	18,0	230102	230102
	<b>Итого:</b>		<b>20,4</b>	<b>20,0</b>	<b>35,6</b>	<b>403,8</b>	<b>0,2</b>	<b>2,3</b>	<b>123,0</b>	<b>0,8</b>	<b>496,0</b>	<b>494,3</b>	<b>55,0</b>	<b>1,1</b>	<b>0,7</b>	<b>22,6</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>65,6</b>	<b>60,1</b>	<b>251,9</b>	<b>1818,8</b>	<b>0,7</b>	<b>50,7</b>	<b>207,5</b>	<b>7,4</b>	<b>1337,9</b>	<b>1316,5</b>	<b>247,2</b>	<b>12,6</b>	<b>1,4</b>	<b>108,8</b>		
<b>День 9 (среда)</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
1	Макароны, запечённые с сыром	160	11,4	15,1	43,3	355,9	0,1	0,1	67,4	0,8	51,2	134,3	13,2	0,9	0,1	15,7	120213	120214
2	Икра из кабачков	100	1,2	4,7	7,7	78,0	0,1	25,1	0,0	2,3	29,0	29,7	17,0	0,8	0,1	4,3	100518	100502
3	Чай	200	0,0	0,0	6,0	23,9	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	5,8	0,0	0,0	0,0	0,0	160105	160105
4	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,2	0,1	0,0	0,0	1,0	14,1	50,4	7,8	0,7	0,0	0,0	200102	200102
	<b>Итого:</b>		<b>17,1</b>	<b>21,5</b>	<b>87,9</b>	<b>615,0</b>	<b>0,2</b>	<b>25,3</b>	<b>67,4</b>	<b>4,1</b>	<b>98,0</b>	<b>220,1</b>	<b>38,1</b>	<b>2,4</b>	<b>0,1</b>	<b>19,9</b>		

Обед																		
1	Салат из отварной моркови с сыром	80	2,7	7,2	4,7	96,1	0,0	3,5	20,8	2,4	36,8	80,9	28,7	0,6	0,1	7,0	100308	100308
2	Борщ "Сибирский" с говядиной	200	4,9	4,4	6,2	73,2	0,1	11,1	23,6	0,3	175,8	107,9	28,6	1,7	0,1	16,3	110103	110104
3	Котлеты рыбные	120	10,4	5,5	20,5	164,9	0,1	1,0	11,3	2,3	362,0	524,5	33,7	0,9	0,1	140,1	120401	120402
4	Пюре картофельное	180	3,3	13,4	22,8	225,2	0,2	15,6	41,9	0,3	73,8	116,6	39,3	1,5	0,2	19,4	130101	130102
5	Напиток из плодов сухих (изюм)	200	0,4	0,1	15,8	66,5	0,0	0,0	0,1	0,1	14,5	23,2	7,6	0,6	0,0	0,0	160242	160242
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,2	0,1	0,0	0,0	1,0	14,1	50,4	7,8	0,7	0,0	0,0	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,2	0,4	19,8	92,8	0,0	0,0	0,0	0,4	100,0	100,0	10,0	1,2	0,0	4,0	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>28,6</b>	<b>32,8</b>	<b>120,6</b>	<b>875,8</b>	<b>0,6</b>	<b>31,1</b>	<b>97,6</b>	<b>6,8</b>	<b>777,1</b>	<b>1003,5</b>	<b>155,6</b>	<b>7,1</b>	<b>0,5</b>	<b>186,7</b>		
Полдник																		
1	Огурцы свежие	120	1,0	0,1	3,0	16,8	0,0	12,0	0,0	0,1	27,6	50,4	16,8	0,7	0,0	3,6	100519	100519
2	Сок (см. приложение)	200	2,0	0,2	20,2	92,0	0,0	4,0	0,0	0,2	14,0	14,0	8,0	2,8	0,0	0,0	160223	160223
	<b>Итого:</b>		<b>3,0</b>	<b>0,3</b>	<b>23,2</b>	<b>108,8</b>	<b>0,1</b>	<b>16,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>41,6</b>	<b>64,4</b>	<b>24,8</b>	<b>3,5</b>	<b>0,1</b>	<b>3,6</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>48,7</b>	<b>54,6</b>	<b>231,7</b>	<b>1599,7</b>	<b>0,8</b>	<b>72,4</b>	<b>165,0</b>	<b>11,2</b>	<b>916,7</b>	<b>1288,0</b>	<b>218,4</b>	<b>13,1</b>	<b>0,7</b>	<b>210,3</b>		
День 10 (четверг)																		
Завтрак																		
1	Каша гречневая на молоке	200	6,7	12,4	28,8	253,8	0,1	0,9	36,6	0,2	259,8	204,0	68,3	1,8	0,2	23,6	120207	120208
2	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,2	0,1	0,0	0,0	1,0	14,1	50,4	7,8	0,7	0,0	0,0	200102	200102
3	Чай с молоком с сахаром	200	4,2	4,5	12,6	107,9	0,0	0,8	21,0	0,0	248,6	133,2	19,6	0,2	0,2	12,6	160108	160108
4	Фрукты в ассортименте (см.приложение)	90	0,7	0,2	6,8	34,2	0,1	34,2	0,0	0,2	31,5	15,3	9,9	0,1	0,0	0,0	210106	210106
	<b>Итого:</b>		<b>16,2</b>	<b>18,8</b>	<b>78,9</b>	<b>553,1</b>	<b>0,3</b>	<b>35,9</b>	<b>57,6</b>	<b>1,4</b>	<b>554,0</b>	<b>402,8</b>	<b>105,6</b>	<b>2,8</b>	<b>0,5</b>	<b>36,2</b>		
Обед																		
1	Салат из свеклы с сыром	80	2,5	9,9	5,9	123,4	0,0	6,8	16,6	3,6	39,8	63,8	17,1	1,0	0,0	8,3	100408-1	100408-1
2	Суп куриный	200	7,4	3,4	7,8	91,4	0,1	5,4	23,5	0,2	20,4	77,8	19,4	1,0	0,1	13,2	110303	110304
3	Пельмени отварные	150	14,3	22,9	30,5	318,9	0,2	0,0	22,5	0,8	23,0	95,4	15,7	1,1	0,1	7,4	120529	120529
4	Напиток витаминный	200	0,5	0,2	13,1	61,2	0,0	52,0	0,0	0,3	11,3	11,7	4,7	0,5	0,0	0,0	160238	160238
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,8	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,2	0,4	19,8	92,8	0,0	0,0	0,0	0,4	100,0	100,0	10,0	1,2	0,0	4,0	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>29,9</b>	<b>38,0</b>	<b>97,7</b>	<b>792,5</b>	<b>0,4</b>	<b>64,2</b>	<b>62,7</b>	<b>6,0</b>	<b>203,9</b>	<b>382,2</b>	<b>72,1</b>	<b>5,3</b>	<b>0,3</b>	<b>32,9</b>		
Полдник																		
1	Салат из отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата	120	2,2	8,8	16,6	154,4	0,1	12,0	0,0	3,8	23,6	64,9	26,9	1,0	0,1	11,2	100544	100544
2	Печенье	20	1,5	2,0	14,9	83,4	0,0	0,0	2,0	0,7	5,8	18,0	4,0	0,4	0,0	0,0		
3	Сок (см. приложение)	200	2,0	0,2	20,2	92,0	0,0	4,0	0,0	0,2	14,0	14,0	8,0	2,8	0,0	0,0	160223	160223
	<b>Итого:</b>		<b>5,7</b>	<b>11,0</b>	<b>51,6</b>	<b>329,8</b>	<b>0,2</b>	<b>16,0</b>	<b>2,0</b>	<b>4,7</b>	<b>43,4</b>	<b>96,9</b>	<b>38,9</b>	<b>4,2</b>	<b>0,1</b>	<b>11,2</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>51,7</b>	<b>67,8</b>	<b>228,3</b>	<b>1675,4</b>	<b>0,8</b>	<b>116,1</b>	<b>122,3</b>	<b>12,2</b>	<b>801,3</b>	<b>882,0</b>	<b>216,6</b>	<b>12,3</b>	<b>0,9</b>	<b>80,3</b>		
День 11 (пятница)																		
Завтрак																		
1	Сырники из творога с соусом ягодным	150	11,4	10,3	41,8	270,2	0,2	0,5	68,0	0,5	208,4	622,8	25,8	0,7	0,3	6,1	120313	120314
2	Чай	200	0,0	0,0	6,0	23,9	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	5,8	0,0	0,0	0,0	0,0	160105	160105
3	Фрукты в ассортименте (см.приложение)	140	0,6	0,6	13,7	65,8	0,0	14,0	0,0	0,3	22,4	15,4	12,6	3,1	0,0	2,8	210110	210110
4	Печенье	40	3,0	3,9	29,8	166,8	0,0	0,0	4,0	1,4	11,6	36,0	8,0	0,8	0,0	0,0		
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,8	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	200102
	<b>Итого:</b>		<b>18,0</b>	<b>15,9</b>	<b>111,8</b>	<b>631,5</b>	<b>0,3</b>	<b>14,5</b>	<b>72,0</b>	<b>2,9</b>	<b>255,5</b>	<b>713,6</b>	<b>51,6</b>	<b>5,1</b>	<b>0,4</b>	<b>8,9</b>		
Обед																		
1	Салат из свеклы и зеленого горошка	80	1,3	8,1	6,4	103,4	0,0	7,5	0,0	3,6	38,3	34,3	16,6	1,0	0,0	8,7	100402	100402
2	Суп с рисом и говядиной	200	2,8	1,0	8,0	52,2	0,0	3,5	12,0	0,2	13,2	67,5	17,9	0,9	0,1	12,2	110301	110302
3	Шницель рубленный куриный	100	11,9	9,0	11,5	174,6	0,1	1,4	51,9	1,3	59,7	157,1	19,2	1,4	0,1	10,9	120615	120616
4	Рагу из овощей	150	2,9	3,5	16,4	107,9	0,1	11,6	0,0	1,6	27,3	70,9	32,7	1,1	0,1	12,3	130203	130204
5	Сок (см. приложение)	200	2,0	0,2	20,2	92,0	0,0	4,0	0,0	0,2	14,0	14,0	8,0	2,8	0,0	0,0	160223	160223
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,2	0,1	0,0	0,0	1,0	14,1	50,4	7,8	0,7	0,0	0,0	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,4	0,7	29,6	139,2	0,1	0,0	0,0	0,5	150,0	150,0	15,0	1,9	0,0	6,0	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>28,7</b>	<b>24,1</b>	<b>123,0</b>	<b>826,5</b>	<b>0,4</b>	<b>28,1</b>	<b>63,9</b>	<b>8,5</b>	<b>316,7</b>	<b>544,1</b>	<b>117,2</b>	<b>9,8</b>	<b>0,4</b>	<b>50,1</b>		
Полдник																		
1	Фрукты в ассортименте (см.приложение)	180	0,7	0,5	18,5	84,6	0,0	9,0	0,0	0,7	34,2	28,8	21,6	4,1	0,1	1,8	210104	210104
2	Ирис	20	0,7	1,5	16,3	81,6	0,0	0,0	7,2	0,0	28,0	21,0	3,6	0,1	0,0	0,0		
3	Кисломолочный напиток (см.приложение)	200	11,4	6,0	15,6	158,0	0,1	2,0	56,0	0,1	400,0	340,0	38,0	0,2	0,5	18,0	230103	230103
	<b>Итого:</b>		<b>12,8</b>	<b>8,1</b>	<b>50,4</b>	<b>324,2</b>	<b>0,2</b>	<b>11,0</b>	<b>63,2</b>	<b>0,8</b>	<b>462,2</b>	<b>389,8</b>	<b>63,2</b>	<b>4,5</b>	<b>0,6</b>	<b>19,8</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>59,4</b>	<b>48,1</b>	<b>285,2</b>	<b>1782,2</b>	<b>0,9</b>	<b>53,6</b>	<b>199,1</b>	<b>12,2</b>	<b>1034,4</b>	<b>1647,5</b>	<b>232,0</b>	<b>19,4</b>	<b>1,4</b>	<b>78,7</b>		
День 12 (суббота)																		
Завтрак																		
1	Каша овсяная на молоке	200	7,5	11,5	18,1	205,7	0,1	0,3	38,6	0,4	113,4	118,2	33,3	0,8	0,1	16,2	120209	120210

2	Какао на молоке	200	6,1	6,0	16,4	145,5	0,0	1,0	25,5	0,0	302,9	180,9	40,8	1,1	0,2	15,3	160101	160101
3	Творог для детского питания	50	9,0	4,5	1,5	84,5	0,0	0,3	25,0	0,1	82,0	110,0	11,5	0,2	0,1	0,0		
4	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,2	0,1	0,0	0,0	1,0	14,1	50,4	7,8	0,7	0,0	0,0	200102	200102
	<b>Итого:</b>		<b>27,1</b>	<b>23,8</b>	<b>66,9</b>	<b>592,9</b>	<b>0,2</b>	<b>1,6</b>	<b>89,1</b>	<b>1,5</b>	<b>512,3</b>	<b>459,5</b>	<b>93,4</b>	<b>2,8</b>	<b>0,5</b>	<b>31,5</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат "Мозаика"	80	2,3	5,9	8,2	95,3	0,1	5,6	0,0	2,3	29,7	54,9	20,2	0,8	0,1	8,6	100515-1	100515-1
2	Уха Ростовская	200	4,2	3,3	12,8	97,3	0,1	12,3	26,5	0,5	105,6	175,3	26,8	1,0	0,1	47,2	110316	110317
3	Печень тушеная (говяжья) с соусом сметанным	150	17,5	10,6	9,8	205,2	0,5	56,2	9912,0	1,8	506,1	616,6	33,7	11,9	3,8	31,7	120515	120516
4	Картофель запеченный	180	3,8	10,7	27,1	219,8	0,2	18,9	32,4	0,3	31,6	112,1	43,6	1,7	0,2	18,5	130106	1301041
5	Напиток клубничный	200	0,0	0,0	5,8	23,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	160205	160232
6	Фрукты в ассортименте (см.приложение)	180	1,6	0,4	14,6	77,4	0,1	108,0	0,0	0,4	61,2	41,4	23,4	0,5	0,1	3,6	210102	210102
7	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,2	0,1	0,0	0,0	1,0	14,1	50,4	7,8	0,7	0,0	0,0	200102	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,4	0,7	29,6	139,2	0,1	0,0	0,0	0,5	150,0	150,0	15,0	1,9	0,0	6,0	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>37,3</b>	<b>33,3</b>	<b>138,7</b>	<b>1014,9</b>	<b>1,1</b>	<b>201,0</b>	<b>9970,9</b>	<b>6,8</b>	<b>898,5</b>	<b>1200,6</b>	<b>170,6</b>	<b>18,5</b>	<b>4,2</b>	<b>115,6</b>		
<b>Полдник</b>																		
1	Салат из белокочанной капусты	120	2,3	6,1	7,1	94,0	0,0	37,8	0,0	2,8	238,2	39,5	20,2	0,8	0,1	9,2	100201	100201
2	Сок (см. приложение)	200	2,0	0,2	20,2	92,0	0,0	4,0	0,0	0,2	14,0	14,0	8,0	2,8	0,0	0,0	160223	160223
	<b>Итого:</b>		<b>4,3</b>	<b>6,3</b>	<b>27,3</b>	<b>186,0</b>	<b>0,1</b>	<b>41,8</b>	<b>0,0</b>	<b>3,0</b>	<b>252,2</b>	<b>53,5</b>	<b>28,2</b>	<b>3,6</b>	<b>0,1</b>	<b>9,2</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>68,6</b>	<b>63,3</b>	<b>232,9</b>	<b>1793,8</b>	<b>1,4</b>	<b>244,4</b>	<b>10060,1</b>	<b>11,3</b>	<b>1663,1</b>	<b>1713,6</b>	<b>292,2</b>	<b>24,8</b>	<b>4,7</b>	<b>156,2</b>		
	<b>Итого за 6 дней</b>		<b>58,96</b>	<b>58,86</b>	<b>241,45</b>	<b>1722,20</b>	<b>0,90</b>	<b>100,88</b>	<b>1808,47</b>	<b>11,67</b>	<b>1071,49</b>	<b>1314,10</b>	<b>235,09</b>	<b>16,36</b>	<b>1,71</b>	<b>121,74</b>		
	<b>Итого за 12 дней</b>		<b>61,89</b>	<b>60,09</b>	<b>240,93</b>	<b>1737,13</b>	<b>1,31</b>	<b>90,14</b>	<b>993,82</b>	<b>10,89</b>	<b>1143,57</b>	<b>1390,58</b>	<b>241,16</b>	<b>14,71</b>	<b>1,49</b>	<b>144,22</b>		

Примерное 12-ти дневное меню для обучающихся 1-4 классов и 5-11 классов в общеобразовательных учреждениях города Москвы. Изменение 1. Вариант 2, **в части организации питания обучающихся 5-11 классов 1 комплекс**





6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,2	0,1	0,0	0,0	1,0	14,1	50,4	7,8	0,7	0,0	0,0	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,4	0,7	29,6	139,2	0,1	0,0	0,0	0,5	150,0	150,0	15,0	1,9	0,0	6,0	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>35,2</b>	<b>30,5</b>	<b>149,3</b>	<b>1014,6</b>	<b>0,6</b>	<b>35,5</b>	<b>61,9</b>	<b>7,9</b>	<b>546,1</b>	<b>683,6</b>	<b>229,1</b>	<b>10,9</b>	<b>0,5</b>	<b>61,0</b>		
<b>Полдник</b>																		
1	Фрукты в ассортименте (см.приложение)	180	0,7	0,5	18,5	84,6	0,0	9,0	0,0	0,7	34,2	28,8	21,6	4,1	0,1	1,8	210104	210104
2	Кисломолочный напиток (см.приложение)	200	7,8	5,0	8,4	108,0	0,1	2,0	56,0	0,1	400,0	340,0	38,0	0,2	0,5	18,0	230102	230102
	<b>Итого:</b>		<b>8,5</b>	<b>5,5</b>	<b>26,9</b>	<b>192,6</b>	<b>0,2</b>	<b>11,0</b>	<b>56,0</b>	<b>0,8</b>	<b>434,2</b>	<b>368,8</b>	<b>59,6</b>	<b>4,3</b>	<b>0,6</b>	<b>19,8</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>72,6</b>	<b>68,2</b>	<b>253,6</b>	<b>1922,8</b>	<b>1,1</b>	<b>56,6</b>	<b>153,1</b>	<b>12,5</b>	<b>1373,5</b>	<b>1625,0</b>	<b>354,9</b>	<b>22,2</b>	<b>2,1</b>	<b>139,0</b>		
<b>День 4 (четверг)</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
1	Сырники из творога с соусом ягодным	200	16,9	15,5	57,8	385,0	0,3	0,8	102,0	0,7	311,7	933,4	38,7	1,0	0,4	9,1	120313	120314
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	4,5	4,5	16,6	124,5	0,0	0,8	21,0	0,0	245,2	127,4	19,6	0,2	0,2	12,6	160104	160104
3	Фрукты в ассортименте (см.приложение)	140	0,6	0,6	13,7	65,8	0,0	14,0	0,0	0,3	22,4	15,4	12,6	3,1	0,0	2,8	210110	210110
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	200102
	<b>Итого:</b>		<b>23,5</b>	<b>21,1</b>	<b>98,4</b>	<b>627,7</b>	<b>0,4</b>	<b>15,6</b>	<b>123,0</b>	<b>1,4</b>	<b>584,0</b>	<b>1093,0</b>	<b>73,5</b>	<b>4,5</b>	<b>0,7</b>	<b>24,5</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат витаминный с растительным маслом	100	1,3	7,1	6,6	97,4	0,0	20,7	0,0	3,2	120,5	27,8	15,5	0,9	0,0	7,3	100504	100504
2	Суп гороховый на курином бульоне	250	9,7	2,7	30,8	186,3	0,2	6,0	13,8	0,8	43,2	123,0	38,9	2,2	0,1	14,7	110307	110308
3	Соус Альфредо с курицей	130	13,0	11,6	4,2	172,5	0,1	4,3	81,6	0,8	213,2	220,2	28,7	1,1	0,2	22,7	120702	120703
4	Изделия макаронные отварные	180	10,0	9,9	59,1	365,0	0,1	0,0	16,2	1,0	15,3	53,8	9,8	1,0	0,0	14,9	130401	130402
5	Напиток клубничный	200	0,0	0,0	5,8	23,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	160205	160232
6	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,4	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>36,7</b>	<b>32,1</b>	<b>126,6</b>	<b>943,5</b>	<b>0,5</b>	<b>30,9</b>	<b>111,6</b>	<b>6,2</b>	<b>447,1</b>	<b>491,7</b>	<b>100,5</b>	<b>6,1</b>	<b>0,4</b>	<b>61,6</b>		
<b>Полдник</b>																		
1	Оладьи с соусом шоколадным	155	8,8	9,4	56,3	345,2	0,1	0,5	11,6	4,1	155,6	152,4	29,3	1,4	0,2	12,9	100	10
2	Кисломолочный напиток (см.приложение)	200	10,0	6,0	15,6	158,0	0,1	2,0	56,0	0,1	400,0	340,0	38,0	0,2	0,5	18,0	230104	230104
	<b>Итого:</b>		<b>18,8</b>	<b>15,4</b>	<b>71,9</b>	<b>503,2</b>	<b>0,3</b>	<b>2,5</b>	<b>67,6</b>	<b>4,2</b>	<b>555,6</b>	<b>492,4</b>	<b>67,3</b>	<b>1,6</b>	<b>0,7</b>	<b>30,9</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>79,0</b>	<b>68,6</b>	<b>297,0</b>	<b>2074,5</b>	<b>1,1</b>	<b>49,0</b>	<b>302,2</b>	<b>11,8</b>	<b>1586,7</b>	<b>2077,1</b>	<b>241,3</b>	<b>12,2</b>	<b>1,8</b>	<b>116,9</b>		
<b>День 5 (пятница)</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
1	Каша гречневая на молоке	250	8,4	15,5	36,0	317,2	0,2	1,1	45,8	0,3	324,7	255,0	85,4	2,2	0,3	29,5	120207	120208
2	Чай с молоком с сахаром	200	4,2	4,5	12,6	107,9	0,0	0,8	21,0	0,0	248,6	133,2	19,6	0,2	0,2	12,6	160108	160108
3	Фрукты в ассортименте (см.приложение)	90	0,7	0,2	6,8	34,2	0,1	34,2	0,0	0,2	31,5	15,3	9,9	0,1	0,0	0,0	210106	210106
4	Сыр	10	2,3	3,0	0,0	36,4	0,0	0,1	26,0	0,1	22,0	54,0	3,5	0,1	0,0	0,0	100102	100102
5	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,2	0,1	0,0	0,0	1,0	14,1	50,4	7,8	0,7	0,0	0,0	200102	200102
	<b>Итого:</b>		<b>20,2</b>	<b>24,9</b>	<b>86,1</b>	<b>653,0</b>	<b>0,3</b>	<b>36,2</b>	<b>92,8</b>	<b>1,6</b>	<b>641,0</b>	<b>507,8</b>	<b>126,2</b>	<b>3,3</b>	<b>0,6</b>	<b>42,1</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат зеленый с огурцами и помидорами с растительным маслом	100	1,1	7,1	2,5	79,4	0,0	15,1	0,0	3,5	37,3	32,4	23,1	0,7	0,1	8,6	100208-1	100208-1
2	Суп-пюре куриный	250	8,8	8,6	26,7	219,8	0,1	1,2	33,4	0,7	58,3	98,4	15,3	1,0	0,1	14,7	110407-1	110408-1
3	Пельмени отварные	200	19,1	30,5	40,7	425,2	0,3	0,0	30,0	1,1	30,6	127,2	20,9	1,5	0,1	9,9	120529	120529
4	Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0,1	0,1	7,0	29,4	0,0	2,0	0,0	0,0	3,4	2,2	1,8	0,5	0,0	0,4	160209	160209
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,8	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,2	0,4	19,8	92,8	0,0	0,0	0,0	0,4	100,0	100,0	10,0	1,2	0,0	4,0	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>34,3</b>	<b>48,0</b>	<b>117,2</b>	<b>951,4</b>	<b>0,5</b>	<b>18,3</b>	<b>63,4</b>	<b>6,4</b>	<b>238,9</b>	<b>393,7</b>	<b>76,3</b>	<b>5,3</b>	<b>0,3</b>	<b>37,6</b>		
<b>Полдник</b>																		
1	Салат Нежный (с огурцом)	150	8,2	12,9	17,5	215,4	0,2	11,9	18,9	3,5	31,6	120,0	40,4	1,6	0,1	19,4	100525-1	100525-1
2	Сок (см. приложение)	200	2,0	0,2	20,2	92,0	0,0	4,0	0,0	0,2	14,0	14,0	8,0	2,8	0,0	0,0	160223	160223
	<b>Итого:</b>		<b>10,2</b>	<b>13,1</b>	<b>37,7</b>	<b>307,4</b>	<b>0,2</b>	<b>15,9</b>	<b>18,9</b>	<b>3,7</b>	<b>45,6</b>	<b>134,0</b>	<b>48,4</b>	<b>4,4</b>	<b>0,2</b>	<b>19,4</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>64,6</b>	<b>85,9</b>	<b>241,0</b>	<b>1911,7</b>	<b>1,0</b>	<b>70,4</b>	<b>175,0</b>	<b>11,7</b>	<b>925,4</b>	<b>1035,6</b>	<b>250,8</b>	<b>12,9</b>	<b>1,0</b>	<b>99,2</b>		
<b>День 6 (суббота)</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
1	Каша манная молочная	250	7,0	14,1	35,5	296,8	0,1	0,7	55,8	0,4	221,4	130,7	20,8	0,4	0,2	23,3	120205	120206
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	5,0	4,7	19,4	142,9	2,4	0,8	21,0	0,0	265,2	151,2	35,6	1,8	0,2	20,6	160103	160103
3	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,2	0,1	0,0	0,0	1,0	14,1	50,4	7,8	0,7	0,0	0,0	200102	200102
4	Творог для детского питания	50	9,0	4,5	1,5	84,5	0,0	0,3	25,0	0,1	82,0	110,0	11,5	0,2	0,1	0,0		
	<b>Итого:</b>		<b>25,5</b>	<b>25,0</b>	<b>87,2</b>	<b>681,4</b>	<b>2,6</b>	<b>1,8</b>	<b>101,8</b>	<b>1,5</b>	<b>582,8</b>	<b>442,4</b>	<b>75,7</b>	<b>3,1</b>	<b>0,5</b>	<b>43,9</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат из свеклы с сыром	100	3,1	12,4	7,4	154,3	0,0	8,4	20,8	4,5	49,7	79,7	21,3	1,3	0,1	10,4	100408-1	100408-1
2	Суп с фрикадельками	250	7,6	3,9	19,5	143,7	0,1	11,2	25,7	0,5	28,2	124,2	32,8	1,9	0,1	20,4	110311	110312





2	Ирис	20	0,7	1,5	16,3	81,6	0,0	0,0	7,2	0,0	28,0	21,0	3,6	0,1	0,0	0,0		
3	Кисломолочный напиток (см.приложение)	200	11,4	6,0	15,6	158,0	0,1	2,0	56,0	0,1	400,0	340,0	38,0	0,2	0,5	18,0	230103	230103
	<b>Итого:</b>		<b>12,8</b>	<b>8,1</b>	<b>50,4</b>	<b>324,2</b>	<b>0,2</b>	<b>11,0</b>	<b>63,2</b>	<b>0,8</b>	<b>462,2</b>	<b>389,8</b>	<b>63,2</b>	<b>4,5</b>	<b>0,6</b>	<b>19,8</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>70,9</b>	<b>58,8</b>	<b>299,0</b>	<b>1961,4</b>	<b>1,0</b>	<b>59,6</b>	<b>260,1</b>	<b>13,7</b>	<b>1180,1</b>	<b>2058,2</b>	<b>265,7</b>	<b>20,7</b>	<b>1,6</b>	<b>94,9</b>		
<b>День 12(суббота)</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
1	Каша овсяная на молоке	250	9,4	14,4	22,7	257,1	0,1	0,4	48,3	0,5	141,7	147,7	41,6	1,0	0,1	20,3	120209	120210
2	Какао на молоке	200	6,1	6,0	16,4	145,5	0,0	1,0	25,5	0,0	302,9	180,9	40,8	1,1	0,2	15,3	160101	160101
3	Фрукты в ассортименте (см.приложение)	180	1,6	0,4	14,6	77,4	0,1	108,0	0,0	0,4	61,2	41,4	23,4	0,5	0,1	3,6	210102	210102
4	Творог для детского питания	50	9,0	4,5	1,5	84,5	0,0	0,3	25,0	0,1	82,0	110,0	11,5	0,2	0,1	0,0		
5	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,2	0,1	0,0	0,0	1,0	14,1	50,4	7,8	0,7	0,0	0,0	200102	200102
	<b>Итого:</b>		<b>30,6</b>	<b>27,0</b>	<b>86,0</b>	<b>721,7</b>	<b>0,3</b>	<b>109,7</b>	<b>98,8</b>	<b>2,0</b>	<b>601,9</b>	<b>530,4</b>	<b>125,1</b>	<b>3,5</b>	<b>0,6</b>	<b>39,2</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат "Мозаика"	100	2,9	7,4	10,2	119,1	0,1	7,0	0,0	2,9	37,2	68,6	25,3	0,9	0,1	10,8	100515-1	100515-1
2	Уха Ростовская	250	5,3	4,1	16,0	121,7	0,1	15,3	33,1	0,7	132,0	219,1	33,5	1,2	0,1	59,0	110316	110317
3	Печень тушенная (говяжья) с соусом сметанным	200	25,9	14,5	13,6	288,7	0,8	84,3	14851,0	2,6	677,0	914,8	49,1	17,7	5,6	45,3	120515	120516
4	Картофель запеченный	180	3,8	10,7	27,1	219,8	0,2	18,9	32,4	0,3	31,6	112,1	43,6	1,7	0,2	18,5	130106	1301041
5	Напиток клубничный	200	0,0	0,0	5,8	23,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	160205	160232
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,2	0,1	0,0	0,0	1,0	14,1	50,4	7,8	0,7	0,0	0,0	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,2	0,4	19,8	92,8	0,0	0,0	0,0	0,4	100,0	100,0	10,0	1,2	0,0	4,0	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>44,5</b>	<b>38,9</b>	<b>123,2</b>	<b>1022,8</b>	<b>1,3</b>	<b>125,5</b>	<b>14916,5</b>	<b>7,8</b>	<b>992,0</b>	<b>1465,0</b>	<b>169,3</b>	<b>23,6</b>	<b>6,0</b>	<b>137,6</b>		
<b>Полдник</b>																		
1	Салат из белокочанной капусты	150	2,8	7,7	8,9	117,5	0,0	47,3	0,0	3,5	297,8	49,3	25,3	1,0	0,1	11,5	100201	100201
2	Сок (см. приложение)	200	2,0	0,2	20,2	92,0	0,0	4,0	0,0	0,2	14,0	14,0	8,0	2,8	0,0	0,0	160223	160223
	<b>Итого:</b>		<b>4,8</b>	<b>7,9</b>	<b>29,1</b>	<b>209,5</b>	<b>0,1</b>	<b>51,3</b>	<b>0,0</b>	<b>3,7</b>	<b>311,8</b>	<b>63,3</b>	<b>33,3</b>	<b>3,8</b>	<b>0,1</b>	<b>11,5</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>79,9</b>	<b>73,7</b>	<b>238,3</b>	<b>1954,0</b>	<b>1,7</b>	<b>286,5</b>	<b>15015,3</b>	<b>13,4</b>	<b>1905,7</b>	<b>2058,7</b>	<b>327,7</b>	<b>30,9</b>	<b>6,7</b>	<b>188,2</b>		
	<b>Итого за 6 дней</b>		<b>71,07</b>	<b>74,74</b>	<b>271,90</b>	<b>2027,36</b>	<b>1,09</b>	<b>115,71</b>	<b>2681,71</b>	<b>13,91</b>	<b>1237,25</b>	<b>1588,75</b>	<b>274,22</b>	<b>19,04</b>	<b>2,20</b>	<b>154,79</b>		
	<b>Итого за 12 дней</b>		<b>74,57</b>	<b>76,02</b>	<b>272,32</b>	<b>2047,09</b>	<b>1,49</b>	<b>96,94</b>	<b>1457,84</b>	<b>13,09</b>	<b>1360,56</b>	<b>1699,30</b>	<b>283,91</b>	<b>17,15</b>	<b>1,88</b>	<b>181,42</b>		