

Согласовано:

Начальник лагеря *В.В.В.*
Бобылева Ирина Викторовна
"02" *июня* 2025 г.

И.П. Смирнов .А.



Индивидуальный предприниматель Смирнов И.А.

ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЕ (десятидневное) МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ НА летний городской оздоровительный лагерь
на базе МОУ "Славцевской средней общеобразовательной школы №3 "Юный патриот"

с 02 июня по 13 июня 2025 года

Сезон: весенне-летний

Возраст: с 7 лет-12 лет с 12 лет и старше

№ Расчетуры сборника	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (мг)					Энергет ическая ценность к (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	В1	С		А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
	1 день/послеобеденный/	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14				
Завтрак																		
СБ.2017г.№210	Омлет натуральный	200	14,57	24,15	25,37	360,31	0,08	0,24	280,45	1,82	81,64	211,70	15,38	2,14				
СБ.2017 г. №382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	0,18	1,59	24,40	0,44	152,22	124,56	21,34	0,48				
СБ.2017г.№1	Хлеб белый	50	3,95	0,50	24,15	116,90	0,05			0,65	11,50	43,50	16,50	0,55				
СБ.2017г.№338	Апельсин	195	1,17	0,26	11,05	58,76		81,90	10,92	0,26	46,41	31,46	17,81	0,39				
	ИТОГО	645	23,77	28,45	78,15	654,57	0,31	83,73	315,77	3,17	291,77	411,22	71,03	3,56				
Обед																		
СБ.2017г.№19	Помидор свежий	50	0,55	0,10	1,90	12,00	0,03	12,50										
СБ.2017г. №88	Щи св.кап.с картоф.смет.и курой отв.	250/20/5	15,40	12,80	22,65	244,00	0,07	12,70	53,00	1,40	52,20	48,70	20,40	0,95				
СБ.2017г.№265	Плов	200	16,83	37,56	34,52	408,00	0,52	1,71		1,00	13,80	232,80	52,72	2,41				
СБ.2017г.№1	Сок	200	1,00	0,20	19,80	86,60	0,02	4,00										
	Хлеб черныи,хлеб белый	50/50	6,75	1,05	48,85	231,85	0,20			1,10	23,00	96,50	29,00	2,15				
	Вафли "Импудль"	16	0,65	5,40	4,40	75,50			0,50	0,16	3,50	7,00	2,10	0,30				
	ИТОГО	841	41,18	57,11	132,12	1057,95	0,84	30,91	53,50	3,66	113,50	412,00	122,22	9,06				
ПОЛДНИК																		
СБ.2017г.№401	Оладьи с повидлом	150/20	11,63	11,48	42,29	389,00	3,20	0,95	17,50	4,32	27,60	47,70	50,86	6,65				
СБ.2017г.№342	Компот из св.плодов /ассортн/	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,02	0,90		0,22	14,18	5,14	4,40	6,03				
	ИТОГО	370	11,79	11,64	70,17	503,60	3,22	1,85	17,50	4,54	41,78	52,84	55,26	12,68				
	ВСЕГО	1856	76,74	97,20	280,44	2216,12	4,37	116,49	386,77	11,37	447,05	876,06	248,51	25,30				

№ Рационтуры	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (мг)					Энергет				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			б	ж	у	ккал	исчская	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe						
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14							
2 день/вторник/ЗАВТРАК																					
СБ-2017г\№173	Каша молоч.вязкая геркул.с маслом	200/10	20,20	19,70	32,20	324,40	0,30	1,95	30,20	2,20	188,40	312,20	85,50	3,10							
СБ-2017г\№376	Чай с сахаром	200/15	0,53		9,47	40,00		0,27			13,60	22,13	11,73	0,13							
СБ-2017г\№.1	Хлеб белый	50	3,95	0,50	24,15	116,90	0,05			0,65	11,50	43,50	16,50	0,55							
СБ-2017г\№.3	Бульеррорд с маслом и сырром	40/10/30	8,22	10,96	26,68	257,20	0,08	0,15	71,50	1,80	52,30	130,45	23,85	0,83							
ИТОГО		555	32,90	31,16	92,50	738,50	0,43	2,37	101,70	4,65	265,80	508,28	137,58	4,61							
</																					

№ Рацион/группы	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (кг)					Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			б	ж	у	6	В1		С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14			
3 день/срела/ЗАВТРАК																	
СБ.2017г.№.175	Каша молоч.вязк.из риса и пшена с масл.	200/70	6,08	11,18	33,48	353,00	0,14	0,96	54,80	2,20	133,38	156,72	37,22	0,81			
СБ.2017г.№.360	Кисель из повидла	200	0,10		29,06	114,00	0,02	0,12		0,24	14,00	7,56	3,40	0,32			
СБ.2017г.№.1	Хлеб белый	50	3,95	0,50	24,15	116,90	0,05			0,65	11,50	43,50	16,50	0,55			
	Йогурт	180	5,22	4,86	19,26	164,20	0,09	6,50	20,00	0,65	24,80	38,60	24,32	3,50			
	ИТОГО	640	15,35	16,54	105,95	748,10	0,30	7,58	74,80	3,74	183,68	246,38	81,44	5,18			
	ОБЕД																
СБ.2015г.№.19	Помидор свежий	50	0,55	0,10	1,90	12,00	0,03	12,50			7,00	13,00	10,00	0,45			
СБ.2017г.№.82	Борщ св.кап.с картоф.,курой отл.и сметаном	250/20/5	10,20	9,80	24,60	212,60	0,06	12,20	5,00	0,50	14,60	48,60	50,20	1,44			
СБ.2017г.№.260	Гуляш	100/50	20,04	21,12	4,91	246,00	0,02	1,80		1,24	35,40	175,55	30,41	3,00			
СБ.2017г.№.309	Макароны отварные	200	6,80	10,00	38,00	269,20	0,08			1,47	16,00	46,00	10,00	1,00			
СБ.2015г.№.342	Компот из св.плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,02	0,90		0,22	14,18	5,14	4,40	6,03			
СБ.2017г.№.1	Хлеб черныи,хлеб белый	50/50	6,75	1,05	48,85	231,85	0,20			1,10	23,00	96,50	29,00	2,15			
	ИТОГО	975	44,50	42,23	146,14	1086,25	0,41	27,40	5,00	4,53	110,18	384,79	134,01	14,07			
	ПОЛДНИК																
СБ.2017г.№.426	Вулочка с повидлом обсыпаная	75	4,50	10,77	30,85	240,00	0,12	0,03		1,58	15,98	57,60	21,15	1,04			
СБ.2017г.№.376	Чай с сахаром	200/15	0,53		9,47	40,00		0,27			13,60	22,13	11,73	0,13			
СБ.2017г.№.338	Яблоко	95	0,32	0,32	8,17	39,27		8,36	4,18	0,51	13,36	9,18	6,71	1,84			
	ИТОГО	385	5,35	11,09	48,49	319,27	0,12	8,66	4,18	2,09	42,94	88,91	39,59	3,01			
	ВСЕГО	2000	65,20	69,86	300,58	2153,62	0,83	43,64	83,98	10,36	336,80	720,08	255,04	22,26			

№ Ресептуры	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (кг)					Энергетическая	Витамины (кг)				Минеральные вещества (кг)					
			Б	Ж	У				В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14				
4 день/четверг/																		
ЗАВТРАК																		
СБ-2017г№223	Запеканка из творога со сухим молоком	200/20	31,51	28,75	47,53	565,00	0,12	0,86	171,86	1,79	277,32	331,12	43,90	1,42				
СБ-2017г№376	Чай с сахаром	200/15	0,53		9,47	40,00		0,27			13,60	22,13	11,73	0,13				
СБ-2017г№388	Яблоко *	135	0,45	0,45	11,61	55,80		11,88	5,94	0,72	18,99	13,05	9,54	2,61				
	ИТОГО	570	32,49	29,20	68,61	660,80	0,12	13,01	177,80	2,51	309,91	366,30	65,17	4,16				
ЗАВТРАК																		
СБ-2017г№101	Суп картоф. с крупн и мясн.фрикадел.	250/25	6,20	5,60	22,30	198,80	0,15	5,93		0,64	41,48	137,80	38,25	1,83				
СБ-2017г№294	Котлета рубленая из птицы	100	15,20	13,60	13,50	237,20	0,08	0,20	20,00	0,38	44,00	96,00	26,00	4,40				
СБ-2017г№143	Рагу из овощей	200	2,75	19,70	14,50	256,00	0,11	23,83	87,62	0,96	70,78	85,71	30,97	1,14				
	Сок	200	1,00	0,20	19,80	86,60	0,02	4,00			14,00	14,00	8,00	2,80				
СБ-2017г№,1	Хлеб черныи,хлеб белый	50/50	6,75	1,05	48,85	231,85	0,20			1,10	23,00	96,50	29,00	2,15				
	ИТОГО	875	31,90	40,15	118,95	1010,45	0,56	33,96	107,62	3,08	193,26	430,01	132,22	12,32				
ПОЛДНИК																		
СБ-2017г№,209	Ябло вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03		100,00	1,00	22,00	76,80	4,80	1,00				
СБ-2015г№382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	0,18	1,59	24,40	0,44	152,22	124,56	21,34	0,48				
СБ-2017г№,1	Хлеб черныи	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,05			0,45	11,50	53,00	12,50	1,55				
СБ-2017г№,1	Бутерброд с маслом	50/10	3,78	5,58	25,74	168,40	0,06		29,50	1,80	10,10	33,45	7,45	0,60				
	ИТОГО	350	15,74	14,27	68,30	464,95	0,32	1,59	153,90	3,69	195,82	287,81	46,09	3,63				
	ВСЕГО	1795	80,13	83,62	255,86	2136,20	1,00	48,56	439,32	9,28	698,99	1084,12	243,48	20,11				

№ Рецентуры	Наименование биолога	Масса порции	Пищевые вещества (мг)					Энергетическая			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)						
			б	ж	у	6	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe						
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14						
	5 день/пятница/ЗАВТРАК																			
СБ.2017г.№181	Каша мол.жидкая манная с маслом	200/10	16,26	17,36	33,42	352,70	0,05	0,48	43,25	0,13	175,43	145,14	22,56	0,34						
СБ.2017г.№379	Кофеинный напиток с молоком	200	3,18	2,68	15,96	100,60	0,04	1,30	20,00	0,40	125,78	90,00	14,00	0,13						
СБ.2017г.№1	Хлеб белый	50	3,95	0,50	24,15	116,90	0,05			0,65	11,50	43,50	16,50	0,55						
СБ.2017г.№388	Груша	175	0,58	0,47	16,22	76,08		7,93	3,15	0,58	29,98	25,20	18,90	3,15						
	ИТОГО	635	23,97	21,01	89,75	646,28	0,14	9,71	66,40	1,76	342,69	303,84	71,96	4,17						
	ОБЕД																			
СБ.2017г.№19	Огурец свежий/допол.гарнир/	50	0,35	0,05	0,95	5,50	0,02	3,50		0,05	8,50	15,00	7,00	0,25						
СБ.2017г.№47	Суп картоф.с рыбой отварной	250/20	10,20	9,75	16,20	196,40	0,15	8,60	19,20	0,33	35,40	188,60	52,10	1,56						
СБ.2015г.№230	Бифстегонов	100/50	22,80	34,65	7,68	435,00	0,08	1,11	49,20	0,35	64,98	256,72	33,68	3,60						
СБ.2017г.№312	Картофельное пюре	200	4,10	3,10	25,50	146,30	1,54	5,00	44,20	0,20	51,00	102,60	35,60	1,14						
СБ.2017г.№349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,08	152,80	0,02	0,73		0,22	32,48	23,44	17,46	0,70						
СБ.2017г.№1	Хлеб черныи,хлеб белый	50/50	6,75	1,05	48,85	231,85	0,20			1,10	23,00	96,50	29,00	2,15						
	ИТОГО	970	44,86	48,69	131,26	1167,85	2,01	18,94	112,60	2,25	215,36	682,86	174,84	9,40						
	ПОЛДНИК																			
СБ.2017г.№401	Оладьи с повидлом	150/20	11,63	11,48	42,29	389,00	3,20	0,95	17,50	4,32	27,60	47,70	50,86	6,65						
СБ.2017г.№376	Чай с сахаром	200/15	0,53		9,47	40,00		0,27			13,60	22,13	11,73	0,13						
	ИТОГО	385	12,16	11,48	51,76	429,00	3,20	1,22	17,50	4,32	41,20	69,83	62,59	6,78						
	ВСЕГО	1990	80,99	81,18	272,77	2243,13	5,35	29,87	196,50	8,33	599,25	1056,53	309,39	20,35						

№ Репетитры	Наименование биолода	Масса порции	пищевые вещества (мг)					Энергет		Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У	ищеская	B1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe							
															3	4	5	6	7	8	9
1																					
бленд/сушблота/ЗАВТРАК																					
СГ.2017-№177	Каша мол.вязк.пшеница с изюмом, масл	200/5	8,14	8,30	46,12	293,14	0,17	0,96	34,80	1,90	144,20	188,90	50,30	1,52							
СГ.2017-№376	Чай с сахаром	200/15	0,53		9,47	40,00		0,27			13,60	22,13	11,73	0,13							
СГ.2017-№1	Хлеб белый	50	3,95	0,50	24,15	116,90	0,05		0,65	11,50	43,50	16,50	0,55								
СГ.2017-№124	Булочка Домашняя	100	7,28	12,52	43,92	318,00	0,12		8,00	1,30	19,80	140,00	27,40	0,98							
ИТОГО		570	19,90	21,32	123,66	768,04	0,34	1,23	42,80	3,85	189,10	394,53	105,93	3,18							
Обед																					
СГ.2015-№19	Помидор свежий	50	0,55	0,10	1,90	12,00	0,03	12,50		7,00	13,00	10,00	0,45								
СГ.2017-№42	Ширь кж.кап.с картоф.сметаной	250/5	1,90	5,40	9,65	144,60	0,05	12,70	5,00	0,84	52,20	48,70	23,20	0,95							
СГ.2015-№255	Печенье по-строгановски	100/50	19,89	16,95	5,28	356,50	0,30	8,42	3664,50	0,54	27,72	393,77	29,37	21,27							
СГ.2017-№309	Макаронь отварные	200	6,80	10,00	38,00	269,20	0,08			1,47	16,00	46,00	10,00	1,00							
СГ.2015-№342	Компот из са.плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,02	0,90		0,22	14,18	5,14	4,40	6,03							
СГ.2017-№1	Хлеб черныи,хлеб белыи	50/50	6,75	1,05	48,85	231,85	0,20			1,10	23,00	96,50	29,00	2,15							
ИТОГО		955	36,05	33,66	131,56	1128,75	0,68	34,52	3669,50	4,17	140,10	603,11	105,97	31,85							
ПОЛДНИК																					
Йогурт																					
СГ.2017- №219	Сырники из творога с повидлом	100/20	5,22	4,86	19,26	164,20	0,09	6,50	20,00	0,65	24,80	38,60	24,32	3,50							
СГ.2017-№138	Яблоко	95	0,32	0,32	8,17	39,27		8,36	4,18	0,51	13,36	9,18	6,71	1,84							
ИТОГО		395	21,76	18,98	53,83	519,67	0,14	15,34	82,48	1,66	262,56	286,08	58,23	5,89							
ВСЕГО		1920	77,71	73,96	309,05	2416,46	1,16	51,09	3794,78	9,68	591,76	1283,72	270,13	40,92							

№ Рецептура	Наименование Блюда	Масса порции	пищевые вещества (г)					Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У	6	7		С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
																2	3	4	5
7 день/недельник/ЗАВТРАК																			
СБ.2017г.№210	Омлет натуральный	200	14,57	24,15	25,37	360,31	0,08	0,24	280,45	1,82	81,64	211,70	15,38	2,14					
СБ.2017г.№360	Кисель из подлива	200	0,10		29,06	114,00	0,02	0,12		0,24	14,00	7,56	3,40	0,32					
СБ.2017г.№.1	Хлеб белый	50	3,95	0,50	24,15	116,90	0,05			0,65	11,50	43,50	16,50	0,55					
СБ.2017г.№.338	Яблоко	170	0,57	0,57	14,62	70,27		14,96	7,48	0,91	23,91	16,43	12,01	3,29					
	ИТОГО	620	19,19	25,22	93,20	661,48	0,15	15,32	287,93	3,62	131,05	279,19	47,29	6,30					
ОБЕД																			
СБ.2017г. №19	Омлет свежий/допол.гарнир/	50	0,35	0,05	0,95	5,50	0,02	3,50		0,05	8,50	15,00	7,00	0,25					
СБ.2007г.№228	Салатка домашняя со сметаной	250/5	12,15	11,66	33,48	186,00	0,10	5,80		1,25	44,80	155,60	42,20	1,44					
СБ.2017г.№278	Тертая мясная соус сметанный	90/50	9,25	10,34	12,11	178,45	0,06	0,85	40,10	1,46	33,03	104,44	21,66	1,03					
СБ.2017г.№304	Рис отварной	200	4,90	8,04	54,32	311,28	0,04		40,00	0,90	27,20	182,22	56,32	1,56					
СБ.2015г.№342	Компот из св.плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,02	0,90		0,22	14,18	5,14	4,40	6,03					
СБ.2017г.№.1	Хлеб черный,хлеб белый	50/50	6,75	1,05	48,85	231,85	0,20			1,10	23,00	96,50	29,00	2,15					
	ИТОГО	945	33,56	31,30	177,59	1027,68	0,44	11,05	80,10	4,98	150,71	558,90	160,58	12,46					
ПОЛДНИК																			
СБ.2017г.№421	Салат Обыкновенная	100	7,76	4,72	47,10	262,00	0,14		26,00	0,96	22,00	74,00	29,00	1,38					
СБ.2017г.№376	Чай с сахаром	200/15	0,53		9,47	40,00		0,27			13,60	22,13	11,73	0,13					
СБ.2017г.№.338	Киви	100	1,10	0,66	11,33	83,05	0,33	101,97	44,00	1,61	33,99	53,46	18,70	1,80					
	ИТОГО	415	9,39	5,38	67,90	385,05	0,47	102,24	70,00	2,57	69,59	149,59	59,43	3,31					
	ВСЕГО	1980	62,14	61,90	338,69	2074,21	1,06	128,61	438,03	11,17	351,35	987,68	267,30	22,07					

№ Репетитур	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (г)					Энергетическая			Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	и	6	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14					
8 день/вторник/																			
ЗАВТРАК																			
СБ.2017г.№181	Каша мол.жидкая манная с маслом	200/10	16,26	17,36	33,42	352,70	0,05	0,48	43,25	0,13	175,43	145,14	22,56	0,34					
СБ.2015г.№382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	0,18	1,59	24,40	0,44	152,22	124,56	21,34	0,48					
СБ.2017г.№1	Хлеб белый	50	3,95	0,50	24,15	116,90	0,05			0,65	11,50	43,50	16,50	0,55					
СБ.2017г.№338	Магдариш	110	81,00	0,18	7,47	37,98	0,09	37,98	9,99	0,18	35,01	17,01	10,98	0,09					
	ИТОГО	570	105,29	21,58	82,62	626,18	0,37	40,05	77,64	1,40	374,16	330,21	71,38	1,46					
ЗАВТРАК																			
СБ.2004г.№111	Борщ Сибирский с курой отв.и сметан.	250/20/5	16,22	14,80	88,60	278,20	0,07	14,60	5,00	1,44	62,20	58,40	26,80	1,95					
СБ.2017г.№229	Рыба тушеная в томате с овощами	100/50	14,63	7,43	5,70	157,50	0,08	13,10	7,98	1,44	58,61	93,29	72,80	1,28					
СБ.2017г.№312	Картофельное пюре	200	4,10	3,10	25,50	146,30	1,54	5,00	44,20	0,20	51,00	102,60	35,60	1,14					
	Сок	200	1,00	0,20	19,80	86,60	0,02	4,00			14,00	14,00	8,00	2,80					
СБ.2017г.№1	Хлеб черныи,хлеб белый	50/50	6,75	1,05	48,85	231,85	0,20			1,10	23,00	96,50	29,00	2,15					
	ИТОГО	925	42,70	26,58	188,45	900,45	1,91	36,70	57,18	4,18	208,81	364,79	172,20	9,32					
ПОЛДНИК																			
СБ.2017г.№309	Макароны отварные с маслом	200	6,80	10,00	38,00	269,20	0,08			1,47	16,00	46,00	10,00	1,00					
СБ.2017г.№349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,08	152,80	0,02	0,73		0,22	32,48	23,44	17,46	0,70					
СБ.2017г.№1	Хлеб белый	35	2,77	0,35	16,91	81,83	0,04			0,46	8,05	30,45	11,55	0,39					
	ИТОГО	435	10,23	10,44	86,99	503,83	0,14	0,73	0,00	2,15	56,53	99,89	39,01	2,09					
	ВСЕГО	1930	158,22	58,60	358,06	2030,46	2,42	77,48	134,82	7,73	639,50	794,89	282,59	12,87					

№ Рецензуры	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (мг)					Энергетическая	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					
			б	ж	у	в1	с		а	е	Са	р	Mg	Fe			
															3	4	5
9 день/средн/																	
Завтрак																	
С6-2017г-№223	Запеканка из творога с повидлом	200/20	28,40	25,20	38,20	546,20	0,10	0,55	158,70	1,45	245,50	288,00	37,40	1,36			
С6-2017г-№376	Чай с сахаром	200/15	0,53		9,47	40,00		0,27			13,60	22,13	11,73	0,13			
С6-2017г-№338	Яблоко *	145	0,48	0,48	12,47	59,93		12,76	6,38	0,77	20,40	14,02	10,25	2,80			
	ИТОГО	580	29,41	25,68	60,14	646,13	0,10	13,58	165,08	2,22	279,50	324,15	59,38	4,29			
Обед																	
С6-2017г-№103	Суп картофель.с макар.из-д-ми и кури	250/20	294,00	3,20	15,40	237,70	0,08	6,25		0,77	25,60	62,40	25,60	1,10			
С6-2017г-№287	Голубцы с маслом,рисом /пшеницы/ смет	216/20	14,95	15,42	25,27	271,85	0,11	21,20	41,37	2,55	79,77	190,60	51,00	1,80			
С6-2015г-№342	Компот из св.плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,02	0,90		0,22	14,18	5,14	4,40	6,03			
С6-2017г-№1	Хлеб черныи,хлеб белыи	50/50	6,75	1,05	48,85	231,85	0,20			1,10	23,00	96,50	29,00	2,15			
	ИТОГО	806	315,86	19,83	117,40	856,00	0,41	28,35	41,37	4,64	142,55	354,64	110,00	11,08			
ПОЛДНИК																	
С6-2017г-№268	Выпечки масляне рубленые	100	15,91	14,40	16,00	261,00	0,07	0,32	40,80	0,36	40,31	175,60	55,20	2,56			
С6-2017г-№20	Салат из свежих огурцов	50	0,38	0,30	1,19	33,30	0,01	2,35		0,05	11,16	19,80	6,60	0,29			
	Сок	200	1,00	0,20	19,80	86,60	0,02	4,00			14,00	14,00	8,00	2,80			
С6-2017г-№1	Хлеб черуый	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,05			0,45	11,50	53,00	12,50	1,55			
	ИТОГО	400	20,09	15,45	61,69	495,85	0,15	6,67	40,80	0,86	76,97	262,40	82,30	7,20			
	ВСЕГО	1786	365,36	60,96	239,23	1997,98	0,66	48,60	247,25	7,72	499,02	941,19	251,68	22,57			

Наименование блюда		Масса порции	пищевые вещества (г)					Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У	В1	С		А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14				
10 день/пятница/																		
ЗАВТРАК																		
С.б.2015/г.№.183	Каши молоч.жидк.из гречи.крупы с масл.	200/5	6,05	10,40	29,27	234,86	0,16		20,00	1,85	25,20	145,50	98,00	3,20				
С.б.2015/г.№.379	Кофеинный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,60	0,04	1,30	20,00		125,78	90,00	14,00	0,13				
С.б.2017/г.№.1	Хлеб белый	50	3,95	0,50	24,15	116,90	0,05		0,65	11,50	43,50	16,50	0,55	0,55				
С.б.2017/г.№.3	Бутерброд с маслом и сыром	40/10/30	8,22	10,96	26,68	257,20	0,08	0,15	71,50	1,80	52,30	130,45	23,85	0,83				
	ИТОГО	535	21,39	24,54	96,05	709,56	0,33	1,45	111,50	4,30	214,78	409,45	152,35	4,71				

Исполнитель _____

Затвородник Л.Е.

*-может быть произведена замена сезонными фруктами