

Директор ГБОУ

«Республиканского центра
социально-трудовой

адаптации и профориентации

им. У. М. Муртузалиевой»

А.А. Амирханов



ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

для учащихся Республиканского центра

социально-трудовой адаптации и профориентации

2024-2025 учебный год

(от 7 до 11 лет)

Школа

Утвердил: должность

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

фамилия

Возрастная категория

7-11 лет

дата

2024

Неде ля	День недел и	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Угледов ы	Калорийн ость
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша жидкая молочная овсянная	200	6,8	7,5	24,7	192,6
			хол.блюдо	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
			хлеб	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
			фрукты						
			хлеб	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
			хол.блюдо	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,2	0,1	74,8
			итого		495	15,7	20,8	61,8	496,1
1	1	Завтрак 2	фрукты						
			итого		0	0	0	0	0
1	1	Обед	закуска	Салат из белокочанной капусты	60	1,6	6,1	6,2	85,7
			1 блюдо	Рассольник по ленинградски	250	5,92	7,25	17,02	156,9
			2 блюдо	Тефтели из говядины с рисом	60	8,7	8,8	4,9	133,1
			гарнир	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7
			напиток	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,5	81,3
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
			соус	Соус белый основной	20	0,5	0,8	0,9	12,5
			фрукты	Фрукт (мандарин)	140	1,1	0,3	10,5	49
			итого		970	29,42	29,85	125,02	884
1	1	Полдник	булочное	Мучное изделие пром произв в ассортименте (кекс)	100	6,86	17,12	52,94	374,38
			напиток	Какао с молоком сгущенным	200	3,5	3,3	22,3	133,4

			итого		300	10,36	20,42	75,24	507,78	
1	1	Ужин	гор.блюдо	Шницель из курицы	75	14,4	3,2	10,1	126,4	
			гарнир	Макароны отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8	
			напиток	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	
			хлеб	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	
			хол.блюдо	Овощи в нарезке (огурец)маринов	30	0,2	0	0,8	4,2	
			итого		500	23,7	8,5	72,5	460,8	
1	1	Ужин 2	кисломол.	Кисломолочный продукт в ассортименте	200	6	2	8	80	
			булочное							
			напиток							
			фрукты							
			итого		200	6	2	8	80	
1	1	Итого за день:			2465	85,18	81,57	342,56	2428,68	
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Каша жидкая молочная кукурузная	200	5,8	5,8	33	207,9	
			бл из яиц	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	
			гор.напиток	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4	
			хлеб	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	
			фрукты							
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	
			итого		510	20,3	14,1	76,4	513,1	
1	2	Завтрак 2	фрукты							
			итого		0	0	0	0	0	
1	2	Обед	закуска	Салат из моркови с яблоками	60	0,5	6,1	4,3	74,3	
			1 блюдо	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	4,96	10,12	110,36	

			2 блюдо	Котлета рыбная любительская	100	12,8	4,1	6,1	112,3
			гарнир	Рис отварной	150	3,6	4,8	36,4	203,5
			напиток	Компот из кураги	200	1	0,1	15,7	66,9
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
			соус	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8
			фрукты	Фрукт (яблоко)	120	0,5	0,5	11,8	53,3
			итого		940	30,4	22,96	125,82	836,26
1	2	Полдник	булочное	Кондитерское изделие пром произв в ассортимент(вафля)	40	1,36	5,46	12,42	103,4
			напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
			итого		240	1,56	5,46	18,82	130,2
1	2	Ужин	гор.блюдо	Запеканка картофельная с говядиной	200	23,56	23,17	26,46	408,7
			гарнир						
			напиток	Чай с молоком	200	1,6	1,1	8,7	50,9
			хлеб	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
			хол.блюдо	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
			хол.блюдо	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,2	0,1	74,8
			итого		470	32,16	37,27	57,36	693,6
1	2	Ужин 2	кисломол.	Кисломолочный продукт в ассортименте	200	6	2	8	80
			булочное	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
			напиток						
			фрукты	Овощи в нарезке (огурец)	30	0,2	0	0,8	4,2
			итого		260	8,2	2,4	18,8	135,4
1	2	Итого за день:			2420	92,62	82,19	297,2	2308,56
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша жидкая молочная пшеничная	200	6	6,4	25,38	183,52
			хол.блюдо	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7

			гор.напиток	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,4	8,6	53,5
			хлеб	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
			фрукты						
				Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
			хол.блюдо	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,2	0,1	74,8
			итого		495	16,3	21,1	64,58	513,72
1	3	Завтрак 2	фрукты						
			итого		0	0	0	0	0
1	3	Обед	закуска	Салат из свеклы отварной	60	0,8	2,7	4,6	45,6
			1 блюдо	Суп гороховый	250	9,83	8,88	16,8	169,34
			2 блюдо	Гуляш из говядины	80	13,5	13,1	3,2	185,6
			гарнир	Каша перловая рассыпчатая	150	4,4	5,3	30,5	187,1
			напиток	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
			фрукты	Фрукт (апельсин)	150	1,35	0,3	12,15	54
			итого		980	36,98	31,18	126,55	914,44
1	3	Полдник	булочное	Булочное изделие пром произв	100	7,9	9,4	55,5	339
			напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
			итого		300	8,1	9,4	61,9	365,8
1	3	Ужин	гор.блюдо	Омлет натуральный	75	6,25	9	1,65	112,75
			гарнир	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4
			напиток	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
			хол.блюдо	Овощи в нарезке (помидор)	30	0,35	0,05	1,15	6,4
			итого		515	19	18,35	64,7	499,55

1	3	Ужин 2	кисломол.	Кисломолочный продукт в ассортименте	200	6	2	8	80
			булочное						
			напиток						
			фрукты						
			итого		200	6	2	8	80
1	3	Итого за день:			2490	86,38	82,03	325,73	2373,51
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Каша " Дружба"	200	5	5,8	24,1	168,9
				Конфеты шоколадные	30	1,95	8,08	14,11	153,29
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
			хлеб	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
			фрукты						
				Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
			хол.блюдо	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,2	0,1	74,8
			итого		510	12,35	22,78	75,21	571,99
1	4	Завтрак 2	фрукты						
			итого		0	0	0	0	0
1	4	Обед	закуска	Кукуруза сахарная	30	0,6	0,1	3,05	15,65
			1 блюдо	Суп картофельный с макарон изделиями	250	6,45	3,47	23,12	149,5
			2 блюдо	Жаркое по домашнему из курицы	200	24,8	6,2	17,6	225,7
			гарнир						
			напиток	Сок абрикосовый	180			20,43	84,6
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
			фрукты	Фрукт (Банан)	150	2,3	0,8	31,5	141,8
			итого		900	40,75	11,47	135,2	809,05

1	4	Полдник	булочное	Булка по домашнему	100	6,09	4,2	42,27	237,71
			напиток	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4
			итого		300	10,69	7,8	54,87	338,11
1	4	Ужин	гор.блюдо	Суп молочный с рисом	250	6,12	5,62	22,97	166,85
			гарнир	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
			напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
			хлеб	Хлеб пшеничный	70	5,28	0,62	34,3	164
			хол.блюдо	Масло сливочное (порциями)	15	0,15	10,8	0,15	99,15
			итого		550	15,25	21,44	63,82	510,5
1	4	Ужин 2	кисломол.	Кисломолочный продукт в ассортименте	200	6	2	8	80
			булочное	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
			напиток						
			фрукты						
			итого		230	8	2,4	18	131,2
1	4	Итого за день:			2490	87,04	65,89	347,1	2360,85
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,87	5,67	22,32	167,77
			хол.блюдо	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
			хлеб	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
			фрукты						
				Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
			хол.блюдо	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,2	0,1	74,8
			итого		545	15,77	18,97	59,32	471,27
1	5	Завтрак 2	фрукты						

			итого		0	0	0	0	0
1	5	Обед	закуска						
			1 блюдо	Суп фасолевый	250	10,55	6,03	32,23	225,25
			2 блюдо	Капуста тушеная с мясом	200	22,1	21,9	13,2	339,4
			гарнир						
			напиток	Компот из свежих яблок	200	0,15	0,14	9,93	41,5
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
			фрукты	Фрукт (яблоко)	150	0,62	0,62	14,75	66,62
			итого		890	40,02	29,59	109,61	864,57
1	5	Полдник	булочное						
			напиток						
			итого		0	0	0	0	0
1	5	Ужин	гор.блюдо						
			гарнир						
			напиток						
			хлеб						
			итого		0	0	0	0	0
1	5	Ужин 2	кисломол.						
			булочное						
			напиток						
			фрукты						
			итого		0	0	0	0	0
1	5	Итого за день:			1435	55,79	48,56	168,93	1335,84
1	6	Завтрак	гор.блюдо						

			гор.напиток						
			хлеб						
			фрукты						
			итого		0	0	0	0	0
1	6	Завтрак 2	фрукты						
			итого		0	0	0	0	0
1	6	Обед	закуска						
			1 блюдо						
			2 блюдо						
			гарнир						
			напиток						
			хлеб бел.						
			хлеб черн.						
			итого		0	0	0	0	0
1	6	Полдник	булочное						
			напиток						
			итого		0	0	0	0	0
1	6	Ужин	гор.блюдо						
			гарнир						
			напиток						
			хлеб						
			итого		0	0	0	0	0
1	6	Ужин 2	кисломол.						

			булочное						
			напиток						
			фрукты						
			итого		0	0	0	0	0
1	6	Итого за день:			0	0	0	0	0
1	7	Завтрак	гор.блюдо						
			хол.блюдо						
			гор.напиток						
			хлеб						
			фрукты						
			хлеб						
			хол.блюдо						
			итого		0	0	0	0	0
1	7	Завтрак 2	фрукты						
			итого		0	0	0	0	0
1	7	Обед	закуска						
			1 блюдо						
			2 блюдо						
			гарнир						
			напиток						
			хлеб бел.						
			хлеб черн.						
			соус						
			итого		0	0	0	0	0
1	7	Полдник	булочное						
			напиток						

			итого		0	0	0	0	0
1	7	Ужин	гор.блюдо						
			гарнир						
			напиток						
			хлеб						
			хол.блюдо						
			хол.блюдо						
			итого		0	0	0	0	0
1	7	Ужин 2	кисломол.						
			булочное						
			напиток						
			фрукты						
			итого		0	0	0	0	0
1	7	Итого за день:			0	0	0	0	0
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша жидкая молочная гречневая	200	7,1	5,8	26,6	187,3
			гор.напиток	Кофейный напиток	200	3,9	2,9	11,2	86
			хлеб	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
			фрукты						
			хлеб	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
			хол.блюдо	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,2	0,1	74,8
			итого		480	16,2	17,6	68,4	496,3
2	1	Завтрак 2	фрукты						
			итого		0	0	0	0	0
2	1	Обед	закуска	Винегрет с растительным маслом	60	0,6	5,3	4,1	67,1
			1 блюдо	Суп крестьянский с крупой(перло)	250	6,17	7,22	14,07	146,1
			2 блюдо	Плов с курицей	200	27,3	8,1	33,2	314,6
			гарнир						

			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
			фрукты	Фрукт (мандарин)	140	1,1	0,3	10,5	49
			итого		940	42,27	21,82	121,17	849,6
2	1	Полдник	булочное	Мучное изделие пром произв в ассортименте (кекс)	100	6,86	17,12	52,94	374,38
			напиток	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9
			итого		300	7,16	17,12	59,64	402,28
2	1	Ужин	гор.блюдо	Котлета рыбная	100	14,2	2,6	8,6	114,2
			гарнир	Каша пшенная рассыпчатая	150	6,4	6,5	35,5	225,8
			напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
			хлеб	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
			хлеб	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
			итого		520	25,9	9,8	81	515
2	1	Ужин 2	кисломол.	Кисломолочный продукт в ассортименте	200	6	2	8	80
			булочное						
			напиток						
			фрукты						
			итого		200	6	2	8	80
2	1	Итого за день:			2440	97,53	68,34	338,21	2343,18
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Каша жидкая молочная пшеничная	200	8,2	9,2	38,6	270,3
			хол.блюдо	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
			хлеб	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5

			фрукты						
			хлеб	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
			хол.блюдо	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,2	0,1	74,8
			итого		495	17,1	22,5	75,6	573,8
2	2	Завтрак 2	фрукты						
			итого		0	0	0	0	0
2	2	Обед	закуска						
			1 блюдо	Свекольник со сметаной	250	2,25	5,35	12,32	110,37
			2 блюдо	Говядина отварная	80	22,7	18,3	0,5	257,1
			гарнир	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4
			напиток	Компот из кураги	200	1	0,1	15,7	66,9
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
			соус	Соус красный основной	20	0,66	0,48	1,78	14,16
			фрукты	Фрукт (Банан)	150	2,3	0,8	31,5	141,8
			итого		940	38,71	31,13	121,1	921,53
2	2	Полдник	булочное	Кондитерское изделие пром произв в ассортимент(вафля)	40	1,36	5,46	12,42	103,4
			напиток	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4
			итого		240	5,96	9,06	25,02	203,8
2	2	Ужин	гор.блюдо	Биточек из курицы	75	14,4	3,2	10,1	126,4
			гарнир	Макароны отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8
			напиток	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
			хол.блюдо	Овощи в нарезке (огурец)	30	0,2	0	0,8	4,2
			хол.блюдо	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,2	0,1	74,8
			итого		525	25	16,8	80	570,7
2	2	Ужин 2	кисломол.	Кисломолочный продукт в ассортименте	200	6	2	8	80
			булочное						

			напиток						
			фрукты						
			итого		200	6	2	8	80
2	2	Итого за день:			2400	92,77	81,49	309,72	2349,83
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Суп молочный с рисом	250	6,12	5,62	22,97	166,85
			хол.блюдо	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,2	0,1	66,1
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
			хлеб	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
			фрукты						
				Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
			итого		530	11,52	13,52	59,97	407,95
2	3	Завтрак 2	фрукты						
			итого		0	0	0	0	0
2	3	Обед	закуска	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,5
			1 блюдо	Борщ с фасолью	250	7,6	7,27	15,87	159,47
			2 блюдо	Тефтели из говядины с рисом	60	8,7	8,8	4,9	133,1
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,3	6,3	36	233,7
			напиток	Кисель ягодный	200	0,03	0	23	92,1
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
			соус	Соус красный основной	20	0,66	0,48	1,78	14,16
			фрукты	Фрукт (яблоко)	150	0,62	0,62	14,75	66,62
			итого		980	33,51	30,47	141,6	972,45
2	3	Полдник	булочное	Булочное изделие пром произв	100	7,9	9,4	55,5	339
			напиток	Какао с молоком сгущенным	200	3,5	3,3	22,3	133,4
			итого		300	11,4	12,7	77,8	472,4

2	3	Ужин	гор.блюдо	Котлета рыбная любительская	100	12,9	4	6,1	112,2
			гарнир	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4
			напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
			хлеб	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
			хлеб	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
			итого		525	21,7	10	64,4	435,1
2	3	Ужин 2	кисломол.	Кисломолочный продукт в ассортименте	200	6	2	8	80
			булочное						
			напиток						
			фрукты						
			итого		200	6	2	8	80
2	3	Итого за день:			2535	84,13	68,69	351,77	2367,9
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Каша жидкая молочная овсянная	200	6,8	7,5	24,7	192,6
			яйцо	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6
			гор.напиток	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
			фрукты						
			хол.блюдо	Масло сливочное (порциями)	15	0,15	10,8	0,15	99,15
			хлеб	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
			итого		545	18,65	23,2	71,35	568,05
2	4	Завтрак 2	фрукты						
			итого		0	0	0	0	0
2	4	Обед	закуска	Кукуруза сахарная	30	0,6	0,1	3,05	15,65
			1 блюдо	Суп картофельный с макарон изделиями (хинкальный)	250	6,45	3,47	23,12	149,5
			2 блюдо	Жаркое по домашнему	200	20,1	18,7	17,2	318

			гарнир						
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
			фрукты	Фрукт (апельсин)	150	1,35	0,3	12,15	54
			итого		920	35,6	23,47	114,82	809,95
2	4	Полдник	булочное	Кондитерское изделие пром произв в ассортимент(печенье)	40	3,05	6,25	24,88	165,7
			напиток	Какао с молоком	275	4,6	3,6	12,6	100,4
			итого		315	7,65	9,85	37,48	266,1
2	4	Ужин	гор.блюдо	Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,87	5,67	22,32	167,77
			гарнир	Сырники	75	14,7	4,3	15,5	159,55
			напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
			хол.блюдо	Масло сливочное (порциями)	15	0,15	10,8	0,15	99,15
			итого		600	26,52	21,27	73,87	593,87
2	4	Ужин 2	кисломол.	Кисломолочный продукт в ассортименте	200	6	2	8	80
			булочное						
			напиток						
			фрукты						
			итого		200	6	2	8	80
2	4	Итого за день:			2580	94,42	79,79	305,52	2317,97
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша жидкая молочная пшеничная	200	8,3	10,1	37,6	274,9
			хол.блюдо	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,2	0,1	66,1

			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
			хлеб	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
			фрукты						
			хлеб	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
			хол.блюдо	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
			итого		495	17,2	22,4	74,6	569,7
2	5	Завтрак 2	фрукты						
			итого		0	0	0	0	0
2	5	Обед	закуска						
			1 блюдо	Суп чечевичный	250	8,35	5,75	20,35	166,42
			2 блюдо	Котлета рыбная	100	14,2	2,6	8,6	114,2
			гарнир	Макароны отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8
			напиток	Сок абрикосовый	180			20,43	84,6
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
			хлеб черн.						
			соус	Соус белый основной	20	0,5	0,8	0,9	12,5
			фрукты	Фрукт (яблоко)	150	0,62	0,62	14,75	66,62
			итого		910	33,67	15,17	127,33	781,74
2	5	Полдник	булочное						
			напиток						
			итого		0	0	0	0	0
2	5	Ужин	гор.блюдо						
			гарнир						
			напиток						
			хлеб						
			итого		0	0	0	0	0
2	5	Ужин 2	кисломол.						

			булочное						
			напиток						
			фрукты						
			итого		0	0	0	0	0
2	5	Итого за день:			1405	50,87	37,57	201,93	1351,44
2	6	Завтрак	гор.блюдо						
			гор.напиток						
			хлеб						
			фрукты						
			итого		0	0	0	0	0
2	6	Завтрак 2	фрукты						
			итого		0	0	0	0	0
2	6	Обед	закуска						
			1 блюдо						
			2 блюдо						
			гарнир						
			напиток						
			хлеб бел.						
			хлеб черн.						
			итого		0	0	0	0	0
2	6	Полдник	булочное						
			напиток						

			итого		0	0	0	0	0
2	6	Ужин	гор.блюдо						
			гарнир						
			напиток						
			хлеб						
			итого		0	0	0	0	0
2	6	Ужин 2	кисломол.						
			булочное						
			напиток						
			фрукты						
			итого		0	0	0	0	0
2	6	Итого за день:			0	0	0	0	0
2	7	Завтрак	гор.блюдо						
			гор.напиток						
			хлеб						
			фрукты						
			итого		0	0	0	0	0
2	7	Завтрак 2	фрукты						
			итого		0	0	0	0	0
2	7	Обед	закуска						
			1 блюдо						
			2 блюдо						
			гарнир						
			напиток						

			хлеб бел.						
			хлеб черн.						
			итого		0	0	0	0	0
2	7	Полдник	булочное						
			напиток						
			итого		0	0	0	0	0
2	7	Ужин	гор.блюдо						
			гарнир						
			напиток						
			хлеб						
			итого		0	0	0	0	0
2	7	Ужин 2	кисломол.						
			булочное						
			напиток						
			фрукты						
			итого		0	0	0	0	0
2	7	Итого за день:			0	0	0	0	0
		Среднее значение за период:			2266	82,673	69,612	298,87	2153,78

№ рецептуры	Цена
54-22к	
54-1з	
54-2гн	
Пром	
Пром	
53-19з	
	0
	0
54-7з	
54-3с	
54-16м	
54-10г	
54-3хн	
Пром	
Пром	
54-2соус	
Пром	
	0
Пром	
54-22гн	

	0
54-24м	
54-1г	
54-3гн	
Пром	
54-2з	
	0
Пром	
	0
	0
54-1к	
54-6о	
54-21гн	
Пром	
Пром	
	0
	0
54-11з	
54-2с	

54-14р	
54-6г	
54-2хн	
Пром	
Пром	
54-5соус	
Пром	
	0
Пром	
54-2ги	
	0
54-3гн	
Пром	
54-1з	
53-19з	
	0
Пром	
Пром	
54-2з	
	0
	0
54-6к	
54-1з	

54-4ги	
Пром	
Пром	
53-19з	
	0
	0
54-13з	
54-8с	
54-2м	
54-5г	
54-1хн	
Пром	
Пром	
Пром	
	0
Пром	
54-2ги	
	0
54-1о	
54-11г	
54-21ги	
Пром	
54-3з	
	0

Пром	
	0
	0
54-16к	
Пром	
54-2ги	
Пром	
Пром	
53-19з	
	0
	0
54-21з	
54-7с	
54-28м	
Пром	
Пром	
Пром	
Пром	
	0

54-21ги	
	0
54-18к	
54-1з	
54-2ги	
Пром	
53-19з	
	0
Пром	
	0
	0
54-19к	
54-1з	
54-2ги	
Пром	
Пром	
53-19з	
	0

	0
54-9с	
54-10м	
54-32хн	
Пром	
Пром	
Пром	
	0
	0
	0
	0
	0

	0
	0
	0
	0
	0

	0
	0
	0
	0
	0

	0
	0
	0
	0
54-20к	
54-23ги	
Пром	
Пром	
53-19з	
	0
	0
54-16з	
54-10с	
54-12м	

54-1хн	
Пром	
Пром	
Пром	
	0
Пром	
54-3гн	
	0
54-3р	
54-12г	
54-2ги	
Пром	
Пром	
	0
Пром	
	0
	0
54-13к	
54-1з	
54-2ги	
Пром	

Пром	
53-19з	
	0
	0
54-18с	
54-20м	
54-11г	
54-2хн	
Пром	
Пром	
54-3соус	
Пром	
	0
Пром	
54-21ги	
	0
54-23м	
54-1г	
54-3гн	
54-2з	
53-19з	
	0
Пром	

	0
	0
54-18к	
53-19з	
54-2ги	
Пром	
Пром	
	0
	0
54-8з	
54-19с	
54-16м	
54-4г	
Пром.	
Пром.	
Пром.	
54-3соус	
Пром	
	0
Пром.	
54-22ги	
	0

54-14р	
54-11г	
54-2ги	
Пром.	
Пром.	
	0
Пром.	
	0
	0
54-22к	
54-6о	
54-3гн	
Пром.	
53-19з	
Пром.	
	0
	0
54-21з	
54-7с	
54-9м	

54-1хн	
Пром.	
Пром.	
Пром.	
	0
Пром.	
54-21ги	
	0
54-19к	
54-6т	
54-2ги	
Пром.	
53-19з	
	0
Пром.	
	0
	0
54-24к	
53-19з	

54-2ги	
Пром.	
Пром.	
54-1з	
	0
	0
54-с	
54-3р	
54-1г	
Пром.	
Пром.	
54-2соус	
Пром.	
	0
	0
	0

	0
	0
	0
	0
	0

	0
	0
	0
	0
	0
	0

	0
	0
	0
	0
	0
	#ДЕЛ/0!