

Примерный 15-дневный рацион (меню) горячего питания (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин) для детей МБДОУ д/с № 37 «Солнышко» в соответствии с усредненными физиологическими нормами потребления продуктов на весенний период 2023-2024 учебного года  
возрастной категории от 3 до 7 лет

Наименование	№реци/сборник	выход 3-7 л	белки	жиры	углеводы	Ккалл	С
<b>1 день (понедельник)</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная овсяная из "Геркулеса" жидкая	93-п-01/контр	200	5,75	7,36	23,58	183,58	0,45
Чай с сахаром	411/москв-16	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03
Сыр (порциями)	7/москв-16	10	2,35	3,09	0	38	0
Масло (порциями)	6/москв-16	7	0,09	7,11	0,14	64,87	0
Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта	пром изделие	25	1,92	0,76	13,33	58,75	0
<b>итого</b>		<b>422</b>	<b>8,25</b>	<b>17,58</b>	<b>33,71</b>	<b>385,2</b>	<b>0,48</b>
<b>2 завтрак</b>							
Сок фруктовый яблочный	418/москв-16	180	0,9	0	18,27	77,18	3,6
<b>Обед</b>							
Икра морковная	55/москв-16	50	1,09	2,29	6,5	55,99	2,55
или овощи порционно свежие с 05.2024г.	контр	50	0,3	0	2,7	8,2	10,5
Щи по-уральски (говядина)	78/москв-16	200	3,91	4,35	8,32	88,11	9,48
Шницель рубленный (говядина)	299/москв-16	70	9,1	7,2	11,9	148,8	0,00
Соус красный основной	358/пермь-11	30	0,42	0,75	2,89	19,97	0,21
Макаронные изделия отварные	218/335моск-16	130	4,78	3,91	22,92	145,99	0
Компот из сушеных фруктов (смесь)	394/москв-16	180	0,1	0	15,17	61,13	0,36
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	25	1,9	0,2	12,3	58,75	0
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0
<b>итого</b>		<b>715</b>	<b>23,54</b>	<b>18,96</b>	<b>94,75</b>	<b>649,22</b>	<b>12,6</b>
<b>Полдник</b>							
К/м продукция "Снежок"(АО "АФ "Ангара", м.д.ж 2,5%)	пром изделие/406	180	5,04	4,5	7,2	90	1,4
Кондитерские изделия: Пряник	пром изделие	60	3,06	2,52	46,38	220,8	0
Плоды и ягоды свежие (яблоко)	386/москв-16	100	0,4	0,4	9,8	44	10
<b>итого</b>		<b>340</b>	<b>8,5</b>	<b>7,42</b>	<b>63,38</b>	<b>354,8</b>	<b>1,4</b>
<b>ужин</b>							
Салат из свеклы с чесноком	40/пермь-11	50	0,66	4,54	2,85	54,87	1,1
Зразы рыбные с яйцом (минтай)	281/москв-16	70	9,57	4,15	5,26	96,69	1,6
Соус томатный	228/пермь-01	30	0,16	1,1	1,57	16,85	0,2
Картофель отварной в молоке	337/моск-16	130	3,04	3,23	17,11	109,72	14,00
Чай с молоком (молоко 2,5% АО "АО "АФ"Ангара")	413/москв-16	180	2,31	2,18	13,77	83,9	1,2
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.		30	2,28	0,2	14,76	70,5	0
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.		20	1,32	0,22	8,2	47	0
<b>итого</b>		<b>510</b>	<b>19,34</b>	<b>15,62</b>	<b>63,52</b>	<b>479,53</b>	<b>18,13</b>
<b>среднедневная сбалансированность</b>			<b>60,5</b>	<b>59,6</b>	<b>273,6</b>	<b>1945,9</b>	<b>36,2</b>
<b>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</b>	<b>Спиридонова А.А.</b>						

<b>2день (вторник)</b>								
<b>завтрак</b>								
Каша молочная пшеничная жидкая	91/П-01/контр	200	5,52	6,37	24,52	177,5	0,4	
Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5% АО "АО	414/москв-16	180	2,36	2,19	15,25	90,1	1,17	
Масло (порциями)	6/москв-16	7	0,09	7,11	0,14	64,87	0	
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С. (хлеб)	пром изделие	20	1,52	0,16	9,84	47	0	
<b>итого</b>		<b>407</b>	<b>9,49</b>	<b>15,83</b>	<b>49,75</b>	<b>379,47</b>	<b>1,57</b>	
<b>2 завтрак</b>								
Сок фруктовый абрикосовый	418/москв-16	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0</b>	<b>22,97</b>	<b>95,27</b>	<b>7,2</b>	
<b>обед</b>								
Салат "Здоровье"	25/уфа-10	50	0,8	3,6	2,8	46,5	1,0	
или овощи порционно свежие с 05.2024г.	контр	50	0,3	0	2,7	8,2	10,5	
Суп картофельный с клецками (мясо птицы)	37/пермь-01	200	3,91	4,33	13,36	108,07	0,58	
Суфле из кур/масло сливочное после термообработки	183/пермь-01	70	12,79	7,6	2,94	131,33	0,025	
Масло сливочное после термообработки	6/москв-16	5	0,05	3,63	0,07	33,1	0	
Каша вязкая (гречневая)	331/москв-16	130	3,97	4,34	17,78	126,1	0	
Кисель из сухофруктов	9/10/екат-11	180	0,05	0,007	18,29	73,5	1,5	
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
<b>итого</b>		<b>695</b>	<b>26,2</b>	<b>23,9</b>	<b>84,8</b>	<b>659,5</b>	<b>3,1</b>	
<b>Полдник</b>								
Чай с сахаром	411/москв-16	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	
Сдоба обыкновенная	280/пермь-01	60	4,16	3,14	36,07	189,16	0	
<b>итого</b>		<b>260</b>	<b>4,22</b>	<b>3,16</b>	<b>46,06</b>	<b>229,16</b>	<b>0,03</b>	
<b>ужин</b>								
Запеканка из творога с яблоками/соус молочный	16/5/екат-11	180	21,13	9,16	28,97	258,86	1,59	
Напиток из шиповника	15/10екат-11	180	0,18	0,08	11,13	46,07	80,1	
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
Фрукты и ягоды свежие (банан)	386/москв-16	100	1,5	0,5	21	95	5	
<b>итого</b>		<b>490</b>	<b>25,1</b>	<b>10,0</b>	<b>75,9</b>	<b>470,4</b>	<b>86,7</b>	
<b>среднедневная сбалансированность</b>			<b>65,9</b>	<b>52,9</b>	<b>279,4</b>	<b>1833,9</b>	<b>98,6</b>	
<b>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</b>	<b>Спиридонова А.А.</b>							

<b>3 день</b>								
<b>завтрак (среда)</b>								
Суп молочный с крупой (рис)	101/моск-16	200	4,82	5,08	8,57	132,4	0,9	
Какао с молоком (молоко 2,5% АО "АО "АФ"Ангара")	416/москв-16	180	3,11	28,7	14,78	97,36	1,43	
Масло (порциями)	6/москв-16	7	0,09	7,11	0,14	64,87	0	
Сыр (порциями)	7/москв-16	10	2,35	3,09	0	38	0	
Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта	пром изделие	25	1,92	0,76	13,33	58,75	0	
<b>итого</b>		<b>422</b>	<b>12,29</b>	<b>44,74</b>	<b>36,82</b>	<b>391,38</b>	<b>2,33</b>	
<b>2 завтрак</b>								
Сок фруктовый (грушевый)	418/москв-16	180	0,72	0,54	19,8	81,9	25	
<b>обед</b>								
Рассольник на бульоне (мелкошинкованный) (птица)	80/москв-16	200	3,64	2,68	10,44	80,51	5,4	
Рыба(минтай), запеченная с морковью	267/москв-16	80	7,86	4,95	2,77	87,08	0,70	
Пюре картофельное	339/моск-16	130	2,65	4,15	17,69	118,77	13,32	
Компот из свежих яблок с лимоном	242/п-01/контр	180	0,099	0,081	11,64	47,79	4,28	
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	25	1,9	0,2	12,3	58,75	0	
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
<b>Итого</b>		<b>645</b>	<b>18,429</b>	<b>12,301</b>	<b>69,6</b>	<b>463,4</b>	<b>10,38</b>	
<b>Полдник</b>								
Чай с лимоном	412/москв-16	190	0,12	0,02	10,2	41	2,83	
Кондитерские изделия: Печенье	прром изделие	60	4,75	9,6	41,88	271,8	0	
<b>итого</b>		<b>250</b>	<b>4,87</b>	<b>9,62</b>	<b>52,08</b>	<b>312,8</b>	<b>2,83</b>	
<b>ужин</b>								
Сырники с морковью/соус яблочный №230	130/пермь-01	180	21,66	9,23	32,56	299,73	0,84	
Компот из сушеных фруктов (изюм)	394/москв-16	200	0,48	0	27,06	110,18	0,4	
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	386/москв-16	100	0,4	0,4	9,8	44	10	
<b>итого</b>		<b>510</b>	<b>24,82</b>	<b>9,87</b>	<b>84,18</b>	<b>491,98</b>	<b>11,24</b>	
<b>среднедневная сбалансированность</b>			<b>61,1</b>	<b>77,1</b>	<b>262,5</b>	<b>1741,5</b>	<b>51,8</b>	
<b>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</b>	<b>Спиридонова А.А.</b>							

<b>4 день (четверг)</b>								
<b>завтрак</b>								
Омлет натуральный/икра кабачковая(130/50)	110/пермь-01	180	7	21,09	6,81	260,78	3,5	
Чай с молоком (молоко 2,5% АО "АО "АФ"Ангара")	413/москв-16	190	2,43	2,29	14,46	88,09	1,26	
Масло (порциями)	6/москв-16	7	0,09	7,11	0,14	64,87	0	
Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
<b>итого</b>		<b>407</b>	<b>11,80</b>	<b>30,73</b>	<b>36,17</b>	<b>484,24</b>	<b>4,76</b>	
<b>2 завтрак</b>								
Плоды и ягоды свежие (банан)	386/москв-16	100	1,5	0,5	21	95	5	
<b>обед</b>								
Винегрет овощной	46/москв-16	50	0,68	3,09	4,22	47,4	5,1	
или овощи порционно свежие с 05.2024г.	контр	50	0,3	0	2,7	8,2	10,5	
Суп из овощей (мясо птицы)	35/пермь-01	200	3,85	3,18	9,45	81,73	4,26	
Котлеты припущенные(птица)	178/пермь-01	70	11,11	6,6	7,6	134,31	0	
Соус молочный	221/пермь-01	30	1,01	2,08	2,77	33,7	0,03	
Пюре из гороха с маслом	179/180пермь-11	130	14,21	3,33	33,05	218,99	0	
Напиток яблочный	701/москв-04	180	0,085	0,094	11,88	48,72	1	
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	25	1,9	0,2	12,3	58,75	0	
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
<b>итого</b>		<b>715</b>	<b>35,125</b>	<b>18,814</b>	<b>96,03</b>	<b>694</b>	<b>10,39</b>	
<b>Полдник</b>								
К/м продукция "Бифидок"(АО "АФ"Ангара")	пром изделие/406	190	5,32	4,72	7,56	94,5	1,47	
Пирожки печеные из сдобного теста с капустным	294/пермь-01	60	3,63	4,08	23,5	145,17	0	
<b>итого</b>		<b>250</b>	<b>8,95</b>	<b>8,8</b>	<b>31,06</b>	<b>239,67</b>	<b>1,47</b>	
<b>ужин</b>								
Каша пшенная с яблоками и маслом сливочным	12/4-екат-11	200	6,16	6,15	37,24	228,98	2,34	
Чай с сахаром	411/москв-16	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	25	1,9	0,2	12,3	58,75	0	
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	25	1,52	0,16	9,84	47	0	
<b>итого</b>		<b>450</b>	<b>9,64</b>	<b>6,53</b>	<b>69,37</b>	<b>374,73</b>	<b>2,37</b>	
<b>Среднедневная сбалансированность</b>			<b>67,0</b>	<b>65,4</b>	<b>253,6</b>	<b>1887,6</b>	<b>24,0</b>	
<b>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</b>	<b>Спиридонова А.А.</b>							

<b>5 день (пятница)</b>								
<b>завтрак</b>								
Суп молочный с крупой (пшеница)	101/москв-16	200	5,79	5,47	10,13	146,8	0,91	
Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5% АО "АО	414/москв-16	180	2,36	2,19	15,25	90,1	1,17	
Сыр (порциями)	7/москв-16	10	2,35	3,09	0	38	0	
Масло (порциями)	6/москв-16	7	0,09	7,11	0,14	64,87	0	
Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта	пром изделие	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0	
<b>итого</b>		<b>432</b>	<b>13,25</b>	<b>18,14</b>	<b>42,74</b>	<b>422,02</b>	<b>2,08</b>	
<b>2 завтрак</b>								
Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	386/москв-16	100	0,4	0,4	9,8	44		
<b>обед</b>								
Салат из свеклы и моркови	36/пермь-11	50	0,63	4,52	2,91	54,59	1,83	
или овощи порционно свежие с 05.2024г.	контр	50	0,3	0	2,7	8,2	10,5	
Борщ с капустой и картофелем (говядина)	27/пермь-01	200	3,62	4,59	8,54	89,91	6,66	
Оладьи из печени по-кузнецки	94/уфа-10	70	11,54	5,62	13,79	151,67	0,24	
Соус молочный к блюдам	221/пермь-01	25	0,44	1,23	1,46	18,72	0,28	
Макаронные изделия отварные	218/335моск-16	130	4,78	3,91	22,92	145,99	0	
Компот из яблок и изюма	2/10/екат-11	180	0,16	0,09	14,75	60,54	6,04	
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	25	1,9	0,2	12,3	58,75	0	
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
<b>итого</b>		<b>710</b>	<b>21,73</b>	<b>20,4</b>	<b>91,43</b>	<b>650,67</b>	<b>15,05</b>	
<b>Полдник</b>								
Чай с повидлом	411/москв-16	200	0,12	0,02	9,76	40	0,11	
Сдоба обыкновенная	280/пермь-01	60	4,16	3,14	36,07	189,16	0	
<b>итого</b>		<b>260</b>	<b>4,28</b>	<b>3,16</b>	<b>45,83</b>	<b>229,16</b>	<b>0,11</b>	
<b>ужин</b>								
Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом	28/1/екат-11	50	0,8	3,4	5,4	55,6	1,7	
или овощи порционно свежие с 05.2024г.	контр	60	0,3	0	2,7	8,2	10,5	
Голубцы ленивые	315/москв-16	190	12,68	11,19	22,23	240,35	2,03	
Компот из сухофруктов и шиповника	7/10/екат-11	180	0,29	0,04	12,67	52,24	70,08	
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	20	1,3	0,14	9,84	41,98	0	
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	20	1,32	0,22	8,2	41,2	0	
<b>итого</b>		<b>460</b>	<b>16,34</b>	<b>14,99</b>	<b>58,33</b>	<b>431,38</b>	<b>73,85</b>	
<b>Среднедневная сбалансированность</b>			<b>56,0</b>	<b>57,1</b>	<b>248,1</b>	<b>1777,2</b>	<b>91,1</b>	
<b>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</b>	<b>Спиридонова А.А.</b>							

<b>6 день (понедельник)</b>								
<b>завтрак</b>								
Каша молочная манная жидкая	90-п-01/контр	200	4,73	5,99	21,48	158,68	0,45	
Чай с сахаром	411/москв-16	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	
Сыр (порциями)	7/москв-16	10	2,35	3,09	0	38	0	
Масло (порциями)	6/москв-16	7	0,09	7,11	0,14	64,87	0	
Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта	пром изделие	35	2,69	1,057	18,67	82,25	0	
<b>итого</b>		<b>432</b>	<b>9,92</b>	<b>17,27</b>	<b>50,28</b>	<b>383,80</b>	<b>0,48</b>	
<b>2 завтрак</b>								
Фрукты и ягоды свежие (банан)	386/москв-16	100	1,5	0,5	21	95	5	
<b>обед</b>								
Салат из свеклы	34/москв-16	50	0,7	3,0	4,2	47,0	4,7	
или овощи порционно свежие с 05.2024г.	контр	50	0,3	0	2,7	8,2	10,5	
Суп с макаронными изделиями (говядина)	147/школьн-04	200	4,09	4,28	11,64	101,46	1,56	
Рулет с луком и яйцом	312/москв-16	70	8,4	6,8	6,5	12,8	2,3	
Соус молочный	221/пермь-01	30	1,01	2,08	2,77	33,7	0,34	
Каша вязкая (гречневая)	331/москв-16	130	3,97	4,34	17,78	126,1	0	
Компот из сушеных фруктов (смесь)	394/москв-16	180	0,1	0	15,17	61,13	0,36	
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	25	1,9	0,2	12,3	58,75	0	
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
<b>итого</b>		<b>715</b>	<b>22,48</b>	<b>21,01</b>	<b>85,09</b>	<b>511,34</b>	<b>9,27</b>	
<b>Полдник</b>								
К/м продукция "Йогурт" (АО "АФ"Ангара")	пром изделие/406	200	5,6	5	8	100	0,16	
Кондитерские изделия: Пряник	пром изделие	60	3,06	2,52	46,38	220,8	0	
<b>итого</b>		<b>260</b>	<b>8,66</b>	<b>7,52</b>	<b>54,38</b>	<b>320,8</b>	<b>0,16</b>	
<b>ужин</b>								
Рыба, тушенная с овощами (минтай)	261/москв-16	80	6,97	4,17	2,38	74,96	0,21	
Картофель отварной в молоке	337/москв-16	130	3,04	3,24	17,11	109,72	14	
Чай с молоком (молоко 2,5% АО "АО "АФ"Ангара")	413/москв-16	180	2,31	2,18	13,77	83,9	1,2	
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	1,9	0,2	12,3	58,75	0	
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
<b>итого</b>		<b>450</b>	<b>16,5</b>	<b>10,03</b>	<b>60,32</b>	<b>397,83</b>	<b>15,41</b>	
<b>Среднедневная сбалансированность</b>								
			<b>59,1</b>	<b>56,3</b>	<b>271,1</b>	<b>1708,8</b>	<b>30,3</b>	

<b>7 день (вторник)</b>								
<b>завтрак</b>								
Каша молочная овсяная из "Геркулеса" жидкая	93-п-01/контр	200	5,75	7,36	23,58	183,58	0,45	
Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5% АО "АО	414/москв-16	180	2,36	2,19	15,25	90,1	1,17	
Масло (порциями)	6/москв-16	7	0,09	7,11	0,14	64,87	0	
Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
<b>итого</b>		<b>417</b>	<b>10,48</b>	<b>16,9</b>	<b>53,73</b>	<b>409,05</b>	<b>1,62</b>	
<b>2 завтрак</b>								
Сок фруктовый (грушевый)	418/москв-16	180	0,72	0,54	19,8	81,9	25	
<b>обед</b>								
Суп- лапша домашняя (птица)	47/пермь-01	200	4,42	3,95	15,29	114,4	0,09	
Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом	324/москв-16	70	10,82	7,1	7,29	136,89	0,08	
Рагу из овощей	362/москв-16	130	2,32	5,26	13,72	111,67	11,13	
Компот из свежих яблок с лимоном	242/п-01/контр	180	0,099	0,081	11,64	47,79	4,28	
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	25	1,9	0,2	12,3	58,75	0	
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
<b>итого</b>		<b>635</b>	<b>21,839</b>	<b>16,831</b>	<b>75</b>	<b>540</b>	<b>4,45</b>	
<b>Полдник</b>								
Чай с лимоном	260/пермь-01	190	0,13	0,03	10,71	43,05	2,97	
Пирог открытый	459/моск-11	60	3,71	1,93	33,19	165	0,05	
<b>итого</b>		<b>250</b>	<b>3,84</b>	<b>1,96</b>	<b>43,9</b>	<b>208,05</b>	<b>3,02</b>	
<b>ужин</b>								
Суфле творожное/соус сметанный 6/11/екат-11	82/м.у.москв	190	22	11,91	18,25	268,57	0,32	
Кисель из сухофруктов	9/10/екат-11	180	0,049	0,006	17,04	68,39	6,79	
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	25	1,9	0,2	12,3	58,75	0	
Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	386/москв-16	100	0,4	0,4	9,8	44	10	
<b>итого</b>		<b>495</b>	<b>24,349</b>	<b>12,516</b>	<b>57,39</b>	<b>439,71</b>	<b>17,11</b>	
<b>Среднедневная сбалансированность</b>			<b>61,2</b>	<b>48,7</b>	<b>249,8</b>	<b>1678,7</b>	<b>51,2</b>	
<b>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</b>	<b>Спиридонова А.А.</b>							

<b>8 день (среда)</b>								
<b>Завтрак</b>								
Суп молочный с крупой (ячневая)	101/москв-16	200	5,56	5,16	10	142,2	0,91	
Какао с молоком (молоко 2,5% АО "АО "АФ"Ангара")	416/москв-16	180	3,11	28,7	14,78	97,36	1,43	
Масло (порциями)	6/москв-16	7	0,09	7,11	0,14	64,87	0	
Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта	пром изделие	25	1,92	0,76	13,33	58,75	0	
<b>итого</b>		<b>412</b>	<b>10,7</b>	<b>41,7</b>	<b>38,3</b>	<b>363,2</b>	<b>2,3</b>	
<b>Завтрак</b>								
Фрукты и ягоды свежие (банан)	386/москв-16	100	1,42	0,47	19,95	90,25	4,75	
<b>Обед</b>								
Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и или овощи порционно свежие с 05.2024г.	23/1/ект-11 контр	50	0,58	4,11	2,94	77,24	1,2	
Суп крестьянский с крупой (птица)	42/пермь-01	200	3,8	4,18	11,14	97,39	2,07	
Птица, тушенная с овощами	319/москв-16	200	9,06	8,49	23,17	205,35	7,4	
Компот из сухофруктов и шиповника	7/10/екат-11	180	0,29	0,04	12,67	52,24	43	
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	25	1,9	0,2	12,3	58,75	0	
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
<b>итого</b>		<b>685</b>	<b>17,91</b>	<b>17,26</b>	<b>76,98</b>	<b>561,47</b>	<b>53,67</b>	
<b>Полдник</b>								
Молоко кипяченое (АО "АФ"Ангара" м.д.ж.2,5%)	419/москв-16	200	6	5	9,4	106	2	
Ватрушка французская	70/уфа-11	50	5,72	5	22,73	158,81	0,03	
<b>итого</b>		<b>250</b>	<b>11,72</b>	<b>10</b>	<b>32,13</b>	<b>264,81</b>	<b>2,03</b>	
<b>ужин</b>								
Икра морковная	55/москв-16	50	1,09	2,29	5,42	46,66	2,55	
Макароны, запеченные с яйцом	222/москв-16	205	10,04	9,48	31,04	250	0,43	
Чай с сахаром	411/москв-16	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
<b>итого</b>		<b>465</b>	<b>13,5</b>	<b>12,0</b>	<b>61,2</b>	<b>407,2</b>	<b>3,0</b>	
<b>Среднедневная сбалансированность</b>			<b>55,2</b>	<b>81,5</b>	<b>228,5</b>	<b>1686,9</b>	<b>65,8</b>	
<i>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</i>	<i>Спиридонова А.А.</i>							

<b>9 день (четверг)</b>	-							
<b>завтрак</b>								
Каша молочная ассорти (рис, кукуруза) с маслом	17/4/екат-11	200	4,37	5,77	24,5	167,44	0,53	
Чай с молоком (молоко 2,5% АО "АО "АФ"Ангара")	413/москв-16	180	2,31	2,18	13,77	83,9	1,2	
Масло (порциями)	6/москв-16	7	0,09	7,11	0,14	64,87	0	
Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
<b>итого</b>		<b>417</b>	<b>9,05</b>	<b>15,3</b>	<b>53,17</b>	<b>386,71</b>	<b>1,73</b>	
<b>2 завтрак</b>								
Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	386/москв-16	100	0,4	0,4	9,8	44	10	
<b>обед</b>								
Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом	28/1/екат-11	50	0,8	3,4	5,4	55,6	1,7	
или овощи порционно свежие с 05.2024г.	контр	50	0,3	0	2,7	8,2	10,5	
Суп картофельный с бобовыми (птица)	36/пермь-01	200	6,09	3,59	15,16	117,26	0,56	
Биточки припущенные(птица)/соус молочный	178/пермь-01	70	11,11	6,6	7,6	134,31	0	
Соус молочный	221/пермь-01	30	1,01	2,08	2,77	33,7	0,03	
Каша вязкая (пшеничная)	331/москв-16	130	3,63	4,34	20,75	136,5	0	
Кисель из шиповника	381/москв-11	180	0,11	0,06	23,5	94,99	28,8	
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	25	1,9	0,2	12,3	58,75	0	
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
<b>итого</b>		<b>715</b>	<b>15,8</b>	<b>20,5</b>	<b>102,2</b>	<b>667,9</b>	<b>31,1</b>	
<b>Полдник</b>								
К/м продукция "Снежок" (АО "АФ"Ангара")	406/пермь-11	180	5,04	4,5	7,2	90	1,44	
Блинчики с повидлом	430/москв-16	110	5,18	2,76	36,01	190	0,03	
<b>итого</b>		<b>290</b>	<b>10,22</b>	<b>7,26</b>	<b>43,21</b>	<b>280</b>	<b>1,47</b>	
<b>ужин</b>								
Рыба, запеченная в омлете (минтай)	263/москв-16	80	11,35	5,36	2,64	104,2	0,03	
Пюре картофельное с морковью	340/москв-16	130	2,45	4,01	15,62	108,42	13,65	
Компот из плодов сушеных (изюм)	394/москв-16	200	0,27	0	20,8	84,31	0,4	
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	25	1,9	0,2	12,3	58,75	0	
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.		25	1,65	0,28	10,25	51,5	0	
<b>итого</b>		<b>460</b>	<b>17,62</b>	<b>9,85</b>	<b>61,61</b>	<b>407,18</b>	<b>14,08</b>	
<b>Среднедневная сбалансированность</b>			<b>53,1</b>	<b>53,3</b>	<b>270,0</b>	<b>1785,8</b>	<b>48,4</b>	
<b>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</b>	<b>Спиридонова А.А.</b>							

<b>10 день (пятница)</b>								
<b>завтрак</b>								
Суп молочный с крупой (кукуруза)	101/москв-16	200	4,97	5,1	8,18	131,8	0,91	
Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5% АО "АО	414/москв-16	180	2,36	2,19	15,25	90,1	1,17	
Масло (порциями)	6/москв-16	7	0,09	7,11	0,14	64,87	0	
Сыр (порциями)	7/москв-16	10	2,35	3,09	0	38	0	
Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
<b>итого</b>		<b>427</b>	<b>12,05</b>	<b>17,73</b>	<b>38,33</b>	<b>395,27</b>	<b>2,08</b>	
<b>2 завтрак</b>								
Сок фруктовый абрикосовый	418/москв-16	180	0,9	0	22,97	95,27	7,2	
<b>обед</b>								
Салат "Здоровье"	25/уфа-10	50	0,8	3,6	2,8	46,5	1,0	
или овощи порционно свежие с 05.2024г.	контр	50	0,3	0	2,7	8,2	10,5	
Рассольник на бульоне (мелкошинкованный) (птица)	80/москв-16	200	3,64	2,68	10,44	80,51	5,4	
Фрикадельки из кур (м.д.ж. 12%)	293/пермь-11	70	1,33	7,19	6,42	131,68	0,15	
Соус томатный	354/пермь-11	30	0,16	1,23	1,57	18,02	0,52	
Рис отварной с овощами	339/москв-16	130	3	4,3	27,13	159,25	0,78	
Напиток яблочный	701/школьн-04	180	0,07	0,08	12,17	55,86	0,9	
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	25	1,9	0,2	12,3	58,75	0	
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
<b>итого</b>		<b>715</b>	<b>13,21</b>	<b>19,49</b>	<b>87,61</b>	<b>621,05</b>	<b>8,74</b>	
<b>Полдник</b>								
Молоко кипяченое (АО "АФ"Ангара" м.д.ж.2,5%)	419/москв-16	190	5,4	4,5	8,46	100,6	1,8	
Сдоба обыкновенная	280/пермь-01	60	4,16	3,14	36,07	189,16	0	
<b>итого</b>		<b>250</b>	<b>9,56</b>	<b>7,64</b>	<b>44,53</b>	<b>289,76</b>	<b>1,8</b>	
<b>ужин</b>								
Икра кабачковая после т/о	4/м.у.моск-07	50	0,95	4,45	3,85	59,5	3,5	
Макароны, запеченные с сыром	221/москв-16	205	9,56	8,58	39,29	272	0,04	
Чай с лимоном	260/пермь-01	180	0,13	0,03	11,32	41	3,1	
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	20	1,52	0,16	9,84	47	0	
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	20	1,52	0,16	9,84	47	0	
Плоды и ягоды свежие (яблоко)	386/москв-16	100	0,4	0,4	9,8	44	10	
<b>итого</b>		<b>575</b>	<b>4,52</b>	<b>13,78</b>	<b>83,94</b>	<b>463,5</b>	<b>16,64</b>	
<b>Среднедневная сбалансированность</b>			<b>40,2</b>	<b>58,6</b>	<b>277,4</b>	<b>1864,9</b>	<b>36,5</b>	
<b>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</b>	<b>Спиридонова А.А.</b>							

<b>11 день (понедельник)</b>							
<b>завтрак</b>							
Каша молочная манная жидкая	90-п-01/контр	200	4,73	5,99	21,48	158,68	0,45
Чай с сахаром	411/москв-16	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03
Сыр (порциями)	7/москв-16	10	2,35	3,09	0	38	0
Масло (порциями)	6/москв-16	7	0,09	7,11	0,14	64,87	0
Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта	пром изделие	25	1,92	0,76	13,33	58,75	0
<b>итого</b>		<b>422</b>	<b>9</b>	<b>17</b>	<b>45</b>	<b>360</b>	<b>0</b>
<b>2 завтрак</b>							
Флоды и ягоды свежие (яблоко)	386/москв-16	100	0,4	0,4	9,8	44	10
<b>обед</b>							
Салат из свеклы с чесноком	40/пермь-11	50	0,66	4,54	2,85	54,87	1,1
или овощи порционно свежие с 05.2024г.	контр	60	0,3	0	2,7	8,2	10,5
Суп рисовый с мясом (говядина)	151/школ-04	200	3,22	3,67	9,58	84,19	0,25
Котлеты рубленые (говядина)	299/москв-16	70	9,1	7,2	11,9	148,8	0,00
Соус молочный	221/пермь-01	30	1,01	2,08	2,77	33,7	0,03
Каша вязкая (гречневая)	331/москв-16	130	3,97	4,34	17,78	126,1	0
Компот из плодов сушеных (курага)	394/москв-16	180	0,79	0,05	18,22	76,51	0,4
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	25	1,9	0,2	12,3	58,75	0
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0
<b>итого</b>		<b>715</b>	<b>22,890</b>	<b>22,340</b>	<b>90,150</b>	<b>653,400</b>	<b>1,810</b>
<b>Полдник</b>							
К/м продукция "Варец" (АО "АФ"Ангара" м.д.ж 2,5%)	пром изделие/406	200	5,04	4,5	7,2	90	1,4
Кондитерские изделия: Пряник	пром изделие	60	3,06	2,52	46,38	220,8	0
<b>итого</b>		<b>260</b>	<b>8,1</b>	<b>7,02</b>	<b>53,58</b>	<b>310,8</b>	<b>1,4</b>
<b>ужин</b>							
Котлеты рыбные запеченные (минтай)	271/москв-16	70	8,6	4,06	7,03	99,07	0,85
Соус томатный	354/пермь-11	30	0,16	1,23	1,57	18,02	0,52
Пюре картофельное	339/москв-16	130	2,65	4,15	17,69	118,77	13,32
Чай с молоком (молоко 2,5% АО "АО"АФ"Ангара")	413/москв-16	180	2,31	2,18	13,77	83,9	1,2
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	25	1,9	0,2	12,3	58,75	0
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0
<b>итого</b>		<b>465</b>	<b>9,3</b>	<b>12,06</b>	<b>60,09</b>	<b>449,01</b>	<b>15,89</b>
<b>Среднедневная сбалансированность</b>			<b>9,30</b>	<b>58,79</b>	<b>258,56</b>	<b>1817,51</b>	<b>29,58</b>
<b>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</b>	<b>Спиридонова А.А.</b>						

<b>12 день (вторник)</b>								
<b>завтрак</b>								
Суп молочный с крупой ("Геркулес")	101/москв-16	180	5,33	5,34	8,61	133,92	0,8	
Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5% АО "АО	414/москв-16	180	2,36	2,19	15,25	90,1	1,17	
Масло (порциями)	6/москв-16	7	0,09	7,11	0,14	64,87	0	
Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта	пром изделие	35	2,28	0,24	17,22	82,5	0	
		<b>402</b>	<b>10,06</b>	<b>14,88</b>	<b>41,22</b>	<b>371,39</b>	<b>1,97</b>	
<b>2 завтрак</b>								
Фрукты и ягоды свежие (банан)	386/москв-16	100	1,5	0,5	23	95	5	
<b>обед</b>								
Винегрет овощной	46/москв-16	50	0,68	3,09	4,22	47,4	5,1	
или овощи порционно свежие с 05.2024г.	контр	50	0,3	0	2,7	8,2	10,5	
Суп-лапша домашняя (мясо птицы)	47/пермь-01	200	4,42	3,95	15,29	114,4	0,09	
Мясо кур отварное в соусе	319/москв-16	80	10,76	9,43	2,41	137,58	0,58	
Гарнир сложный (пюре картофельное, капуста	494/поп-москв-96	130	2,67	4,18	14,98	108,29	18,98	
Напиток яблочный	701/школьн-04	200	0,084	0,094	15,22	62,07	1	
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	25	1,9	0,2	12,3	58,75	0	
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.		25	1,65	0,28	10,25	51,5	0	
<b>итого</b>		<b>710</b>	<b>11,404</b>	<b>17,044</b>	<b>59,69</b>	<b>471,7</b>	<b>6,77</b>	
<b>Полдник</b>								
Чай с лимоном	412/москв-16	190	0,13	0,03	10,7	43,83	2,97	
Булочка "Веснушка"	269/пермь-01	60	4,61	4,41	35,3	199,3	0,53	
<b>итого</b>		<b>250</b>	<b>4,74</b>	<b>4,44</b>	<b>46</b>	<b>243,13</b>	<b>3,5</b>	
<b>ужин</b>								
Пудинг из творога с рисом (творог 5% АО "АФ	200 перм-11/229	190						
"Ангара")/соус фруктовый из кураги	пер-01		22,92	10,81	27,22	297,81	2,05	
Компот из сухофруктов и шиповника	7/10/екат-11	200	0,32	0,04	13,94	57,46	69	
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
<b>итого</b>		<b>450</b>	<b>28</b>	<b>11</b>	<b>71</b>	<b>496</b>	<b>71</b>	
<b>Среднедневная сбалансированность</b>			<b>55,50</b>	<b>48,19</b>	<b>240,59</b>	<b>1677,49</b>	<b>88,29</b>	
<b>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</b>	<b>Спиридонова А.А.</b>							

<b>13 день (среда)</b>								
<b>завтрак</b>								
Каша "Дружба"	84/пермь-01	200	4,74	6,06	24,14	170,06	0,4	
Какао с молоком (молоко 2,5% АО "АО "АФ"Ангара")	416/москв-16	180	3,11	2,87	14,78	97,36	1,43	
Масло (порциями)	6/москв-16	7	0,09	7,11	0,14	64,87	0	
Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта	пром изделие	25	1,92	0,76	13,33	58,75	0	
<b>итого</b>		<b>412</b>	<b>9,9</b>	<b>16,8</b>	<b>52,4</b>	<b>391,0</b>	<b>1,8</b>	
<b>2 завтрак</b>								
Сок фруктовый (грушевый)	418/москв-16	180	0,72	0,54	19,8	81,9	10	
<b>обед</b>								
Салат "Степной"	23/уфа-10	50	0,75	1,87	3,12	42,5	1,25	
или овощи порционно свежие с 05.2024г.	контр	50	0,3	0	2,7	8,2	10,5	
Суп из овощей (птица)	35/пермь-01	200	3,63	4,29	9,43	90,77	4,26	
Зразы рубленые из птицы с омлетом и овощами	99/уфа-10	70	9,6	7,2	6,1	127,6	0,7	
Соус томатный	354/пермь-11	30	0,16	1,23	1,57	18,02	0,52	
Каша вязкая (пшенная)	331/москв-16	130	3,62	4,33	20,75	136,5	0	
Компот из сушеных фруктов (смесь)	394/москв-16	180	0,1	0	15,17	61,13	0,36	
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	25	1,9	0,2	12,3	58,75	0	
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
<b>итого</b>		<b>715</b>	<b>22,03</b>	<b>19,35</b>	<b>83,23</b>	<b>605,77</b>	<b>7,11</b>	
<b>Полдник</b>								
Чай с сахаром	411/москв-16	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	
Уголок творожный	139/школьн-04	80	11,06	5,91	27,59	207,84	0,03	
<b>итого</b>		<b>260</b>	<b>11,12</b>	<b>5,93</b>	<b>37,58</b>	<b>247,84</b>	<b>0,06</b>	
<b>ужин</b>								
Запеканка картофельная с печенью	308/москв-16	160	10,18	6,25	27,33	206	5,43	
Соус красный основной	358/пермь-01	30	0,21	0,38	1,44	9,98	0,1	
Кисель из шиповника	399/москв-16	180	0,11	0,06	23,5	95,0	4,88	
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	1,86	0,73	14,76	70,5	0	
Фрукты и ягоды свежие (банан)	386/москв-16	50	0,75	0,25	11,5	47,5	2,5	
<b>итого</b>		<b>450</b>	<b>13,11</b>	<b>7,67</b>	<b>78,53</b>	<b>428,97</b>	<b>12,91</b>	
<b>Среднедневная сбалансированность</b>			<b>56,8</b>	<b>50,3</b>	<b>271,5</b>	<b>1755,5</b>	<b>31,9</b>	
<b>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</b>	<b>Спиридонова А.А.</b>							

<b>14 день (четверг)</b>							
<b>завтрак</b>							
Суп молочный с крупой (крупя гречневая)	101/москв-16	200	5,97	5,48	8,69	141,6	0,91
Чай с молоком (молоко 2,5% АО "АО "АФ"Ангара")	413/москв-16	180	2,31	2,18	13,77	83,9	1,2
Масло (порциями)	6/москв-16	7	0,09	7,11	0,14	64,87	0
Сыр (порциями)	7/москв-16	10	2,35	3,09	0	38	0
Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0
<b>итого</b>		<b>427</b>	<b>13</b>	<b>18,1</b>	<b>37,36</b>	<b>398,87</b>	<b>2,11</b>
<b>2 завтрак</b>							
Сок фруктовый яблочный	418/москв-16	200	0,9	0	18,27	85,66	3,6
<b>обед</b>							
Салат из отварной свеклы с солеными огурцами	23/1/екат-11	50	0,58	4,06	2,9	50,63	1,18
или овощи порционно свежие с 05.2024г.	контр	50	0,3	0	2,7	8,2	10,5
Щи из свежей капусты с картофелем (птица)	56/пермь-01	200	3,51	4,1	7,63	81,37	6,66
Шницель припущенный (птица)/соус	178/пермь-01	70	11,11	6,6	7,6	134,31	0
Соус красный основной	358/пермь-11	30	0,4	0,8	2,9	20,0	0,2
Каша вязкая (пшеничная)	331/москв-16	130	3,46	3,67	21,28	132,08	0
Компот из свежих яблок с лимоном	242/п-01/контр	180	0,099	0,081	11,64	47,79	4,28
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	25	1,9	0,2	12,3	58,75	0
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0
<b>итого</b>		<b>715</b>	<b>23,359</b>	<b>19,701</b>	<b>59,7</b>	<b>547,6</b>	<b>12,33</b>
<b>Полдник</b>							
Компот из сушеных фруктов (смесь)	394/москв-16	180	0,1	0	15,17	61,13	0,36
Кондитерские изделия: Печенье	прром изделие	60	4,75	9,6	41,88	271,8	0
Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	386/москв-16	100	0,4	0,4	9,8	44	10
<b>итого</b>		<b>340</b>	<b>5,3</b>	<b>10,0</b>	<b>66,9</b>	<b>376,9</b>	<b>10,4</b>
<b>ужин</b>							
Биточки рыбные с овощами запеченные (минтай)	275/москв-16	70	6,32	9,72	7,55	97,98	0,02
Картофель отварной	336/москв-16	130	2,47	3,74	19,94	123,37	8,20
Чай с повидлом	411/москв-16	200	0,13	0,03	10,83	44,4	0,03
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	25	1,9	0,2	12,3	58,75	0
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0
<b>итого</b>		<b>455</b>	<b>13,1</b>	<b>13,9</b>	<b>65,4</b>	<b>395,0</b>	<b>8,3</b>
<b>Среднедневная сбалансированность</b>			<b>55,6</b>	<b>61,7</b>	<b>247,6</b>	<b>1804,1</b>	<b>36,7</b>
<i>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</i>			<i>Спиридонова А.А.</i>				

<b>15 день (пятница)</b>								
<b>завтрак</b>								
Икра кабачковая после т/о	4/м.у.моск-07	50	0,95	4,45	3,85	59,5	3,5	
Омлет натуральный/икра кабачковая(130/40)	110/пермь-01	130	9,92	16,64	2,96	201,28	0	
Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5% АО "АО	414/москв-16	180	2,36	2,19	15,25	90,1	1,17	
Масло (порциями)	6/москв-16	7	0,09	7,11	0,14	64,87	0	
Хлеб пшеничный в/с или батон из муки высшего сорта	пром изделие	35	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
<b>итого</b>		<b>402</b>	<b>15,6</b>	<b>30,6</b>	<b>37,0</b>	<b>486,3</b>	<b>4,7</b>	
<b>2 завтрак</b>								
Сок фруктовый абрикосовый	418/москв-16	180	0,9	0	22,97	95,27	7,2	
<b>обед</b>								
Салат из моркови с зеленым горошком	28/пермь-01	50	1,26	4,56	3,59	60,04	1,15	
или овощи порционно свежие с 05.2024г.	контр	50	0,3	0	2,7	8,2	10,5	
Уха с крупой (горбуша)	48/уфа-10	200	5,79	3,50	11,64	101,22	0,39	
Котлеты рубленые, запеченные с молочным соусом	298/москв-16	60	7,32	8,2	6,3	128,0	0,17	
Рис припущенный	333/москв-16	130	3,2	3,7	31,8	173,3	0,00	
Соус томатный	228/пермь-01	30	0,16	1,1	1,57	16,85	2,51	
Компот из яблок и изюма	2/10/екат-11	180	0,14	0,08	13,27	54,48	6,04	
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	25	1,9	0,2	12,3	58,75	0	
Хлеб ржаной пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
<b>итого</b>		<b>705</b>	<b>14,7</b>	<b>21,6</b>	<b>95,2</b>	<b>663,1</b>	<b>10,3</b>	
<b>Полдник</b>								
Молоко кипяченое (АО "АФ"Ангара" м.д.ж.2,5%)	419/москв-16	180	5,4	4,5	8,46	95,4	1,8	
Пирог открытый	459/моск-11	60	3,71	1,94	33,2	165	0	
Фрукты и ягоды свежие (банан)	386/москв-16	100	1,5	0,5	23	95	5	
<b>итого</b>		<b>340</b>	<b>10,61</b>	<b>6,94</b>	<b>64,66</b>	<b>355,40</b>	<b>6,80</b>	
<b>ужин</b>								
Салат из свеклы с чесноком	40/пермь-11	50	0,54	4,52	2,83	54,61	1,1	
Макароны, запеченные с сыром	221/москв-16	205	9,56	8,58	39,29	272	0,04	
Чай с сахаром	411/москв-16	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	
Хлеб высший сорт пшеничный ИП Авакян.Р.С.	пром изделие	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
<b>итого</b>		<b>465</b>	<b>12,44</b>	<b>13,36</b>	<b>66,87</b>	<b>437,11</b>	<b>1,14</b>	
<b>Среднедневная сбалансированность</b>			<b>54,2</b>	<b>72,5</b>	<b>286,7</b>	<b>2037,2</b>	<b>30,1</b>	
			<b>810,8</b>	<b>902,0</b>	<b>3919,0</b>	<b>27002,9</b>	<b>750,4</b>	
			15	15	15	15	15	
<b>среднедневная сбалансированность за 15 дней</b>			<b>54,05</b>	<b>60,14</b>	<b>261</b>	<b>1800</b>	<b>50,02</b>	
<b>составил: технолог МКУ "ЦБУО"</b>								
<b>Спиридонова А.А.</b>								

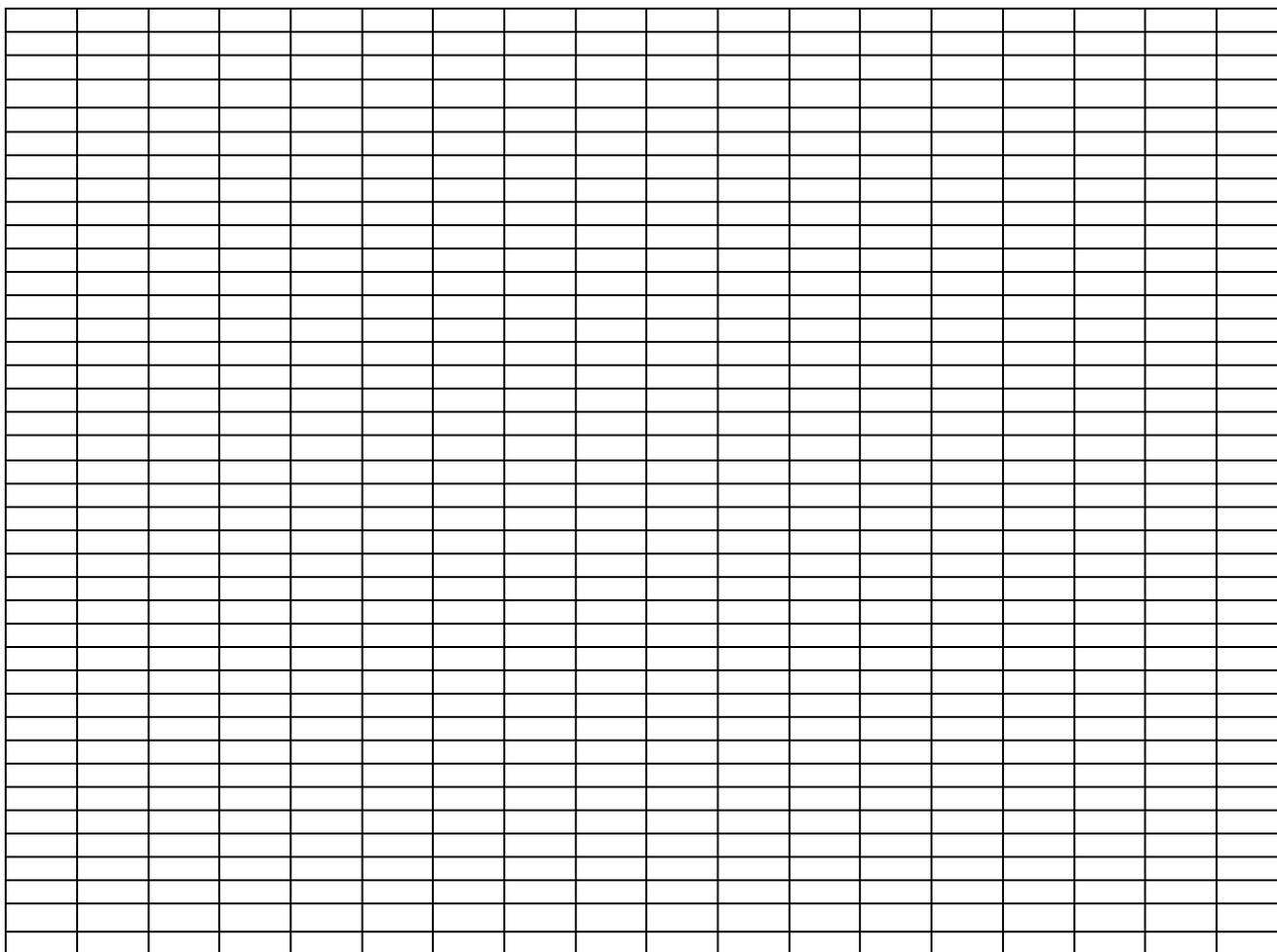














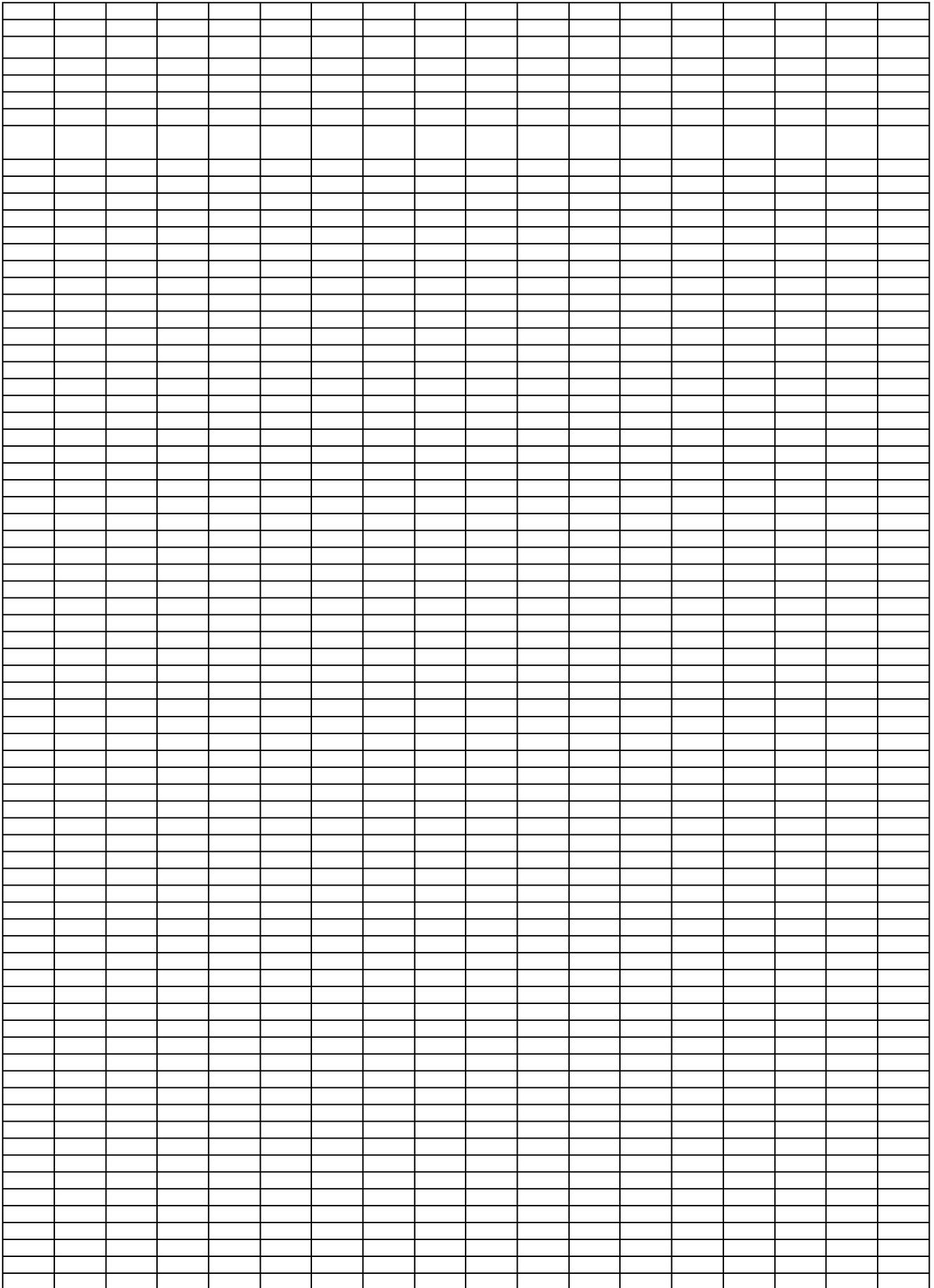




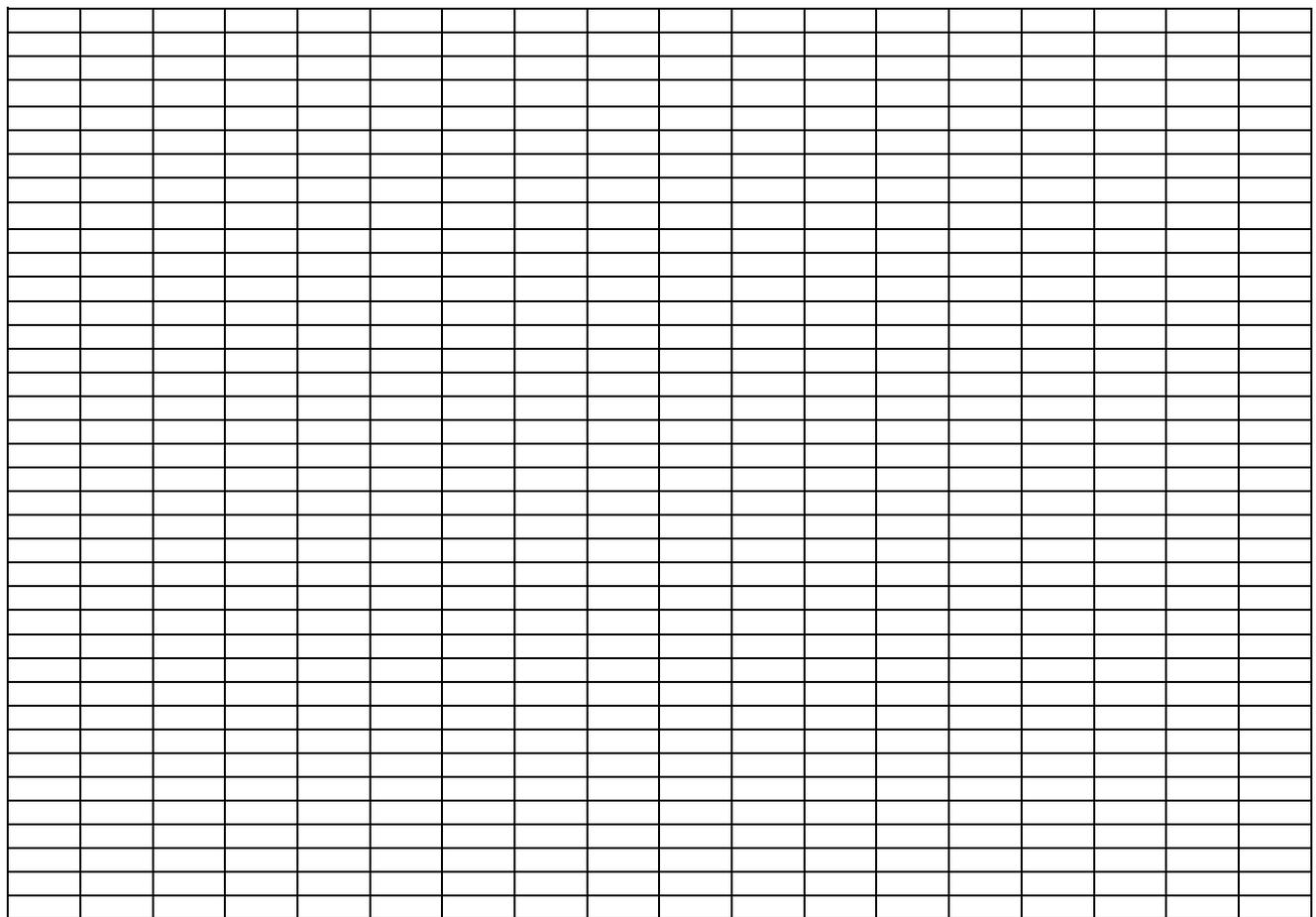




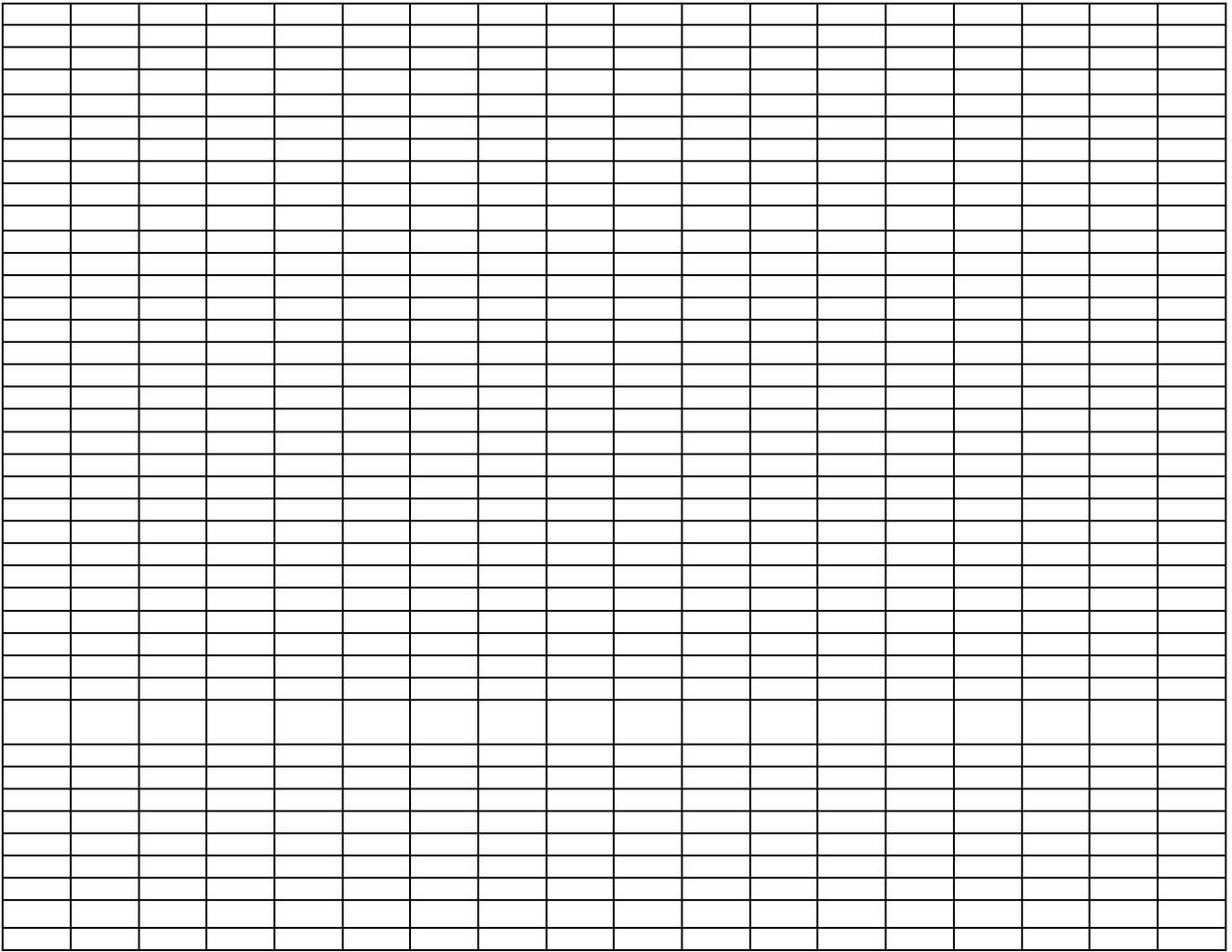


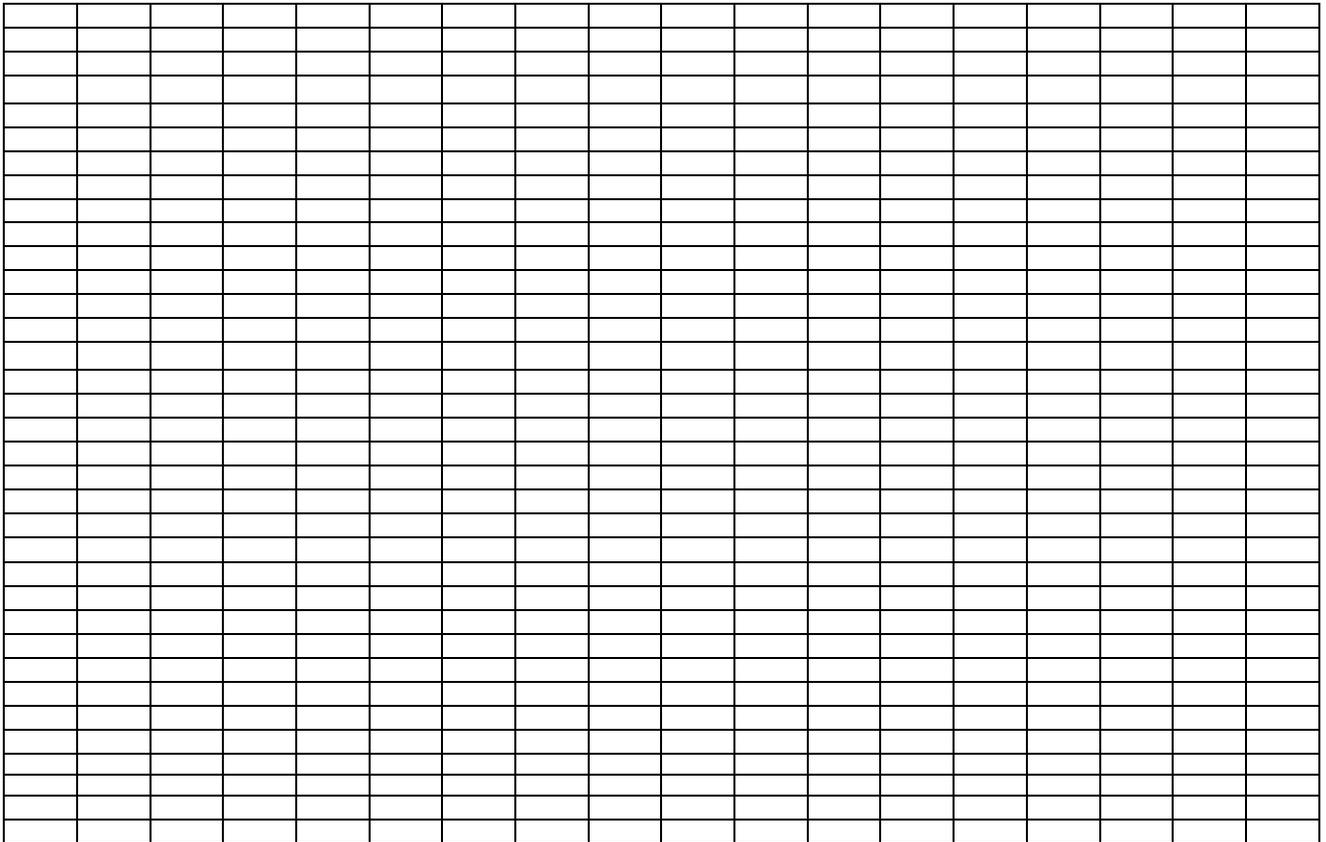


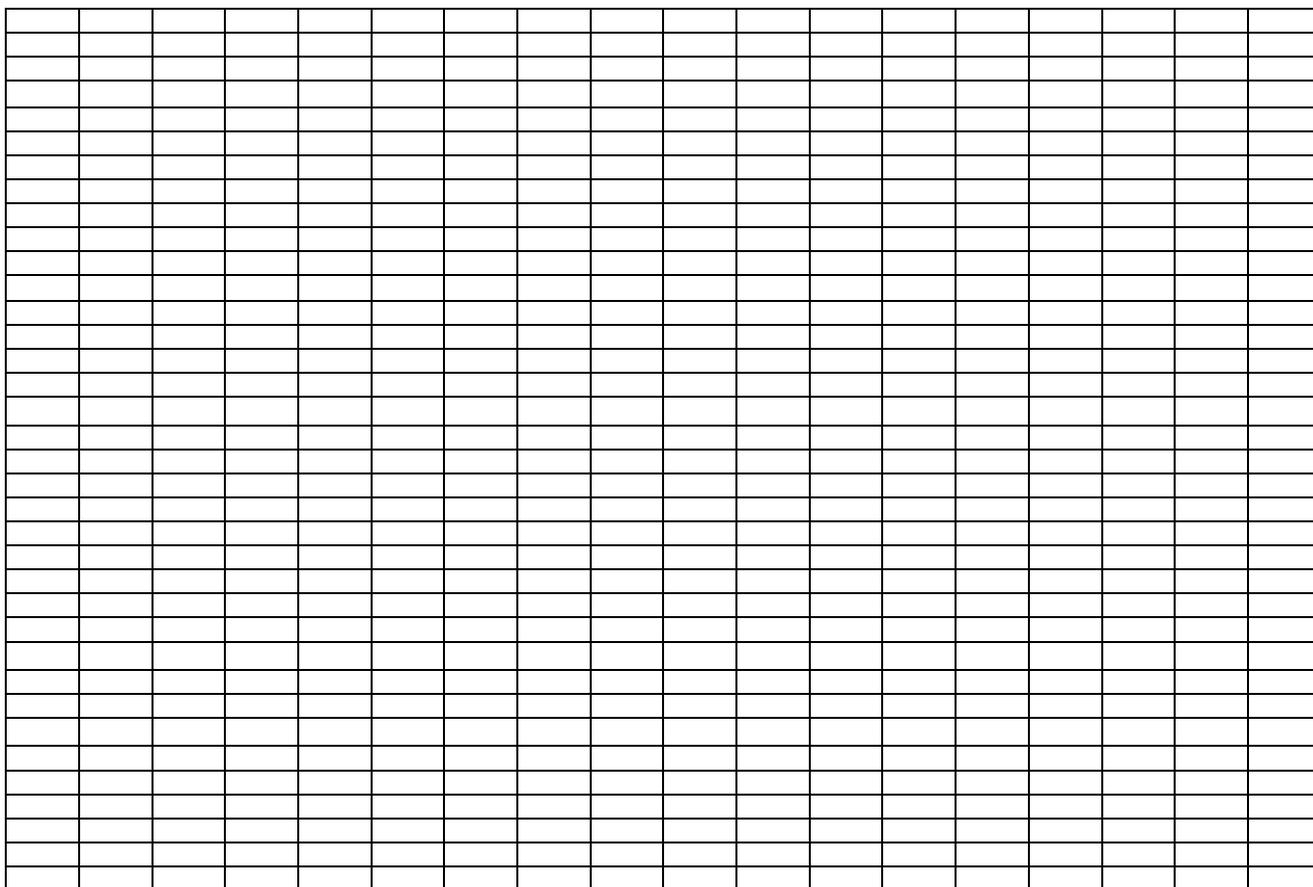


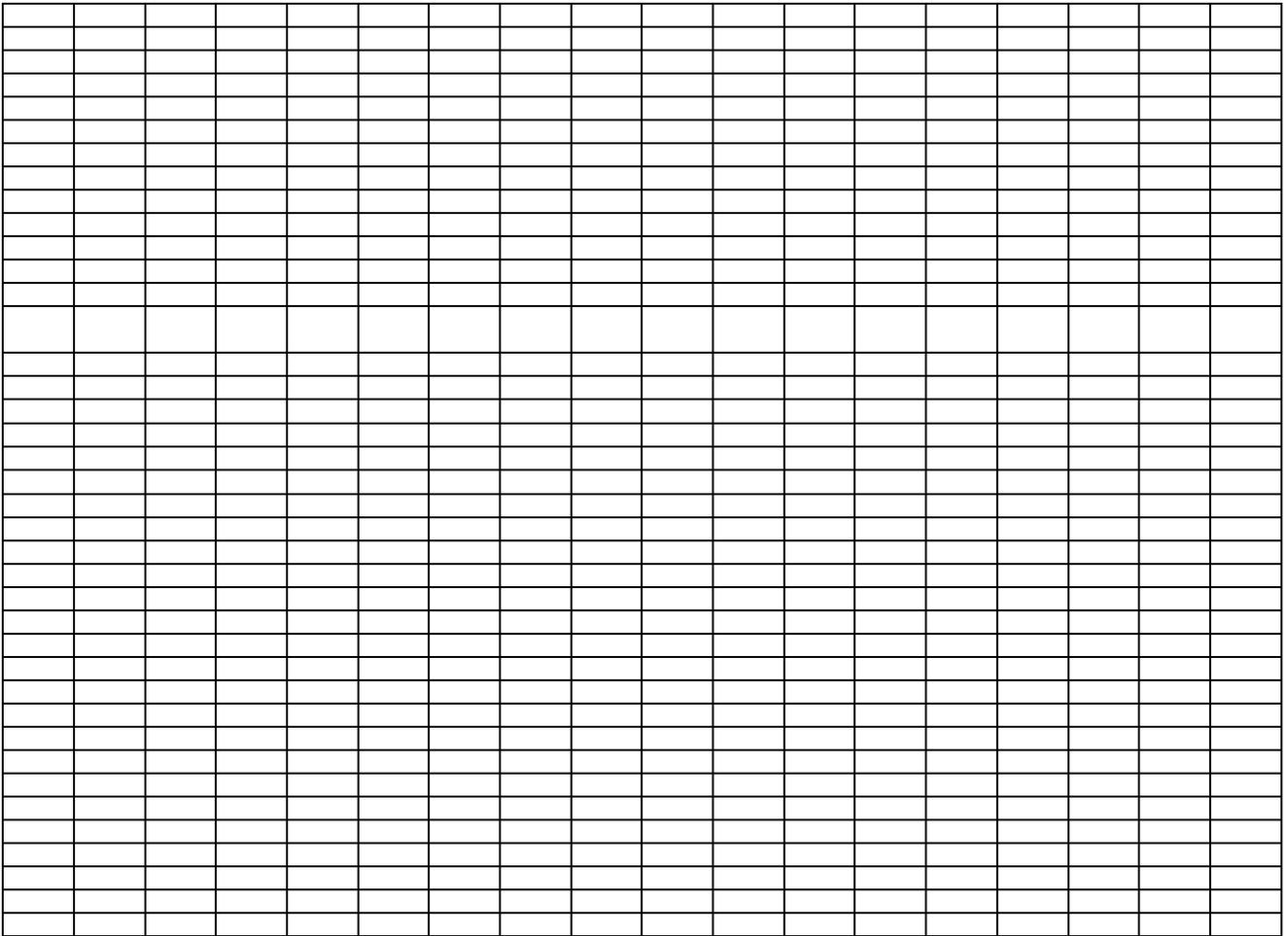














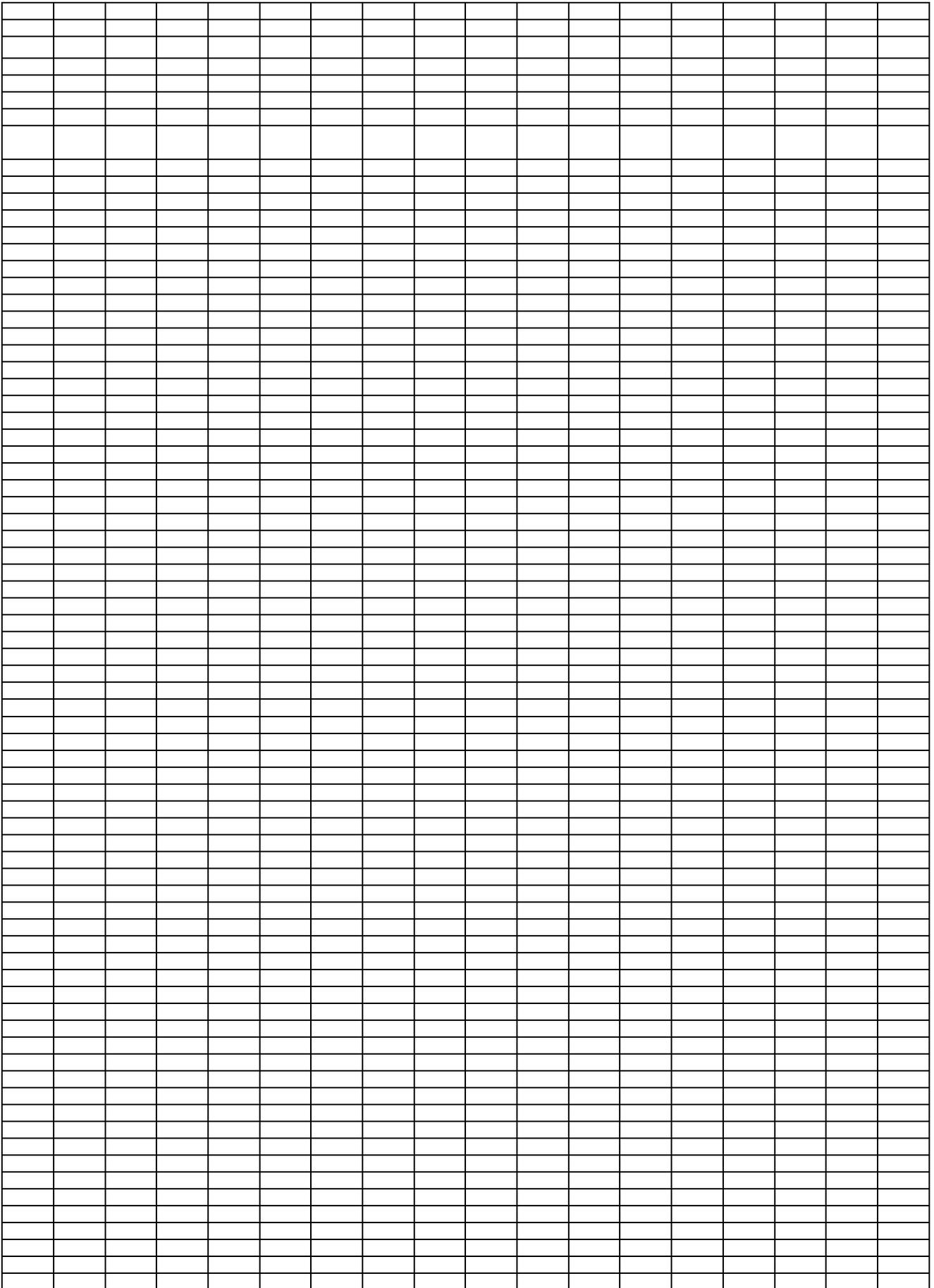




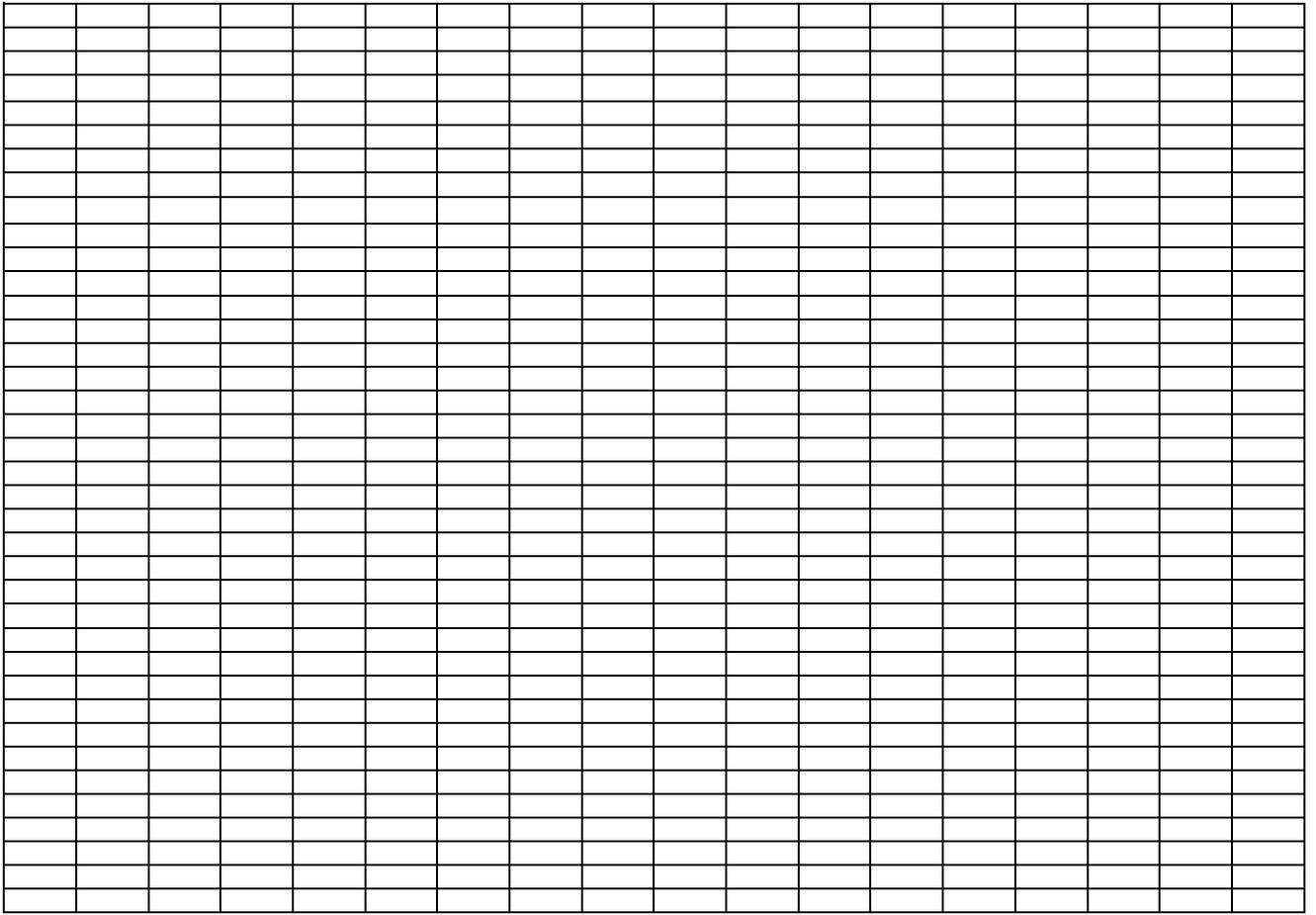






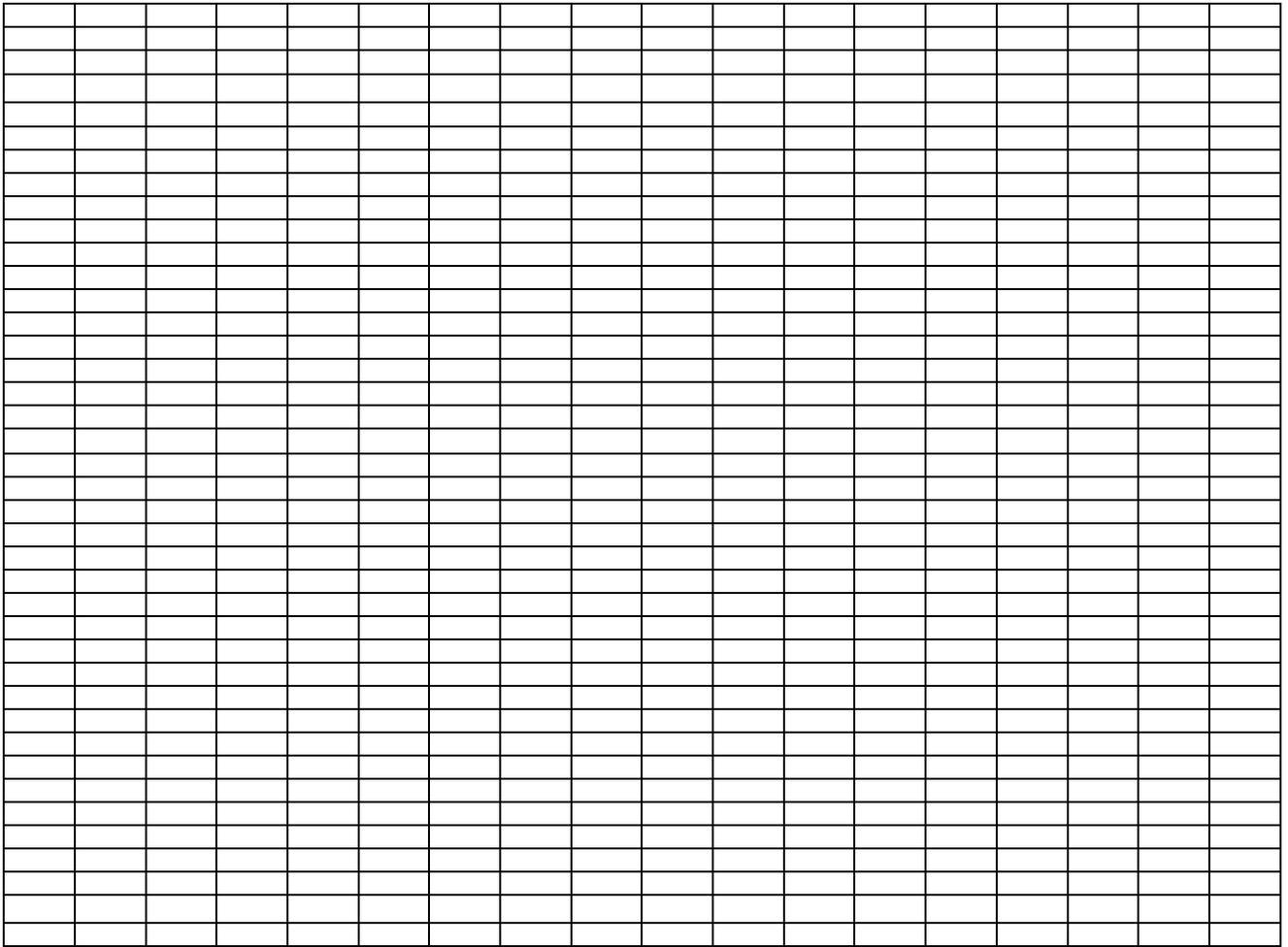


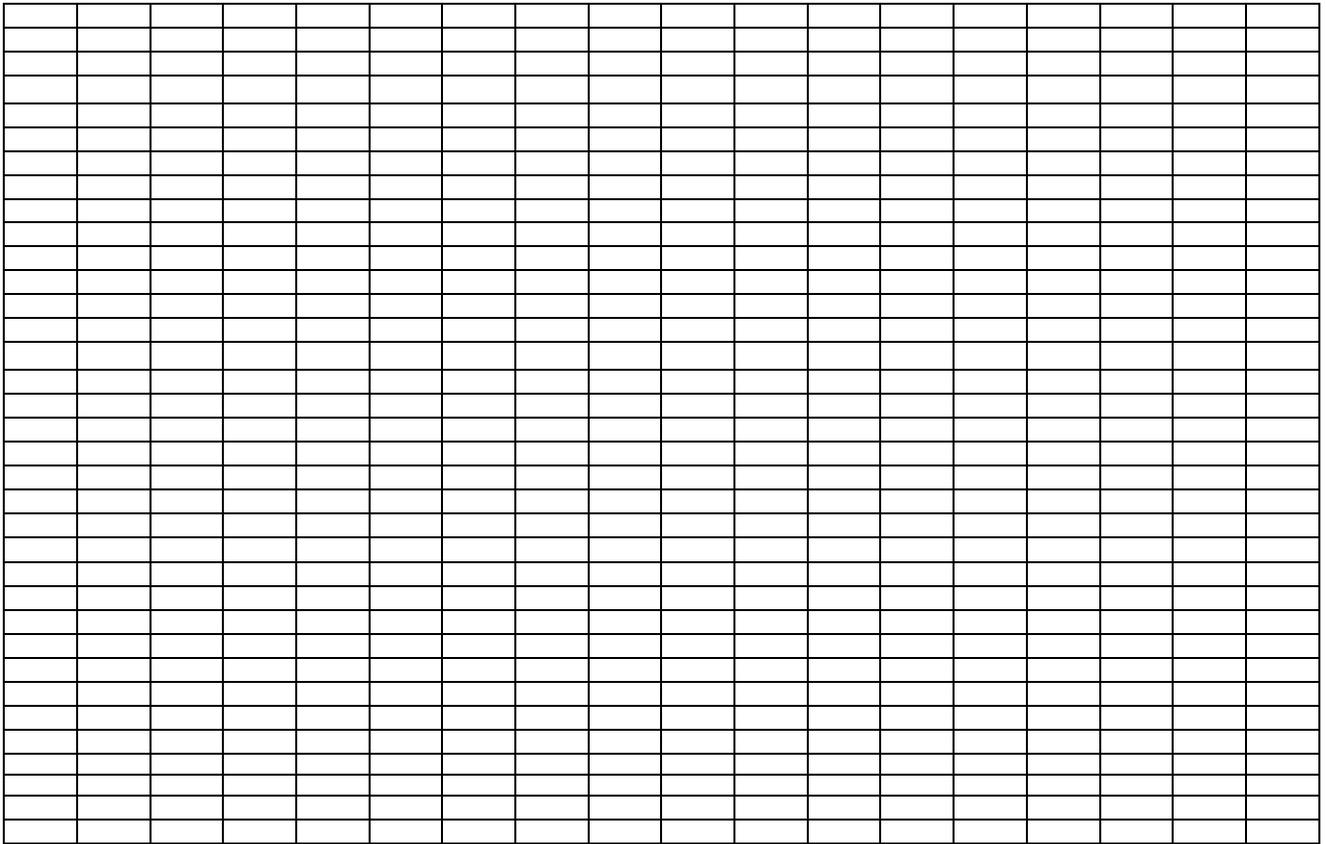


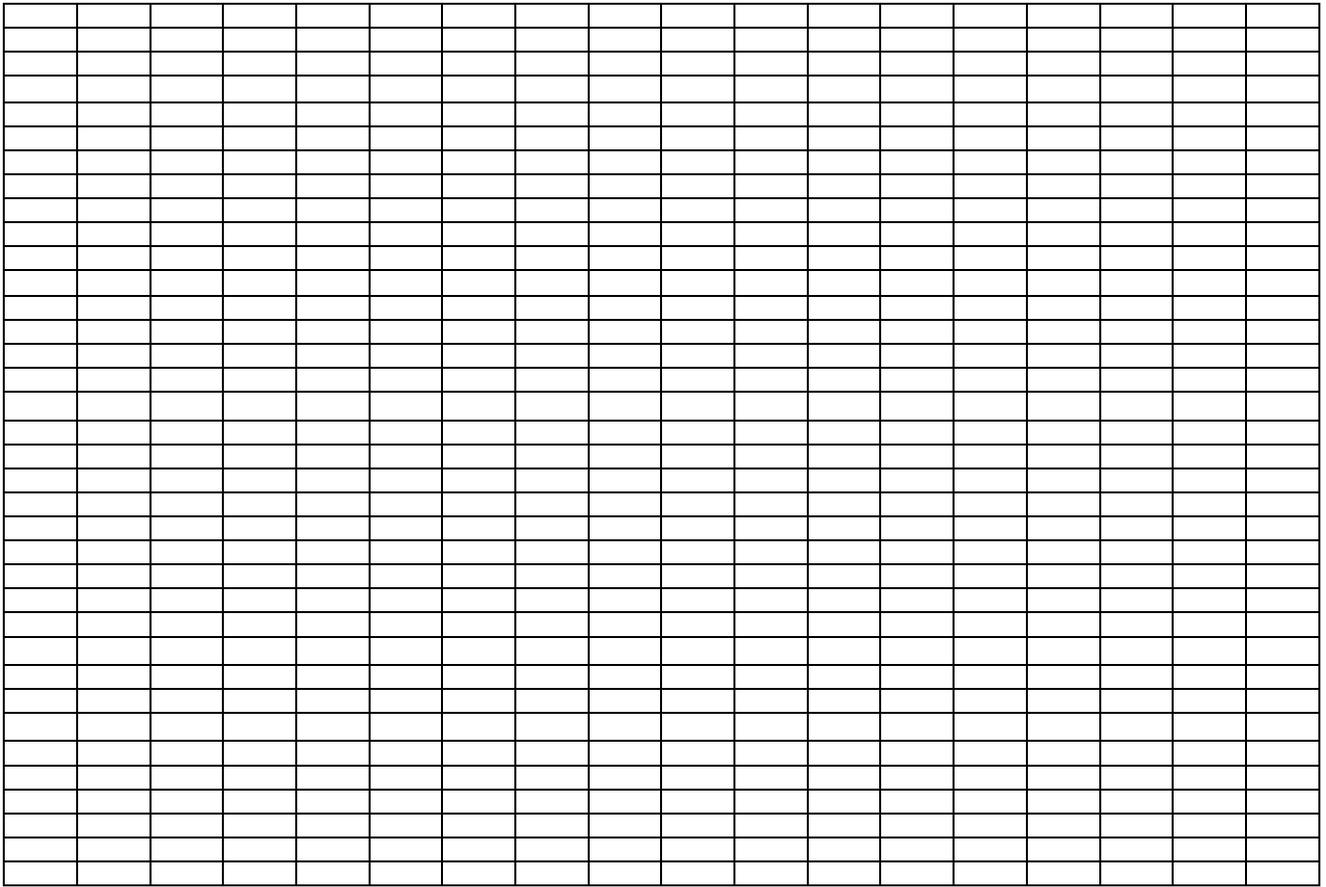




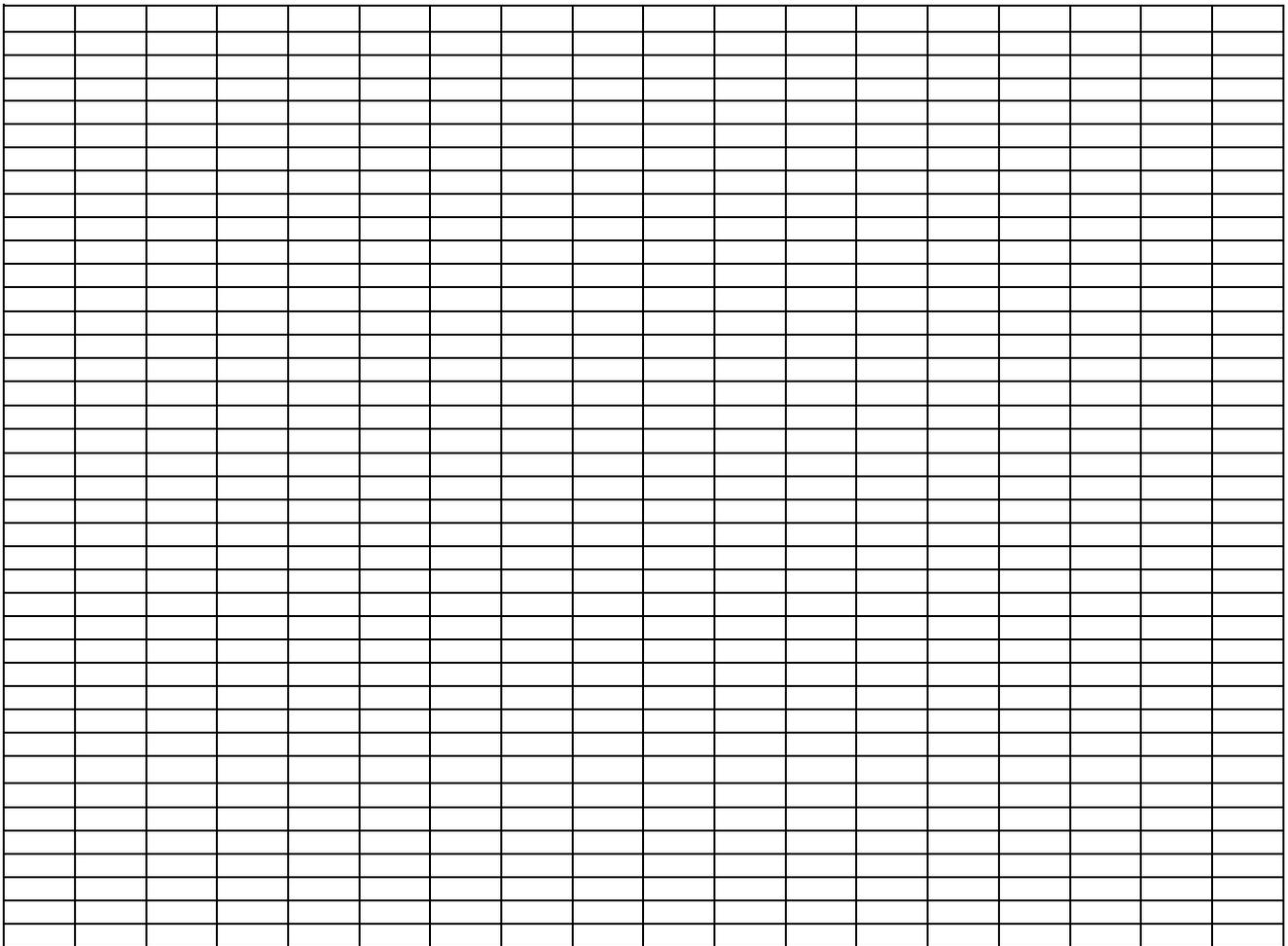




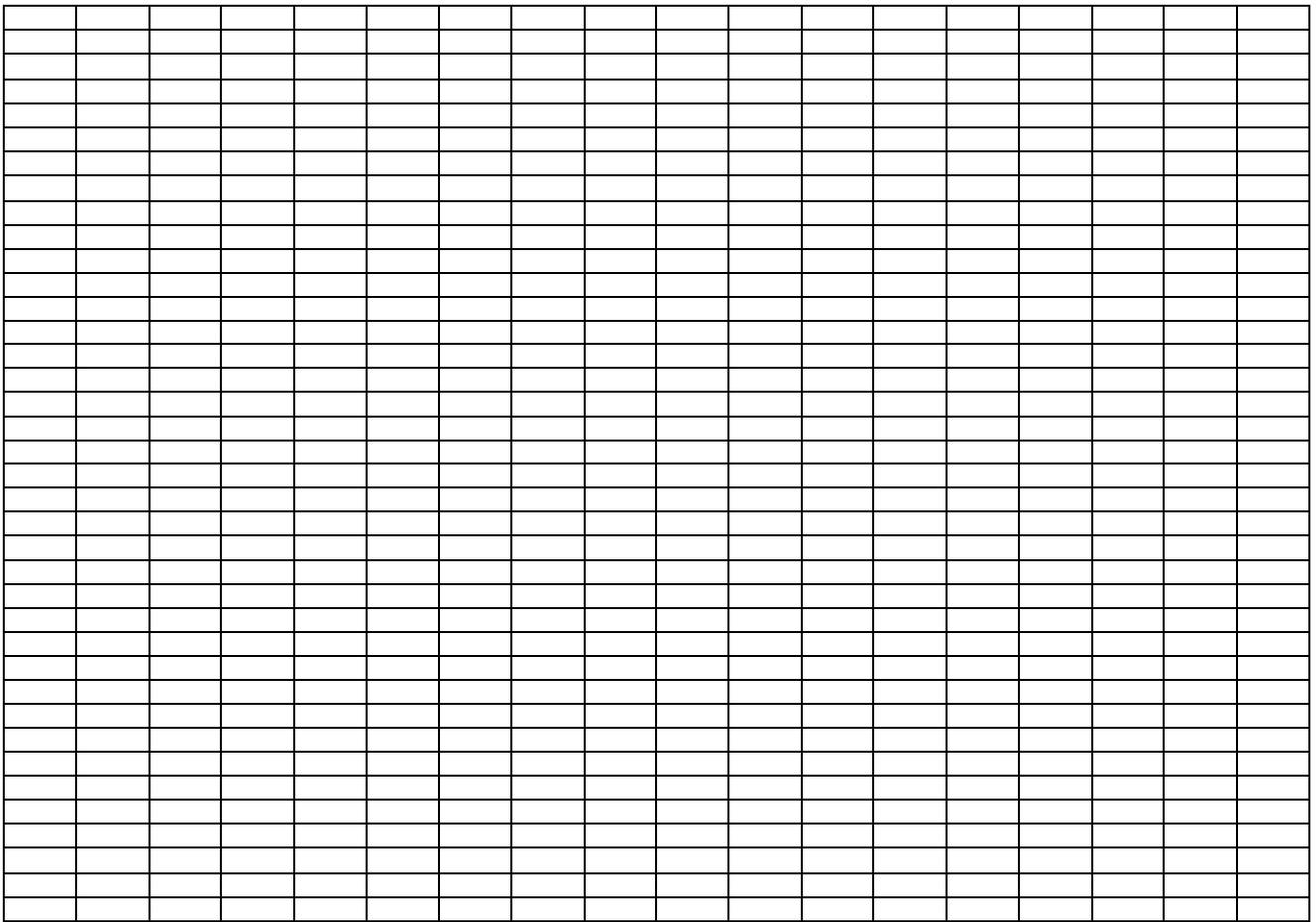




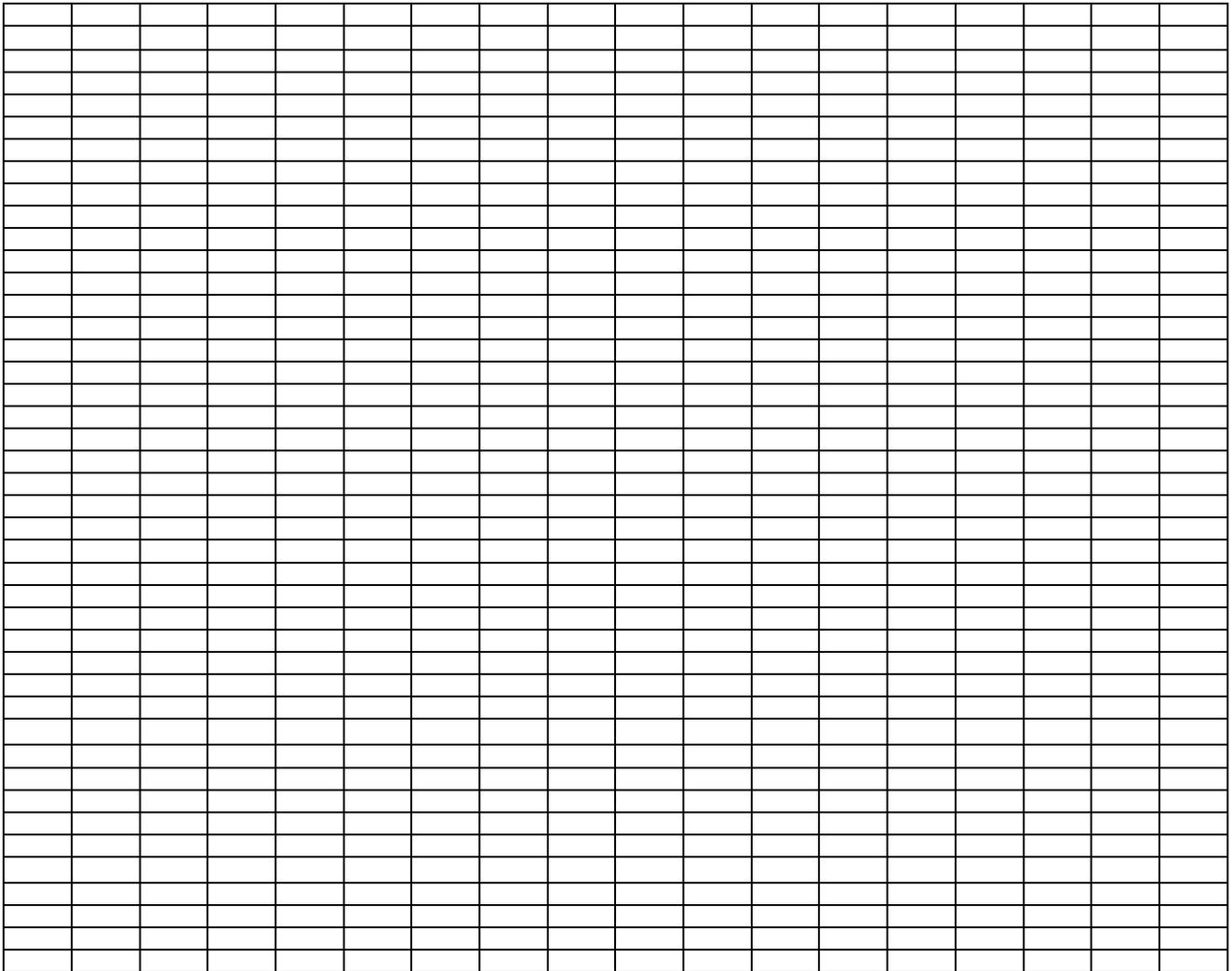


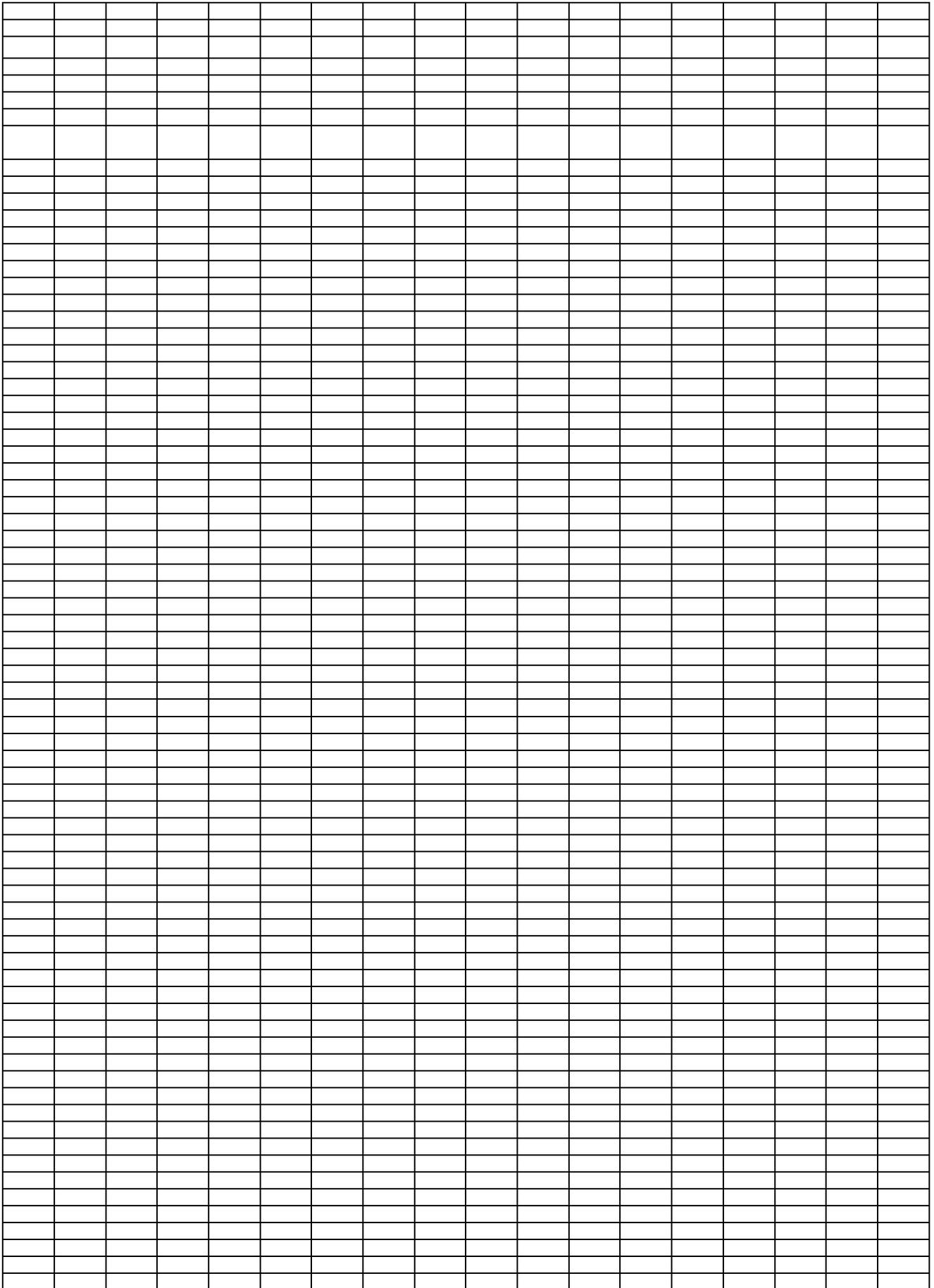


Среднед																		



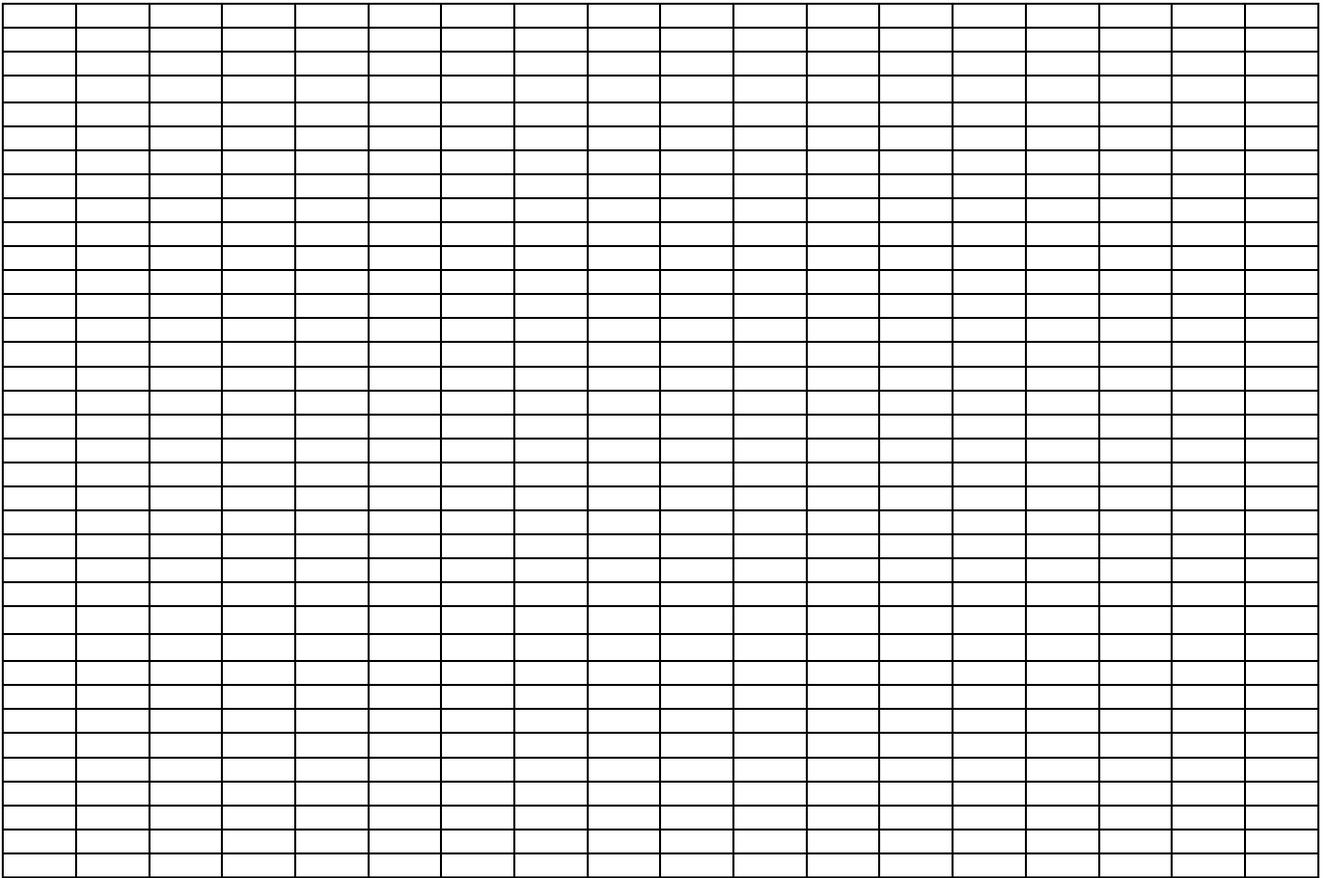


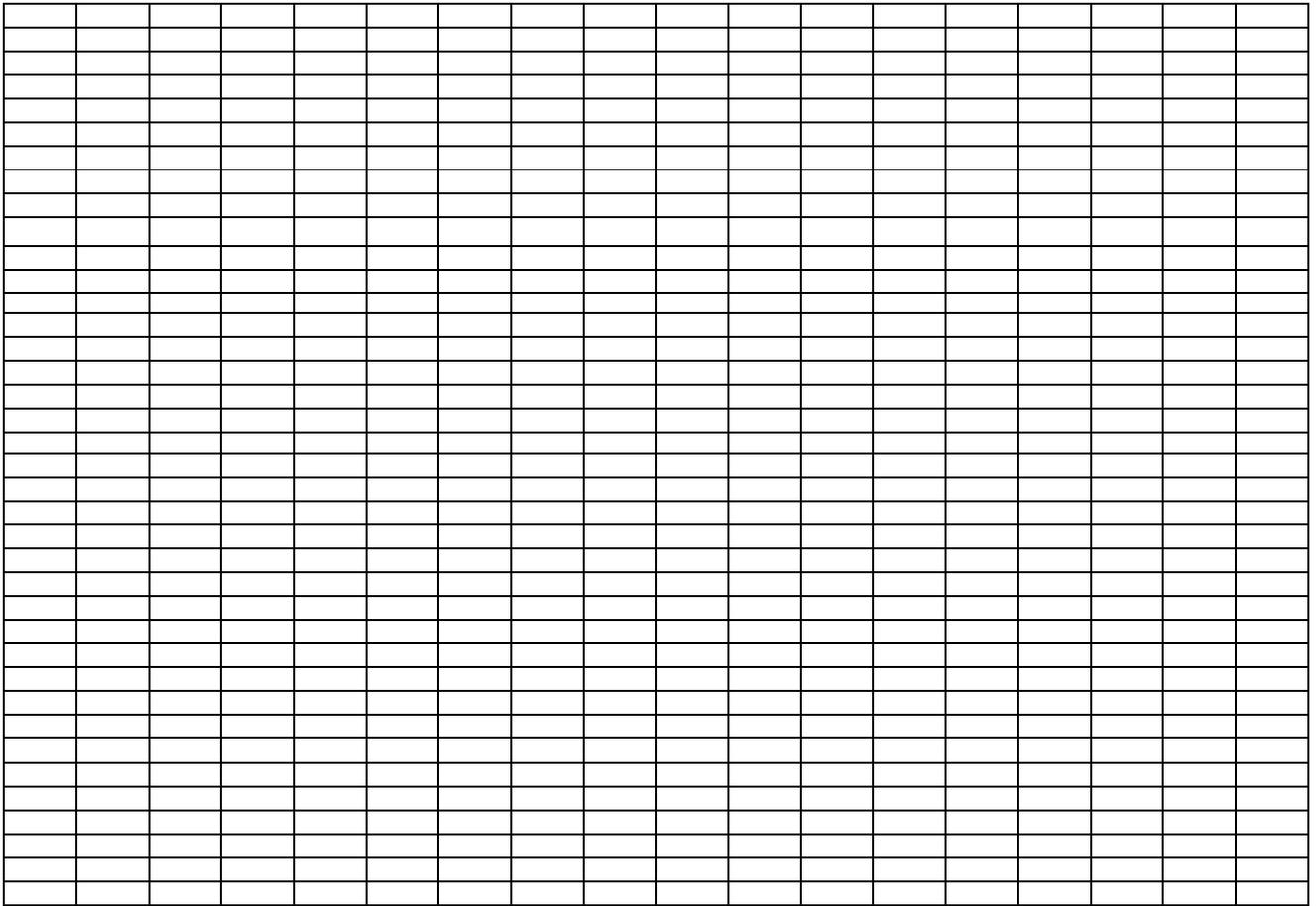




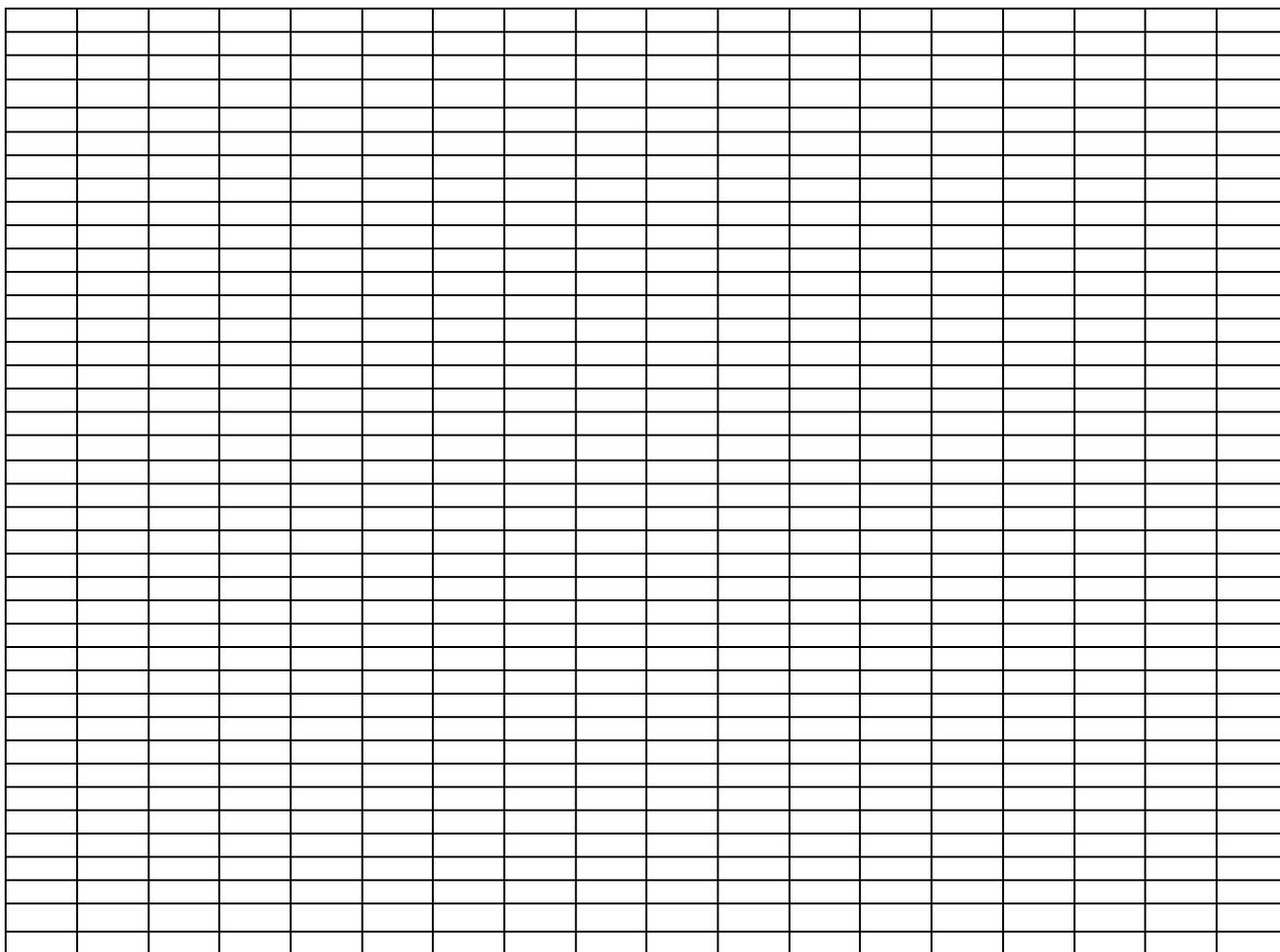


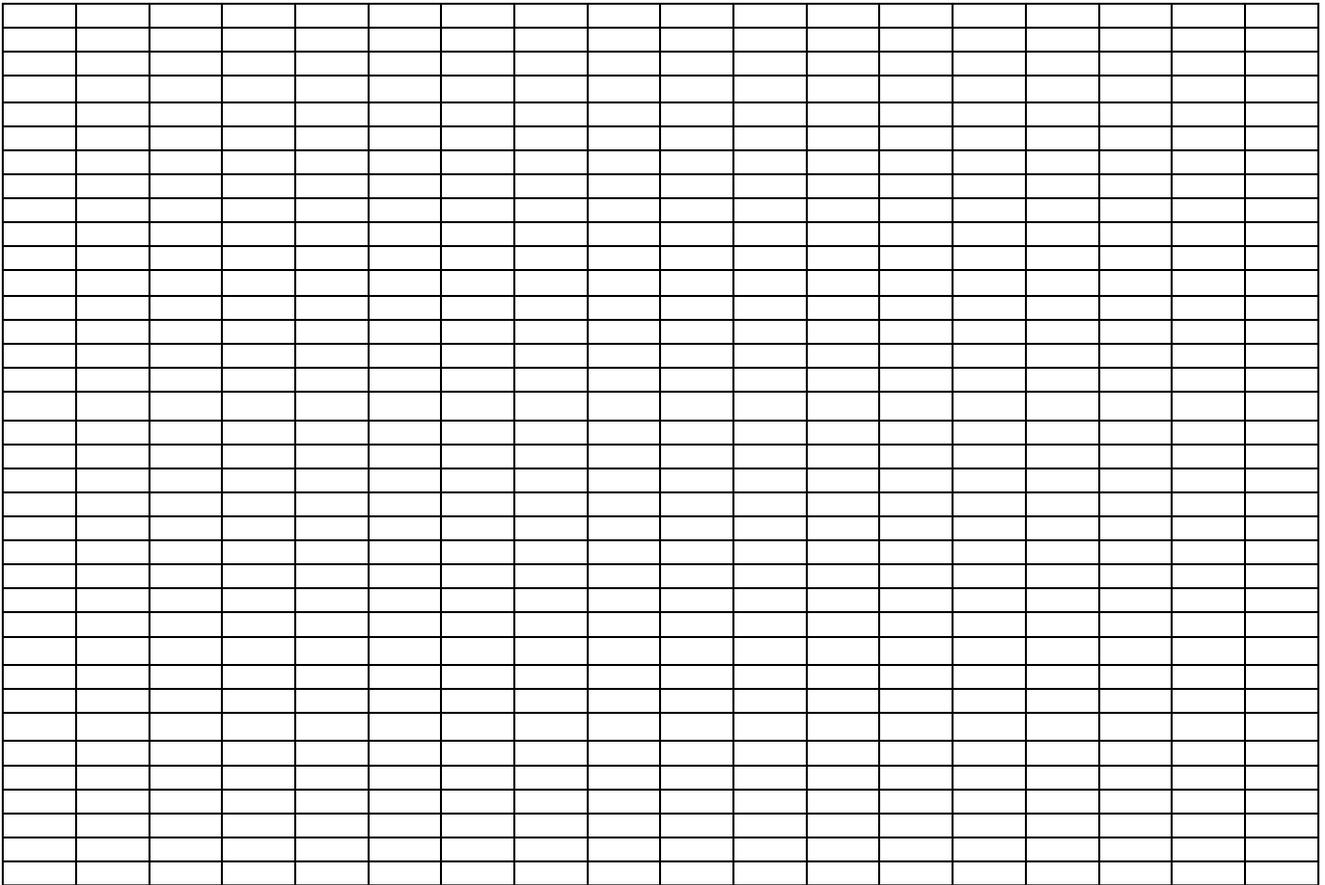


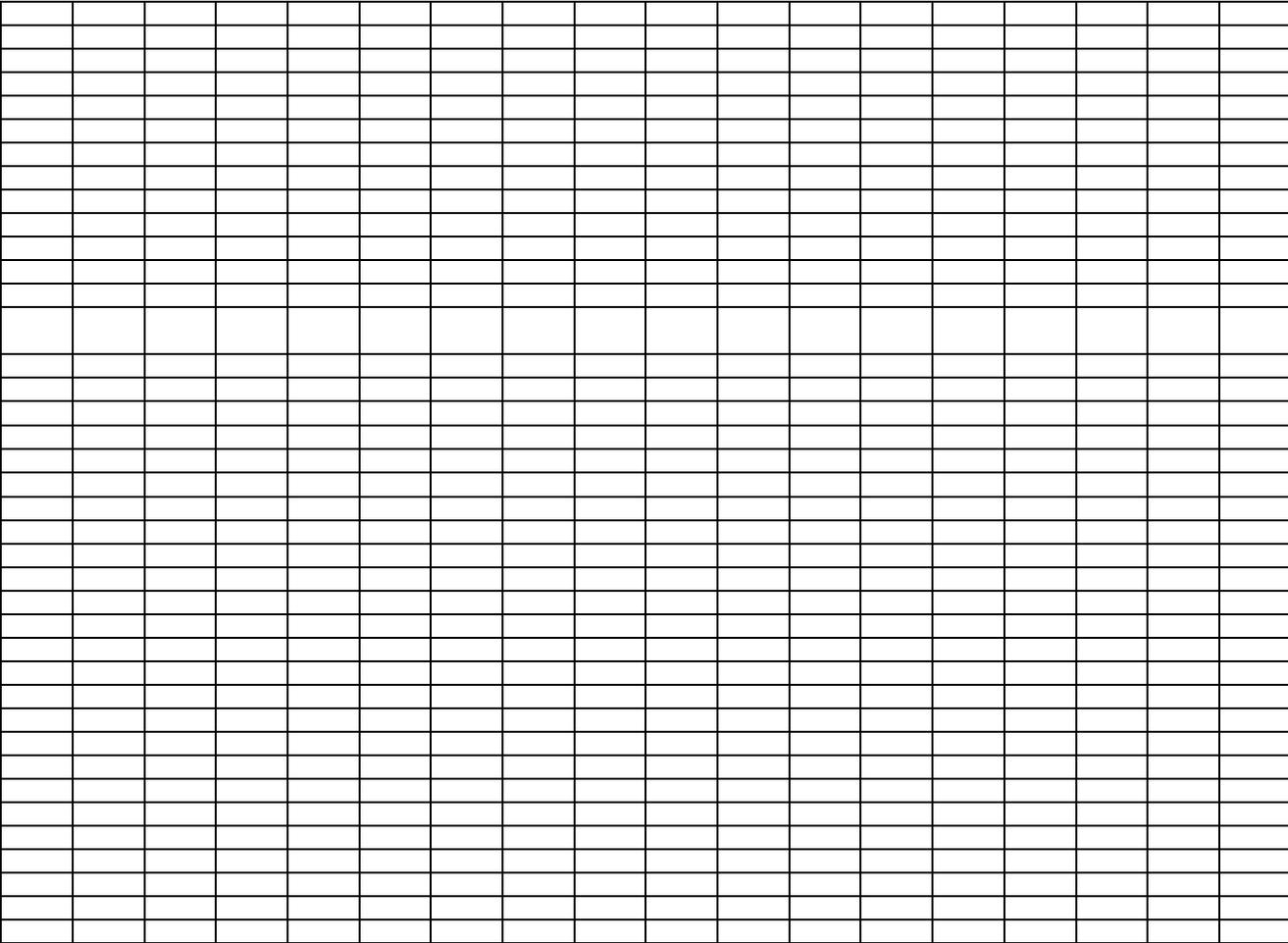


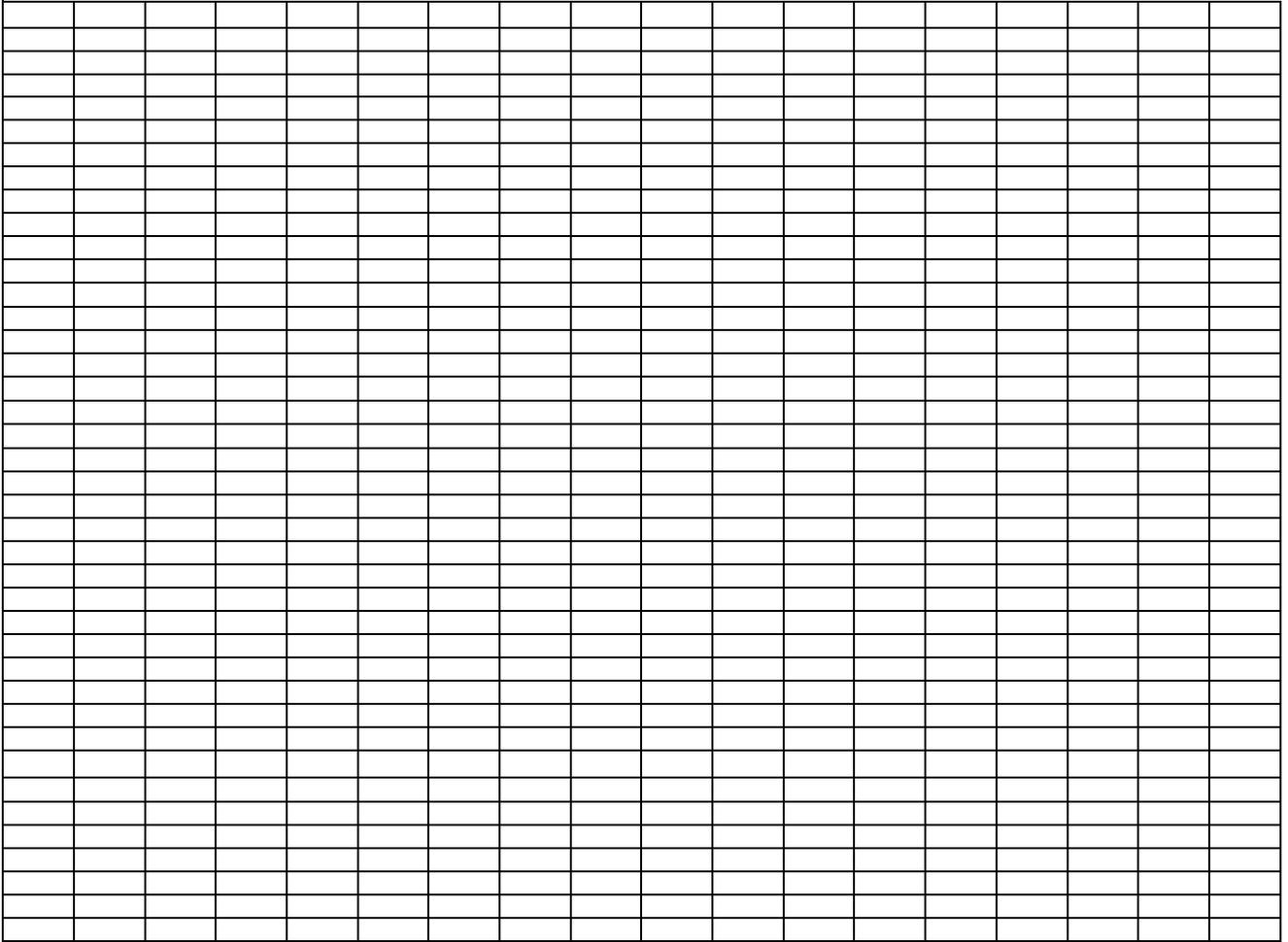






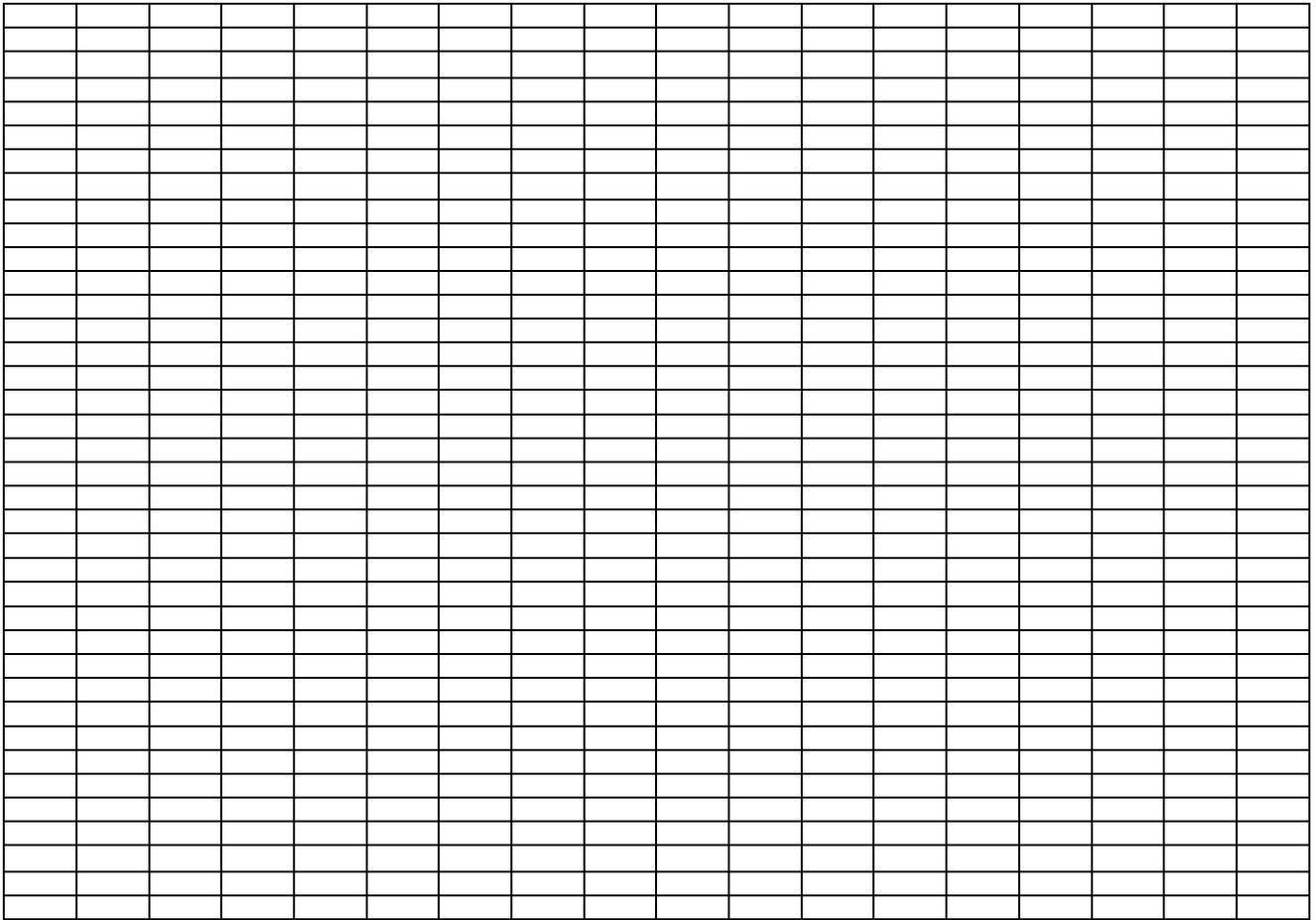





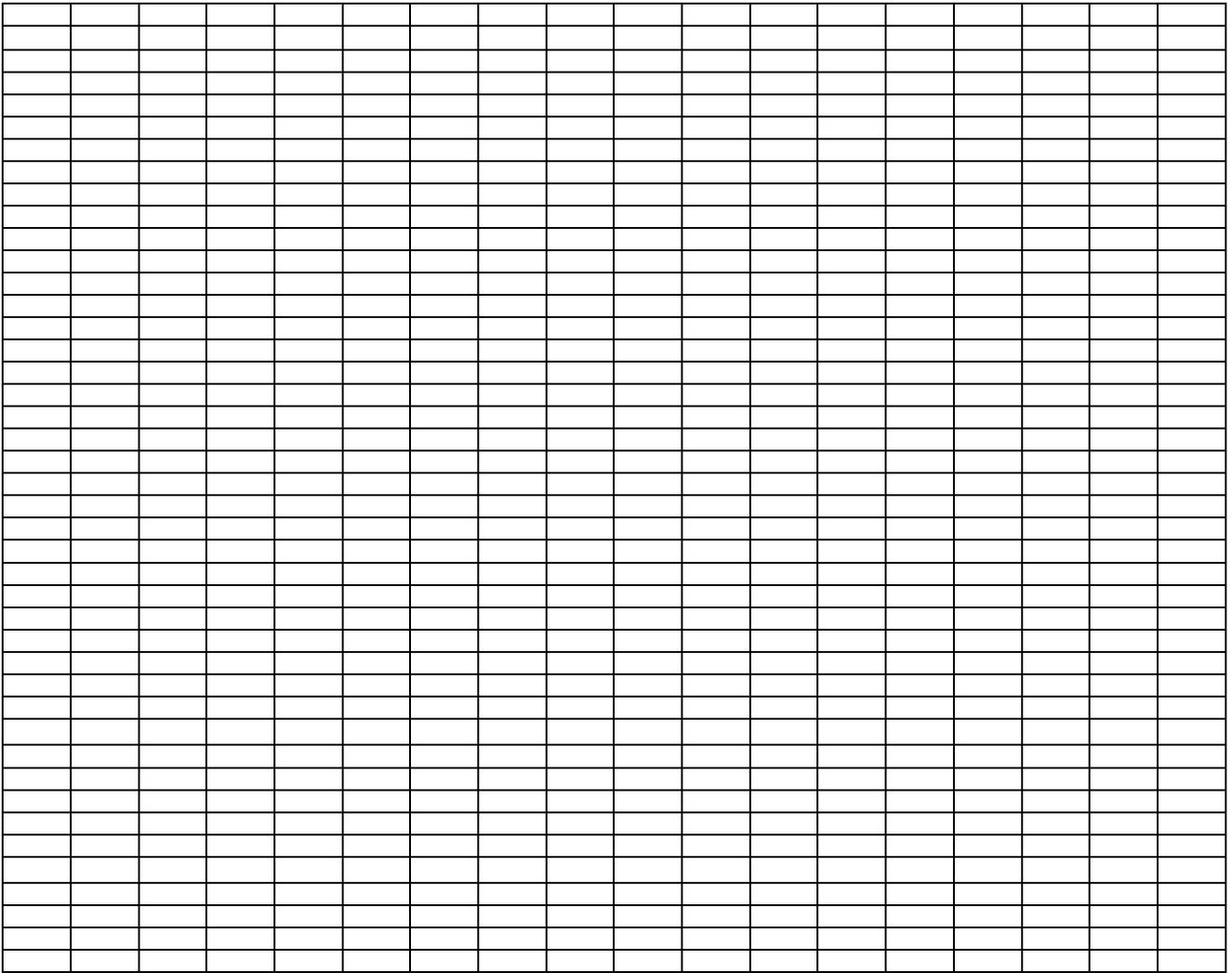


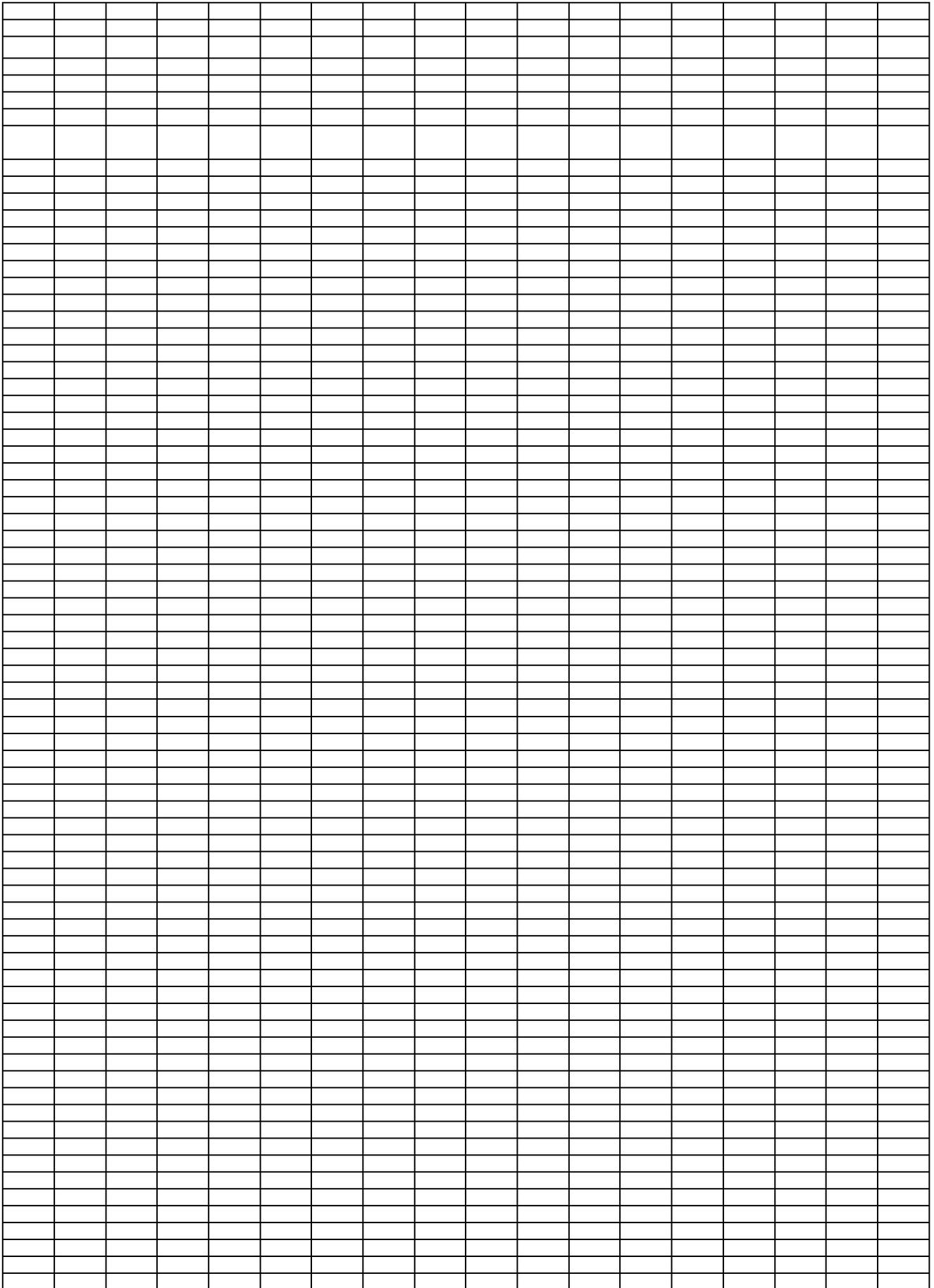




























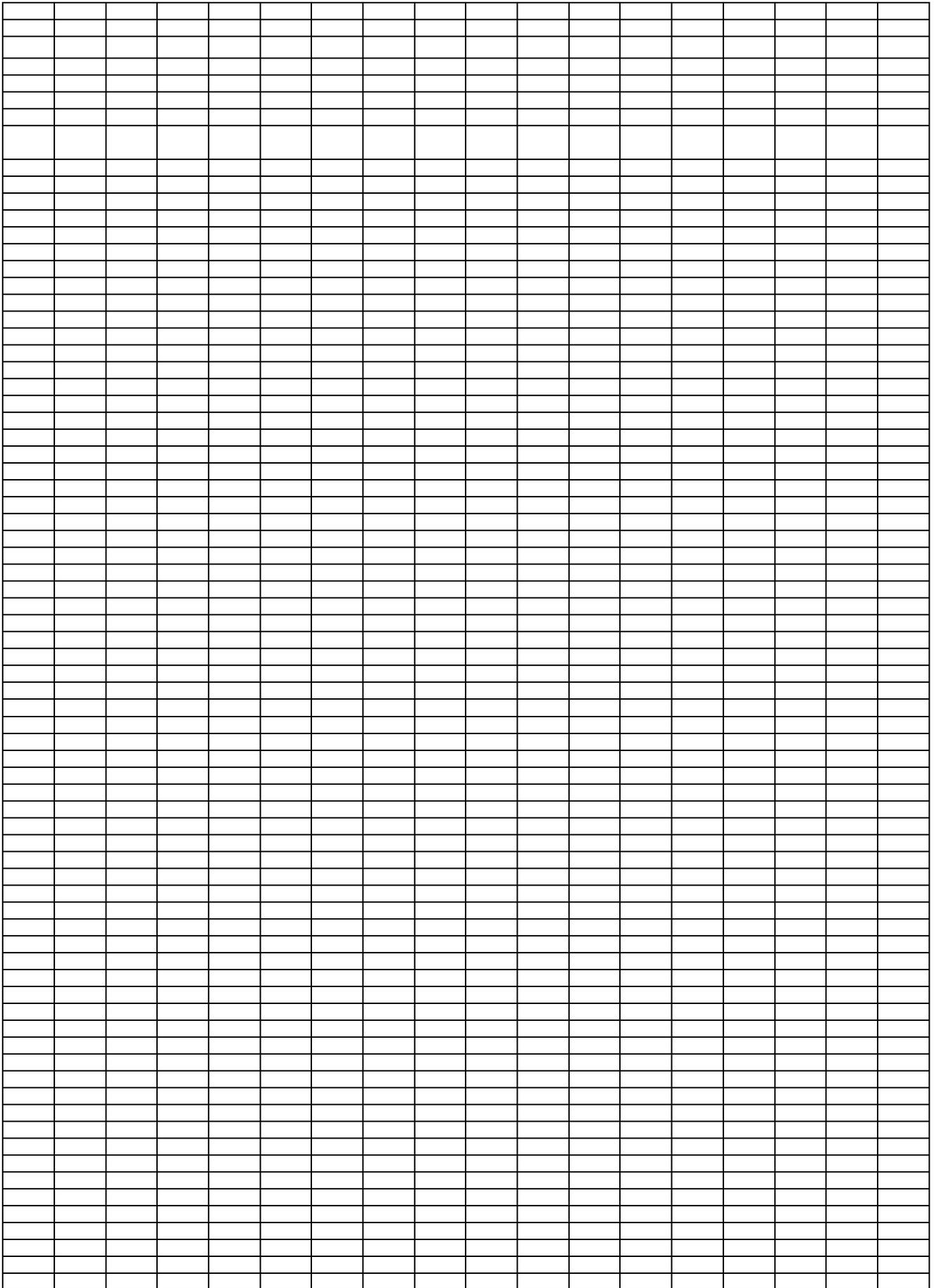






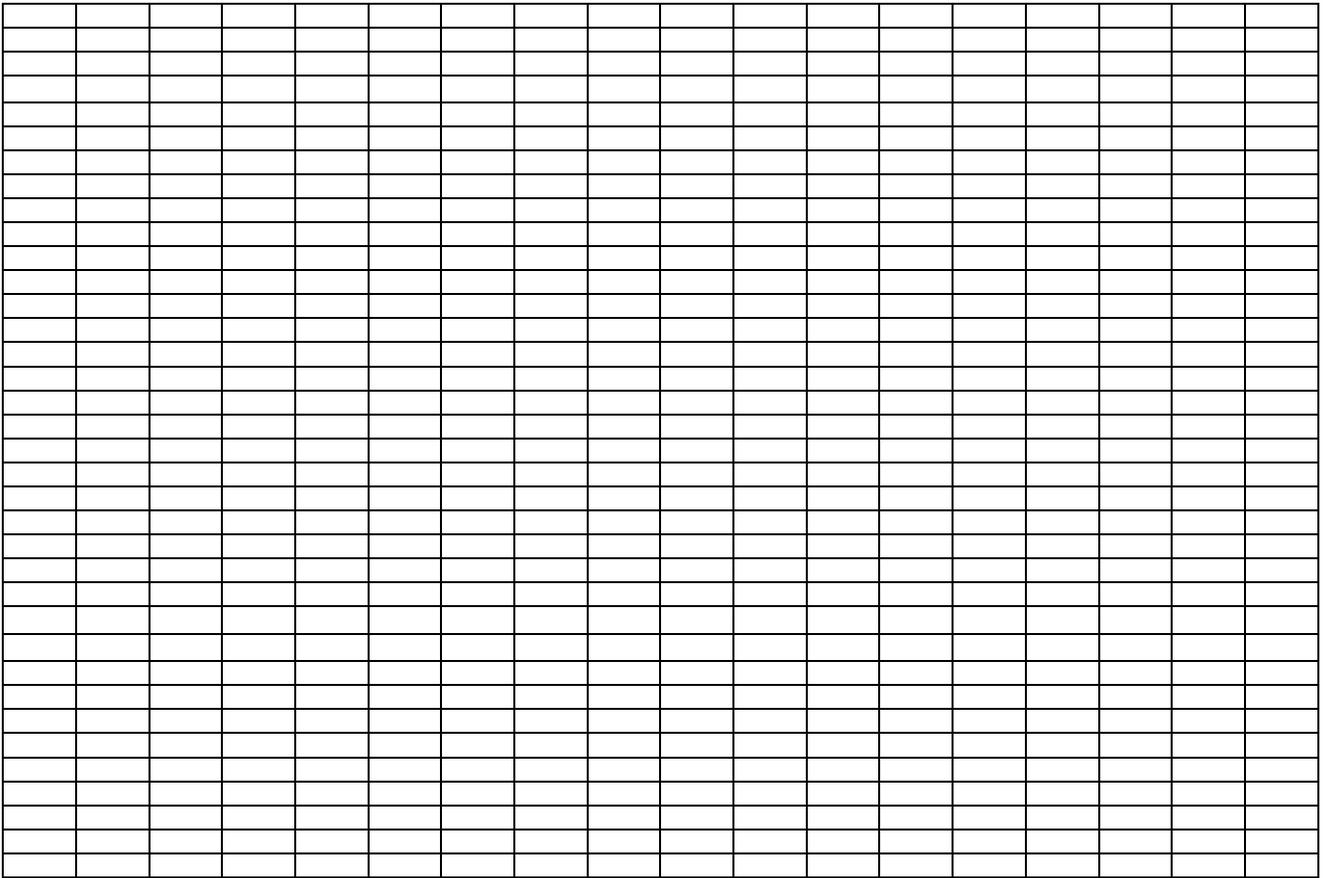


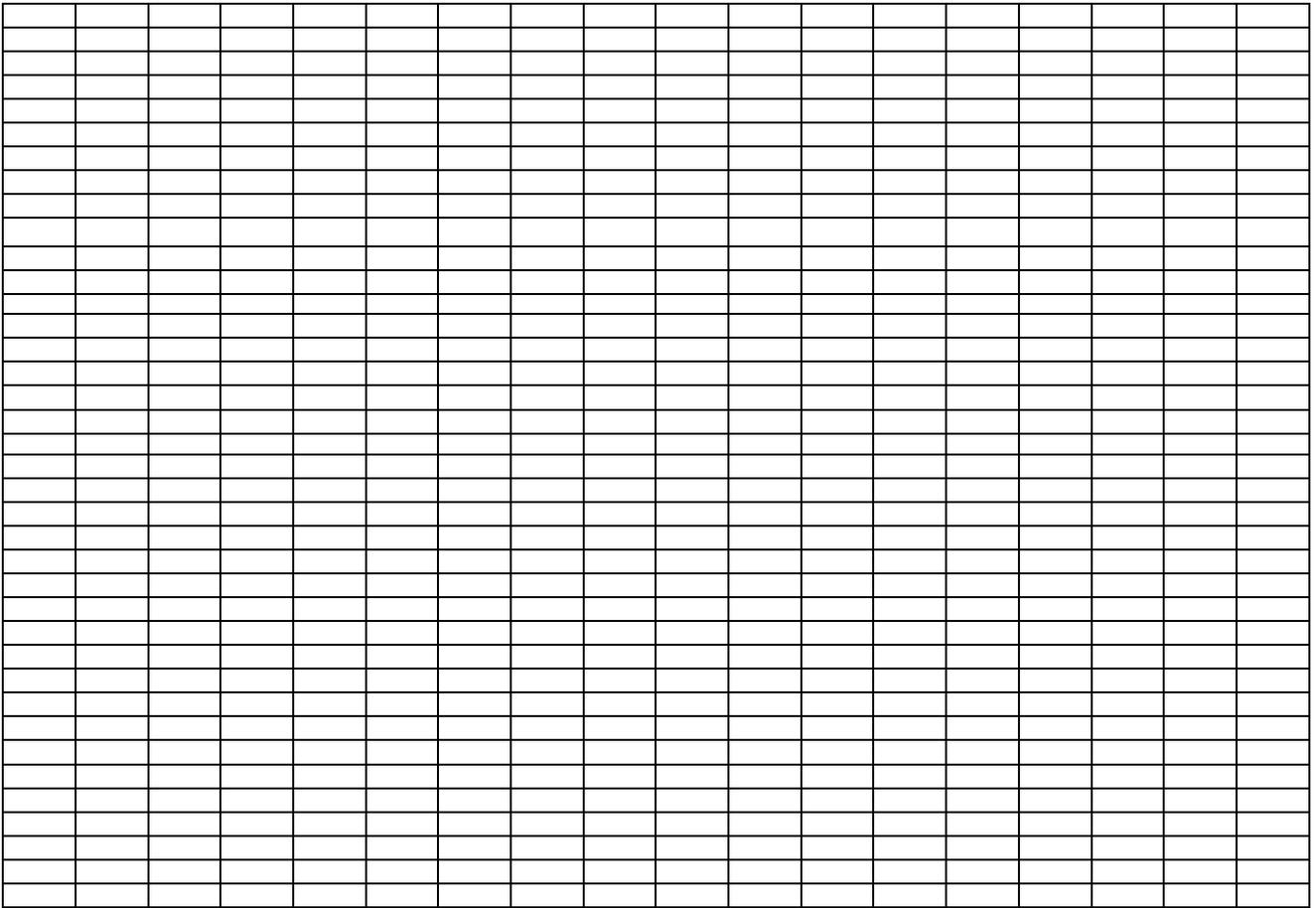


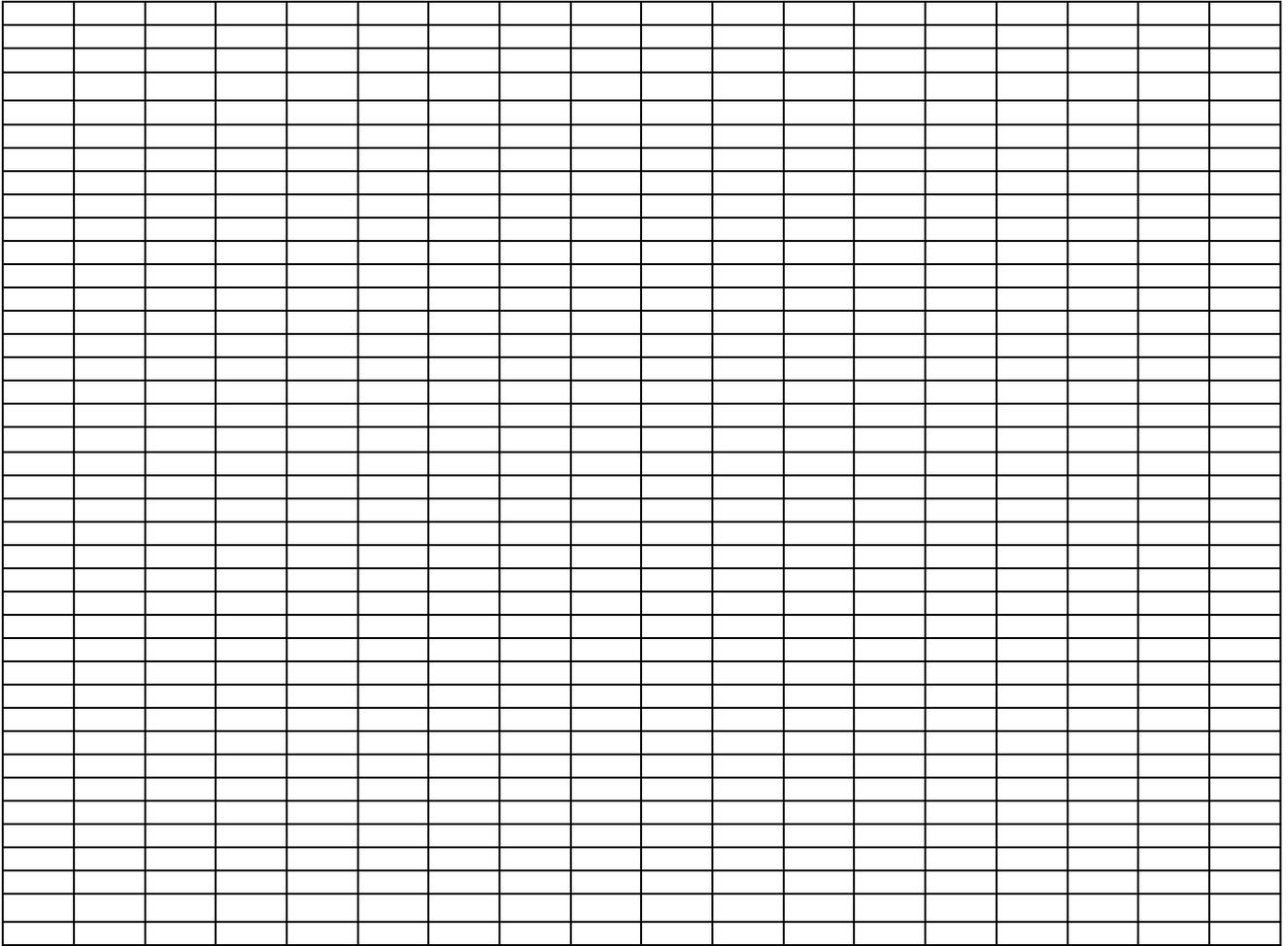




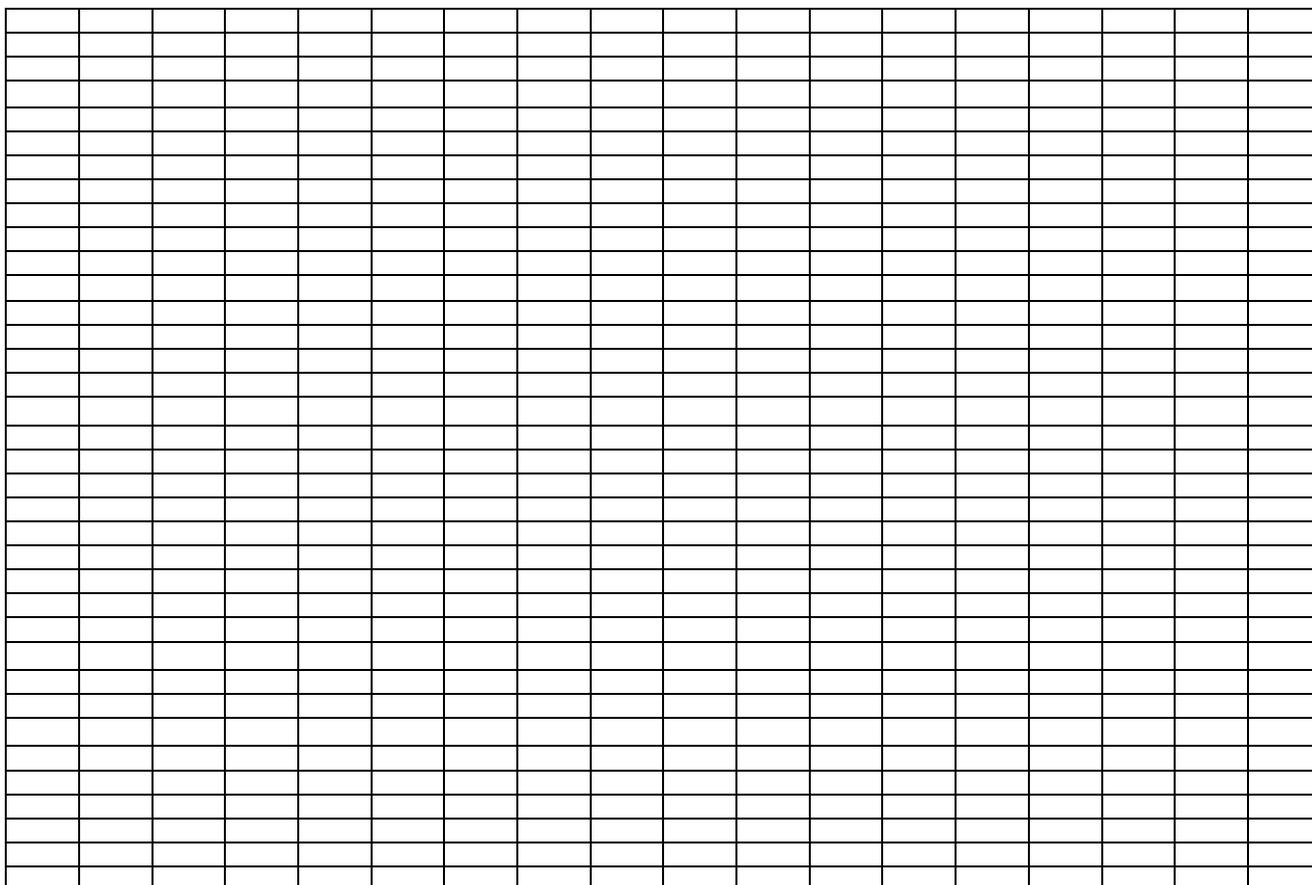


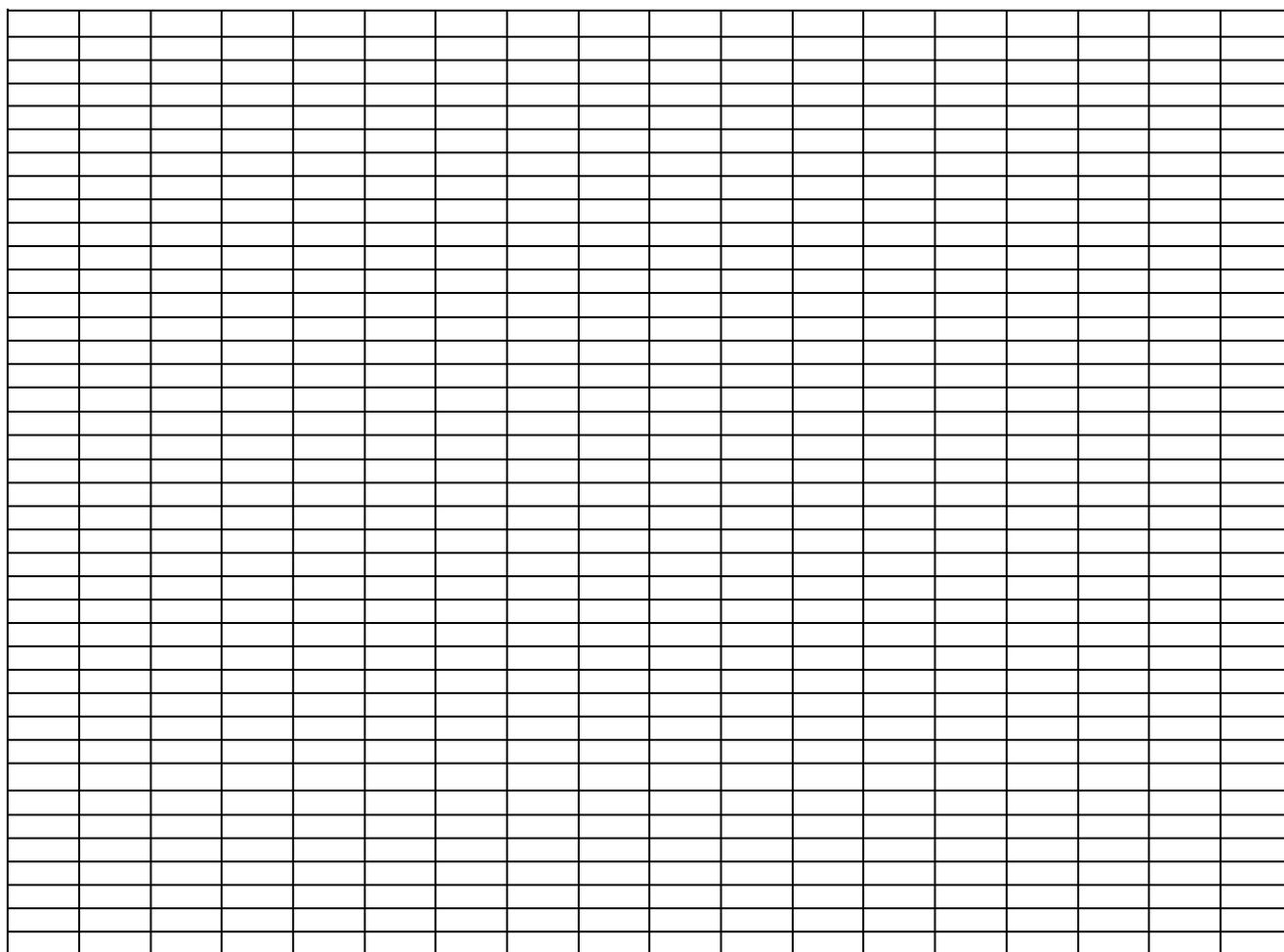












Среднед																			





