|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Согласовано: |  |  |  | Утверждаю:Индивидуальный предприниматель\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Гергокова Л.Л.31 августа 2023 г |
| Директор МКОУ "СОШ № 2 ст. Преградная" |  |
|   | Печелиева А. В. |  |
| 31 августа 2023 г. |  |  |

|  |
| --- |
| **Примерное 2-х недельное меню для учащихся 12 лет и старше, больных целиакией** |
|  |  |
| № рец. | **Наименование блюд** | **Выход** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** | **Калорийность, ккал** |  |
| **1 неделя** |  |
| **1 ДЕНЬ** |  |
| **ЗАВТРАК** |  |
| №340 сбор.2004/210 Дели 2015 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ  | 80 | 7,610 | 8,840 | 5,744 | 133 |  |
| №173/2015г,Дели | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЁННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ  | 250/5 | 9,437 | 11,717 | 44,092 | 320 |  |
|  №376 Дели 2015  | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15/7 | 0,273 | 0,057 | 15,230 | 63 |  |
|   | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ  | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |  |
| **Итого:** | **582** | **18,820** | **20,864** | **82,316** | **593** |  |
| **ОБЕД** |  |
| № 338/2015 г Дели | ФРУКТ (Яблоко) | 120 | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 53 |  |
| №47/2015г,Дели | САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ  | 100 | 1,551 | 5,080 | 15,175 | 113 |  |
| № 111 сб.рецептур 2004 г. | БОРЩ СИБИРСКИЙ (без томатной пасты) | 250 | 3,730 | 2,350 | 31,480 | 162 |  |
| №266/2015г,Дели | БИФШТЕКС РУБЛЕНЫЙ | 100г | 15,283 | 14,827 | 9,865 | 234 |  |
| №302/2015г,Дели | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ  | 180 | 7,940 | 6,470 | 53,050 | 302 |  |
| № 705 Сбор. рецеп. 2004 г | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА | 200 | 0,210 | 0,050 | 15,020 | 61 |  |
|   | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ 40 г | 40 | 1,92 | 1,96 | 8,8 | 59 |  |
| **Итого:** | **990** | **31,114** | **31,217** | **140,700** | **984** |  |
|  | **ВСЕГО** | **1572** | **49,934** | **52,081** | **223,016** | **1577** |  |
| **2 ДЕНЬ** |  |
| **ЗАВТРАК** |  |
| № 338 Дели 2015 г | ФРУКТ (Мандарин) | 90 | 0,480 | 0,480 | 4,760 | 56 |  |
| №14/2015г Дели | Масло Сливочное (Порциями) | 10 | 7,30 | 7,55 | 0,8 | 100 |  |
| №173/2015г,Дели | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ (с маслом) | 250/ 5 | 8,585 | 9,537 | 56,178 | 345 |  |
| №377/2015г,Дели | ЧАЙ С ЛИМОНОМ  | 200/ 15 | 0,320 | 0,140 | 20,440 | 84 |  |
|   | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ  | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |  |
| **Итого:** | **595** | **18,185** | **17,96** | **99,428** | **662** |  |
| **ОБЕД** |  |
| №52/2015г,Дели | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом) | 100 | 0,758 | 1,088 | 8,360 | 46 |  |
| №99/2015г,Дели | СУП ОВОЩНОЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 250 /10 | 3,275 | 4,332 | 25,045 | 152 |  |
| №291/2015г,Дели | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (без томатной пасты) | 50/180 | 20,200 | 22,195 | 39,166 | 442 |  |
| №348/2015г,Дели | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,440 | 0,020 | 29,760 | 121 |  |
|   | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ  | 40 | 1,92 | 1,96 | 8,8 | 59 |  |
| **Итого:** | **830** | **26,593** | **29,595** | **111,131** | **820** |  |
|  | **ВСЕГО** | **1425** | **44,778** | **47,552** | **210,559** | **1482** |  |
| **3 ДЕНЬ** |  |
| **ЗАВТРАК** |  |
| № 338/2015 г Дели | ФРУКТ (Банан) | 120 | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 53 |  |
| №29/2015г,Дели | Яицо отварное | 1 шт | 6,255 | 5,918 | 0,28 | 79 |  |
| №303/2015г,Дели | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА с маслом | 200/5 | 9,181 | 11,940 | 50,409 | 346 |  |
| №378/2015г,Дели | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 0,210 | 0,050 | 15,020 | 61 |  |
|   | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ  | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |  |
| **Итого:** | **598** | **17,626** | **18,638** | **94,719** | **616** |  |
| **ОБЕД** |  |
| № 338/2015 г Дели | ФРУКТ (Груша) | 120 | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 53 |  |
| № 59/2015 г Дели | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ  | 100 | 0,990 | 0,140 | 8,780 | 40 |  |
| №88/2015г,Дели | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (без томатной пасты) | 250 | 2,430 | 3,680 | 10,400 | 88 |  |
| №260/2015г,Дели | ГУЛЯШ (без томатной пасты, пшенич.муки) | 50/50 | 15,194 | 17,678 | 10,845 | 263 |  |
| №136/2015г,Дели | ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ | 180 | 6,42 | 6,140 | 38,8 | 236 |  |
| № 631 Сбор. рецеп. 2004 г | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК | 200/15/7 | 0,440 | 0,020 | 29,760 | 121 |  |
|   | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ  | 40 | 1,92 | 1,96 | 8,8 | 59 |  |
| **Итого:** | **1012** | **27,874** | **30,098** | **119,145** | **860** |  |
|  | **ВСЕГО** | **1610** | **45,500** | **48,736** | **213,864** | **1476** |  |
| **4 ДЕНЬ** |  |
| **ЗАВТРАК** |  |
| №340 сбор.2004/210 Дели 2015 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ  | 80 | 7,610 | 8,840 | 5,744 | 133 |  |
| №173/2015г,Дели | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЁННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ  | 250/5 | 9,437 | 11,717 | 44,092 | 320 |  |
| №376 Дели 2015  | ЧАЙ С САХАРОМ  | 200/15/7 | 0,273 | 0,057 | 15,230 | 63 |  |
|   | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ  | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |  |
| **Итого:** | **582** | **18,820** | **20,864** | **82,316** | **593** |  |
| **ОБЕД** |  |
| №45/2015г,Дели | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 100 | 1,551 | 4,085 | 15,175 | 104 |  |
| №102/2015г,Дели | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 250 | 3,816 | 3,475 | 26,965 | 156 |  |
| №289/2015г,Дели | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (без томатной пасты, пшенич.муки) | 180/50г | 20,772 | 19,855 | 49,180 | 459 |  |
| № 704 2004 г | НАПИТОК ИЗ КУРАГИ | 200/15 | 0,210 | 0,050 | 15,020 | 61 |  |
|   | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ  | 40 | 1,92 | 1,96 | 8,8 | 59 |  |
| **Итого:** | **835** | **28,269** | **29,425** | **115,140** | **839** |  |
|  | **ВСЕГО** | **1417** | **47,089** | **50,289** | **197,456** | **1432** |  |
| **5 ДЕНЬ** |  |
| **ЗАВТРАК** |  |
| № 338 Дели 2015 г | ФРУКТ (Апельсин) | 90 | 0,480 | 0,480 | 4,760 | 56 |  |
| №14/2015г Дели | Масло Сливочное (Порциями) | 10 | 7,30 | 7,55 | 0,8 | 97 |  |
| №173/2015г,Дели | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ (с маслом) | 250/ 5 | 8,585 | 9,537 | 56,178 | 345 |  |
| №377/2015г,Дели | ЧАЙ С ЛИМОНОМ  | 200 | 0,320 | 0,140 | 20,440 | 84 |  |
|   | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ  | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |  |
| **Итого:** | **580** | **18,185** | **17,957** | **99,428** | **659** |  |
| **ОБЕД** |  |
| № 338/2015 г Дели | ФРУКТ (яблоко зеленое) | 120 | 0,480 | 0,480 | 26,74 | 113 |  |
| № 62 Дели 2015 г | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ  | 100 | 1,430 | 3,051 | 9,105 | 68 |  |
| №88/2015г,Дели | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (без томатной пасты) | 250 | 2,430 | 3,680 | 10,400 | 84 |  |
| № 464 Сбор. рецеп. 2004 г | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (без пшенич.хлеба) | 100 | 12,270 | 12,280 | 1,760 | 172 |  |
| Сб.,М:ДеЛи плюс,2015,рец.№199 | ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ  | 180 | 9,114 | 6,260 | 42,956 | 265 |  |
| № 705 Сбор. рецеп. 2004 г | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА | 200 | 0,210 | 0,050 | 15,020 | 61 |  |
|   | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ  | 40 | 1,92 | 1,96 | 8,8 | 59 |  |
| **Итого:** | **990** | **27,854** | **27,761** | **114,781** | **822** |  |
|  | **ВСЕГО** | **1370** | **46,039** | **45,718** | **214,209** | **1481** |  |
| **6 ДЕНЬ** |  |
| **ЗАВТРАК** |  |
| № 338/2015 г Дели | ФРУКТ (Груша) | 120 | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 53 |  |
| №29/2015г,Дели | Яицо отварное | 1 шт | 6,255 | 5,918 | 0,28 | 79 |  |
| № 305, Сбор. рец 2004 г | КАША МОЛОЧНАЯ "ЯНТАРНАЯ" с МАСЛОМ | 200/5 | 9,146 | 13,700 | 42,128 | 328 |  |
| №378/2015г,Дели | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200/15 | 0,210 | 0,050 | 15,020 | 61 |  |
|   | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |  |
| **Итого:** | **613** | **17,591** | **20,398** | **86,438** | **598** |  |
| **ОБЕД** |  |
| №47/2015г,Дели | САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ  | 100 | 1,551 | 4,080 | 15,175 | 104 |  |
| №97/2015г,Дели | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ | 250 /10 | 4,900 | 5,000 | 25,045 | 166 |  |
| № 268/2015г,Дели | КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ (без пшенич.муки,хлеба,сухарей) | 100г | 16,478 | 14,950 | 7,340 | 230 |  |
| №139/2015г,Дели | КАПУСТА ТУШЕНАЯ (без томатной пасты, пшенич.муки) | 180 | 4,300 | 4,570 | 28,900 | 172 |  |
| № 700 Сбор. рецеп. 2004 г | НАПИТОК ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КЛЮКВЫ | 200 | 0,125 | 0,050 | 24,877 | 100 |  |
|   | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ  | 40 | 1,92 | 1,96 | 8,8 | 59 |  |
| **Итого:** | **850** | **29,274** | **30,610** | **110,137** | **831** |  |
|  | **ВСЕГО** | **1463** | **46,865** | **51,008** | **196,575** | **1429** |  |
| **2 неделя** |  |
| **1 ДЕНЬ** |  |
| **ЗАВТРАК** |  |
| №340 сбор.2004/210 Дели 2015 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ  | 80 | 7,610 | 8,840 | 5,744 | 133 |  |
| №173/2015г,Дели | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЁННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ  | 250/5 | 9,437 | 11,717 | 44,092 | 317 |  |
|  №376 Дели 2015  | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15/7 | 0,273 | 0,057 | 15,230 | 63 |  |
|   | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ  | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |  |
| **Итого:** | **582** | **18,820** | **20,864** | **82,316** | **590** |  |
| **ОБЕД** |  |
| № 338/2015 г Дели | ФРУКТ (Банан) | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 53 |  |
| №45/2015г,Дели | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 100 | 1,551 | 4,085 | 15,175 | 104 |  |
| № 111 сб.рецептур 2004 г. | БОРЩ СИБИРСКИЙ (без томатной пасты) | 250 | 3,730 | 2,350 | 31,480 | 162 |  |
| № 281/2015г,Дели | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (без хлеба) | 100 | 16,750 | 13,300 | 8,400 | 220 |  |
| №304/2015г,Дели | РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ  | 180/5 | 4,640 | 5,270 | 36,060 | 210 |  |
| № 631 Сбор. рецеп. 2004 г | КОМПОТ ИЗ УРЮКА | 200/15 | 0,210 | 0,050 | 15,020 | 61 |  |
|   | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ  | 40 | 1,92 | 1,96 | 8,8 | 59 |  |
| **Итого:** | **1010** | **29,281** | **27,495** | **126,695** | **869** |  |
|  | **ВСЕГО** | **1592** | **48,101** | **48,359** | **209,011** | **1459** |  |
| **2 ДЕНЬ** |  |
| **ЗАВТРАК** |  |
| № 338 Дели 2015 г | ФРУКТ (Мандарин) | 90 | 0,480 | 0,480 | 4,760 | 56 |  |
| №14/2015г Дели | Масло Сливочное (Порциями) | 10 | 7,30 | 7,55 | 0,8 | 97 |  |
| №173/2015г,Дели | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ (с маслом) | 250/ 5 | 8,585 | 9,537 | 56,178 | 345 |  |
| №377/2015г,Дели | ЧАЙ С ЛИМОНОМ  | 200 | 0,320 | 0,140 | 20,440 | 84 |  |
|   | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ  | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |  |
| **Итого:** | **580** | **18,185** | **17,957** | **99,428** | **659** |  |
| **ОБЕД** |  |
| №52/2015г,Дели | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом) | 100 | 0,758 | 1,088 | 8,360 | 46 |  |
| №99/2015г,Дели | СУП ОВОЩНОЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 250 /10 | 3,275 | 4,332 | 25,045 | 152 |  |
| №288/2015г,Дели | ПТИЦА ОТВАРНАЯ  | 100 | 15,990 | 16,170 | 7,320 | 238 |  |
| № 541/2004 год | РАГУ ОВОЩНОЕ  | 180 | 4,360 | 4,850 | 35,300 | 203 |  |
| № 705 Сбор. рецеп. 2004 г | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА | 200 | 0,210 | 0,050 | 15,020 | 61 |  |
|   | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ  | 40 | 1,920 | 1,96 | 8,8 | 59 |  |
| **Итого:** | **880** | **26,513** | **28,450** | **109,85** | **802** |  |
|  | **ВСЕГО** | **1460** | **44,698** | **46,407** | **209,278** | **1461** |  |
| **3 ДЕНЬ** |  |
| **ЗАВТРАК** |  |
| № 338/2015 г Дели | ФРУКТ (Груша) | 120 | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 53 |  |
| №29/2015г,Дели | ЯЙЦО ОТВАРНОЕ | 1 шт | 6,255 | 5,918 | 0,28 | 79 |  |
| №303/2015г,Дели | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА с маслом | 200/5 | 9,181 | 11,940 | 50,409 | 346 |  |
| №378/2015г,Дели | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 0,210 | 0,050 | 15,020 | 61 |  |
|   | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ  | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |  |
| **Итого:** | **598** | **17,626** | **18,638** | **94,719** | **616** |  |
| **ОБЕД** |  |
| № 338 Дели 2015 г | ФРУКТ (Яблоко красное) | 120 | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 56 |  |
| №47/2015г,Дели | САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ  | 100 | 1,551 | 4,080 | 15,175 | 104 |  |
| №98/2015г,Дели | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ  | 250г | 2,356 | 1,400 | 12,900 | 74 |  |
| № 371 Сбор.2004г | ГОРБУША ПРИПУЩЕННАЯ | 100 | 17,070 | 18,650 | 2,020 | 244 |  |
| №312/2015г,Дели | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ  | 180/5 | 3,864 | 4,460 | 50,480 | 258 |  |
| №348/2015г,Дели | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,210 | 0,050 | 15,020 | 61 |  |
|   | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ  | 40 | 1,92 | 1,96 | 8,8 | 59,2 |  |
| **Итого:** | **995** | **27,451** | **31,080** | **116,155** | **856** |  |
|  | **ВСЕГО** | **1593** | **45,077** | **49,718** | **210,874** | **1472** |  |
| **4 ДЕНЬ** |  |
| **ЗАВТРАК** |  |
| №340 сбор.2004/210 Дели 2015 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ  | 80 | 7,610 | 8,840 | 5,744 | 133 |  |
| №173/2015г,Дели | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЁННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ  | 250/5 | 9,437 | 11,717 | 44,092 | 320 |  |
| №376/2015г,Дели | ЧАЙ С САХАРОМ  | 200/15/7 | 0,273 | 0,057 | 15,230 | 63 |  |
|   | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ  | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |  |
| **Итого:** | **582** | **18,820** | **20,864** | **82,316** | **593** |  |
| **ОБЕД** |  |
| № 338 Дели 2015 г | ФРУКТ(Мандарин) | 120 | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 53 |  |
| №45/2015г,Дели | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 100 | 1,551 | 4,085 | 15,175 | 104 |  |
| №102/2015г,Дели | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 250 | 3,816 | 3,475 | 26,965 | 156 |  |
| №291/2015г,Дели | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (без томатной пасты) | 50/180 | 20,200 | 22,195 | 39,166 | 437 |  |
| № 704 2004 г | НАПИТОК ИЗ КУРАГИ | 200/15 | 0,210 | 0,050 | 15,020 | 61 |  |
|   | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ | 40 | 1,92 | 1,96 | 8,8 | 59,2 |  |
| **Итого:** | **955** | **28,177** | **32,245** | **116,886** | **870** |  |
|  | **ВСЕГО** | **1537** | **46,997** | **53,109** | **199,202** | **1463** |  |
| **5 ДЕНЬ** |  |
| **ЗАВТРАК** |  |
| № 338 Дели 2015 г | ФРУКТ (Мандарин) | 90 | 0,480 | 0,480 | 4,760 | 56 |  |
| №14/2015г Дели | Масло Сливочное (Порциями) | 10 | 7,30 | 7,55 | 0,8 | 97 |  |
| №173/2015г,Дели | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ (с маслом) | 250/ 5 | 8,585 | 9,537 | 56,178 | 345 |  |
| №377/2015г,Дели | ЧАЙ С ЛИМОНОМ  | 200 | 0,320 | 0,140 | 20,440 | 84 |  |
|   | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ  | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |  |
| **Итого:** | **580** | **18,185** | **17,957** | **99,428** | **659** |  |
| **ОБЕД** |  |
| № 338 Дели 2015 г | ФРУКТ (Банан) | 120 | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 56 |  |
| № 62 Дели 2015 г | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ  | 100 | 1,430 | 3,051 | 9,105 | 68 |  |
| №88/2015г,Дели | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (без томатной пасты) | 250 | 2,430 | 3,680 | 10,400 | 88 |  |
| №288/2015г,Дели | ПТИЦА ОТВАРНАЯ  | 100 | 15,990 | 16,170 | 7,320 | 238 |  |
| №302/2015г,Дели | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ  | 180 | 7,940 | 6,470 | 53,050 | 302 |  |
| № 631 Сбор. рецеп. 2004 г | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК | 200 | 0,440 | 0,020 | 31,760 | 129 |  |
|   | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ  | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |  |
| **Итого:** | **975** | **30,210** | **30,121** | **140,645** | **958** |  |
|  | **ВСЕГО** | **1555** | **48,395** | **48,078** | **240,073** | **1617** |  |
| **6 ДЕНЬ** |  |
| **ЗАВТРАК** |  |
| № 338/2015 г Дели | ФРУКТ (Апельсин) | 120 | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 53 |  |
| №29/2015г,Дели | Яицо отварное | 1 шт | 6,255 | 5,918 | 0,28 | 79 |  |
| №303/2015г,Дели | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА с маслом | 200/5 | 9,181 | 11,940 | 50,409 | 346 |  |
| №378/2015г,Дели | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 0,210 | 0,050 | 15,020 | 61 |  |
|   | ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ  | 25 | 1,5 | 0,25 | 17,25 | 77 |  |
| **Итого:** | **598** | **17,626** | **18,638** | **94,719** | **616** |  |
| **ОБЕД** |  |
| №47/2015г,Дели | САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ  | 100 | 1,551 | 4,080 | 15,175 | 104 |  |
| №97/2015г,Дели | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 250\10 | 4,900 | 5,000 | 25,045 | 166 |  |
| № 268/2015г,Дели | КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ (без пшенич.муки,хлеба,сухарей) | 100г | 16,478 | 14,950 | 7,340 | 230 |  |
| № 541/2004 год | РАГУ ОВОЩНОЕ  | 180 | 4,360 | 4,850 | 35,300 | 203 |  |
| № 700 Сбор. рецеп. 2004 г | НАПИТОК ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КЛЮКВЫ  | 200 | 0,125 | 0,050 | 24,877 | 100 |  |
|   | ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ  | 40 | 1,92 | 1,96 | 8,8 | 59,2 |  |
| **Итого:** | **885** | **29,334** | **30,890** | **116,537** | **862** |  |
|  | **Всего** | **1483** | **46,960** | **49,528** | **211,256** | **1478** |  |