



ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ  
ДЛЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ Г. ЕКАТЕРИНБУРГ  
НА ПЕРВОЕ ПОЛУГОДИЕ 2024-2025 УЧЕБНОГО ГОДА  
за счет средств субсидии бесплатное двухразовое питание  
(завтрак и обед) 5-11 КЛАСС  
(Безлактозная диета)

### Меню приготавливаемых блюд

Рацион: ЕКБ Двухразовое питание 5-11кл 161,154, Неделя: 1

День: понедельник

| Прием пищи                  | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-----------------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
|                             |  |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |             |
| Завтрак                     | **Тефтель мясной с рисом                           | 120       | 14,4             | 12    |          | 194,4                   | 1 027,15    |
|                             | Соус томатный безлактозный                         | 20        | 0,12             | 1     | 1,16     | 11,1                    | 1 126,03    |
|                             | Каша гречневая вязкая с растительным маслом ЛПУ га | 180       | 5,58             | 4     | 25,18    | 162                     | 845,09      |
|                             | Чай с сахаром*                                     | 200       |                  |       | 14,97    | 59,9                    | 828         |
|                             | Хлеб пшеничный (I вариант) ЛПУ                     | 55        | 4,18             |       | 27,06    | 129,3                   | 1 627       |
|                             | Хлеб ржаной (I вариант) ЛПУ                        | 30        | 1,98             |       | 10,02    | 52,2                    | 1 628       |
| <b>Итого за Завтрак</b>     |  | 605       | 26,26            | 17    | 78,39    | 608,9                   |             |
| Обед                        | Салат из кукурузы с яйцом и луком                  | 100       | 1,17             | 10    | 15,76    | 148,9                   | 14 519,01   |
|                             | Борщ с морской капустой без сметаны                | 250       | 1,88             | 5     | 12,29    | 104,1                   | 63,03       |
|                             | **Гуляш из мяса свинины                            | 100       | 11,21            | 28    | 3,86     | 240,2                   | 437,06      |
|                             | Рис отварной                                       | 180       | 4,59             | 7     | 48,03    | 273,2                   | 991         |
|                             | Чапчик Золотой шар**                               | 200       | 1,2              |       | 125,45   | 156                     | 706,05      |
|                             | Хлеб пшеничный (I вариант) ЛПУ                     | 30        | 2,28             |       | 14,76    | 70,5                    | 1 627       |
| Хлеб ржаной (I вариант) ЛПУ | 30   | 1,98      |                  | 10,02 | 52,2     | 1 628                   |             |
| <b>Итого за Обед</b>        |  | 890       | 24,31            | 50    | 230,17   | 1045,1                  |             |
| <b>Итого за день</b>        |  | 1 495     | 50,57            | 67    | 308,56   | 1654                    |             |

(лист 2)

Рацион: ЕКБ Двухразовое питание 5-11кл 161,154, Неделя: 1

День: вторник

| Прием пищи           | Наименование блюда                                    | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------|---|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                      |   |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак              | **Шницель рубленый мясной                             | 100       | 15,55            | 13   | 15,99    | 243,4                   | 1 027,03    |
|                      | Соус томатный безлактозный                            | 20        | 0,12             | 1    | 1,16     | 11,1                    | 1 126,03    |
|                      | Пюре картофельное (без молока)@                       | 180       | 3,19             | 4    | 26,02    | 174,4                   | 324,11      |
|                      | Чай ягодный   | 200       | 0,1              |      | 16       | 59,9                    | 971         |
|                      | Хлеб пшеничный (I вариант) ЛПУ                        | 30        | 2,28             |      | 14,76    | 70,5                    | 1 627       |
|                      | Хлеб ржаной (I вариант) ЛПУ                           | 30        | 1,98             |      | 10,02    | 52,2                    | 1 628       |
|                      | Фрукт (яблоко)  | 120       | 0,48             |      | 11,76    | 56,4                    | 976,03      |
|                      | <b>Итого за Завтрак</b>                               |           | 680              | 23,7 | 18       | 95,71                   | 667,9       |
| Обед                 | Винегрет овощной с соленым огурцом                    | 100       | 2,41             | 7    | 9,71     | 112,8                   | 951         |
|                      | Суп-пюре овощной гипоаллергенное меню                 | 250       | 2,59             | 6    | 16,31    | 125,8                   | 1 016,01    |
|                      | Гренки из пшеничного хлеба                            | 15        | 1,94             |      | 11,71    | 60                      | 943         |
|                      | Печень тушеная гипоаллергенное меню                   | 100       | 14,88            | 5    | 4,41     | 124,5                   | 1 545,01    |
|                      | Макаронные изделия отварные с маслом растительным ЛПУ | 180       | 6,85             | 5    | 43,71    | 246,3                   | 6,16        |
|                      | Компот из смеси сухофруктов                           | 200       | 0,46             |      | 27,49    | 115,7                   | 928         |
|                      | Хлеб пшеничный (I вариант) ЛПУ                        | 30        | 2,28             |      | 14,76    | 70,5                    | 1 627       |
|                      | Хлеб ржаной (I вариант) ЛПУ                           | 30        | 1,98             |      | 10,02    | 52,2                    | 1 628       |
| <b>Итого за Обед</b> |   | 905       | 33,39            | 23   | 138,12   | 907,8                   |             |
| <b>Итого за день</b> |   | 1 585     | 57,09            | 41   | 233,83   | 1575,7                  |             |

(лист 3)

Рацион: ЕКБ Двухразовое питание 5-11кл 161,154, Неделя: 1

День: среда

| Прием пищи                  | Наименование блюда  | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-----------------------------|---|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
|                             |   |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |             |
| Завтрак                     | Бедро куриное запеченое без сметаны                               | 100       | 23,66            | 25    | 0,13     | 245,9                   | 3,38        |
|                             | Капуста тушеная   | 180       | 4,3              | 8     | 17,09    | 153,6                   | 999         |
|                             | Чай с лимоном и сахаром шк  | 200       | 0,06             |       | 7,2      | 27,9                    | 14 539,21   |
|                             | Хлеб пшеничный (I вариант) ЛПУ                                    | 30        | 2,28             |       | 14,76    | 70,5                    | 1 627       |
|                             | Хлеб ржаной (I вариант) ЛПУ                                       | 30        | 1,98             |       | 10,02    | 52,2                    | 1 628       |
|                             | Печенье детское (конд изд)  | 40        | 3                | 4     | 20,93    | 162,8                   | 1 141       |
| <b>Итого за Завтрак</b>     |   | 580       | 35,28            | 37    | 70,13    | 712,9                   |             |
| Обед                        | Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами, Витаминный | 100       | 1,17             | 8     | 3,68     | 97,5                    | 30          |
|                             | Рассольник ленинградский без сметаны                              | 250       | 2,29             | 5     | 19,51    | 134,9                   | 1 030,01    |
|                             | **Азу из свинины  | 100       | 0,91             | 10    | 7,2      | 122,2                   | 1 387,04    |
|                             | Каша гречневая рассыпчатая ЛПУ(с растительным маслом)             | 180       | 10,07            | 14    | 45,61    | 347,2                   | 6,9         |
|                             | Чай с лимоном*  | 200       | 0,06             |       | 15,16    | 59,9                    | 686         |
|                             | Хлеб пшеничный (I вариант) ЛПУ                                    | 30        | 2,28             |       | 14,76    | 70,5                    | 1 627       |
| Хлеб ржаной (I вариант) ЛПУ | 30  | 1,98      |                  | 10,02 | 52,2     | 1 628                   |             |
| <b>Итого за Обед</b>        |   | 890       | 18,76            | 37    | 115,94   | 884,4                   |             |
| <b>Итого за день</b>        |   | 1 470     | 54,04            | 74    | 186,07   | 1597,3                  |             |

(лист 4)

Рацион: ЕКБ Двухразовое питание 5-11кл 161,154, Неделя: 1

День: четверг

| Прием пищи              | Наименование блюда  | Вес блюда    | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры  |
|-------------------------|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|
|                         |   |              | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |              |
| Завтрак                 | **Плов с мясом птицы  | 270          | 25,12            | 30           | 52,23         | 512,7                   | 1 020        |
|                         | Кофейный напиток без молока   | 200          | 3,84             | 4            | 14,38         | 152                     | 1 110,04     |
|                         | Хлеб пшеничный (I вариант) ЛПУ  | 30           | 2,28             |              | 14,76         | 70,5                    | 1 627        |
|                         | Хлеб ржаной (I вариант) ЛПУ   | 30           | 1,98             |              | 10,02         | 52,2                    | 1 628        |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | <b>530</b>   | <b>33,22</b>     | <b>34</b>    | <b>91,39</b>  | <b>787,4</b>            |              |
| Обед                    | Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соевым огурцом, горошком и растительным маслом. Степной | 100          | 1,4              |              | 7,3           | 37,2                    | 25           |
|                         | Суп овощной Министроне с маслом растительным  | 250          | 1,91             | 4            | 11,17         | 90,4                    | 1 165,06     |
|                         | Рыба по-архангельски  | 100          | 21,64            | 5            | 2,64          | 126,6                   | 1 633,49     |
|                         | Пюре картофельное (без молока)®   | 180          | 3,19             | 4            | 26,02         | 174,4                   | 324,11       |
|                         | Напиток из плодов шиповника   | 200          | 0,68             |              | 25,63         | 120,6                   | 705          |
|                         | Хлеб пшеничный (I вариант) ЛПУ  | 50           | 3,8              |              | 24,6          | 117,5                   | 1 627        |
|                         | Хлеб ржаной (I вариант) ЛПУ   | 50           | 3,3              | 1            | 16,7          | 87                      | 1 628        |
|                         | <b>Итого за Обед</b>  |              | <b>930</b>       | <b>35,92</b> | <b>14</b>     | <b>114,06</b>           | <b>753,7</b> |
| <b>Итого за день</b>    |   | <b>1 460</b> | <b>69,14</b>     | <b>48</b>    | <b>205,45</b> | <b>1541,1</b>           |              |

(лист 5)

Рацион: ЕКБ Двухразовое питание 5-11кл 161,154, Неделя: 1 День: пятница

| Прием пищи              | Наименование блюда                                    | Вес блюда    | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры   |
|-------------------------|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|---------------|
|                         |   |              | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |               |
| Завтрак                 | Биточек мясной рубленый                               | 90           | 14               | 12           | 14,39         | 219,1                   | 827           |
|                         | Макаронные изделия отварные с маслом растительным ЛПУ | 180          | 6,85             | 5            | 43,71         | 246,3                   | 6,16          |
|                         | Чай с сахаром шк                                      | 200          |                  |              | 6,99          | 27,9                    | 14 539,27     |
|                         | Хлеб пшеничный (I вариант) ЛПУ                        | 30           | 2,28             |              | 14,76         | 70,5                    | 1 627         |
|                         | Хлеб ржаной (I вариант) ЛПУ                           | 30           | 1,98             |              | 10,02         | 52,2                    | 1 628         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | <b>530</b>   | <b>25,11</b>     | <b>17</b>    | <b>89,87</b>  | <b>616</b>              |               |
| Обед                    | Маринад овощной без томата                            | 100          | 1,14             | 10           | 11,41         | 142,2                   | 613           |
|                         | Суп Крестьянский с крупой (без сметаны) ®             | 250          | 1,84             | 5            | 10,47         | 105,2                   | 1 058,01      |
|                         | Птица запеченная гипоаллергенное меню                 | 100          | 25,62            | 2            | 2,3           | 197,6                   | 1 237,03      |
|                         | Картофель по - деревенски                             | 180          | 4,53             | 13           | 36,44         | 285,6                   | 927,09        |
|                         | Компот из ягод  | 200          | 0,15             |              | 19,06         | 78,4                    | 917,02        |
|                         | Хлеб пшеничный (I вариант) ЛПУ                        | 50           | 3,8              |              | 24,6          | 117,5                   | 1 627         |
|                         | Хлеб ржаной (I вариант) ЛПУ                           | 50           | 3,3              | 1            | 16,7          | 87                      | 1 628         |
|                         | <b>Итого за Обед</b>                                  |              | <b>930</b>       | <b>40,38</b> | <b>31</b>     | <b>120,98</b>           | <b>1013,5</b> |
| <b>Итого за день</b>    |   | <b>1 460</b> | <b>65,49</b>     | <b>48</b>    | <b>210,85</b> | <b>1629,5</b>           |               |

(лист 6)

Рацион: ЕКБ Двухразовое питание 5-11кл 161,154, Неделя: 2 День: понедельник

| Прием пищи              | Наименование блюда                     | Вес блюда    | Пищевые вещества |           |               | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|--------------|------------------|-----------|---------------|-------------------------|-------------|
|                         |  |              | Белки            | Жиры      | Углеводы      |                         |             |
| Завтрак                 | **Поджарка из мяса                     | 120          | 13,01            | 42        | 5,01          | 365,2                   | 599,02      |
|                         | Пюре картофельное (без молока)®        | 180          | 3,19             | 4         | 26,02         | 174,4                   | 324,11      |
|                         | Кофейный напиток из цикория без молока | 200          | 2,25             | 2         | 10,25         | 56                      | 1 324,01    |
|                         | Хлеб пшеничный (I вариант) ЛПУ         | 55           | 4,18             |           | 27,06         | 129,3                   | 1 627       |
|                         | Хлеб ржаной (I вариант) ЛПУ            | 30           | 1,98             |           | 10,02         | 52,2                    | 1 628       |
| <b>Итого за Завтрак</b> |  | <b>585</b>   | <b>24,61</b>     | <b>48</b> | <b>78,36</b>  | <b>777,1</b>            |             |
| Обед                    | Салат из свеклы отварной               | 60           | 0,82             | 4         | 7,79          | 62,8                    | 5,01        |
|                         | Суп картофельный с макаронами          | 250          | 4,82             | 3         | 9,86          | 89,8                    |             |
|                         | **Котлета Пожарская                    | 100          | 14,33            | 11        |               | 180                     | 1 027,23    |
|                         | Соус томатный безлактозный             | 20           | 0,12             | 1         | 1,16          | 11,1                    | 1 126,03    |
|                         | Рис припущенный                        | 180          | 4,01             | 5         | 42,01         | 264,6                   | 512         |
|                         | Компот из смеси сухофруктов            | 200          | 0,46             |           | 27,49         | 115,7                   | 928         |
|                         | Хлеб пшеничный (I вариант) ЛПУ         | 30           | 2,28             |           | 14,76         | 70,5                    | 1 627       |
|                         | Хлеб ржаной (I вариант) ЛПУ            | 30           | 1,98             |           | 10,02         | 52,2                    | 1 628       |
| <b>Итого за Обед</b>    |  | <b>870</b>   | <b>28,82</b>     | <b>24</b> | <b>113,09</b> | <b>846,7</b>            |             |
| <b>Итого за день</b>    |  | <b>1 455</b> | <b>53,43</b>     | <b>72</b> | <b>191,45</b> | <b>1623,8</b>           |             |

(лист 7)

Рацион: ЕКБ Двухразовое питание 5-11кл 161,154, Неделя: 2 День: вторник

| Прием пищи              | Наименование блюда                                 | Вес блюда    | Пищевые вещества |           |               | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|--------------|------------------|-----------|---------------|-------------------------|-------------|
|                         |  |              | Белки            | Жиры      | Углеводы      |                         |             |
| Завтрак                 | Кнели куриные паровые                              | 100          | 17,79            | 18        | 6,11          | 214,6                   | 1 087       |
|                         | Каша гречневая вязкая с растительным маслом ЛПУ га | 190          | 5,89             | 5         | 26,58         | 171                     | 845,09      |
|                         | Чай с сахаром*                                     | 200          |                  |           | 14,97         | 59,9                    | 828         |
|                         | Хлеб пшеничный (I вариант) ЛПУ                     | 30           | 2,28             |           | 14,76         | 70,5                    | 1 627       |
|                         | Хлеб ржаной (I вариант) ЛПУ                        | 30           | 1,98             |           | 10,02         | 52,2                    | 1 628       |
| <b>Итого за Завтрак</b> |  | <b>550</b>   | <b>27,94</b>     | <b>23</b> | <b>72,44</b>  | <b>568,2</b>            |             |
| Обед                    | Салат из белокочанной капусты с огурцом. Здоровье  | 100          | 1,25             | 5         | 18,37         | 133,8                   | 992         |
|                         | Суп из овощей с маслом растительным                | 250          | 1,91             | 4         | 11,17         | 90,4                    | 1 165,07    |
|                         | Жаркое по-домашнему с мясом птицы                  | 230          | 30,5             | 12        | 33,48         | 361,3                   | 1 149       |
|                         | Кисель витаминизированный                          | 200          | 0,05             |           | 23            | 92,5                    | 1 318       |
|                         | Хлеб пшеничный (I вариант) ЛПУ                     | 50           | 3,8              |           | 24,6          | 117,5                   | 1 627       |
|                         | Хлеб ржаной (I вариант) ЛПУ                        | 50           | 3,3              | 1         | 16,7          | 87                      | 1 628       |
| <b>Итого за Обед</b>    |  | <b>880</b>   | <b>40,81</b>     | <b>22</b> | <b>127,32</b> | <b>882,5</b>            |             |
| <b>Итого за день</b>    |  | <b>1 430</b> | <b>68,75</b>     | <b>45</b> | <b>199,76</b> | <b>1450,7</b>           |             |

(лист 8)

Рацион: ЕКБ Двухразовое питание 5-11кл 161,154, Неделя: 2, День: среда

| Прием пищи              | Наименование блюда                                    | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|---|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                         |   |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак                 | **Рагу с мясом свинины                                | 200       | 3,06             |      | 27,29    | 328,5                   | 1 071,04    |
|                         | Чай ягодный   | 200       | 0,1              |      | 16       | 59,9                    | 971         |
|                         | Хлеб пшеничный (I вариант) ЛПУ                        | 30        | 2,28             |      | 14,76    | 70,5                    | 1 627       |
|                         | Хлеб ржаной (I вариант) ЛПУ                           | 30        | 1,98             |      | 10,02    | 52,2                    | 1 628       |
|                         | Апельсины   | 180       | 1,62             |      | 14,58    | 113,4                   | 980         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | 640       | 9,04             |      | 82,65    | 624,5                   |             |
| Обед                    | Огурцы соленые  | 30        | 0,24             |      | 0,51     | 3,9                     | 1 006       |
|                         | Суп-пюре из гороха безлактозное                       | 250       | 7,7              | 3    | 22,6     | 140,2                   | 1 049,02    |
|                         | Чикенбол с молочным соусом                            | 100       | 22,2             | 12   | 10,07    | 235,1                   | 1 633,99    |
|                         | Макаронные изделия отварные с маслом растительным ЛПУ | 180       | 6,85             | 5    | 43,71    | 246,3                   | 6,16        |
|                         | Чай с лимоном*  | 200       | 0,06             |      | 15,16    | 59,9                    | 686         |
|                         | Хлеб пшеничный (I вариант) ЛПУ                        | 30        | 2,28             |      | 14,76    | 70,5                    | 1 627       |
|                         | Хлеб ржаной (I вариант) ЛПУ                           | 30        | 1,98             |      | 10,02    | 52,2                    | 1 628       |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | 820       | 41,31            | 20   | 116,83   | 808,1                   |             |
| <b>Итого за день</b>    |   | 1 460     | 50,35            | 20   | 199,48   | 1432,6                  |             |

(лист 9)

Рацион: ЕКБ Двухразовое питание 5-11кл 161,154, Неделя: 2, День: четверг

| Прием пищи              | Наименование блюда              | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|---------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                         |                                 |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак                 | **Фрикадельки по-Шведски        | 100       | 13,33            | 11   |          | 180                     | 1 027,26    |
|                         | Рис припущенный с овощами       | 180       | 4,25             | 10   | 40,86    | 272,7                   | 990         |
|                         | Чай с лимоном*                  | 200       | 0,06             |      | 15,16    | 59,9                    | 686         |
|                         | Хлеб пшеничный (I вариант) ЛПУ  | 30        | 2,28             |      | 14,76    | 70,5                    | 1 627       |
|                         | Хлеб ржаной (I вариант) ЛПУ     | 30        | 1,98             |      | 10,02    | 52,2                    | 1 628       |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                 | 540       | 21,9             | 21   | 80,8     | 635,3                   |             |
| Обед                    | Кукуруза консервированная       | 30        | 0,62             | 2    | 3,72     | 34,8                    | 812         |
|                         | Солянка домашняя без сметаны НУ | 250       | 3,59             | 4    | 10,39    | 94,1                    | 157,04      |
|                         | **Палочки Рыбные                | 100       | 18,3             | 27   | 9,04     | 348,9                   | 1 699,01    |
|                         | Соус красный основной           | 30        | 0,21             | 2    | 2,25     | 23,6                    | 901         |
|                         | Пюре картофельное (без молока)® | 180       | 3,19             | 4    | 26,02    | 174,4                   | 324,11      |
|                         | Напиток из плодов шиповника     | 200       | 0,68             |      | 25,63    | 120,6                   | 705         |
|                         | Хлеб пшеничный (I вариант) ЛПУ  | 30        | 2,28             |      | 14,76    | 70,5                    | 1 627       |
|                         | Хлеб ржаной (I вариант) ЛПУ     | 30        | 1,98             |      | 10,02    | 52,2                    | 1 628       |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                 | 850       | 30,85            | 39   | 101,83   | 919,1                   |             |
| <b>Итого за день</b>    |                                 | 1 390     | 52,75            | 60   | 182,63   | 1554,4                  |             |

(лист 10)

Рацион: ЕКБ Двухразовое питание 5-11кл 161,154, Неделя: 2, День: пятница

| Прием пищи                        | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-----------------------------------|--|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                                   |  |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак                           | **Биточек Особый                                   | 90        | 14,77            | 19   |          | 164,6                   | 1 308,08    |
|                                   | Макаронные изделия отварные с маслом               | 190       | 8,2              | 6    | 51,89    | 269,5                   | 516         |
|                                   | Чай с сахаром*                                     | 200       |                  |      | 14,97    | 59,9                    | 828         |
|                                   | Хлеб пшеничный (I вариант) ЛПУ                     | 30        | 2,28             |      | 14,76    | 70,5                    | 1 627       |
|                                   | Хлеб ржаной (I вариант) ЛПУ                        | 30        | 1,98             |      | 10,02    | 52,2                    | 1 628       |
|                                   | Фрукты свежие ЛПУ                                  | 150       | 0,6              | 1    | 18       | 70,5                    | 14 541,01   |
| <b>Итого за Завтрак</b>           |  | 690       | 27,83            | 26   | 109,64   | 687,2                   |             |
| Обед                              | Икра кабачковая пром.производства                  | 30        | 0,36             | 2    | 2,22     | 29,1                    | 813         |
|                                   | Щи из свежей капусты с картофелем без сметаны      | 250       | 1,8              | 2    | 9,98     | 64,8                    | 1 047,01    |
|                                   | Гренки из пшеничного хлеба                         | 10        | 1,3              |      | 7,81     | 40                      | 943         |
|                                   | **Гуляш из курицы                                  | 100       | 18,82            | 7    | 6,59     | 255,4                   | 1 024       |
|                                   | Каша гречневая вязкая с растительным маслом ЛПУ га | 180       | 5,58             | 4    | 25,18    | 162                     | 845,09      |
|                                   | Компот из свежих яблок                             | 200       | 0,16             |      | 23,88    | 99,1                    | 912         |
|                                   | Хлеб пшеничный (I вариант) ЛПУ                     | 30        | 2,28             |      | 14,76    | 70,5                    | 1 627       |
|                                   | Хлеб ржаной (I вариант) ЛПУ                        | 30        | 1,98             |      | 10,02    | 52,2                    | 1 628       |
| <b>Итого за Обед</b>              |  | 830       | 32,28            | 15   | 100,44   | 773,1                   |             |
| <b>Итого за день</b>              |  | 1 520     | 60,11            | 41   | 210,08   | 1460,3                  |             |
| <b>Итого за период</b>            |  | 14 725    | 581,72           | 516  | 2128,16  | 15519,4                 |             |
| <b>Среднее значение за период</b> |  | 1 472,5   | 58,2             | 51,6 | 212,8    | 1551,9                  |             |