«УТВЕРЖДАЮ»
Генеральный директор
ООО «Комбинат школьного питания»
Промышленного района
Н. Аврискина

ДИЕТИЧЕСКОЕ МЕНЮ ДНЕВНОГО РАЦИОНА ПИТАНИЯ (код №111)

С ИСКЛЮЧЕНИЕМ БКМ

(ЗАВТРАК, ВТОРОЙ ЗАВТРАК, ОБЕД, ПОЛДНИК, УЖИН)

Примечание: меню разработано в соответствии со сборником рецептур блюд и кулинарных изделий для питания дошкольников (М. П. Могильный 2012 г.; 2017 г.; методические рекомендации MP 2.4.0162-19) на основании СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Me

4.)

Me

идлом до отварное ша кукурузная на е с маслом тительным и с сахаром .	30/20 40 150 180 30/20 180	Сок фруктовый. 100	Салат из свежей капусты с морковью  Суп картофельный с вермишелью на бульоне с укропом Плов из мяса птицы Компот из сухофруктов  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной.  Суп овощной на бульоне с укропом	200/1 180 180 30 20	Печенье "Нежное" 50 Чай с сахаром 200	с маслом подсолнечным и огурцом консервированным.	60 150 200 20
цо отварное  ша кукурузная на це с маслом  тительным й с сахаром .  терброд с  шидлом  омишель отварная с  слом подсолнечным крой кабачковой	150 180 30/20 180	Сок фруктовый. 100	Суп картофельный с вермишелью на бульоне с укропом Плов из мяса птицы Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной.	180 180 30 20	чан с сахаром 200	с маслом подсолнечным и огурцом консервированным. Кисель из натурального сока.	200
е с маслом стительным й с сахаром . герброд с видлом омишель отварная с слом подсолнечным крой кабачковой	30/20 180	Сок фруктовый. 100	укропом Плов из мяса птицы Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной. Суп овощной на бульоне с	180 30 20			
й с сахаром .  терброд с видлом  омишель отварная с слом подсолнечным крой кабачковой	30/20	Сок фруктовый. 100	Компот из сухофруктов  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной.  Суп овощной на бульоне с	180 30 20			
терброд с видлом омишель отварная с слом подсолнечным крой кабачковой	30/20	Сок фруктовый. 100	Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной.  Суп овощной на бульоне с	30 20		1	7
идлом омишель отварная с слом подсолнечным крой кабачковой	180	Сок фруктовый. 100	Хлеб ржаной. Суп овощной на бульоне с	20			
идлом омишель отварная с слом подсолнечным крой кабачковой	180	Сок фруктовый. 100	Суп овощной на бульоне с				
идлом омишель отварная с слом подсолнечным крой кабачковой	180	Сок фруктовыи. 1100	A STATE OF THE PARTY OF THE PAR	1200/4	Печенье"Ночка" 50	Яйцо отварное	40
слом подсолнечным крой кабачковой			J. Politoni	200/1	Печенье"Ночка"         50           Чай с сахаром         200	Каша пшенная рассыпчатая с	150
крой кабачковой	180	the state of the s	Котлеты куриные с томатным	70		овощами Чай с сахаром и лимоном.	180/3,5
	180		соусом.	1.55		Хлеб пшеничный	20
			Картофель отварной с маслом растительным, томат свежий	150		Яблоки свежие (нарезка)	100
	311		Напиток из апельсинов.	180		Total Society (Haposka)	.50
	Y E		Напиток из апельсинов. Хлеб пшеничный	30	4454484		
		## Active 1 1 2 2 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	Хлеб ржаной.	20			752-5
and the second s	45	Яблоко свежее 100		200/1	Ватрушка с повидлом. 50	Рыба тушеная с овощами.	80
ра_морковная цо отварное	45	Яблоко свежее 100 (нарезка)	картофелем и укропом	200/1	Чай с сахаром, лимоном, 200/3,5	The state of the s	
цо отварное ца гречневая вязкая			Тефтели из говядины	60	120039	Рис отварной с подсолнечным	150
аслом	130		Картофельное пюре на отваре с	150		маслом.	- 1
тительным	Farmer I		маслом подсолнечным и огурцом	1		Чай с сахаром.	180
й с сахаром.	180		Свежим Компот из изюма	180	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	Хлеб пшеничный.	20
еб пшеничный	30	Committee Commit	Хлеб пшеничный	30			
transfer and the	- 4 - 3	and the last of th	Хлеб ржаной.	20		Browning to the same of the sa	
герброд с	30/20	Яблоко свежее 100	Суп картофельный с пшеном с 1	5/200/1	Бутерброд с повидлом. 30/20	Котлеты куриные .	50
видлом		(нарезка)	рыбой и зеленью		Чай с сахаром 200	Капуста тушёная белокочанная	
воле с маспом	200	Transfer to		200 -		Чай со смородиной	200
воде с маслом стительным	A DILLOY	410a mag 573 mm 773 mm	цыплят, зелёный горошек Компот из сухофруктов	180 -		Хлеб пшеничный .	30
й с сахаром.	180		Хлеб пшеничный	30 2	THE PROPERTY OF		- 1
		The state of the s	Хлеб ржаной.	20			2000年
герброд с	30/20	Сок фруктовый. 100	Щи из свежей капусты с	200/1	Булочка"Домашняя" 50	Икра кабачковая.	50
видлом			картофелем, укропом	257	Чай с сахаром, лимоном 200/3,5	Оладьи из печени	50
ша Дружба жидкая Воле с маспом	200		Зразы "Ленивые" из говядины с	70	Table 1 fam. 2 2	Макароны отварные с маслом	130
воде с маслом стительным	tories !		The same of the sa		77.1	растительным	120
	180			150	The second secon	Чай с сахаром	200
й с сахаром.	14 April 14 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18	to a figure of the North Control of the Control	маслом растительным, огурец свежий	1017	The second secon	Хлеб пшеничный	20
	i 1		Сок фруктовый.	180		•	id.
	. 3		Хлеб пшеничный	30 -			
	100		Хлеб ржаной.	20	X - 1 1 2 2 2 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3		1747
ша Дру воде с	жба жидкая маслом ьным	жба жидкая 200 маслом ным	жба жидкая 200 маслом эным аром . 180	жба жидкая 200 маслом Яразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным Каша гречневая вязкая с маслом растительным, огурец свежий Сок фруктовый.	жба жидкая 200 маслом Яразы "Ленивые" из говядины с 70 яйцом, с соусом томатным Каша гречневая вязкая с маслом растительным, огурец свежий Сок фруктовый. 180 Хлеб пшеничный 30	жба жидкая 200 маслом эным яром . 180 Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным Каша гречневая вязкая с маслом растительным, огурец свежий Сок фруктовый. 180 Хлеб пшеничный 30	жба жидкая 200 маслом эным аром . 180 Зразы "Ленивые" из говядины с 70 яйцом, с соусом томатным Каша гречневая вязкая с маслом растительным, огурец свежий Сок фруктовый. 180 Хлеб пшеничный 30

Режим	Завтрак (гр.)		Второй завтрак (гр.)	Обед (гр.)		Полдник (гр.)		Ужин (гр.)	
	Бутерброд с	30/20	Сок фруктовый. 100	Суп картофельный с горохом на	200/1	Печенье "Рыбки" 42		Рыба припущенная с луком.	60
-	повидлом			бульоне с укропом		Чай с сахаром, лимоном 200/	9	Картофельное пюре на отваре	15
Неделя	Яйцо отварное	40		Котлеты куриные с соусом.	70		77.4	с маслом подсолнечным и	
2 день 6	Каша геркулесовая на воде с маслом подсолнечным	150		Каша перловая рассыпчатая с маслом подсолнечным, кукуруза консервированная	150			огурцом консервированным. Кисель из клюквы (фруктово- ягодный).	18
	Чай с сахаром.	180		Компот из яблок свежих	180			Хлеб пшеничный	2
3				Хлеб пшеничный	30	Land to the second		70.00 (120.11) 11.12.11	
				Хлеб ржаной.	20				
7.00 - 7 - 8	Бутерброд с	130/2d	Яблоки свежие 100	Суп полевой с укропом	200/1	Печенье "Детское"	50	Печень тушеная в соусе.	70
Неделя	повидлом	50,20	нарезка.	Зразы "Ленивые" из говядины с	70	Сок фруктовый в	200	Каша гречневая вязкая с	13
2 день 7	Салат из моркови с	25		яйцом, с соусом томатным		ассортименте.	1	маслом растительным	-
	сахаром Каша рисовая жидкая	150		Рагу овощное	150			Чай с сахаром	20
	на воде с маслом	1.50		Компот из сухофруктов	180			Хлеб пшеничный	2
	растительным.		VERNE OF THE PARTY.	Хлеб пшеничный	30	in the state of th			
	Чай со смородиной.	180	Marie Committee	Хлеб ржаной.	20				
	Бутерброд с	30/20	Апельсин свежий 100	Суп картофельный с зеленью.	200/1	Булочка "Домашняя", 50		Филе куриное отварное.	5
Неделя	повидлом	40	нарезка	Колобки куриные с соусом	70	Чай с сахаром 200		Капуста тушёная белокочанная	
2 день 8	Яйцо отварное	40		томатным				Чай со смородиной.	2
	Вермишель отварная с маслом подсолнечным и икрой кабачковой			Картофельное пюре на отваре с маслом подсолнечным и огурцо свежим				Хлеб пшеничный	2
	Чай с сахаром.	180		Сок фруктовый.	180				
				Хлеб пшеничный	30				
				Хлеб ржаной.	20				
	Бутерброд с	30/20	Сок фруктовый. 100	Борщ из свежей капусты с	200/1	Бутерброд с повидлом 3	0/20	Рыба тушеная с овощами.	N
Неделя_	повидлом		1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	картофелем и укропом	1200	Сок фруктовый в	200	Каша гречневая вязкая с	51
2 день 9	Каша пшённая жидкая на воде с	200		Птица тушеная с овощами (без	200	ассортименте.		маслом растительным	1
	растительным маслом			сметаны), томат свежий	10年			Чай с сахаром и лимоном.	20
	Чай с сахаром.	180	TATE OF THE PROPERTY OF THE PARTY OF	Напиток из апельсинов.	180			Хлеб пшеничный	1
				Хлеб пшеничный	30	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1			
		and the property		Хлеб ржаной.	20	le c		The second secon	1.5
	Бутерброд с повидлом	30/20	Сок фруктовый. 100	Икра кабачковая.	50	Бутерброд с повидлом. 30/20 Чай с сахаром 200		Филе куриное отварное.	5
Неделя	Каша рисовая жидкая	150	TRANSPORTED TO SEE	Рассольник Ленинградский с	200/1	Чай с сахаром 200		Капуста тушёная белокочанна	d 15
2 день 10	на воде с маслом			Тефтели из говядины паровые.	60			Ranyora Tymenax oesioko anna	1 6
	растительным.	200	77	Макароны отварные с	130			Кисель из натурального сока.	20
	Чай с сахаром Яблоки свежие	- 50-	The second secon	растительным маслом.	- Ini	A service to the program is		Хлеб пшеничный	3
	(нарезка)	- JU	a no one selected and the selected	Напиток из шиповника.	180	The second of the second		Contract of the Contract of th	- 04
		dim.	The second second	Хлеб пшеничный	30	7-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1		A supply	7 m-0
1				Хлеб ржаной.	20	1. Aug. 1			F .

## Основное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: понедельник Сезон: Осень-Зима ацион: Диетическое меню (БКМ) полный день

Недел	я 1 день 1	He	еделя:	1			Marine County	Во	зраст:	Varia-	3 7 4 6	A Desired		
Nº	Прием пищи, наименование блюда	Macca	A STATE OF THE PARTY.	ищевы цества		Энерге- тическая		Витами	ны (мг)		Мине		иг) иг)	ества
рец.		порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	B1	С	Α	E	Ca	Р	Mg	Fe
and may	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завт	Dak		And the second	and the			Marine S.	505269	and the second					7 5 10
2	Бутерброд с повидлом	30/20	2,37	4,5	28,49	163,94	0,04	0,1	20	Fred S	9,7	22,8	5,3	0,6
209	Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	62,84	0,03	2	100		50,22	79,8	8,68	1,1
185,22	Каша кукурузная на воде с маслом растительным	150	2,46	3,51	24,72	140,31	0,03		No.		14,14	32,85	10,27	0,8
392,19	Чай с сахаром.	180	0,06	0,02	7,21	29,26	100	0,03	E 7 8 1		10,87	2,47	3,36	0,2
Итого	за Завтрак	420	9,97	12,63	60,7	396,35	0,1	0,13	120	TALKS	84,93	137,92	27,61	2,85
Завт	oak 2							-	alvinor da s				and the same	
399,01	Сок фруктовый	100	0,3	0,2	16,3	68,2	0,02	2.	Jan Land	Esci ates	20	12	9	0,4
Итого	за Завтрак 2	100	0,3	0,2	16,3	68,2	0,02	2	-		20	12	9	0,4
Обед	A Committee of the Comm		- 4-1	Carleig &	new in	SAN SAN SAN	A. Toronto		1200	John W	4.900.00	San al Mile	hadron la Maria	-
20,07	Салат из свежей капусты с морковью	50	0,77	2,54	4,69	44,74	0,01	17,98			24,24	15,76	8,47	0,3
82,28	Суп картофельный с вермишелью на бульоне с укропом	200/1	3,54	2,28	18,35	108,08	0,09	7,6		1.2. (F.)	18,07	52,52	20,16	0,8
291,38	Плов из мяса птицы.	180	10,94	16,58	37	340,98	0,07	1,96	16,38	SE E	23,68	145,35	38,17	1,2
376,3	Компот из сухофруктов	180	0,05		13,59	54,56		0,36	Comercia	-		13,86	7,26	1,1
317,01	Хлеб пшеничный	30	3,26	1,35	16,38	90,7	0,11	1 2 1	1223	Land Section	20	65	14	1,1
756,01	Хлеб ржаной.	20	1,32	0,24	6,68	41,8	0,04	5-2-54	0,2	EEE	7	31,6	9,4	0,7
Итого	за Обед	661	19,88	22,99	96,69	680,86	0,32	27,9	16,58	Park X	141,65	324,09	97,46	5,33
Полд	HUK - E - L- S AL - C - C - C - C - C - C - C - C - C -							14.3.5.	San San	Salar L	1244			
280,0	Печенье "Нежное"	50	2,88	16,3	23,6	252,68	0,05	phones and	Service day	Name of the	7,55	24,81	4,73	0,36
392,18	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8,01	32,5	1000000	0,03	BUILDINGS	Manus . The	11,04	2,72	3,49	0,2
Итого	за Полдник	250	2,95	16,32	31,61	285,18	0,05	0,03	gran water to to to all his bind	T	18,59	27,53	8,22	0,6
Ужин			7.5				* *****	TIT		1				Carrier and
245,02	Рыба припущенная с луком,	60	10,04	0,56	0,18	45,92	0,05	0,21	7,32	M.T	23,99	111,97	26,75	0,49
312,39	Картофельное пюре на отваре с маслом подсолнечным и огурцом консервированным.	150	2,29	4,19	12,09	95,23	0,12	5,44			18,43	60,11	24,83	0,9
382,04	Кисель из натурального сока.	200	0,19	0,12	32,57	132,12	0,01	1,2	LECT	F 200	23,16	14,9	6,89	0,2
317,04	Хлеб пшеничный	20	2,17	0,9	10,91	60,46	0,02	1/2/11	B-45 - 18		4	13	2,8	0,2
Итого	за Ужин	430	14,69	5,77	55,75	333,73	0,2	6,85	7,32	F15 - 51		199,98		1,9
Итого	за день	D LYKEY - I	47,79	57,91	261,05	1764,32	0,69	36,91	143,9	F. S.	334,75	701,52	203,56	11,

бинат школьного питания"

Приложение 8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20

рное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 2)

цион: Диетическое меню (БКМ) полный день День: вторник

Сезон: Осень-Зима

Недел	я 1 день 2	He	деля:	1				Bo	зраст:					
N₂	Прием пищи, наименование блюда	Macca	Para la Constitución	ищевы цества		Энерге- тическая	l il	Зитами	1НЫ (МГ)		Мине		иг)	ества
рец.		порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	B1	С	A	E	Ca	Р	Mg	Fe
1133	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11-	12	13	14	15
Завт	рак		أستأسروا شا	in the second	-	- Landerson Street & Prince	New Control		12	1.5	وللافية	La Branch		
2	Бутерброд с повидлом	30/20	2,37	4,5	28,49	163,94	0,04	0,1	20	Manage !	9,7	22,8	5,3	0,63
203,09	Вермишель отварная с маслом подсолнечным и икрой кабачковой	180	6,05	7,62	36,28	237,9	29,43	2,1	276		23,5	44,15	15,39	0,9
392,19	Чай с сахаром.	180	0,06	0,02	7,21	29,26	1	0,03	Tan Jal	PICA!	10,87	2,47	3,36	0,2
Итого:	за Завтрак	410	8,48	12,14	71,98	431,1	29,47	2,23	296	Dist.	44,07	69,42	24,05	1,89
Завт	рак 2	To the last			1-6-	Same and the		Sec.	a property	/ town	Day Super	The second	ti-O.T.	
399,01	Сок фруктовый	100	0,3	0,2	16,3	68,2	0,02	2	Partiel .	E WOOL	20	12	9	0,4
Итого:	за Завтрак 2	100	0,3	0,2	16,3	68,2	0,02	2	Pa-12-1	LEWIN	20	12	9	0,4
Обед	State of the state		LECEL		1000	A CONTRACTOR OF THE PARTY OF TH		The Late	Share of		and the second	3-1-5	La Viel	25 1500
99,18	Суп овощной на бульоне с укропом.	200/1	2,3	2,1	8,1	60,78	0,06	8,67	14 44	E jung	23,35	42,48	17,98	0,6
305,12	Котлеты куриные с соусом.	70	6,23	7,43	7,37	121,26	0,04	0,68	20,52	100	11,01	38,19	9,12	0,6
	Картофель отварной с маслом растительным, томат свежий	150	2,72	4,02	11,39	92,58	0,13	16,83	77 - 17 1 - 17		15,92	69,12	26,13	1,0
387,06	Напиток из апельсинов.	180	0,04	0,02	14,9	59,94	100	2,34	hardid.	Merch 1	13,49	4,5	5,61	0,3
817,01	Хлеб пшеничный	30	3,26	1,35	16,38	90,7	0,11				20	65	14	1,1
756,01	Хлеб ржаной.	20	1,32	0,24	6,68	41,8	0,04	1522	0,2	1///978	7	31,6	9,4	0,7
Итого :	за Обед	651	15,87	15,16	64,82	467,06	0,38	28,52	20,72		90,77	250,89	82,24	4,5
Полд	HUK		s - Authorize		(Date 2)	<b>.</b>	34477	20-171		eg Artis	A-128 77-1	0.0-6-	di in	£ 15.
722	Печенье"Ночка"	50	3,09	15,92	31,74	282,6	0,05	F0.77.1	0,18	Maria	8,72	36,56	6,84	0,6
392,18	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8,01	32,5	1	0,03	III. TH	Section 1	11,04	2,72	3,49	0,2
Итого :	за Полдник	250	3,16	15,94	39,75	315,1	0,05	0,03	0,18	STATE OF	19,76	39,28	10,33	0,9
Ужин	A CONTRACTOR OF THE STATE OF TH			THE PARTY		2 /	4.		to Fi					E. I
209	Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	62,84	0,03	Ligaria	100	ST.	50,22	79,8	8,68	1,1
910,01	Каша пшенная рассыпчатая с овощами	150	6,15	1,71	35,46	181,83	0,23	1,2			26,57	131,52	51,3	1,5
393,06	Чай с сахаром и лимоном.	180/3,5	0,09	0,02	7,31	29,78	li ben	1,43	14 14	(ALLEGE)	11,4	2,99	3,48	0,2
317,04	Хлеб пшеничный	=20===	2,17	0,9	10,91	60,46	0,02		100	any min	-4-	13	2,8	0,2
368	Яблоки свежие нарезка.	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,03	7:	1	MARCH.	16	©11≅	9	2,2
Итого :	за Ужин	493,5	13,89	7,63	63,76	379,31	0,31	9,63	100	图255		238,31		5,3
Итого :	за день	F-18	41,7	51,07	256,61	1660,77	30,23	42,41	416,9	-	282,79	609.9	200,88	13,1

бинат школьного питания"

рное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 3)

инон: Диетическое меню (БКМ) полный день

День: среда

Сезон: Осень-Зима

N₂	я 1 день 3	Macca		ищевы цества		Энерге-			зраст: іны (мг)		Мине	the same of the same	ые вещ ыг)	ества
рец.	Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	B1	С	Α	E	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завт	рак			· Deliver			izc = 1		The same		right of section		La Tres	
54	Икра морковная	45	0,77	2,35	3,84	39,59	0,03	3,89	0,1		15,55	25,34	15,02	0,4
209	Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	62,84	0,03	1 53	100		50,22	79,8	8,68	1,12
314,09	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	130	3,93	4,86	17,81	130,21	0,1				14,19	93,68	63,61	2,12
392,19	Чай с сахаром.	180	0,06	0,02	7,21	29,26	13.77	0,03	1274		10,87	2,47	3,36	0,27
817,01	Хлеб пшеничный	30	3,26	1,35	16,38	90,7	0,11				20	65	14	1,1
Итого	за Завтрак	425	13,1	13,18	45,52	352,6	0,27	3,92	100,1		110,83	266,29	104,67	5,01
Завт	рак 2		20/4-	W. Mark	1 - 2 -	Company Special			75.87.1	at the side of	Leon Vol	-	Laws	
368	Яблоки свежие нарезка.	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,03	7	les and	Marie Co	16	11	9	2,2
Итого	за Завтрак 2	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,03	7	March .	Principle of	16	11	9	2,2
Обед	Company State Combination of the Company of the Com		*	S Device	i ea	No. 200 and a	Javez 1		L. Dallan		5-1	2 0.0	A. Martin	
57,13	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	200/1	1,38	2,03	11,03	67,91	0,04	8,99	0,05		39,95	41,49	21,92	0,93
279,09	Тефтели из говядины паровые.	60	6,56	6,33	6,35	108,61	0,02	0,18	Lace La	E. 286	9,77	75,53	10,98	1,15
312,26	Картофельное пюре на отваре с маслом подсолнечным и огурцом свежим	150_	2,27	4,15	12,13	94,95	0,12	5,84			17,23	61,31	24,83	0,95
376,22	Компот из изюма	180	0,39	0,02	24,99	101,7	0,03	STATE OF	10000	L.	22,93	23,22	9,39	0,57
	Хлеб пшеничный	30	3,26	1,35	16,38	90,7	0,11		DEALA		20	65	14	1,1
	Хлеб ржаной.	20	1,32	0,24	6,68	41,8	0,04		0,2	Section 1	7	31,6	9,4	0,78
Итого	за Обед	641	15,18	14,12	77,56	505,67	0,36	15,01	0,25		116,88	298,15	90,52	5,48
Поли	(HNK ) I See See See See See See See See See S	1 1 20 7 17	THE SHE	李瑪德	TEN	10.000000	PART	77.54	REED ST		and Ada	1 1 1	(香港)	1年度1
458	Ватрушка с повидлом.	50	3,62	2,22	36,77	181,54	0,07	0,12	6,3	E. S	12,47	31,26	6,59	0,72
393,11	Чай с сахаром, лимоном.	200/3,5	0,09	0,02	8,11	32,98	EGRE	1,43		keril	12,36	3,24	3,79	0,29
	за Полдник	253,5	3,71	2,24	44,88	214,52	0,07	1,55	6,3		24,83	34,5	10,38	1,01
Ужин	A CONTRACTOR OF THE PARTY OF TH			122	2.7.11.4			The Control				1 2 2 2	1.1. ×	to the second
247	Рыба тушеная с овощами.	80	9,63	6,58	2,17	106,42	0,09	1,18	14,66			111,21		
315,02	Рис отварной с подсолнечным маслом.	150	3,63	6,17	31,62	196,53	0,02	67 - 7 0 6 - 7 0 7 - 7 0 8			5,45	60,75	21,67	0,54
392,19	Чай с сахаром.	180	0,06	0,02	7,21	29,26 -		0,03	- Cara	LEG	10,87	2,47	3,36	0,27
817,04	Хлеб пшеничный	-20	2,17	0,9	10,91	60,46	0,02		10-1-5		4	13	2,8	0,22
Итого	за Ужин	430	15,49	13,67	51,91	392,67	0,13		14,66	U.S.		187,43		1,52
Итого	за день		47,88	43,61	229,67	1509,86	0,86	28,69	121,31	1-3-7	308,25	797,37	265,25	15,22

рное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4)

дион: Диетическое меню (БКМ) полный день День: четверг

Сезон: Осень-Зима

Возр

Недел	я 1 день 4	He	деля:	1				Bo	зраст:					
Nº	Прием пищи, наименование блюда	Macca	The second second	ищевые цества	Constitution was in	Энерге- тическая		Витами	ны (мг)		Мине		иг)	ества
рец.	присм пларт, палменование влюда	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	B1	С	Α	E	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	_11	12	13	14	15
Завт	рак		100	40						Town I'm	35.294 3	F1214	151.55	
2	Бутерброд с повидлом	30/20	2,37	4,5	28,49	163,94	0,04	0,1	20	EE.	9,7	22,8	5,3	0,6
314,5	Каша ячневая жидкая на воде с маслом растительным	200	4,4	6,45	28,75	190,65	0,09				46,11	151,63	23,82	0,8
392,19	Чай с сахаром.	180	0,06	0,02	7,21	29,26		0,03	T.TE		10,87	2,47	3,36	0,2
Итого	за Завтрак	430	6,83	10,97	64,45	383,85	0,13	0,13	20	E	66,68	176,9	32,48	1,7
Завт	рак 2	And The Control of th		Lylen In		to an arrival		Y - W		JK inter A	To the same		-	
338	Яблоко свежее (нарезка)	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,03	11,55	0,03	227	16	11	9	2,2
Итого	за Завтрак 2	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,03	11,55	0,03	1	16	11	9	2,
Обед				- President	Sec. Sala			-						
80,05	Суп картофельный с пшеном с рыбой и зеленью	15/200/1	5,33	3,16	12,48	99,73	0,11	7,37	5,52		26,92	80,36	27,09	0,8
259,76	Жаркое по-домашнему из цыплят,	200	9,42	11,44	14,82	199,92	0,11	3,08	16,36		23,96	123,75	31,82	1,4
	зеленый горошек консервированный.			100 day 100 day									#11.3 E11.3	長
376,3	Компот из сухофруктов	180	0,05	S.J.J	13,59	54,56	E 19	0,36			48,66	13,86	7,26	1,1
817,01	Хлеб пшеничный	30	3,26	1,35	16,38	90,7	0,11			ne di	20	65	14	1
756,01	Хлеб ржаной.	20	1,32	0,24	6,68	41,8	0,04		0,2	13.5	7	31,6	9,4	0,7
Итого	за Обед	646	19,38	16,19	63,95	486,71	0,37	10,81	22,08	E. N. E.	126,54	314,57	89,57	5,3
Полд	(HUK	Frank Br	FERSIN		PERE!	1-647151	<b>手延</b> 為一	Agency in	1.00	Con Di	A STAR	. 55	<b>安</b> 斯克·	7 3
2	Бутерброд с повидлом	30/20	2,37	4,5	28,49	163,94	0,04	0,1	20	534	9,7	22,8	5,3	0,6
392,18	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8,01	32,5	10.725	0,03	1222	POS VE	11,04	2,72	3,49	0,2
Итого	за Полдник	250	2,44	4,52	36,5	196,44	0,04	0,13	20	277770	20,74	25,52	8,79	0,9
Ужин		La say harre	Arres -	Nerst .	74. <u>14</u> 5		A DUTT	S. L. F. St.	- Walter	DE E		200	FORDER LE	-
305,11	Котлеты куриные	50	7,67	5,34	6,68	105,45	0,04	0,37	16,58	以中華	8,62	42,16		0,6
336	Капуста тушёная белокочанная	150	2,97	4,85	14,29	112,69	0,04	25,51	0,07		85,77	56,92		1,1
1 533	Чай со смородиной	200 = 1	0,11	0,03	9,65	39,31	alternative to	9,43	1000		13,06	4,02	4,91	0,3
317,01	Хлеб пшеничный	- 30 ===	3,26	1,35	16,38	90,7	0,11			- No. 162	20	65	₹14 ×	-1;
Итого	за Ужин	430	14,01	11,57	47	348,15	0,19	35,31	16,65	all and		168,1		3,2
Итого	за день	The same and	43,06	43,65	221,7	1459,55	0,76	57,93	78,76	(B-754 100)	357,41	696,09	196,03	13,

инат школьного питания"

рное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 5)

цион: Диетическое меню (БКМ) полный день

День: пятница

Сезон: Осень-Зима

Недел	я 1 день 5	H	еделя:	1	400	* * * * * * * * * * * * * * * * * * * *		Во	зраст:				1100 E.	
N₂	Прием пищи, наименование блюда	Macca	for comment of the contract of	ищевы цества		Энерге- тическая		Витами	ины (мг)		Мине		іе веще иг)	СТВ
рец.	търгом тинци, палменование опода	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	B1	С	Α	E	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завт	рак	Selection of	23.4		INSTA						Sea ly	To the Control	of Deken	5
2	Бутерброд с повидлом	30/20	2,37	4,5	28,49	163,94	0,04	0,1	20		9,7	22,8	5,3	0,6
	Каша Дружба жидкая на воде с маслом растительным	200	3,32	5,01	29,1	174,77	0,09				17,9	69,23	25,76	0,7
392,19	Чай с сахаром.	180	0,06	0,02	7,21	29,26	E E Ad	0,03		E.7.1	10,87	2,47	3,36	0,2
Итого	за Завтрак	430	5,75	9,53	64,8	367,97	0,13	0,13	20		38,47	94,5	34,42	1,6
Завт		La left Court	(Tu. 35)	STATE OF	100	。 成为"SA"到	1000		E SAL			KFA-1	EN.	P #1
	Сок фруктовый	100	0,3	0,2	16,3	68,2	0,02	2		M. To	20	12	9	0,
Итого	за Завтрак 2	100	0,3	0,2	16,3	68,2	0,02	2	Land and	12.2.3	20	12	9	0,
Обед		4459944	e was		ica en	L. Salli	100.17	4.5			1072		1	
67,1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	200/1	1,39	4	8,02	73,64	0,05	15,15	0,02		40,05	38,6	19,66	0,6
274,16	Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным	70	4,59	6,47	5,28	97,71	0,02	1,43	8,58		13,16	55,04	9,08	0,8
577,03	Каша гречневая вязкая с маслом растительным, огурец свежий	150	4,05	4,86	18,12	132,42	0,08	2			18,56	101,05	65,73	2,2
646,04	Сок фруктовый.	180	0,54	0,36	29,34	122,76	0,04	3,6	Ballie Z	Figure 1	36	21,6	16,2	0,7
817,01	Хлеб пшеничный	30	3,26	1,35	16,38	90,7	0,11	T. BETTE	62.73	-	20	65	14	1,
756,01	Хлеб ржаной.	20	1,32	0,24	6,68	41,8	0,04	الضائكا	0,2		7	31,6	9,4	0,7
Итого	за Обед	651	15,15	17,28	83,82	559,03	0,34	22,18	8,8	M:0.3	134,77	312,89	134,07	6,3
Поли	HUK	er emale and	Jalian e		Nata -	1 12 14 8 4	JH V 8	T. T.	218 /42	Service de	day is no	w 24	20,000	
469	Булочка"Домашняя"	50	3,63	7,88	30,3	206,64	0,08		2,5	BELLE	9,43	31,34	5,73	0,4
	Чай с сахаром, лимоном.	200/3,5	0,09	0,02	8,11	32,98	E FIE	1,43	1.	BUILD	12,36	3,24	3,79	0,2
Итого	за Полдник	253,5	3,72	7,9	38,41	239,62	0,08	1,43	2,5	E JE	21,79	34,58	9,52	0,7
Ужин		-		47-141	1211	4 4 4 2		I store of			12-5	5 50		1
73	Икра кабачковая.	50	0,95	4,45	3,85	59,25	76,5	3,5	460		20,5	18,5	7,5	0,3
282,03	Оладьи из печени	50	8,32	7,07	2,33	106,23	0,13	4,13	4100	14-2-3	7,12	134,2	8,02	2,8
911,03	Макароны отварные с растительным маслом.	130 -	4,76	4,3	29,56	175,97	0,05				19,96	30,68	9,64	0,6
392,18	Чай с сахаром	200	0,07-	0,02	8,01	32,5	bothe	0,03	DOM:	TO THE	11,04	2,72	3,49	0,2
317,04	Хлеб пшеничный	20	2,17	0,9	10,91	60,46	0,02	hat Sel		Maria	-4-	_13	2,8	0,2
Итого	за Ужин	- 450 -	16,27	16,74		434,41	76,7	7,66	4560	13-14	62,62	199,1		4,3
Итого:	за день	Electrical particular property and the second particular particula	41,19	51,65	257,99	1669,23	77,27	33,4	4591,3	Depart a	277,65	653,07	218,46	13

оинат школьного питания"

рное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6) ион: Диетическое меню (БКМ) полный день

День: понедельник

Сезон: Осень-Зима

Неделя 2 день 6

Неделя: 2

Nº	Прием пищи, наименование блюда	Macca		ищевы цества	73430	Энерге- тическая		Витамі	ины (мг)		Мине		иг) иг)	ества
рец.	присм пищи, паименование отюда	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	B1	С	Α	Е	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завт	рак						S	Sales Sales					1	
2	Бутерброд с повидлом	30/20	2,37	4,5	28,49	163,94	0,04	0,1	20	E8	9,7	22,8	5,3	0,6
209	Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	62,84	0,03	PERM	100		50,22	79,8	8,68	1,1
185,37	Каша геркулесовая на воде с маслом подсолнечным	150	2,81	4,63	17,89	124,47	0,09				20,8	75,67	30,98	0,80
392,19	Чай с сахаром.	180	0,06	0,02	7,21	29,26	8.253	0,03	The street		10,87	2,47	3,36	0,2
Итого	за Завтрак	420	10,32	13,75	53,87	380,51	0,16	0,13	120	ECH	91,59	180,74	48,32	2,8
Завт	рак 2			eine p		T 1 (20)			2.3	PANE S		Ball on		150
399,01	Сок фруктовый	100	0,3	0,2	16,3	68,2	0,02	2		Man 2	20	12	9	0,4
Итого	за Завтрак 2	100	0,3	0,2	16,3	68,2	0,02	2	ELET		20	12	9	0,4
Обед		a comment	-146	and it		LE STORY	1.5.34		770 34	The state of the s	The same	1827	11 76	PANE.
81,11	Суп картофельный с горохом на бульоне с укропом	200/1	5,12	2,27	14,22	97,85	0,16	5,04	m. Jan J	ļ	26,06	70,32	28,78	1,63
305,12	Котлеты куриные с соусом.	70	6,23	7,43	7,37	121,26	0,04	0,68	20,52				9,12	0,6
313,4	Каша перловая рассыпчатая с маслом подсолнечным, кукуруза консервированная	150	4,15	4,35	28,92	171,43	0,03	0,96			31,65	137,95	19,73	0,7
372.03	Компот из яблок свежих	180	0,14	0.14	21,49	87,78	0,01	3,6		post or	13,27	3,96	4,79	0,8
	Хлеб пшеничный	30	3,26		16,38	90,7	0,11	E CONT	F		20	65	14	1,1
	Хлеб ржаной.	20	1,32	0.24	6,68	41.8	0.04	No. of Contrasts	0.2	eri ma	7	31,6	9,4	0,78
	за Обед	651	20,22	15,78	95,06	610,82	0.39	10,28	20,72	172	108,99	347,02	85,82	5,73
_	THUK THE STATE OF			222	2-12-1		4.1.10		E		TALLE		h 7000	
280.0	Печенье "Рыбки"	42	2,42	13,69	19,84	212,25	I Control		E67.2			Brane	LV TO	14
392,21	Чай с сахаром, лимоном	200/9	0,15	0,03	8,28	33,99	据。日刊	3,63	Maria B		14,64	4,7	4,57	0,35
Итого	за Полдник	251	2,57	13,72	28,12	246,24		3,63	Desirals		14,64	4,7_	4,57	0,35
Ужин	The second secon		-	131						Carried Sec			-	-
245,02	Рыба припущенная с луком,	60	10,04	0,56	0,18	45,92	0,05	0,21	7,32		23,99	111,97	26,75	0,49
312,39	Картофельное пюре на отваре с маслом подсолнечным и огурцом	150	2,29	4,19	12,09	95,23	0,12	5,44			18,43	60,11	24,83	0,9
378	консервированным. Кисель из клюквы (фруктово-ягодный).	180	0,1	0,04	24,97	100,64		2,69			13,82	8,21	4,37	0,10
817.04	Хлеб пшеничный	20	2,17	0,9	10,91	60,46	0,02		LEGIA.	in the same	4	13	2,8	0,2
	за Ужин	410	14,6	5,69	48,15	302,25	0,19	8,34	7,32	Sara S	60,24	193,29	58,75	1,8
	за день		48.01	49.14	241,5	1608,02	0,76	24.38	148,04	ACT IN	295.46	737.75	206,46	11,

Приложение 8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20

рное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)

**Дион:** Диетическое меню (БКМ) полный день День: вторник Сезон: Осень-Зима

Недел	я 2 день 7	H	еделя:	2				Bo	зраст:					
Nº	Прием пищи, наименование блюда	Macca	Property Control	ищевь щества		Энерге- тическая		Витамі	ины (мг)		Мине	ральны (м	иг) иг)	ества
рец.		порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	B1	С	Α	E	Ca	Р	Mg	Fe
-1-	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завт	рак	Marie Lea		N. C.				brette Se	Grade Maria	market and		Man h		The state of
2	Бутерброд с повидлом	30/20	2,37	4,5	28,49	163,94	0,04	0,1	20		9,7	22,8	5,3	0,6
41,01	Салат из моркови с сахаром	25	0,31	0,03	2,84	12,87	0,01	0,6	ME AND	Ber 1	6,39	12,54	8,76	0,1
185,36	Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным.	150	1,59	0,23	21,72	95,31	0,02		1		11,49	34,75	12,86	0,2
533,0	Чай со смородиной.	180	0,1	0,03	8,69	35,43	1	8,49	12.24	EC N	11,75	3,62	4,42	0,3
Итого	за Завтрак	405	4,37	4,79	61,74	307,55	0,07	9,19	20		39,33	73,71	31,34	1,38
Завт	pak 2	C 1997			1200	and the more to the second					100			2753
368	Яблоки свежие нарезка.	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,03	7	Virginia 4	L.	16	11	9	2,2
Итого	за Завтрак 2	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,03	7		E. S	16	11	9	2,2
Обед	general desiration of the second seco		The sec Vil	474			10,000	Time.	Lange of		la to	433		7.90 1
576,08	Суп полевой с укропом	200/1	1,79	2,28	16,14	92,24	0,09	7,31	Ex. 3		23,86	54,6	23,45	0,8
274,16	Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным	70	4,59	6,47	5,28	97,71	0,02	1,43	8,58		13,16	55,04	9,08	0,8
344	Рагу овощное	150	2,61	1,93	13,61	82,25	0,07	10,62	0,05	Dec de	44,68	63,26	29,96	1
	Компот из сухофруктов	180	0,05	MAI	13,59	54,56	ELES	0,36	2017		48,66	13,86	7,26	1,1
	Хлеб пшеничный	30	3,26	1,35	16,38	90,7	0,11			PC-175	20	65	14	<b>%1,1</b>
	Хлеб ржаной.	20	1,32	0,24	6,68	41,8	0,04	Service should	0,2	Part I	7	31,6	9,4	0,7
Итого	за Обед	651	13,62	12,27	71,68	459,26	0,33	19,72	8,83	1 5 3	157,36	283,36	93,15	5,6
Поли	THUK TEL	Deliver to the	S. C.		443	A CARDON	KNA PA	ME A			1777			7.5
636	Печенье "Детское"	50	3,43	14,25	33,93	277,69	0,05	64-58	75,01	2.55	11,62	35,55	4,86	0,4
399	Сок фруктовый в ассортименте.	200	0,6	0,4	32,6	136,4	0,04	4			40	24	18	0,8
Итого	за Полдник	250	4,03	14,65	66,53	414,09	0,09	4	75,01		51,62	59,55	22,86	1,2
Ужин			ATT - T - T - T - T - T - T - T - T - T	17 2 5 C 18	E was the car	ente e constitución de la consti				A. South	and the state of t	The Tar		28 9 12
406.05	Печень тушеная в соусе.	70	11,19	6,68	5,54	127,04	0,11	5,97	469,44	1	12,7	159,23	13,66	3,8
	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	130	3,93	4,86	17,81	130,21	0,1				14,19	93,68	63,61	2,1
392,18	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8,01	32,5	Silver State of	0,03	Z. pró	Der S	11,04	2,72	3,49	0,2
	Хлеб пшеничный	20	2,17	0,9	10,91	60,46	0,02	Pane		1 - 7	4	13	2,8	0,2
_	за Ужин	420	17,36	12,46	42,27	350,21	0,23	6	469,44		41,93	268,63	83,56	6,4
Итого	за день	1	39,78	44,57	252,02	1575,51	0,75	45,91	573,28	× 12	306,24	696,25	239,91	17

ион: Диетическое меню (БКМ) полный день День: среда (8 тоип) допод хіамэвпатотопират ценность приготовляемых блюд (пист 8)

Возраст: Сезон: Осенр-Зима

у день		52,37	€6'9≯	90,865	1582,76	30,13	80,611	9'997		26,778	79,828	81,262	11,58
ниж/ г	420	19,93	89'9	35,22	97,082	60'0	36,24	88,74	7 - 17	112,52	142,35	62,08	2,48
леб пшеничый		2,17	6'0	16,01	94,09	20,0	1 222		T.V.	7	-13 -	2,8	0,22
ізй со смородиной	000	-11,0	60,0	99'6	39,31	2	6,43	1-7-8		13,06	4,02	16'7	15,0
апуста тушёная белокочанная	120	76,2	€8,4	14,29	112,69	100	12,62	20'0			26,92		1,14
оиле куриное отварное.	09	14,68	6'0	75,0	€,89	60,03	£,1	18,74	B - 13			36,54	87,0
A control of the second of the	- Nicora	NAME OF		3 2 2 2 2 2 3				1-66.8	Ja III	F 2 14 5	1200		
з Полдник	520	87,8	94'9	38,48	229,79	90'0	60,03	2,38	6.27	19,83	<b>₽£,7</b> E	99'6	84,0
Най с сахаром	200	20'0	20,0	10,8	32,5		60,0	1000		11,04	27,2	3,49	62,0
"якншьмоД" вичопу	- 09	17,5	£4'9	30,47	197,29	90'0	A SECTION	2,38	Y al		34,62		67'0
NK	a sales of	- and the				7,000	2.4.7.4			A	of restriction	32 34 170	12/42
дөдо г	199	14,2	12'28	18	74,048	44,0	20,58	10,34	17.13	82,711	91,472	LG'66	10,8
хлеб ржаной.	20	1,32	0,24	89'9	8,14	<b>†0'0</b>	10年では	2,0		1	31,6	<b>7</b> '6	87,0
леб пшеничный	30	3,26	1,35	16,38	۲٬06	11,0	21-14	be to	1	50	99	71	1,1
ок фруктовый.	180	<b>79'0</b>	96,0	29,34	122,76	<b>†0'0</b>	9,6	11.79	100	36	21,6	16,2	27,0
вежим вслом подсопнечным и огурцом заслом подсопнечным и огурцом	120	72,2	4,15	12,13	96'46	21,0	£8,8			£Z,71	18,18	24,83	96'0
олобки куриные с соусом томатным	04	<b>#6'</b>	2,7	41'9	109,24	60,03	69,0	10,14	3.7	11,24	32,51	20,8	67'0
ул картофельный с зеленью.	200/1	1,87	2,26	13,3	81,02	1,0	10,01	1		18,81	47,28	90,72	<b>Z6'0</b>
The second secon	- section to		-	Side Si E	12 12 13	Lan En	The same	LES L.		na bal	Town in	-7	+
завтрак 2	100	6'0	2,0	1,8	8,76	<b>†0'0</b>	09	1 4	1 3	34	23	13	6,0
лепьсин свежий нарезка	100	6'0	2,0	1,8	8,75	<b>⊅</b> 0'0	09	4 3		34	23	13	6,0
IK 2	- 1858 - V	1.00	- 14 (h.s	Sheet A		3372	MAL B	y-1	577	1.734.		12 4	A DES
завтрак .	420	13,56	16,74	72,26	493,94	5,62	2,23	968		64,29	22'6Þ1	52,28	3,01
най с сахаром.	180	90'0	20'0	12,7	92,62		60,0	B27: 3		10,87	74,2	3,36	72,0
обсоинелным и икрой кабачковой ермишель отварная с маслом	180	90'9	7,62	36,28	6,752	29,43	2,1	972	to the contract of	23,5	91' <del>1</del> 7	15,39	66'0
јидо отварное	07	80,6	9'7	82,0	<b>₽8</b> 'Z9	60,03		100		50,22	8'64	89'8	1,12
утерброд с повидлом	30/20	2,37	G't	64,82	163,94	<b>₽0'0</b>	1,0	50	100	<b>L'6</b>	8,22	6,3	69'0
IK	de terre	100	e Son				CONTRACTOR OF THE PARTY OF THE			777	17 725	1.50.31	7 7 7
2	3	b	9	9	1	8	6	101	11	15	13	11	J.
	иорции	9	ж	٨	(ккзи) Пенность	18	2	A	3	Ca	В	6M	9-1
Прием пищи, наименование блюда	Macca		пества пцевые		-этерне- явузенит		имвти8	IHPI (ML)		Мине		ис) че вещ	ватов

99,21 45,89314,00740,892

90,4 50,20162,472 22,88

99

19,68 88,69 91,41

19,39 111,21 22,85

L't | 19'tl

8'97 2'67

- 14

23,3

4,57 0,35

1,43

Анэд бе ототи

лічениный... бэгх 10,718

растительным 314'09 каша гречневая вязкая с маслом

нижу бе ототМ

392,23 Чай с сахаром и лимоном.

247 Рыба тушеная с овощами.

**АЖИН** 

Итого за Полдник

## (е тэмп) доло химевлаототия атэоннер вваещил и онем вона

мон: Диетическое меню (БКМ) полный день

369 Сок фруктовый в ассортименте. 10 9'0 8,0 18 24 07 Þ **†0'0** 136,4 32,6 200 Бутерород с повидлом.. 9'7 2,37 5,3 8,22 4'6 1'0 **\$0'0** 28,49 30/20 69'0 50 163,94 Полдник **Мтого за Обед** 37,4 SE,78 49,742 84,211 22,13 16,69 6,0 67'99 77'6 16'71 61,814 631 756,01 Хлеб ржаной. 40'0 8,14 89'9 0,24 1,32 20 31,6 2,0 **7'6** L 817,01 Хлеб пшеничный.. 11,0 4'06 16,38 1,35 3,26 99 20 30 1'1 PL 387,06 Напиток из апельсинов. 19,6 13,49 4,5 2,34 **76'69** 6'71 20,0 **†0'0** 180 86,0 сметаны), томат свежий 302,36 Птица тушеная с овощами (без 36,02 105,35 36,39 1,56 16,44 10,8 11,0 157,84 9'11 8,8 16,8 200 картофелем и укропом 57,13 Борщ из свежей капусты с 29,95 44,14 29,93 90'0 66'8 | \$0'0 16'49 11,03 2,03 1,38 2007 дэдО 20,0 16,3 2,0 6,0 **Итого за Завтрак 2** 20 2 2,89 100 t'0 6 12 399,01 Сок фруктовый... 2,0 15 20 20,0 2,89 16,3 6,0 100 Завтрак 2 20,2 | 69,64 | 80,611 | 60,14 Итого за Завтрак 61,0 12,0 10,04 67,29 2,03 20 3,785 430 392,19 Han c caxapom. 72,0 3,36 10,87 2,47 60,03 29,26 7,21 20,0 90'0 180 растительным маслом 50,35 18,59 93,13 110 t'46L 31,59 29'9 9'4 916,03Каша пшённая жидкая на воде с 200 64,82 9'7 5,3 8,22 46 20 1,0 **\$0'0** 163,94 2,37 Бутерброд с повидлом. 69'0 30/20 Завтрак 15 9 14 13 11 10 6 8 1 9 Þ 3 1 (ккэп) 3 0 BI Ж 9 ценность peu. порции Прием пищи, наименование блюда (ML) вещества (г) тическая Macca BNTAMNHЫ (Mr) минеральные вещества -элерге-Пищевые 6 анэд S кпэдэР **S** : впэдэН Bo3pacr: сезон: Осенр-Зимя День: четверг

42,18 37,4 255,81 1535,65

16,38

82,8

18,71

2,17

60,19

12,82 44,64

1,35

60,03

98'7

89'9

6'7

46'91

3,26

91'0

3,93

6,63

76'2

420

-30

200/10

130

08

250

38,17 71,85 19,0

3,63

81,1

1'7

6,0

11,0

1'0

60'0

80,0

361,32

Z'06

66,66

130,21

106,42

300,34

99,41 18,4

99'71

ное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 10)

ион: Диетическое меню (БКМ) полный день День: пятница

Сезон: Осень-Зима

Неделя 2 день 10

Неделя: 2

Недел	я 2 день 10	The second second	еделя:	4	-			D	озраст:	A STATE OF	W. But we we	14-2-		
Nº	Прием пищи, наименование блюда	Macca		ищевь щества		Энерге- тическая		Витам	ины (мг)		Мине		ые вещ иг)	ества
рец.		порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	B1	С	Α	Е	Ca	Р	Mg	Fe
1 - 1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завт	рак				3			12 /48	2			1.	15 10	
2	Бутерброд с повидлом	30/20	2,37	4,5	28,49	163,94	0,04	0,1	20	Eng. 13	9,7	22,8	5,3	0,63
185,36	Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным.	150	1,59	0,23	21,72	95,31	0,02				11,49	34,75	12,86	0,27
392,18	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8,01	32,5	21 (15)	0,03	100		11,04	2,72	3,49	0,29
338,03	Яблоки свежие (нарезка)	50	0,2	0,2	4,9	22,2	0,02	5,78	0,02	PALE	8	5,5	4,5	1,1
	за Завтрак	450	4,23	4,95	63,12	313,95	0,08	5,91	20,02	35.37	40,23	65,77	26,15	2,29
Завтр					737.4	F. 2027	anus:			23.60				
399,01	Сок фруктовый	100	0,3	0,2	16,3	68,2	0,02	2	1	LITTE	20	12	9	0,4
Итого:	за Завтрак 2	100	0,3	0,2	16,3	68,2	0,02	2	Every 1		20	12	9	0,4
Обед		100	No.				£ 3.7.	400			1.3			1/27
73	Икра кабачковая.	50	0,95	4,45	3,85	59,25	76,5	3,5	460		20,5	18,5	7,5	0,35
76,15	Рассольник Ленинградский с укропом	200/1	3,47	2,2	16,26	98,72	0,08	7,06	4		20,7	60,02	22,18	0,85
279,09	Тефтели из говядины паровые.	60	6,56	6,33	6,35	108,61	0,02	0,18	11.473	Territoria de la companya della companya della companya de la companya della comp	9,77	75,53	10,98	1,15
	Макароны отварные с растительным маслом . §	130	4,76	4,3	29,56	175,97	0,05				19,96	30,68	9,64	0,68
398.02	Напиток из шиповника.	180	0,61	0,25	18,68	79,41	0,01	0,18	2002	D133	19,2	3,06	4,86	0,57
817.01	Хлеб пшеничный	30	3,26	1,35	16,38	90,7	0,11	ELECTION AND ADDRESS OF THE PARTY OF THE PAR	L_ 8	ELG]	20	65	14	1,1
	Хлеб ржаной.	20	1,32	0,24	6,68	41,8	0,04	13000	0,2	Fileson Linear	7	31,6	9,4	0,78
	за Обед	671	20,93	19,12	97,76	654,46	76,81	10,92	460,2	Ref Ell	117,13	284,39	78,56	5,48
Полд	HNK	- 3554	ken j	3123	341	t & EUSELPS S						是推出	The State	E.W.
2	Бутерброд с повидлом	30/20	2,37	4,5	28,49	163,94	0,04	0,1	20	6.50%	9,7	22,8	5,3	0,63
392.18	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8,01	32,5		0,03			11,04	2,72	3,49	0,29
	за Полдник	250	2,44	4,52	36,5	196,44	0,04	0,13	20		20,74	25,52	8,79	0,92
Ужин	many property of the control of the	The same and the s	15 75-00 W		Take a		Sie was being	1				V parties .	The state of the s	100000 100 100 100 100 100 100 100 100
288,09	Филе куриное отварное.	50	14,68	0,9	0,37	68,3	0,03	1,3	47,81			68,41	43,95	0,78
	Капуста тушёная белокочанная	150	2,97	4,85	14,29	112,69	0,04	25,51	0,07		85,77		28,63	1,14
	Кисель из натурального сока.	200	0,19	0,12	32,57	132,12	0,01	1,2	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1		23,16		6,89	0,29
	Хлеб пшеничный	30 3	3,26	1,35	16,38	90,7	0,11	A Carlotte	57.25		20	65	14	1,1
	за Ужин	430	21,1	7,22	63,61	403,81		28,01				205,23	AND STATE OF THE PARTY OF THE P	3,31
	за день	7.4	49	36,01	277,29	1636,86	77,14	46,97	548,1		336,72	592,91	215,97	12,4