Утверждаю:
и.о. директора _____ Туребекова А.С
1.09.2021г.

Лето-осень
1 неделя

1 день

Наименование бл	Возраст 7-10 лет					Возраст 11-15 лет					Возраст 16-18 лет				
	Выход, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал	Выход, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал	Выход, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Плов из птицы	200	21,6	8,1	37,0	307,3	220	24,8	10,3	41,1	356,3	250	26,8	12,4	45,5	400,8
чай с молоком	200	4,3	3,8	7,2	53,0	200	4,3	3,8	7,2	53,0	200	4,3	3,8	7,2	53,0
Фрукт по сезону \яблоко	120	0,3	0,1	13,2	54,9	120	0,3	0,1	13,2	54,9	120	0,3	0,1	13,2	54,9
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	30	2,2	0,3	13,8	66,7	50	3,0	0,4	18,3	88,8	50	3,0	0,4	18,3	88,8
Всего		**28,4**	**12,3**	**71,2**	**481,9**		**32,4**	**14,6**	**79,8**	**553,0**		**34,4**	**16,7**	**84,2**	**597,5**
Всего, %		**23,6%**	**23,0%**	**59,1%**	**24%**		**23,4%**	**23,8%**	**57,7%**	**24,6%**		**23,0%**	**25,2%**	**56,4%**	**25%**

2 день

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Митболы из говядины	70	15,9	7,0	3,7	141,4	90	18,3	8,4	6,3	174,0	100	20,5	8,8	7,9	192,8
Соус сметанный	20	0,5	3,7	1,8	42,0	20	0,5	3,7	1,8	42,0	20	0,5	3,7	1,8	42,0
Рагу из овощей	130	3,0	2,8	24,0	190,1	150	3,7	4,4	30,0	222,5	180	4,4	5,9	35,2	278,3
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	2,2	0,3	13,8	66,7	50	3,0	0,4	18,3	88,8	50	3,0	0,4	18,3	88,8
Компот из свежих яблок с изюмом	200	0,3	0,4	15,6	79,5	200	0,3	-	16,9	79,5	200	0,3	-	16,9	79,5
Всего		**21,9**	**14,2**	**58,9**	**519,7**		**25,8**	**16,9**	**73,3**	**606,8**		**28,7**	**18,8**	**80,1**	**681,4**
Всего, %		**16,8%**	**24,6%**	**45,3%**	**25%**		**17,0%**	**25,0%**	**48,3%**	**25%**		**16,8%**	**24,8%**	**47,0%**	**25%**

3 день

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Салат из капусты белокочанной с фасолью и морковью	60	2,0	4,2	4,1	62,2	80	2,5	4,2	5,3	69,0	100	3,2	5,3	6,6	86,9
Куриные палочки	70	17,7	3,1	7,9	132,2	90	21,5	3,8	15,8	190,2	100	23,9	4,2	17,6	211,3
Соус сметанный	20	0,5	3,7	1,8	42,5	20	0,5	3,7	1,8	42,5	20	0,5	3,7	1,8	42,5
Гарнир гречка отварная	130	13,5	3,7	23,5	192,0	150	15,8	4,6	27,5	256,3	180	19,1	4,8	33,4	327,6
Напиток Денсаулык	200	0,3	0,1	15,6	68,5	200	0,3	0,1	15,6	68,5	200	0,3	0,1	15,6	68,5
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	30	2,2	0,3	13,8	66,7	50	3,0	0,4	18,3	88,8	50	3,0	0,4	18,3	88,8
Всего		**36,2**	**15,1**	**66,7**	**564,1**		**43,6**	**16,8**	**84,3**	**715,3**		**50,0**	**18,5**	**93,3**	**825,6**
Всего, %		**25,7%**	**24,1%**	**47,3%**	**26,9%**		**24,4%**	**21,1%**	**47,1%**	**29,2%**		**24,2%**	**20,2%**	**45,2%**	**30,6%**

4 день

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Фишболы из минтая	70	11,4	1,3	9,8	201,3	90	15,5	1,3	11,5	235,2	100	17,1	2,0	15,1	273,4
Соус молочно-томатный	20	0,8	1,9	2,4	29,9	20	0,8	1,9	2,4	29,9	20	0,8	1,9	2,4	29,9
Картофельно-морковное пюре	130	2,4	4,7	12,6	102,3	150	2,7	7,3	14,5	134,5	180	3,1	6,5	16,7	137,7
Напиток из шиповника	200	1,2	0,2	8,2	42,8	200	1,2	0,2	8,2	42,8	200	1,2	0,2	8,2	62,8
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	30	2,2	0,3	13,8	66,7	50	3,0	0,4	18,3	88,8	50	3,0	0,4	18,3	88,8
Фрукт по сезону яблоко	120	0,3	0,1	13,2	54,9	120	0,3	0,1	13,2	54,9	120	0,3	0,1	13,2	54,9
Всего		**18,3**	**8,5**	**60,0**	**497,9**		**23,5**	**11,2**	**68,1**	**586,1**		**25,5**	**11,1**	**73,9**	**647,5**
Всего, %		**14,7%**	**15,4%**	**48,2%**	**24%**		**16,0%**	**17,2%**	**46,5%**	**24%**		**15,8%**	**15,4%**	**45,7%**	**24%**

5 день

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Фрукт/Банан	120	0,5	3,1	2,4	39,3	80	0,7	3,1	3,2	43,6	100	0,9	5,1	4,2	66,3
Суп с макаронными изделиями и мясом	200	7,0	7,2	13,3	244,5	220	7,5	8,2	16,9	268,2	250	9,2	10,2	19,2	291,9
Какао с молоком	200	7,7	4,3	12,9	222,3	200	7,7	4,3	12,9	122,3	200	7,7	4,3	12,9	122,3
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	30	2,2	0,3	13,8	66,7	50	3,0	0,4	18,3	88,8	50	3,0	0,4	18,3	88,8
Всего		**17,4**	**14,9**	**42,4**	**572,8**		**18,9**	**16,0**	**51,3**	**522,9**		**20,8**	**20,0**	**54,6**	**569,3**
Всего, %		**12,2%**	**23,4%**	**29,6%**	**27,3%**		**14,5%**	**27,5%**	**39,2%**	**26%**		**14,6%**	**31,6%**	**38,4%**	**25%**

Лет директора ____ Турсенова М.К.
01.09 2026 г.



Лето-осень
2 неделя

1 день

Наименование блюда	Возраст 7-10 лет					Возраст 11-14 лет					Возраст 15-18 лет				
	Выход, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал	Выход, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал	Выход, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Паста Болоньезе и	200	24,5	5,5	45,3	328,7	220	27,1	6,7	48,9	364,3	250	30,3	8,0	54,4	410,8
Чай каркаде	200	0,0	0,00	3,0	12,0	200	0,0	0,00	3,0	12,0	200	0,0	0,00	3,0	12,0
Фрукт по сезону \яблоко	120	0,3	0,1	13,2	54,9	120	0,3	0,1	13,2	54,9	120	0,3	0,1	13,2	54,9
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,2	0,3	13,8	66,7	50	3,7	0,5	22,9	110,9	50	3,7	0,5	22,9	110,9
Всего	550	27,0	5,9	75,3	462,3	590	31,1	7,3	88,0	542,1	620	34,3	8,6	93,5	588,6
Всего, %		23,4%	11,5%	65,2%	22,0%		22,9%	12,1%	64,9%	22,1%		23,3%	13,1%	63,5%	21,8%

2 день

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Ежики из говядины	70/20	15,2	10,5	7,6	185,7	90/20	16,0	12,9	11,9	227,7	100/20	19,5	14,4	15,1	268,0
Соус сметанный	20	0,5	3,7	1,8	42,1	20	0,5	3,7	1,8	42,1	20	0,5	3,7	1,8	42,1
Гречка рассыпчатая с овощами	130	3,3	5,5	22,6	153,1	150	3,9	5,5	26,5	171,1	180	4,5	6,6	30,5	199,4
чай с молоком	200	4,3	3,8	7,2	53,0	200	4,3	3,8	7,2	53,0	200	4,3	3,8	7,2	53,0
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,2	0,3	13,8	66,7	50	3,7	0,5	22,9	110,9	50	3,7	0,5	22,9	110,9
Всего	380	25,5	23,8	53,0	500,6	420	28,4	26,4	70,3	604,8	450	32,5	29,0	77,5	673,4
Всего, %		20,4%	42,8%	42,3%	25%		18,8%	39,3%	46,5%	25%		19,3%	38,8%	46,0%	25%

3 день

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Фрукт/Банан	120	1	0	4	21	80	1	0	6	29	100	1	0	7	36
Куриные палочки	70	17,7	3,1	7,9	132,2	90	20,1	2,7	8,0	135,9	100	23,9	4,2	17,6	203,8
Соус сметанный	20	0,5	3,7	1,8	42,0	20	0,5	3,7	1,8	42,3	20	0,5	3,7	1,8	42,3
Пюре из гороха Буршак	130	13,5	3,7	23,5	192,0	150	15,8	4,6	27,5	214,6	180	19,1	4,8	33,4	253,2
Напиток Денсаулык	200	0,3	0,1	15,6	68,5	200	0,3	0,1	15,6	68,5	200	0,3	0,1	15,6	68,5
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,2	0,3	13,8	67,5	50	3,7	0,5	22,9	110,9	50	3,7	0,5	22,9	110,9
Всего	450	35,0	11,0	66,7	523,1	510	41,3	11,7	81,5	601,2	550	48,8	13,5	98,3	714,7
Всего, %		26,8%	18,9%	51,0%	25%		27,5%	17,6%	54,2%	25%		27,3%	17,0%	55,0%	26%

4 день

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Салат витаминный	60	1	3	2	39	80	1	3	3	44	100	1	5	4	66
Фишболы из минтая	70	11,4	1,3	9,8	201,3	90	15,5	1,3	11,5	235,2	100	17,1	2,0	15,1	273,4
Соус молочно-томатный	20	0,8	1,9	2,4	29,6	20	0,8	1,9	2,4	29,6	20	0,8	1,9	2,4	29,6
Картофельно-морковное пюре	130	2,4	4,7	12,6	124,3	150	2,7	7,3	14,5	136,4	180	3,1	6,5	16,7	141,8
Какао с молоком	200	7,7	4,3	12,9	122,3	200	7,7	4,3	12,9	122,3	200	7,7	4,3	12,9	122,3
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,2	0,3	13,8	66,7	50	3,7	0,5	22,9	110,9	50	3,7	0,5	22,9	110,9
Всего	450	24,5	12,5	51,5	544,2	510	30,4	15,3	64,2	634,4	550	32,4	15,2	70,0	678,0
Всего, %		18,0%	20,7%	37,8%	25,9%		19,1%	21,7%	40,5%	25,9%		19,1%	20,2%	41,3%	25,1%

5 день

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Салат с морковью с сыром	60	1,6	7,0	3,0	81,2	80	2,5	9,3	3,8	109,0	100	2,8	11,7	4,7	135,7
Суп рисовый с мясом	200	7,0	7,2	13,3	244,5	220	7,5	8,2	16,9	268,2	250	9,2	10,2	19,2	291,9
Компот из сухофруктов	200	0,3	0,4	15,6	68,5	200	0,3	0,4	15,6	68,5	200	0,3	0,4	15,6	68,5
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,2	0,3	13,8	66,7	50	3,7	0,5	22,9	110,9	50	3,7	0,5	22,9	110,9
Фрукт по сезону \яблоко	120	0,4	0,1	15,8	67,2	120	0,4	0,1	15,8	67,2	120	0,4	0,1	15,8	67,2
Всего	490	11,4	15,0	61,5	528,1	550	14,4	18,5	75,0	623,8	600	16,4	22,9	78,2	674,2
Всего, %		8,7%	25,5%	46,6%	25,1%		9,2%	26,6%	48,1%	25,5%		9,7%	30,6%	46,4%	25,0%

01.09 2022

Лето-осень

3 неделя

1 день

Наименование блюда	Возраст 7-10 лет					Возраст 11-15 лет					Возраст 16-18 лет				
	Выход, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал	Выход, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал	Выход, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Нарезка огурцы	30	0,3	0,1	2,0	10,1	40	0,4	0,1	2,3	11,7	50	0,5	0,1	3,2	16,2
Курица в сметанном соусе	70	26,3	7,8	4,4	193,0	90	28,5	9,5	6,2	224,3	100	30,2	10,1	8,9	247,3
Гречка рассыпчатая с овощами	130	7,0	4,8	26,0	175,3	150	9,7	5,8	30,0	211,0	180	10,5	7,2	35,2	247,6
Компот из свежих яблок и изюмом	200	0,3	-	16,9	71,3	200	0,3	-	16,9	71,3	200	0,3	-	16,9	71,3
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	2,2	0,3	13,8	66,7	50	3,0	0,4	18,3	88,8	50	3,0	0,4	18,3	88,8
Всего		**36,1**	**13,0**	**63,1**	**516,4**		**41,9**	**15,8**	**73,7**	**607,1**		**44,5**	**17,8**	**82,5**	**671,2**
Всего, %		**28,0%**	**22,7%**	**48,9%**	**25%**		**27,6%**	**23,4%**	**48,6%**	**25%**		**26,5%**	**23,9%**	**49,2%**	**25%**

2 день

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Митболы	70	15,9	7,0	3,7	141,4	90	18,3	8,4	6,3	174,0	100	20,5	8,8	7,9	192,8
Соус сметанный	20	0,5	3,7	1,8	42,5	20	0,5	3,7	1,8	42,5	20	0,5	3,7	1,8	42,5
Макароны отварные	130	5,7	5,7	28,7	205,4	150	6,6	6,0	33,1	231,0	180	7,8	6,3	39,3	267,6
Компот из сухофруктов с сахаром	200	0,3	0,4	15,6	68,5	200	0,3	0,4	15,6	68,5	200	0,3	0,4	15,6	68,5
Фрукт по сезону \яблоко	120	0,4	0,1	15,8	67,2	120	0,4	0,1	15,8	67,2	120	0,4	0,1	15,8	67,2
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	2,2	0,3	13,8	66,7	50	3,0	0,4	18,3	88,8	50	3,0	0,4	18,3	88,8
Всего		**25,0**	**17,2**	**79,5**	**591,7**		**29,0**	**18,9**	**90,9**	**672,0**		**32,5**	**19,7**	**98,8**	**727,4**
Всего, %		**16,9%**	**26,1%**	**53,7%**	**28,2%**		**17,3%**	**25,3%**	**54,1%**	**27,4%**		**17,8%**	**24,3%**	**54,3%**	**26,9%**

3 день

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Гуляш из птицы	70	15,5	2,9	4,2	104,9	90	18,8	3,7	4,6	126,9	100	19,9	4,5	4,9	139,7
Рис овощами Коктем	130	3,2	7,0	32,5	205,8	150	3,9	7,0	39,6	237,0	180	4,6	6,5	45,1	257,3
Напиток лимонный-яблочный "Денсаулык"	200	0,1	0,1	8,2	34,1	200	0,1	0,1	8,2	34,1	200	0,1	0,1	8,2	46,2
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	2,2	0,3	13,8	66,7	50	3,0	0,4	18,3	88,8	50	3,0	0,4	18,3	88,8
Всего		**21,0**	**10,3**	**58,7**	**411,5**		**25,8**	**11,2**	**70,7**	**486,8**		**27,6**	**11,5**	**76,5**	**532,0**
Всего, %		**20,4%**	**22,5%**	**57,1%**	**20%**		**21,2%**	**20,7%**	**58,1%**	**20%**		**20,8%**	**19,5%**	**57,5%**	**20%**

4 день

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Фрукт/Банан	120	1	0	4	21	80	1	0	6	29	100	1	0	7	36
Рыбные каштаны	70	14,1	4,6	10,3	138,7	90	16,3	5,0	12,3	159,4	100	18,2	6,8	13,2	187,1
Соус сметанный	20	0,5	3,7	1,8	42,5	20	0,5	3,7	1,8	42,5	20	0,5	3,7	1,8	42,5
Пюре из гороха Буршак	130	13,5	3,7	23,5	181,3	150	15,8	4,6	27,5	214,6	180	19,1	4,8	33,4	253,2
Компот из сухофруктов	200	0,3	0,4	15,6	67,2	200	0,3	0,4	15,6	67,2	200	0,3	0,4	15,6	67,2
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	2,2	0,3	13,8	66,7	50	3,0	0,4	18,3	88,8	50	3,0	0,4	18,3	88,8
Всего		**31,4**	**12,8**	**69,1**	**517,3**		**37**	**14**	**81**	**602**		**42**	**16**	**89**	**675**
Всего, %		**24,3%**	**22,2%**	**53,4%**	**25%**		**24,6%**	**21,4%**	**54,0%**	**25%**		**25,1%**	**21,8%**	**52,9%**	**25,0%**

5 день

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Борщ с мясом	200	6,0	8,5	2,1	259,0	250	6,0	9,5	3,1	299,2	300	6,0	10,5	4,1	357,8
Какао с молоком	200	7,7	4,3	12,9	132,3	200	7,7	4,3	12,9	132,3	200	7,7	4,3	12,9	132,3
Фрукт по сезону\яблоко	120	0,4	0,1	15,8	67,2	120	0,4	0,1	15,8	67,2	120	0,4	0,1	15,8	67,2
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	2,2	0,3	13,8	66,7	50	3,0	0,4	18,3	88,8	50	3,0	0,4	18,3	88,8
Всего		**16,3**	**13,2**	**44,6**	**525,2**		**17,1**	**14,3**	**50,1**	**587,5**		**17,1**	**15,3**	**51,1**	**646,1**
Всего, %		**12,4%**	**22,5%**	**34,0%**	**25%**		**11,6%**	**21,8%**	**34,1%**	**25%**		**10,6%**	**21,2%**	**31,7%**	**25%**

И.о. директора _____ Турбекова А.С.
01.09.2026 г.

Лето-осень
4 неделя

1 день

Наименование блюда	Возраст 7-10 лет					Возраст 11-14 лет					Возраст 15-18 лет				
	Выход, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал	Выход, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал	Выход, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Гречневая каша с овощами и птицей	200	21,6	4,2	27,9	235,8	220	22,6	4,3	30,5	251,1	250	24,2	4,4	35,5	278,4
Чай с молоком	200	3,0	3,5	4,5	67,0	200	3,0	3,5	4,5	67,0	200	3,0	3,5	4,5	67,0
Фрукт по сезону \яблоко	120	0,3	0,1	13,2	54,9	120	0,3	0,1	13,2	54,9	120	0,3	0,1	13,2	54,9
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	2,2	0,3	13,8	66,7	50	3,7	0,5	22,9	110,9	50	3,7	0,5	22,9	110,9
Всего	550	27,1	8,1	59,4	424,4	590	29,6	8,4	71,1	483,9	620	31,2	8,5	76,1	511,2
Всего, %		25,5%	17,2%	56,0%	20,2%		24,5%	15,6%	58,8%	19,8%		24,4%	15,0%	59,5%	18,9%

2 день

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Тефтели из говядины	70	15,1	5,7	13,3	320,9	90	18,5	7,1	16,3	359,7	100	20,8	8,4	19,0	363,9
Капуста тушеная	130					150					180				
Соус сметанный	20	0,5	3,7	1,8	42,0	20	0,5	3,7	1,8	42,0	20	0,5	3,7	1,8	42,0
Компот из свежих яблок	200	0,3	0,4	15,6	67,2	200	0,3	0,0	16,9	68,8	200	0,3	0,0	16,9	68,8
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	2,2	0,3	13,8	66,7	50	3,7	0,5	22,9	110,9	50	3,7	0,5	22,9	110,9
Всего	450	18,1	10,1	44,5	496,8	510	23,0	11,3	57,9	581,4	550	25,3	12,6	60,6	585,6
Всего, %		14,6%	18,3%	35,8%	24%		15,8%	17,5%	39,8%	24%		17,3%	19,3%	41,4%	24,4%

3 день

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Фрукт/Банан	120	3,1	3,3	5,3	63,3	80	4,2	4,4	7,0	84,4	100	5,4	5,5	9,0	107,1
Куриная грудка с овощами	70	26,3	7,8	4,4	193,0	90	28,5	9,5	6,2	224,3	100	30,2	10,1	8,9	247,3
Макароны отварные	130	5,68	5,73	28,71	205,4	150	6,55	5,97	33,08	231,0	180	7,77	6,31	39,32	267,6
Напиток из шиповника	200	1,2	0,2	8,2	39,4	200	1,2	0,2	8,2	39,4	200	1,2	0,2	8,2	39,4
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	2,2	0,3	13,8	67,5	50	3,7	0,5	22,9	112,5	50	3,7	0,5	22,9	112,5
Всего	550	38,5	17,3	60,4	568,6	570	44,2	20,6	77,4	691,6	630	48,3	22,6	88,3	773,9
Всего, %		27,1%	27,4%	42,5%	27,1%		25,5%	26,8%	44,8%	28,2%		24,9%	26,3%	45,6%	28,7%

4 день

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Тефтели рыбные	70	10,6	2,5	7,8	181,6	90	11,6	2,7	11,0	200,1	100	12,2	2,7	13,3	233,2
Соус молочно-томатный	20	0,8	1,9	2,4	29,6	20	0,8	1,9	2,4	29,6	20	0,8	1,9	2,4	29,6
Картофельно-морковное пюре	130	2,4	4,7	12,6	102,3	150	2,7	7,3	14,5	134,5	180	3,1	6,5	16,7	137,7
Какао с молоком	200	7,7	4,3	12,9	122,3	200	7,7	4,3	12,9	122,3	200	7,7	4,3	12,9	122,3
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	2,2	0,3	13,8	67,5	50	3,7	0,5	22,9	112,5	50	3,7	0,5	22,9	110,9
Всего	450	23,7	13,7	49,5	503,3	510	26,5	16,7	63,7	599,0	550	27,5	15,9	68,2	633,7
Всего, %		18,8%	24,5%	39,3%	24,0%		17,7%	25,1%	42,5%	24,4%		17,3%	22,6%	43,0%	24,4%

5 день

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Суп гороховый с мясом	200	7,0	7,2	13,3	290,5	220	7,5	8,2	16,9	359,2	250	9,2	10,2	19,2	381,9
Компот из сухофр	200	0,3	0,4	15,6	68,5	200	0,3	0,4	15,6	68,5	200	0,3	0,4	15,6	68,5
Яблоки	120	0,4	0,05	15,8	65,3	120	0,4	0,05	15,8	65,3	120	0,4	0,05	15,8	65,3
Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	2,2	0,3	13,8	66,7	50	3,7	0,5	22,9	110,9	50	3,7	0,5	22,9	110,9
Всего	550	9,9	8,0	58,5	491,0	590	11,9	9,2	71,2	603,9	620	13,6	11,2	73,5	626,6
Всего, %		8,0%	14,6%	47,7%	25%		7,9%	13,6%	47,2%	25%		8,7%	16,0%	46,9%	25,1%