Согласовано:
Директор ООО «ЕвроТрейд»
С.В.Мареськина

Утверждаю:
Зам.директора
А.В.Морозова

## 10-ти дневное меню возрастной группы 7-10 лет (обеды)

| № рец. по сбор. | Наименование блюд | Выход | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещ-ва (мг) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | $B_1$ | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| | Понедельник 1 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | Обед | | | | | | | | | | | |
| | Салат из свежей капусты | 60 | 1,22 | 3,07 | 6,46 | 59,10 | 0,02 | 28,30 | 0,00 | 1,41 | 31,92 | 23,66 | 12,96 | 0,44 |
| 170 | Борщ из свежей капусты с картофелем | 200 | 2,01 | 5,17 | 13,74 | 110,49 | 0,06 | 22,10 | 0,00 | 2,42 | 34,90 | 52,07 | 25,87 | 1,21 |
| | Сметана | 10 | 0,26 | 1,50 | 0,36 | 16,20 | 0,00 | 0,04 | 10,00 | 0,03 | 8,80 | 6,10 | 0,90 | 0,02 |
| 520 | Биточек мясной (говядина) с том соусом | 60/20 | 12,96 | 12,69 | 12,16 | 214,89 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 1,89 | 18,37 | 134,58 | 21,80 | 2,20 |
| 297 | Рис отварной | 150 | 3,80 | 2,72 | 40,00 | 199,85 | 0,04 | 0,00 | 12,00 | 0,25 | 16,08 | 84,15 | 27,66 | 0,63 |
| 631 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,16 | 0,16 | 15,90 | 66,68 | 0,01 | 4,00 | 0,00 | 0,08 | 6,40 | 4,40 | 3,60 | 0,92 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 2,28 | 0,27 | 13,86 | 66,30 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,39 | 6,90 | 26,10 | 9,90 | 0,60 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,93 | 0,53 | 17,33 | 85,33 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 0,40 | 13,20 | 77,60 | 22,80 | 1,80 |
| | Итого | | **25,84** | **26,11** | **119,81** | **818,84** | **0,34** | **54,44** | **22,00** | **6,87** | **136,57** | **408,68** | **125,49** | **7,82** |
| | Всего | 1440 | **25,84** | **26,11** | **119,81** | **818,84** | **0,34** | **54,44** | **22,00** | **6,87** | **136,57** | **408,68** | **125,49** | **7,82** |

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет ( горячие завтраки и обеды)

| № рец. по сбор. | Наименование блюд | Выход | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещ-ва (мг) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | $B_1$ | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| | Вторник 1 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | Обед | | | | | | | | | | | |
| 70 | Салат из квашеной капусты | 60 | 0,47 | 3,08 | 1,5 | 36,24 | 0,02 | 8,72 | 0 | 1,54 | 7,63 | 13,9 | 8,74 | 0,37 |
| 197 | Рассольник ленинградский (на курином бульоне) | 200 | 10,8 | 3,63 | 17,25 | 145,55 | 0,13 | 17,31 | 33,84 | 1,62 | 31,51 | 132,19 | 27,34 | 1,53 |
| | Картофель отварной | 150 | | | | | | | | | | | | |
| 374 | Рыба, тушенная с овощами (минтай) | 100 | 17,44 | 10,27 | 5,21 | 183,67 | 0,2 | 7,37 | 24 | 3,65 | 36,07 | 195,27 | 43,78 | 1,06 |
| 883 | Кисель | 200 | 0,26 | 0,04 | 25,07 | 102,09 | 0,01 | 3,15 | 0 | 0,06 | 11,37 | 6,3 | 4,56 | 0,15 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 2,28 | 0,27 | 13,86 | 66,30 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,39 | 6,90 | 26,10 | 9,90 | 0,60 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,93 | 0,53 | 17,33 | 85,33 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 0,40 | 13,20 | 77,60 | 22,80 | 1,80 |
| | Итого | | **34,18** | **17,82** | **80,22** | **619,18** | **0,49** | **36,55** | **57,84** | **7,66** | **106,68** | **451,36** | **117,12** | **5,51** |
| | Всего | | **34,18** | **17,82** | **80,22** | **619,18** | **0,49** | **36,55** | **57,84** | **7,66** | **106,68** | **451,36** | **117,12** | **5,51** |

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет ( горячие завтраки и обеды)

| № рец. по сбор. | Наименование блюд | Выход | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность | амины (мг) | | | | Минеральные вещ-ва (мг) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | $B_1$ | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| | Среда 1 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | Обед | | | | | | | | | | | |
| | Огурец соленый (нарезка) | 30 | 0,65 | 3,10 | 6,55 | 57,95 | 0,03 | 9,00 | 0,00 | 1,52 | 15,80 | 25,46 | 17,40 | 0,54 |
| 140 | Суп картофельный с макар изд (мармишль) | 200 | 13,29 | 2,86 | 14,53 | 137,04 | 0,19 | 1,70 | 49,09 | 1,33 | 25,31 | 103,37 | 6,57 | 1,06 |
| 492 | Плов из мяса птицы | 200 | 21,83 | 19,95 | 37,54 | 418,00 | 0,15 | 8,47 | 67,20 | 2,36 | 25,32 | 239,91 | 50,37 | 2,32 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92,00 | 0,02 | 4,00 | 0,00 | 0,20 | 14,00 | 14,00 | 8,00 | 2,80 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 2,28 | 0,27 | 13,86 | 66,30 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,39 | 6,90 | 26,10 | 9,90 | 0,60 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,93 | 0,53 | 17,33 | 85,33 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 0,40 | 13,20 | 77,60 | 22,80 | 1,80 |
| | Итого | | **41,98** | **26,91** | **110,01** | **856,62** | **0,52** | **21,17** | **116,29** | **6,20** | **100,53** | **281,72** | **115,04** | **9,14** |
| | Всего | | **41,98** | **26,91** | **110,01** | **856,62** | **0,52** | **21,17** | **116,29** | **6,20** | **100,53** | **281,72** | **115,04** | **9,14** |

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет ( горячие завтраки и обеды)

| № рец. по сбор. | Наименование блюд | Выход | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность | амины (мг) | | | | Минеральные вещ-ва (мг) | | | 3 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | $B_1$ | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| | Четверг 1 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | Обед | | | | | | | | | | | |
| 71 | Зеленый горошек консервированный | 30 | 0,66 | 3,10 | 2,08 | 40,09 | 0,03 | 14,95 | 0,00 | 1,62 | 20,02 | 14,88 | 11,12 | 0,53 |
| 187 | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 2,15 | 3,20 | 10,27 | 79,63 | 0,07 | 33,80 | 0,00 | 1,54 | 36,24 | 50,08 | 24,21 | 0,92 |
| т.т.к | Оладьи из печени с морковью | 80 | 11,82 | 7,97 | 9,46 | 157,63 | 0,21 | 20,45 | 49,40 | 1,67 | 16,32 | 207,41 | 19,59 | 4,49 |
| 332 | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,63 | 2,84 | 35,99 | 192,21 | 0,09 | 0,00 | 12,00 | 0,80 | 11,51 | 45,50 | 8,23 | 0,83 |
| 631 | Компот из сф | 200 | 0,23 | 0,05 | 17,62 | 68,59 | 0,01 | 46,00 | 0,00 | 0,17 | 8,28 | 7,59 | 7,13 | 0,34 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 2,28 | 0,27 | 13,86 | 66,30 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,39 | 6,90 | 26,10 | 9,90 | 0,60 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,93 | 0,53 | 17,33 | 85,33 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 0,40 | 13,20 | 77,60 | 22,80 | 1,80 |
| | Итого | | **25,70** | **17,96** | **106,61** | **689,98** | **0,54** | **115,00** | **61,40** | **6,59** | **112,47** | **429,16** | **102,98** | **9,51** |
| | Всего | | **25,70** | **17,96** | **106,61** | **689,98** | **0,54** | **115,00** | **61,40** | **6,59** | **112,47** | **429,16** | **102,98** | **9,51** |

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет ( горячие завтраки и обеды)

| № рец. по сбор. | Наименование блюд | Выход | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность | амины (мг) | | | | Минеральные вещ-ва (мг) | | | 4 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | $B_1$ | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| | Пятница 1 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | Обед | | | | | | | | | | | |
| 418 | Салат из свеклы отварной | 60 | 0,86 | 2,06 | 5,02 | 41,92 | 0,01 | 5,70 | 0,00 | 0,94 | 26,45 | 26,05 | 12,98 | 0,86 |
| 132 | Уха рыбацкая | 200 | 9,59 | 5,68 | 19,46 | 168,18 | 0,18 | 26,68 | 4,30 | 2,82 | 26,82 | 163,80 | 43,33 | 1,49 |
| 333 | Макаронные изделия отварные с сыром | 150 | 7,91 | 6,13 | 33,89 | 223,06 | 0,09 | 0,06 | 39,00 | 0,81 | 112,06 | 107,36 | 12,30 | 0,89 |
| 638 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,46 | 0,10 | 28,13 | 116,10 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,10 | 16,00 | 25,80 | 8,40 | 0,64 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 2,28 | 0,27 | 13,86 | 66,30 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,39 | 6,90 | 26,10 | 9,90 | 0,60 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,93 | 0,53 | 17,33 | 85,33 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 0,40 | 13,20 | 77,60 | 22,80 | 1,80 |
| | Итого | | **34,03** | **14,77** | **117,69** | **700,91** | **0,44** | **32,46** | **43,30** | **5,46** | **205,43** | **426,71** | **109,71** | **6,28** |
| | Всего | | **34,03** | **14,77** | **117,69** | **700,91** | **0,44** | **32,46** | **43,30** | **5,46** | **205,43** | **426,71** | **109,71** | **6,28** |

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет ( горячие завтраки и обеды)

| № рец. по сбор. | Наименование блюд | Выход | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность | амины (мг) | | | | Минеральные вещ-ва (мг) | | | 5 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | $B_1$ | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| | Понедельник 2 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | Обед | | | | | | | | | | | |
| 71 | Нарезка овощная (огурец соленый) | 30 | 0,76 | 3,09 | 4,01 | 47,46 | 0,03 | 7,50 | 0,00 | 1,39 | 19,89 | 22,22 | 11,91 | 0,50 |
| 135 | Суп крестьянский с крупой | 200 | 10,96 | 3,59 | 10,83 | 120,07 | 0,10 | 20,79 | 36,00 | 1,56 | 41,69 | 112,18 | 21,84 | 1,32 |
| 390 | Куры отварные | 80 | 12,52 | 13,36 | 3,94 | 186,09 | 0,07 | 1,93 | 8,00 | 1,24 | 22,82 | 137,71 | 17,94 | 1,93 |
| 534 | Капуста тушеная | 150 | 3,90 | 3,11 | 13,94 | 101,95 | 0,09 | 82,20 | 16,00 | 0,36 | 90,34 | 67,90 | 34,44 | 1,36 |
| | Кисель | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92,00 | 0,02 | 4,00 | 0,00 | 0,20 | 14,00 | 14,00 | 8,00 | 2,80 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 2,28 | 0,27 | 13,86 | 66,30 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,39 | 6,90 | 26,10 | 9,90 | 0,60 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,93 | 0,53 | 17,33 | 85,33 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 0,40 | 13,20 | 77,60 | 22,80 | 1,80 |
| | Итого | | **34,35** | **24,15** | **84,11** | **699,22** | **0,44** | **116,42** | **60,00** | **5,54** | **208,84** | **457,71** | **126,83** | **10,31** |
| | Всего | | **34,35** | **24,15** | **84,11** | **699,22** | **0,44** | **116,42** | **60,00** | **5,54** | **208,84** | **457,71** | **126,83** | **10,31** |

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет ( горячие завтраки и обеды)

| № рец. по сбор. | Наименование блюд | Выход | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность | амины (мг) | | | | Минеральные вещ-ва (мг) | | | 6 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | $B_1$ | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| | Вторник 2 | | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Обед | | | | | | | | | | | | |
| | Икра кабачковая | 30 | 4,13 | 6,69 | 2,62 | 88,43 | 0,03 | 2,01 | 32,20 | 1,54 | 161,30 | 112,81 | 21,40 | 0,49 | |
| 170 | Борщ с картофелем и фасолью | 200 | 2,73 | 3,31 | 14,05 | 97,86 | 0,09 | 21,60 | 0,00 | 1,52 | 44,82 | 72,82 | 28,34 | 1,30 | |
| | Фрикадельки из птицы с том соусом | 80 | 21,62 | 20,02 | 6,32 | 292,38 | 0,12 | 2,20 | 89,00 | 0,53 | 19,10 | 188,21 | 25,19 | 2,03 | |
| 297 | Рис отварной | 150 | 3,80 | 2,72 | 40,00 | 199,65 | 0,04 | 0,00 | 12,00 | 0,25 | 16,08 | 84,15 | 27,66 | 0,63 | |
| 631 | Сок | 200 | 0,16 | 0,16 | 15,90 | 66,68 | 0,01 | 4,00 | 0,00 | 0,08 | 6,40 | 4,40 | 3,60 | 0,92 | |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 2,28 | 0,27 | 13,86 | 66,30 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,39 | 6,90 | 26,10 | 9,90 | 0,60 | |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,93 | 0,53 | 17,33 | 85,33 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 0,40 | 13,20 | 77,60 | 22,80 | 1,80 | |
| | Итого | | **37,85** | **33,70** | **110,08** | **896,83** | **0,42** | **29,81** | **133,20** | **4,71** | **267,80** | **566,09** | **138,89** | **7,77** | |
| | Всего | | **37,85** | **33,70** | **110,08** | **896,83** | **0,42** | **29,81** | **133,20** | **4,71** | **267,80** | **566,09** | **138,89** | **7,77** | |

10-тн дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет ( горячие завтраки и обеды)

| № рец. по сбор. | Наименование блюд | Выход | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещ-ва (мг) | | | 7 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | ценность | $B_1$ | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| | **Среда 2** | | | | | | | | | | | | | |
| | | | Обед | | | | | | | | | | | |
| | Салат из свежей капусты | 60 | 1,99 | 7,34 | 7,91 | 106,08 | 0,04 | 5,16 | 0,00 | 3,07 | 31,79 | 50,18 | 29,20 | 0,96 |
| 208 | Суп картофельный с вермишелью | 200 | 10,80 | 3,69 | 21,09 | 161,10 | 0,14 | 17,02 | 31,50 | 1,70 | 30,09 | 120,16 | 25,52 | 1,52 |
| 248 | Котлета рыбная (минтай) с том соусом | 80 | 13,04 | 4,91 | 15,44 | 158,78 | 0,12 | 0,33 | 6,60 | 2,38 | 44,68 | 188,79 | 47,60 | 0,83 |
| 520 | Картофельное пюре | 150 | 3,33 | 3,28 | 22,66 | 133,89 | 0,16 | 26,54 | 14,30 | 0,16 | 45,20 | 98,91 | 33,80 | 1,25 |
| 639 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,78 | 0,06 | 22,12 | 93,28 | 0,02 | 0,80 | 0,00 | 1,10 | 32,00 | 29,20 | 21,00 | 0,68 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 2,28 | 0,27 | 13,86 | 66,30 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,39 | 6,90 | 26,10 | 9,90 | 0,60 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,93 | 0,53 | 17,33 | 85,33 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 0,40 | 13,20 | 77,60 | 22,80 | 1,80 |
| | Итого | | **35,15** | **20,08** | **120,41** | **804,76** | **0,61** | **49,85** | **52,40** | **9,20** | **203,86** | **590,94** | **189,82** | **7,64** |
| | Всего | | **35,15** | **20,08** | **120,41** | **804,76** | **0,61** | **49,85** | **52,40** | **9,20** | **203,86** | **590,94** | **189,82** | **7,64** |

10-тн дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет ( горячие завтраки и обеды)

| № рец. по сбор. | Наименование блюд | Выход | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещ-ва (мг) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | ценность | $B_1$ | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| | **Четверг 2** | | | | | | | | | | | | | |
| | | | Обед | | | | | | | | | | | |
| | Салат из квашеной капусты | 60 | 1,06 | 4,16 | 6,02 | 66,11 | 0,05 | 8,00 | 0,00 | 1,83 | 9,15 | 28,78 | 11,38 | 0,45 |
| 135 | Суп из овощей | 200 | 1,85 | 5,26 | 11,06 | 99,46 | 0,09 | 21,20 | 0,00 | 2,34 | 29,16 | 52,44 | 21,81 | 0,83 |
| 436 | Жаркое по-домашнему | 200 | 14,93 | 20,48 | 20,81 | 328,02 | 0,60 | 27,05 | 0,00 | 1,87 | 23,35 | 216,96 | 51,73 | 2,90 |
| | Компот из свежих яблок | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92,00 | 0,02 | 4,00 | 0,00 | 0,20 | 14,00 | 14,00 | 8,00 | 2,80 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 2,28 | 0,27 | 13,86 | 66,30 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,39 | 6,90 | 26,10 | 9,90 | 0,60 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,93 | 0,53 | 17,33 | 85,33 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 0,40 | 13,20 | 77,60 | 22,80 | 1,80 |
| | Итого | | **24,05** | **30,90** | **89,28** | **737,22** | **0,89** | **60,25** | **0,00** | **7,03** | **95,76** | **415,88** | **125,62** | **9,38** |
| | Всего | | **24,05** | **30,90** | **89,28** | **737,22** | **0,89** | **60,25** | **0,00** | **7,03** | **95,76** | **415,88** | **125,62** | **9,38** |

10-тн дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет ( горячие завтраки и обеды)

| № рец. по сбор. | Наименование блюд | Выход | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещ-ва (мг) | | | 9 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | ценность | $B_1$ | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| | **Пятница 2** | | | | | | | | | | | | | |
| | | | Обед | | | | | | | | | | | |
| | Зеленый горошек консервированный | 30 | 0,78 | 5,09 | 10,59 | 92,33 | 0,04 | 1,95 | 0,00 | 2,42 | 20,13 | 37,03 | 19,86 | 0,63 |
| 206 | Суп картофельный с горохом | 200 | 5,87 | 5,55 | 19,28 | 150,87 | 0,23 | 11,51 | 0,00 | 2,45 | 36,57 | 106,78 | 36,27 | 1,98 |
| 205 | Котлета по Хльновски с том соусом | 80 | 12,68 | 12,19 | 11,84 | 208,00 | 0,15 | 0,65 | 39,13 | 4,75 | 43,48 | 58,18 | 16,15 | 2,63 |
| 332 | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,63 | 2,84 | 35,99 | 192,21 | 0,09 | 0,00 | 12,00 | 0,80 | 11,51 | 45,50 | 8,23 | 0,83 |
| 631 | Кисель | 200 | 0,16 | 0,16 | 15,90 | 66,68 | 0,01 | 4,00 | 0,00 | 0,08 | 6,40 | 4,40 | 3,60 | 0,92 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 2,28 | 0,27 | 13,86 | 66,30 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,39 | 6,90 | 26,10 | 9,90 | 0,60 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,93 | 0,53 | 17,33 | 85,33 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 0,40 | 13,20 | 77,60 | 22,80 | 1,80 |
| | Итого | | **30,33** | **26,63** | **124,79** | **861,72** | **0,85** | **18,11** | **51,13** | **11,29** | **138,19** | **355,59** | **118,81** | **9,39** |
| | Всего | | **30,33** | **26,63** | **124,79** | **861,72** | **0,85** | **18,11** | **51,13** | **11,29** | **138,19** | **355,59** | **118,81** | **9,39** |
| | **Всего за 10 дней** | | **313,06** | **238,03** | **1063,01** | **7684,88** | **5,34** | **534,06** | **597,56** | **70,56** | **1676,13** | **4383,84** | **1270,31** | **82,76** |
| | **Средний суточный рацион** | | **31,31** | **23,90** | **106,30** | **768,49** | **0,53** | **53,41** | **59,76** | **7,06** | **167,61** | **438,38** | **127,03** | **8,28** |