

Согласовано:

Директор

МОУ "Толмачевская СОШ им. Героя Советского Союза  
И.И. Прохорова"

Ю.И. Шевцова

(подпись)



Утверждаю :

Индивидуальный предприниматель Смирнов И. А.

ИНН 470206357698

ОГРН 315470200002329

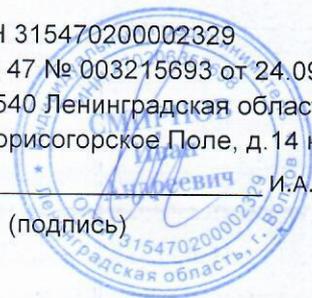
св-во 47 № 003215693 от 24.09.2015г

1874540 Ленинградская область, г Волхов,

ул. Борисогорское Поле, д. 14 кв. 64

И.А. Смирнов

(подпись)



Примерное двухнедельное цикличное меню

для организации горячего питания

обучающихся в муниципальных бюджетных

общеобразовательных учреждениях

Лужского района

Согласовано:

Утверждаю:

Директор

Директор

МОУ "Толмачевская СОШ им.Героя Советского Союза И.И. Прохорова"

ИП Смирнов И.А

Ю.И. Шевцова

И.А. Смирнов

(подпись)

(подпись)

**Меню приготавливаемых блюд.**

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20

**День 1:****Понедельник****Неделя:****Первая****Возрастная категория:****7-11 лет**

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	13.61	8.9	10.2	28.6	248.6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.50	0.0	0.0	9.7	39.8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/20	26.12	6.5	5.6	20.6	163.2
2008		ЯБЛОКО	100	15.00	0.4	0.4	9.8	45.5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>510</b>	<b>57.23</b>	<b>15.8</b>	<b>16.2</b>	<b>68.7</b>	<b>497.1</b>
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	16.00	3.0	3.2	5.9	66.3
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>200</b>	<b>16.00</b>	<b>3.00</b>	<b>3.20</b>	<b>5.90</b>	<b>66.25</b>
<b>Обед</b>								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12.00	0.5	0.1	1.0	7.1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	12.15	7.5	5.9	18.9	163.1
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОИЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	37.55	12.7	16.1	11.4	248.5
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	22.04	2.8	2.9	45.8	226.2
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4.97	0.1	0.0	14.9	61.5
2008		ХЛЕБ РЖАНОИ	20	2.06	1.3	0.2	8.5	42.0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>760</b>	<b>90.77</b>	<b>24.9</b>	<b>25.2</b>	<b>100.5</b>	<b>748.5</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>164.00</b>	<b>43.7</b>	<b>44.6</b>	<b>175.1</b>	<b>1,311.9</b>
<b>Сбалансированность:</b>				<b>0.00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	
<b>Возрастная категория:</b>				<b>12 лет и старше</b>				

<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	15.53	14.6	8.4	39.7	300.8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.50	0.0	0.0	9.7	39.8
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10	13.32	3.1	9.4	20.6	184.6
2008		ЯБЛОКО	100	15.00	0.4	0.4	9.8	45.5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>550</b>	<b>46.35</b>	<b>18.1</b>	<b>18.2</b>	<b>79.8</b>	<b>570.7</b>
<b>Обед</b>								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	20.00	1.4	0.2	8.3	41.6
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	12.15	7.5	5.9	18.9	163.1
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОИЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	37.55	12.7	16.1	11.4	248.5
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	24.92	4.1	4.2	55.7	284.2
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4.97	0.1	0.0	14.9	61.5
2008		ХЛЕБ РЖАНОИ	20	2.06	1.3	0.2	8.5	42.0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>830</b>	<b>101.65</b>	<b>27.1</b>	<b>26.6</b>	<b>117.7</b>	<b>841.1</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>148.00</b>	<b>45.2</b>	<b>44.8</b>	<b>197.5</b>	<b>1,411.7</b>
<b>Сбалансированность:</b>				<b>0.00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	

Согласовано:

Утверждаю:

Директор

Директор

МОУ "Толмачевская СОШ им.Героя Советского Союза И.И. Прохорова"

ИП Смирнов И.А

Ю.И. Шевцова

И.А. Смирнов

(подпись)

(подпись)

**Меню приготавливаемых блюд.**

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20

**День 2:****Вторник****Неделя:****Первая****Возрастная категория:****7-11 лет**

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	13.72	11.7	6.1	29.7	226.5
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	4.86	0.0	0.0	9.8	40.2
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10	13.32	3.1	9.4	20.6	184.6
2008		МАНДАРИН	100	28.97	0.8	0.2	7.5	35.9
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>500</b>	<b>60.87</b>	<b>15.6</b>	<b>15.7</b>	<b>67.6</b>	<b>487.1</b>
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	16.00	3.0	3.2	5.9	66.3
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>200</b>	<b>16.00</b>	<b>3.00</b>	<b>3.20</b>	<b>5.90</b>	<b>66.25</b>

Обед									
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ"	60		9.05	0.8	3.1	4.8	51.8
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250		13.09	4.8	4.9	26.8	175.1
2011	284	ФРИКАСЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	100		46.50	13.6	11.2	15.9	225.1
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		11.25	3.6	4.7	32.7	192.5
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180		5.18	0.1	0.1	16.7	69.8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		2.06	1.3	0.2	8.5	42.0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>760</b>		<b>87.13</b>	<b>24.2</b>	<b>24.2</b>	<b>105.4</b>	<b>756.4</b>
<b>Всего за день:</b>					<b>164.00</b>	<b>42.8</b>	<b>43.1</b>	<b>178.9</b>	<b>1,309.8</b>
<b>Сбалансированность:</b>					<b>0.00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	
<b>Возрастная категория:</b>					<b>12 лет и старше</b>				

Завтрак									
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ	200		20.19	15.2	8.7	36.7	293.7
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200		4.86	0.0	0.0	9.8	40.2
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10		13.32	3.1	9.4	20.6	184.6
2008		ЯБЛОКО	100		15.00	0.4	0.4	9.8	45.5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>550</b>		<b>53.37</b>	<b>18.7</b>	<b>18.5</b>	<b>76.9</b>	<b>564.0</b>

Обед									
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ"	100		14.30	1.4	5.2	8.0	86.9
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250		13.09	4.8	4.9	26.8	175.1
2011	284	ФРИКАСЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	100		46.50	13.6	11.2	15.9	225.1
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180		13.50	5.9	6.3	42.1	255.4
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180		5.18	0.1	0.1	16.7	69.8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		2.06	1.3	0.2	8.5	42.0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>830</b>		<b>94.63</b>	<b>27.1</b>	<b>27.9</b>	<b>118.0</b>	<b>854.4</b>
<b>Всего за день:</b>					<b>148.00</b>	<b>45.8</b>	<b>46.4</b>	<b>194.9</b>	<b>1,418.4</b>
<b>Сбалансированность:</b>					<b>0.00</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	

Согласовано:

Директор

МОУ "Толмачевская СОШ им.Героя Советского Союза И.И. Прохорова" ИП Смирнов И.А

Ю.И. Шевцова

Утверждаю :

Директор

И.А. Смирнов

(подпись)

(подпись)

### Меню приготавливаемых блюд.

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_

**День 3:**  
**Неделя:**  
**Возрастная категория:**

**Среда**  
**Первая**  
**7-11 лет**

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2011	206	МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	160	20.30	11.7	15.4	35.9	338.4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.50	0.0	0.0	9.7	39.8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2.06	1.3	0.2	8.5	42.0
2008		МАНДАРИН	120	35.58	2.0	0.3	15.0	72.0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>500</b>	<b>60.44</b>	<b>15.0</b>	<b>15.9</b>	<b>69.1</b>	<b>492.2</b>

<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	16.00	3.0	3.2	5.9	66.3
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>200</b>	<b>16.00</b>	<b>3.00</b>	<b>3.20</b>	<b>5.90</b>	<b>66.25</b>

Обед									
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60		8.51	1.0	1.9	3.7	36.9
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250		18.48	10.2	15.2	36.4	332.4
2012	261	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130		34.62	10.1	4.7	25.3	188.9
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		21.39	2.9	2.9	21.0	125.0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200		2.50	0.0	0.0	9.7	39.8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		2.06	1.3	0.2	8.5	42.0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>810</b>		<b>87.56</b>	<b>25.5</b>	<b>24.9</b>	<b>104.6</b>	<b>765.0</b>
<b>Всего за день:</b>					<b>164.00</b>	<b>43.5</b>	<b>43.9</b>	<b>179.6</b>	<b>1323.4</b>
<b>Сбалансированность:</b>					<b>0.00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	
<b>Возрастная категория:</b>					<b>12 лет и старше</b>				

Завтрак									
2011	206	МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	180		25.80	16.6	17.8	35.8	380.4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200		2.50	0.0	0.0	9.7	39.8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		2.06	1.3	0.2	8.5	42.0
2008		ЯБЛОКО	150		24.94	0.6	0.6	14.7	68.3
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>550</b>		<b>55.30</b>	<b>18.5</b>	<b>18.6</b>	<b>68.7</b>	<b>530.5</b>

Обед									
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80		11.23	1.5	1.9	3.7	39.0
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250		16.63	8.2	15.2	36.4	324.2

2012	261	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	34.62	10.1	4.7	25.3	188.9
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	25.66	5.9	6.1	34.7	223.2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.50	0.0	0.0	9.7	39.8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2.06	1.3	0.2	8.5	42.0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>860</b>	<b>92.70</b>	<b>27.0</b>	<b>28.1</b>	<b>118.3</b>	<b>857.1</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>148.00</b>	<b>45.5</b>	<b>46.7</b>	<b>187.0</b>	<b>1387.6</b>
<b>Сбалансированность:</b>				0.00	1	1	4	

Согласовано:

Утверждаю:

Директор

Директор

МОУ "Толмачевская СОШ им.Героя Советского Союза И.И. Прохорова" ИП Смирнов И.А

Ю.И. Шевцова

И.А. Смирнов

(подпись)

(подпись)

**Меню приготавливаемых блюд.**

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20

**День 4:****Четверг****Неделя:****Первая****Возрастная категория:****7-11 лет**

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>ЗАВТРАК</b>								
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	17.88	11.7	6.1	22.4	196.5
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	4.86	0.0	0.0	9.8	40.2
2008		БАТОН	30	4.47	1.6	8.8	10.4	131.0
2008		БАНАН	150	36.00	2.3	0.8	31.5	146.0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>530</b>	<b>63.21</b>	<b>15.6</b>	<b>15.7</b>	<b>74.1</b>	<b>513.8</b>
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	16.00	3.0	3.2	5.9	66.3
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>200</b>	<b>16.00</b>	<b>3.00</b>	<b>3.20</b>	<b>5.90</b>	<b>66.25</b>

**Обед**

2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12.00	0.5	0.1	1.0	7.1
2011	83	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250	20.97	2.3	6.5	25.0	172.4
2011	255	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	36.47	12.7	13.2	13.6	230.6
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8.32	8.4	4.2	38.2	230.1
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4.97	0.1	0.0	14.9	61.5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2.06	1.3	0.2	8.5	42.0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>760</b>	<b>84.79</b>	<b>25.3</b>	<b>24.2</b>	<b>101.2</b>	<b>743.7</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>164.00</b>	<b>43.9</b>	<b>43.1</b>	<b>181.2</b>	<b>1,323.7</b>
<b>Сбалансированность:</b>				0.00	1	1	4	
<b>Возрастная категория:</b>			<b>12 лет и старше</b>					

**Завтрак**

2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	18.64	16.1	8.7	40.3	312.2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	4.86	0.0	0.0	9.8	40.2
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20\10	10.16	1.6	8.8	10.4	131.0
2008		ЯБЛОКО	130	19.50	0.5	0.5	12.7	58.8
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>560</b>	<b>53.16</b>	<b>18.2</b>	<b>18.0</b>	<b>73.2</b>	<b>542.1</b>

**Обед**

2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	20.00	1.4	0.2	8.3	41.6
2011	83	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250	20.97	2.3	6.5	25.0	172.4
2011	255	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	36.47	12.7	13.2	13.6	230.6
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	9.98	9.9	7.6	48.6	310.5
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	5.36	0.1	0.0	16.6	68.6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2.06	1.3	0.2	8.5	42.0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>850</b>	<b>94.84</b>	<b>27.7</b>	<b>27.7</b>	<b>120.6</b>	<b>865.8</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>148.00</b>	<b>45.9</b>	<b>45.7</b>	<b>193.8</b>	<b>1,407.9</b>
<b>Сбалансированность:</b>				0.00	1	1	4	

Согласовано:

Утверждаю:

Директор

Директор

МОУ "Толмачевская СОШ им.Героя Советского Союза И.И. Прохорова" ИП Смирнов И.А

Ю.И. Шевцова

И.А. Смирнов

(подпись)

(подпись)

**Меню приготавливаемых блюд.**

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20

**День 5:****Пятница****Неделя:****Первая****Возрастная категория:****7-11 лет**

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>ЗАВТРАК</b>								

2011	401	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/35	25.61	15.1	15.3	45.3	389.9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.50	0.0	0.0	9.7	39.8
2008		ЯБЛОКО	150	22.50	0.6	0.6	14.7	68.3
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>535</b>	<b>50.61</b>	<b>15.7</b>	<b>15.9</b>	<b>69.7</b>	<b>498.0</b>
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	16.00	3.0	3.2	5.9	66.3
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>200</b>	<b>16.00</b>	<b>3.00</b>	<b>3.20</b>	<b>5.90</b>	<b>66.25</b>
<b>Обед</b>								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	8.51	1.0	1.9	3.7	36.9
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И СМЕТАНОЙ	250	26.22	5.5	6.1	25.6	184.2
2008	272	КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ	100	46.76	11.2	13.2	14.9	229.8
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	8.66	5.4	4.8	34.4	207.8
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	5.18	0.1	0.1	16.7	69.8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2.06	1.3	0.2	8.5	42.0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>760</b>	<b>97.4</b>	<b>24.5</b>	<b>26.3</b>	<b>103.8</b>	<b>770.6</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>164.00</b>	<b>43.2</b>	<b>45.4</b>	<b>179.4</b>	<b>1,334.9</b>
<b>Сбалансированность:</b>				<b>0.00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	
<b>Возрастная категория:</b>			<b>12 лет и старше</b>					

<b>Завтрак</b>								
2011	401	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ	180/30	19.41	19.3	19.6	55.8	490.2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.50	0.0	0.0	9.7	39.8
2008		ЯБЛОКО	140	21.00	0.6	0.6	14.7	68.3
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>550</b>	<b>42.91</b>	<b>19.9</b>	<b>20.2</b>	<b>80.2</b>	<b>598.3</b>
<b>Обед</b>								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	14.17	1.5	1.9	3.7	39.0
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И СМЕТАНОЙ	250	26.22	5.5	6.1	25.6	184.2
2008	272	КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ	100	46.76	11.2	13.2	14.9	229.8
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	7.72	8.2	5.3	41.2	251.8
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	5.18	0.1	0.1	16.7	69.8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	5.04	1.3	0.2	8.5	42.0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>855</b>	<b>105.09</b>	<b>27.8</b>	<b>26.8</b>	<b>110.6</b>	<b>816.7</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>148.00</b>	<b>47.7</b>	<b>47.0</b>	<b>190.8</b>	<b>1,415.0</b>
<b>Сбалансированность:</b>				<b>0.00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	

Согласовано:

Директор  
МОУ "Толмачевская СОШ им.Героя Советского Союза И.И. Прохорова"  
Ю.И. Шевцова

Утверждаю :

Директор  
ИП Смирнов И.А  
И.А. Смирнов

(подпись)

(подпись)

### Меню приготавливаемых блюд.

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_

**День 6: Понедельник**  
**Неделя: Вторая**  
**Возрастная категория: 7-11 лет**

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>ЗАВТРАК</b>								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	12.99	8.4	9.8	27.1	236.7
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	4.86	0.0	0.0	9.8	40.2
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/20	26.12	6.5	5.6	20.6	163.2
2008		ЯБЛОКО	130	19.50	0.5	0.5	12.7	58.8
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>545</b>	<b>63.47</b>	<b>15.4</b>	<b>15.9</b>	<b>70.2</b>	<b>498.8</b>
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	16.00	3.0	3.2	5.9	66.3
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>200</b>	<b>16.00</b>	<b>3.00</b>	<b>3.20</b>	<b>5.90</b>	<b>66.25</b>
<b>Обед</b>								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12.00	0.5	0.1	1.0	7.1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(ФАСОЛЬ)	250	16.75	4.3	6.2	38.7	234.0
2011	287	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРОИ И РИСОМ И СМЕТАНОЙ	200	48.75	19.8	20.9	45.1	460.5
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4.97	0.1	0.0	14.9	61.5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2.06	1.3	0.2	8.5	42.0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>710</b>	<b>84.53</b>	<b>26.0</b>	<b>27.4</b>	<b>108.2</b>	<b>805.0</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>164.00</b>	<b>44.4</b>	<b>46.5</b>	<b>184.3</b>	<b>1370.1</b>
<b>Сбалансированность:</b>				<b>0.00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	
<b>Возрастная категория:</b>			<b>12 лет и старше</b>					
<b>Завтрак</b>								

2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	18.14	11.4	12.6	36.7	314.4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.50	0.0	0.0	9.7	39.8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35/15	19.94	6.5	5.6	20.6	163.2
2008		ЯБЛОКО	100	15.00	0.4	0.4	9.8	45.5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>550</b>	<b>55.58</b>	<b>18.3</b>	<b>18.6</b>	<b>76.8</b>	<b>562.9</b>
<b>Обед</b>								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	20.00	1.4	0.2	8.3	41.6
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(ФАСОЛЬ)	250	16.75	4.3	6.2	38.7	234.0
2011	287	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРОИ И РИСОМ, СОУСОМ СМЕТАННЫМ	200	48.75	19.8	20.9	45.1	460.5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.50	0.0	0.0	9.7	39.8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4.42	2.4	0.5	21.3	101.4
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>800</b>	<b>92.42</b>	<b>27.9</b>	<b>27.8</b>	<b>123.1</b>	<b>877.2</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>148.00</b>	<b>46.2</b>	<b>46.4</b>	<b>199.9</b>	<b>1,440.1</b>
<b>Сбалансированность:</b>				0.00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

МОУ "Толмачевская СОШ им.Героя Советского Союза И.И. Прохорова" Ю.И. Шевцова

(подпись)

Утверждаю :

Директор

ИП Смирнов И.А

И.А. Смирнов

(подпись)

### Меню приготавливаемых блюд.

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_

День 7:

Неделя:2

Возрастная категория:

Вторник

Вторая

7-11 лет

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>ЗАВТРАК</b>								
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	14.52	12.6	6.5	25.4	216.3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	4.86	0.0	0.0	9.8	40.2
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10	13.32	3.1	9.4	20.6	184.6
2008		ЯБЛОКО	130	19.50	0.5	0.5	12.7	58.8
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>530</b>	<b>52.20</b>	<b>16.2</b>	<b>16.4</b>	<b>68.5</b>	<b>499.8</b>
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	16.00	3.0	3.2	5.9	66.3
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>200</b>	<b>16.00</b>	<b>3.00</b>	<b>3.20</b>	<b>5.90</b>	<b>66.25</b>
<b>Обед</b>								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	8.51	1.0	1.9	3.7	36.9
2011	94	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250	18.78	7.7	6.9	35.1	239.7
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	39.88	10.6	11.9	16.3	221.0
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	21.39	2.9	2.9	21.0	125.0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	5.18	0.1	0.1	16.7	69.8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2.06	1.3	0.2	8.5	42.0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>760</b>	<b>95.80</b>	<b>23.6</b>	<b>23.9</b>	<b>101.3</b>	<b>734.4</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>164.00</b>	<b>42.8</b>	<b>43.5</b>	<b>175.7</b>	<b>1300.4</b>
<b>Сбалансированность:</b>				0.00	1	1	4	

Возрастная категория:

12 лет и старше

<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	14.75	16.9	18.2	44.1	419.4
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	4.86	0.0	0.0	9.8	40.2
2008		БАТОН	20	3.16	1.5	0.6	10.3	54.0
2008		ЯБЛОКО	130	19.50	0.6	0.6	14.7	68.3
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>550</b>	<b>42.27</b>	<b>19.0</b>	<b>19.4</b>	<b>78.9</b>	<b>581.8</b>
<b>Обед</b>								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	14.17	1.5	1.9	3.7	39.0
2011	94	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250	18.78	7.7	6.9	35.1	239.7
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	39.88	10.6	11.9	16.3	221.0
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	25.66	5.9	6.1	34.7	223.2
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	5.18	0.1	0.1	16.7	69.8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2.06	1.3	0.2	8.5	42.0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>830</b>	<b>105.73</b>	<b>27.1</b>	<b>27.1</b>	<b>115.0</b>	<b>834.6</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>148.00</b>	<b>46.1</b>	<b>46.5</b>	<b>193.9</b>	<b>1,416.5</b>
<b>Сбалансированность:</b>				0.00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

МОУ "Толмачевская СОШ им.Героя Советского Союза И.И. Прохорова" Ю.И. Шевцова

Утверждаю :

Директор

ИП Смирнов И.А

И.А. Смирнов

(подпись)

(подпись)

**Меню приготавливаемых блюд.**

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20

**День 8:****Среда****Неделя:****Вторая****Возрастная категория:****7-11 лет**

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>ЗАВТРАК</b>								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	150/20	48.43	15.8	16.2	43.1	392.2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.50	0.0	0.0	9.7	39.8
2008		ЯБЛОКО	150	22.50	0.6	0.6	14.7	68.3
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>520</b>	<b>73.43</b>	<b>16.4</b>	<b>16.8</b>	<b>67.5</b>	<b>500.2</b>
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	16.00	3.0	3.2	5.9	66.3
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>200</b>	<b>16.00</b>	<b>3.00</b>	<b>3.20</b>	<b>5.90</b>	<b>66.25</b>
<b>Обед</b>								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ"	60	9.05	0.8	3.1	4.8	51.8
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250		2.0	3.4	20.6	124.3
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	90	29.78	14.6	13.6	29.9	308.9
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	8.66	5.4	4.8	34.4	207.8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.50	0.0	0.0	9.7	39.8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2.06	1.3	0.2	8.5	42.0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>770</b>	<b>74.57</b>	<b>24.1</b>	<b>25.1</b>	<b>107.9</b>	<b>774.6</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>164.00</b>	<b>43.5</b>	<b>45.1</b>	<b>181.3</b>	<b>1,341.1</b>
<b>Сбалансированность:</b>				<b>0.00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	
<b>Возрастная категория:</b>				<b>12 лет и старше</b>				

<b>Завтрак</b>								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	180	40.70	18.7	19.1	64.1	517.1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.50	0.0	0.0	9.7	39.8
2008		ЯБЛОКО	170	25.92	0.8	0.8	19.6	91.1
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>550</b>	<b>69.12</b>	<b>19.5</b>	<b>19.9</b>	<b>93.4</b>	<b>648.0</b>
<b>Обед</b>								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ"	100	14.30	1.4	5.2	8.0	86.9
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250		2.0	3.4	20.6	124.3
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	90		14.6	13.6	29.9	308.9
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	7.72	8.2	5.3	41.2	251.8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.50	0.0	0.0	9.7	39.8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2.06	1.3	0.2	8.5	42.0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>840</b>		<b>27.5</b>	<b>27.7</b>	<b>117.9</b>	<b>853.8</b>
<b>Всего за день:</b>					<b>47.0</b>	<b>47.6</b>	<b>211.3</b>	<b>1,501.7</b>
<b>Сбалансированность:</b>				<b>0.00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	

Согласовано:

Утверждаю:

Директор

Директор

МОУ "Толмачевская СОШ им.Героя Советского Союза И.И. Прохорова" ИП Смирнов И.А

Ю.И. Шевцова

И.А. Смирнов

(подпись)

(подпись)

**Меню приготавливаемых блюд.**

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20

**День 9:****Четверг****Неделя:****Вторая****Возрастная категория:****7-11 лет**

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>ЗАВТРАК</b>								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	12.30	12.5	6.4	32.3	243.2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.50	0.0	0.0	9.7	39.8
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10	13.32	3.1	9.4	20.6	184.6
2008		ЯБЛОКО	100	15.00	0.4	0.4	9.8	45.5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>505</b>	<b>43.12</b>	<b>16.0</b>	<b>16.2</b>	<b>72.4</b>	<b>513.1</b>
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	16.00	3.0	3.2	5.9	66.3
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>200</b>	<b>16.00</b>	<b>3.00</b>	<b>3.20</b>	<b>5.90</b>	<b>66.25</b>
<b>Обед</b>								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12.00	0.5	0.1	1.0	7.1
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250	16.46	5.1	9.4	28.1	223.5
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	67.12	18.1	16.3	52.9	442.7
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	5.18	0.1	0.1	16.7	69.8

2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4.12	2.6	0.4	17.0	84.1
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>730</b>	<b>104.88</b>	<b>26.4</b>	<b>26.3</b>	<b>115.7</b>	<b>827.2</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>164.00</b>	<b>45.4</b>	<b>45.7</b>	<b>194.0</b>	<b>1,406.6</b>
<b>Сбалансированность:</b>				"###0.00"	1	1	4	
<b>Возрастная категория:</b>			<b>12 лет и старше</b>					

<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	14.28	15.8	17.7	42.6	404.1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.50	0.0	0.0	9.7	39.8
2008		БАТОН	40	6.32	3.0	1.2	20.6	107.4
2008		ЯБЛОКО	110	16.50	0.5	0.5	12.7	58.8
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>550</b>	<b>39.60</b>	<b>19.3</b>	<b>19.4</b>	<b>85.6</b>	<b>610.0</b>

<b>Обед</b>								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	20.00	1.4	0.2	8.3	41.6
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250	16.46	5.1	9.4	28.1	223.5
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	67.12	18.1	16.3	52.9	442.7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.50	0.0	0.0	9.7	39.8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2.32	3.3	0.4	21.2	104.6
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>800</b>	<b>108.40</b>	<b>27.9</b>	<b>26.3</b>	<b>120.2</b>	<b>852.2</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>148.00</b>	<b>47.2</b>	<b>45.7</b>	<b>205.8</b>	<b>1,462.2</b>
<b>Сбалансированность:</b>				0.00	1	1	4	

Согласовано: \_\_\_\_\_ Утверждаю: \_\_\_\_\_  
 Директор Директор  
 МОУ "Толмачевская СОШ им.Героя Советского Союза И.И. Прохорова" ИП Смирнов И.А  
 \_\_\_\_\_ Ю.И. Шевцова \_\_\_\_\_ И.А. Смирнов  
 (подпись) (подпись)

**Меню приготавливаемых блюд.**

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_

**День 10:** Пятница  
**Неделя:** Вторая  
**Возрастная категория:** 7-11 лет

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>ЗАВТРАК</b>								
2008	210	МАКАРОНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	150	21.84	11.4	14.3	26.8	289.6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.50	0.0	0.0	9.7	39.8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	5.15	3.3	0.4	21.2	104.6
2008		МАНДАРИН	115	30.69	0.9	0.2	8.6	41.3
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>515</b>	<b>60.18</b>	<b>15.6</b>	<b>15.0</b>	<b>66.3</b>	<b>475.2</b>
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	16.00	3.0	3.2	5.9	66.3
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>200</b>	<b>16.00</b>	<b>3.00</b>	<b>3.20</b>	<b>5.90</b>	<b>66.25</b>
<b>Обед</b>								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	8.51	1.0	1.9	3.7	36.9
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	16.74	4.8	6.7	34.6	223.9
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	49.69	8.6	11.4	7.3	171.2
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	8.32	8.4	4.2	38.2	230.1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.50	0.0	0.0	9.7	39.8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2.06	1.3	0.2	8.5	42.0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>780</b>	<b>87.82</b>	<b>24.1</b>	<b>24.4</b>	<b>102.0</b>	<b>743.9</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>164.00</b>	<b>42.7</b>	<b>42.6</b>	<b>174.2</b>	<b>1,285.4</b>
<b>Сбалансированность:</b>				0.00	1	1	4	
<b>Возрастная категория:</b>			<b>12 лет и старше</b>					

<b>Завтрак</b>								
2008	210	МАКАРОНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	200	28.18	15.7	18.5	34.6	378.3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.50	0.0	0.0	9.7	39.8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	5.15	3.3	0.4	21.2	104.6
2008		ЯБЛОКО	100	15.00	0.4	0.4	9.8	45.5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>550</b>	<b>50.83</b>	<b>19.4</b>	<b>19.3</b>	<b>75.3</b>	<b>568.2</b>

<b>Обед</b>								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	14.17	1.5	1.9	3.7	39.0
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	16.74	4.8	6.7	34.6	223.9
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	49.69	8.6	11.4	7.3	171.2
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	9.98	9.9	7.6	48.6	310.5

2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.50	0.0	0.0	9.7	39.8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4.09	2.6	0.4	17.0	84.1
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>870</b>	<b>97.17</b>	<b>27.4</b>	<b>28.0</b>	<b>120.9</b>	<b>868.4</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>148.00</b>	<b>46.8</b>	<b>47.3</b>	<b>196.2</b>	<b>1,436.6</b>
<b>Сбалансированность:</b>				0.00	1	1	4	