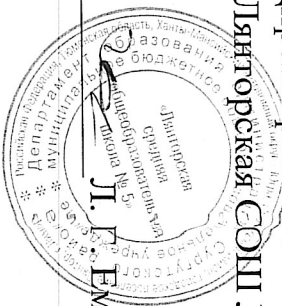


СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ

"Лянторская СОШ № 5"

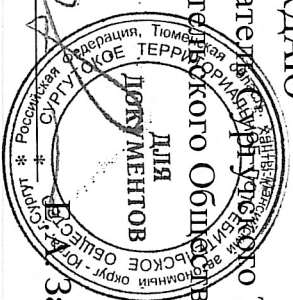


Д. Г. Емелева

УТВЕРЖДАЮ

Председатель Территориального

Потребительского Общества



Завьялова

### ОСНОВНОЕ МЕНЮ

**ЗАВТРАК И ОБЕД 1-Я СМЕНА (ЛЫГОТНАЯ КАТЕГОРИЯ)**

ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

**ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД 2024г.**

**( 2 ВАРИАНТ)**

г. Лянтор МБОУ "Лянторская СОШ № 5"



### ОСНОВНОЕ МЕНЮ

#### ЗАВТРАК И ОБЕД 1 СМЕНА (УБОГТНАЯ КАТЕГОРИЯ)

#### ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

г. Лянтор : столовые СОШ № 3,4,5,6,7  
п. Нижнесортымский: столовая СОШ

БЕССЕННИЙ ПЕРИОД 2024 г.

(2 вариант)

#### Неделя 1 День 1 (понеделник)

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Витамины, мг						Минеральный вещества, мг						
			Белки, г	Жиры, г	Углевод		В1	В2	С	РР	А	Са	Р	Мг	Na	К	Fe		
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша молочная вязкая манная с маслом сливочным (порциями)	Табл. №4, №302	205	7,00	6,40	42,60	263,00	0,05	0,19	0,30	0,80	34,70	134,00	235,00	16,00	431,00	156,00	3,60	
		№97	15	3,30	3,96	0,00	48,86	0,05	0,05	0,24	0,05	39,00	150,00	81,60	7,05	150,00	17,40	0,09	
		№96	10	0,06	7,26	0,08	65,89	0,00	0,00	0,00	0,01	50,00	2,20	1,90	0,30	7,40	2,30	0,02	
			25	1,75	0,25	12,25	58,75	0,03	0,01	0,00	0,23	0,00	5,00	16,25	3,50	124,75	23,25	0,28	
			25	1,91	0,25	12,75	61,13	0,05	0,02	0,00	0,18	0,00	8,75	39,50	11,75	152,50	61,25	0,98	
Хлеб ржаной		200	0,18	0,04	13,66	26,40	0,00	0,01	0,03	0,08	0,00	14,10	8,30	6,40	2,70	25,00	0,80		
Чай с сахаром		150	1,20	0,30	11,25	57,00	0,09	0,05	57,00	0,30	0,00	52,50	25,50	16,50	18,00	232,50	0,15		
Фрукт (мандарин) свежий																			
<b>Итого за завтрак</b>		<b>630</b>	<b>15,40</b>	<b>18,46</b>	<b>92,59</b>	<b>581,03</b>	<b>0,27</b>	<b>0,33</b>	<b>57,57</b>	<b>1,65</b>	<b>123,70</b>	<b>366,55</b>	<b>408,05</b>	<b>61,50</b>	<b>886,35</b>	<b>517,70</b>	<b>5,92</b>		
<b>Обед</b>	Салат "Оранжевый рай"	ТТК №78	100	3,70	11,20	6,40	142,00	0,00	0,00	2,05	48,30	322,20	113,13	48,30	38,32	18,50	176,00	0,69	
		№139	250	5,60	4,10	17,80	132,00	0,05	0,08	3,75	1,13	43,75	40,00	116,30	90,00	179,30	574,80	2,75	
		№332,516	180	6,60	4,70	40,00	233,00	0,00	0,12	0,00	0,72	30,00	43,80	55,20	14,40	207,60	8,40	0,54	
		ТТК №90	100	19,00	10,90	11,80	222,00	0,04	0,17	2,28	2,80	22,00	38,25	250,00	54,74	86,50	392,00	2,20	
			5	0,03	3,63	0,04	32,95	0,00	0,00	0,00	0,01	25,00	1,10	0,95	0,15	3,70	1,15	0,01	
			30	2,10	0,30	14,70	70,50	0,03	0,01	0,00	0,27	0,00	6,00	19,50	4,20	149,70	27,90	0,33	
			25	1,91	0,25	12,75	61,13	0,05	0,02	0,00	0,18	0,00	8,75	39,50	11,75	152,50	61,25	0,98	
		Компот "Вишенка"(из замороженной вишни)	ТТК №37	200	0,30	0,10	22,00	87,00	0,01	0,01	6,06	0,16	0,00	33,23	12,00	22,89	8,00	102,00	0,47
		Кондитерское изделие (печенье)		28	1,10	5,10	35,00	124,60	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	17,25	3,25	0,00	0,00	0,03
		<b>Итого за обед</b>		<b>918</b>	<b>40,34</b>	<b>40,28</b>	<b>160,49</b>	<b>1105,18</b>	<b>0,21</b>	<b>0,41</b>	<b>14,14</b>	<b>53,57</b>	<b>442,95</b>	<b>289,26</b>	<b>539,00</b>	<b>239,70</b>	<b>805,80</b>	<b>1343,50</b>	<b>8,00</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1548</b>	<b>55,74</b>	<b>58,74</b>	<b>253,08</b>	<b>1686,21</b>	<b>0,48</b>	<b>0,74</b>	<b>71,71</b>	<b>55,22</b>	<b>566,65</b>	<b>655,81</b>	<b>967,05</b>	<b>301,20</b>	<b>1692,15</b>	<b>1861,20</b>	<b>13,92</b>		





**Неделя 1 День 3 (среда)**

Наименование блюда	Сборник рецептов 2004г.	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Витамины, мг						Минеральный вещества, мг								
			Белки, г	Жиры, г	Углевод		В1	В2	С	РР	А	Са	Р	Мг	Na	К	Fe				
<b>Завтрак</b>																					
Вареники отварные с яблочным (картофель, с маслом сливочным)	№725	210	10,47	15,69	77,73	495,00	0,00	0,00	2,46	0,00	0,00	21,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,66	
Батон нарезной		35	2,45	0,35	17,13	82,25	0,04	0,02	0,00	0,32	0,00	7,00	0,00	7,00	22,75	4,90	174,65	32,55	0,39		
Батон "На зловровье" (пшенично-ржаной)		30	2,40	1,05	23,55	78,90	0,06	0,02	0,00	0,21	0,00	10,50	0,00	10,50	47,40	14,10	183,00	73,50	1,17		
Какао "Танда" (витаминизированный)	№693	200	0,81	0,41	10,53	49,00	0,44	0,17	9,53	7,11	22,00	129,14	99,00	14,52	55,00	160,60	0,05				
Витамины В1, В6, Р, С																					
Сок абрикосовый, вырабатываемый промышленностью в индивидуальной упаковке	№707	200	0,60	0,40	32,60	140,00	0,04	0,02	4,00	0,20	0,00	40,00	24,00	18,00	32,00	300,00	0,80				
<b>Итого за завтрак</b>		<b>675</b>	<b>16,73</b>	<b>17,90</b>	<b>161,54</b>	<b>845,15</b>	<b>0,58</b>	<b>0,23</b>	<b>15,99</b>	<b>7,84</b>	<b>22,00</b>	<b>207,69</b>	<b>193,15</b>	<b>51,52</b>	<b>444,65</b>	<b>566,65</b>	<b>3,07</b>				
<b>Обед</b>																					
Салат из свежих помидоров и огурцов	№20	100	0,90	19,70	3,10	193,00	0,05	0,05	19,17	3,30	107,33	30,50	30,30	17,00	122,30	220,00	1,17				
Суп куриный	ТТК №33	250	2,70	4,00	18,40	122,00	0,05	0,08	8,16	1,13	43,75	33,11	116,30	27,38	179,30	574,80	0,73				
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	табл.№4, №297	180	10,20	7,10	44,30	286,00	0,11	16,80	0,00	3,48	30,00	15,12	248,40	100,98	26,40	140,40	2,81				
Фрикаделька из мяса говядины, тушёные в соусе	№471	100	10,00	9,70	5,50	150,00	0,02	0,08	1,28	131,00	13,00	24,35	131,00	19,36	209,00	195,00	1,62				
Хлеб пшеничный		30	2,10	0,30	14,70	70,50	0,03	0,01	0,00	0,27	0,00	6,00	19,50	4,20	149,70	27,90	0,33				
Хлеб ржаной		30	2,30	0,30	15,30	73,35	0,06	0,02	0,00	0,21	0,00	10,50	47,40	14,10	183,00	73,50	1,17				
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,40	0,00	2,60	1,80	0,20	0,30				
Кондитерское изделие (печенье)		25	1,88	4,75	36,08	115,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	17,25	3,25	0,00	0,00	0,03				
<b>Итого за обед</b>		<b>915</b>	<b>31,08</b>	<b>45,95</b>	<b>164,88</b>	<b>1119,85</b>	<b>0,35</b>	<b>17,04</b>	<b>28,61</b>	<b>139,39</b>	<b>194,08</b>	<b>131,98</b>	<b>610,15</b>	<b>188,87</b>	<b>871,50</b>	<b>1231,80</b>	<b>8,16</b>				
<b>Итого за день</b>		<b>1590</b>	<b>47,81</b>	<b>63,85</b>	<b>326,42</b>	<b>1965,00</b>	<b>0,93</b>	<b>17,27</b>	<b>44,60</b>	<b>147,23</b>	<b>216,08</b>	<b>339,67</b>	<b>803,30</b>	<b>240,39</b>	<b>1316,15</b>	<b>1798,45</b>	<b>11,23</b>				







**Неделя 2 День 1 (понедельник)**

Наименование блюда	Сборник рецептов 2004г.	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Витамины, мг						Минеральный вещества, мг								
			Белки, г	Жиры, г	Углевод		В1	В2	С	РР	А	Са	Р	Мг	Na	К	Fe				
<b>Завтрак</b>																					
Запеканка из творога (с стужённым молоком)	№366	100	15,30	11,20	23,10	254,00	0,10	0,20	0,30	0,50	50,00	173,18	200,00	25,26	150,00	110,00	0,59				
Каша молочная вязкая пшеничная с маслом слив	табл.№4, №302	155	6,44	7,17	33,31	216,00	0,04	0,14	0,23	0,60	26,02	100,50	176,30	12,00	323,30	117,00	2,70				
Хлеб пшеничный		25	1,75	0,25	12,25	58,75	0,03	0,01	0,00	0,23	0,00	5,00	16,25	3,50	124,75	23,25	0,28				
Хлеб ржаной		25	1,91	0,25	12,75	61,13	0,05	0,02	0,00	0,18	0,00	8,75	39,50	11,75	152,50	61,25	0,98				
Чай с сахаром	№ 685	200	0,18	0,04	13,66	26,40	0,00	0,01	0,03	0,08	0,00	14,10	8,30	6,40	2,70	25,00	0,80				
Фрукт (яблоко) свежий		160	0,64	0,64	14,40	75,20	0,06	0,03	16,00	0,48	0,00	25,60	17,60	14,40	41,60	444,80	3,52				
<b>Итого за завтрак</b>		<b>665</b>	<b>26,22</b>	<b>19,55</b>	<b>109,47</b>	<b>691,48</b>	<b>0,28</b>	<b>0,41</b>	<b>16,56</b>	<b>2,07</b>	<b>76,02</b>	<b>327,13</b>	<b>457,95</b>	<b>73,31</b>	<b>794,85</b>	<b>781,30</b>	<b>8,87</b>				
<b>Обед</b>																					
Отурец солёный порционно		100	0,80	0,10	1,70	12,00	0,05	0,05	10,00	0,20	10,00	23,00	42,00	14,00	8,00	141,00	0,90				
Суп картофельный с Боровыми (горохом)	№139	250	5,60	4,10	17,80	132,00	0,05	0,08	3,75	1,13	43,75	40,00	116,30	90,00	179,30	574,80	2,75				
Макаронные изделия отварные	№332,516	180	6,60	4,70	40,00	233,00	0,00	0,12	0,00	0,72	30,00	43,80	55,20	14,40	207,60	8,40	0,54				
Гуляш с мясом говядины	№437	100	17,90	17,70	2,90	242,50	0,04	0,17	0,58	2,80	22,00	15,83	250,00	15,00	86,50	392,00	2,65				
Хлеб пшеничный		35	2,45	0,35	17,13	82,25	0,04	0,02	0,00	0,32	0,00	7,00	22,75	4,90	174,65	32,55	0,39				
Хлеб ржаной		30	2,30	0,30	15,30	73,35	0,06	0,02	0,00	0,21	0,00	10,50	47,40	14,10	183,00	73,50	1,17				
Сок апельсиновый, вырабатываемый промышленностью	№ 707	200	0,60	0,40	32,60	140,00	0,04	0,02	4,00	0,20	0,00	40,00	24,00	18,00	32,00	300,00	0,80				
<b>Итого за обед</b>		<b>895</b>	<b>36,25</b>	<b>27,65</b>	<b>127,43</b>	<b>915,10</b>	<b>0,28</b>	<b>0,48</b>	<b>18,33</b>	<b>5,58</b>	<b>105,75</b>	<b>180,13</b>	<b>557,65</b>	<b>170,40</b>	<b>871,05</b>	<b>1522,25</b>	<b>9,20</b>				
<b>Итого за день</b>			<b>1560</b>	<b>62,47</b>	<b>47,20</b>	<b>236,90</b>	<b>1606,58</b>	<b>0,56</b>	<b>0,89</b>	<b>34,89</b>	<b>7,65</b>	<b>181,77</b>	<b>507,26</b>	<b>1015,60</b>	<b>243,71</b>	<b>1665,90</b>	<b>2303,55</b>	<b>18,07</b>			

**Неделя 2 День 2 (вторник)**

Наименование блюда	Сборник рецептов 2004г.	Выход, г	Пищевые вещества			ЭД, ккал	Витаминный, мг										Минеральный вещества, мг					
			Белки, г	Жиры, г	Углевод		В1	В2	С	РР	А	Са	Р	Мг	Na	К	Fe					
<b>завтрак</b>																						
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	табл №4, №297	180	10,20	7,10	44,30	286,00	0,11	16,80	0,00	3,48	30,00	15,12	248,40	100,98	26,40	140,40	2,81					
Фрикаделька из мяса говядины, тушёные в соусе	№471	100	10,00	9,70	5,50	150,00	0,02	0,08	1,28	131,00	13,00	24,35	131,00	19,36	209,00	195,00	1,62					
Сыр (порциями)	№97	15	3,30	3,96	0,00	48,86	0,05	0,05	0,24	0,05	39,00	150,00	81,60	7,05	150,00	17,40	0,09					
Масло (порциями)	№96	10	0,06	7,26	0,08	65,89	0,00	0,00	0,00	0,01	50,00	2,20	1,90	0,30	7,40	2,30	0,02					
Хлеб пшеничный		30	2,10	0,30	14,70	70,50	0,03	0,01	0,00	0,27	0,00	6,00	19,50	4,20	149,70	27,90	0,33					
Батон "На зарозвье" (пшенично-ржаной)		25	2,00	0,88	19,63	65,75	0,05	0,02	0,00	0,18	0,00	8,75	39,50	11,75	152,50	61,25	0,98					
Чай с сахаром	№ 685	200	0,18	0,04	13,66	26,40	0,00	0,01	0,03	0,08	0,00	14,10	8,30	6,40	2,70	25,00	0,80					
<b>Итого за завтрак</b>		<b>560</b>	<b>27,84</b>	<b>29,24</b>	<b>97,87</b>	<b>713,40</b>	<b>0,26</b>	<b>16,97</b>	<b>1,55</b>	<b>135,07</b>	<b>132,00</b>	<b>220,52</b>	<b>530,20</b>	<b>150,04</b>	<b>697,70</b>	<b>469,25</b>	<b>6,65</b>					
<b>Обед</b>																						
Огурец свежий порционно	ст 70-71	100	0,80	0,10	2,50	14,00	0,05	0,05	10,00	0,20	10,00	23,00	42,00	14,00	8,00	141,00	0,90					
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	№ 110	260	2,00	5,50	12,30	106,00	0,03	0,08	4,40	0,55	60,00	50,50	60,80	32,75	203,00	323,30	1,40					
Пельмени с мясом отварные из п/ф с маслом сливочным	№718	205	21,20	20,70	40,90	450,70	0,00	0,00	1,38	0,00	0,00	26,45	0,00	18,18	0,00	0,00	1,55					
Хлеб пшеничный		25	1,75	0,25	12,25	58,75	0,03	0,01	0,00	0,23	0,00	5,00	16,25	3,50	124,75	23,25	0,28					
Хлеб ржаной		20	1,53	0,20	10,20	48,90	0,04	0,02	0,00	0,14	0,00	7,00	31,60	9,40	122,00	49,00	0,78					
Компот из яблок	№631	200	0,12	0,11	24,65	33,08	0,01	0,01	2,40	0,07	0,00	4,32	2,60	2,16	6,50	67,00	0,60					
<b>Итого за обед</b>		<b>810</b>	<b>27,40</b>	<b>26,86</b>	<b>102,80</b>	<b>711,43</b>	<b>0,16</b>	<b>0,16</b>	<b>18,18</b>	<b>1,19</b>	<b>70,00</b>	<b>116,27</b>	<b>133,25</b>	<b>79,99</b>	<b>464,25</b>	<b>603,55</b>	<b>5,51</b>					
<b>Итого за день</b>		<b>1370</b>	<b>55,24</b>	<b>56,10</b>	<b>200,67</b>	<b>1424,83</b>	<b>0,42</b>	<b>17,13</b>	<b>19,73</b>	<b>136,26</b>	<b>202,00</b>	<b>336,79</b>	<b>683,45</b>	<b>230,03</b>	<b>1161,95</b>	<b>1072,80</b>	<b>12,16</b>					









**Неделя 2 День 5 (пятница)**

Наименование блюда	Сборник рецептов 2004г.	Выход, г	Пищевые вещества			Эл, ккал	Витамины, мг						Минеральный вещества, мг							
			Белки, г	Жиры, г	Углевод		B1	B2	C	PP	A	Ca	P	Mg	Na	K	Fe			
<b>Завтрак</b>																				
Макаронные изделия отварные	№332,516	180	6,60	4,70	40,00	233,00	0,00	0,12	0,00	0,72	30,00	43,80	55,20	14,40	207,60	8,40	0,54			
Гуляш из курлицы (филе)	ТТК № 51	100	26,90	3,80	2,00	150,00	0,10	0,21	1,37	0,00	0,00	15,60	0,00	91,66	0,00	0,00	1,60			
Хлеб пшеничный		20	1,40	0,20	9,80	47,00	0,02	0,01	0,00	0,18	0,00	4,00	13,00	4,80	99,80	18,60	0,22			
Хлеб ржаной		20	1,53	0,20	10,20	48,90	0,04	0,02	0,00	0,14	0,00	7,00	31,60	9,40	122,00	49,00	0,78			
Чай с сахаром	№ 685	200	0,18	0,04	13,66	26,40	0,00	0,01	0,03	0,08	0,00	14,10	8,30	6,40	2,70	25,00	0,80			
Сок абрикосовый, вырабатываемый промышленностью в индивидуальной упаковке	№ 707	200	0,60	0,40	32,60	140,00	0,04	0,02	4,00	0,20	0,00	40,00	24,00	18,00	32,00	300,00	0,80			
<b>Итого за завтрак</b>		<b>720</b>	<b>37,21</b>	<b>9,34</b>	<b>108,26</b>	<b>645,30</b>	<b>0,20</b>	<b>0,38</b>	<b>5,40</b>	<b>1,32</b>	<b>30,00</b>	<b>124,50</b>	<b>132,10</b>	<b>144,66</b>	<b>464,10</b>	<b>401,00</b>	<b>4,74</b>			
<b>Обед</b>																				
Салат из свеклы с изюмом	№20 С.р. 2001г.	100	1,54	6,08	15,66	106,00	0,02	0,04	1,76	0,64	0,00	9,45	41,80	70,00	38,80	313,70	1,26			
Рассольник ленинградский со сметаной	№ 132	260	2,40	6,10	15,70	129,00	0,03	0,08	6,94	0,95	35,00	27,50	70,30	34,25	171,50	480,80	0,67			
Жаркое по-домашнему	№ 436	200	19,40	19,60	21,40	342,00	0,03	0,10	3,84	3,00	10,00	17,02	170,00	23,85	88,00	952,00	1,78			
Хлеб пшеничный		25	1,75	0,25	12,25	58,75	0,03	0,01	0,00	0,23	0,00	5,00	16,25	3,50	124,75	23,25	0,28			
Хлеб ржаной		20	1,53	0,20	10,20	48,90	0,04	0,02	0,00	0,14	0,00	7,00	31,60	9,40	122,00	49,00	0,78			
Компот "Клубничка" из замороженной клубники	ТТК №36	200	0,30	0,10	20,90	83,00	0,01	0,02	9,66	0,12	0,00	33,76	9,20	21,50	7,20	64,40	0,59			
Кондитерское изделие (печенье)		50	3,76	9,50	72,16	230,00	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	10,00	34,50	6,50	0,00	0,00	0,05			
<b>Итого за обед</b>		<b>855</b>	<b>30,68</b>	<b>41,83</b>	<b>168,27</b>	<b>997,65</b>	<b>0,21</b>	<b>0,27</b>	<b>22,20</b>	<b>5,08</b>	<b>45,00</b>	<b>109,73</b>	<b>373,65</b>	<b>169,00</b>	<b>552,25</b>	<b>1883,15</b>	<b>5,41</b>			
<b>Итого за день</b>		<b>1575</b>	<b>67,89</b>	<b>51,17</b>	<b>276,53</b>	<b>1642,95</b>	<b>0,41</b>	<b>0,65</b>	<b>27,60</b>	<b>6,40</b>	<b>75,00</b>	<b>234,23</b>	<b>505,75</b>	<b>313,66</b>	<b>1016,35</b>	<b>2284,15</b>	<b>10,15</b>			

**Неделя 2 День 6 ( суббота)**

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход, г	Пищевые вещества				Эл, ккал	Витамины, мг							Минеральный вещества, мг					
			Белки, г	Жиры, г	Углевод			В1	В2	С	РР	А	Са	Р	Mg	Na	К	Fe		
<b>завтрак</b>	Дашевник с творогом (со стужённым молоком)	№132 С.р.2001г.	220	20,29	13,06	55,81	380,00	0,20	0,60	0,07	1,40	119,60	321,40	416,00	51,60	327,00	231,00	0,55		
	Дайо отварное	№337	40	4,80	4,10	0,28	56,60	0,03	0,18	0,00	0,08	56,00	22,00	74,00	21,60	28,40	61,20	1,08		
Хлеб пшеничный		30	2,10	0,30	14,70	70,50	0,03	0,01	0,00	0,27	0,00	6,00	19,50	4,20	149,70	27,90	0,33			
Хлеб ржаной		30	2,30	0,30	15,30	73,35	0,06	0,02	0,00	0,21	0,00	10,50	47,40	14,10	183,00	73,50	1,17			
Чай с сахаром	№ 685	200	0,18	0,04	13,66	26,40	0,00	0,01	0,03	0,08	0,00	14,10	8,30	6,40	2,70	25,00	0,80			
Кондитерское изделие (мини кекс)		33	1,98	10,56	41,25	156,40	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	17,25	3,25	0,00	0,00	0,03			
<b>Итого за завтрак</b>			<b>553</b>	<b>31,65</b>	<b>28,36</b>	<b>141,00</b>	<b>763,25</b>	<b>0,35</b>	<b>0,82</b>	<b>0,10</b>	<b>2,04</b>	<b>175,60</b>	<b>379,00</b>	<b>582,45</b>	<b>101,15</b>	<b>690,80</b>	<b>418,60</b>	<b>3,96</b>		
<b>Обед</b>	Помидор свежий порционно	ст 70-71	100	1,10	0,20	3,70	23,00	0,07	0,03	25,00	0,53	133,00	14,00	26,00	20,00	40,00	290,00	1,40		
	Суп лоботельский	№93, с6.р.2008г	250	5,90	2,60	25,30	149,00	0,03	0,05	7,00	0,65	52,75	26,00	52,50	71,00	164,00	256,00	2,50		
	Рагу из овощей	№224	180	3,60	7,30	18,20	154,00	0,04	0,07	10,75	0,96	98,40	42,00	68,40	32,40	30,00	476,40	1,07		
	Фрикаделька из мяса говядины, тушёные в соусе	№471	100	10,00	9,70	5,50	150,00	0,02	0,08	1,28	131,00	13,00	24,35	131,00	19,36	209,00	195,00	1,62		
	Хлеб пшеничный		25	1,75	0,25	12,25	58,75	0,03	0,01	0,00	0,23	0,00	5,00	16,25	3,50	124,75	23,25	0,28		
	Хлеб ржаной		25	1,91	0,25	12,75	61,13	0,05	0,02	0,00	0,18	0,00	8,75	39,50	11,75	152,50	61,25	0,98		
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,40	0,00	2,60	1,80	0,20	0,30			
<b>Итого за обед</b>			<b>880</b>	<b>25,26</b>	<b>20,40</b>	<b>105,20</b>	<b>705,88</b>	<b>0,24</b>	<b>0,26</b>	<b>44,03</b>	<b>133,55</b>	<b>297,15</b>	<b>127,50</b>	<b>333,65</b>	<b>160,61</b>	<b>722,05</b>	<b>1302,10</b>	<b>8,15</b>		
<b>Итого за день</b>			<b>1433</b>	<b>56,91</b>	<b>48,76</b>	<b>246,20</b>	<b>1469,13</b>	<b>0,58</b>	<b>1,08</b>	<b>44,13</b>	<b>135,59</b>	<b>472,75</b>	<b>506,50</b>	<b>916,10</b>	<b>261,76</b>	<b>1412,85</b>	<b>1720,70</b>	<b>12,11</b>		

Среднее значение за период:

	1576,75	55,88	57,46	241,58	1616,79	0,53	4,84	45,03	47,90	280,92	366,17	771,46	250,01	1393,27	2095,73	13,18
--	---------	-------	-------	--------	---------	------	------	-------	-------	--------	--------	--------	--------	---------	---------	-------

Технолог:



В. А. Лебедева