



"Утверждаю":

Директор ГБОУ СОШ им.М.К.Овсянникова с. Исаклы

Е.Н.Нестерова

" 01 " сентября 2023г

Еженедельное меню пришкольного интерната ГБОУ СОШ им. М. К. Овсянникова с. Исаклы на 2023-2024 учебный год

Неделя:	первая
Сезон:	осенне-зимний, зимне-весенний
Возрастная категория:	с 7-11 и с 11 лет и старше

1	2	3	Пищевые вещества (г)			7	8
			4	5	6		
День 1	<b>Завтрак</b>						
Понедельник	Каша 5 злаков молочная	200/7	9,04	13,44	50,14	358	173
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	376
	бутерброд (хлеб) с маслом	50/10	4,03	7,75	24,28	182,9	1
	йогурт	95	3,9	1,43	5,61	50,82	ПР
<b>Итого</b>			<b>17,04</b>	<b>22,64</b>	<b>95,03</b>	<b>651,72</b>	
	<b>Обед</b>						
	огурцы свежие	60	0,42	0,06	1,14	7,2	71
	Борщ из св.капусты с картофелем и мясом	250/25/10	8,3	11,12	11,33	188,25	82
	Макаронные изделия отварные с маслом	225/8	8,18	8,67	45,68	293,57	203
	пшеница натуральный рубленый	100	17,29	35,79	8,23	426	267
	Соус красн.основн	50	0,95	2,94	3,98	46,15	333
	Чай с лимоном	200/15/3	0,13	0,02	15,2	62	629
	Хлеб белый	3/50	11,85	1,5	72,45	350,7	ПР
	фрукты (яблоки)	200	0,8	0,8	19,6	94	338
<b>Итого</b>			<b>47,92</b>	<b>60,9</b>	<b>177,61</b>	<b>1467,87</b>	
	<b>Полдник</b>						
	сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389
	кекс в ассортимент	100	6,15	18,5	50,73	381,36	ПР
<b>Итого</b>			<b>7,15</b>	<b>18,5</b>	<b>70,93</b>	<b>466,16</b>	
	<b>Ужин</b>						
	сыр порц	30	6,96	8,85	0	108	15
	Рис отварной	180/8	4,58	6,74	45,98	262,82	304
	пшикочки отварные	100	11,42	18,16	1,27	216	243
	Соус красн.основной	50	0,95	2,94	3,98	46,15	333
	Хлеб белый	2/50	7,9	1	48,3	233,8	ПР
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	376
<b>Итого</b>			<b>31,88</b>	<b>37,71</b>	<b>114,53</b>	<b>926,77</b>	
	<b>2 ужин</b>						
	простоквашка	170	4,93	4,25	6,97	85,8	386
<b>Итого</b>			<b>4,93</b>	<b>4,25</b>	<b>6,97</b>	<b>85,8</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>108,92</b>	<b>144</b>	<b>465,07</b>	<b>3598,32</b>	
День 2	<b>Завтрак</b>						
Вторник	Каша вязкая молочная из риса	200/7	6	10,85	52,93	334	174
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	376
	бутерброд (хлеб)с маслом	50/10	4,03	7,75	24,28	182,9	1
	шоколад	45	2,25	10,8	25,65	207	ПР
	сырок творожный	45	6,75	3,6	5,17	80,1	ПР
<b>Итого</b>			<b>19,1</b>	<b>33,02</b>	<b>123,03</b>	<b>864</b>	
	<b>Обед</b>						
	помидора свежая	60	0,66	0,12	2,28	13,2	71
	суп картофельный с бобовыми и мясом	250/25	11,74	9,47	16,54	211,75	102
	Пюре картофельное	225/8	4,75	7,44	31,67	212,7	312
	Птица тушёная в сметане	100	21,35	19,63	2,93	250,22	293

	Хлеб белый	3/50	11,85	1,5	72,45	350,7	ПР
	компот из свежих яблок	200/24	0,16	0,16	27,88	114,6	342
	фрукты (груши)	200	0,8	0,6	20,6	94	338
<b>Итого</b>			<b>51,31</b>	<b>38,92</b>	<b>174,35</b>	<b>1247,17</b>	
	<b>Полдник</b>						
	сок фруктовый	200	1,00	0	20,2	84,8	389
	вафли	100	5,00	39,00	52,00	590,00	ПР
<b>Итого</b>			<b>6,00</b>	<b>0</b>	<b>72,2</b>	<b>674,8</b>	
	<b>Ужин</b>						
	колбаса порционная	50	7,55	20,05	0,15	211,7	16
	Каша рассыпчатая гречневая	180/6	10,32	7,31	46,36	292,5	302
	Тефтели 1 вариант	100	9,8	9,43	10,46	165,88	278
	Соус красн.основной	50	0,95	2,94	3,98	46,15	333
	Хлеб белый	2/50	7,9	1	48,3	233,8	ПР
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	376
<b>Итого</b>			<b>36,59</b>	<b>40,75</b>	<b>124,25</b>	<b>1010,03</b>	
	<b>2 ужин</b>						
	молочный коктейль	200					
<b>итого</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>113</b>	<b>112,69</b>	<b>493,83</b>	<b>3796</b>	
День 3 Среда	<b>Завтрак</b>						
	запеканка творожная	200/20	32,15	24,33	61,6	594	223
	бутерброд (хлеб) с маслом	50/10	4,03	7,75	24,28	182,9	1
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	376
	йогурт	95	3,9	1,43	5,61	50,82	ПР
<b>Итого</b>			<b>40,15</b>	<b>33,53</b>	<b>106,49</b>	<b>887,72</b>	
	<b>Обед</b>						
	огурцы свежие	60	0,42	0,06	1,14	7,2	71
	Щи из свежей капусты с картофелем и мясом	250/25	8,27	11,15	8,01	174,25	88
	Рис отварной	180/8	4,58	6,74	45,98	262,82	304
	гуляш	100	17,29	35,79	8,23	426	260
	Чай с лимоном	200/15/3	0,13	0,02	15,2	62	629
	Хлеб белый	3/50	11,85	1,5	72,45	350,7	ПР
	фрукты (апельсины)	200	0,8	0,6	20,6	94	338
<b>Итого</b>			<b>43,34</b>	<b>55,86</b>	<b>171,61</b>	<b>1376,97</b>	
	<b>Полдник</b>						
	сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389
	рулет бисквитный	150	8,25	5,25	69	564,00	ПР
<b>Итого</b>			<b>9,25</b>	<b>5,25</b>	<b>89,2</b>	<b>648,8</b>	
	<b>Ужин</b>						
	Макаронные изделия отварные с маслом	225/8	8,18	8,67	45,68	293,57	203
	сосиска отварная	120	12,11	33,78	55,38	358,1	243
	Хлеб белый	2/50	7,9	1	48,3	233,8	ПР
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	376
<b>Итого</b>			<b>28,26</b>	<b>43,47</b>	<b>164,36</b>	<b>945,47</b>	
	<b>2 ужин</b>						
	кисло-молочный продукт (Снежок)	270	7,83	6,75	11,34	137,7	386
<b>Итого</b>			<b>7,83</b>	<b>6,75</b>	<b>11,34</b>	<b>137,7</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>128,83</b>	<b>89,39</b>	<b>278,1</b>	<b>2264,69</b>	
День 4 Четверг	<b>Завтрак</b>						
	Каша вязкая молочная из манной крупы	200/7	6,11	10,7	42,36	291	173
	бутерброд (хлеб)с маслом	50/10	4,03	7,75	24,28	182,9	1
	кофейный напиток со сгущенным молоком	200/14	2,94	2	20,92	113,4	380
	конфета шоколадная	45	2,25	10,8	25,65	207	ПР
<b>Итого</b>			<b>15,33</b>	<b>31,25</b>	<b>113,21</b>	<b>794,3</b>	
	<b>Обед</b>						
	помидора свежая	60	0,66	0,12	2,28	13,2	71
	рассольник ленингр.с мясом	250/25\10	8,3	11,29	12,38	191,75	96
	Жаркое по-домашнему	250/50	27,77	31,01	28,42	463	259
	Чай с лимоном	200/15/3	0,13	0,02	15,2	62	629
	Хлеб белый	3/50	11,85	1,5	72,45	350,7	ПР

	фрукты (бананы)	200	3	1	42	192	338
<b>Итого</b>			<b>51,71</b>	<b>44,94</b>	<b>172,73</b>	<b>1272,65</b>	
	<b>Полдник</b>						
	сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389
	печенье	100	8,5	11,3	69,7	414,5	ПР
<b>Итого</b>			<b>9,5</b>	<b>11,3</b>	<b>89,9</b>	<b>499,3</b>	
	<b>Ужин</b>						
	Макаронные изделия отварные с маслом	225/8	8,18	8,67	45,68	293,57	203
	Птица тушёная в сметане	100	21,35	19,63	2,93	250,22	293
	Хлеб белый	2/50	7,9	1	48,3	233,8	ПР
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	376
<b>Итого</b>			<b>37,5</b>	<b>29,32</b>	<b>111,91</b>	<b>837,59</b>	
	<b>2 ужин</b>						
	молочный коктейль	200	6,36	17,645	35,26	325,3	ПР
<b>Итого</b>			<b>6,36</b>	<b>17,645</b>	<b>35,26</b>	<b>325,3</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>120,4</b>	<b>134,455</b>	<b>523,01</b>	<b>3729,14</b>	
<b>День 5</b>	<b>Завтрак</b>						
<b>Пятница</b>	Каша вязкая молочная из риса и пшена	200/7	6,08	11,18	43,46	300	175
	бутерброд (хлеб)с маслом	50/10	4,03	7,75	24,28	182,9	1
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	376
	шоколад	90	8,55	34,2	40,5	504	ПР
	сырок творожный	45	6,75	3,6	5,17	80,1	ПР
<b>Итого</b>			<b>25,48</b>	<b>56,75</b>	<b>128,41</b>	<b>1127</b>	
	<b>Обед</b>						
	салат из св.капусты с морковью	100	1,32	3,24	6,46	60,4	45
	Суп с макаронными изделиями и мясом	250/25	8,82	6,98	15,69	172,5	112
	плов из отв.говядины	200/50	25,5	23,8	40,63	495	244
	Чай с лимоном	200/15/3	0,13	0,02	15,2	62	629
	Хлеб белый	3/50	11,85	1,5	72,45	350,7	ПР
	фрукты (яблоки)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	338
<b>Итого</b>			<b>48,22</b>	<b>36,14</b>	<b>165,13</b>	<b>1211,1</b>	
	<b>Полдник</b>						
	сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389
	тортик вафельный	90	4,77	18,18	55,17	476,1	ПР
<b>Итого</b>			<b>5,77</b>	<b>18,18</b>	<b>75,37</b>	<b>560,9</b>	
	<b>Ужин</b>						
	сыр порц	30	6,96	8,85	0	108	15
	Пюре картофельное	225/8	4,75	7,44	31,67	212,7	312
	бифштекс рубленый	100	57,15	23,69	0	290,56	266
	Хлеб белый	2/50	7,9	1	48,3	233,8	ПР
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	376
<b>Итого</b>			<b>76,83</b>	<b>41</b>	<b>94,97</b>	<b>905,06</b>	
	<b>2 ужин</b>						
	кисломолочный продукт (ряженка)	270	7,83	6,75	11,34	137,7	386
<b>итого</b>			<b>7,83</b>	<b>6,75</b>	<b>11,34</b>	<b>137,7</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>164,13</b>	<b>158,82</b>	<b>475,22</b>	<b>3941,76</b>	
<b>День 6</b>	<b>Завтрак</b>						
<b>Суббота</b>	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы	200/7	8,64	11,06	54,3	352	173
	бутерброд (хлеб)с маслом	50/10	4,03	7,75	24,28	182,9	1
	сыр порц	30	6,96	8,85	0	108	15
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	376
	йогурт	95	3,9	1,43	5,61	50,82	ПР
<b>Итого</b>			<b>23,6</b>	<b>29,11</b>	<b>99,19</b>	<b>753,72</b>	
	<b>Обед</b>						
	Макаронные изделия отварные с маслом	225/8	8,18	8,67	45,68	293,57	203
	Птица тушёная в сметане	100	21,35	19,63	2,93	250,22	293
	Чай с лимоном	200/15/3	0,13	0,02	15,2	62	629
	Хлеб белый	2/50	7,9	1	48,3	233,8	ПР
	фрукты (яблоки)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	338
<b>Итого</b>			<b>38,16</b>	<b>29,92</b>	<b>126,81</b>	<b>910,09</b>	
	<b>Полдник</b>						





"Утверждаю":

Директор ГБОУ СОШ им.М.К.Овсянникова с. Исаклы

*Е.Н.Нестерова*

Е.Н.Нестерова

"01" сентября 2023г

Еженедельное меню **пришкольного интерната** ГБОУ СОШ им. М. К. Овсянникова с. Исаклы на 2023-2024 учебный год

Неделя:	вторая
Сезон:	осенне-зимний, зимне-весенний
Возрастная категория:	с 7-11 и с 11 лет и старше

1	2	3	Пищевые вещества (г)			7	8
			Б	Ж	У		
День 1	<b>Завтрак</b>						
Понедельник	Каша вязкая молочная из риса и пшена	200/7	6,08	11,18	43,46	300	173
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	376
	бутерброд (хлеб)с маслом	50/10	4,03	7,75	24,28	182,9	1
	йогурт	95	3,9	1,43	5,61	50,82	ПР
<b>Итого</b>			<b>14,08</b>	<b>20,38</b>	<b>88,35</b>	<b>593,72</b>	
	<b>Обед</b>						
	помидора свежая	60	0,66	0,12	2,28	13,2	71
	Щи из свежей капусты с картофелем и мясом	250/25	8,27	11,15	8,01	174,25	88
	Каша рассыпчатая гречневая	180/6	10,32	7,31	46,36	292,5	302
	бифштекс рубленый	100	57,15	23,69	0	290,56	266
	Соус красн.основн	50	0,95	2,94	3,98	46,15	333
	Чай с лимоном	200/15/3	0,13	0,02	15,2	62	629
	Хлеб белый	3/50	11,85	1,5	72,45	350,7	ПР
	фрукты (яблоки)	200	0,8	0,8	19,6	94	338
<b>Итого</b>			<b>90,13</b>	<b>47,53</b>	<b>167,88</b>	<b>1323,36</b>	
	<b>Полдник</b>						
	сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389
	печенье	100	8,5	11,3	69,7	414,5	ПР
<b>Итого</b>			<b>9,5</b>	<b>11,3</b>	<b>89,9</b>	<b>499,3</b>	
	<b>Ужин</b>						
	сыр порц	30	6,96	8,85	0	108	15
	Макаронные изделия отварные с маслом	225/8	8,18	8,67	45,68	293,57	203
	колбаса отварная	100	11,42	18,16	1,27	216	243
	Соус красн.основн	50	0,95	2,94	3,98	46,15	333
	Хлеб белый	2/50	7,9	1	48,3	233,8	ПР
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	376
<b>Итого</b>			<b>35,48</b>	<b>39,64</b>	<b>114,23</b>	<b>957,52</b>	
	<b>2 ужин</b>						
	молочный коктейль	200	6,36	17,645	35,26	325,3	ПР
<b>Итого</b>			<b>6,36</b>	<b>17,645</b>	<b>35,26</b>	<b>325,3</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>155,55</b>	<b>136,495</b>	<b>495,62</b>	<b>3699,2</b>	
День 2	<b>Завтрак</b>						
Вторник	Каша вязкая молочная из манной крупы	200/7	6,11	10,7	42,36	291	173
	кофейный напиток со сгущенным молоком	200/14	2,94	2	20,92	113,4	380
	бутерброд с маслом	50/10	4,03	7,75	24,28	182,9	1
	шоколад	45	2,25	10,8	25,65	207	ПР
	сырок творожный	45	6,75	3,6	5,17	80,1	ПР
<b>Итого</b>			<b>22,08</b>	<b>34,85</b>	<b>118,38</b>	<b>874,4</b>	
	<b>Обед</b>						
	салат из св.капусты с морковью	100	1,32	3,24	6,46	60,4	45
	Суп с макаронными изделиями и мясом	250/25	8,82	6,98	15,69	172,5	112
	Пюре картофельное	225/8	4,75	7,44	31,67	212,7	312

	Птица тушёная в сметане	100	21,35	19,63	2,93	250,22	293
	Хлеб белый	3/50	11,85	1,5	72,45	350,7	ПР
	Чай с лимоном	200/15/3	0,13	0,02	15,2	62	629
	фрукты (бананы)	200	3	1	42	192	338
<b>Итого</b>			<b>51,22</b>	<b>39,81</b>	<b>186,4</b>	<b>1300,52</b>	
	<b>Полдник</b>						
	сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389
	вафли	100	5,00	39,00	52,00	590,00	ПР
<b>Итого</b>			<b>6</b>	<b>39</b>	<b>72,2</b>	<b>674,8</b>	
	<b>Ужин</b>						
	колбаса порционная	50	7,55	20,05	0,15	211,7	16
	Рис отварной	180/8	4,58	6,74	45,98	262,82	304
	Тефтели 1 вариант	100	9,8	9,43	10,46	165,88	278
	Соус красн.основн	50	0,95	2,94	3,98	46,15	333
	Хлеб белый	2/50	7,9	1	48,3	233,8	ПР
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	376
<b>Итого</b>			<b>30,85</b>	<b>40,18</b>	<b>123,87</b>	<b>980,35</b>	
	<b>2 ужин</b>						
	простоквашка сладкая	170	4,93	4,25	6,97	85,8	386
<b>итого</b>			<b>4,93</b>	<b>4,25</b>	<b>6,97</b>	<b>85,8</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>115,08</b>	<b>158,09</b>	<b>507,82</b>	<b>3915,87</b>	
День 3 Среда	<b>Завтрак</b>						
	колбаса порционная	50	7,55	20,05	0,15	211,7	16
	сыр порц	20	4,64	5,9	0	72	15
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	376
	булочка детская	100	7,28	12,52	43,92	318	424
	конфета шоколадная	45	2,25	10,8	25,65	207	ПР
<b>Итого</b>			<b>21,79</b>	<b>49,29</b>	<b>84,72</b>	<b>868,7</b>	
	<b>Обед</b>						
	огурцы свежие	60	0,42	0,06	1,14	7,2	71
	рассольник ленингр.с мясом	250/25\10	8,3	11,29	12,38	191,75	96
	плов из отварной говядины	200/50	25,5	23,8	40,63	495	244
	Чай с лимоном	200/15/3	0,13	0,02	15,2	62	629
	Хлеб белый	3/50	11,85	1,5	72,45	350,7	ПР
	фрукты (апельсины)	200	0,8	0,6	20,6	94	338
<b>Итого</b>			<b>47</b>	<b>37,27</b>	<b>162,4</b>	<b>1200,65</b>	
	<b>Полдник</b>						
	сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389
	рулет бисквитный	150	8,25	5,25	69	564,00	ПР
<b>Итого</b>			<b>9,25</b>	<b>5,25</b>	<b>89,2</b>	<b>648,8</b>	
	<b>Ужин</b>						
	сыр порц	30	6,96	8,85	0	108	15
	Каша рассыпчатая гречневая	180/6	10,32	7,31	46,36	292,5	302
	сосиска отварная	120	12,11	33,78	55,38	358,1	243
	Хлеб белый	2/50	7,9	1	48,3	233,8	ПР
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	376
<b>Итого</b>			<b>37,36</b>	<b>50,96</b>	<b>165,04</b>	<b>1052,4</b>	
	<b>2 ужин</b>						
	кисло-молочный продукт (Снежок)	270	7,83	6,75	11,34	137,7	386
<b>Итого</b>			<b>7,83</b>	<b>6,75</b>	<b>11,34</b>	<b>137,7</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>123,23</b>	<b>86,56</b>	<b>247,12</b>	<b>2069,35</b>	
День 4 Четверг	<b>Завтрак</b>						
	Каша 5 злаков молочная	200/7	9,04	13,44	50,14	358	173
	бутерброд (хлеб) с маслом	50/10	4,03	7,75	24,28	182,9	1
	кофейный напиток со сгущенным молоком	200/14	2,94	2	20,92	113,4	380
	сыр порц	30	6,96	8,85	0	108	15
	йогурт	95	3,9	1,43	5,61	50,82	ПР
<b>Итого</b>			<b>26,87</b>	<b>33,47</b>	<b>100,95</b>	<b>813,12</b>	
	<b>Обед</b>						
	помидора свежая	60	0,66	0,12	2,28	13,2	71
	Суп картофельный с крупой и рыбной консерва	250/25	9,81	4,95	12,11	124,39	101

	Макаронные изделия отварные с маслом	225/8	8,18	8,67	45,68	293,57	203
	гуляш	100	17,29	35,79	8,23	426	260
	компот из свежих яблок	200/24	0,16	0,16	27,88	114,6	342
	Хлеб белый	3/50	11,85	1,5	72,45	350,7	ПР
	фрукты (бананы)	200	3	1	42	192	338
<b>Итого</b>			<b>50,95</b>	<b>52,19</b>	<b>210,63</b>	<b>1514,46</b>	
	<b>Полдник</b>						
	сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389
	кекс бискв	100	6,15	18,5	50,73	381,36	ПР
<b>Итого</b>		100	<b>7,15</b>	<b>18,5</b>	<b>70,93</b>	<b>466,16</b>	
	<b>Ужин</b>						
	колбаса порционная	50	7,55	20,05	0,15	211,7	16
	Пюре картофельное	225/8	4,75	7,44	31,67	212,7	312
	рыба припущенная	100	11,18	2,47	2,61	77,5	227
	Хлеб белый	2/50	7,9	1	48,3	233,8	ПР
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	376
<b>Итого</b>			<b>31,45</b>	<b>30,98</b>	<b>97,73</b>	<b>795,7</b>	
	<b>2 ужин</b>						
	простоквашка сладкая	170	4,93	4,25	6,97	85,8	386
<b>Итого</b>			<b>4,93</b>	<b>4,25</b>	<b>6,97</b>	<b>85,8</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>121,35</b>	<b>139,39</b>	<b>487,21</b>	<b>3675,24</b>	
<b>День 5</b>	<b>Завтрак</b>						
Пятница	Каша вязкая молочная из пшенной крупы	200/7	8,64	11,06	54,3	352	173
	бутерброд (хлеб)с маслом	50/10	4,03	7,75	24,28	182,9	1
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	376
	шоколад	90	8,55	34,2	40,5	504	ПР
	сырок творожный	45	6,75	3,6	5,17	80,1	ПР
<b>Итого</b>			<b>28,04</b>	<b>56,63</b>	<b>139,25</b>	<b>1179</b>	
	<b>Обед</b>						
	огурцы свежие	60	0,42	0,06	1,14	7,2	71
	Борщ из св. капусты с картофелем и мясом	250/25\10	8,3	11,12	11,33	188,25	82
	пинцель натуральный рубленый	100	17,29	35,79	8,23	426	267
	Бобовые отварные (горох)	180/6	16,84	1,75	43,31	255	197
	Чай с лимоном	200/15/3	0,13	0,02	15,2	62	629
	Хлеб белый	3/50	11,85	1,5	72,45	350,7	ПР
	фрукты (яблоки)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	338
<b>Итого</b>			<b>55,43</b>	<b>50,84</b>	<b>166,36</b>	<b>1359,65</b>	
	<b>Полдник</b>						
	сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389
	печенье	100	8,5	11,3	69,7	414,5	ПР
<b>Итого</b>			<b>9,5</b>	<b>11,3</b>	<b>89,9</b>	<b>499,3</b>	
	<b>Ужин</b>						
	Макаронные изделия отварные с маслом	225/8	8,18	8,67	45,68	293,57	203
	Птица тушёная в сметане	100	21,35	19,63	2,93	250,22	293
	Хлеб белый	2/50	7,9	1	48,3	233,8	ПР
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	376
<b>Итого</b>			<b>37,5</b>	<b>29,32</b>	<b>111,91</b>	<b>837,59</b>	
	<b>2 ужин</b>						
	кисломолочный продукт (ряженка)	270	7,83	6,75	11,34	137,7	386
<b>итого</b>			<b>7,83</b>	<b>6,75</b>	<b>11,34</b>	<b>137,7</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>138,3</b>	<b>154,84</b>	<b>518,76</b>	<b>4013,24</b>	
<b>День 6</b>	<b>Завтрак</b>						
Суббота	Каша вязкая молочная из риса	200/7	6	10,85	52,93	334	174
	бутерброд (хлеб)с маслом	50/10	4,03	7,75	24,28	182,9	1
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	376
	йогурт питьевой	280	8,96	6,72	12,6	145,6	ПР
<b>Итого</b>			<b>19,06</b>	<b>25,34</b>	<b>104,81</b>	<b>722,5</b>	
	<b>Обед</b>						
	Каша рассыпчатая гречневая	180/6	10,32	7,31	46,36	292,5	302
	Птица тушёная в сметане	100	21,35	19,63	2,93	250,22	293

	Чай с лимоном	200/15/3	0,13	0,02	15,2	62	629
	Хлеб белый	2/50	7,9	1	48,3	233,8	ПР
	Соус красн.основн	50	0,95	2,94	3,98	46,15	333
	фрукты (яблоки)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	338
<b>Итого</b>			<b>41,25</b>	<b>31,5</b>	<b>131,47</b>	<b>955,17</b>	
	<b>Полдник</b>						
	сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389
	рулет бисквитный	150	8,25	5,25	69	564,00	ПР
<b>Итого</b>			<b>9,25</b>	<b>5,25</b>	<b>89,2</b>	<b>648,8</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>69,56</b>	<b>62,09</b>	<b>325,48</b>	<b>2326,47</b>	
<b>Всего за неделю</b>			<b>723,07</b>	<b>737,465</b>	<b>2582,01</b>	<b>19699,37</b>	

Согласовано с: Медсестра *Бурцева* /В.П.Бурцева/  
 Бухгалтер *Емельянова* /В.С.Емельянова /  
 Повар *Кашапова* З.Н.Кашапова