

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
БОГУЧАНСКАЯ ШКОЛА № 1
ИМЕНИ КЛАВДИИ ИЛЬИНИЧНЫ БЕЗРУКИХ**

Тел. (39162) 2-21-64

663431, Красноярский край, с. Богучаны, ул. Октябрьская, д. 63

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ Богучанской школы № 1

Им. К.И. Безруких

Т.В. Демичева

2021г.



**Цикличное меню на 2021-2022 учебный год
от 6 до 10 лет**

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак 1	1. Каша жидкая молочная кукурузная 2. Хлеб с маслом и сыром 3. Какао на сгущенном молоке	200 30/10/30 200	5,8 2,3/0,1/7,02 3,5	6,9 0,3/8,3/9 3,4	34,3 11,5/0,1/0 22,3	222,3 57,9/74,9/109,1 133,40	54-1к-2020 54-1з-19з-2020 54-8гн-2020
Итого за завтрак 1			18,72	27,9	68,2	597,6	
Завтрак 2	1. Макароны изделия отварные 2. Котлета говяжья 3. Хлеб с маслом 4. Какао на сгущенном молоке	150 75 30/10 200	5,0 14,1 2,3/0,1 3,5	5,3 11,9 0,3/8,3 3,4	35 6,2 1,5/0,1 22,3	208 188 121,1 133,4	5-1г-2020 54-4м-2020 54-1з-2020 54-8гн-2020
Итого за завтрак 2			25	29,2	65,1	650,5	
Обед	1. Суп крестьянский с перловой крупой 2. Плов из отварной говядины 3. Хлеб в ассортименте 4. Чай с сахаром	200 200 60 200	2 15,5 4,6 0,2	4,9 13,2 0,6 0,0	1,7 40,3 22,9 6,4	98,9 341,9 115,7 26,4	54-10с-2020 54-11м-2020 54-2гн-2020
Итого за обед			22,3	18,7	81,3	582,9	
Итого за день			66,02	75,8	214,6	1831,1	
День 2							

Завтрак 1	1.Суп молочный рисовый	200	6,33	25,49	18,07	196,3	54-18к-2020
	2. Хлеб с маслом	30/10	2,3/0,1	0,3/8,3	11,5/0,1	57,9/74,9	54-1з-2020
	3. Чай с молоком	200	1,5	1,4	8,6	52,9	54-6гн-2020
	5. Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,50	
	Итого за завтрак 1			10,83	36,09	42,77	452,5
Завтрак 2	1.Гречка отварная	150	8,2	6,5	42,8	262,5	54-4г-2020
	2.Курица отварная	80	16,88	10,88	0,0	165	637
	3.Хлеб с маслом	30/10	2,3/0,1	0,3/8,3	11,5/0,1	57,9/74,9	54-1з-2020
	4.Чай с молоком	200	1,5	1,4	8,6	52,9	54-6гн-2020
	5.Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	
Итого за завтрак 2			29,58	27,98	77,7	683,7	
Обед	1.Суп картофельный с горохом	200	7,1	4,3	18,5	141,1	54-8с-2020
	2. Гречка отварная	150	8,2	6,5	42,8	262,2	54-4г-2020
	3. Гуляш из говядины	80	13,8	11,2	3,3	169	54-2м-2020
	4.Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,9	121,4	
	5. Компот из кураги	200	1,8	0,1	23,5	102,2	54-5хн-2020
Итого за обед			35,5	22,7	111	1931,7	
Итого за день			75,91	86,77	231,47	1420,16	
День 3							
Завтрак 1	1.Каша «Дружба»	200	4,9	6,9	24,6	179,9	54-16к-2020
	2.Хлеб с маслом	30/10	2,3/0,1	0,3/8,3	11,5/0,1	57,9/74,9	54-1з-2020
	3.Кофейный напиток	200	3,8	3,5	11,1	90,8	54-9гн-2020
	4. Груша	100	0,4	0,3	3	47	
Итого за завтрак 1			11,5	19,03	50,3	450,5	
Завтрак 2	1.Жаркое по-домашнему	200	20,4	15,8	20,3	306,3	54-16к-2020
	2.Хлеб с маслом и сыром	30/10/30	2,3/0,1/7,02	0,3/8,3/9	11,5/0,1/0	57,9/74,9/109,1	54-1з-19з-2020
	3.Кофейный напиток	200	3,8	3,5	11,1	90,8	54-9гн-2020
	4.Груша	100	0,4	0,3	3	47	

Итого за завтрак 2			27	37,2	46,3	686	
Обед	1. Суп с рыбными консервами	200	4,9	6,9	24,6	179,9	54-12с-2020
	2. Макароны изделия	150	5	5,3	35	208	54-1г-2020
	3. Шницель говяжий	75	14,1	11,9	6,2	188	54-7м-2020
	4. Соус сметанный	40	6,6	1,2	19,8	99	54-1соус-2020
	5. Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,9	115,7	
	6. Компот из сухофруктов	200	0,6	0,0	22,7	93,2	54-7хн-2020
Итого за обед			32,6	29,3	117	796,3	
Итого за день			71,1	85,8	213,6	1932,8	
День 4							
Завтрак	1. Сырники с повидлом	100/15	16,1/0,1	9/0,05	21,1/2,85	229,2/12,5	54-6т-2020
	2. Суп молочный рисовый	200	6,33	25,49	18,07	196,3	54-18к-2020
	3. Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,9	115,7	
	4. Чай с сахаром	200	0,2	0,0	0,1	121	54-1гн-2020
Итого за завтрак			27,33	35,14	65,02	674,7	
Обед	1. Щи из свежей капусты	200	1,7	4,9	5,8	73,6	54-1с-2020
	2. Рис отварной	150	3,6	5,2	38	213,2	54-6г-2020
	3. Котлеты рыбные	50	8,8	3,4	3,7	80,5	54-2р-2020
	4. Соус томатный	30	0,99	0,81	2,73	22,9	54-3соус-2020
	5. Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	14,4	115,7	
5. Кисель	200	0,4	0,6	22,9	60,1	54-12хн-2020	
Итого за обед			20,09	15,51	87,53	566	
Итого за день			47,42	50,65	152,55	1240,70	
День 5							
Завтрак 1	1. Каша овсяная вязкая молочная	200	8,5	12,6	43,3	320,6	54-9к-2020
	2. Хлеб с маслом и сыром	30/10/30	2,3/0,1/7,02	0,3/8,3/9	11,5/0,1/0	57,9/74,9/109,1	54-1з-19з-2020
	3. Чай с молоком	200	1,5	1,4	8,6	52,9	54-3г-2020
Итого за			19,42	31,6	63,5	615,40	

завтрак 1							
Завтрак 2	1.Макаронные изделия отварные	150	5,0	5,3	35	208	54-1г-2020
	2.Шницель из говядины	75	14,1	11,9	11,4	209	54-7м-2020
	3.Огурчики маринованные	50	0,4	0,05	0,85	6,5	
	4.Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,9	115,7	
	5.Чай с сахаром	200	0,2	0,00	6,4	26,4	54-2гн-2020
Итого за завтрак 2			6,3	17,85	76,55	565,6	
Обед	1.Рассольник Ленинградский	200	2	4,9	15,13	113,3	54-3с-2020
	2.Картофельное пюре	150	3,0	5,7	23,7	158,3	54-11г-2020
	3. Капуста тушеная с мясом	130	14,49	12,61	9,36	208,72	54-10м-2020
	4. Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,9	115,7	
	5.Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,4	26,4	54-2гн-2020
Итого за обед			24,29	23,81	77,66	622,42	
Итого за день			50,31	73,26	217,71	1803,42	
Неделя 2							
День 1							
Завтрак1	1.Каша вязкая молочная пшеничная с изюмом	210	6,58	6,9	23	180,43	54-19к-2020
	2.Хлеб с маслом	30/10	2,3/0,1	0,3/8,3	11,5/0,1	57,9/74,9	54-1з-2020
	3.Какао на сгущенном молоке	200	4,1	6,0	12,6	121,1	54-7гн-2020
Итого за завтрак 1			13,08	21,5	47,2	434,33	
Завтрак 2	1.Гречка	150	4,4	5,9	33,6	205,23	54-4г-2020
	2. Котлета говяжья	75	14,1	11,9	6,2	188	54-4м-2020
	3.Хлеб с маслом	30/10	2,3/0,1	0,3/8,3	11,5/0,1	57,9/74,9	54-1з-2020
	4.Какао на сгущенном молоке	200	4,1	6,0	12,6	121,1	54-7гн-2020
Итого за завтрак 2			25	32,4	64	647,13	
Обед	1.Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,6	1,9	21	111,20	54-7с-2020
	2.Гречка отварная	150	2,5	5,9	33,6	205,23	54-4г-2020
	3. Котлета говяжья	75	4,4	11,9	6,2	188	54-4м-2020
	4.Соус сметанный	40	14,1	1,2	19,8	99	54-1соус-2020

	5.Хлеб в ассортименте 6. Чай с лимоном	60 200/8	4,6 0,3	0,6 0,0	22,9 6,7	115,7 27,6	54-3гн-2020
Итого за обед			30,5	21,5	110,2	746,73	
Итого за день			68,58	75,4	221,4	1828,19	
День 2							
Завтрак 1	1.Суп молочный вермишелевый 2.Хлеб с маслом и сыром 3.Яйцо отварное 4.Чай с лимоном	200 30/10/30 40 200/8	8,6 2,3/0,1/7,02 4,78 0,3	11,5 0,3/8,3/9 4,05 0,00	45,2 11,5/0,1/0 0,25 6,7	318,5 57,9/74,9/109,1 56,6 27,6	54-7к-2020 54-1з-19з-2020 54-6о-2020 54-3гн-2020
Итого за завтрак 1			23,1	33,15	57,05	701,65	
Завтрак 2	1.Картофельное пюре 2.Курица отварная 3.Хлеб с маслом 4. Чай с лимоном 5. Бананы	150 80 30/10 200/8 150	3,0 16,88 2,3/0,1 0,3 2,2	5,7 10,88 0,3/8,3 0,0 0,8	23,7 0,0 11,5/0,1 6,7 0,06	158,3 165 57,9/74,9 27,6 144	54-11г-2020 637 54-1з-2020 54-3гн-2020
Итого за завтрак 2			24,78	25,98	42,06	627,7	
Обед	1.Борщ 2. Картофельное пюре 3.Курица отварная 4. Хлеб в ассортименте 5.Компот из чернослива	200 150 80 60 200	2 3,0 16,88 4,6 0,8	4,9 5,7 10,88 0,6 0,0	13,3 23,7 0,0 22,9 28,4	105 158,3 165 115,7 43,00	54-2с-2020 54-11г-2020 637 54-3хн-2020
Итого за обед			27,28	22,08	88,3	587,30	
Итого за день			75,16	81,21	187,41	1916,65	
День 3							
Завтрак 1	1.Суп молочный с гречневой крупой 2.Хлеб с маслом 3.Кофейный напиток	200 30/10 200	5,6 2,3/0,1 3,8	5,76 0,3/8,3 3,5	17,36 11,5/0,1 11,1	143,66 57,9/74,9 90,8	54-17к-2020 54-1з-2020 54-9гн-2020

Итого за завтрак 1			11,8	17,86	40,06	367,26	
Завтрак 2	1. Запеканка рисовая со сгущенным молоком 2. Хлеб с маслом 3. Яйцо отварное 4. Кофейный напиток	200/20 30/10 40 200	6,20 2,3/0,1 4,78 3,8	10,62 0,3/8,3 4,05 3,5	56,76 11,5/0,1 0,25 11,1	268,69 57,9/74,9 56,6 90,8	395 54-1з-2020 54-6о-2020 54-9гн-2020
Итого за завтрак 2			17,18	26,77	79,71	548,89	
Обед	1. Суп картофельный с фасолью 2. Макароны изделия 3. Гуляш из мяса 4. Хлеб в ассортименте 5. Кисель	200 150 80 60 200	7,0 5 4,6 0,4 200	4,4 5,3 11,2 0,6 0,1	16,8 35 3,3 22,9 14,4	135 208 169,4 115,7 60,1	54-9с-2020 54-1г-2020 54-2м-2020 54-12хн-2020
Итого за обед			30,8	21,6	92,4	688,20	
Итого за день			59,78	66,23	212,17	1604,35	
День 4							
Завтрак 1	1. Каша молочная пшеничная с изюмом 2. Хлеб с маслом и сыром 3. Чай с лимоном	210 30/10/30 200/8	8,9 2,3/0,1/7,02 0,3	10,6 0,3/8,3/9 0,0	46,5 11,5/0,1/0 6,7	316,4 57,9/74,9/109,1 27,6	54-15к-2020 54-1з-19з-2020 54-3гн-2020
Итого за завтрак 1			18,62	28,2	64,8	585,9	
Завтрак 2	1. Рис отварной 2. Рыба тушеная в томате с овощами 3. Хлеб 4. Чай с лимоном	150 70 30 200/8	3,6 9,7 2,3 0,3	5,2 5,0 0,3 0,0	38 4,5 11,5 6,7	213,2 102,0 57,9 27,6	54-6г-2020 54-10р-2020 54-3гн-2020
Обед	1. Суп с мясными фрикадельками 2. Рис отварной 3. Рыба тушеная в томате с овощами 4. Хлеб в ассортименте 5. Компот из сухофруктов	200 150 70 60 200	8,7 3,6 9,7 4,6 0,5	3,4 5,2 5,0 0,6 0,0	16,5 38 4,5 22,9 11,1	131,1 213,2 102 115,7 46,1	54-5с-2020 54-6г-2020 54-10р-2020 54-7хн-2020
Итого за обед			27,1	14,3	93	608,1	
Итого за день			61,62	53	218,5	1612,7	

День 5							
Завтрак	1. Запеканка из творога	200	32,3	21,6	30	443,3	54-1т-2020
	2. Хлеб с маслом и повидлом	30/10/15	2,3/0,1/0,05	0,3/8,3/0	11,5/0,1/9,75	57,9/74,9/37,5	54-1з-2020
	3. Какао на сгущенном молоке	200	4,1	6,0	12,6	121,1	54-7гн-2020
Итого за завтрак			38,85	36,2	63,95	734,7	
Обед	1. Суп картофельный склецками	200	4,6	3,2	13	99	64-6с-2020
	2. Картофельное пюре	150	8,2	6,5	42,8	262,2	54-1г-2020
	3. Биточки из говядины	75	14,1	11,9	6,2	188	54-6м-2020
	4. Соус сметанный	30	0,6	3,4	1,3	38,1	54-1соус-2020
	5. Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,9	115,7	
	6. Компот из кураги	200	1,8	0,0	28,5	121,4	54-5хн-2020
Итого за обед			33,9	25,6	114,7	824,4	
Итого за день			72,75	61,8	178,65	1559,10	
Среднее значение за период			648,65	710	2048,06	17260,71	

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
БОГУЧАНСКАЯ ШКОЛА № 1
ИМЕНИ КЛАВДИИ ИЛЬНИЧНЫ БЕЗРУКИХ**

Тел.(39162) 2-21-64

663431, Красноярский край, с. Богучаны, ул. Октябрьская, д.63

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ Богучанской школы № 1

Им. К.И. Безруких

Т.В. Демичева

Богучанская
школа №1
Им. К.И. Безруких

2021г.

Цикличное меню на 2021-2022 учебный год

от 11 до 18 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак	1. Плов из отварной говядины	250	19,38	16,5	50,38	123,63	54-11м-2020
	2. Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,9	115,7	
	3. Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,4	26,4	54-8гн-2020
Итого за завтрак			24,18	17,1	79,68	265,73	
Обед	1.Суп крестьянский с перловой крупой	250	2,5	6,12	14,62	123,63	54-10с-2020
	2. Плов из отварной говядины	250	19,38	16,5	50,38	427,38	54-11м-2020
	3. Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,9	115,7	
	4. Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,4	26,4	54-8гн-2020
Итого за обед			48,98	23,22	94,3	693,11	
Итого за день			73,16	40,32	173,98	958,84	
День 2							
Завтрак	1.Гречка отварная	200	10,93	8,66	57,07	349,6	54-4гк-2020
	2.Гуляш из говядины	80	13,8	11,2	3,3	169	54-2м-2020
	2. Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,9	121,4	
	3. Компот из кураги	200	1,8	0,1	23,5	102,2	54-5хн-2020
Итого за завтрак			31,18	20,56	106,77	742,20	
Обед	1.Суп картофельный с горохом	250	8,87	5,37	23,13	176,38	54-8с-2020

	2. Гречка отварная	200	10,93	8,66	57,07	349,6	54-4г-2020
	3. Гуляш из говядины	80	13,8	11,2	3,3	169	54-2м-2020
	4.Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,9	121,4	
	5. Компот из кураги	200	1,8	0,1	23,5	102,2	54-5хн-2020
Итого за обед			40	25,93	129,9	918,58	
Итого за день			71,18	46,49	236,67	1660,78	
День 3							
Завтрак	1.Макаронные изделия	150	5	5,3	35	208	54-1г-2020
	2. Шницель говяжий	75	14,1	11,9	6,2	188	54-7м-2020
	3. Соус сметанный	30	6,6	1,2	19,8	99	54-1соус-2020
	2. Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,9	115,7	
	3. Компот из сухофруктов	200	0,6	0,0	22,7	93,2	54-1хн-2020
Итого за завтрак			30,9	19	106,6	703,9	
Обед	1.Суп с рыбными консервами	250	2,13	6,13	13	115,5	54-12с-2020
	2.Макаронные изделия	150	5	5,3	35	208	54-1г-2020
	3.Шницель говяжий	75	14,1	11,9	6,2	188	54-7м-2020
	4.Соус сметанный	40	6,6	1,2	19,8	99	54-1соус-2020
	5.Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,9	115,7	
	6. Компот из сухофруктов	200	0,6	0,0	22,7	93,2	54-7хн-2020
Итого за обед			33,03	25,13	119,60	819,40	
Итого за день			63,93	44,13	226,20	1523,3	
День 4							
Завтрак	1. Рис отварной	150	3,6	5,2	38	213,2	54-6г-2020
	2. Котлеты рыбные	75	13,2	5,1	5,55	80,5	54-2р-2020
	3. Соус томатный	30	0,99	0,81	2,73	22,9	54-3соус-2020
	3.Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	14,4	115,7	
	4. Кисель	200	0,6	0,6	22,9	60,1	54-12хн-2020
Итого за завтрак			18,99	12,31	83,58	492,40	

Обед	1.Щи из свежей капусты	250	2,13	6,13	7,25	92	54-1с-2020
	2.Рис отварной	150	3,6	5,2	38	213,2	54-6г-2020
	3.Котлеты рыбные	75	13,2	5,1	5,55	80,5	54-2р-2020
	4. Соус томатный	30	0,99	0,81	2,73	22,9	54-3соус-2020
	5.Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	14,4	115,7	
	5.Кисель	200	0,4	0,6	22,9	60,1	54-12хн-2020
Итого за обед			24,92	18,44	90,83	584,4	
Итого за день			43,82	30,75	174,41	1076,80	
День 5							
Завтрак	1.Картофельное пюре	150	3,0	5,7	23,7	158,3	54-11г-2020
	2. Капуста тушеная с мясом	130	14,49	12,61	9,36	208,72	54-10м-2020
	2. Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,9	115,7	
	3. Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,4	26,4	54-2гн-2020
Итого за завтрак			22,29	18,91	62,36	509,12	
Обед	1.Рассольник Ленинградский	250	2,5	6,13	19,13	141,63	54-3с-2020
	2.Картофельное пюре	150	3,0	5,7	23,7	158,3	54-11г-2020
	3. Капуста тушеная с мясом	130	14,49	12,61	9,36	208,72	54-10м-2020
	4. Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,9	115,7	
	5.Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,4	26,4	54-2гн-2020
Итого за обед			24,79	25,04	81,49	650,75	
Итого за день			47,08	43,95	143,85	1159,87	
Неделя 2							
День 1							
Завтрак	1.Гречка отварная	200	3,33	7,86	44,8	273,64	54-4г-2020
	2. Котлета говяжья	75	4,4	11,9	6,2	188	54-4м-2020
	3. Соус сметанный	40	14,1	1,2	19,8	99	54-1соус-2020
	4. Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,9	115,7	
	5. Чай с лимоном	200/8	0,3	0,0	6,7	27,6	54-3гн-2020
Итого за завтрак			26,73	21,56	99,6	703,94	
Обед	1.Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,75	2,37	26,25	139	54-7с-2020

	2.Гречка отварная	200	3,33	7,86	44,8	273,64	54-4г-2020
	3. Котлета говяжья	75	4,4	11,9	6,2	188	54-4м-2020
	4.Соус сметанный	40	14,1	1,2	19,8	99	54-1соус-2020
	5.Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,9	115,7	
	6. Чай с лимоном	200/8	0,3	0,0	6,7	27,6	54-3гн-2020
Итого за обед			32,48	23,93	126,65	842,94	
Итого за день			59,21	59,21	226,25	1546,88	
День 2							
Завтрак	1. Картофельное пюре	150	3,0	5,7	23,7	158,3	54-11г-2020
	2.Курица отварная	100	21,1	13,6	0,0	206,25	637
	3. Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,9	115,7	
	4.Компот из чернослива	200	0,8	0,0	28,4	43,00	54-3хн-2020
Итого за завтрак			25,25	36,03	75,05	724,23	
Обед	1.Борщ	250	2,5	6,13	16,63	131,25	54-2с-2020
	2. Картофельное пюре	150	3,0	5,7	23,7	158,3	54-11г-2020
	3.Курица отварная	100	21,1	13,6	0,0	206,25	637
	4. Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,9	115,7	
	5.Компот из чернослива	200	0,8	0,0	28,4	43,00	54-3хн-2020
Итого за обед			32	26,03	91,63	746,13	
Итого за день			57,25	62,06	166,68	1470,36	
День 3							
Завтрак	1.Макаронные изделия	200	18,4	7,06	46,6	277,33	54-1г-2020
	2.Гуляш из мяса	80	4,6	11,2	3,3	169,4	54-2м-2020
	3.Хлеб в ассортименте	60	0,4	0,6	22,9	115,7	
	4.Кисель	200		0,1	14,4	60,1	54-12хн-2020
Итого за завтрак			23,4	18,96	87,2	622,53	
Обед	1.Суп картофельный с фасолью	250	8,75	5,5	21	168,75	54-9с-2020
	2.Макаронные изделия	200	18,4	7,06	46,6	277,33	54-1г-2020
	3.Гуляш из мяса	80	4,6	11,2	3,3	169,4	54-2м-2020
	4.Хлеб в ассортименте	60	0,4	0,6	22,9	115,7	
	5.Кисель	200		0,1	14,4	60,1	54-12хн-2020

Итого за обед			32,15	24,46	108,20	791,28	
Итого за день			55,55	43,42	195,4	1413,81	
День 4							
Завтрак	1. Рис отварной	200	4,8	6,93	50,66	284,26	54-6г-2020
	2. Рыба тушеная в томате с овощами	70	9,7	5,0	4,5	102	54-10р-2020
	3. Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,9	115,7	
	4.Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	11,1	46,1	54-7хн-2020
Итого за завтрак			19,6	12,53	89,16	548,06	
Обед	1.Суп с мясными фрикадельками	250	10,87	4,25	20,63	163,87	54-5с-2020
	2.Рис отварной	200	4,8	6,93	50,66	284,26	54-6г-2020
	3. Рыба тушеная в томате с овощами	70	9,7	5,0	4,5	102	54-10р-2020
	4. Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,9	115,7	
	5.Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	11,1	46,1	54-7хн-2020
Итого за обед			30,47	16,78	109,79	711,93	
Итого за день			50,07	29,31	198,95	1259,99	
День 5							
Завтрак	1 Картофельное пюре	200	10,93	8,66	57,06	349,6	54-1г-2020
	2.Биточки из говядины	75	14,1	11,9	6,2	188	54-6м-2020
	3.Соус сметанный	30	0,6	3,4	1,3	38,1	54-1соус-2020
	4.Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,9	115,7	
	5.Компот из кураги	200	1,8	0,0	28,5	121,4	54-5хн-2020
Итого за завтрак			32,03	24,56	115,96	812,80	
Обед	1.Суп картофельный с клецками	250	5,75	4	16,25	123,75	64-6с-2020
	2.Картофельное пюре	200	10,93	8,66	57,06	349,6	54-1г-2020
	3.Биточки из говядины	75	14,1	11,9	6,2	188	54-6м-2020
	4.Соус сметанный	30	0,6	3,4	1,3	38,1	54-1соус-2020
	5.Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	22,9	115,7	
	6.Компот из кураги	200	1,8	0,0	28,5	121,4	54-5хн-2020
Итого за обед			37,78	28,56	132,21	936,55	
Итого за день			69,81	53,12	248,17	1749,35	

Среднее значение за период			590,06	452,76	1990,56	13820,04	
----------------------------	--	--	--------	--------	---------	----------	--