

"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: 12 лет и старше для детей с ОВЗ
Длительность пребывания детей в школе: до 6 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг/г)							Минералы (мг)			№ тех. карты
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe			
Неделя 1 день 1																	
		250/10/10	9,81	11,12	43,5	325	0,7	1,7	0,1	0,35	163	211	46	0,7	253		
Завтрак	Каша рисовая вязкая на молоке с маслом и сахаром	200/10	3,9	3	25	136	0,04	1,3	0,02	0	124	110	27	0,8	496		
	Какао с молоком витаминизированное	30	2,6	0,24	13,7	65,9	0,03	0	0	0,3	3	19,5	4,2	0,33			
	Хлеб витаминизированный пшеничный	40	6	8,1	7,8	129	0,02	0,1	0,06	0,3	137	99	10	0,3	91		
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	550	22,31	22,46	90	655,9	0,79	3,1	0,18	0,95	427	439,5	87,2	2,13			
	ИТОГО	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		
Обед	Соленый отрулец порционный	250	7	7,2375	16,05	166,25	0,1	7,9	0,03	0,75	63,75	165,75	48,25	1,25	151		
	Уха с перловой крупой	100	11,90	15,62	14,33	255,56	0,09	0,00	0,04	0,44	38,89	184,44	26,00	2,78	381		
	Котлета из мяса говядины	180	6,84	4,59	41,25	233,75	0,08	0,01	0	1	7,13	44,63	10,13	1	291		
	Макаронные изделия отварные	30	0,8	0,7	2,7	21,3	0,01	0,8	8	0,5	2	0	4	0,5	587		
	Соус томатный	200/15/8	0,1	0	15,2	61	0	2,8	0	0	14,2	4	2	0,4	494		
	Чай с сахаром и лимоном	30	2,6	0,24	13,7	65,9	0,03	0	0	0,3	3	19,5	4,2	0,33			
	Хлеб витаминизированный пшеничный	30	0,8	0,36	10,2	54,3	0,05	0	0	0	10,5	47,4	14,1	1,17			
	Хлеб ржано-пшеничный с витаминно-минеральной смесью	903	30,54	28,8097	114,4533	865,86	0,37889	14,52	8,0744	3,05444	153,269	480,1244	117,08	7,78778			
	ИТОГО	1453	52,85	51,2697	204,4533	1521,76	1,16889	17,62	8,2544	4,00444	580,269	919,6244	204,28	9,91778			
		ИТОГО В ДЕНЬ															

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)							№ тех. карты	
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg		Fe
Неделя 1 день 2															
Завтрак	Каша манная	250/10/10	13,75	13,5	40,5	299,6	0,0975	1,725	0,065	0,65	166	151,5	25,25	0,55	262
	Йогурт вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	0,03	0	0,10	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	555	23,35	23,14	79,5	613,5	0,1775	1,725	0,285	1,55	208	268	38,45	2,48	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	140
	Щи из свежей капусты со сметаной	250	1,6	8,5	11,23	103,25	0,038	18,375	0	2,375	40,25	36,25	17,5	0,625	462
Обед	Тефтели из мяса говядины с рисом, в томатном соусе	110	15,3	14,19	17,71	229	0,033	0,286	0,022	0,022	39,6	68,2	15,4	3,96	462
	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,8	7,2	44,53	295,2	0,24	0	0,048	0,732	17,112	242,4	163,68	5,4	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	860	28	33,8	120,83	877,95	0,461	52,061	0,57	4,809	130,262	436,65	226,28	12,285	
	ИТОГО В ДЕНЬ	1415	51,35	56,94	200,33	1491,45	0,6385	53,786	0,855	6,359	338,262	704,65	264,73	14,765	

Принем пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)							Fe	ккал
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg		
Неделя 1 день 3															
Завтрак	Каша пшенинная вязкая на молоке	250/10/10	10,70	11,83	41,88	354,50	0,24	1,83	0,07	0,20	180,75	241,25	53,75	1,50	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
	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	550	18,7	18,965	91,875	623,4	0,3275	3,225	0,12	0,7	315,75	362,75	74,95	2,33	
Обед	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	250	1,9	10,063	14,55	143	0,055	9,95	0	2,425	26,25	67	19,5	0,725	154
	Жаркое по -домашнему	280	24,00	17,02	30,24	350,00	0,14	7,50	0,00	3,46	33,60	229,60	47,04	4,32	482
	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	890	31,3	28,487	116,69	819,2	0,32276	27,954	0	6,5858	109,35	410,5	133,84	8,6482	
	ИТОГО В ДЕНЬ	1440	50	47,452	208,565	1442,6	0,65026	31,179	0,12	7,2858	425,1	773,25	208,79	10,9782	

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)							Минеральные вещества					№ тех. карты
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe					
Неделя 1 день 4																			
Завтрак	Каша "Геркулесовая"	250/10/10	10,7	17	39,375	359,25	0,225	1,775	0,1	1	193,25	302	88,75	2,125			247		
	Йогурт в ассортименте	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			493		
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0	0	0	0	11	3	1	0,3					
	ИТОГО	615	20,9	22,44	85,075	659,15	0,315	2,975	0,14	1,3	445,25	506,5	121,95	2,955			7		
Обед	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			154		
	Суп "Крестьянский" с крупой и курой	250	8,25	5,1	19,5	112,5	0,05	9,95	0	2,425	26,25	34	19,5	0,725			437		
	Гуляш из филе цыпленка-бройлера	100	9,98	8,33	20,78	164,00	0,06	0,87	0,04	0,61	44,71	107,78	21,20	0,98			415		
	Рис припущенный	180	4,68	7,56	46,13	247,93	0,14	0,00	0,05	0,34	24,10	344,13	109,18	2,56			518		
	Сок в ассортименте	200	1	0,2	0,2	92	0,02	4	0	0	14	0	0	0,33					
	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 Озурец свежий			60	0,66	0,12	6	14,45	0,036	1,5	0	0,42	8,43	15,6	12	0,54		106		
ИТОГО с 1 марта			850	27,9678	21,9158	116,503	751,075	0,36106	29,8178	0,0867	4,0936	130,987	568,403	180,175	9,105278				
ИТОГО В ДЕНЬ с 1 марта			1465	48,8678	44,3558	201,578	1410,225	0,67606	32,7928	0,2267	5,3936	576,237	1074,9	302,125	12,06028				
ИТОГО			850	27,9078	27,8758	115,9828	819,425	0,35306	16,7378	0,0867	6,47361	136,957	582,3028	187,975	8,925278				
ИТОГО В ДЕНЬ			1465	48,8078	50,3158	201,0578	1478,575	0,66806	19,7128	0,2267	7,77361	582,207	1088,803	309,925	11,88028				

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)						Минералы (мг)				карты
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe			
Неделя 1 День 5																	
Завтрак	Запеканка из творога с джемом	230/30	17,56	17,03	38,08	415,28	0,09	0,77	0,26	0,89	379,50	443,39	48,56	1,28	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		
	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			
		40	1,8	4,8	10	125	0,02	0	0,12	0,4	6	17	3	0,3	93		
	Бутерброд с маслом (сливочным или шоколадным)	553	22,06	22,07	76,9778	667,18	0,13944	3,56667	0,3756	1,59444	402,7	483,8889	57,75556	2,307778	1		
Обед	ИТОГО	60	1,26	6,06	6,36	82,8	0,024	9,24	0	2,76	18	17,4	10,8	0,54	158		
	Салат из капусты	250	2,58	2,78	25,60	135,00	0,08	6,08	0,00	1,43	13,50	53,00	19,75	0,83	332		
	Суп с макаронными изделиями с курой	110	16,50	10,13	20,90	214,50	0,13	1,28	0,15	2,86	44,00	81,40	17,60	96,80	429		
	Тефтели рыбные с рисом в сметанном соусе	180	3,78	8,25	20,44	190,00	0,17	6,38	0,06	0,02	48,75	106,88	35,63	1,31	617		
	Пюре картофельное	200	0	0	18,4	74	0,06	30	0,5	0	0	0	0	0			
	Витаминизированный напиток	30	2,6	0,24	13,7	65,9	0,03	0	0	0,3	3	19,5	4,2	0,33			
	Хлеб витаминизированный пшеничный	30	0,8	0,36	10,2	54,3	0,05	0	0	0	10,5	47,4	14,1	1,17			
	Хлеб ржано-пшеничный с витаминно-минеральной смесью																
	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	860	27,22	25,84	111,04	799,30	0,53	55,11	0,71	7,30	145,65	327,38	100,31	100,80			
ИТОГО В ДЕНЬ С 1 марта	ИТОГО	1413	49,28	47,91	188,015	1466,4778	0,6672	58,673	1,086	8,8982	548,35	811,264	158,061	103,1053			
	ИТОГО	860	27,515	27,816	115,598	816,5	0,5398	52,966	0,71	7,3638	137,75	325,575	102,075	100,9775			
	ИТОГО В ДЕНЬ	1413	49,575	49,886	192,575	1483,6778	0,6792	56,533	1,086	8,9582	540,45	809,404	159,831	103,2853			

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			эскал. ценность	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	карты
			Б	Ж	У										
Неделя 2 день 6															
Завтрак	Каша ячневая вязкая на молоке	250/10/10	10,8	14,25	30,1	317,75	0,1525	1,775	0,1	0,95	208,75	312,5	46,5	1,15	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	550	18,5	21,69	89,2	643,65	0,2425	3,175	0,15	1,45	341,75	454	80,7	2,68	
Обед	Огурец соленый порционный	60	0,5	0,06	1,02	7,8	0,02	3,01	0	0,06	13,8	15,6	12	0,54	106
	Суп картофельный с бобовыми и курой	250	4,9	6,125	18,6	118	0,1875	8,625	0,038	0,225	19	65,75	25,5	0,925	144
	Котлета из мяса говядины	100	11,21	15,62	14,33	255,56	0,09	0,00	0,04	0,44	38,89	184,44	26,00	2,78	381
	Макаронные изделия отварные	180	6,84	4,59	41,25	233,75	0,08	0,01	0,00	1,00	7,13	44,63	10,13	1,00	291
	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	
	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		903	27,751	27,6947	117,003	817,61	0,4614	15,248	8,082	2,5294	108,51	381,319	97,925	7,642778	
ИТОГО В ДЕНЬ		1453	46,251	49,3847	206,203	1461,26	0,7039	18,423	8,232	3,9794	450,26	835,319	178,625	10,32278	

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			энергетическая ценность	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	кcal	
			Б	Ж	У											
Неделя 2 день 7																
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	250/10/10	10,47	12,34	50,00	339,06	0,12	1,09	0,06	0,41	256,88	212,50	32,81	0,25	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	555	19,169	20,6838	86,5	593,9625	0,1688	1,1938	0,123	1,0063	407,88	334	48,0125	1,18		
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		
	Рассольник "Ленинградский" с курой и сметаной	250	6,8	7,6	26,5	186	0,0875	7,675	0	2,35	15,5	63	26,25	0,925	132	
	Рагу овощное	250	5,00	13,30	21,20	225,00	0,15	19,10	0,025	4,88	85,00	131,20	48,70	1,70	195	
	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	820	25	35,1	108,9	926,2	0,3975	56,875	0,675	8,23	193	273,1	107,25	4,625		
	ИТОГО В ДЕНЬ	1375	44,169	55,7838	195,4	1520,1625	0,5663	58,069	0,798	9,2363	600,88	607,1	155,263	5,805		

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			еская ценность										
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	карты	
Неделя 2, день 8																
Завтрак	Каша пшенная вязкая на молоке	250/10/10	10,7	11,83	41,88	354,5	0,24	1,83	0,07	0,2	180,75	241,25	53,75	1,5	267	
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	0,03	0	0,10	0,2	22	77	5	1,0	300	
	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	494	
	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	
	ИТОГО	553	20,3	21,47	81,08	669,4	0,32	4,63	0,29	1,1	225,95	358,75	67,95	3,53	7	
Обед	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	128	
	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	1,825	5	10,65	106	0,0375	10,3	0	2,4375	34,5	53	26,25	1,2	492	
	Плов из филе цыпленка - бройлера	280	22,99	16,25	48,90	398,00	0,14	7,62	0,00	3,46	34,16	229,60	47,57	4,32		
	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	850	29,3786	21,9712	116,45	748,65	0,30126	33,416	0	6,6183	118,59	384,1	111,116	9,0632	
		ИТОГО В ДЕНЬ с 1 марта	1403	49,6786	43,4412	197,53	1418,05	0,62126	38,046	0,29	7,7183	344,54	742,85	179,066	12,5932	
	ИТОГО	850	29,319	27,9312	115,93	817	0,2753	20,336	0	8,9983	124,56	398	118,916	8,8832		
	ИТОГО В ДЕНЬ	1403	49,619	49,4012	197,01	1486,4	0,5953	24,966	0,29	10,098	350,51	756,75	186,866	12,4132		

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность			БЖУ	ежесекундная ценность	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	карты
			Б	Ж	У											
Неделя 2 день 9																
Завтрак	Каша "Дружба"	250/10/10	14,75	14,575	31,25	298	0,1	1,65	0,1	0,25	158,25	438,75	38,25	0,7		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	555	18,65	19,015	80,35	547,9	0,15	1,75	0,13	0,75	178,25	473,25	46,45	1,73		
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	250	2,575	2,775	22,5625	124,5	0,075	6,075	0	1,425	13,5	53	19,75	0,825		158
	Котлета из филе цыпленка-бройлера	100	5,44	17,33	7,67	186,00	0,12	8,33	0,03	0,69	56,56	110,00	35,56	2,74		412
	Горохница	180	18,60	7,38	43,13	306,25	0,40	0,00	0,01	0,00	122,50	356,25	123,75	4,38		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	890	30,919	28,6833	130,154	879,95	0,725	28,708	0,043	2,8139	244,06	613,15	220,356	12,74444		
	ИТОГО В ДЕНЬ	1445	49,569	47,6983	210,504	1427,85	0,875	30,458	0,173	3,5639	422,31	1086,4	266,806	14,47444		

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			эскал. ценность	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	карты
			Б	Ж	У										
Неделя 2 день 10															
Завтрак	Каша манная	250/10/10	13,75	13,5	38,575	299,6	0,0975	1,725	0,065	0,65	166	151,5	25,25	0,55	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	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	555	18,25	18,54	77,275	550,5	0,1475	1,725	0,185	1,35	186	191	33,45	1,48	1
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	250	5,6	11,125	38,6	246,3	0,0625	13,5	0	3	37,163	53,875	32,5	1,5	157
	Пюре картофельное	180	3,78	8,25	20,44	172,50	0,17	6,38	0,06	0,02	48,75	106,88	35,63	1,31	429
	Котлета рыбная	100	13,90	2,10	9,00	125,30	0,70	0,40	0,01	1,00	35,00	160,00	23,00	0,60	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	
	с 1 марта Салат из квашенной 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	850	27,64	26,155	112,138	803,9	1,0833	61,655	0,567	7,0188	160,31	406,85	118,455	5,2725	
	ИТОГО В ДЕНЬ с 1 марта	1405	45,89	44,695	189,413	1354,4	1,2308	63,38	0,752	8,3688	346,31	597,85	151,905	6,7525	
	ИТОГО	850	27,94	28,135	116,698	821,1	1,0953	59,515	0,567	7,0788	152,41	405,05	120,225	5,4525	
	ИТОГО В ДЕНЬ	1405	46,19	46,675	193,973	1371,6	1,2428	61,24	0,752	8,4288	338,41	596,05	153,675	6,9325	
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	1426,7	48,838	50,4807	201,007	1468,5326	0,7788	37,199	2,079	6,9688	462,87	817,741	208,879	20,07745	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 668839453888955595534287592580057180478369931238

Владелец Михеева Ольга Владимировна

Действителен с 20.02.2025 по 20.02.2026