

Согласовано  
Директор ГБОУ



Утверждаю  
Генеральный директор  
ООО "ТК Северная Столица"  
Левин Д.А.  
г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 260,90 руб. (завтрак - 104,40 руб., обед - 156,50 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

| Наименование                                               | Выход,<br>г | Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов) | № рецептуры или технологической карты | Белки   | Жиры    | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал. | Витамины (мг)  |        |       |      | Минеральные вещества (мг) |        |        |       |
|------------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------|---------|----------|--------------------------------|----------------|--------|-------|------|---------------------------|--------|--------|-------|
|                                                            |             |                                                               |                                       | Всего г | Всего г | Всего г  |                                | В <sub>1</sub> | С      | А     | Е    | Са                        | Р      | Mg     | Fe    |
| 1 день                                                     |             |                                                               |                                       |         |         |          |                                |                |        |       |      |                           |        |        |       |
| Завтрак                                                    |             |                                                               |                                       |         |         |          |                                |                |        |       |      |                           |        |        |       |
| Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным              | 200/5       | 2008                                                          | 184                                   | 8,20    | 6,82    | 33,92    | 230,00                         | 0,17           | 1,32   | 0,050 | 0,26 | 142,96                    | 228,63 | 70,10  | 2,64  |
| Бутерброд с повидлом                                       | 30/5/20     | 2008                                                          | 2                                     | 1,69    | 3,63    | 29,28    | 156,50                         | 0,05           | 0,48   | 0,040 | 0,60 | 9,90                      | 30,65  | 11,70  | 0,69  |
| Чай с молоком и сахаром                                    | 200         | 2021                                                          | 54-4гн                                | 1,60    | 1,40    | 8,60     | 53,50                          | 0,01           | 0,30   | 0,007 | 0,00 | 57,30                     | 46,30  | 9,90   | 0,80  |
| Батон обогащенный микронутрентами                          | 30          | 1                                                             | Реестр ТК                             | 1,65    | 0,57    | 13,10    | 64,35                          | 0,03           | 0,00   | 0,003 | 0,36 | 5,70                      | 19,50  | 3,90   | 0,36  |
| Мандарин свежий                                            | 100         | 2                                                             | Реестр ТК                             | 0,81    | 0,31    | 11,54    | 52,00                          | 0,06           | 26,70  | 0,000 | 0,20 | 37,00                     | 20,00  | 12,00  | 0,15  |
| Итого за прием пищи:                                       | 590         |                                                               |                                       | 13,95   | 12,73   | 96,44    | 556,35                         | 0,32           | 28,80  | 0,100 | 1,42 | 252,86                    | 345,08 | 107,60 | 4,64  |
| Обед                                                       |             |                                                               |                                       |         |         |          |                                |                |        |       |      |                           |        |        |       |
| Помидор свежий (кусочком)                                  | 80          | 2021                                                          | 54-3з                                 | 0,66    | 0,12    | 2,28     | 12,84                          | 0,04           | 15,00  | 0,008 | 0,42 | 8,40                      | 15,60  | 12,00  | 0,54  |
| Суп картофельный с макаронными изделиями, курой и сметаной | 200/10/5    | 2008                                                          | 100                                   | 3,65    | 3,35    | 19,10    | 121,15                         | 0,08           | 6,40   | 0,155 | 0,25 | 23,60                     | 65,57  | 22,25  | 1,07  |
| Жаркое по-домашнему из свинины                             | 250         | 2017                                                          | 259                                   | 17,40   | 20,70   | 20,51    | 337,94                         | 0,04           | 0,00   | 0,060 | 2,20 | 10,00                     | 154,00 | 20,00  | 2,00  |
| Сок фруктовый мультифрукт                                  | 200         | 2008                                                          | 442                                   | 0,00    | 0,00    | 22,00    | 88,00                          | 0,04           | 50,00  | 0,008 | 0,20 | 16,00                     | 292,00 | 20,00  | 0,54  |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                           | 45          | 3                                                             | Реестр ТК                             | 1,78    | 0,50    | 20,70    | 94,40                          | 0,05           | 0,00   | 0,000 | 0,40 | 7,74                      | 47,70  | 11,25  | 1,40  |
| Батон обогащенный микронутрентами                          | 30          | 1                                                             | Реестр ТК                             | 1,65    | 0,57    | 13,10    | 64,35                          | 0,03           | 0,00   | 0,003 | 0,36 | 5,70                      | 19,50  | 3,90   | 0,36  |
| Итого за прием пищи:                                       | 820         |                                                               |                                       | 25,14   | 25,24   | 97,69    | 718,68                         | 0,28           | 71,40  | 0,234 | 3,83 | 71,44                     | 594,37 | 89,40  | 5,91  |
| Всего за день:                                             | 1410        |                                                               |                                       | 39,09   | 37,97   | 194,13   | 1275,03                        | 0,60           | 100,20 | 0,334 | 5,25 | 324,30                    | 939,45 | 197,00 | 10,55 |

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 260,90 руб. (завтрак - 104,40 руб., обед - 156,50 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

| Наименование                                                                         | Выход,<br>г | Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов) | № рецептуры или технологической карты | Белки      | Жиры       | Углеводы   | Энергетическая ценность, ккал. | Витамины (мг)  |       |       |       | Минеральные вещества (мг) |         |        |       |
|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------|------------|------------|------------|--------------------------------|----------------|-------|-------|-------|---------------------------|---------|--------|-------|
|                                                                                      |             |                                                               |                                       | Всего<br>г | Всего<br>г | Всего<br>г |                                | В <sub>1</sub> | С     | А     | Е     | Са                        | Р       | Mg     | Fe    |
| 2 день                                                                               |             |                                                               |                                       |            |            |            |                                |                |       |       |       |                           |         |        |       |
| Завтрак                                                                              |             |                                                               |                                       |            |            |            |                                |                |       |       |       |                           |         |        |       |
| Омлет натуральный                                                                    | 170         | 2008                                                          | 214                                   | 15,40      | 16,05      | 19,09      | 282,41                         | 0,09           | 0,00  | 0,377 | 4,01  | 128,59                    | 281,35  | 21,62  | 3,15  |
| Бутерброд с сыром                                                                    | 30/10       | 2008                                                          | 3                                     | 4,54       | 3,17       | 14,64      | 105,25                         | 0,04           | 0,11  | 0,028 | 0,31  | 154,60                    | 134,40  | 14,10  | 0,52  |
| Кофейный напиток с молоком                                                           | 200         | 2021                                                          | 54-23гн                               | 3,80       | 3,50       | 15,68      | 109,40                         | 0,00           | 0,65  | 0,016 | 0,00  | 138,75                    | 133,75  | 38,38  | 1,38  |
| Яблоко свежее                                                                        | 150         | 4                                                             | Реестр ТК                             | 0,47       | 0,47       | 12,54      | 56,40                          | 0,04           | 12,00 | 0,000 | 0,48  | 19,20                     | 13,20   | 10,80  | 2,64  |
| Итого за прием пищи:                                                                 | 560         |                                                               |                                       | 24,21      | 23,19      | 61,95      | 553,46                         | 0,18           | 12,76 | 0,421 | 4,80  | 441,14                    | 562,70  | 84,90  | 7,69  |
| Обед                                                                                 |             |                                                               |                                       |            |            |            |                                |                |       |       |       |                           |         |        |       |
| Винегрет с растительным маслом (до 01.03 с репчатым луком, с 01.03. с луком зеленым) | 80          | 2021                                                          | 54-16з                                | 1,00       | 7,10       | 5,40       | 89,50                          | 0,02           | 3,01  | 0,200 | 3,62  | 16,00                     | 29,00   | 13,00  | 0,60  |
| Суп картофельный с рыбой                                                             | 200/20      | 2008                                                          | 98                                    | 4,24       | 2,75       | 15,97      | 105,25                         | 0,10           | 12,98 | 0,156 | 1,53  | 24,16                     | 89,62   | 24,43  | 0,91  |
| Котлета рубленая из птицы с соусом молочным                                          | 120         | 2008                                                          | 314/366                               | 19,00      | 15,44      | 18,32      | 288,00                         | 0,10           | 16,00 | 0,140 | 3,64  | 94,00                     | 191,60  | 41,60  | 2,12  |
| Рис отварной с овощами                                                               | 150         | 2016                                                          | 334                                   | 3,00       | 4,30       | 27,13      | 159,25                         | 0,04           | 0,78  | 0,000 | 0,20  | 11,31                     | 72,02   | 25,35  | 0,58  |
| Компот из сухофруктов                                                                | 200         | 2021                                                          | 54-1хн                                | 0,50       | 0,00       | 19,80      | 81,00                          | 0,00           | 0,00  | 0,015 | 0,05  | 50,00                     | 4,00    | 2,00   | 0,10  |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                                                     | 45          | 3                                                             | Реестр ТК                             | 1,78       | 0,50       | 20,70      | 94,40                          | 0,05           | 0,00  | 0,000 | 0,40  | 7,74                      | 47,70   | 11,25  | 1,40  |
| Батон обогащенный микронутриентами                                                   | 30          | 1                                                             | Реестр ТК                             | 1,65       | 0,57       | 13,10      | 64,35                          | 0,03           | 0,00  | 0,003 | 0,36  | 5,70                      | 19,50   | 3,90   | 0,36  |
| Итого за прием пищи:                                                                 | 845         |                                                               |                                       | 31,17      | 30,66      | 120,42     | 881,75                         | 0,34           | 32,77 | 0,514 | 9,80  | 208,91                    | 453,44  | 121,53 | 6,07  |
| Всего за день:                                                                       | 1405        |                                                               |                                       | 55,38      | 53,85      | 182,37     | 1435,21                        | 0,52           | 45,53 | 0,935 | 14,60 | 650,05                    | 1016,14 | 206,43 | 13,76 |

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 260,90 руб. (завтрак - 104,40 руб., обед - 156,50 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

| Наименование                                                                     | Выход,<br>г | Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов) | № рецептуры или технологической карты | Белки   | Жиры    | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал. | Витамины (мг)  |       |       |      | Минеральные вещества (мг) |         |        |       |
|----------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------|---------|----------|--------------------------------|----------------|-------|-------|------|---------------------------|---------|--------|-------|
|                                                                                  |             |                                                               |                                       | Всего г | Всего г | Всего г  |                                | В <sub>1</sub> | С     | А     | Е    | Са                        | Р       | Mg     | Fe    |
| 3 день                                                                           |             |                                                               |                                       |         |         |          |                                |                |       |       |      |                           |         |        |       |
| Завтрак                                                                          |             |                                                               |                                       |         |         |          |                                |                |       |       |      |                           |         |        |       |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком                                        | 160         | 2008                                                          | 224                                   | 16,60   | 13,70   | 35,70    | 332,00                         | 0,09           | 0,20  | 0,009 | 0,79 | 276,70                    | 343,30  | 40,40  | 1,16  |
| Бутерброд с маслом                                                               | 30/5        | 2008                                                          | 1                                     | 2,40    | 4,43    | 14,60    | 107,90                         | 0,05           | 0,00  | 0,033 | 0,44 | 7,50                      | 27,05   | 9,90   | 0,61  |
| Чай с сахаром и лимоном                                                          | 200/5       | 2021                                                          | 54-Згн                                | 0,30    | 0,00    | 6,70     | 27,90                          | 0,00           | 1,16  | 0,000 | 0,01 | 6,90                      | 8,50    | 4,60   | 0,80  |
| Йогурт питьевой фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5% | 210         | 5                                                             | Реестр ТК                             | 2,52    | 5,25    | 11,70    | 104,10                         | 0,02           | 2,88  | 0,023 | 0,00 | 196,20                    | 100,80  | 6,00   | 0,18  |
| Итого за прием пищи:                                                             | 610         |                                                               |                                       | 21,82   | 23,38   | 68,70    | 571,90                         | 0,16           | 4,24  | 0,065 | 1,24 | 487,30                    | 479,65  | 60,90  | 2,75  |
| Обед                                                                             |             |                                                               |                                       |         |         |          |                                |                |       |       |      |                           |         |        |       |
| Салат "Столичный"                                                                | 80          | 2018                                                          | 74                                    | 6,08    | 8,50    | 10,12    | 141,30                         | 0,06           | 2,18  | 0,152 | 2,26 | 17,29                     | 124,26  | 39,95  | 1,00  |
| Рассольник "Ленинградский" с говядиной и сметаной                                | 200/10/5    | 2008                                                          | 91                                    | 4,57    | 4,84    | 13,40    | 115,16                         | 0,08           | 7,98  | 0,210 | 0,25 | 20,86                     | 72,75   | 22,58  | 1,05  |
| Котлета рыбная с соусом томатным                                                 | 100         | 2008                                                          | 239/364                               | 9,88    | 10,64   | 18,91    | 210,80                         | 0,09           | 0,20  | 0,072 | 4,16 | 47,40                     | 165,40  | 18,80  | 1,48  |
| Картофельное пюре                                                                | 150         | 2008                                                          | 335                                   | 3,10    | 5,30    | 20,30    | 141,00                         | 0,14           | 5,00  | 0,040 | 0,20 | 47,00                     | 85,00   | 29,00  | 1,10  |
| Сок фруктовый яблочный                                                           | 200         | 2008                                                          | 442                                   | 0,20    | 0,26    | 22,30    | 92,00                          | 0,02           | 4,00  | 0,000 | 0,20 | 14,00                     | 14,00   | 8,00   | 2,80  |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                                                 | 45          | 3                                                             | Реестр ТК                             | 1,78    | 0,50    | 20,70    | 94,40                          | 0,05           | 0,00  | 0,000 | 0,40 | 7,74                      | 47,70   | 11,25  | 1,40  |
| Батон обогащенный микронутриентами                                               | 30          | 1                                                             | Реестр ТК                             | 1,65    | 0,57    | 13,10    | 64,35                          | 0,03           | 0,00  | 0,003 | 0,36 | 5,70                      | 19,50   | 3,90   | 0,36  |
| Итого за прием пищи:                                                             | 820         |                                                               |                                       | 27,26   | 30,61   | 118,83   | 859,01                         | 0,47           | 19,36 | 0,477 | 7,83 | 159,99                    | 528,61  | 133,48 | 9,19  |
| Всего за день:                                                                   | 1430        |                                                               |                                       | 49,08   | 53,99   | 187,53   | 1430,91                        | 0,63           | 23,60 | 0,542 | 9,07 | 647,29                    | 1008,26 | 194,38 | 11,94 |

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 260,90 руб. (завтрак - 104,40 руб., обед - 156,50 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

| Наименование                                    | Выход,<br>г | технологическая и нормативная документация (сборник рецептов) | № рецептуры или технологической карты | Белки      | Жиры       | Углеводы   | Энергетическая ценность, ккал. | Витамины (мг)  |       |       |       | Минеральные вещества (мг) |        |        |       |
|-------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------|------------|------------|------------|--------------------------------|----------------|-------|-------|-------|---------------------------|--------|--------|-------|
|                                                 |             |                                                               |                                       | Всего<br>г | Всего<br>г | Всего<br>г |                                | В <sub>1</sub> | С     | А     | Е     | Са                        | Р      | Mg     | Fe    |
| 4 день                                          |             |                                                               |                                       |            |            |            |                                |                |       |       |       |                           |        |        |       |
| Завтрак                                         |             |                                                               |                                       |            |            |            |                                |                |       |       |       |                           |        |        |       |
| Плов из птицы                                   | 150         | 2017                                                          | 291                                   | 12,51      | 6,71       | 27,34      | 219,80                         | 0,11           | 4,90  | 0,020 | 0,41  | 27,07                     | 142,00 | 40,45  | 1,40  |
| Бутерброд с повидлом                            | 30/5/20     | 2008                                                          | 2                                     | 1,69       | 3,63       | 29,28      | 156,50                         | 0,05           | 0,48  | 0,040 | 0,60  | 9,90                      | 30,65  | 11,70  | 0,69  |
| Какао с молоком                                 | 200         | 2021                                                          | 54-21гн                               | 4,50       | 4,35       | 12,50      | 107,20                         | 0,04           | 0,68  | 0,017 | 1,10  | 143,00                    | 130,00 | 34,30  | 1,10  |
| Груша свежая                                    | 200         | 6                                                             | Реестр ТК                             | 0,80       | 0,60       | 20,60      | 94,00                          | 0,04           | 10,00 | 0,000 | 0,80  | 38,00                     | 32,00  | 24,00  | 4,60  |
| Итого за прием пищи:                            | 605         |                                                               |                                       | 19,50      | 15,29      | 89,72      | 577,50                         | 0,24           | 16,06 | 0,077 | 2,91  | 217,97                    | 334,65 | 110,45 | 7,79  |
| Обед                                            |             |                                                               |                                       |            |            |            |                                |                |       |       |       |                           |        |        |       |
| Огурец свежий (кусочком)                        | 80          | 2021                                                          | 54-2з                                 | 0,45       | 0,08       | 1,50       | 8,47                           | 0,02           | 6,00  | 0,006 | 4,08  | 13,80                     | 25,20  | 8,40   | 0,36  |
| Борщ с капустой, картофелем, со сметаной        | 200/5       | 2008                                                          | 76                                    | 2,43       | 3,95       | 9,46       | 83,60                          | 0,06           | 8,78  | 0,165 | 0,13  | 38,80                     | 49,45  | 20,45  | 1,03  |
| Шницель рубленный из говядины с соусом томатным | 120         | 2008                                                          | 272/364                               | 15,24      | 16,40      | 13,88      | 264,80                         | 0,08           | 0,40  | 0,036 | 3,64  | 13,20                     | 168,00 | 25,60  | 2,08  |
| Рагу овощное (3-й вариант)                      | 150         | 2008                                                          | 351                                   | 4,20       | 8,20       | 15,70      | 153,60                         | 0,70           | 13,20 | 0,900 | 0,50  | 52,80                     | 105,60 | 31,20  | 1,32  |
| Кисель из кураги                                | 200         | 2008                                                          | 406                                   | 0,70       | 0,10       | 37,00      | 151,00                         | 0,02           | 0,00  | 0,000 | 1,10  | 28,00                     | 24,00  | 15,00  | 0,40  |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                | 45          | 3                                                             | Реестр ТК                             | 1,78       | 0,50       | 20,70      | 94,40                          | 0,05           | 0,00  | 0,000 | 0,40  | 7,74                      | 47,70  | 11,25  | 1,40  |
| Батон обогащенный микронутриентами              | 30          | 1                                                             | Реестр ТК                             | 1,65       | 0,57       | 13,10      | 64,35                          | 0,03           | 0,00  | 0,003 | 0,36  | 5,70                      | 19,50  | 3,90   | 0,36  |
| Итого за прием пищи:                            | 830         |                                                               |                                       | 26,45      | 29,80      | 111,34     | 820,22                         | 0,96           | 28,38 | 1,110 | 10,21 | 160,04                    | 439,45 | 115,80 | 6,95  |
| Всего за день:                                  | 1435        |                                                               |                                       | 45,95      | 45,09      | 201,06     | 1397,72                        | 1,20           | 44,44 | 1,187 | 13,12 | 378,01                    | 774,10 | 226,25 | 14,74 |

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 260,90 руб. (завтрак - 104,40 руб., обед - 156,50 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

| Наименование                                                                     | Выход,<br>г | технологическая и нормативная документация (сборник рецептов) | № рецептуры или технологической карты | Белки   | Жиры    | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал. | Витамины (мг)  |        |       |       | Минеральные вещества (мг) |        |        |       |
|----------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------|---------|----------|--------------------------------|----------------|--------|-------|-------|---------------------------|--------|--------|-------|
|                                                                                  |             |                                                               |                                       | Всего г | Всего г | Всего г  |                                | В <sub>1</sub> | С      | А     | Е     | Са                        | Р      | Mg     | Fe    |
| 5 день                                                                           |             |                                                               |                                       |         |         |          |                                |                |        |       |       |                           |        |        |       |
| Завтрак                                                                          |             |                                                               |                                       |         |         |          |                                |                |        |       |       |                           |        |        |       |
| Макароны запеченные с сыром                                                      | 160         | 2008                                                          | 211                                   | 8,73    | 10,50   | 36,30    | 274,60                         | 0,69           | 0,00   | 0,140 | 1,10  | 127,40                    | 113,50 | 10,38  | 0,98  |
| Зефир витаминизированный в инд. упаковке                                         | 35          | 7                                                             | Реестр ТК                             | 0,03    | 0,03    | 27,90    | 112,00                         | 0,07           | 0,00   | 0,050 | 0,54  | 8,75                      | 4,20   | 2,10   | 0,49  |
| Чай с сахаром                                                                    | 200         | 2021                                                          | 54-2гн                                | 0,20    | 0,00    | 6,50     | 26,80                          | 0,00           | 0,00   | 0,000 | 0,00  | 5,00                      | 8,00   | 4,00   | 1,00  |
| Йогурт питьевой фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5% | 210         | 5                                                             | Реестр ТК                             | 2,52    | 5,25    | 11,70    | 104,10                         | 0,02           | 2,88   | 0,023 | 0,00  | 196,20                    | 100,80 | 6,00   | 0,18  |
| Итого за прием пищи:                                                             | 605         |                                                               |                                       | 11,48   | 15,78   | 82,40    | 517,50                         | 0,78           | 2,88   | 0,213 | 1,64  | 337,35                    | 226,50 | 22,48  | 2,65  |
| Обед                                                                             |             |                                                               |                                       |         |         |          |                                |                |        |       |       |                           |        |        |       |
| Салат из квашеной капусты (до 01.03. с репчатым луком, с 01.03. с луком зеленым) | 80          | 2008                                                          | 40                                    | 1,28    | 4,08    | 6,16     | 66,50                          | 0,02           | 21,60  | 0,024 | 1,84  | 39,20                     | 22,40  | 12,00  | 0,56  |
| Суп овощной со сметаной и гречками                                               | 200/5/15    | 2008                                                          | 95                                    | 4,16    | 4,18    | 20,11    | 134,60                         | 0,09           | 8,80   | 0,150 | 0,62  | 32,90                     | 60,45  | 21,05  | 0,94  |
| Запеканка картофельная с мясом                                                   | 250         | 2008                                                          | 299                                   | 17,60   | 25,20   | 40,80    | 460,40                         | 0,28           | 24,00  | 0,040 | 6,20  | 36,00                     | 262,00 | 70,00  | 4,00  |
| Сок фруктовый мультифрукт                                                        | 200         | 2008                                                          | 442                                   | 0,00    | 0,00    | 22,00    | 88,00                          | 0,04           | 50,00  | 0,008 | 0,20  | 16,00                     | 292,00 | 20,00  | 0,54  |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                                                 | 45          | 3                                                             | Реестр ТК                             | 1,78    | 0,50    | 20,70    | 94,40                          | 0,05           | 0,00   | 0,000 | 0,40  | 7,74                      | 47,70  | 11,25  | 1,40  |
| Батон обогащенный микронутриентами                                               | 30          | 1                                                             | Реестр ТК                             | 1,65    | 0,57    | 13,10    | 64,35                          | 0,03           | 0,00   | 0,003 | 0,36  | 5,70                      | 19,50  | 3,90   | 0,36  |
| Итого за прием пищи:                                                             | 825         |                                                               |                                       | 26,47   | 34,53   | 122,87   | 908,25                         | 0,51           | 104,40 | 0,225 | 9,62  | 137,54                    | 704,05 | 138,20 | 7,80  |
| Всего за день:                                                                   | 1430        |                                                               |                                       | 37,95   | 50,31   | 205,27   | 1425,75                        | 1,29           | 107,28 | 0,438 | 11,26 | 474,89                    | 930,55 | 160,68 | 10,45 |

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 260,90 руб. (завтрак - 104,40 руб., обед - 156,50 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

| Наименование                             | Выход,<br>г | Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов) | № рецептуры или технологической карты | Белки      | Жиры       | Углеводы   | Энергетическая ценность, ккал. | Витамины (мг)  |       |       |      | Минеральные вещества (мг) |        |        |       |
|------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------|------------|------------|------------|--------------------------------|----------------|-------|-------|------|---------------------------|--------|--------|-------|
|                                          |             |                                                               |                                       | Всего<br>г | Всего<br>г | Всего<br>г |                                | В <sub>1</sub> | С     | А     | Е    | Ca                        | P      | Mg     | Fe    |
| 7 день                                   |             |                                                               |                                       |            |            |            |                                |                |       |       |      |                           |        |        |       |
| Завтрак                                  |             |                                                               |                                       |            |            |            |                                |                |       |       |      |                           |        |        |       |
| Каша пшенная молочная с маслом сливочным | 200/5       | 2008                                                          | 184                                   | 8,51       | 5,24       | 42,86      | 253,00                         | 0,19           | 1,25  | 0,060 | 0,20 | 133,61                    | 204,22 | 56,76  | 1,52  |
| Бутерброд с маслом                       | 30/5        | 2008                                                          | 1                                     | 2,40       | 4,43       | 14,60      | 107,90                         | 0,05           | 0,00  | 0,033 | 0,44 | 7,50                      | 27,05  | 9,90   | 0,61  |
| Какао с молоком                          | 200         | 2021                                                          | 54-21гн                               | 4,50       | 4,35       | 12,50      | 107,20                         | 0,04           | 0,68  | 0,017 | 1,10 | 143,00                    | 130,00 | 34,30  | 1,10  |
| Груша свежая                             | 200         | 6                                                             | Реестр ТК                             | 0,80       | 0,60       | 20,60      | 94,00                          | 0,04           | 10,00 | 0,000 | 0,80 | 38,00                     | 32,00  | 24,00  | 4,60  |
| Итого за прием пищи:                     | 640         |                                                               |                                       | 16,21      | 14,62      | 90,56      | 562,10                         | 0,32           | 11,93 | 0,110 | 2,54 | 322,11                    | 393,27 | 124,96 | 7,83  |
| Обед                                     |             |                                                               |                                       |            |            |            |                                |                |       |       |      |                           |        |        |       |
| Помидор свежий (кусочком)                | 80          | 2021                                                          | 54-3з                                 | 0,66       | 0,12       | 2,28       | 12,84                          | 0,04           | 15,00 | 0,008 | 0,42 | 8,40                      | 15,60  | 12,00  | 0,54  |
| Суп картофельный с горохом, с гренками   | 200/15      | 2008                                                          | 99                                    | 6,77       | 3,75       | 26,73      | 168,30                         | 0,16           | 4,80  | 0,170 | 0,69 | 44,50                     | 112,70 | 33,40  | 1,82  |
| Биточки по-белорусски                    | 100         | 2008                                                          | 289                                   | 21,00      | 22,40      | 1,20       | 290,00                         | 0,06           | 0,00  | 0,020 | 3,20 | 18,00                     | 206,00 | 24,00  | 4,00  |
| Капуста тушеная (свежая)                 | 150         | 2008                                                          | 346                                   | 3,80       | 4,30       | 9,80       | 93,00                          | 0,04           | 27,00 | 0,110 | 0,30 | 90,00                     | 59,00  | 29,00  | 1,20  |
| Компот из сухофруктов                    | 200         | 2021                                                          | 54-1хн                                | 0,50       | 0,00       | 19,80      | 81,00                          | 0,00           | 0,00  | 0,015 | 0,05 | 50,00                     | 4,00   | 2,00   | 0,10  |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный         | 45          | 3                                                             | Реестр ТК                             | 1,78       | 0,50       | 20,70      | 94,40                          | 0,05           | 0,00  | 0,000 | 0,40 | 7,74                      | 47,70  | 11,25  | 1,40  |
| Батон обогащенный микронутриентами       | 30          | 1                                                             | Реестр ТК                             | 1,65       | 0,57       | 13,10      | 64,35                          | 0,03           | 0,00  | 0,003 | 0,36 | 5,70                      | 19,50  | 3,90   | 0,36  |
| Итого за прием пищи:                     | 820         |                                                               |                                       | 36,16      | 31,64      | 93,61      | 803,89                         | 0,38           | 46,80 | 0,326 | 5,42 | 224,34                    | 464,50 | 115,55 | 9,42  |
| Всего за день:                           | 1460        |                                                               |                                       | 52,37      | 46,26      | 184,17     | 1365,99                        | 0,70           | 58,73 | 0,436 | 7,96 | 546,45                    | 857,77 | 240,51 | 17,25 |

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 260,90 руб. (завтрак - 104,40 руб., обед - 156,50 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

| Наименование                                                 | Выход,<br>г | Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов) | № рецептуры или технологической карты | Белки      | Жиры       | Углеводы   | Энергетическая ценность, ккал. | Витамины (мг)  |        |       |      | Минеральные вещества (мг) |         |        |       |
|--------------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------|------------|------------|------------|--------------------------------|----------------|--------|-------|------|---------------------------|---------|--------|-------|
|                                                              |             |                                                               |                                       | Всего<br>г | Всего<br>г | Всего<br>г |                                | В <sub>1</sub> | С      | А     | Е    | Са                        | Р       | Mg     | Fe    |
| 8 день                                                       |             |                                                               |                                       |            |            |            |                                |                |        |       |      |                           |         |        |       |
| Завтрак                                                      |             |                                                               |                                       |            |            |            |                                |                |        |       |      |                           |         |        |       |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком                    | 160         | 2008                                                          | 224                                   | 16,60      | 13,70      | 35,70      | 332,00                         | 0,09           | 0,20   | 0,009 | 0,79 | 276,70                    | 343,30  | 40,40  | 1,16  |
| Бутерброд с сыром                                            | 30/10       | 2008                                                          | 3                                     | 4,54       | 3,17       | 14,64      | 105,25                         | 0,04           | 0,11   | 0,028 | 0,31 | 154,60                    | 134,40  | 14,10  | 0,52  |
| Кофейный напиток с молоком                                   | 200         | 2021                                                          | 54-23гн                               | 3,80       | 3,50       | 15,68      | 109,40                         | 0,00           | 0,65   | 0,016 | 0,00 | 138,75                    | 133,75  | 38,38  | 1,38  |
| Апельсин свежий                                              | 160         | 8                                                             | Реестр ТК                             | 1,44       | 0,32       | 12,96      | 68,80                          | 0,06           | 96,00  | 0,000 | 0,32 | 54,40                     | 36,80   | 20,80  | 0,48  |
| Итого за прием пищи:                                         | 560         |                                                               |                                       | 26,38      | 20,69      | 78,98      | 615,45                         | 0,19           | 96,96  | 0,053 | 1,42 | 624,45                    | 648,25  | 113,68 | 3,54  |
| Обед                                                         |             |                                                               |                                       |            |            |            |                                |                |        |       |      |                           |         |        |       |
| Салат "Свеколка"                                             | 80          | 2008                                                          | 50                                    | 6,40       | 8,08       | 12,16      | 147,20                         | 0,02           | 5,60   | 0,024 | 3,84 | 38,40                     | 44,80   | 22,40  | 1,52  |
| Суп картофельный с макаронными изделиями, курицей и сметаной | 200/100/5   | 2008                                                          | 100                                   | 3,65       | 3,35       | 19,10      | 121,15                         | 0,08           | 6,40   | 0,155 | 0,25 | 23,60                     | 65,57   | 22,25  | 1,07  |
| Тефтели рыбные                                               | 100         | 2021                                                          | 54-12р                                | 14,10      | 2,60       | 8,60       | 114,30                         | 0,07           | 0,32   | 0,022 | 1,68 | 25,00                     | 168,00  | 24,00  | 0,70  |
| Рагу овощное (3-й вариант)                                   | 150         | 2008                                                          | 351                                   | 4,20       | 8,20       | 15,70      | 153,60                         | 0,70           | 13,20  | 0,900 | 0,50 | 52,80                     | 105,60  | 31,20  | 1,32  |
| Сок фруктовый яблочный                                       | 200         | 2008                                                          | 442                                   | 0,20       | 0,26       | 22,30      | 92,00                          | 0,02           | 4,00   | 0,000 | 0,20 | 14,00                     | 14,00   | 8,00   | 2,80  |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                             | 45          | 3                                                             | Реестр ТК                             | 1,78       | 0,50       | 20,70      | 94,40                          | 0,05           | 0,00   | 0,000 | 0,40 | 7,74                      | 47,70   | 11,25  | 1,40  |
| Батон обогащенный микронутриентами                           | 30          | 1                                                             | Реестр ТК                             | 1,65       | 0,57       | 13,10      | 64,35                          | 0,03           | 0,00   | 0,003 | 0,36 | 5,70                      | 19,50   | 3,90   | 0,36  |
| Итого за прием пищи:                                         | 820         |                                                               |                                       | 31,98      | 23,56      | 111,66     | 787,00                         | 0,97           | 29,52  | 1,104 | 7,23 | 167,24                    | 465,17  | 123,00 | 9,17  |
| Всего за день:                                               | 1380        |                                                               |                                       | 58,36      | 44,25      | 190,64     | 1402,45                        | 1,17           | 126,48 | 1,157 | 8,65 | 791,69                    | 1113,42 | 236,68 | 12,71 |

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 260,90 руб. (завтрак - 104,40 руб., обед - 156,50 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

| Наименование                                                                     | Выход,<br>г | технологическая и нормативная документация (сборник рецептов) | № рецептуры или технологической карты | Белки   | Жиры    | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал. | Витамины (мг)  |       |       |      | Минеральные вещества (мг) |        |        |       |
|----------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------|---------|----------|--------------------------------|----------------|-------|-------|------|---------------------------|--------|--------|-------|
|                                                                                  |             |                                                               |                                       | Всего г | Всего г | Всего г  |                                | В <sub>1</sub> | С     | А     | Е    | Ca                        | P      | Mg     | Fe    |
| 9 день                                                                           |             |                                                               |                                       |         |         |          |                                |                |       |       |      |                           |        |        |       |
| Завтрак                                                                          |             |                                                               |                                       |         |         |          |                                |                |       |       |      |                           |        |        |       |
| Омлет натуральный                                                                | 170         | 2008                                                          | 214                                   | 15,40   | 16,05   | 19,09    | 282,41                         | 0,09           | 0,00  | 0,377 | 4,01 | 128,59                    | 281,35 | 21,62  | 3,15  |
| Зефир витаминизированный в инд. упаковке                                         | 35          | 7                                                             | Реестр ТК                             | 0,03    | 0,03    | 27,90    | 112,00                         | 0,07           | 0,00  | 0,050 | 0,54 | 8,75                      | 4,20   | 2,10   | 0,49  |
| Чай с сахаром и лимоном                                                          | 200/5       | 2021                                                          | 54-3гн                                | 0,30    | 0,00    | 6,70     | 27,90                          | 0,00           | 1,16  | 0,000 | 0,01 | 6,90                      | 8,50   | 4,60   | 0,80  |
| Батон обогащенный микронутриентами                                               | 30          | 1                                                             | Реестр ТК                             | 1,65    | 0,57    | 13,10    | 64,35                          | 0,03           | 0,00  | 0,003 | 0,36 | 5,70                      | 19,50  | 3,90   | 0,36  |
| Йогурт питьевой фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5% | 210         | 5                                                             | Реестр ТК                             | 2,52    | 5,25    | 11,70    | 104,10                         | 0,02           | 2,88  | 0,023 | 0,00 | 196,20                    | 100,80 | 6,00   | 0,18  |
| Итого за прием пищи:                                                             | 650         |                                                               |                                       | 19,90   | 21,90   | 78,49    | 590,76                         | 0,21           | 4,04  | 0,453 | 4,92 | 346,14                    | 414,35 | 38,22  | 4,98  |
| Обед                                                                             |             |                                                               |                                       |         |         |          |                                |                |       |       |      |                           |        |        |       |
| Салат "Столичный"                                                                | 80          | 2018                                                          | 74                                    | 6,08    | 8,50    | 10,12    | 141,30                         | 0,06           | 2,18  | 0,152 | 2,26 | 17,29                     | 124,26 | 39,95  | 1,00  |
| Суп овощной со сметаной и гречками                                               | 200/3715    | 2008                                                          | 95                                    | 4,16    | 4,18    | 20,11    | 134,60                         | 0,09           | 8,80  | 0,150 | 0,62 | 32,90                     | 60,45  | 21,05  | 0,94  |
| Голубцы ленивые                                                                  | 247         | 2016                                                          | 315,00                                | 19,11   | 13,75   | 29,19    | 317,55                         | 0,21           | 26,70 | 0,050 | 0,87 | 89,75                     | 242,62 | 61,40  | 2,30  |
| Компот из свежих яблок                                                           | 200         | 2008                                                          | 394                                   | 0,20    | 0,20    | 27,90    | 114,00                         | 0,01           | 2,00  | 0,000 | 0,20 | 7,00                      | 4,00   | 4,00   | 1,00  |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                                                 | 45          | 3                                                             | Реестр ТК                             | 1,78    | 0,50    | 20,70    | 94,40                          | 0,05           | 0,00  | 0,000 | 0,40 | 7,74                      | 47,70  | 11,25  | 1,40  |
| Батон обогащенный микронутриентами                                               | 30          | 1                                                             | Реестр ТК                             | 1,65    | 0,57    | 13,10    | 64,35                          | 0,03           | 0,00  | 0,003 | 0,36 | 5,70                      | 19,50  | 3,90   | 0,36  |
| Итого за прием пищи:                                                             | 822         |                                                               |                                       | 32,98   | 27,70   | 121,12   | 866,20                         | 0,45           | 39,68 | 0,355 | 4,71 | 160,38                    | 498,53 | 141,55 | 7,00  |
| Всего за день:                                                                   | 1472        |                                                               |                                       | 52,88   | 49,60   | 199,61   | 1456,96                        | 0,66           | 43,72 | 0,808 | 9,64 | 506,52                    | 912,88 | 179,77 | 11,98 |

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 260,90 руб. (завтрак - 104,40 руб., обед - 156,50 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

| Наименование                                            | Выход,<br>г | технологическая и нормативная документация (сборник рецептов) | № рецептуры или технологической карты | Белки      | Жиры       | Углеводы   | Энергетическая ценность, ккал. | Витамины (мг)  |       |       |       | Минеральные вещества (мг) |        |        |       |
|---------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------|------------|------------|------------|--------------------------------|----------------|-------|-------|-------|---------------------------|--------|--------|-------|
|                                                         |             |                                                               |                                       | Всего<br>г | Всего<br>г | Всего<br>г |                                | В <sub>1</sub> | С     | А     | Е     | Ca                        | P      | Mg     | Fe    |
| 10 день                                                 |             |                                                               |                                       |            |            |            |                                |                |       |       |       |                           |        |        |       |
| Завтрак                                                 |             |                                                               |                                       |            |            |            |                                |                |       |       |       |                           |        |        |       |
| Макароны запеченные с сыром                             | 160         | 2008                                                          | 211                                   | 8,73       | 10,50      | 36,30      | 274,60                         | 0,69           | 0,00  | 0,140 | 1,10  | 127,40                    | 113,50 | 10,38  | 0,98  |
| Бутерброд с повидлом                                    | 30/5/20     | 2008                                                          | 2                                     | 1,69       | 3,63       | 29,28      | 156,50                         | 0,05           | 0,48  | 0,040 | 0,60  | 9,90                      | 30,65  | 11,70  | 0,69  |
| Чай с молоком и сахаром                                 | 200         | 2021                                                          | 54-4гн                                | 1,60       | 1,40       | 8,60       | 53,50                          | 0,01           | 0,30  | 0,007 | 0,00  | 57,30                     | 46,30  | 9,90   | 0,80  |
| Яблоко свежее                                           | 150         | 4                                                             | Реестр ТК                             | 0,47       | 0,47       | 12,54      | 56,40                          | 0,04           | 12,00 | 0,000 | 0,48  | 19,20                     | 13,20  | 10,80  | 2,64  |
| Итого за прием пищи:                                    | 565         |                                                               |                                       | 12,49      | 16,00      | 86,72      | 541,00                         | 0,79           | 12,78 | 0,187 | 2,18  | 213,80                    | 203,65 | 42,78  | 5,11  |
| Обед                                                    |             |                                                               |                                       |            |            |            |                                |                |       |       |       |                           |        |        |       |
| Огурец свежий (кусочком)                                | 80          | 2021                                                          | 54-2з                                 | 0,45       | 0,08       | 1,50       | 8,47                           | 0,02           | 6,00  | 0,006 | 4,08  | 13,80                     | 25,20  | 8,40   | 0,36  |
| Птица из свежей капусты с картофелем, курица и сметаной | 200/100/5   | 2008                                                          | 84                                    | 4,65       | 5,70       | 6,48       | 95,80                          | 0,06           | 19,40 | 0,180 | 0,40  | 40,20                     | 58,40  | 20,40  | 0,80  |
| Тефтели из говядины с соусом томатным                   | 100/50      | 2008                                                          | 285/365                               | 12,90      | 15,10      | 19,10      | 264,00                         | 0,05           | 3,00  | 0,150 | 2,30  | 14,00                     | 154,00 | 25,00  | 2,20  |
| Каша гречневая рассыпчатая                              | 150         | 2008                                                          | 323                                   | 3,60       | 4,60       | 37,70      | 206,00                         | 0,03           | 0,00  | 0,030 | 0,30  | 11,00                     | 78,00  | 26,00  | 0,60  |
| Кисель из кураги                                        | 200         | 2008                                                          | 406                                   | 0,70       | 0,10       | 37,00      | 151,00                         | 0,02           | 0,00  | 0,000 | 1,10  | 28,00                     | 24,00  | 15,00  | 0,40  |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                        | 45          | 3                                                             | Реестр ТК                             | 1,78       | 0,50       | 20,70      | 94,40                          | 0,05           | 0,00  | 0,000 | 0,40  | 7,74                      | 47,70  | 11,25  | 1,40  |
| Батон обогащенный микронутриентами                      | 30          | 1                                                             | Реестр ТК                             | 1,65       | 0,57       | 13,10      | 64,35                          | 0,03           | 0,00  | 0,003 | 0,36  | 5,70                      | 19,50  | 3,90   | 0,36  |
| Итого за прием пищи:                                    | 870         |                                                               |                                       | 25,73      | 26,65      | 135,58     | 884,02                         | 0,26           | 28,40 | 0,369 | 8,94  | 120,44                    | 406,80 | 109,95 | 6,12  |
| Всего за день:                                          | 1435        |                                                               |                                       | 38,22      | 42,65      | 222,30     | 1425,02                        | 1,04           | 41,18 | 0,556 | 11,12 | 334,24                    | 610,45 | 152,73 | 11,23 |

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 260,90 руб. (завтрак - 104,40 руб., обед - 156,50 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

| Наименование                                                                     | Выход,<br>г | технологическая и нормативная документация (сборник рецептов) | № рецептуры или технологической карты | Белки   | Жиры    | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал. | Витамины (мг)  |       |       |      | Минеральные вещества (мг) |         |        |      |
|----------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------|---------|----------|--------------------------------|----------------|-------|-------|------|---------------------------|---------|--------|------|
|                                                                                  |             |                                                               |                                       | Всего г | Всего г | Всего г  |                                | В <sub>1</sub> | С     | А     | Е    | Ca                        | P       | Mg     | Fe   |
| 11 день                                                                          |             |                                                               |                                       |         |         |          |                                |                |       |       |      |                           |         |        |      |
| Завтрак                                                                          |             |                                                               |                                       |         |         |          |                                |                |       |       |      |                           |         |        |      |
| Пудинг из творога с соусом молочным (сладким)                                    | 170         | 2008                                                          | 225                                   | 20,28   | 15,34   | 32,90    | 351,00                         | 0,09           | 0,00  | 0,140 | 0,78 | 193,70                    | 265,20  | 33,80  | 1,56 |
| Бутерброд с сыром                                                                | 30/10       | 2008                                                          | 3                                     | 4,54    | 3,17    | 14,64    | 105,25                         | 0,04           | 0,11  | 0,028 | 0,31 | 154,60                    | 134,40  | 14,10  | 0,52 |
| Кофейный напиток с молоком                                                       | 200         | 2021                                                          | 54-23гн                               | 3,80    | 3,50    | 15,68    | 109,40                         | 0,00           | 0,65  | 0,016 | 0,00 | 138,75                    | 133,75  | 38,38  | 1,38 |
| Йогурт питьевой фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5% | 210         | 5                                                             | Реестр ТК                             | 2,52    | 5,25    | 11,70    | 104,10                         | 0,02           | 2,88  | 0,023 | 0,00 | 196,20                    | 100,80  | 6,00   | 0,18 |
| Итого за прием пищи:                                                             | 620         |                                                               |                                       | 31,14   | 27,26   | 74,92    | 669,75                         | 0,15           | 3,64  | 0,207 | 1,09 | 683,25                    | 634,15  | 92,28  | 3,64 |
| Обед                                                                             |             |                                                               |                                       |         |         |          |                                |                |       |       |      |                           |         |        |      |
| Салат из квашеной капусты (до 01.03. с репчатым луком, с 01.03. с луком зеленым) | 80          | 2008                                                          | 40                                    | 1,28    | 4,08    | 6,16     | 66,50                          | 0,02           | 21,60 | 0,024 | 1,84 | 39,20                     | 22,40   | 12,00  | 0,56 |
| Борщ с капустой, картофелем, со сметаной                                         | 200/5       | 2008                                                          | 76                                    | 2,43    | 3,95    | 9,46     | 83,60                          | 0,06           | 8,78  | 0,165 | 0,13 | 38,80                     | 49,45   | 20,45  | 1,03 |
| Рыба запеченная                                                                  | 100         | 2008                                                          | 233                                   | 12,20   | 10,80   | 17,40    | 216,00                         | 0,00           | 0,00  | 0,080 | 3,20 | 22,00                     | 174,00  | 8,00   | 0,60 |
| Картофельное пюре                                                                | 150         | 2008                                                          | 335                                   | 3,10    | 5,30    | 20,30    | 141,00                         | 0,14           | 5,00  | 0,040 | 0,20 | 47,00                     | 85,00   | 29,00  | 1,10 |
| Сок фруктовый мультифрукт                                                        | 200         | 2008                                                          | 442                                   | 0,00    | 0,00    | 22,00    | 88,00                          | 0,04           | 50,00 | 0,008 | 0,20 | 16,00                     | 292,00  | 20,00  | 0,54 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                                                 | 45          | 3                                                             | Реестр ТК                             | 1,78    | 0,50    | 20,70    | 94,40                          | 0,05           | 0,00  | 0,000 | 0,40 | 7,74                      | 47,70   | 11,25  | 1,40 |
| Батон обогащенный микронутриентами                                               | 30          | 1                                                             | Реестр ТК                             | 1,65    | 0,57    | 13,10    | 64,35                          | 0,03           | 0,00  | 0,003 | 0,36 | 5,70                      | 19,50   | 3,90   | 0,36 |
| Итого за прием пищи:                                                             | 810         |                                                               |                                       | 22,44   | 25,20   | 109,12   | 753,85                         | 0,34           | 85,38 | 0,320 | 6,33 | 176,44                    | 690,05  | 104,60 | 5,59 |
| Всего за день:                                                                   | 1430        |                                                               |                                       | 53,58   | 52,46   | 184,04   | 1423,60                        | 0,49           | 89,02 | 0,527 | 7,42 | 859,69                    | 1324,20 | 196,88 | 9,23 |