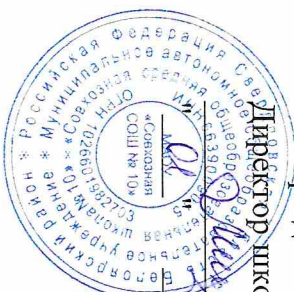


"Утверждаю"

Директор школы

О.В. Михеева

2025г



Примерное 10-ти дневное меню в столовой

МАОУ "Совхозная средняя общеобразовательная школа №10"

на 2025 - 2026 учебный год

Возрастная категория: 7-11 лет для детей с ОВЗ

Длительность пребывания детей в школе: до 6 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	ккал			связанность	мг							№ тех. карты		
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg		Fe	
Неделя 1 день 1																
Завтрак	Каша рисовая вязкая на молоке	200/10/10	7,05	8,1	35	260,1	0,06	1,42	0,08	0,28	131	169,4	37,2	0,56	253	
	Какао с молоком витаминизированное	200/10	3,9	3	25	136	0,04	1,3	0,02	0	124	110	27	0,8	496	
	Хлеб витаминизированный пшеничный	30	2,6	0,24	13,7	65,9	0,03	0	0	0,3	3	19,5	4,2	0,33		
	Бутерброд с маслом слив. и сыром	40	6	8,1	7,8	129	0,02	0,1	0,06	0,3	137	99	10	0,3	91	
	ИТОГО	500	19,55	19,44	81,5	591	0,15	2,82	0,16	0,88	395	397,9	78,4	1,99		
Обед	Соленый отулец порционный	60	0,5	0,06	1,02	7,8	0,02	3,01	0	0,06	13,8	14,4	8,4	0,36	107	
	Уха с перловой крупой	200	6	5,79	12,84	133	0,08	6,32	0,024	0,6	51	132,6	38,6	1	151	
	Котлета из мяса говядины	90	10,09	14,06	12,9	230	0,08	0	0,04	0,4	35	166	23,4	2,5	381	
	Макаронные изделия отварные	150	5,7	3,67	33	187	0,06	0,01	0	0,8	5,7	35,7	8,1	0,8	291	
	Соус томатный	30	0,8	0,7	2,7	21,3	0,01	0,8	8	0,5	2	0	4	0,5	587	
	Чай с сахаром и лимоном	200/15/8	0,1	0	15,2	61	0	2,8	0	0	14,2	4	2	0,4	494	
	Хлеб витаминизированный пшеничный	30	2,6	0,24	13,7	65,9	0,03	0	0	0,3	3	19,5	4,2	0,33		
	Хлеб ржано-пшеничный с витаминно-минеральной смесью	30	0,8	0,36	10,2	54,3	0,05	0	0	0	10,5	47,4	14,1	1,17		
		ИТОГО	813	26,59	24,88	101,56	760,3	0,33	12,94	8,064	2,66	135,2	419,6	102,8	7,06	
		ИТОГО В ДЕНЬ	1313	46,14	44,32	183,06	1351,3	0,48	15,76	8,224	3,54	530,2	817,5	181,2	9,05	

Прим пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Элементы (мг/г)										№ тех. карты
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
Неделя 1 день 2																	
Завтрак	Каша манная	200/10/10	11	10,8	30,86	225,9	0,078	1,38	0,052	0,52	132,8	121,2	20,2	0,44	262		
	Йогурт вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	0,03	0	0,1	0,2	22	77	5	1	300		
	Бутерброд с маслом (сливочным или шоколадным)	40	1,8	4,8	10	125	0,02	0	0,12	0,4	6	17	3	0,3	93		
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0	0	0	0	11	3	1	0,3	493		
	Хлеб витаминизированный пшеничный	30	2,6	0,24	13,7	65,9	0,03	0	0	0,3	3	19,5	4,2	0,33			
	ИТОГО	505	20,6	20,44	69,86	539,8	0,158	1,38	0,272	1,42	174,8	237,7	33,4	2,37	50		
	Салат из свеклы	60	0,9	3,31	5,06	56,3	0,01	3,4	0	1,38	19,8	22,9	11,4	0,8			
	Щи из свежей капусты со сметаной	200	1,28	6,8	8,98	82,6	0,03	14,7	0	1,9	32,2	29	14	0,5	140		
	Тертельки из мяса говядины с рисом, в томатном соусе	100	12,01	12,9	16,1	185	0,03	0,26	0,02	0,02	36	62	14	3,6	462		
	Обед	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,02	6	37,11	246	0,2	0	0,04	0,61	14,26	202	136,4	4,5	237	
Витаминизированный напиток		200	0	0	18,4	74	0,06	30	0,5	0	0	0	0	0	617		
Хлеб витаминизированный пшеничный		30	2,6	0,24	13,7	65,9	0,03	0	0	0,3	3	19,5	4,2	0,33			
Хлеб ржано-пшеничный с витаминно-минеральной смесью		30	0,8	0,36	10,2	54,3	0,05	0	0	0	10,5	47,4	14,1	1,17			
ИТОГО		770	23,61	29,61	109,55	764,1	0,41	48,36	0,56	4,21	115,76	382,8	194,1	10,9			
ИТОГО В ДЕНЬ		1275	44,21	50,05	179,41	1303,9	0,568	49,74	0,832	5,63	290,56	620,5	227,5	13,27			

Примечания	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)							№ тех. карты	
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг		Fe
Неделя 1 день 3															
	Каша пшенная вязкая на молоке	200/10/10	7,8	9,46	33,5	283,6	0,19	1,46	0,056	0,16	144,6	193	43	1,2	267
	Бутерброд с маслом и джемом	40	1,2	4,2	20,4	124	0,02	0,1	0,03	0,2	6	12	3	0,4	96
Завтрак	Хлеб витаминизированный пшеничный	30	2,6	0,24	13,7	65,9	0,03	0	0	0,3	3	19,5	4,2	0,33	
	Кофейный напиток	200/10	4,2	2,7	15,9	79	0,04	1,3	0,02	0	126	90	14	0,1	501
	ИТОГО	500	15,8	16,6	83,5	552,5	0,28	2,86	0,106	0,66	279,6	314,5	64,2	2,03	
	Банан	100	1,5	0,8	21	96	0,04	10	0	0,4	8	28	42	0,6	112
	Борщ "Белорусский" с курой и сметаной	200	1,7	8,05	11,64	90	0,044	7,96	0	1,94	21	53,6	15,6	0,58	154
	Жаркое по-домашнему	250	19,8	15,2	27	312,5	0,123	6,7	0	3,09	30	205	42	3,86	482
Обед	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	27	110	0,01	0,5	0	0	28	19	7	1,5	508
	Хлеб витаминизированный пшеничный	30	2,6	0,24	13,7	65,9	0,03	0	0	0,3	3	19,5	4,2	0,33	
	Хлеб ржано-пшеничный с витаминно-минеральной смесью	30	0,8	0,36	10,2	54,3	0,05	0	0	0	10,5	47,4	14,1	1,17	
	ИТОГО	810	26,9	24,65	110,54	728,7	0,297	25,16	0	5,73	100,5	372,5	124,9	8,04	
	ИТОГО В ДЕНЬ	1310	42,7	41,25	194,04	1281,2	0,577	28,02	0,106	6,39	380,1	687	189,1	10,07	

Присл пищи	Наименование блюда	Масса порции	Липидовые вещества			Энергиче- ская ценность	Макроэлементы (г/100 г)							№ тех. карты		
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг		Fe	
Неделя 1 день 4																
Завтрак	Каша "Геркулесова"	200/10/10	8,56	14,12	31,5	287,4	0,18	1,42	0,08	0,8	154,6	241,6	71	1,7	247	
	Йогурт в асортименте	100	7,5	5,2	17	174	0,06	1,2	0,04	0	238	182	28	0,2		
	Хлеб витаминизированный пшеничный	30	2,6	0,24	13,7	65,9	0,03	0	0	0,3	3	19,5	4,2	0,33		
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0	0	0	0	11	3	1	0,3	493	
	ИТОГО	565	18,76	19,56	77,2	587,3	0,27	2,62	0,12	1,1	406,6	446,1	104,2	2,53		
	Салат из моркови	60	0,6	6,08	5,48	82,8	0,01	1,92	0	2,8	14,4	29,5	19,8	0,36	7	
	Суп "Крестьянский" с крупой и курой	200	6,6	4,08	15,6	90	0,04	7,96	0	1,94	21	27,2	15,6	0,58	154	
	Гуляш из филе цыпленка-бройлера	90	8,98	7,5	18,7	125	0,05	0,781	0,033	0,55	40,24	97	19,08	0,88	437	
	Рис припущенный	150	3,9	6,05	36,9	198,34	0,11	0	0,04	0,27	19,277	275,3	87,34	2,05	415	
	Сок в асортименте	200	1	0,2	0,2	92	0,02	4	0	0	14	0	0	2,8	518	
Хлеб витаминизированный пшеничный	30	2,6	0,24	13,7	65,9	0,03	0	0	0,3	3	19,5	4,2	0,33			
Хлеб ржано-пшеничный с витаминно-минеральной смесью	30	0,8	0,36	10,2	54,3	0,05	0	0	0	10,5	47,4	14,1	1,17			
<i>с 1 марта Огурец свежий</i>			60	0,66	0,12	6	14,45	0,036	1,5	0	0,42	8,43	15,6	1,2	0,54	106
<i>ИТОГО с 1 марта</i>			<i>760</i>	<i>24,54</i>	<i>18,55</i>	<i>101,3</i>	<i>639,99</i>	<i>0,318</i>	<i>27,74</i>	<i>0,07</i>	<i>3,48</i>	<i>116</i>	<i>482</i>	<i>152</i>	<i>8,35</i>	
<i>ИТОГО В ДЕНЬ с 1 марта</i>			<i>1325</i>	<i>43,3</i>	<i>38,11</i>	<i>178,5</i>	<i>1227,29</i>	<i>0,588</i>	<i>70,48</i>	<i>0,146</i>	<i>7,68</i>	<i>254</i>	<i>1046</i>	<i>334</i>	<i>18</i>	
<i>ИТОГО</i>			<i>760</i>	<i>24,48</i>	<i>24,51</i>	<i>100,78</i>	<i>708,34</i>	<i>0,31</i>	<i>14,661</i>	<i>0,073</i>	<i>5,86</i>	<i>122,417</i>	<i>495,9</i>	<i>160,12</i>	<i>8,17</i>	
<i>ИТОГО В ДЕНЬ</i>			<i>1325</i>	<i>43,24</i>	<i>44,07</i>	<i>177,98</i>	<i>1295,64</i>	<i>0,58</i>	<i>17,281</i>	<i>0,193</i>	<i>6,96</i>	<i>529,017</i>	<i>942</i>	<i>264,32</i>	<i>10,7</i>	

Присм пищи	Наименование блюда	Масса порции	Липиды, г/100 г			скал ленность	Элементы, мг/100 г							№ тех. карты		
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg		Fe	
Неделя 1 день 5																
Завтрак	Запеканка из творога с джемом	180/30	14,2	14,5	29,8	325	0,07	0,6	0,2	0,7	297	347	38	1	313	
	Чай с сахаром и лимоном	200/15/8	0,1	0	15,2	61	0	2,8	0	0	14,2	4	2	0,4	494	
Обед	Хлеб витаминизированный пшеничный	30	2,6	0,24	13,7	65,9	0,03	0	0	0,3	3	19,5	4,2	0,33		
	Бутерброд с маслом (сливочным или шоколадным)	40	1,8	4,8	10	125	0,02	0	0,12	0,4	6	17	3	0,3	93	
ИТОГО		503	18,7	19,54	68,7	576,9	0,12	3,4	0,32	1,4	320,2	387,5	47,2	2,03		
Обед	Салат из капусты	60	1,26	6,06	6,36	82,8	0,024	9,24	0	2,76	18	17,4	10,8	0,54	1	
	Суп с макаронными изделиями с курой	200	2,06	2,22	18,05	99,6	0,06	4,86	0	1,14	10,8	42,4	15,8	0,66	158	
	Тефтели рыбные с рисом в сметанном соусе	100	14,09	9,21	18,05	195	0,12	1,16	0,14	2,6	40	74	16	88	332	
	Пюре картофельное	150	3,15	6,6	16,35	138	0,135	5,1	0,045	0,015	39	85,5	28,5	1,05	429	
	Витаминизированный напиток	200	0	0	18,4	74	0,06	30	0,5	0	0	0	0	0	617	
	Хлеб витаминизированный пшеничный	30	2,6	0,24	13,7	65,9	0,03	0	0	0,3	3	19,5	4,2	0,33		
	Хлеб ржано-пшеничный с витаминно-минеральной смесью	30	0,8	0,36	10,2	54,3	0,05	0	0	0	10,5	47,4	14,1	1,17		
	с 1 марта Салат из квашеной капусты		60	0,96	4,08	1,8	65,6	0,012	11,38	0	2,7	25,9	19,2	9,03	0,36	48
	ИТОГО с 1 марта		770	23,66	22,71	96,55	692,4	0,467	52,2	0,685	6,755	129,2	288	87,63	91,57	
	ИТОГО В ДЕНЬ с 1 марта		1273	42,36	42,5	165,25	1269,3	0,587	55,6	1,005	8,155	448,4	675,5	134,83	91,93	
ИТОГО		770	23,96	24,69	101,11	709,6	0,479	50,36	0,685	6,815	121,3	286,2	89,4	91,75		
ИТОГО В ДЕНЬ		1273	42,66	44,23	169,81	1286,5	0,599	53,76	1,005	8,215	441,5	673,7	136,6	93,78		

Исчисл пищи	Наименование блюда	масса порции	Б	Ж	У	еская ценность	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	кал карты
Завтрак	Каша ячневая вязкая на молоке	200/10/10	7,9	11,4	24,08	254,2	0,122	1,42	0,08	0,76	167	250	37,2	0,92	255
	Какао с молоком витаминизированное	200/10	3,9	3	25	136	0,04	1,3	0,02	0	124	110	27	0,8	496
	Хлеб витаминизированный пшеничный	30	2,6	0,24	13,7	65,9	0,03	0	0	0,3	3	19,5	4,2	0,33	
	Бутерброд с маслом и джемом	40	1,2	4,2	20,4	124	0,02	0,1	0,03	0,2	6	12	3	0,4	96
	ИТОГО	500	15,6	18,84	83,18	580,1	0,212	2,82	0,13	1,26	300	391,5	71,4	2,45	107
Обед	Огурец соленый порционный	60	0,5	0,06	1,02	7,8	0,02	3,01	0	0,06	13,8	14,4	8,4	0,36	144
	Суп картофельный с бобовыми и курой	200	2,84	4,9	12,1	86,4	0,15	6,9	0,03	0,18	15,2	52,6	20,4	0,74	381
	Котлета из мяса говядины	90	10,09	14,06	12,9	230	0,08	0	0,04	0,4	35	166	23,4	2,5	291
	Макаронные изделия отварные	150	5,7	3,67	33	187	0,06	0,01	0	0,8	5,7	35,7	8,1	0,8	291
	Чай с сахаром и лимоном	200/15/8	0,1	0	15,2	61	0	2,8	0	0	0	14,2	4	2	494
	Хлеб витаминизированный пшеничный	30	2,6	0,24	13,7	65,9	0,03	0	0	0,3	3	19,5	4,2	0,33	
	Хлеб ржано-пшеничный с витаминно-минеральной смесью	30	0,8	0,36	10,2	54,3	0,05	0	0	0	10,5	47,4	14,1	1,17	
	Соус томатный	30	0,8	0,7	2,7	21,3	0,01	0,8	8	0,5	2	0	4	0,5	587
	ИТОГО	813	23,43	23,99	100,82	713,7	0,4	13,52	8,07	2,24	99,4	339,6	84,6	6,8	
	ИТОГО В ДЕНЬ	1313	39,03	42,83	184	1293,8	0,612	16,34	8,2	3,5	399,4	731,1	156	9,25	

Цирем пищи	Наименование блюда	масса порции	Б	Ж	У	еская ценность	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	кал карты
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	200/10/10	6,7	7,9	32	217	0,076	0,7	0,04	0,26	164,4	136	21	0,16	165
	Бутерброд с маслом, сыром	40	6	8,1	7,8	129	0,02	0,1	0,06	0,3	137	99	10	0,3	91
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0	0	0	0	11	3	1	0,3	493
	Хлеб витаминизированный пшеничный	30	2,6	0,24	13,7	65,9	0,03	0	0	0,3	3	19,5	4,2	0,33	
	ИТОГО	505	15,4	16,24	68,5	471,9	0,126	0,8	0,1	0,86	315,4	257,5	36,2	1,09	
Обед	Булочка в ассортименте	60	9,8	13,6	18,9	321	0,02	0,1	0,15	0,7	79	12	14	0,5	
	Расоольник "Ленинградский" с курой и сметаной	200	4,6	4,2	19,9	97	0,07	6,14	0	1,88	12,4	50,4	21	0,74	132
	Рагу овощное	200	4	10,7	17	180	0,12	15,3	0,02	3,9	68	105	39	1,4	195
	Витаминизированный напиток	200	0	0	18,4	74	0,06	30	0,5	0	0	0	0	0	617
Хлеб витаминизированный пшеничный	Хлеб витаминизированный пшеничный	30	2,6	0,24	13,7	65,9	0,03	0	0	0,3	3	19,5	4,2	0,33	
	Хлеб ржано-пшеничный с витаминно-минеральной смесью	30	0,8	0,36	10,2	54,3	0,05	0	0	0	10,5	47,4	14,1	1,17	
	ИТОГО	720	21,8	29,1	98,1	792,2	0,35	51,54	0,67	6,78	172,9	234,3	92,3	4,14	
	ИТОГО В ДЕНЬ	1225	37,2	45,34	166,6	1264,1	0,476	52,34	0,77	7,64	488,3	491,8	128,5	5,23	

Наименование блюда	порции	Б	Ж	У	еская ценность	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	калории
Неделя 2 день 8														
Каша пшеница вязкая на молоке	200/10/10	7,8	9,46	33,5	283,6	0,19	1,46	0,056	0,16	144,6	193	43	1,2	267
Дйло вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	0,03	0	0,10	0,2	22	77	5	1,00	300
Завтрак														
Бутерброд с маслом (сливочное или шоколадное)	40	1,8	4,8	10	125	0,02	0	0,12	0,4	6	17	3	0,3	93
Хлеб витаминизированный пшеничный	30	2,6	0,24	13,7	65,9	0,03	0	0	0,3	3	19,5	4,2	0,33	
Чай с сахаром и лимоном	200/15/8	0,1	0	15,2	61	0	2,8	0	0	14,2	4	2	0,4	496
ИТОГО	503	17,4	19,10	72,7	598,5	0,27	4,26	0,276	1,06	189,8	310,5	57,2	3,23	
Сагат из моркови	60	0,6	6,08	5,48	82,8	0,01	1,92	0	2,8	14,4	29,5	19,8	0,36	7
Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	1,46	4	8,52	76	0,03	8,24	0	1,95	27,6	42,4	21	0,96	128
Плов из филе цыпленка - бройлера	250	20,53	14,51	36,6	343,8	0,123	6,8	0	3,09	30,5	205	42,47	3,86	492
Хлеб витаминизированный пшеничный	30	2,6	0,24	13,7	65,9	0,03	0	0	0,3	3	19,5	4,2	0,33	
Хлеб ржано-пшеничный с витаминно-минеральной смесью	30	0,8	0,36	10,2	54,3	0,05	0	0	0	10,5	47,4	14,1	1,17	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	27	110	0,01	0,5	0	0	28	19	7	1,5	508
с 1 марта Огурец свежий	60	0,66	0,12	6	14,45	0,036	15	0	0,42	8,43	15,6	12	0,54	106
ИТОГО с 1 марта	770	26,55	19,23	102,02	661,15	0,279	30,54	0	5,76	108,03	348	100,77	8,36	
ИТОГО В ДЕНЬ с 1 марта	1273	43,95	38,33	174,72	1262,95	0,549	34,8	0,276	6,82	297,83	658,5	157,97	11,59	
ИТОГО	770	26,49	25,19	101,5	732,8	0,253	17,46	0	8,14	114	362,8	108,57	8,18	
ИТОГО В ДЕНЬ	1273	43,89	44,29	174,2	1331,3	0,523	21,72	0,276	9,2	303,8	673,3	165,77	11,41	

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Липиды, г			У	БЖУ	эскал	Витаминно-минеральный состав, мг							карты
			Б	Ж	У				В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	
Неделя 2 день 9																
Завтрак	Каша "Дружба"	200/10/10	11,8	11,66	25	226	0,08	1,32	0,08	0,2	126,6	351	30,6	0,56	260	
	Бутерброд с маслом и джемом	40	1,2	4,2	20,4	124	0,02	0,1	0,03	0,2	6	12	3	0,4	96	
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0	0	0	0	11	3	1	0,3	493	
	Хлеб витаминизированный пшеничный	30	2,6	0,24	13,7	65,9	0,03	0	0	0,3	3	19,5	4,2	0,33		
	ИТОГО	505	15,7	16,1	74,1	475,9	0,13	1,42	0,11	0,7	146,6	385,5	38,8	1,59		
Обед	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	0	0,2	16	11	9	2,2	112	
	Суп с макаронными изделиями с курой	200	2,06	2,22	18,05	99,6	0,06	4,86	0	1,14	10,8	42,4	15,8	0,66	158	
	Котлета из филе цыпленка-бройлера	90	4,9	15,6	6,9	167,4	0,108	7,5	0,027	0,62	50,9	99	32	2,47	412	
	Горошница	150	15,5	5,9	34,5	245	0,32	0	0,01	0	98	285	99	3,5	418	
	Хлеб витаминизированный пшеничный	30	2,6	0,24	13,7	65,9	0,03	0	0	0,3	3	19,5	4,2	0,33		
	Хлеб ржано-пшеничный с витаминно-минеральной смесью	30	0,8	0,36	10,2	54,3	0,05	0	0	0	10,5	47,4	14,1	1,17		
	Компот из свежих ягод	200	0,5	0,2	23,1	96	0,02	4,3	0	0,2	22	16	14	1,1	507	
	ИТОГО	800	26,76	24,92	116,25	775,2	0,618	26,66	0,037	2,46	211,2	520,3	188,1	11,43		
	ИТОГО В ДЕНЬ	1305	42,46	41,02	190,35	1251,1	0,748	28,08	0,147	3,16	357,8	905,8	226,9	13,02		

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Липиды в веществах			Средняя энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					№ тех. карты
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
Неделя 2 день 10																	
Завтрак	Каша манная	200/10/10	11	10,8	30,86	225,9	0,078	1,38	0,052	0,52	132,8	121,2	20,2	0,44	262		
	Бутерброд с маслом (сливочное или шоколадное)	40	1,8	4,8	10	125	0,02	0	0,12	0,4	6	17	3	0,3	93		
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0	0	0	0	0	11	3	1	0,3	493	
	Хлеб витаминизированный пшеничный	30	2,6	0,24	13,7	65,9	0,03	0	0	0,3	3	19,5	4,2	0,33			
	ИТОГО	505	15,5	15,84	69,56	476,8	0,128	1,38	0,172	1,22	152,8	160,7	28,4	1,37			
Обед	Салат из капусты	60	1,26	6,06	6,36	82,8	0,024	9,24	0	2,76	18	17,4	10,8	0,54	1		
	Солянка дамашная, сметана	200	3,6	8,9	28,6	189,9	0,05	10,8	0	2,4	29,73	43,1	26	1,2	157		
	Щоре картофельное	150	3,15	6,6	16,35	138	0,135	5,1	0,045	0,015	39	85,5	28,5	1,05	429		
	Котлета рыбная	90	12,51	1,89	8,10	101,00	0,63	0,36	0,01	0,90	31,50	144,00	20,70	0,54	345		
	Витаминизированный напиток	200	0	0	18,4	74	0,06	30	0,5	0	0	0	0	0	617		
	Хлеб витаминизированный пшеничный	30	2,6	0,24	13,7	65,9	0,03	0	0	0,3	3	19,5	4,2	0,33			
	Хлеб ржано-пшеничный с витаминно-минеральной смесью	30	0,8	0,36	10,2	54,3	0,05	0	0	0	10,5	47,4	14,1	1,17			
	<i>с 1 марта Салат из кашеиной капусты</i>	60	0,96	4,08	1,8	65,6	0,012	11,38	0	2,7	25,9	19,2	9,03	0,36	48		
	<i>ИТОГО с 1 марта</i>	760	23,62	22,07	97,15	688,7	0,967	57,64	0,555	6,315	139,63	358,7	102,53	4,65			
	<i>ИТОГО В ДЕНЬ с 1 марта</i>	1265	39,12	37,91	166,71	1165,5	1,095	59,02	0,727	7,535	292,43	519,4	130,93	6,02			
	<i>ИТОГО</i>	760	23,92	24,05	101,71	1165,5	0,979	55,5	0,555	6,375	131,73	356,9	104,3	4,83			
	<i>ИТОГО В ДЕНЬ</i>	1265	39,42	39,89	171,27	1642,3	1,107	56,88	0,727	7,595	284,53	517,6	132,7	6,2			
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	1287,7	42,095	43,729	179,072	1330,114	0,627	33,992	2,048	6,183	400,52	706,03	180,859	18,198			