

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 2



А. Лукина  
СОШ № 2

Утверждаю:

ИП

Н.В. Яркова



Примерное пятнадцатидневное цикличное меню для школьного  
Лагера с дневным пребыванием  
С 12 лет  
на базе МАОУ СОШ № 2

г. Тобольск 2023г.



Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека  
Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии  
в Тюменской области» в городе Тобольске, Тобольском, Вагайском, Уватском, Яркоковском  
районах

(Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области» в городе Тобольске,  
Тобольском, Вагайском, Уватском, Яркоковском районах)  
626150, Тюменская обл., г.Тобольск ул.Семена Ремезова, д.49В, строение 1  
Тел/факс, (3456)25-00-41, (3456)24-65-18, E-mail: tobolsk@fguz-tyumen.ru  
ОКПО 76835718 ОГРН 1057200617759 ИНН/КПП 7203158959/720301001

УТВЕРЖДАЮ:

Главный врач филиала

ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в  
Тюменской области» в городе Тобольске,  
Тобольском, Вагайском, Уватском,  
Яркоковском районах



М.П.

Е.В. Горин

«17» апреля 2023 г.

### Экспертное заключение № 13

1. Наименование услуги: экспертиза примерного пятнадцатидневного циклического меню для пришкольного лагеря с дневным пребыванием детей: с 12 лет и старше (приемы пищи: завтрак, обед, полдник).

2. Заявитель: Индивидуальный предприниматель Яркова Наталья Владимировна; юридический адрес: Тюменская область, город Тюмень, 8 микрорайон, дом 8-А, кв. 49; ИНН 720601969592, ОГРНИП 313723223900018.

3. Получатель: Индивидуальный предприниматель Яркова Наталья Владимировна; юридический адрес: Тюменская область, город Тюмень, 8 микрорайон, дом 8-А, кв. 49; ИНН 720601969592, ОГРНИП 313723223900018.

4. Нормативные документы, используемые экспертами при проведении экспертизы: СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (далее СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

5. Санитарно-эпидемиологической экспертизой установлено: ..

На основании заявки № 000142348 от 28.03.2023 г. рассмотрено представленное примерное пятнадцатидневное циклическое меню для пришкольного лагеря с дневным пребыванием детей: с 12 лет и старше (включает приемы пищи: завтрак, обед, полдник).

Меню разработано на основании:

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

При составлении меню использованы:

• Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть — М.: Хлебпродинформ, 1996г.

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г.

- Сборник технических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации - Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера», 2013 г.

- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, I часть, II часть - Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011г.

Представлены: аннотация к меню, содержащая ссылки на используемую литературу, нормативные документы, пояснения к меню; накопительная ведомость; таблица распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи, таблица суммарных объемов блюд по приемам пищи; таблица расхода соли и специй при приготовлении блюд и изделий; таблица замены пищевой продукции в граммах (нетто) с учетом их пищевой ценности.

Для обеспечения здоровым питанием составлено примерное меню на 15 дней (с учетом режима организации) для питания детей в организациях, осуществляющих деятельность по отдыху и оздоровлению, для использования в смены из 15-ти дней, возрастной группы детей с 12 лет и старше в соответствии с рекомендуемой формой составления примерного меню (приложение N 8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

Примерное меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности (содержание белков, жиров и углеводов в каждом блюде). Приводятся ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий, в соответствии со сборниками рецептов.

Меню включает завтрак, обед, полдник. На долю завтрака приходится 25% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии, на долю обеда 35%, полдника 15%, что соответствует п. 8.1.2 (приложение N 7, таблица 2, приложение N 10 таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20) СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Примерное меню разработано с учетом физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастной группы с 12 лет и старше (приложение N 7, таблица 2, приложение N 10, таблица 1, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20). В течение дня допускается отступление от норм калорийности рациона питания в пределах +/- 5%, средний процент пищевой ценности за неделю соответствует норме (приложение N 10, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует требованиям пп. 8.1.2. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Суммарный объем готовых блюд для указанных возрастов (с 12 лет и старше) соответствует приложению N 9 таблице 3, п. 8.1.2. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Масса порций готовых блюд для указанных возрастов (с 12 лет и старше) соответствует приложению N 9 таблице 1 п. 8.1.2. СанПиН 2.3/2.4.3590-20

«Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Количество приемов пищи в представленном пятнадцатидневном циклическом меню (завтрак, обед, полдник) соответствует обязательному количеству, указанному в приложении N 12 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами в меню используется: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов. В целях профилактики йододефицитных состояний у детей используется соль поваренная пищевая йодированная при приготовлении блюд и кулинарных изделий, что соответствует требованиям п. 8.1.6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

В примерном меню отсутствуют блюда и кулинарные изделия, которые могут послужить причиной возникновения и распространения инфекционных и массовых неинфекционных заболеваний (отравлений), указанные в приложении N 6 (СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует п. 8.1.9. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

#### ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

Представленное примерное пятнадцатидневное циклическое меню для пришкольного лагеря с дневным пребыванием детей: с 12 лет и старше (приемы пищи: завтрак, обед, полдник) соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Врач по общей гигиене



Д.Р. Бариева

## Аннотация

Меню приготовляемых блюд для питания в детских общеобразовательных организациях для пришкольного лагеря с дневным пребыванием детей с 12 лет и старше, разработано в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (далее-СанПиН 2.3/2.4.3590-20), раздел V ||| «Особенности организации общественного питания детей».

Возрастная категория детей: с 12 лет и старше

В соответствии с Приложение 10, Таблица 3 «Распределение в процентном отношении потребление пищевых веществ и энергии по приемам пищи в зависимости от времени пребывания в организации» СанПиН 2.3/2.4.3590-20, предусмотрены следующие приемы пищи- завтрак, обед, полдник.

Суточная потребность 2350 ккал в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Приложение 10 Таблица 1 «потребность в пищевых веществах, энергии, витаминных и минеральных веществах (суточная)

Соблюдено требование п.8.1.2.3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20, «допускается в течении дня отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи а предела +/- 5% при условии, что средний % пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам, приведенным в таблице №3 Приложения 10 к настоящим правилам, по каждому приему пищи».

Выведено соответствие по содержанию пищевых веществ как и отдельно, по приемам пищи-завтрак, обед и полдник, так и в совокупности завтрак, обед, полдник.

Масса порций для детей в меню соответствует требованиям Приложения № 9, Таблица 1 «Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах)»

Суммарные объемы блюд по приемам пищи соответствуют требованиям Приложения № 9, Таблица 3 «Суммарные объемы блюда по приемам пищи (в граммах не менее)»

Нормы питания в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», Приложение № 7, Таблица 2 «Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания детей с 7 до 18 лет (в нетто г.,мл. на 1 ребенка в сутки)»

В меню предусмотрены потребление полного продуктового набора за завтраки, обеды, полдники – молочные продукты, мясо, рыба, творог, крупы, овощи, картофель, фрукты, соки, кондитерские изделия и т.д..

Меню содержит обязательные вложения- титульный лист, аннотацию, накопительную ведомость, таблицу распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи, таблицу суммарных объемов блюд по приемам пищи (в граммах-не менее).

Форма меню в соответствии с требованиями п. 8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20, Приложение №8 (рекомендуемый образец)

Сеню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической ценности.

Технологическая документация разработана на основании нормативных сборников рецептов:

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 1 часть—М.: Хлебпродинформ, 1996г. (№рец,-1996)

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах ---М: Хлебпродинформ, 2004г. (№рец.-2004)

- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации- Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. Акад. Вагнера», 2013г.

- Сборник технологических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, 1 часть, 2 часть-Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области»,2011г.

Меню укомплектовано технологическими документами (технологическими картами) в соответствии с п.2.8. СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Приготовление блюд должен соблюдаться принцип «щадящего питания»; для тепловой обработки применяется варка, запекание, припускание, тушение, приготовление на пару, приготовление в конвектомате. Указана температура подача блюд и срок реализации.

Для овощей приняты нормы отходов в соответствии с Приложением № 24 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1996г. Необходимо строго следить за пересчетом процента отходов для расчета сырья по овощам, в соответствии нормативным таблицам. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий 1996г.

В целях профилактики гиповитаминозов в соответствии с п. 8.1.6 СанПиН 2.3/2.4.23590-20 для обогащения рациона питания детей микронутриентами использованы: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов, витаминизированные напитки. В целях профилактики йододефицитных состояний у детей должна использоваться соль поваренная пищевая йодированная при приготовлении блюд и кулинарных изделий. Соль в меню включена в состав рецептур блюд (каши, выпечные изделия), в другие блюда закладка соли осуществляется с учетом приготовления качественных по органолептическим показателям в меру соленых блюд.

Для предотвращения размножения патогенных микроорганизмов готовые блюда должны быть реализованы не позднее 2-х часов с момента изготовления, п.8.1.2.8 СанПиН 2.3/2.4. 3590-20

Следует учитывать, что выход фруктов, кондитерских изделий дан в меню ориентировочно. При формировании ежедневного меню необходимо определять фактический выход фруктов и кондитерских изделий.

ИП Яркова Н.В.

Приложение N 11к  
СанПиН 2.3/2.4.3590-20

ТАБЛИЦА ЗАМЕНЫ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ В ГРАММАХ (НЕТТО) С УЧЕТОМ ИХ ПИЩЕВОЙ ЦЕННОСТИ

Вид пищевой продукции	Масса, г	Вид пищевой продукции - заменитель	Масса, г
Говядина	100	Мясо кролика	96
		Печень говяжья	116
		Мясо птицы	97
		Рыба (треска)	125
		Творог с массовой долей жира 9%	120
		Баранина 2 кат.	97
		Конина 1 кат.	104
		Мясо лосося (мясо с ферм)	95
		Оленина (мясо с ферм)	104
		Консервы мясные	120
Молоко питьевое с массовой долей жира 3,2%	100	Молоко питьевое с массовой долей жира 2,5%	100
		Молоко сгущенное (цельное и с сахаром)	40
		Сгущено-вареное молоко	40
		Творог с массовой долей жира 9%	17
		Мясо (говядина 1 кат.)	14
		Мясо (говядина 2 кат.)	17
		Рыба (треска)	17,5
		Сыр	12,5
		Яйцо куриное	22
Творог с массовой долей жира 9%	100	Мясо говядина	83
		Рыба (треска)	105
Яйцо куриное	41	Творог с массовой долей жира 9%	31
		Мясо (говядина)	26
		Рыба (треска)	30
		Молоко цельное	186
		Сыр	20
Рыба (треска)	100	Мясо (говядина)	87
		Творог с массовой долей жира 9%	105

Картофель	100	Капуста белокочанная	111
		Капуста цветная	80
		Морковь	154
		Свекла	118
		Бобы (фасоль), в том числе консервированные	33
		Горошек зеленый	40
		Горошек зеленый консервированный	64
		Кабачки	300
Фрукты свежие	100	Фрукты консервированные	200
		Соки фруктовые	133
		Соки фруктовые – ягодные	133
		Сухофрукты:	
		Яблоки	12
		Чернослив	17
		Курага	8
		Изюм	22

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к цикличному меню для пришкольного лагеря с дневным пребыванием детей: 12 лет и старше (завтрак, обед, полдник)

№ п/п	продукты	Норма (нетто) на 1 чел. в день, 82,5%	Фактически выдано продуктов в нетто по дням (всего), г на одного человека															за 15 в гр	факт в день.	% Отклонения
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
1	Мясные I категории	64,35	24	53	24	62	159	95	60	24	24	183	103	44	183	24	72	965,25	70,85	110
2	Рыба	63,52			250						250							952,28	50	80
3	Яйцо	33		180	30						180		180		30			495	52	157
4	Молоко	288,75	388	335	182	276	496	347	186	362,6	126	377,6	161	416	158	377,6	136	4331,25	288,32	100
5	Творог	49,5			154					154					154			742,5	30,8	74,67
6	Сметана	8,25	10	10	10					10	40	10		10	10	21	10	124	12,13	147
7	Сыр	12,37		21						21	21	21				42		185,55	14	113,7
8	Масло сливочное	28,87	28	27,9	38	31,6	29	23	28	28	39	28	22	27	27	28	27	433,05	28,76	99,62
9	Масло растит.	21,82	23	23,8	22	23,6	23	17,2	25	22	21	23,4	27	17	21	14	25	327,3	21,87	100
10	Макаронны	16,5		68											68			247,5	15	90,91
	Крупы, бобы	41,25	114,4	5	7,5	177	75	54,4	10	48,8	79,5	56,4	20	133	7,5	54,4	98	618,75	62,73	152
11	Сахар	28,87	36,5	34	59,5	35	46	39	20	45,5	47,5	24	35	39	52,5	36	34	433,05	38,9	157
12	Кондит и выпе изделия	12,37	35				50				50		50				85	185,55	21,33	200
13	Картофель.	154,28	33,4	125	336	83,5	33,4	392	83,5	319,4	50	411	298	33,4	125	319	50	2314	179,51	116,35
14	Свежие овощи	8,0	20	20		20		20					20					120	8	100
15	Овощи	264	264,4	162	240,3	310	290	214	274	229,2	236,3	206,6	297	214	194	207,2	339	3960	264	100
16	Кофей нап. Какао	0,93		2				2		2				2				13,95	0,93	100
17	Чай	0,6	1		1	1				1	1		1	1				9	0,6	100
18	Фрукты свежие	152,63	153	153	189	153	153	153	153	116	160	173	153	160	153	153	169	2289	156,26	102,38
19	Сок	165	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	2475	200	121,21
20	Хлеб	110	90	127,6	120	90	90	90	127,6	120	90	90	150	127,6	150	90	120	1650	111,5	101,36
21	Сырма	43,72	95	70		55	47		63	226				112			57	655,8	44,53	101,85
22	Соль бал	247	2,5	3,5	2,5	2,5	4,0	4,0	3,5	2,5	2,5	2,5	3,5	2,5	2,5	2,5		37	2,66	107,69

**Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы  
для детей школьного возраста с 12 лет и старше**

Суточная потребность СанПин 2.3/2.4.3590-20 (2720 ккал)	Завтрак, ккал 22-27,5% от суточного рациона 598-748	% выполнения	Обед, ккал 33-38,5% от суточного рациона 897,6-1047	% выполнения	Полдник, Ккал 11-16,5% от суточного рациона 299-448,8	% выполнения	Итого, ккал 66-82,5% от суточного рациона 1794,6-2243,8	% выполнения
1 День	705,85	25,95	911,09	33,5	573,67	21,09	2190,61	80,54
2 День	705,24	25,93	931,97	34,26	336,17	12,36	1973,38	72,55
3 День	700,16	25,74	960,63	35,32	336,17	12,36	1997,56	73,42
4 День	648,95	23,86	1182,1	43,46	336,17	12,36	2167,22	79,68
5 День	782,74	28,78	908,13	33,39	552,17	20,30	2243,04	82,47
Итого в среднем за неделю	708,59	26,05	978,78	35,99	426,87	15,69	2114,24	77,73
6 День	761,34	27,99	902,8	33,19	336,17	12,36	2000,31	73,54
7 День	617,79	22,71	874,88	32,16	376,17	13,83	1828,84	68,7
8 День	689	25,33	1097,04	39,29	316,03	11,62	1025,14	76,24
9 День	669,86	24,63	1045,03	38,42	512,77	18,85	2267,06	81,9
10 День	749,04	27,54	1026,09	37,72	336,17	12,36	2111,3	77,62
Итого в среднем за неделю	697,4	25,64	989,17	36,15	375,46	13,8	2062,03	75,59
11 День	617,89	22,71	910,52	33,48	336,17	12,36	1864,48	68,55
12 День	656,34	24,13	1027,87	37,79	512,77	18,85	2236,38	80,77
13 День	767,76	28,22	898,17	33,02	436,17	16,03	2102,1	77,27
14 День	761,34	27,99	1071,09	39,38	336,17	12,36	2168,6	79,73
15 День	711,39	26,15	1099,67	40,43	573,68	21,09	2384,74	87,67
Итого в среднем за неделю	702,94	25,84	1001,46	36,82	438,99	16,14	2143,39	78,8
Итого в среднем за день	702,97	25,84	989,8	36,32	413,77	15,21	2106,55	77,37

Приложение 10, таблица 3 СанПин 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»  
Приложение 10, таблица 1 СанПин 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»

Суммарные объемы блюд по приемам пищи для детей с 12 лет и старше (не менее)

Приложение № 9, таблица 3 с СанПин 2.3/2.4.3590-20	Завтрак, 550	Обед, 800	Полдник, 350
1 день	605	920	493
2 день	585	990	403
3 день	662	1075	403
4 день	585	985	403
5 день	655	960	403
6 день	585	945	495
7 день	605	970	403
8 день	585	1045	403
9 день	582	995	350
10 день	585	990	493
11 день	605	915	403
12 день	555	1002	403
13 день	557	1000	493
14 день	580	1045	493
15 день	550	995	403

Расход соли и специй  
при приготовлении блюд и изделий

блюда	Соль, г.	Лавровый лист, г.
Холодные блюда на порцию	2-3	0,01
Супы (на 1000г.)	6-10	0,04
Молочный суп	6	-
Блюда из овощей (варка) на 1 л воды	10	-
Блюда из круп (на 1 кг крупы)		
Каша гречневая :		
Рассыпчатая из ядрицы	21	-
Каша рисовая:		
Рис отварной	21	
Каша пшенная:		
вязкая	40	-
Овсяная каша вязкая	40	-
Блюда из макаронных изделий (варка) на 1 кг изделий	30	-
Блюда из яиц (на 1 шт)	0,25	-
Блюда из творога (на 1 кг)	10	-
Блюда из рыбы (на 1 порцию)	3	0,01
Блюда из мяса (на 1 порцию)	4	0,02
Блюда из сельскохозяйственной птицы (на 1 порцию)	3-5	0,02

## ю 1 день

Наименование блюда	Выход,г	Белки всего	Жиры всего	Углеводы,г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>					
Ваша на молоке с маслом( геркулес молоко,сахар,масло сливочное)	220,10	11,33	11,47	40,32	312,86
Салата обогащенная микронутриентами	50	3,75	6,6	30,45	197
Чай расной	30	1,65	0,3	9,62	57,0
Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	200	0,2	0,0	10,02	38,99
Йогурт	95	4,1	2,5	11,5	100
<b>Итого:</b>		<b>21,03</b>	<b>20,87</b>	<b>101,91</b>	<b>705,85</b>
<b>Обед</b>					
Нарезка из свежих огурцов	110	0,9	0,0	2,9	14,56
Борщ с мясом и сметаной (свекла, капуста свежая, картофель, морковь, лук, томат паста, масло растит, сахар)	15,250,10	9,26	10,56	13,42	171,18
Плов из курицы (курица, крупа рисовая, масло растит, лук, морковь, томат паста)	250	20,25	19,75	94,63	447,5
Компот из св. замор вишни (,вишня, сахар)	200	0,16	0,0	17,03	66,05
Хлеб подпорованный, сыр	25,60	11,56	7,55	12,6	211,8
<b>Итого:</b>		<b>42,13</b>	<b>37,87</b>	<b>140,58</b>	<b>911,09</b>
<b>Полдник</b>					
Фрукты	153	0,61	0,0	14,99	58,14
Мороженое	90	4,05	13,05	21,6	216
Сок в пачке	200	0,98	0,2	19,8	81,03
Кондитерское изделие	50	2,05	9,1	32,05	218,5
<b>Итого:</b>		<b>7,69</b>	<b>22,45</b>	<b>88,44</b>	<b>573,67</b>
<b>Итого за день</b>		<b>64,15</b>	<b>74,35</b>	<b>330,93</b>	<b>2100,67</b>

## Меню 2 день

№ блюда	Наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	углеводы	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
№140-2004	Омлет (молоко, яйцо, ,масло сливочное)	220,10	22,13	43,99	10,87	285
№13-2004	Бутерброд с сыром	30,30	10,47	8,55	12,6	168,9
№092-2004	Кофейный напиток (кофейный концентрат, молоко, вода, сахар)	200	4,78	7,7	22,07	151,34
	Йогурт	95	4,1	2,5	11,5	100
	<b>Итого :</b>	<b>585</b>	<b>41,48</b>	<b>62,74</b>	<b>57,04</b>	<b>705,24</b>
<b>Обед</b>						
1996	Нарезка из свежих помидор и огурцов (огурец 50гр,помидор 50гр)	110	1,07	0,0	3,59	18,48
№132-2004	Рассольник ленинградский с мясом и сметаной (картофель, морковь, перловка, лук, огурец соленый, томат паста, масло растительное)	10,250,10	8,78	8,74	20,1	185,52
№451-2004	Котлета рубленая (котлетная масса вода, хлеб)	120	14,1	10,3	15,2	209,9
№528-1996	Соус красный основной (бульон, мука, сахар, томат паста, морковь, лук, масло сливочное)	30	0,78	2,88	2,82	42
№516-2004	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное)	200	6,89	5,75	49,02	270,67
	Хлеб пшеничный йодированный	60	4,86	0,72	12,6	121,8
№831-2004	Компот свежесам ягод смородина (св. замор смородина, сахар, вода)	200	0,2	0,0	21,42	83,6
	<b>Итого:</b>		<b>36,68</b>	<b>28,39</b>	<b>124,75</b>	<b>931,97</b>
<b>Полдник</b>						
	Сок в пачке	200	0,98	0,2	19,8	81,03
	Фрукты	153	0,61	0,0	14,99	58,14
	Пышечка	50,0	3,75	6,6	30,45	197
	<b>Итого:</b>		<b>5,34</b>	<b>6,8</b>	<b>65,24</b>	<b>336,17</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>83,5</b>	<b>97,93</b>	<b>247,03</b>	<b>1973,38</b>

но 3 день

Наименование блюда	Выход,г	Белки,гр	Жиры,г	углеводы	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>					
Запеканка из творога царская (творог, манка, яйцо)	225,20	20,63	14,81	49,29	418,96
Чай с лимоном (чай заварка, лимон, сахар, вода)	200,7,15	0,3	0,0-	15,2	60
Хлеб пшеничный йодированный	60	4,86	0,72	12,6	121,8
Йогурт	95	4,1	2,5	11,5	100
<b>Итого:</b>		29,89	18,03	88,59	700,76
<b>Обед</b>					
Нарезка из огурцов	110	0,9	0,0	2,3	14,56
Щи из свежей капусты с мясом со сметаной (капуста свежая, картофель, морковь, лук, томатное пюре, масло растительное)	15,250,10	9,26	9,56	10	153,18
Рыба тушеная в томате с овощами (рыба, томат паста, лук, морковь)	150,50	21,2	10,2	11,2	224
Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сливочное)	200	6,76	7,22	48,17	299,75
Компот из свежих яблок (яблоки, сахар, вода, кислота лимонная)	200	0,1	0,0	22,7	86,44
Хлеб пшеничный йодированный	90	7,29	1,08	18,9	182,7
<b>Итого:</b>		45,51	28,06	113,27	960,63
<b>Полдник</b>					
фрукты	153	0,61	0,0	14,99	58,14
Сок в пачке	200	0,98	0,2	19,8	81,03
выпечка	50	3,75	6,6	30,45	197
<b>Итого:</b>		5,34	6,8	65,24	336,17
<b>Итого за день</b>		80,74	52,89	267,1	1997,56

104 день

Наименование блюда	Выход,г	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>					
Каша молочная пшеничная (пшено, молоко, сахар, масло сливочное)	220,10	12,11	10,26	49,14	341,1
Чай с сахаром (чай заварка, сахар, вода)	200	0,2	-	10,02	38,99
004 Хлеб пшеничный йодированный, сыр	30,30	10,47	8,55	12,6	168,9
йогурт	95	4,1	2,5	11,5	100
<b>Итого:</b>	<b>585</b>	<b>26,88</b>	<b>21,31</b>	<b>83,26</b>	<b>648,95</b>
<b>Обед</b>					
нарезка из помидор и огурцов (огурец, помидор, )	110	1,07	0,0	3,59	18,48
09-4 Суп гороховый с мясом (картофель, горох, лук, морковь, масло растительное)	15,250	10,66	8,96	22,3	211,88
02-4 Тефтели мясные 2-й вариант (котлетное мясо говядина, курица, курица, лук, крупа рисовая, вода, мука, масло растительное)	120	16,6	19,7	15,7	308
28-06 Соус красный основной (мука, томат паста, лук, морковь, сахар, масло слив)	30	0,78	2,88	2,82	42
008-04 Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное)	200	11,68	8,11	59,86	365,51
040-04 Кисель ягодный вишня (ягоды вишня, сахар, крахмал)	200	0,24	0,0	29,18	114,43
Хлеб пшеничный йодированный	60	4,86	0,72	12,6	121,8
<b>Итого:</b>		<b>45,89</b>	<b>40,37</b>	<b>146,05</b>	<b>1182,1</b>
<b>Полдник</b>					
Сок в пачке	200	0,98	0,2	19,8	81,03
фрукт	153	0,61	0,0	14,99	58,14
выпечка	50	3,75	6,6	30,45	197
<b>Итого:</b>		<b>5,34</b>	<b>6,8</b>	<b>65,24</b>	<b>336,17</b>
<b>Итого за день</b>		<b>78,11</b>	<b>125,35</b>	<b>294,55</b>	<b>2167,26</b>

но 5 день

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>					
Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,0	7,9	24,7	141
Хлеб йодированный с сыром	30,30	10,47	8,55	12,6	168,9
Какао на молоке (какао порошок, сахар, молоко, вода)	200	4,98	5,36	22,58	154,34
Кондитерское изделие	50	2,05	9,1	32,05	218,5
Йогурт	95	4,1	2,5	11,5	100
<b>Итого:</b>		28,6	33,41	113,43	782,74
<b>Обед</b>					
Нарезка из свежих огурцов	110	0,9	0,0	2,9	14,56
Солянка из <b>птицы со сметаной</b> (мясо птицы, картофель, лук, огурец, сол., маслины, томат паста, масло растительное)	250,10	16,8	15,3	4,82	214,6
Гуляш (говядина, лук, <b>томат паста, мука, масло растительное</b> )	100,30	14,68	7,94	6,52	158,4
Рис отварной (крупа <b>рисовая, масло сливочное</b> )	200	5,16	6,89	53,72	302,85
Хлеб пшеничный йодированный	60	4,86	0,72	12,6	121,8
Компот из <b>лимона</b> (лимон, сахар, вода)	200	0,14	0,0	24,43	95,92
<b>Итого:</b>		42,54	30,85	107,99	908,13
<b>полдник</b>					
Сок в пачке	200	0,98	0,2	19,8	81,03
Выпечка	50	3,75	6,6	30,45	197
фрукты	153	0,61	0,0	14,99	58,14
мороженое	90	4,05	13,05	21,6	216
<b>Итого:</b>		9,39	19,85	86,84	552,17
<b>Итого за день</b>		80,53	84,11	308,26	2243,04

ю 6 день

Наименование блюда	Выход,г	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>					
Каша пшенная с маслом (крупа пшено, масло сливочное,молоко, вода, сахар)	220,10	12,11	10,26	49,14	341,1
Кофейный напиток (концентрат кофейный,молоко, сахар, вода)	200	4,78	7,7	22,07	151,34
004 Бутерброд с сыром(хлеб, сыр)	30,30	10,47	8,55	12,6	168,9
Йогурт	95	4,1	2,5	11,5	100
<b>итого</b>		<b>31,46</b>	<b>29,01</b>	<b>95,31</b>	<b>761,34</b>
<b>Обед</b>					
Нарезка из свежих огурцов	110	0,9	0,0	2,9	14,56
11-1 Рассольник домашний (капуста,картофель,морковь, лук, огурец соленый, масло растительное)	10,250,10	7,98	8,74	13,02	150,52
16-14 Жаркое <del>по</del> -домашнему (, картофель, лук, томат паста)	275	19,89	21,66	29,59	387,92
Хлеб пшеничный йодированный, сыр	30,60	12,9	8,91	12,6	229,8
103-14 Компот из шиповника (шиповник, сахар, вода, лимонная кислота)	200	0,8	0,0	29,96	120
<b>Итого:</b>		<b>42,47</b>	<b>39,31</b>	<b>85,38</b>	<b>902,8</b>
<b>полдник</b>					
выпечка	50	3,75	6,6	30,45	197
фрукты	153	0,61	0,0	14,99	58,14
Сок в пачке	200	0,98	0,2	19,8	81,03
<b>Итого:</b>		<b>5,34</b>	<b>6,8</b>	<b>65,24</b>	<b>336,17</b>
<b>Итого за день</b>		<b>79,27</b>	<b>75,12</b>	<b>245,93</b>	<b>2000,31</b>

ю 7 день

Наименование блюда	Выход	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>					
Омлет (яйцо, молоко, масло сливочное,)	220,10	22,13	43,99	10,87	285
Хлеб йодированный, сыр	20,60	10,22	6,18	12,6	193,8
Чай с сахаром ( чай заварка, сахар, вода)	200	0,2	0,0	10,02	38,99
Йогурт	95	4,1	2,5	11,5	100
<b>Итого:</b>	<b>605</b>	<b>36,65</b>	<b>52,67</b>	<b>44,99</b>	<b>617,79</b>
<b>Обед</b>					
нарезка свежих помидор , огурцов	110	1,07	0,0	3,59	18,48
Суп крестьянский с крупой и мясом со сметаной (капуста , картофель, крупа пшеничная, лук, морковь, сметана)	10.250.10	8,38	9,54	14,62	166,52
Котлета мясная с соусом (фарш говяжий, куриный, хлеб, томат паста, сухари, лук)	120,30	14,88	11,46	15,49	216,92
Макароны отварные (Макароны, масло сливочное)	200	6,89	5,75	43,97	240,96
Хлеб славянский	60	3,3	0,6	19,24	114
Кисель ягодный из концентрата (концентрат, сахар)	200	0,0	0,0	30,6	118
<b>Итого:</b>		<b>34,52</b>	<b>61,87</b>	<b>127,51</b>	<b>874,88</b>
<b>Полдник</b>					
Фрукты	153	0,61	0,0	14,99	58,14
Выпечка	50	3,75	6,6	30,45	197
Сок в пачке	200	0,98	0,2	19,8	81,03
<b>Итого:</b>		<b>5,34</b>	<b>6,8</b>	<b>65,24</b>	<b>336,17</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>76,51</b>	<b>121,34</b>	<b>237,74</b>	<b>1828,84</b>

ю в день

Наименование блюда	Выход,г	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>					
Каша на молоке с маслом (геркулес, молоко, сахар, масло сливочное)	220,10	11,33	11,47	40,32	312,86
Какао на молоке (какао порошок, молоко, сахар)	200	4,98	5,36	22,58	154,34
Хлеб пшеничный йодированный	60	4,86	0,72	12,6	121,8
Йогурт	95	4,1	2,5	11,5	100
<b>Итого:</b>		25,27	20,05	87,0	689
<b>Обед:</b>					
Нарезка из свежих огурцов	110	0,9	0,0	2,9	14,56
Борщ с мясом со сметаной (свекла,картофель,капуста,морковь,лук, томат паста, масло растительное, сахар)	15,250,10	9,26	10,56	13,42	171,18
Рыба тушеная <b>запеченая в сметане с сыром</b> (рыба, сметана, сыр)	150.50	46,88	19,08	7,18	393,83
Пюре картофельное (картофель,молоко, масло сливочное)	200	6,76	7,22	48,17	299,75
Хлеб пшеничный йодированный	60	4,86	0,72	12,6	121,8
Компот <b>из лимона</b> (лимон,сахар, вода, лимонная кислота)	200	0,14	-	24,43	95,92
<b>Итого:</b>		68,83	37,58	108,7	1097,04
<b>Полдник</b>					
выпечка	50	3,75	6,6	30,45	197
Сок в пачке	200	0,98	0,2	19,8	81,03
фрукты	100	0,4	0,0	9,8	38
<b>Итого:</b>		5,13	6,8	60,05	316,03
<b>Итого за день</b>		99,23	64,43	255,75	2102,07

но 9 день

Наименование Блюда	Выход,г	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал
завтрак					
Запеканка из творога царская (творог, манка, сахар, яйца, мел..) <b>МММ</b>	225.10	20,63	14,81	49,29	418,96
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,43	0,36	6,3	90,9
Чай с лимоном (чай заварка, сахар, вода, лимон)	200,7.15	0,3	-	15,2	60
йогурт	95	4,1	2,5	11,5	100
Итого:	582	27,46	17,67	82,29	669,86
Обед					
салат из свежих помидор и огурцов (помидоры, огурцы свежие)	110	1,07	0,0	3,27	18,48
салат из свежей капусты с мясом со сметаной (капуста свежая, картофель, лук, морковь, томат паста, масло растительное)	15,250,10	9,26	9,66	10	153,18
Фрикасе из курицы (филе куриное, сметана, мука, масло растительное)	120.30	22,92	23,97	2,34	330,72
Рис отварной (крупа рисовая, масло сливочное)	200	5,16	6,89	53,72	302,85
Хлеб пшеничный йодированный	60	4,86	0,72	12,6	121,8
Кисель из концентрата (концентрат, сахар)	200	0,3	0,0	30,6	118
Итого:		43,57	41,24	82,53	1045,03
Полдник:					
Фрукт	153	0,61	0,0	14,99	58,14
Сок в пачке	200	0,98	0,2	19,8	81,03
мороженое	90	4,05	13,05	21,6	216
выпечка	50	3,75	6,6	30,45	197
Итого:		9,39	19,85	86,84	552,17
Итого за день		80,42	78,76	251,66	2267,06

10 день

Наименование блюда	Выход,г	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>					
Плов вязкая из риса и пшена «Дружба» (рис, пшено,молоко, соль, масло сливочное)	220,10	10,55	9,62	49,07	328,8
Бутерброд с сыром	30,30	10,47	8,55	12,6	168,9
Кофейный напиток на молоке (кофеинат, молоко, сахар, вода)	200	4,78	7,7	22,07	151,34
Йогурт	95	4,1	2,5	11,5	100
<b>Итого:</b>		29,9	28,37	95,24	749,04
<b>Обед</b>					
Салатка из помидор и огурцов	110	1,07	0,0	3,59	18,48
Рагу ленинградский (картофель, перловка, морковь, лук, огурец соленый, масло растительное, томат паста)	10,250,10	8,78	8,74	20,1	185,52
Поджарка (говядина , лук, мука, томат паста)	120,30	31,26	17,52	7,95	314,4
Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сливочное)	200	6,76	7,22	48,17	299,75
Хлеб пшеничный йодированный	60	4,86	0,72	12,6	121,8
Компот из яблок (яблоко,сахар, вода, лимонная кислота)	200	0,1	0,0	22,7	86,44
<b>Итого</b>		52,83	34,2	115,11	1026,09
<b>Полдник</b>					
Фрукты	153	0,61	0,0	14,99	58,14
Сок	200	0,98	0,2	19,8	81,03
выпечка	50	3,75	6,6	30,45	197
<b>Итого</b>		5,34	6,8	65,24	336,17
<b>Итого за день</b>		88,07	69,37	275,59	2111,3

## Меню 11 день

Ид блюда	Наименование блюда	Выход,г	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал
	<b>завтрак</b>					
№340- 2004	Омлет ( яйцо, молоко, масло сливочное)	220,10	22,13	43,99	10,87	285
№685- 2004	Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	200	0,2	0,0	10,02	38,99
№3-2004	Хлеб пшеничный йодированный, сыр	20,60	10,22	6,18	12,6	193,8
	йогурт					
	<b>Итого:</b>	95	4,1	2,5	11,5	100
	<b>Обед</b>	605	36,65	52,67	44,99	617,79
1996	нарезка из свежих огурцов	110	0,9	0,0	2,9	14,56
№139- 2004	Суп гороховый с мясом (горох,картофель,лук, морковь,лук, масло растительное)	15,250	10,66	8,96	22,3	211,88
№438- 2004	Азу (картофель, мясо,лук,сол.огурец, томат паста мсло раст)	250	20,31	19,94	39,38	417,,78
	Хлеб пшеничный йодированный	90	7,29	1,08	18,9	182,7
№631- 2004	Компот из св. зам смородины ( ягоды,вода, сахар)	200	0,2	0,0	21,42	83,6
	<b>Итого:</b>		39,36	29,98	104,9	910,52
	<b>Полдник</b>					
	фрукты					
	Сок в пачке	153	0,61	0,0	14,99	58,14
	выпечка	200	0,98	0,2	19,8	81,03
	<b>Итого</b>	50	3,75	6,6	30,45	197
	<b>Итого за день</b>		81,34	89,45	215,13	1864,48

меню 12 день

№ блюда	Наименование блюда	Выход,г	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал
	<b>Завтрак</b>					
№302-004	Каша молочная пшеничная (пшено, молоко, сахар)	220,10	12,11	10,26	49,14	341,1
№693-004	Какао на молоке ( порошок какао, молоко, сахар, вода)	200	4,98	5,36	22,58	154,34
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,43	0,36	6,3	60,9
	йогурт	95	4,1	2,5	11,5	100
	<b>итого</b>	555	23,62	18,48	59,52	656,34
	<b>Обед</b>					
1996	Нарезка из свежих огурцов	110	0,9	0,0	2,9	14,56
№158-2004	Солянка из птицы (мясо птицы, картофель, лук, гоурец соленый, маслины, томат паста, масло растительное)	250,10	16,8	15,3	4,82	214,5
№451-2004	Шницель рубленный (котлетная масса, из говядины, курицы вода ,хлеб)	120	14,1	10,3	15,2	209,9
№528-1996	Соус красный основной (мука, сахар, масло сливочное, томат паста, бульон, морковь, лук)	30	0,78	2,88	2,82	42
№508-2004	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное)	200	11,68	8,11	59,86	365,11
	Хлеб пшеничный йодированный	60	4,86	0,72	12,6	121,8
№686-2004	Чай с лимоном ( чай заварка, сахар, лимон, вода)	200,7,15	0,3	-	15,2	60
	<b>итого</b>		49,42	37,31	113,4	1027,87
	<b>Полдник</b>					
	фрукты					
	Сок пачке	153	0,61	0,0	14,99	58,14
	мороженое	200	0,98	0,2	19,8	81,03
	выпечка	90	4,05	13,05	21,6	216
	<b>итого</b>	50	3,75	6,6	30,45	197
	<b>Итого за день</b>		9,39	19,85	86,84	552,17
			78,33	73,14	248,26	2136,38

## Меню 13 день

№ блюда	Наименование блюда	Выход,г	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал
	<b>Завтрак</b>					
0/5-011	Запеканка из творога царская (творог, манка.)	225.10	20,,63	14,81	49,29	418,96
	Хлеб ржаной	60	3,3	0,6	19,24	114,0
№686-2004	Чай с лимоном	200.7.15	0,3	0,0	15,2	60
	Кондитерское изделие	40	1,64	7,28	25,64	174,8
	<b>итого</b>	557	25,87	22,69	109,37	767,76
	<b>Обед</b>					
1996	Нарезка из свежих помидор и огурцов	110	1,07	0,0	3,59	18,48
№131-2004	Рассольник домашний (капуста свежая,картофель,морковь,лук,огурец соленый, масло растительное)	10,250,10	7,98	8,74	13,02	150,52
№437-2004	Гуляш (говядина, лук, мука, томат паста)	100.30	14,68	7,94	6,52	158,4
№516-2004	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия отварные, масло сливочное)	200	6,89	5,75	49,02	270,67
	Хлеб пшеничный йодированный	90	7,29	1,08	18,9	182,7
№648-2004	Кисель ягодный из концентрата (концентрата, сахар)	200	0,0	0,0	30,6	118
	<b>Итого</b>		37,91	23,51	121,65	898,77
	<b>Полдник</b>					
	Фрукты	153	0,61	0,0	14,99	58,14
	Сок в пачке	200	0,98	0,2	19,8	81,03
	выпечка	50	3,75	6,6	30,45	197
	Йогурт	95	4,1	2,5	11,5	100
	<b>итого</b>		9,44	9,3	76,74	436,17
	<b>Итого за день</b>		67,5	47,56	266,2	1810

# Меню 14 день

код люда	Наименование блюда	Выход,г	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал
	<b>Завтрак</b>					
№302-004	Каша на молоке (пшеничная, молоко, сахар)	220,10	12,11	10,26	49,14	341,1
№3-2004	Хлеб, сыр	30,30	10,47	8,55	12,6	168,9
№692-2004	Кофейный напиток (кофейный напиток, молоко, вода, сахар)	200	4,78	7,7	22,07	151,34
	Йогурт	95	4,1	2,5	11,5	100
	<b>итого</b>		<b>31,46</b>	<b>29,01</b>	<b>95,31</b>	<b>761,34</b>
	<b>Обед</b>					
1996	нарезка из свежих помидор, огурцов (огурец, помидор)	110	1,07	0,0	3,59	18,48
№110-2004	Борщ с мясом со сметаной (капуста, картофель, лук, морковь, свекла, томат паста, масло раст)	15,250,10	9,26	10,56	13,42	171,18
№341-2004	Рыба запеченная в сметане с сыром (минтай сметана, сыр.)	150,50	46,88	19,08	7,18	393,83
№520-2004	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	200	6,76	7,22	48,17	299,75
	Хлеб пшеничный йодированный	60	4,86	0,72	12,6	121,8
№631-2004	Компот из св. замор вишни (ягоды, сахар, вода)	200	0,16	0,0	17,03	66,05
	<b>итого</b>		<b>59,73</b>	<b>37,58</b>	<b>101,99</b>	<b>1071,09</b>
	<b>Полдник</b>					
	фрукты	153	0,61	0,0	14,99	58,14
	Сок в пачке	200	0,98	0,2	19,8	81,03
	выпечка	50	3,75	6,6	30,45	197
	<b>итого</b>		<b>5,34</b>	<b>6,8</b>	<b>65,24</b>	<b>336,17</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>96,53</b>	<b>73,39</b>	<b>262,54</b>	<b>2168,6</b>

# Меню 15 день

код блюда	Наименование блюда	Выход,г	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
№340-2004	Омлет (молоко, яйцо, масло слив)	220,10	22,13	43,99	10,87	285
№685-2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,02	38,99
№3-2004	Хлеб пшеничный йодирован, сыр	30,30	10,47	8,55	12,6	168,9
	Кондитерское изделие	60	2,05	9,1	32,05	218,5
	<b>итого</b>		<b>34,85</b>	<b>61,64</b>	<b>65,64</b>	<b>711,39</b>
<b>Обед</b>						
1996	Нарезка из огурцов	110	0,9	0,0	2,1	13,26
№124-2004	Щи со свежей капусты с мясом (капуста, картофель, лук, морковь, томат паста, масло раст)	15,250,10	9,26	9,66	10	153,18
№462-2004	Тефтели мясные 2-й вариант (говядина, курица котлетное мясо, мука, масло растительное)	120	10,0	19,7	15,7	308
№528-1996	Соус красный основной (мука, томат паста, лук, морковь, сахар, масло сливочное, бульон)	30	0,78	2,88	2,82	42
№508-2004	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,08	8,11	59,86	365,51
№699-2004	<del>Хлеб пшеничный йодированный</del> Компот из лимона (лимон, сахар, вода)	60 200	4,80 0,14	0,72 0,0	12,6 24,43	121,8 95,92
	<b>итого</b>		<b>44,22</b>	<b>41,07</b>	<b>127,71</b>	<b>1099,67</b>
<b>Полдник</b>						
	Фрукты	150	0,61	0,0	14,99	58,14
	Сок в пачке	200	0,98	0,2	19,8	81,03
	Кондитерское <b>изделие</b>	50	2,05	9,1	32,05	218,5
	мороженое	50	4,05	13,05	21,6	216
	<b>итого</b>		<b>7,69</b>	<b>22,35</b>	<b>88,44</b>	<b>573,68</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>86,76</b>	<b>125,06</b>	<b>281,79</b>	<b>2384,74</b>