

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ ре- цеп- туры** | **Прием пищи наименование блюда** | **Масса порции** | | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетичес- кая ценность**  **(ккал)** | | **Витамины** | | | | **Минеральные вещества** | | | |
|  |  | 7-  11  лет | 11 и  стар- ше | Б | Ж | У | 7-11  лет | 11 и  старше | B | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 359 | Завтрак:  кулеш вермишелевый с маслом | 200 | 250 | 8,87 | 9,21 | 29,61 | 215 | 271 | 0,8 | 0 | 0,40 | 2,0 | 19 | 17 | 10 | 0,3 |
| 49 | какао на молоке | 200 | 200 | 4,0 | 4,10 | 16,10 | 144,9 | 156,10 | 0,1 | 0,6 | 0,1 | - | 55,18 | 0 | 0 | 0,44 |
|  | хлеб 1 сорт | 50 | 50 | 8,8 | 1,7 | 29,4 | 116 | 116 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
|  | сыр (порциями)  **Итого:** | 5 | 10 | 1,16 | 1,48 | 0 | 18,20  **494,10** | 86,40  **629,50** | 0 | 0,04 | 13,0 | 0 | 44 | 25 | 1,75 | 0,05 |
|  | Обед: |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 296 | суп гороховый | 250 | 300 | 2,9 | 2,42 | 3,7 | 48,32 | 58,32 | 0,04 | 5,84 | 0,13 | 0,19 | 28,96 | - | - | - |
| 306 | каша перловая  рассыпчатая | 150 | 200 | 5,8 | 12,2 | 41,9 | 306 | 408,0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 367 | гуляш | 90 | 100 | 13,9 | 6,5 | 4,0 | 220 | 245 | 0,01 | 3,3 | - | - | 7,5 | 80,0 | 12,5 | 1,7 |
| 943 | чай с сахаром | 200 | 200 | 0,04 | 0 | 13,94 | 56 | 56 | - | - | - | - | 9,0 | - | 2,0 | 2.4 |
|  | хлеб 2 сорт  **Итого:** | 50 | 50 | 8,8 | 1,7 | 29,4 | 116  **746,32** | 116  **883,32** | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ ре- цеп- туры** | **Прием пищи наименование блюда** | **Масса порции** | | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетичес- кая**  **ценность**  **(ккал)** | | **Витамины** | | | | **Минеральные вещества** | | | |
|  |  | 7-  11  лет | 11 и  стар- ше | Б | Ж | У | 7-11  лет | 11 и  старше | B | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 168 | Завтрак:  каша молочная геркулес с маслом | 200 | 250 | 2,73 | 1,47 | 18,33 | 245,33 | 306,66 | 0,60 | - | - | - | 30 | 186 | 87 | 0,7 |
| 943 | чай с сахаром | 200 | 200 | 0,04 | 0 | 13,94 | 56 | 56 | - | - | - | - | 9 | - | 2,0 | 2,4 |
|  | хлеб | 50 | 50 | 8,8 | 1,7 | 29,4 | 116 | 116 | - | - | - | - | - | - | - | - |
|  | масло сливочное  (порциями)  **Итого:** | 5 | 10 | - | 4,1 | 0,03 | 37,5  **454,83** | 75,0  **553,66** | - | - | 29,5 | - | 0,5 | 1 | - | - |
|  | Обед:  огурец свежий | 60 | 60 | 0,86 | 3,65 | 5,02 | 14 | 14 | 0,01 | 5,7 | 0 | 0 | 21,09 | 24,58 | 12,54 | 0,8 |
| 44 | свекольник на м/б со  сметаной | 300  (10) | 350  (10) | 3,83 | 3,14 | 29,96 | 204,58 | 246,18 | 0,27 | 110 | 17,06 | 4,0 | 167 | 221 | 101 | 4,2 |
| 444 | плов по-узбекски | 200 | 250 | 14,4  0 | 19,0 | 45,40 | 418,0 | 464,0 | 0,04 | 0,5 | - | - | 16,0 | 70,0 | 15,0 | 0,90 |
| 868 | компот из с/ф | 200 | 200 | 1,4 | 0 | 13,24 | 46,13 | 46,13 | 0,01 | 0,28 | 0 | 0,02 | 17,8 | 14,97 | 11,11 | 0,39 |
|  | хлеб 2 сорт  **Итого:** | 50 | 50 | 8,8 | 1,7 | 29,4 | 108  **790,71** | 108  **878,31** | - | - | - | - | - | - | - | - |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ ре- цеп- туры** | **Прием пищи наименование блюда** | **Масса порции** | | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетичес- кая**  **ценность**  **(ккал)** | | **Витамины** | | | | **Минеральные вещества** | | | |
|  |  | 7-  11  лет | 11 и  стар- ше | Б | Ж | У | 7-11  лет | 11 и  старше | B | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 250 | Завтрак:  каша молочная манная с маслом | 200 | 250 | 3,2 | 0,32 | 29,46 | 182,51 | 228,13 | 0,10 | - | - | - | 4,1 | 101 | 68 | 1,6 |
| 951 | кофейный напиток | 200 | 200 | 1,4 | 2,0 | 22,4 | 140,77 | 140,77 | 0,02 | 0 | 0,8 | 0 | 84 | 45 | 7,0 | 0 |
|  | хлеб | 50 | 50 | 8,8 | 1,7 | 29,4 | 116 | 116 | - | - | - | - | - | - | - | - |
|  | **Итого:** |  |  |  |  |  | **439,28** | **484,90** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Обед:  свежий помидор | 60 | 60 | 0,6 | 0,12 | 3,27 | 17,44 | 17,44 | - | - | - | - | - | - | - | - |
| 132 | рассольник  «Ленинградский» | 300 | 350 | 3,0 | 4,5 | 20,10 | 185,0 | 220,0 | - | - | - | - | 145 | 187,5 | 52,5 | - |
| 418 | каша гороховая | 150 | 200 | 7,16 | 8,8 | 52,69 | 309,20 | 315,0 | 0,02 | - | 0,4 | - | 14,8 | 11,5 | 0,82 | 141 |
|  | тефтели в соусе | 90 | 100 | 7,61 | 9,37 | 9,87 | 156,91 | 196,0 | 0,09 | 5,01 | 0,03 | 0,27 | 23,88 | 72,46 | 16,85 | 0,93 |
| 648 | кисель | 200 | 200 | - | - | 7,2 | 99,80 | 99,80 | 0,3 | 15 | 0,25 | 1,75 | 29,5 | 0 | 1 | 0 |
|  | хлеб 2 сорт  **Итого:** | 50 | 50 | 8,8 | 1,7 | 29,4 | 108  **705,25** | 108  **825,38** | - | - | - | - | - | - | - | - |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ ре- цеп- туры** | **Прием пищи наименование блюда** | **Масса порции** | | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетичес- кая**  **ценность**  **(ккал)** | | **Витамины** | | | | **Минеральные вещества** | | | |
|  |  | 7-  11  лет | 11 и  стар- ше | Б | Ж | У | 7-11  лет | 11 и  старше | B | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 317 | Завтрак: каша молочная  кукурузная с маслом | 200 | 250 | 3,99 | 5,32 | 22,83 | 305,70 | 386,10 | 0,11 | 1,2 | 0,3 | 0,3 | 99,62 | 22,36 | 106,5 | 0,32 |
| 943 | чай с сахаром | 200 | 200 | 0,04 | 0 | 13,94 | 56 | 56 | - | - | - | - | 9 | - | 2,0 | 2,4 |
|  | хлеб 1 сорт | 50 | 50 | 8,8 | 1,7 | 29,4 | 116 | 116 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
|  | масло сливочное | 5 | 10 | - | 4,1 | 0,03 | 37,5 | 75,0 | - | - | 29,5 | - | 0,5 | 1 | - | - |
|  | **Итого:** |  |  |  |  |  | **515,20** | **633,10** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Обед:  свекла отварная (нарезка) | 60 | 60 | 0,86 | 3,65 | 5,02 | 56,34 | 93,90 | 0,01 | 5,7 | 0 | 0 | 21,09 | 24,58 | 12,54 | 0,8 |
| 200 | суп картофельный на м/б | 300 | 350 | 7,4 | 5,1 | 10,9 | 166,40 | 194,13 | 0,12 | - | 17 | 4 | 139 | 0,7 | 33 | 12 |
| 378 | рис отварной | 200 | 250 | 20,8 | 6,12 | 30,90 | 190,60 | 190,60 | 0,03 | 0 | 0,31 | 0 | 13,42 | 64,90 | 31,97 | 0,53 |
| 244 | рыба притушенная | 90 | 100 | 6,12 | 0,81 | 2,54 | 130,6 | 160,0 | 0,04 | 0,77 | 3 | 0 | 10,3 | 67,4 | 8,0 | 0,43 |
|  | сок яблочный | 200 | 200 | 0,5 | 0,1 | 11,3 | 46,0 | 46,0 | - | - | - | - | - | - | - | - |
|  | хлеб 2 сорт  **Итого:** | 50 | 50 | 8,8 | 1,7 | 29,4 | 108  **697,94** | 108  **792,63** | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ ре- цеп-**  **туры** | **Прием пищи наименование блюда** | **Масса порции** | | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетичес- кая ценность**  **(ккал)** | | **Витамины** | | | | **Минеральные вещества** | | | |
|  |  | 7-11 | 11 | Б | Ж | У | 7-11 | 11 и | B | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| лет | и |  |  |  | лет | старше |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ста |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | р- |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ше |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 168 | Завтрак:  каша молочная пшенная с маслом | 200 | 250 | 2,95 | 0,74 | 26,94 | 251,58 | 290,16 | 0,40 | - | - | - | 30 | 186 | 97 | 0,70 |
| 943 | чай с сахаром | 200 | 200 | 0,04 | 0 | 13,94 | 56 | 56 | - | - | - | - | 9,0 | - | 2,0 | 2,4 |
|  | хлеб пшеничный | 50 | 50 | 8,8 | 1,7 | 29,4 | 168 | 168 | - | - | - | - | - | - | - | - |
|  | **Итого:** |  |  |  |  |  | **423,58** | **462,16** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Обед:  огурец свежий | 60 | 60 | 0,86 | 3,65 | 5,02 | 56,34 | 56,34 | 0,01 | 5,7 | 0 | 0 | 21,09 | 24,58 | 12,54 | 0,8 |
| 103 | суп с фасолью на м/б | 250 | 300 | 3 | 3,6 | 12,03 | 132,02 | 168,90 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 679 | каша ячневая  рассыпчатая | 150 | 180 | 6,6 | 5,72 | 37,88 | 229,5 | 275,4 | 0,77 | 0 | 21 | 0,1 | 16,64 | 134,04 | - | 47,4 |
| 637 | мясо курицы | 100 | 100 | 13,9 | 6,5 | 4,0 | 220 | 220 | 0,01 | 3,3 | - | 7,5 | 80 | 12,5 | - | 1,7 |
| 648 | кисель | 200 | 200 | 0 | 0 | 7,2 | 99,80 | 99,80 | 0,3 | 15 | 0,25 | 1,75 | 29,5 | 0 | 1 | 0 |
|  | хлеб  **Итого:** | 50 | 50 | 8,8 | 1,7 | 29,4 | 108  **845,66** | 108  **928,44** | - | - | - | - | - | - | - | - |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ ре- цеп- туры** | **Прием пищи наименование блюда** | **Масса порции** | | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетичес- кая**  **ценность**  **(ккал)** | | **Витамины** | | | | **Минеральные вещества** | | | |
|  |  | 7-  11  лет | 11 и  стар- ше | Б | Ж | У | 7-11  лет | 11 и  старше | B | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 168 | Завтрак:  каша молочная рисовая с маслом | 200 | 250 | 5,2 | 3,40 | 80,80 | 245,33 | 290,10 | 0,5 | - | 0,72 | 2,0 | 71 | 29 | 12 | 0,6 |
| 943 | чай с сахаром | 200 | 200 | 0,04 | 0 | 13,94 | 56 | 56 | - | - | - | - | 9,0 | - | 2,0 | 2,4 |
|  | хлеб | 50 | 50 | 8,8 | 1,7 | 29,4 | 116 | 116 | - | - | - | - | - | - | - | - |
|  | масло сливочное  (порциями)  **Итого:** | 5 | 10 | 0 | 4,1 | 0,05 | 37,5  **454,84** | 75,0  **537,10** | - | - | 29,5 | - | 0,5 | 1 | - | - |
|  | Обед:  морковь отварная | 60 | 60 | 1,2 | - | 3,5 | 12,30 | 12,30 | - | - | - | - | - | - | - | - |
| 208 | суп лапша на м/б | 300 | 350 | 4,81 | 7,7 | 28,29 | 201,84 | 234,90 | 0,5 | 0,9 | 0,13 | - | 34,0 | 91 | 33 | 1,5 |
| 520 | картофельное пюре с  маслом | 150 | 200 | 11,1 | 5,3 | 34,81 | 236,58 | 315,44 | 0,1 | 13,7 | 0,2 | 0,5 | 9,35 | 51,96 | 19,14 | 0,76 |
|  | голубцы | 100 | 100 | 10 | 16 | 6 | 208 | 207 | - | - | - | - | - | - | - | - |
| 868 | компот | 200 | 200 | 1,4 | 0 | 13,24 | 46,13 | 46,13 | 0,01 | 0,28 | 0 | 0,02 | 17,80 | 17,97 | 11,11 | 0,39 |
|  | хлеб 2 сорт  **Итого:** | 50 | 50 | 8,8 | 1,7 | 29,4 | 108  **812,35** | 108  **923,77** | - | - | - | - | - | - | - | - |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ ре- цеп-**  **туры** | **Прием пищи наименование блюда** | **Масса порции** | | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетичес- кая ценность**  **(ккал)** | | **Витамины** | | | | **Минеральные вещества** | | | |
|  |  | 7-11  лет | 11 и  стар- ше | Б | Ж | У | 7-11  лет | 11 и  старше | B | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 177 | Завтрак:  каша «Дружба» | 200 | 250 | 10,44 | 11,11 | 41,30 | 307,0 | 311,0 | 0,26 | 1,2 | 81,0 | - | 158,6 | 257,3 | 86,70 | 2,75 |
| 943 | чай с сахаром | 200 | 200 | 0,04 | 0 | 13,94 | 56 | 56 | - | - | - | - | 9,0 | - | 2,0 | 2,4 |
|  | хлеб | 50 | 50 | 8,8 | 1,7 | 29,4 | 116 | 116 | - | - | - | - | - | - | - | - |
|  | сыр (порциями)  **Итого:** | 5 | 10 | 1,16 | 1,49 | 0 | 18,20  **497,20** | 36,40  **519,40** | - | 0,04 | 13,0 | - | 44 | 25 | 1,75 | 0,05 |
|  | Обед: свекла в нарезку  отварная | 60 | 60 | 0,86 | 3,65 | 5,02 | 56,34 | 56,34 | 0,01 | 5,7 | 0 | 0 | 21,09 | 24,58 | 12,54 | 0,8 |
| 44 | свекольник на м/б со  сметаной | 300/  10 | 300/  10 | 3,83 | 3,14 | 29,96 | 204,58 | 204,58 | 0,27 | 110 | 17,06 | 4,0 | 167 | 221 | 101 | 4,2 |
| 297 | каша гречневая | 150 | 200 | 8,5 | 6,5 | 41,9 | 259,5 | 346,0 | - | - | - | - | 24,6 | - | - | 4,5 |
|  | гуляш | 100 | 100 | 13,9 | 6,5 | 4,0 | 200 | 200 | 0,01 | 3,3 | - | - | 7,5 | 80,0 | 12,5 | 1,7 |
| 284 | компот из яблок с  лимоном | 200 | 200 | 0,25 | 0,25 | 25,35 | 46,13 | 46,13 | 0 | 12 | 3,1 | 0,7 | 15,4 | 9,7 | 70 | 1,3 |
|  | хлеб 2 сорт  **Итого:** | 50 | 50 | 8,8 | 1,7 | 29,34 | 108  **874,55** | 108  **961,05** | - | - | - | - | - | - | - | - |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ ре- цеп- туры** | **Прием пищи наименование блюда** | **Масса порции** | | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетичес- кая**  **ценность**  **(ккал)** | | **Витамины** | | | | **Минеральные вещества** | | | |
|  |  | 7-  11  лет | 11 и  стар- ше | Б | Ж | У | 7-11  лет | 11 и  старше | B | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 250 | Завтрак:  каша манная молочная с маслом | 200 | 250 | 3,2 | 0,32 | 29,46 | 182,51 | 228,13 | 0,10 | - | - | - | 4,1 | 101 | 68 | 1,6 |
| 951 | кофейный напиток | 200 | 200 | 1,4 | 2,0 | 22,40 | 140,77 | 140,77 | 0,02 | 0 | 0,8 | 0 | 84 | 45 | 7,0 | 0 |
|  | хлеб 1 сорт | 50 | 50 | 8,8 | 1,7 | 29,4 | 168 | 168 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 41 | масло сливочное (порц.)  **Итого:** | 5 | 10 | 0 | 4,1 | 0,05 | 37,5  **476,78** | 75  **559,90** | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,5 | 1 | 0 | 0 |
|  | Обед:  помидор свежий | 60 | 60 | 0,6 | 0,12 | 3,27 | 17,44 | 17,44 | - | - | - | - | - | - | - | - |
| 202 | суп из овощей на м/б | 300 | 350 | 1,68 | 5,98 | 9,35 | 98,37 | 114,77 | 0,11 | 6,8 | - | - | 25,71 | 69,47 | 43,02 | 0,07 |
| 516 | макароны отварные | 200 | 250 | 7,79 | 10,72 | 24,27 | 254,90 | 318,50 | 0,12 | 0,38 | - | - | 156,75 | 118,9 | 8,15 | 0,65 |
| 608 | котлета в соусе | 90 | 100 | 11,6 | 17,0 | 13,80 | 236,88 | 296,10 | 0,15 | 2,6 | 0,03 | 0,28 | 39,6 | 152,29 | 19,33 | 1,56 |
|  | хлеб 2 сорт | 50 | 50 | 8,8 | 1,7 | 29,40 | 108 | 108 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 648 | кисель  **Итого:** | 200 | 200 | 0 | 0 | 7,2 | 99,80  **815,39** | 99,80  **954,61** | 0,3 | 15 | 0,25 | 1,75 | 29,5 | 0 | 1 | 0 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ ре- цеп- туры** | **Прием пищи наименование блюда** | **Масса порции** | | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетичес- кая**  **ценность**  **(ккал)** | | **Витамины** | | | | **Минеральные вещества** | | | |
|  |  | 7-  11  лет | 11 и  стар- ше | Б | Ж | У | 7-11  лет | 11 и  старше | B | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 359 | Завтрак:  кулеш вермишелевый с маслом | 200 | 250 | 8,87 | 9,21 | 29,61 | 290,0 | 320 | 0,8 | 0 | 0,40 | 2,0 | 19 | 17 | 10 | 0,3 |
| 49 | какао на молоке | 200 | 200 | 4,0 | 4,10 | 16,10 | 144,9 | 156,10 | 0,1 | 0,6 | 0,1 | - | 55,18 | - | - | 0,44 |
|  | хлеб | 50 | 50 | 8,8 | 1,7 | 29,4 | 168 | 168 | - | - | - | - | - | - | - | - |
|  | **Итого:** |  |  |  |  |  | **550,90** | **592,10** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Обед:  свекла в нарезку | 60 | 60 | 0,86 | 3,65 | 5,02 | 56,34 | 93,90 | 0,01 | 5,7 | 0 | 0 | 21,09 | 24,58 | 18,54 | 0,80 |
| 113 | борщ украинский | 300 | 350 | 5,4 | 4,30 | 10,40 | 124,30 | 145,02 | 0,27 | 110 | 17,06 | 4,0 | 167 | 221 | 101 | 4,2 |
| 369 | жаркое по-домашнему | 200 | 250 | 26 | 23,2 | 16,6 | 379,0 | 379,0 | 0,4 | 7,6 | 0,07 | 2,3 | 35 | 56 | 3,4 | 7,6 |
| 943 | чай с сахаром | 200 | 200 | 0,5 | 0,1 | 11,3 | 56 | 56 | - | - | - | - | - | - | - | - |
|  | хлеб 2 сорт  **Итого:** | 50 | 50 | 8,8 | 1,7 | 29,4 | 108  **723,64** | 108  **781,92** | - | - | - | - | - | - | - | - |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ ре- цеп-**  **туры** | **Прием пищи наименование блюда** | **Масса порции** | | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетичес- кая ценность**  **(ккал)** | | **Витамины** | | | | **Минеральные вещества** | | | |
|  |  | 7-11  лет | 11  и ста р-  ше | Б | Ж | У | 7-11 лет | 11 и  старше | B | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 317 | Завтрак:  каша молочная кукурузная | 150 | 200 | 3,99 | 5,32 | 22,83 | 305,70 | 386,10 | 0,11 | 8,2 | 0,3 | 0,3 | 99,62 | 22,36 | 106,5 | 0,32 |
| 943 | чай с сахаром | 200 | 200 | 0,5 | 0,1 | 11,70 | 56 | 56 | - | - | - | - | - | - | - | - |
|  | хлеб | 50 | 50 | 8,8 | 1,7 | 29,4 | 116 | 116 | - | - | - | - | - | - | - | - |
|  | **Итого:** |  |  |  |  |  | **477,70** | **558,10** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Обед:  морковь в нарезку | 60 | 60 | 1.2 | - | 3,5 | 12,30 | 12,30 | - | - | - | - | - | - | - | - |
| 208 | суп-лапша на м/б | 300 | 350 | 4,81 | 7,7 | 28,29 | 101,34 | 134,30 | 0,5 | 0,9 | 0,13 | - | 34,0 | 91 | 33,0 | 1,5 |
| 679 | каша перловая | 150 | 200 | 5,8 | 12,2 | 41,4 | 206 | 308 | - | - | - | - | - | - | - | - |
| 457 | гуляш | 80 | 100 | 13,9 | 6,5 | 4,0 | 220 | 245 | 0,01 | 3,3 | - | - | 7,5 | 80,0 | 12,5 | 1,7 |
| 648 | кисель | 200 | 200 | 0 | 0 | 7,2 | 99,80 | 99,80 | 0,3 | 15 | 0,25 | 1,75 | 29,5 | 0 | 1 | 0 |
|  | хлеб 2 сорт  **Итого:** | 50 | 50 | 8,8 | 1,7 | 29,34 | 108  **747,44** | 108  **908,0** | - | - | - | - | - | - | - | - |