

Директор МУП "Школьное питание" г.о. Жигулевск

С.А.Кустова

Примерное циклическое меню 1-4 классов для организации питания обучающихся с целиакией 2-х разовое питание (сезон: весенний 2023 г.)

Директор ГБОУ СОШ №

| № рецептуры | Наименование блюда                   | Выход, г    | Химический состав |         |             |          |
|-------------|--------------------------------------|-------------|-------------------|---------|-------------|----------|
|             |                                      |             | белки, г          | жиры, г | углеводы, г | ЭП, ккал |
|             | 1 день                               |             |                   |         |             |          |
|             | Завтрак                              |             |                   |         |             |          |
| 49          | Витаминный с кукурузой               | 60          | 1,82              | 4,22    | 12,16       | 94,25    |
| ПР/331      | Тефтели из индейки с соусом          | 65/30       | 8,88              | 4,65    | 20,49       | 119,59   |
| 302         | Каша гречневая рассыпчая             | 160         | 7,90              | 6,69    | 40,81       | 259,18   |
| 377         | Чай фруктовый с черноплодной рябиной | 200         | 0,10              | 0,03    | 10,01       | 40,66    |
| ПР          | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые    | 15          | 1,20              | 0,50    | 8,90        | 45,00    |
|             | Итого:                               | 530         | 19,90             | 16,09   | 92,37       | 558,68   |
|             | Обед                                 |             |                   |         |             |          |
| 93          | Щи по-уральски на бульоне изцыплят   | 200/15/10/1 | 6,28              | 9,30    | 25,90       | 150,66   |
| 293/330     | Цыплята порциями с соусом сметанным  | 60/30       | 16,40             | 18,64   | 11,95       | 241,67   |
| 305/136     | Рис с овощами                        | 150         | 3,55              | 11,68   | 43,82       | 255,18   |
| 389         | Сок фруктовый (в ассортименте)       | 200         | 0,20              | 0,26    | 22,60       | 92,00    |
| ПР          | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые    | 15          | 1,20              | 0,50    | 8,90        | 45,00    |
|             | Итого:                               | 681         | 27,63             | 40,38   | 113,17      | 784,51   |
|             | Всего:                               | 1211        | 47,53             | 56,47   | 205,54      | 1343,19  |
|             | 2 день                               |             |                   |         |             |          |
|             | Завтрак                              |             |                   |         |             |          |
| 174         | Каша вязкая молочная рисовая         | 150/10      | 4,54              | 10,98   | 42,52       | 247,65   |
| ПР/ПР       | Сырники творожные со сгущ. молоком   | 45/20       | 9,49              | 8,02    | 24,79       | 169,57   |
| 378         | Чай с молоком                        | 200         | 1,59              | 1,64    | 12,38       | 70,96    |
| ПР          | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые    | 15          | 1,20              | 0,50    | 8,90        | 45,00    |
|             | Итого:                               | 440         | 16,82             | 21,14   | 88,59       | 533,18   |
|             | Обед                                 |             |                   |         |             |          |
| 102         | Суп картофельный с бобовыми (горох)  | 200/15/1    | 8,82              | 7,95    | 15,53       | 169,33   |
| 256         | Мясо тушеное (свинина)               | 40/50       | 12,41             | 8,82    | 2,55        | 186,86   |
| 312/321     | Картофельное пюре/ Капуста тушеная   | 130/20      | 3,31              | 5,47    | 21,26       | 148,11   |
| 377         | Чай фруктовый (с/м смородина)        | 200         | 0,16              | 0,05    | 10,45       | 43,30    |
| ПР          | Десерт фруктовый(яблоко)             | 100         | 0,40              | 0,40    | 9,80        | 47,00    |
| ПР          | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые    | 15          | 1,20              | 0,50    | 8,90        | 45,00    |
|             | Итого:                               | 771         | 26,30             | 23,19   | 68,49       | 639,60   |
|             | Всего:                               | 1211        | 43,12             | 44,33   | 157,08      | 1172,78  |
|             | 3 день                               |             |                   |         |             |          |
|             | Завтрак                              |             |                   |         |             |          |
| 24          | Салат из помидоров и огурцов         | 60          | 0,59              | 3,69    | 12,21       | 45,17    |
| 271/331     | Котлеты домашние с соусом            | 60/30       | 10,08             | 7,11    | 28,43       | 138,27   |
| 302         | Каша гречневая рассыпчатая           | 150         | 9,02              | 6,69    | 40,81       | 259,18   |
| 646         | Напиток лимонный                     | 200         | 0,14              | 0,02    | 10,46       | 45,34    |
| ПР          | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые    | 15          | 1,20              | 0,50    | 8,90        | 45,00    |
|             | Итого:                               | 515         | 21,03             | 18,01   | 100,81      | 532,96   |
|             | Обед                                 |             |                   |         |             |          |
| 183         | Борщ "Украинский" со сметаной        | 200/15/10/1 | 9,23              | 13,02   | 36,53       | 229,86   |
| 289         | Рагу из цыплят                       | 50/160      | 15,51             | 18,53   | 30,74       | 312,80   |
| 389         | Сок фруктовый (в ассортименте)       | 200         | 0,20              | 0,26    | 22,60       | 92,00    |
| ПР          | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые    | 15          | 1,20              | 0,50    | 8,90        | 45,00    |
|             | Итого:                               | 651         | 26,14             | 32,31   | 98,77       | 679,66   |
|             | Всего:                               | 1166        | 47,17             | 50,32   | 199,58      | 1 212,62 |
|             | 4 день                               |             |                   |         |             |          |
|             | Завтрак                              |             |                   |         |             |          |
| 260         | Гуляш из говядины                    | 30/60       | 12,76             | 9,21    | 2,85        | 145,62   |
| 200         | Пюре из гороха и картофеля           | 150         | 10,41             | 7,71    | 27,27       | 220,48   |
| ПР          | Десерт фруктовый(яблоко)             | 100         | 0,40              | 0,40    | 9,80        | 47,00    |
| 377         | Чай фруктовый (вишня)                | 200         | 0,10              | 0,03    | 10,01       | 40,66    |
| ПР          | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые    | 15          | 1,20              | 0,50    | 8,90        | 45,00    |
|             | Итого:                               | 555         | 24,87             | 17,85   | 58,83       | 498,76   |
|             | Обед                                 |             |                   |         |             |          |
| 49          | Витаминный с горошком                | 60          | 0,95              | 3,66    | 5,74        | 56,45    |
| 101         | Суп картофельный с рисом из цыплят   | 200/15/1    | 5,82              | 5,82    | 14,06       | 132,23   |
| 298/331     | Куриные шарики с сыром с соусом      | 60/30       | 11,39             | 15,04   | 9,00        | 217,98   |
| 304         | Рис отварной                         | 150         | 3,81              | 6,11    | 40,01       | 230,31   |

|                |                                      |             |              |              |               |                 |
|----------------|--------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| 349            | Компот из смеси сухофруктов          | 200         | 0,00         | 0,00         | 19,98         | 79,87           |
| ПР             | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые    | 15          | 1,20         | 0,50         | 8,90          | 45,00           |
|                | <b>Итого:</b>                        | <b>731</b>  | <b>23,17</b> | <b>31,13</b> | <b>97,69</b>  | <b>761,84</b>   |
|                | <b>Всего:</b>                        | <b>1286</b> | <b>48,04</b> | <b>48,98</b> | <b>156,52</b> | <b>1 260,60</b> |
|                | <b>5 день</b>                        |             |              |              |               |                 |
|                | <b>Завтрак</b>                       |             |              |              |               |                 |
| 50             | Салат из свеклы с сыром              | 60          | 2,84         | 5,70         | 4,37          | 80,59           |
| 291            | Плов из цыплят                       | 50/150      | 16,85        | 22,00        | 41,19         | 430,77          |
| 376            | Чай с сахаром                        | 200         | 0,10         | 0,03         | 10,01         | 40,66           |
| ПР             | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые    | 15          | 1,20         | 0,50         | 8,90          | 45,00           |
|                | <b>Итого:</b>                        | <b>500</b>  | <b>20,99</b> | <b>28,23</b> | <b>64,47</b>  | <b>597,02</b>   |
|                | <b>Обед</b>                          |             |              |              |               |                 |
| 106            | Суп картофельный с рыб. консервами   | 200/1       | 1,75         | 2,31         | 14,06         | 128,03          |
| 14 (2002) /331 | Голубцы с мясом и рисом (ленивые)    | 70/30       | 7,40         | 5,48         | 26,97         | 107,50          |
| 312            | Картофельное пюре                    | 150         | 3,28         | 5,60         | 22,06         | 152,24          |
| 646            | Напиток лимонный                     | 200         | 0,14         | 0,02         | 10,46         | 45,34           |
| ПР             | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые    | 15          | 1,20         | 0,50         | 8,90          | 45,00           |
|                | <b>Итого:</b>                        | <b>666</b>  | <b>13,77</b> | <b>13,91</b> | <b>82,45</b>  | <b>478,11</b>   |
|                | <b>Всего:</b>                        | <b>1166</b> | <b>34,76</b> | <b>42,14</b> | <b>146,92</b> | <b>1 075,13</b> |
|                | <b>6 день</b>                        |             |              |              |               |                 |
|                | <b>Завтрак</b>                       |             |              |              |               |                 |
| 18             | Салат зеленый с огурцом              | 60          | 0,70         | 3,65         | 4,98          | 55,82           |
| 260            | Гуляш из свинины                     | 40/50       | 12,46        | 8,83         | 2,85          | 140,73          |
| 304            | Рис отварной                         | 150         | 3,81         | 5,11         | 23,11         | 230,31          |
| 342            | Напиток из ягод вишни                | 200         | 0,00         | 0,00         | 23,97         | 95,83           |
| ПР             | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые    | 15          | 1,20         | 0,50         | 8,90          | 45,00           |
|                | <b>Итого:</b>                        | <b>515</b>  | <b>18,17</b> | <b>18,09</b> | <b>63,81</b>  | <b>567,69</b>   |
|                | <b>Обед</b>                          |             |              |              |               |                 |
| 95             | Рассольник домашний на бульоне       | 200/15/10/1 | 6,99         | 11,45        | 12,45         | 219,23          |
| ПР/331         | Тефтели из индейки с соусом          | 65/30       | 8,88         | 4,65         | 20,49         | 119,59          |
| 302            | Каша гречневая рассыпчатая           | 150         | 9,02         | 6,69         | 40,81         | 259,18          |
| 377            | Чай фруктовый с черноплодной рябиной | 200         | 0,10         | 0,03         | 10,01         | 40,66           |
| ПР             | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые    | 15          | 1,20         | 0,50         | 8,90          | 45,00           |
|                | <b>Итого:</b>                        | <b>686</b>  | <b>26,19</b> | <b>23,32</b> | <b>92,66</b>  | <b>683,66</b>   |
|                | <b>Всего:</b>                        | <b>1201</b> | <b>44,36</b> | <b>41,41</b> | <b>156,47</b> | <b>1 251,35</b> |
|                | <b>7 день</b>                        |             |              |              |               |                 |
|                | <b>Завтрак</b>                       |             |              |              |               |                 |
| 173            | Каша вязкая молочная геркулесовая    | 160/10      | 6,24         | 12,45        | 26,43         | 229,43          |
| 378            | Чай с молоком                        | 200         | 1,59         | 1,64         | 12,38         | 70,96           |
| ПР             | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые    | 15          | 1,20         | 0,50         | 8,90          | 45,00           |
|                | <b>Итого:</b>                        | <b>385</b>  | <b>9,03</b>  | <b>14,59</b> | <b>47,71</b>  | <b>345,39</b>   |
|                | <b>Обед</b>                          |             |              |              |               |                 |
| 98             | Суп крестьянский с пшеном из цыплят  | 200/15/1    | 7,21         | 11,22        | 11,39         | 213,56          |
| 98.06/331      | Котлета мясо-рыбная "Веста" с соусом | 60/30       | 5,23         | 4,11         | 8,87          | 93,80           |
| 312            | Картофельное пюре                    | 150         | 3,28         | 5,60         | 22,06         | 152,24          |
| ПР             | Десерт фруктовый(яблоко)             | 100         | 0,40         | 0,40         | 9,80          | 47,00           |
| 389            | Сок фруктовый (в ассортименте)       | 200         | 0,20         | 0,26         | 22,60         | 92,00           |
| ПР             | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые    | 15          | 1,20         | 0,50         | 8,90          | 45,00           |
|                | <b>Итого:</b>                        | <b>771</b>  | <b>17,52</b> | <b>22,09</b> | <b>83,62</b>  | <b>643,60</b>   |
|                | <b>Всего:</b>                        | <b>1156</b> | <b>26,55</b> | <b>36,68</b> | <b>131,33</b> | <b>988,99</b>   |
|                | <b>8 день</b>                        |             |              |              |               |                 |
|                | <b>Завтрак</b>                       |             |              |              |               |                 |
| 62             | Салат из моркови с чесноком          | 60          | 0,73         | 3,05         | 4,25          | 47,26           |
| 258            | Мясо духовое                         | 45/160      | 16,25        | 12,43        | 21,06         | 297,10          |
| 377            | Чай с лимоном                        | 200         | 0,16         | 0,03         | 10,22         | 43,04           |
| ПР             | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые    | 15          | 1,20         | 0,50         | 8,90          | 45,00           |
|                | <b>Итого:</b>                        | <b>480</b>  | <b>18,34</b> | <b>16,01</b> | <b>44,43</b>  | <b>432,40</b>   |
|                | <b>Обед</b>                          |             |              |              |               |                 |
| 103/2011       | Суп картоф. с мак.изд. и мяс. фрик.  | 200/20/1    | 7,00         | 4,06         | 16,92         | 132,51          |
| 291            | Плов из цыплят                       | 60/170      | 19,95        | 26,66        | 46,67         | 507,15          |
| 349            | Компот из смеси сухофруктов          | 200         | 0,00         | 0,00         | 19,98         | 79,87           |
| ПР             | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые    | 15          | 1,20         | 0,50         | 8,90          | 45,00           |
|                | <b>Итого:</b>                        | <b>666</b>  | <b>28,15</b> | <b>31,22</b> | <b>92,47</b>  | <b>764,53</b>   |
|                | <b>Всего:</b>                        | <b>1146</b> | <b>46,49</b> | <b>47,23</b> | <b>136,90</b> | <b>1196,93</b>  |
|                | <b>9 день</b>                        |             |              |              |               |                 |
|                | <b>Завтрак</b>                       |             |              |              |               |                 |
| 295/331        | Котлеты рубленые из цыплят с соусом  | 60/30       | 10,75        | 12,47        | 10,96         | 199,61          |
| 312            | Картофельное пюре                    | 150         | 3,28         | 5,60         | 22,06         | 152,24          |

|         |                                         |             |              |              |               |                 |
|---------|-----------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ПР      | Десерт фруктовый(яблоко)                | 100         | 0,40         | 0,40         | 9,80          | 47,00           |
| 388     | Напиток из плодов шиповника             | 200         | 0,00         | 0,00         | 19,96         | 79,80           |
| ПР      | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые       | 15          | 1,20         | 0,50         | 8,90          | 45,00           |
|         | <b>Итого:</b>                           | <b>555</b>  | <b>15,63</b> | <b>18,97</b> | <b>71,68</b>  | <b>523,65</b>   |
|         | <i>Обед</i>                             |             |              |              |               |                 |
| 24      | Салат из помидоров и огурцов            | 60          | 0,59         | 3,69         | 2,21          | 45,17           |
| 88      | Щи из свежей капусты и картофеля        | 200/15/10/1 | 6,83         | 11,73        | 7,81          | 129,29          |
| 260     | Гуляш из говядины                       | 40/50       | 12,76        | 9,21         | 2,85          | 145,62          |
| 302     | Каша гречневая рассыпчая                | 150         | 9,02         | 6,69         | 40,81         | 259,18          |
| 377     | Чай фруктовый (ассорти)                 | 200         | 0,15         | 0,05         | 10,38         | 42,86           |
| ПР      | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые       | 15          | 1,20         | 0,50         | 8,90          | 45,00           |
|         | <b>Итого:</b>                           | <b>741</b>  | <b>30,55</b> | <b>31,87</b> | <b>72,96</b>  | <b>667,12</b>   |
|         | <b>Всего:</b>                           | <b>1296</b> | <b>46,18</b> | <b>50,84</b> | <b>144,64</b> | <b>1 190,77</b> |
|         | <i>10 день</i>                          |             |              |              |               |                 |
|         | <i>Завтрак</i>                          |             |              |              |               |                 |
| 49      | Витаминный с горошком                   | 60          | 0,95         | 3,66         | 5,74          | 56,45           |
| 265     | Плов из свинины                         | 40/160      | 16,29        | 12,35        | 42,78         | 347,82          |
| 377     | Чай фруктовый (с/м смородина)           | 200         | 0,16         | 0,05         | 10,45         | 43,30           |
| ПР      | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые       | 15          | 1,20         | 0,50         | 8,90          | 45,00           |
|         | <b>Итого:</b>                           | <b>475</b>  | <b>18,60</b> | <b>16,56</b> | <b>67,87</b>  | <b>492,57</b>   |
|         | <i>Обед</i>                             |             |              |              |               |                 |
| 113/114 | Суп-лапша домашняя из мяса цыплят       | 200/15/1    | 9,24         | 8,95         | 29,00         | 233,95          |
| 269/331 | Биточки (особые) из гов. и свинины      | 60/30       | 11,13        | 6,54         | 8,34          | 136,99          |
| 200     | Пюре из гороха и картофеля              | 150         | 10,41        | 7,71         | 27,27         | 220,48          |
| 376     | Чай с сахаром                           | 200         | 0,10         | 0,03         | 10,01         | 40,66           |
| ПР      | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые       | 15          | 1,20         | 0,50         | 8,90          | 45,00           |
|         | <b>Итого:</b>                           | <b>671</b>  | <b>32,08</b> | <b>23,73</b> | <b>83,52</b>  | <b>677,08</b>   |
|         | <b>Всего:</b>                           | <b>1146</b> | <b>50,68</b> | <b>40,29</b> | <b>151,39</b> | <b>1169,65</b>  |
|         | <i>11 день</i>                          |             |              |              |               |                 |
|         | <i>Завтрак</i>                          |             |              |              |               |                 |
| 45      | Салат из бел. капусты с морковью        | 60          | 0,93         | 3,05         | 5,65          | 54,36           |
| 293/330 | Цыплята порциями с соусом               | 60/50       | 16,67        | 33,58        | 3,145         | 254,53          |
| 302     | Каша гречневая рассыпчатая              | 150         | 9,02         | 6,69         | 40,81         | 259,18          |
| 377     | Чай фруктовый (ассорти)                 | 200         | 0,15         | 0,05         | 10,38         | 42,86           |
| ПР      | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые       | 15          | 1,20         | 0,50         | 8,90          | 45,00           |
|         | <b>Итого:</b>                           | <b>535</b>  | <b>27,97</b> | <b>43,87</b> | <b>68,89</b>  | <b>655,93</b>   |
|         | <i>Обед</i>                             |             |              |              |               |                 |
| 82      | Борщ с картофелем, мясом цыпленка       | 200/15/10/1 | 5,71         | 8,40         | 10,30         | 140,35          |
| 260     | Гуляш из свинины                        | 40/50       | 12,46        | 8,83         | 2,85          | 140,73          |
| 310     | Картофель отварной со слив. маслом      | 150         | 2,83         | 5,46         | 22,89         | 152,31          |
| 389     | Сок фруктовый (в ассортименте)          | 200         | 0,20         | 0,26         | 22,60         | 92,00           |
| ПР      | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые       | 15          | 1,20         | 0,50         | 8,90          | 45,00           |
|         | <b>Итого:</b>                           | <b>681</b>  | <b>22,40</b> | <b>23,45</b> | <b>67,54</b>  | <b>570,39</b>   |
|         | <b>Всего:</b>                           | <b>1216</b> | <b>50,37</b> | <b>67,32</b> | <b>136,43</b> | <b>1226,32</b>  |
|         | <i>12 день</i>                          |             |              |              |               |                 |
|         | <i>Завтрак</i>                          |             |              |              |               |                 |
| 175     | Каша вязкая молочная из риса и пшена со | 160/10      | 4,50         | 10,98        | 26,43         | 223,14          |
| 298     | Куриные шарики с сыром                  | 50          | 9,09         | 11,57        | 5,76          | 164,25          |
| 378     | Чай с молоком                           | 200         | 1,59         | 1,64         | 12,38         | 70,96           |
| ПР      | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые       | 15          | 1,20         | 0,50         | 8,90          | 45,00           |
|         | <b>Итого:</b>                           | <b>435</b>  | <b>16,38</b> | <b>24,69</b> | <b>53,47</b>  | <b>503,35</b>   |
|         | <i>Обед</i>                             |             |              |              |               |                 |
| 96      | Рассольник "Ленинградский" из цыплят    | 200/15/10/1 | 7,30         | 12,43        | 14,53         | 166,52          |
| 268/331 | Шницель из свинины с соусом сметанным   | 60/30       | 11,57        | 7,65         | 11,43         | 161,00          |
| 312     | Картофельное пюре                       | 150         | 3,28         | 5,60         | 22,06         | 152,24          |
| ПР      | Десерт фруктовый(яблоко)                | 100         | 0,40         | 0,40         | 9,80          | 47,00           |
| 388     | Напиток из плодов шиповника             | 200         | 0,00         | 0,00         | 19,96         | 79,80           |
| ПР      | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые       | 15          | 1,20         | 0,50         | 8,90          | 45,00           |
|         | <b>Итого:</b>                           | <b>781</b>  | <b>23,75</b> | <b>26,58</b> | <b>86,68</b>  | <b>651,56</b>   |
|         | <b>Всего:</b>                           | <b>1216</b> | <b>40,13</b> | <b>51,27</b> | <b>140,15</b> | <b>1154,91</b>  |
|         | <i>13 день</i>                          |             |              |              |               |                 |
|         | <i>Завтрак</i>                          |             |              |              |               |                 |
| 52      | Салат из свеклы с чесноком              | 60          | 0,73         | 3,05         | 4,25          | 47,26           |
| 250     | Бефстроганов из свинины                 | 40/50       | 14,11        | 14,58        | 5,62          | 210,61          |
| 305     | Рис припущенный                         | 150         | 3,18         | 6,11         | 40            | 230,31          |
| 377     | Чай с лимоном                           | 200         | 0,16         | 0,03         | 15,21         | 62,99           |
| ПР      | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые       | 15          | 1,20         | 0,50         | 8,90          | 45,00           |
|         | <b>Итого:</b>                           | <b>515</b>  | <b>19,38</b> | <b>24,27</b> | <b>73,98</b>  | <b>596,17</b>   |

|         |                                         |              |               |               |                 |                  |
|---------|-----------------------------------------|--------------|---------------|---------------|-----------------|------------------|
|         | <b>Обед</b>                             |              |               |               |                 |                  |
| 104/105 | Суп картофельный с фрикад. из цыплят    | 200/20/1     | 7,00          | 4,06          | 16,92           | 142,51           |
| 290/330 | Грудка куриная (филе) в соусе сметанном | 50/50        | 0,81          | 3,92          | 3,48            | 152,84           |
| 302     | Каша гречневая рассыпчатая              | 170          | 7,90          | 6,69          | 40,81           | 259,18           |
| 342     | Напиток из ягод вишни                   | 200          | 0,00          | 0,00          | 23,97           | 95,83            |
| ПР      | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые       | 15           | 1,20          | 0,50          | 8,90            | 45,00            |
|         | <b>Итого:</b>                           | <b>706</b>   | <b>16,91</b>  | <b>15,17</b>  | <b>94,08</b>    | <b>695,36</b>    |
|         | <b>Всего:</b>                           | <b>1221</b>  | <b>36,29</b>  | <b>39,44</b>  | <b>168,06</b>   | <b>1291,53</b>   |
|         | <b>14 день</b>                          |              |               |               |                 |                  |
|         | <b>Завтрак</b>                          |              |               |               |                 |                  |
| 279/540 | Тефтели из мяса цыплят с соусом         | 60/50        | 8,39          | 14,74         | 9,53            | 204,69           |
| 312     | Картофельное пюре                       | 150          | 3,28          | 5,60          | 22,06           | 152,24           |
| 349     | Компот из сухофруктов                   | 200          | 0,00          | 0,00          | 19,98           | 79,87            |
| ПР      | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые       | 15           | 1,20          | 0,50          | 8,90            | 45,00            |
|         | <b>Итого:</b>                           | <b>475</b>   | <b>12,87</b>  | <b>20,84</b>  | <b>60,47</b>    | <b>481,80</b>    |
|         | <b>Обед</b>                             |              |               |               |                 |                  |
| 62      | Салат из моркови с чесноком             | 60           | 0,69          | 6,05          | 13,65           | 72,45            |
| 99      | Суп овощной на бульоне из цыплят        | 200/15/1     | 6,80          | 11,58         | 19,50           | 137,67           |
| 265     | Плов из свинины                         | 40/160       | 16,29         | 12,35         | 42,78           | 347,82           |
| 377     | Чай фруктовый (вишня)                   | 200          | 0,10          | 0,03          | 10,01           | 40,66            |
| ПР      | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые       | 15           | 1,20          | 0,50          | 8,90            | 45,00            |
|         | <b>Итого:</b>                           | <b>691</b>   | <b>25,08</b>  | <b>30,51</b>  | <b>94,84</b>    | <b>643,60</b>    |
|         | <b>Всего:</b>                           | <b>1166</b>  | <b>37,95</b>  | <b>51,35</b>  | <b>155,31</b>   | <b>1 125,40</b>  |
|         | <b>15 день</b>                          |              |               |               |                 |                  |
|         | <b>Завтрак</b>                          |              |               |               |                 |                  |
| 29      | Салат из сырых овощей                   | 60           | 0,66          | 3,67          | 2,29            | 45,46            |
| 251     | Свинина тушеная с томатом и луком       | 40/50        | 13,24         | 11,08         | 2,40            | 162,43           |
| 302     | Каша гречневая рассыпчатая              | 150          | 9,02          | 6,69          | 40,81           | 259,18           |
| 376     | Чай с сахаром                           | 200          | 0,10          | 0,03          | 10,01           | 40,66            |
| ПР      | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые       | 15           | 1,20          | 0,50          | 8,90            | 45,00            |
|         | <b>Итого:</b>                           | <b>515</b>   | <b>24,22</b>  | <b>21,97</b>  | <b>64,41</b>    | <b>552,73</b>    |
|         | <b>Обед</b>                             |              |               |               |                 |                  |
| 108/109 | Суп картоф. с клецками из цыплят        | 200/15/10/1  | 7,38          | 7,59          | 19,19           | 174,98           |
| 295/540 | Котлеты рубленые из цыплят с соусом     | 60/30        | 10,75         | 12,47         | 30,96           | 199,61           |
| 142/330 | Картофель и овощи, тушенные в соусе     | 140/30       | 3,84          | 11,61         | 39,17           | 237,10           |
| 389     | Сок фруктовый (в ассортименте)          | 200          | 0,20          | 0,26          | 22,60           | 92,00            |
| ПР      | Хлебцы безглют. кукурузно-рисовые       | 15           | 1,20          | 0,50          | 8,90            | 45,00            |
|         | <b>Итого:</b>                           | <b>701</b>   | <b>23,37</b>  | <b>32,43</b>  | <b>120,82</b>   | <b>748,69</b>    |
|         | <b>Всего:</b>                           | <b>1216</b>  | <b>47,59</b>  | <b>54,40</b>  | <b>185,23</b>   | <b>1301,42</b>   |
|         | <b>Всего за 15 дней:</b>                | <b>18020</b> | <b>648,90</b> | <b>722,44</b> | <b>2 380,56</b> | <b>18 004,19</b> |
|         | <b>В среднем за 1 день:</b>             | <b>1201</b>  | <b>43,26</b>  | <b>48,16</b>  | <b>158,70</b>   | <b>1200,28</b>   |