

Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение Республики Крым
«СИМФЕРОПОЛЬСКИЙ КОЛЛЕДЖ РАДИОЭЛЕКТРОНИКИ»

УТВЕРЖДАЮ:



О.Ф. Касперова 09.01.2025г.

Примерное

двухнедельное (десятидневное) меню для обучающихся
в учреждениях среднего профессионального образования
(дети-сироты)

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЕННЫХ БЛЮД

Неделя: I ПОНЕДЕЛЬНИК ; ЛИСТ: 1

ВОЗРАСТ: СВЫШЕ 12 ЛЕТ

№ рек.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Завтрак													
182	Каша молочная жидкая (кр.рисовая)	210	8,00	14,00	35,00	298,00		2,00			212,00	181,00	29,00
223	Запеканка сыр/мол.сг	100/20	18,26	16,07	16,7	288	0,2	0,7	120	0,5	259,39	285,35	35,24
14	Масло сливочное	10	0,12	10,80	0,19	99,00	-	-	60,00	0,16	3,60	4,50	-
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	-	0,03	-	-	11,10	2,80	1,40
	Хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	91,00	-	-	-	-	18,00	79,00	24,00
	Хлеб пшеничный	75	6,00	0,75	36,70	178,50	-	-	-	-	15,00	48,80	10,50
Итого завтрак			35,45	45,64	120,59	1014,5	0,2	2,73	180	0,66	519,09	601,45	100,14
Обед													
2	Салат из отварной свеклы с маслом	150	2,1	9,015	12,39	139,2	0,03	9,975	-	4,05	53,190	60,945	31,05
99	Суп из овощей	300	1,91	5,99	10,90	114,30	0,09	12,40	-	2,79	41,80	59,13	24,90
229	Рыба тушен с овощами	100/100	22,71	5,8	7,6	206	0,1	7,84	11,45	5,76	78,8	281,89	74,13
309	Макаронные изделия отварные с сыром и маслом	150/30/5	12,69	14,93	31,9	313,5	0,08	0,21	108	1	276,75	189,45	19,05
38 9	Сок фруктовый	200	1	-	20,2	84,8	0,02	4	-	0,2	14	14	8
	Хлеб пшеничный	100	8,00	1,00	49,00	238,00	-	-	-	-	20,00	65,00	14,00
	Хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	91,00	-	-	-	-	18,00	79,00	24,00
Итого за Обед			51,41	37,73	148,99	1186,8	0,32	34,42	119,45	13,8	502,54	749,41	195,13
Полдник													
	Печенье; какао	30/200	2,40 4,00	3,80 4,00	27,80/ 26,00	156,00/ 149,00	0,04/-	0,10/ 1,00	20,00/ -	0,39/ -	10,00/ 123,00	22,80/ 116	5,60/ 22,00
338	Фрукты свежие	300	1,20	1,20	28,80	141,00	0,09	30,00	-	0,60	48,00	33,00	1,69
Итого за Полдник			7,6	9	82,6	446	0,13	31,1	20,00	0,99	181	171,8	29,29
Ужин													
14	Масло сливочное порции	12	0,08	7,25	0,13	66,00	-	-	40,00	0,11	2,40	3,00	-
37	Салат картофельный с огурцом консервирован.	100	1,21	7,84	8,96	111,40	0,05	6,04	-	2,41	18,50	42,10	15,20
288	Курица отв.с соус	75/50	17,4	13,2	4,8	208,5	0,05	1,02	70,20	0,71	34,40	173,00	18,40
310	Картофель отварной	250	5,2	7,8	44,8	271,7	0,24	33	-	4,72	41,8	141,6	47,6
349	Компот из с/фр	200	0,66	0,15	32	132,8	0,02	0,73	-	0,51	32,48	23,44	17,4
	Хлеб пшеничный	75	6,00	0,75	36,70	178,50	-	-	-	-	15,00	48,80	10,50

	Хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	91,00	-	-	-	-	18,00	79,00	24,00
Итого за ужин			33,55	37,99	144,39	1059,9	0,36	40,79	110,20	8,46	162,58	510,94	133,1
Ужин 2													
409	Пирожок печёный с картофелем	60	4,04	2,50	24,80	137,60	0,07	0,41	12,00	1,22	13,52	44,80	16,30
386	Кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00	-	248,00	184,00	28,00
Итого за ужин 2			9,84	7,50	33,20	239,60	0,11	1,01	52,00	1,22	261,52	228,80	44,30
Итого за день			137,85	137,86	529,77	3946,8	1,12	110,05	481,65	25,13	1626,73	2262,4	501,96

Руководитель службы по организации питания



В.А.Хромченков

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЕННЫХ БЛЮД

ВОЗРАСТ: СВЫШЕ 12 ЛЕТ

Неделя: I вторник, лист: 2

№ рек.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Завтрак													
	Колбаса ОТВ.	40	22,3	29,25	114,93	813,73	0,05	8,91	-	-	423,68	40	2,8
182	Каша молочная жидкая (кр.пшено)	210	8,9	12,9	44	329		2			212	181	29
379	Кофейный напиток	200	3,16	2,68	15,9	100,6	0,04	1,3	20	-	125	90	14
210	омлет натур.	106,5	10,78	19,2	2,04	224	0,08	0,2	251	0,58	79,7	174,6	12,4
73	Икра овощная	150	4,09	10,78	21,75	200,7	0,06	7,02	-	22,2	136,35	83,7	49,95
	Хлеб ржаной	50	3	1	17	91	-	-	-	-	18	79	24
	Хлеб пшеничный	75	6	0,75	36,7	178,5	-	-	-	-	15	48,8	10,5
Итого за Завтрак			61,23	76,56	252,32	1937,53	0,23	19,43	271	22,78	1009,73	697,1	142,65
Обед													
45/ 70	Салат из св. капусты/ /Овощи натуральные)	150/ /100	3,9	11,08	4,84	134,7	0,06	25,95	44,4	4,35	49,8	74,7	22,65
82	Борщ с картофелем и капустой	300	2,16	5,9	13,12	124,5	0,06	12,8	-	2,88	59,66	65,52	31,3
260	Гуляш из говядины	75/75	21,83	25,1	4,34	331,5	0,045	1,38	-	3,92	32,72	231,2	33
311	Картофель отварной в молоке	250	5,85	6,22	28,6	211	0,22	26,83	-	0,28	99,5	162,58	46,5
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	-	0,03	-	-	11,1	2,8	1,4
14	масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	-	-	40	0,11	2,4	3	-
	Хлеб пшеничный	100	8	1	49	238	-	-	-	-	20	65	14
	Хлеб ржаной	50	3	1	17	91	-	-	-	-	18	79	24
Итого за Обед			44,89	57,57	132,03	1256,7	0,39	66,99	84,4	11,54	293,18	68038	172,85
Полдник													
34 9	Печенье, кисель	30/200	2,4 0,4	3,8 -	27,8 38,1	156 155	0,04 0,02	0,1 0,73	20 -	0,39 0,51	10 32,48	22,8 23,44	5,6 17,46
338	Фрукты свежие	340	1,36	1,36	32,64	159,8	0,1	34	-	0,68	54,4	37,4	1,91
Итого за Полдник			4,16	5,16	98,54	470,8	0,16	34,83	20	1,58	96,88	83,64	24,97
Ужин													
14	Масло сливочное порции	10	0,08	7,25	0,13	66	-	-	40	0,11	2,4	3	-
52	Салат из отварной свеклы с маслом	150	2,1	9,01	12,39	139,2	0,03	9,97	-	4,05	53,19	60,94	31,05
229	Рыба тушен с овощами	100/100	22,71	5,8	7,6	206	0,1	7,84	11,45	5,76	78,85	281,89	74,13
304	каша рассыпчатая рисовая	150	3,8	8,5	40,3	254	0,05	-	-	0,97	4,86	37,17	21,1

389	Сок фруктовый	200	1,00	-	20,2	84,8	0,02	4	-	0,2	14	14	8	
	Хлеб пшеничный	75	6,00	0,75	36,7	178,5	-	-	-	-	15	48,8	10,5	
	Хлеб ржаной	50	3,00	1	17	91	-	-	-	-	18	79	24	
Итого за ужин			38,69	32,31	134,32	1019,5	0,2	21,81	51,45	11,09	186,3	524,8	168,78	
Ужин2														
409	Пирожок печёный с картофелем	60	4,04	2,5	24,8	137,6	0,07	0,41	12	1,22	13,52	44,8	16,3	
386	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8,4	102	0,04	0,6	40	-	248	184	28	
Итого за ужин2			9,84	7,5	33,2	239,6	0,11	1,01	52	1,22	261,5	228,8	44,3	
Итого за день			158,81	179,1	650,41	4924,13	1,09	144	478,85	48,21	1847,59	2218,14	553,55	

Руководитель службы по организации питания



В.А.Хромченко

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЕННЫХ БЛЮД

Неделя: 1 СРЕДА; лист: 3

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Завтрак													
14	Масло сливочное порции	15	0,12	10,87	0,2	99	-	-	60	0,17	3,6	4,5	-
252	колбаса отварная	35	2,32	2,95	-	36,00	0,00	0,07	26,00	0,05	88,00	50,00	3,50
182	Каша молочная вязкая рисовая)	200/10	5,9	11,7	43,6	304	-	2,00	-	-	212,00	181,00	29,00
382	Какао с молоком	200	4,00	4,00	26,00	149,00	-	1,00	-	-	123,00	116,00	22,00
62 73	салат из моркови / кра каб	100\100	1,4/ 2,73	2,1 7,19	11,4 14,5	71 133,8	0,04 0,04	4,68 4,68	- -	14,80 14,8	90,90 24,00	55,80 16,50	18,10 0,845
210	Омлет натуральный	106\5	10,78	19,20	2,04	224,00	0,08	0,20	251,00	0,58	79,70	174,60	12,40
	Хлеб пшеничный	75	6,00	0,75	36,70	178,50	-	-	-	-	15,00	48,80	10,50
	Хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	91,00	-	-	-	-	18,00	79,00	24,00
Итого за Завтрак			34,12	53,17	151,34	1223	0,16	22,95	337	15,9	654,2	726,2	120,34
Обед													
49/ 70	Салат витаминный, овощи консерв.	100/ 100	1,57	6,02	8,79	95,70	0,05	32,90	-	16,00	31,96	33,87	16,60
96	Рассольник «Ленинградский»	300	2,42	6,11	14,38	128,70	0,11	10,05	-	2,82	34,98	68,07	29,00
259	Жаркое домашнему	75/250	32,40	36,18	33,16	590,00	0,24	13,50	-	6,20	61,00	411,50	84,90
349	Компот из смеси сухофруктов,	200	0,66	0,15	32,00	132,80	0,02	0,73	-	0,51	32,48	23,44	17,40
	Хлеб пшеничный	100	8,00	1,00	49,00	238,00	-	-	-	-	20,00	65,00	14,00
	Хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	91,00	-	-	-	-	18,00	79,00	24,00
Итого за Обед			48,05	50,46	154,33	1276,20	0,42	57,18	0,00	25,53	198,42	680,88	185,90
Полдник													
37 6	печенье, чай	30\200	2,40 0,07	3,80 0,02	27,80 15	156,00 60	0,04 -	0,10 0,03	20,00 -	0,39 -	10,00 11,1	22,80 2,8	5,60 1,4
338	Фрукты свежие	300	1,20	1,20	28,80	141,00	0,09	30,00	-	0,60	48,00	33,00	1,69
Итого за Полдник			3,60	5,00	56,60	297,00	0,13	30,10	20,00	0,99	58,00	55,80	7,29
Ужин													
14	Масло сливочное порции	10	0,08	7,25	0,13	66,00	-	-	40,00	0,11	2,40	3,00	-
52	Салат из	150	1,40	6,01	8,26	92,80	0,02	6,65	-	2,70	35,46	40,63	20,70

	отварной свеклы с маслом												
229	рыба туш. с овощами	100\100	22,71	5,8	7,6	206	0,1	7,84	11,45	5,76	78,8	281,89	74,13
312	Пюре картофельное с маслом	250	4,08	12,80	12,80	183,00	0,18	24,20	-	0,24	49,30	115,40	37,00
389	Сок фруктовый	200	1,00	-	20,20	84,80	0,02	4,00	-	0,20	14,00	14,00	8,00
	Хлеб пшеничный	75	6,00	0,75	36,70	178,50	-	-	-	-	15,00	48,80	10,50
	Хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	91,00	-	-	-	-	18,00	79,00	24,00
Итого за Ужин			38,27	33,61	102,69	902,1	0,32	42,69	51,45	9,01	212,96	581,92	174,33
Ужин 2													
409	Пирожки печёные с творогом	75	7,91	27,67	36,91	235,00	0,07	0,02	26,25	1,04	40,69	77,81	18,94
386	Простокваша	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00	-	248,00	184,00	28,00
Итого за ужин2			13,71	32,67	45,31	337	0,11	0,62	66,25	1,04	288,69	261,81	46,94
Итого за день			137,75	174,91	510,27	4035,3	1,14	153,54	474,7	52,47	1412,27	2306,61	497,88

Руководитель службы по организации питания



В.А.Хромченко

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЕННЫХ БЛЮД

ВОЗРАСТ: СЫШЕ 12 ЛЕТ

Неделя: 1 ЧЕТВЕРГ ; ЛИСТ: 4

№ реп.	Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Завтрак													
62	Салат морковный	150	2,1	3,15	17,1	106,5	0,07	6,04	-	2,41	18,50	42,10	18,1
181	Каша молочная манная	200/10	6,03	3,47	42,2	225	0,08	1,17	18	0,42	131,6	115,1	20,3
385	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00	-	240,00	180,00	28,00
15	Сыр/колбаса отв	15,00	3,481	4,42	-	54,00	-	0,1	39	0,07	132	75	5,25
		30	16,73	21,94	86,2	610,30	0,04	6,68	0,00	14,8 0	317,80	285,	57,60
223	Запеканка творож.мол сг	150/40	30,69	23,2	58,8	567	0,33	0,99	136,5	0,87	410,7	451,8	55,8
	Хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	91,00	-	-	-	-	18,00	79,00	24,00
	Хлеб пшеничный	75	6,00	0,75	36,70	178,50	-	-	-	-	15,00	48,80	10,50
Итого за завтрак			73,83	62,93	267,6	1939,3	0,6	17,58	233,5	18,5 7	1283,6	1276,8	219,55
Обед													
52	Салат из отварной свеклы с маслом	150	2,1	9,01	12,39	139,2	0,03	9,97	-	4,05	53,19	60,94	31,05
97/107	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	300	12,69	5,46	19,30	193,20	0,21	14,30	30,00	2,02	104,30	222,53	71,22
255	Печень по строгановски	100	26,52	22,46	7,04	370	0,4	16,9	11564	6,1	66,48	478,6	34,9
309	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,52	4,51	26,45	168,45	0,05	-	-	0,97	4,86	37,17	21,1
349 14	Компот из смеси сухофруктов масло сливочное	200	0,66	0,15	32	132,8	0,02	0,73	-	0,51	32,48	23,44	17,46
		10	0,08	7,25	0,13	66	-	-	40	0,11	2,4	3	-
	Хлеб пшеничный	100	8,00	1,00	49,00	238,00	-	-	-	-	20,00	65,00	14,00
	Хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	91,00	-	-	-	-	18,00	79,00	24,00
Итого за Обед			58,57	50,84	169,41	1420,8 5	0,71	41,9	11634	13,7 6	301,71	969,68	213,73
Подник													
/38 9	Печенье/сок	30/200	2,40	3,80	27,80	156,00	0,04	0,10	20,00	0,39	10,00	22,80	5,60
			1,00	-	20,2	84,8	0,02	4	-	0,2	14	14	8
338	Фрукты свежие	340	1,36	1,36	32,64	159,8	0,1	34	-	0,68	54,4	37,4	1,91

Итого за Полдник			4,76	5,16	80,64	400,6	0,16	38,1	20,00	1,27	78,4	74,2	15,51
Ужин													
14	Масло сливочное порции	10	0,08	7,25	0,13	66,00	-	-	40,00	0,11	2,40	3,00	-
45	Салат из св капусты	150	3,9	11,08	4,84	134,7	0,06	25,95	44,4	4,35	49,8	74,7	22,65
288	Кура отварная ,соус	75/50	17,4	13,2	4,8	208,5	0,05	1,02	70,2	0,71	34,4	173	18,4
310	Картофель отварной	250	5,85	6,22	28,6	211	0,22	26,83	-	0,28	99,5	162,58	46,5
376	Чай	200	0,07	0,02	15	60	-	0,03	-	-	11,1	2,8	1,4
	Хлеб пшеничный	75	6,00	0,75	36,70	178,50	-	-	-	-	15,00	48,80	10,50
	Хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	91,00	-	-	-	-	18,00	79,00	24,00
Итого за ужин			36,3	39,52	107,07	949,7	0,33	53,83	154,6	5,45	230,2	543,88	123,45
Ужин 2													
424	Булочка домашняя	60	4,37	7,51	26,28	190,8	0,07	-	2,4	2,8	11,88	42	16,32
386	Ряженка	200	5,8	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00	-	248,00	184,00	28,00
Итого за Ужин 2			10,17	12,51	34,68	292,8	0,11	0,60	42,4	2,8	259,88	226	44,32
Итого за день			183,37	170,81	659,4	5003,2	1,91	152,0	12084	41,8	1946,6	3090,4	616,56
					5		1	,5	5	1	6		

Руководитель службы по организации питания



В.А.Хромченков

Неделя: Пятница; Лист: 5

Возраст: Свыше 12 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Завтрак													
62	Салат морковный	150	2,1	3,15	17,1	106,5	0,07	6,04	-	2,41	18,5	42,1	18,10
120	Суп молочный с макаронами	300	6,8	7,1	25,6	194	0,05	-	-	0,97	4,86	37,17	21,10
379	Кофейный напиток	200	3,16	2,68	15,9	100,6	0,04	1,3	20	-	125	90	14
14	Масло слив/ колбаса отв	15	0,12	10,80	0,19	99,00	-	-	60,00	0,16	3,60	4,50	-
243		25	13,94	18,28	71,83	508,58	0,03	5,57	-	-	264,80	237,50	48
223	Запеканка твор.мол сг	100/20	18,26	16,07	16,7	288	0,2	0,7	120	0,5	259,39	285,35	35,24
	Хлеб пшеничный	75	6,00	0,75	36,70	178,50	-	-	-	-	15,00	48,80	10,50
	Хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	91,00	-	-	-	-	18,00	79,00	24,00
Итого за завтрак			53,38	59,83	201,02	1566,18	0,39	13,61	200	4,04	709,15	824,42	170,94
Обед													
45	Салат из свежей капусты	150	3,9	11,08	4,84	134,7	0,06	25,95	44,4	4,35	49,8	74,7	22,65
102	Суп картофельный с горохом	300	6,59	6,32	19,80	177,90	0,27	6,99	-	2,91	51,21	105,70	42,60
229	Рыба тушенн с овощами	100/100	22,71	5,8	7,6	206	0,1	7,84	11,45	5,76	78,8	281,89	74,13
143	Рагу овощное	150/5	2,27	16,35	12,9	213	0,09	18,75	69	3,01	55,74	67,5	24,3
87 3 15	Кисель сыр	200	0,04	-	38,1	155	0,02	0,73	-	0,51	32,48	23,44	17,46
		12	2,785	0,354	-	43,2	-	0,08	31,2	0,06	105,6	60,0	4,20
	Хлеб пшеничный	100	8,00	1,00	49,00	238,00	-	-	-	-	20,00	65,00	14,00
	Хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	91,00	-	-	-	-	18,00	79,00	24,00
Итого за Обед			49,91	42,05	143,14	1236,6	0,54	60,34	156,05	16,6	411,63	757,23	180,30
Полдник													
37 6	Печенье/чай	30	2,40	3,80	27,80	156,00	0,04	0,10	20,00	0,39	10,00	22,80	5,60
		200	0,07	0,02	15	60,0	-	0,03	-	-	11,1	2,8	1,4
338	Фрукты свежие	330	1,32	1,32	31,68	155,1	0,1	33	-	0,66	52,8	36,3	29,7
Итого за Полдник			3,79	5,14	74,48	371,1	0,14	33,13	20,00	1,05	73,9	61,9	36,7
Ужин													
14	Масло сливочное порции	10	0,08	7,25	0,13	66,00	-	-	40,00	0,11	2,40	3,00	-

21	Салат из консер.огурцов	100	0,85	5,05	2,58	59,10	0,15	4,11	-	0,33	23,74	23,22	13,30
241	Мясо говядины отварное с соусом сметанным	75/50	43,75	35	5,5	509,37	0,09	0,03	31,56	0,13	72,34	357,34	48,12
310	Картофель отварной	250	5,2	7,8	44,8	271,7	0,24	33	-	4,72	41,8	141,6	47,6
389	Сок фруктовый	200	1,00	-	20,20	84,80	0,02	4,00	-	0,20	14,00	14,00	8,00
	Хлеб пшеничный	75	6,00	0,75	36,70	178,50	-	-	-	-	15,00	48,80	10,50
	Хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	91,00	-	-	-	-	18,00	79,00	24,00
Итого за ужин			59,88	56,85	126,91	1260,47	0,5	41,14	71,56	5,49	187,28	666,96	199,64
Ужин2													
409	Пирожки печёные с капустой	60	3,73	1,90	21,00	115,50	0,03	0,49	12,10	1,11	6,28	31,30	7,16
386	Кисломол продукт	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00	-	248,00	184,00	28,00
Итого за ужин2			9,53	6,90	29,40	217,50	0,07	1,09	52,10	1,11	254,28	215,30	35,16
Итого за день			176,39	170,77	574,95	4668,85	1,64	149,31	499,71	28,29	1636,21	2525,81	622,74

РУКОВОДИТЕЛЬ СЛУЖБЫ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ



В.А.ХРОМЧЕНКОВ

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЕННЫХ БЛЮД

ВОЗРАСТ: СВЫШЕ 12 ЛЕТ

Неделя: 2 ПОНЕДЕЛЬНИК; ЛИСТ: 6

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Завтрак													
14	Масло сливочное порции	15	0,12	10,8	0,19	99	-	-	60	0,16	3,6	4,5	-
243	Колбаса отварная	50	27,88	36,56	143,66	1017,16	0,06	11,14	-	-	529,6	475	96
181	Каша молочная жидкая (кр.рисовая)	210	8	14	35	298		2			212	181	29
379	Напиток кофейный на молоке	200	3,16	2,68	15,9	100,6	0,04	1,3	20	-	125	90	14
209	Яйцо отварное	40	5	4,6	0,28	63	0,03	-	100	0,24	22	76,8	4,8
62	Салат морковный	100	1,4	2,1	11,4	71	0,04	4,68	-	14,8	90,9	55,8	18,1
	Хлеб ржаной	50	3	1	17	91	-	-	-	-	18	79	24
	Хлеб пшеничный	75	6	0,75	36,7	178,5	-	-	-	-	15	48,8	10,5
Итого за Завтрак			54,56	72,49	260,13	1918,26	0,17	19,12	180	15,2	1016,1	1010,9	196,4
Обед													
45/ 70	Салат из св. капусты/ /Овощи натуральные (огурцы консервир)	150/ /100	3,9	11,08	4,84	134,7	0,06	25,95	44,4	4,35	49,8	74,7	22,65
82	Борщ с картофелем и капустой	300	2,16	5,9	13,12	124,5	0,06	12,8	-	2,88	59,66	65,52	31,3
260	Гуляш из говядины	75/75	21,83	25,1	4,34	331,5	0,045	1,38	-	3,92	32,72	231,2	33
312	Картофельное пюре	250	4,08	12,8	12,8	183	0,18	24,2	-	0,24	49,3	115,4	37
389	Сок /сыр	200 12,1	1	-	20,2	84,8	0,02	4	-	0,2	14	14	8
	Хлеб пшеничный	100	8	1	49	238	-	-	-	-	20	65	14
	Хлеб ржаной	50	3	1	17	91	-	-	-	-	18	79	24
Итого за Обед			43,97	56,88	121,3	1187,5	0,37	68,33	44,4	11,59	243,48	644,82	169,95
Полдник													
37 6	Печенье чай	30 200	2,4 0,07	3,8 0,02	27,8 15	156 60	0,04 -	0,1 0,03	20 -	0,39 -	10 11,1	22,8 2,8	5,6 1,4
338	Фрукты свежие	345	2,07	2,07	49,68	243,22	0,16	51,75	-	1,03	82,8	56,92	2,91
Итого за Полдник			4,54	5,89	92,48	459,22	0,2	51,88	20	1,42	103,9	82,52	9,91
Ужин													
14	Масло сливочное порции	10	0,08	7,25	0,13	66	-	-	40	0,11	2,4	3	-
52	Салат из отварной свеклы с маслом	150	1,40	6,01	8,26	92,8	0,017	6,65	-	2,7	35,46	40,63	20,7
229	Рыба тушен с овощами	100/100	22,71	5,8	7,6	206	0,1	7,84	11,45	5,76	78,85	281,89	74,13
310	Картофель отварной	250	5,85	6,22	28,6	211	0,22	26,83	-	0,28	99,5	162,58	46,5
349	Компот из сухофр.	200	0,66	0,15	32	132,8	0,02	0,73	-	0,51	32,48	23,44	17,46
	Хлеб пшеничный	75	6,00	0,75	36,7	178,5	-	-	-	-	15	48,8	10,5

	Хлеб ржаной	50	3,00	1	17	91	-	-	-	-	18	79	24	
Итого за ужин			39,7	27,18	130,29	978,1	0,36	42,05	51,45	9,36	281,69	639,34	193,29	
Ужин2														
406	Пирожок печёный с творогом	75	4,04	2,5	24,8	137,6	0,07	0,41	12	1,22	13,52	44,8	16,3	
386	Ряженка	200	5,8	5	8,4	102	0,04	0,6	40	-	248	184	28	
Итого за ужин2			9,84	7,5	33,2	239,6	0,11	1,01	52	1,22	261,5	228,8	44,3	
Итого за день			152,61	169,94	637,4	4782,68	1,21	182,4	347,85	38,79	1906,67	2606,38	613,85	

Руководитель службы по организации питания:



Хромченков В.А.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЕННЫХ БЛЮД
НЕДЕЛЯ: 2 ВТОРНИК; ЛИСТ: 7

№ реп.	Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Завтрак													
15	Сыр	12	2,79	0,35	-	43,2	-	0,08	31,2	0,06	105,6	60	4,2
181	Каша жидкая молочная (кр. манная)	210	6,03	3,47	42,20	225,00	0,08	1,17	18,0 0	0,42	131,60	115,10	20,30
62	Салат морковный	150	2,1	3,15	17,1	160,5	0,07	6,04	-	2,41	18,5	42,1	18,1
382	Какао с молоком	200	4,00	4,00	26,00	149,00	-	1,00	-	-	123,00	116,00	22,00
	Хлеб пшеничный	75	6,00	0,75	36,70	178,50	-	-	-	-	15,00	48,80	10,50
	Хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	91,00	-	-	-	-	18,00	79,00	24,00
223	Запеканка из творога с молоком сгущённым	150/20	30,69	23,20	58,80	567,00	0,13	0,99	136, 50	0,87	410,70	451,80	55,80
Итого за завтрак			54,61	35,92	197,8	1414,2	0,28	9,28	185, 7	3,76	822,4	912,8	154,9
Обед													
67/ 42	Винегрет овощной/ Салат картофель с огур.консервирован.	150/ 150	2,1	15	11,24	187,65	0,06	14,44	-	6,75	46,86	64,9	29,25
102	Суп картофельный с горохом	300	6,00	6,00	20,00	156,00		12,00	1,00		33,00	87,00	35,00
229	Рыба тушеная в томате с овощами	100/100	22,71	5,8	7,6	206	0,1	7,84	11,4 5	5,76	78,8	281,89	74,13
293	Макароны отварные	200	7,36	6,01	35,27	224,6	0,07	-	-	1,29	6,48	49,56	28,13
349 14	Кисель из смеси сухофруктов масло сливочное	200 10	0,66 0,12	0,15 10,8	32,00 0,19	132,80 99	0,02 -	0,73 -	- 60	0,51 3,6	32,48 4,5	23,44 -	17,46
	Хлеб пшеничный	100	8,00	1,00	49,00	238,00	-	-	-	-	20,00	65,00	14,00
	Хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	91,00	-	-	-	-	18,00	79,00	24,00
Итого за Обед			49,95	45,76	172,3	1335,05	0,25	34,97	77,4	17,91	240,12	650,79	221,97
Полдник													
37 6	Печенье/чай	30/200	2,40 0,07	3,80 0,02	27,80 15	156,00 60	0,04 -	0,10 0,03	20,0 -	0,39 -	10,00 11,1	22,80 2,8	5,60 1,4
338	Фрукты свежие	340	1,36	1,36	32,64	159,8	0,01	34	-	0,68	54,4	37,4	1,91
Итого за Полдник			3,83	5,18	75,44	375,8	0,05	34,13	20,0 0	1,07	75,5	63	8,91
Ужин													

14	Масло сливочное порцин	10	0,08	7,25	0,13	66,00	-	-	40,00	0,11	2,40	3,00	-
52	Салат из отв свеклы	150	1,4	6,01	8,26	92,8	0,02	6,65	-	2,7	35,46	40,63	20,7
241	Мясо отварное , соусом	75/50	43,75	35	5,5	509,37	0,09	0,03	31,56	0,13	72,34	357,34	48,12
312	Картофельное пюре	250	5,1	16	34	228,75	0,22	30,17	-	0,3	61,5	144,3	46,5
389	Сок фруктовый	200	1,00	-	20,20	84,80	0,02	4,00	-	0,20	14,00	14,00	8,00
	Хлеб пшеничный	75	6,00	0,75	36,70	178,50	-	-	-	-	15,00	48,80	10,50
	Хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	91,00	-	-	-	-	18,00	79,00	24,00
Итого за ужин			60,33	66,01	121,69	1251,22	0,35	40,85	77,5	3,44	218,7	687,07	157,82
Ужин2													
424	Булочка домашняя	60	4,37	7,51	26,28	190,8	0,07	-	2,4	2,8	11,88	42	16,32
	Ряженка	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00	-	248,00	184,00	28,00
Итого за ужин2			10,17	12,51	34,68	292,8	0,11	0,60	42,4	2,8	259,88	226	44,32
Итого за день			178,89	165,38	601,91	4669,47	1,04	119,83	403	25,54	1615,7	2544,19	587,92

Руководитель службы по организации питания:



Хромченков В.А.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЕННЫХ БЛЮД

ВОЗРАСТ: СЫШЕ 12 ЛЕТ

Неделя: 2 СРЕДА; ЛИСТ: 8

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Завтрак													
174	Каша молочная жидкая (кр.рисовая)	210	8,00	14,00	35,00	298,00	-	2,00	-	-	212,00	181,00	29,00
62	Салат морковный	150	2,1	3,15	17,1	106,5	0,07	6,04	-	2,41	18,5	42,1	18,1
210	Омлет натуральный	50	17,52	19,94	0,06	171,70	0,04	1,02	70,20	0,71	34,43	173,50	18,40
14	Масло сливочное	15	0,12	10,80	0,19	99,00	-	-	60,00	0,16	3,60	4,50	-
243	колбаса отварная	35	27,88	36,56	143,66	1017,6	0,06	-	-	-	529,6	475,00	96
379	Напиток кофейный на молоке	200	3,16	2,68	15,90	100,60	0,04	1,30	20,00	-	125,00	90,00	14,00
	Хлеб пшеничный	75	6,00	0,75	36,70	178,50	-	-	-	-	15,00	48,80	10,50
	Хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	91,00	-	-	-	-	18,00	79,00	24,00
Итого за завтрак			67,78	88,88	265,61	2062,9	0,21	10,36	150,2	3,28	956,13	1093,9	210
Обед													
53	Салат из отвар.свеклы с горошком	150	1,4	6,01	8,26	92,8	0,02	6,65	-	2,7	35,46	40,63	20,7
104	Суп картофель с мяс фрикадельками	300	10,4	7,2	23,4	201	0,11	7,29	-	1,74	35,40	69,27	28,56
28 8	Кура отвар,соус	100/50	20,88	15,84	5,76	250,2	0,06	1,22	84,24	0,85	41,28	207,6	22,08
143	Рагу овощное	200	3,03	21,8	17,2	284	0,12	25	92	4,01	74,32	90	32,4
3 8 9	Сок фруктовый	200	1,00	-	20,20	84,80	0,02	4,00	-	0,20	14,00	14,00	8,00
	Хлеб пшеничный	100	8,00	1,00	49,00	238,00	-	-	-	-	20,00	65,00	14,00
	Хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	91,00	-	-	-	-	18,00	79,00	24,00
Итого за Обед			47,71	52,85	140,82	1241,8	0,33	41,43	44,16	9,5	238,46	565,5	149,74
Полдник													
3 3 8	Фрукты свежие	310	1,24	1,24	29,76	145,7	0,09	31	-	0,62	49,6	34,1	1,75
3 7 6	Печенье чай	30 200	2,40 0,07	3,80 0,02	27,80 15,00	156,00 60,00	0,04 -	0,10 0,03	20,00 -	0,39 -	10,00 11,1	22,80 2,80	5,60 1,40
Итого за Полдник			3,71	5,06	72,56	361,7	0,13	31,13	20,00	0,99	70,7	59,7	8,75
Ужин													
14	Масло сливочное порции	10	0,08	7,25	0,13	66,00	-	-	40,00	0,11	2,40	3,00	-

52	Салат из отварной свеклы с маслом	150	2,1	9,01	12,39	139,2	0,03	9,98	-	4,05	53,19	60,95	31,05
228	Рыба, тушенная с овощами	100/50	18,40	10,24	4,28	182,00	0,20	1,70	16,40	5,54	77,88	202,70	31,64
310	Картофель отварной с маслом	250	5,2	7,8	44,8	271,7	0,24	33	-	4,72	41,8	141,6	47,6
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,15	32	132,8	0,02	0,73	-	0,51	32,48	23,44	17,46
	Хлеб пшеничный	75	6,00	0,75	36,70	178,50	-	-	-	-	15,00	48,80	10,50
	Хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	91,00	-	-	-	-	18,00	79,00	24,00
Итого за ужин			35,44	36,2	147,3	1061,2	0,49	45,41	56,4	14,93	240,75	559,49	162,25
Ужин2													
406	Ватрушка с творогом	75	4,04	2,5	24,8	137,6	0,07	0,41	12	1,22	13,52	44,8	16,3
386	Простокваша	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00	-	248,00	184,00	28,00
Итого за ужин2			9,84	7,5	33,2	239,6	0,11	1,01	52	1,22	261,52	228,8	44,3
Итого за день			164,48	190,49	659,49	4967,2	1,27	129,34	322,76	29,92	1767,56	2507,39	575,04

Руководитель службы по организации питания:



ХРОМЧЕНКОВ В.А.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЕННЫХ БЛЮД

ВОЗРАСТ: СЫШЕ 12 ЛЕТ

Неделя: 2 Четверг, лист: 9

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Завтрак													
15	Сыр твердый	15	2,79	0,35	-	43,2	0,00	0,08	31,2	0,06	105,6	60	4,2
181	Каша жидкая молочная (кр. манная)	210	6,03	3,47	42,20	225,00	0,08	1,17	18,00	0,42	131,60	115,10	20,30
382	Какао с молоком	200	4,00	4,00	26,00	149,00	-	1,00	-	-	123,00	116,00	22,00
73	Икра кабачковая	100	2,73	7,19	14,50	133,80	0,04	4,68	-	14,80	90,90	55,80	18,10
62	салат морковный	100											
223	Запеканка творож. мол сг	150	30,69	23,2	58,8	567	0,33	0,99	136,5	0,87	410,7	451,8	55,8
	Хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	91,00	-	-	-	-	18,00	79,00	24,00
	Хлеб пшеничный	75	6,00	0,75	36,70	178,50	-	-	-	-	15,00	48,80	10,50
Итого за завтрак			55,24	39,96	157,2	1387,5	0,45	7,92	185,7	16,15	894,8	926,6	154,9
Обед													
45/ /21	Салат из св. капусты/ Салат из огурцов консервир. с луком	150/ /100	3,9	11,08	4,84	134,7	0,06	25,95	44,4	4,35	49,8	74,7	22,65
101	Суп картофельный с крупой рисовой	300	2,37	3,26	14,54	102,90	0,10	9,90	-	1,47	32,00	67,10	27,30
255	Печень по строгановски	100/50	26,52	22,46	7,04	370	0,4	16,9	11564	6,1	66,48	478,6	34,9
312	Картофельное пюре	250	5,1	16	34	228,75	0,22	30,17	-	0,3	61,5	144,3	46,5
376	Чай масло сливочное	200 15	0,07 0,12	0,02 10,8	15 0,19	60,0 99,00	- -	0,03 -	- 60	- 0,16	11,10 3,60	2,80 4,5	1,4 -
	Хлеб пшеничный	100	8,00	1,00	49,00	238,00	-	-	-	-	20,00	65,00	14,00
	Хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	91,00	-	-	-	-	18,00	79,00	24,00
Итого за Обед			49,08	64,9	141,61	1324,35	0,78	82,95	11668, 4	12,38	262,48	916	170,75
Полдник													
87 3	Печенье кисель	30 200	2,40 0,4	3,80 -	27,80 38,1	156,00 155,0	0,04 0,02	0,10 0,73	20,00 -	0,39 0,51	10,00 32,48	22,80 23,44	5,60 17,46
338	Фрукты свежие	340	1,36	1,36	32,64	159,8	0,01	34	-	0,68	54,4	37,4	1,91
Итого за Полдник			4,16	5,16	98,54	470,8	0,07	34,83	20,00	1,58	96,88	83,64	24,97

Ужин													
14	Масло сливочное порции	10	0,08	7,25	0,13	66,00	-	-	40,00	0,11	2,40	3,00	-
52	Салат из отварной свеклы	150	1,4	6,01	8,26	92,8	0,02	6,65	-	2,7	35,46	40,63	20,7
259	Жаркое по домашнему	75/250	32,4	36,18	33,16	590	0,24	13,5	-	6,2	61	411,5	84,9
389	Сок фруктовый	200	1,00	-	20,20	84,80	0,02	4,00	-	0,20	14,00	14,00	8,00
	Хлеб пшеничный	75	6,00	0,75	36,70	178,50	-	-	-	-	15,00	48,80	10,50
	Хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	91,00	-	-	-	-	18,00	79,00	24,00
Итого за ужин			43,88	51,19	115,45	1103,1	0,28	24,15	40	9,21	145,86	596,93	148,1
Ужин 2													
424	Булочка домашняя	60	4,37	7,51	26,28	190,8	0,07	-	2,4	2,8	11,88	42	16,32
386	Ряженка	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00	-	248,00	184,00	28,00
Итого за ужин2			10,17	12,51	34,68	292,8	0,11	0,6	42,4	2,8	259,88	226	44,32
Итого за день			162,53	173,72	557,48	4578,55	1,69	150,45	11956,5	42,12	1661,9	2749,17	542,04

Руководитель службы по организации питания:



Хромченков В.А.

Примерное меню и пищевая ценность приготовленных блюд

Возраст: Свыше 12 лет

Неделя: 2 пятница; лист: 10

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Завтрак													
120	Суп молочный с макаронами	300	6,8	7,1	25,6	194	0,05	-	-	0,97	4,86	37,17	21,1
62	Салат морковный	100	1,4	2,1	11,4	71	0,04	4,68	-	14,80	90,90	55,80	18,10
210	Омлет натуральный	53	17,52	19,94	0,06	171,7	0,04	1,02	70,2	0,71	34,43	173,5	18,4
14	Масло сливочное	15	0,12	10,80	0,19	99,00	-	-	60,00	0,16	3,60	4,50	-
243	колбаса отв	25	13,94	18,28	71,83	508,58	0,03	5,57	-	-	264,80	237,50	48,0
379	Кофейный напиток	200	3,16	2,68	15,9	100,6	0,04	1,3	20	-	125	90	14
	Хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	91,00	-	-	-	-	18,00	79,00	24,00
	Хлеб пшеничный	75	6,00	0,75	36,70	178,50	-	-	-	-	15,00	48,80	10,50
Итого завтрак			51,94	62,65	178,68	1414,38	0,2	12,57	150,2	16,64	556,59	726,27	154,1
Обед													
52	Салат из отварной свеклы с маслом	150	1,40	6,01	8,26	92,80	0,02	6,65	-	2,70	35,46	40,63	20,70
99	Рассольник	300	1,91	5,99	10,90	114,30	0,09	12,40	-	2,79	41,80	59,13	24,90
226	Рыба отварная, соус	100/50	18,7	7,82	0,9	148	0,06	0,68	47,8	1,22	55,6	188	25,6
171	Каша рассыпчатая пшено	200	9,73	13,2	53,33	373,33	0,08	0,21	108,00	1,00	276,75	189,45	19,05
38915	Сок сыр	200 12	0,66 2,79	0,15 0,35	32,00 -	132,80 43,2	0,02 -	0,73 0,08	- 31,2	0,51 0,06	32,48 105,6	23,44 60,0	17,46 4,2
	Хлеб пшеничный	100	8,00	1,00	49,00	238,00	-	-	-	-	20,00	65,00	14,00
	Хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	91,00	-	-	-	-	18,00	79,00	24,00
Итого за Обед			46,19	35,52	171,39	1326,23	0,27	20,75	187	8,28	585,69	704,65	149,91
Полдник													
338	Печенье чай	30 200	2,40 0,07	3,80 0,02	27,80 15,0	156,00 60,0	0,04 -	0,10 0,03	20,00 -	0,39 -	10,00 11,1	22,80 2,80	5,60 1,40
338	Фрукты свежие	340	1,36	1,36	32,64	159,8	0,01	34	-	0,68	54,4	37,4	1,91
Итого за Полдник			3,83	5,18	75,44	375,8	0,05	34,13	20,00	1,07	75,5	63	8,91
Ужин													
14	Масло сливочное порции	10	0,08	7,25	0,13	66,00	-	-	40,00	0,11	2,40	3,00	-
45	Салат из свежей капусты	150	3,9	11,08	4,84	134,7	0,06	25,95	44,4	4,35	49,8	74,7	22,65
255	Печень по	75/50	19,89	16,84	5,28	277,5	0,3	12,67	8673	4,57	49,86	358,95	26,17

	строгоновски												
312	Картофельное пюре	250	5,1	16	34	228,75	0,22	30,17	-	0,3	61,5	144,3	46,5
873	кисель	200	0,4	-	38,1	155	0,02	0,73	-	0,51	32,48	23,44	17,46
	Хлеб пшеничный	75	6,00	0,75	36,70	178,50	-	-	-	-	15,00	48,80	10,50
	Хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	91,00	-	-	-	-	18,00	79,00	24,00
Итого за ужин			38,37	52,92	136,05	1131,45	0,6	69,52	8757,4	9,84	229,04	732,19	147,28
Ужин2													
406	Пирожок печёный с творогом	75	4,04	2,50	24,80	137,60	0,07	0,41	12,00	1,22	13,52	44,80	16,30
386	Ряженка	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00	-	248,00	184,00	28,00
Итого за ужин2			9,84	7,50	33,20	239,60	0,11	1,01	52,00	1,22	261,52	228,80	44,30
Итого за день			150,17	163,77	594,76	4487,46	1,23	137,98	9166,6	37,05	1708,34	2454,91	5

Руководитель службы по организации питания



В.А. Хромченков