Утверждаю: Директор ООО "Школяр" Степанова А.Г.

ATT BUUE

Согласовано: Typestop MAOX COM № 86 Сенцава Н.А.

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых олюдо ое меню и пищевая ценность при Период действия с 01.09.2025 по 31.12.2025

Завтрак 5-11 классы 128-56 рублей

День: понедельник

			День: понедельник Неделя: 1			Энерге-	Витамины (мг)	Минедальные вещества (мг)				
	2	Macca	Пищевые вещества (г)			тическая		+	P	Mg	Fe	
№ рец. Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	С	Ca	10	11	12		
		3	4	. 5	6	7	8	9	10			
Sapri	nak	250/10	9,3	12,9	54	355,9	1,2	162,7	11	9	2,2	
Завт	рак 5-11 классы						12	162,7	303,7	19,9	1,3	
257,96	Каша ячневая молочная с маслом	100	0,4		11,3	46	3,3	4,5	2,8	2,3	0,6	
	Фрукт	200	0,1		26,8	101,3	0,0	2,4	7,2	1,6		
50.00	Напиток Хлеб пшеничный	40	1,2	0,4	6,4	30,4	The state of the s		2017	32,7	4,1	
52,00	витаминизированный		14	13.3	98,5	533,6	17,5	185,6	324,7		4.	
4-050	за Завтрак		11		98,5		17,5	185,6			_	
Итого	за Завтрак 5-11 классы		11	13,3	98,5		17,5	185,6	324,7	32,7	4,	
			1		55.000							

День: вторник

Итого за день Минеральные вещества Неделя: 1 Энерге-Витамины (мг) Пищевые (ML) тическая вещества (г) Macca Fe P Mg ценность Ca Прием пищи, наименование блюда C Nº порции Ж У Б (ккал) 12 рец. 11 10 9 8 6 5 4 Завтрак 5-11 классы 7.1 104,9 346,5 6,8 20,5 452,8 49,9 0,5 Завтрак 7.1 20,2 25,6 12,3 250 19,3 270,02 Каша Царская с курицей 65,7 0,6 4,6 2,3 0,7 5 2,8 50 4,5 Подгарнировка овощная 3,3 101,3 26,8 0,1 9 2 200 3 38 Напиток 0,5 8 50 1,5 52,06 Хлеб пшеничный 8,2 138 370,5 109,7 29.3 витаминизированный 657.8 370,5 109,7 89,3 8,2 26 22,5 138 29,3 Итого за Завтрак 657,8 138 370,5 109,7 8,2 26 89,3 22.5 Итого за Завтрак 5-11 классы 29,3 657,8 89,3 26 22,5 Итого за день

	Hez				Энерге-	Витамины (мг)	Минеральные веществ (мг)				
No.	Macca	Пищевые вещества (г)			тическая ценность	NAVARONALIA NA ANTARA	Ca	P	Mg	Fe	
№ Прием пищи, наименование блюда рец.	порции	Б	ж	У	(ккал)	С	9	10	11	12	
		4	5	6	7	8	9	10			
1 2	3										
Завтрак 5-11 классы							1.476	167,2	31,5	1,4	
Завтрак	1 050/40	7.4	12.5	57,1	356,5	1,2	176	245,4		0,8	
57 06 Каша рисовая молочная с маслом	250/10	17.9	13.2	20,5	273	0,6	195,0	245,4	50	0,-	
297,16 Запеканка из творога со сгущенным	100/10	17,0	,-	87			4,5	2,8	2,3	0,6	
молоком	200	0.1		26,8	101,3	3,3	2,4	7,2	1,6		
Напиток	40	1,2	0,4	6,4	30,4		2,4	,,_			
52,06 Хлеб пшеничный	""					5,1	378.7	422,5	65,3	2,8	
витаминизированный		26,6	26,1	110,8			378.7	422,5	65,3	2,	
Итого за Завтрак			26,1	110,8		5,1 5,1	378.7	422,5	65,3	2,	
Итого за Завтрак 5-11 классы		26,6	26,1	110,8	761,1	5,1	101011				

		He	деля:		· T	Энерге-	Витамины (мг)	Минер	альные (мг		ства
		Macca		Тищевые ещества (г)		тическая	Битамины (мт)	+			
Nº	Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	С	Ca	Р	Mg	12
рец.				-	6	7	8	9	10	11]	12
-1	2	3	4	5	0						
Завтр		100	6	7,1	45,4	269,7	0,5	23,5 59,9	78,6 116,3	23 41,3	1,
54,1	Купаты с соусом	180	3,9	6,3	31,7	191,4 39,4	23,4 11,6	15,3	7,4	4,2	0,
172,96	Пюре картофельное Подгарнировка овощная	30 200	0,4	3	2,8 26,8	101,3	3,3	4,5 2,4	2,8 7,2	2,3 1,6	0,
50.06	Напиток Хлеб пшеничный	40	1,2	0,4	6,4	30,4				70.4	-
	витаминизированный		11,7	16,8	113,1		38,7	105,6	212,2 212,2	72,4	
Итого	за Завтрак		11,7	_	113,1		38,7	105,6	212,2	12	-,

		116	деля: П	ищевые		Энерге-	Витамины (мг)	Минеральные веществ				
Nº	Прием пищи, наименование блюда	Macca	вец	вещества (г)		тическая	Duramina (mi)	(мг)				
рец.	Прием Пищи, наименование олюда	порции	Б	ж	У	ценность	С	Ca	Р	Mg	Fe	
	2	3	4	5	6	(ккал) 7	8	9	10	11	1	
1 32pm	рак 5-11 классы	3	_+		0				, , ,			
Завтр												
	Омлет натуральный	250	26,3	36,1	4,7	448	0,7	203,8	418,3	115,5	5,	
201,01	Подгарнировка овощная	50	0,7	5	4,6	65,7	19,3	25,6	12,3	7,1	0,	
	Напиток	200	0,1		26,8	101,3	3,3	4,5	2,8	2,3	0,	
52.06	Хлеб пшеничный	50	1,5	0,5	8	38		3	9	2		
-,	витаминизированный										_	
1того з	а Завтрак		28,6	41,6	44,1	653	23,2		442,4		6	
1того з	а Завтрак 5-11 классы		28,6	41,6	44,1	653	23,2		442,4		6	
1того з	а день		28,6	41,6		653	23,2	236,8	442,4	126,9	6	
		-	5.5	1,000	ельник							
		He	деля:			Quente		Мине	рапьны	ые вещ	ecTI	
		14		ищевь		Энерге- тическая	Витамины (мг)	IVIVING	(A)	иг)		
Nº	Прием пищи, наименование блюда	Macca	вец	цества	(1)	-			,		1000	
рец.		порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	. C	Ca	Р	Mg	F	
		3	4	5	6	7	8	9	10	11	1	
1	2	3	4		0							
Завтр	рак 5-11 классы		-									
	каша пшенная молочная с маслом	250/10	9.6	13,7	49	346,2	1,3	180,5	233,1	70,9	3	
202,90	Фрукт	100	0.4	,-	11,3	46	13	16	11	9	2	
-	Напиток	200	0,1		26,8	101,3	3,3	4,5	2,8	2,3	0	
52,06	Хлеб пшеничный	40	1,2	0,4	6,4	30,4	1	2,4	7,2	1,6		
52,50	витаминизированный			1000/120			Annual Control of the					
Итого з	за Завтрак		11,3	14,1	93,5	523,9	17,5	203,3		83,7	6	
	за Завтрак 5-11 классы	11.2	11,3	14,1	93,5	523,9	17,5	203,3		83,7	6	
	за день	The second second	11,3	14,1	93,5	523,9	17,5	203,3	254	83,7	6	
			День:		ик							
		He	еделя:									
			Пищевые		ie	Энерге-	Витамины (мг)	Мине	ые вещ	ест		
		are a terror of the board of	1.70		- /->	тическая			(1	иг)		
Nº	Приска пиши наименование блюда	Macca	ве	щества	i (r)	-		_	1	Τ΄	15	
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Γ	Γ'	ценность	С	Ca	Р	Mg	F	
	500 3-3 4 4 4 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)			Р	Mg	F	
рец.	2	500		Γ	Γ'	ценность	C 8	Ca 9		ľ	F 1	
рец. 1 Завт	2 рак 5-11 классы	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)			Р	Mg		
рец. 1 Завт Завт	2 рак 5-11 классы рак	порции 3	Б 4	Ж 5	у 6	ценность (ккал) 7	8	9	P 10	Mg 11	1	
рец. 1 Завт 3авт 416,27	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса	3 100	Б 4 13,7	Ж 5	у 6 16,6	ценность (ккал) 7 406,7		9 44,5	P 10	Mg 11 23,7	1	
рец. 1 Завт 3авт 416,27	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая	порции 3 100 180	Б 4 13,7 9,2	Ж 5 32,2 7,1	У 6 16,6 49,6	ценность (ккал) 7 406,7 286,6	0,2	9 44,5 61,1	P 10 161,3 218,1	Mg 11 23,7 73,3	1	
рец. 1 Завт 3авт 416,27	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная	порции 3 100 180 30	Б 4 13,7 9,2 0,4	Ж 5	y 6 16,6 49,6 2,8	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4	0,2	9 44,5	P 10 161,3 218,1 7,4	Mg 11 23,7 73,3 4,2	1	
рец. 1 Завт 3авт 416,27 463,96	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток	лорции 3 100 180 30 200	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1	Ж 5 32,2 7,1 3	y 6 16,6 49,6 2,8 26,8	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3	0,2	9 44,5 61,1 15,3 4,5	P 10 161,3 218,1 7,4 2,8	Mg 11 23,7 73,3	1 0	
рец. 1 Завт 3авт 416,27 463,96	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный	порции 3 100 180 30	Б 4 13,7 9,2 0,4	Ж 5 32,2 7,1	y 6 16,6 49,6 2,8	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4	0,2	9 44,5 61,1 15,3	P 10 161,3 218,1 7,4	Mg 11 23,7 73,3 4,2 2,3	1 0	
рец. 1 Завт Завт 416,27 463,96	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный	лорции 3 100 180 30 200	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2	Ж 5 32,2 7,1 3	y 6 16,6 49,6 2,8 26,8 6,4	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4	0,2	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4	P 10 10 218,1 7,4 2,8 7,2	Mg 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6	1 0 0	
рец. 1 Завт Завт 416,27 463,96	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный	лорции 3 100 180 30 200	5 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2	Ж 5 32,2 7,1 3 0,4	y 6 16,6 49,6 2,8 26,8 6,4	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4	0,2 11,6 3,3	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4	P 10 161,3 218,1 7,4 2,8	Mg 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105	1 0	
рец. 1 Завт Завт 416,27 463,96 52,06 Итого	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак	лорции 3 100 180 30 200	5 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6	Ж 5 32,2 7,1 3 0,4 42,7 42,7	y 6 16,6 49,6 2,8 26,8 6,4 102,1 102,1	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4	0,2 11,6 3,3	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8	P 10 10 161,3 218,1 7,4 2,8 7,2 396,8 396,8 396,8	Mg 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105	1 0 0	
рец. 1 Завт Завт 416,27 463,96 52,06 Итого	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный	лорции 3 100 180 30 200	5 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6 24,6	Ж 5 7,1 3 0,4 42,7 42,7 42,7	y 6 16,6 49,6 2,8 26,8 6,4 102,1 102,1 102,1	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4	0,2 11,6 3,3 15	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8	P 10 10 161,3 218,1 7,4 2,8 7,2 396,8 396,8 396,8	Mg 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105 105	1 0 0 0	
рец. 1 Завт Завт 416,27 463,96 52,06 Итого	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак	порции 3 100 180 30 200 40	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6 24,6	Ж 5 7,1 3 0,4 42,7 42,7 42,7 среда	y 6 16,6 49,6 2,8 26,8 6,4 102,1 102,1 102,1	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4	0,2 11,6 3,3 15	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8 127,8	P 10 10 218,1 7,4 2,8 7,2 3 396,8 3 396,8	Mg 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105 105	1 1 0 0 0	
рец. 1 Завт Завт 416,27 463,96 52,06 Итого	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак	порции 3 100 180 30 200 40	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6 24,6 День:	Ж 5 7,1 3 0,4 42,7 42,7 42,7 среда	y 6 16,6 49,6 2,8 26,8 6,4 102,1 102,1	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4	0,2 11,6 3,3 15 15 15	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8 127,8	Р 10 161,3 218,1 7,4 2,8 7,2 3 396,8 3 396,8 3 396,8	Мg 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105 105 105	1 1 0 0 0	
рец. 1 Завт Завт 416,27 463,96 52,06 Итого	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак 5-11 классы за день	порции 3 100 180 30 200 40	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6 24,6 День:	Ж 5 32,2 7,1 3 0,4 42,7 42,7 42,7 среда	y 6 16,6 49,6 2,8 26,8 6,4 102,1 102,1 102,1	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4 864,4 9нергетическая	0,2 11,6 3,3 15	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8 127,8	Р 10 161,3 218,1 7,4 2,8 7,2 3 396,8 3 396,8 3 396,8	Mg 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105 105	1 1 0 0 0	
рец. 1 Завт Завт 416,27 463,96 52,06 Итого Итого Итого	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак	лорции 3 100 180 30 200 40	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6 24,6 День: еделя:	Ж 5 7,1 3 0,4 42,7 42,7 42,7 среда 2 Іищеві ществ	y 6 6 49,6 2,8 26,8 6,4 102,1 102,1 102,1	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4 864,4 Энергетическая ценность	0,2 11,6 3,3 15 15 15	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8 127,8	Р 10 161,3 218,1 7,4 2,8 7,2 3 396,8 3 396,8 3 396,8	Мg 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105 105 105	1 1 0 0 0 0 0 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	
рец. 1 Завт Завт 416,27 463,96 52,06 Итого Итого Итого	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак за день Прием пищи, наименование блюда	порции 3 100 180 30 200 40 Н Масса порции	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6 24,6 День: еделя:	Ж 5 32,2 7,1 3 0,4 42,7 42,7 42,7 среда 2 Іищеві ществ	y 6 16,6 49,6 2,8 26,8 26,8 102,1 102,1 102,1 102,1 y	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4 864,4 9нергетическая ценность (ккал)	8 0,2 11,6 3,3 15 15 15 15 C	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8 127,8 127,8	Р 10 161,3 218,1 7,4 2,8 7,2 3 396,8 3 396,8 3 396,8 (Мg 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105 105 105 Мг) Мд	1 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	
рец. 1 Завт Завт 416,27 463,96 52,06 Итого Итого Итого	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак 5-11 классы за день	порции 3 100 180 30 200 40 Н	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6 24,6 День: еделя:	Ж 5 7,1 3 0,4 42,7 42,7 42,7 среда 2 Іищеві ществ	y 6 6 49,6 2,8 26,8 6,4 102,1 102,1 102,1	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4 864,4 Энергетическая ценность	8 0,2 11,6 3,3 15 15 15	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8 127,8	Р 10 161,3 218,1 7,4 2,8 7,2 3 396,8 3 396,8 3 396,8 (Мg 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105 105 105	1 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	
рец. 1 3авт; 3авт; 416,27 463,96 52,06 Итого Итого Итого Итого Птого Итого	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак за день Прием пищи, наименование блюда	порции 3 100 180 30 200 40 Н Масса порции	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6 24,6 День: еделя:	Ж 5 32,2 7,1 3 0,4 42,7 42,7 42,7 среда 2 Іищеві ществ	y 6 16,6 49,6 2,8 26,8 26,8 102,1 102,1 102,1 102,1 y	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4 864,4 9нергетическая ценность (ккал)	8 0,2 11,6 3,3 15 15 15 15 C	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8 127,8 127,8	Р 10 161,3 218,1 7,4 2,8 7,2 3 396,8 3 396,8 3 396,8 (Мg 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105 105 105 Мг) Мд	1 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	
рец. 1 3авт 3авт 416,27 463,96 52,06 Итого Итого Итого Итого 1 3авт Завт	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак за день Прием пищи, наименование блюда	порции 3 100 180 30 200 40 Н Масса порции 3	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6 24,6 День: еделя: Б	Ж 5 32,2 7,1 3 0,4 42,7 42,7 42,7 среда 2 Іищеві ществ Ж	y 6 6 16,6 49,6 2,8 26,8 6,4 102,1 102,1 102,1 102,1 y 6	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4 864,4 9нергетическая ценность (ккал) 7	8 0,2 11,6 3,3 15 15 15 15 C 8	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8 127,8 127,8	Р 10 161,3 218,1 7,4 2,8 7,2 396,8 396,8 396,8 (Р	Мд 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105 105 105 Мг) Мд 11	1 1 0 0 0 0 0 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	
рец. 1 3авт 3авт 416,27 463,96 52,06 Итого Итого Итого Итого 1 3авт Завт	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак за день Прием пищи, наименование блюда	порции 3 100 180 30 200 40 Н Масса порции	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6 24,6 День: еделя:	Ж 5 32,2 7,1 3 0,4 42,7 42,7 42,7 среда 2 Іищеві ществ	y 6 6 16,6 49,6 2,8 26,8 6,4 102,1 102,1 102,1 102,1 y 6	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4 864,4 9нергетическая ценность (ккал)	8 0,2 11,6 3,3 15 15 15 15 C	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8 127,8 127,8	Р 10 161,3 218,1 7,4 2,8 7,2 3 396,8 3 396,8 3 396,8 (Мд 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105 105 105 Мг) Мд 11	1 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	
рец. 1 3авт; 3авт; 416,27 463,96 52,06 Итого Итого Итого Итого 1 3авт Завт	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак за день Прием пищи, наименование блюда рак 5-11 классы рак Каша геркулесовая молочная с маслом	порции 3 100 180 30 200 40 Н Масса порции 3	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6 24,6 День: еделя: Б 4	Ж 5 32,2 7,1 3 0,4 42,7 42,7 42,7 среда 2 Іищеві ществ Ж	y 6 6 16,6 49,6 2,8 26,8 6,4 102,1 102,1 102,1 102,1 y 6	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4 864,4 864,7 7 374,2	8 0,2 11,6 3,3 15 15 15 С Витамины (мг) С 8	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8 127,8 127,8 127,8	Р 10 161,3 218,1 7,4 2,8 7,2 3 396,8 3 396,8 3 396,8 10 P	Мд 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105 105 105 Мд 11	1 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	
рец. 1 3авт; 3авт; 416,27 463,96 52,06 Итого Итого Итого Итого 1 3авт Завт	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак за день Прием пищи, наименование блюда 2 рак 5-11 классы рак Каша геркулесовая молочная с маслом Фрукт	порции 3 100 180 30 200 40 Н Масса порции 3 250/10	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6 24,6 День: еделя: Б 4	Ж 5 32,2 7,1 3 0,4 42,7 42,7 42,7 среда 2 Іищеві ществ Ж	y 6 6 49,6 2,8 26,8 6,4 102,1	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4 864,4 864,7 7 374,2 46	8 0,2 11,6 3,3 15 15 15 15 С 8 1,2 13	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8 127,8 127,8 Мин Са 9 191,6	Р 10 161,3 218,1 7,4 2,8 7,2 3 396,8 3 396,8 3 396,8 (Р 10	Мg 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105 105 105 Мг) Мд 11 3 98,7 9	1 1 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	
рец. 1 Завт Завт 416,27 463,96 52,06 Итого Итого Итого 1 Завт 3авт 257,96	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак за день Прием пищи, наименование блюда 2 рак 5-11 классы рак Каша геркулесовая молочная с маслом Фрукт Напиток	Порции 3 100 180 30 200 40 Н Масса порции 3 250/10 100 200	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6 24,6 День: еделя: Б 4	Ж 5 32,2 7,1 3 0,4 42,7 42,7 42,7 среда 2 ищевн ществ Ж 5	y 6 6 49,6 2,8 26,8 6,4 102,1	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4 864,4 864,7 Энергетическая ценность (ккал) 7 374,2 46 101,3	8 0,2 11,6 3,3 15 15 15 С Витамины (мг) С 8	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8 127,8 127,8 127,8 127,8 127,8 127,8 127,8 127,8	Р 10 10 218,1 7,4 2,8 7,2 3 396,8 3 396,8 3 396,8 10 10 10	Мg 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105 105 105 Мг) Мд 11 8 98,7 9 2,3	1 1 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	
рец. 1 Завт Завт 416,27 463,96 52,06 Итого Итого Итого 1 Завт 3авт 257,96	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак за день Прием пищи, наименование блюда 2 рак 5-11 классы рак Каша геркулесовая молочная с маслом Фрукт Напиток Хлеб пшеничный	порции 3 100 180 30 200 40 Н Масса порции 3 250/10	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6 24,6 День: еделя: Б 4	Ж 5 32,2 7,1 3 0,4 42,7 42,7 42,7 среда 2 Іищеві ществ Ж	y 6 6 49,6 2,8 26,8 6,4 102,1	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4 864,4 864,7 7 374,2 46	8 0,2 11,6 3,3 15 15 15 15 С 8 1,2 13	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8 127,8 127,8 Мин Са 9 191,6	Р 10 10 218,1 7,4 2,8 7,2 3 396,8 3 396,8 3 396,8 10 10 10	Мg 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105 105 105 Мг) Мд 11 3 98,7 9	1 1 1 1 CC	
рец. 1 3авт 3авт 416,27 463,96 52,06 Итого Итого Итого 1 3авт 257,96	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак за День Прием пищи, наименование блюда 2 рак 5-11 классы рак Каша геркулесовая молочная с маслом Фрукт Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный	Порции 3 100 180 30 200 40 Н Масса порции 3 250/10 100 200	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6 24,6 День: еделя: Б 4 10,8 0,4 0,1 1,2	Ж 5 32,2 7,1 3 0,4 42,7 42,7 среда 2 Пищеві ществ Ж 5	y 6 6 49,6 2,8 26,8 6,4 102,1	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4 864,4 864,7 Энергетическая ценность (ккал) 7 374,2 46 101,3 30,4	8 0,2 11,6 3,3 15 15 15 15 С 8 1,2 13 3,3	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8	Р 10 10 218,1 7,4 2,8 7,2 8 396,8 8 396,8 9 396,8 10 10	Мg 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105 105 105 Мг) Мд 11 3 98,7 9 2,3 1,6	1 1 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	
рец. 1 3авт 3авт 416,27 463,96 52,06 Итого Итого Итого 1 3авт 257,96 Итого	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак за День Прием пищи, наименование блюда 2 рак 5-11 классы рак Каша геркулесовая молочная с маслом Фрукт Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак	Порции 3 100 180 30 200 40 Н Масса порции 3 250/10 100 200	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6 День: еделя: Б 4 10,8 0,4 0,1 1,2	Ж 5 32,2 7,1 3 0,4 42,7 42,7 42,7 среда 2 Пищеві ществ Ж 5	y 6 6 49,6 2,8 26,8 6,4 102,1	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4 864,4 864,7 Энергетическая ценность (ккал) 7 374,2 46 101,3 30,4 551,9	8 0,2 11,6 3,3 15 15 15 15 С 8 1,2 13 3,3	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8	Р 10 10 218,1 7,4 2,8 7,2 3 396,8 3 396,8 3 396,8 10 10 5 314,8 7,2 5 335,8	Мg 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105 105 105 105 111 11 11 11 11 11 11 11 11 11 11 11 1	1 1 1 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	
рец. 1 3авт 3авт 416,27 463,96 52,06 Итого Итого Итого 1 3авт 3авт 257,96 Итого Итого Итого	рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак 5-11 классы за день Прием пищи, наименование блюда 2 рак 5-11 классы рак Каша геркулесовая молочная с маслом Фрукт Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак за Завтрак	Порции 3 100 180 30 200 40 Н Масса порции 3 250/10 100 200	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6 24,6 День: еделя: Б 4 10,8 0,4 0,1 1,2 12,5 12,5	Ж 5 32,2 7,1 3 0,4 42,7 42,7 42,7 среда 2 Пищеві ществ Ж 5 15,6 0,4 16 16	y 6 16,6 49,6 2,8 26,8 6,4 102,1 102,	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4 864,4 864,4 7 3нергетическая ценность (ккал) 7 374,2 46 101,3 30,4 551,9 551,9	8 0,2 11,6 3,3 15 15 15 15 15 15 15 15 15 17,5 17,5	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8	Р 10 10 218,1 7,4 2,8 7,2 3 396,8 3 396,8 3 396,8 10 10 11 2,8 7,2 5 335,8 5 335,8 5 335,8	Мg 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105 105 105 105 105 111 8 98,7 9 2,3 1,6 8 111,5 8 111,5	1 1 1 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	
рец. 1 3авт 3авт 416,27 463,96 52,06 Итого Итого Итого 1 3авт 3авт 257,96 Итого Итого Итого	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак за День Прием пищи, наименование блюда 2 рак 5-11 классы рак Каша геркулесовая молочная с маслом Фрукт Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак	Порции 3 100 180 30 200 40 Н Масса порции 3 250/10 100 200	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6 24,6 День: еделя: Б 4 10,8 0,4 0,1 1,2 12,5 12,5 12,5 12,5	Ж 5 32,2 7,1 3 0,4 42,7 42,7 42,7 среда 2 Пищевиществ Ж 5 15,6 0,4 16 16 16	y 6 16,6 49,6 2,8 26,8 6,4 102,1 10	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4 864,4 864,7 Энергетическая ценность (ккал) 7 374,2 46 101,3 30,4 551,9 551,9	8 0,2 11,6 3,3 15 15 15 15 С 8 1,2 13 3,3	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8	Р 10 10 218,1 7,4 2,8 7,2 3 396,8 3 396,8 3 396,8 10 10 11 2,8 7,2 5 335,8 5 335,8 5 335,8	Мg 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105 105 105 105 111 11 11 11 11 11 11 11 11 11 11 11 1	1 1 1 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	
рец. 1 3авт 3авт 416,27 463,96 52,06 Итого Итого Итого 1 3авт 3авт 257,96 Итого Итого Итого	рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак 5-11 классы за день Прием пищи, наименование блюда 2 рак 5-11 классы рак Каша геркулесовая молочная с маслом Фрукт Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак за Завтрак	порции 3 100 180 30 200 40 Н Масса порции 3 250/10 100 200 40	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6 24,6 День: еделя: Б 4 10,8 0,4 0,1 1,2 12,5 12,5 День:	Ж 5 32,2 7,1 3 0,4 42,7 42,7 среда 2 Пищевиществ Ж 5 15,6 16 16 16 16 16 16	y 6 16,6 49,6 2,8 26,8 6,4 102,1 10	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4 864,4 864,4 7 3нергетическая ценность (ккал) 7 374,2 46 101,3 30,4 551,9 551,9	8 0,2 11,6 3,3 15 15 15 15 15 15 15 15 15 17,5 17,5	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8	Р 10 10 218,1 7,4 2,8 7,2 3 396,8 3 396,8 3 396,8 10 10 11 2,8 7,2 5 335,8 5 335,8 5 335,8	Мg 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105 105 105 105 105 111 8 98,7 9 2,3 1,6 8 111,5 8 111,5	1 1 1 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	
рец. 1 3авт 3авт 416,27 463,96 52,06 Итого Итого Итого 1 3авт 3авт 257,96 Итого Итого Итого	рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак 5-11 классы за день Прием пищи, наименование блюда 2 рак 5-11 классы рак Каша геркулесовая молочная с маслом Фрукт Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак за Завтрак	порции 3 100 180 30 200 40 Н Масса порции 3 250/10 100 200 40	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6 24,6 День: еделя: Б 4 10,8 0,4 0,1 1,2 12,5 12,5 День Еделя	Ж 5 32,2 7,1 3 0,4 42,7 42,7 42,7 среда 2 ищевн ществ Ж 5 15,6 16 16 16 16 16 16 16 16 16 16	y 6 16,6 49,6 2,8 26,8 6,4 102,1 102,1 102,1 102,1 26,8 6,4 50,7 11,3 26,8 6,4 95,2 95,2 95,2	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4 864,4 864,4 7 3нергетическая ценность (ккал) 7 374,2 46 101,3 30,4 551,9 551,9 551,9	8 0,2 11,6 3,3 15 15 15 15 15 15 17,5 17,5 17,5	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8	Р 10 161,3 218,1 7,4 2,8 7,2 8 396,8 8 396,8 8 396,8 10 10 6 314,8 7,2 5 335,8 5 335,8	Мg 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105 105 105 105 105 111 8 98,7 9 2,3 1,6 8 111,5 8 111,5		
рец. 1 3авт 3авт 416,27 463,96 52,06 Итого Итого Итого 1 3авт 257,96 Итого Итого Итого Итого Итого	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак 5-11 классы за день Прием пищи, наименование блюда 2 грак 5-11 классы каша геркулесовая молочная с маслом Фрукт Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак за Завтрак за Завтрак за Завтрак	порции 3 100 180 30 200 40 Н Масса порции 3 250/10 100 200 40	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6 24,6 День: еделя: 6 4 10,8 0,4 0,1 1,2 12,5 12,5 День еделя	Ж 5 32,2 7,1 3 0,4 42,7 42,7 42,7 среда 2 Пищевнеств Ж 5 15,6 16 16 16 16 16 16 16 16 16 16 16 16 16	y 6 16,6 49,6 2,8 26,8 6,4 102,1 10	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4 864,4 864,4 7 3нергетическая ценность (ккал) 7 374,2 46 101,3 30,4 551,9 551,9	8 0,2 11,6 3,3 15 15 15 15 15 15 15 15 15 17,5 17,5	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8	Р 10 10 161,3 218,1 7,4 2,8 7,2 8 396,8 396,8 7,2 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	Мg 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105 105 105 105 111 8 98,7 9 2,3 1,6 3 111,5 8 111,5		
рец. 1 3авт 3авт 416,27 463,96 52,06 Итого Итого Итого 1 3авт 257,96 463,96 Итого Итого 1 3авт 257,96 Итого Итого Итого Итого Итого	рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак 5-11 классы за день Прием пищи, наименование блюда 2 рак 5-11 классы рак Каша геркулесовая молочная с маслом Фрукт Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак за Завтрак	порции 3 100 180 30 200 40 Н Масса порции 3 250/10 100 200 40	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6 24,6 День: еделя: 10,8 0,4 0,1 1,2 12,5 12,5 12,5 День Вееренья	Ж 5 32,2 7,1 3 0,4 42,7 42,7 42,7 среда 2 Пищеві ж 5 15,6 16 16 16 16 16 16 16 16 16 16 16 16 16	y 6 16,6 49,6 2,8 26,8 6,4 102,1 10	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4 864,4 864,4 7 3нергетическая 46 101,3 30,4 551,9 551,9 551,9 551,9	8 0,2 11,6 3,3 15 15 15 15 Витамины (мг) С 8 1,2 13 3,3 17,5 17,5 17,5 17,5 Витамины (мг)	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8 127	Р 10 10 161,3 218,1 7,4 2,8 7,2 8 396,8 396,8 396,8 7,2 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	Мд 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105 105 105 105 111 8 98,7 9 2,3 1,6 3 111,5 3 111,5	1 1 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	
рец. 1 3авт 3авт 416,27 463,96 52,06 Итого Итого Итого 1 3авт 257,96 Итого Итого Итого Итого	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак 5-11 классы за день Прием пищи, наименование блюда 2 грак 5-11 классы каша геркулесовая молочная с маслом Фрукт Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак за Завтрак за Завтрак за Завтрак	порции 3 100 180 30 200 40 Н Масса порции 3 250/10 100 200 40	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6 День: еделя: 5 4 10,8 0,4 0,1 1,2 12,5 12,5 День Вееделя	Ж 5 32,2 7,1 3 0,4 42,7 42,7 42,7 среда 2 Пищевнеств Ж 5 15,6 16 16 16 16 16 16 16 16 16 16 16 16 16	y 6 16,6 49,6 2,8 26,8 6,4 102,1 10	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4 864,4 864,4 7 374,2 46 101,3 30,4 551,9 551,9 551,9 551,9 Энергетическая ценность (ккал)	8 0,2 11,6 3,3 15 15 15 15 15 15 17,5 17,5 17,5	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8	Р 10 10 161,3 218,1 7,4 2,8 7,2 8 396,8 396,8 7,2 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	Мg 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105 105 105 105 105 111 8 98,7 9 2,3 1,6 8 111,5 8 111,5	8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	
рец. 1 3авт 3авт 416,27 463,96 52,06 Итого Итого Итого 1 3авт 257,96 Итого Итого Итого Итого Итого Итого	2 рак 5-11 классы рак Биточки из мяса Каша гречневая рассыпчатая Подгарнировка овощная Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак 5-11 классы за день Прием пищи, наименование блюда 2 грак 5-11 классы каша геркулесовая молочная с маслом Фрукт Напиток Хлеб пшеничный витаминизированный за Завтрак за Завтрак за Завтрак за Завтрак за Завтрак	порции 3 100 180 30 200 40 Н Масса порции 3 250/10 100 200 40	Б 4 13,7 9,2 0,4 0,1 1,2 24,6 24,6 24,6 День: еделя: 10,8 0,4 0,1 1,2 12,5 12,5 12,5 День Вееренья	Ж 5 32,2 7,1 3 0,4 42,7 42,7 42,7 среда 2 Пищеві ж 5 15,6 16 16 16 16 16 16 16 16 16 16 16 16 16	y 6 16,6 49,6 2,8 26,8 6,4 102,1 10	ценность (ккал) 7 406,7 286,6 39,4 101,3 30,4 864,4 864,4 864,4 864,4 7 3нергетическая 46 101,3 30,4 551,9 551,9 551,9 551,9	8 0,2 11,6 3,3 15 15 15 15 Витамины (мг) С 8 1,2 13 3,3 17,5 17,5 17,5 17,5 Витамины (мг)	9 44,5 61,1 15,3 4,5 2,4 127,8 127	Р 10 10 161,3 218,1 7,4 2,8 7,2 8 396,8 396,8 396,8 7,2 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	Мд 11 23,7 73,3 4,2 2,3 1,6 105 105 105 105 111 8 98,7 9 2,3 1,6 3 111,5 3 111,5	1 1 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	

11,7 | 16,8 | 113,1 | 632,2

День: пятница

Итого за день

105,6 212,2 72,4

38,7

								105 5	74.0	1.4
2					000.7	0,3	46,7	165,5		
	100	13,6	10,7	12,6	232,7		25,3	62,3	15,2	1,3
358,14 Котлеты из филе куриного	180	4.5	5,6	48,8	251,1	44.6	15,3	7,4	4,2	0,3
466 96 Рис припущенный	30	0.4	3	2,8	39,4	11,6	4.5	2,8	2,3	0,6
Подгарнировка овощная	200	0.1		26,8	101,3	3,3	2.4	7,2	1,6	
Напиток	40	1.2	0,4	6,4	30,4		_, _,		7,2,2,2,2	
52,06 Хлеб пшеничный	40	95.4 ₀₀	65			15,1	94,2	245,1	95,2	3,6
витаминизированный		19.8	19,8	97,3	654,9	15,1	94,2		95,2	3,6
Итого за Завтрак		19.8	19,8	97,3	654,9	15,1	94.2	245,1	95,2	3,6
Итого за Завтрак 5-11 классы		19.8	19,8	97,3	654,9	10,1				
Итого за день			пятни	ца						
		 елепя:					Мине	еральн	ые вец	цества

		Пищерые			Энерге-	Витамины (мг)	Минеральные веществ (мг)				
Na	57,010	Macca	асса вещ		(r)	ценность	C	Ca	Р	Mg	Fe
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	ж	У	(ккал)		9	10	11	12
роц.		3	4	5	6	7	8				
1	2										
Завтр	ак 5-11 классы						0,5	23.5	78,6	23	1,
Завтр	рак	100	6	7,1	45,4	269,7		19,9	146.5	10,7	0,
54,1	Купаты с соусом	180	10,5	9,9	41,1	287,1	0,5 11,6	15,3	7.4	4,2	0,
333,04	Макаронные изделия с сыром	30	0.4	3	2,8	39,4		4,5	2,8	2,3	0,
	Подгарнировка овощная	200	0.1		26,8	101,3	3,3	2.4	7,2	1,6	
	Напиток	40	1,2	0,4	6,4	30,4					
52,06	Хлеб пшеничный	1					15,8	65,6	242,4	41,7	3
	витаминизированный		18,3	20,4	122,5		15,8	65.6	242,4	41,7	3
Итого за Завтрак				20,4	122,5		15,8	65,6		41,7	3
Итого за Завтрак 5-11 классы			18,3	20,4	122,5			175	324,6	84,4	5
Итого за день			18,7	23,7	96,6	656,1	19,5	170			