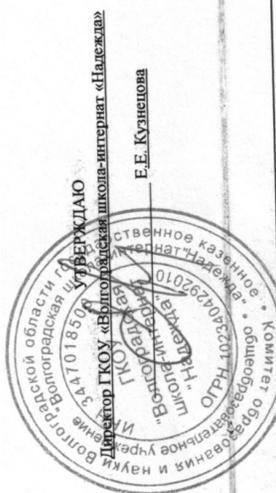


МЕНЮ

на 09 февраля 2026г.

Принем пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Яйцо вареное вкрутую	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5	337
Каша молочная манная жидкая с маслом	200	6,5	9,2	25,7	178,7	ТТК №83
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	524	19,2	16,7	70,5	474,0	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Овощи по сезону (капуста квашеная)	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №3
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,4	4,7	16,0	130,4	ТТК №43
Рыбная поджарка	120	13,9	12,6	6,7	143,3	ТТК №679
Рис отварной	150	3,8	12,4	38,9	283,3	ТТК №69
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пеклеваный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	830	30,3	30,5	132,0	879,1	
Полдник (5-ти разовое)						
Пирожок печеный с картофелем	100	12,1	12,4	36,4	300,6	ТТК №421
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	89,2	707
Итого за прием пищи:	500	13,1	12,6	56	389,8	
Ужин (5-ти разовое)						
Фрикадельки мясные в соусе	90/30	16,5	19,5	17,4	298,5	ТТК №60
Макаронные изделия отварные (рожки)	150	3,6	7,4	26,2	184,3	ТТК №129
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом,	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
Хлеб пшеничный	30	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	500	24,0	27,2	82,9	655,6	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5	698
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	215	7,3	5,3	22,0	170,2	
Всего за день:		95,9	92,3	363,4	2 568,7	

Директор ООО "Венера":



Принем пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Яйцо вареное вкрутую	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5	337
Каша молочная манная жидкая с маслом	250	9,1	11,9	30,8	228,0	ТТК №83
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №305
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	34,0	160,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	584	22,4	19,4	80,4	546,3	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Овощи по сезону (капуста квашеная)	100	1,5	0,1	8,5	40,7	ТТК №3
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,5	5,7	19,1	163,0	ТТК №43
Рыбная поджарка	130	17,1	15,9	7,3	155,2	ТТК №679
Рис отварной	180	4,5	13,5	46,8	327,3	ТТК №69
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	980	37,2	36,1	155,2	1 023,5	
Полдник (5-ти разовое)						
Пирожок печеный с картофелем	150	18,2	18,6	54,1	450,9	ТТК №421
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	89,2	707
Итого за прием пищи:	550	19,2	18,8	73,7	540,1	
Ужин (5-ти разовое)						
Фрикадельки мясные в соусе	100/30	17,9	21,0	19,3	323,4	ТТК №60
Макаронные изделия отварные (рожки)	200	4,7	9,3	34,9	245,7	ТТК №129
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом,	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	34,0	160,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	600	27,9	30,7	103,2	787,9	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5	698
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	215	7,3	5,3	22,0	170,2	
Всего за день:		114,0	110,3	434,5	3 068,0	

Зав. Производствам:

Директор ГКОУ «Вологодская школа-интернат «Надежда»

Е.Е. Кузнецова

МЕНЮ

на 10 февраля 2026г.

Прием пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Каша молочная жидкая ячневая	250	9,1	11,9	30,8	228,0	ТТК №789
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9	ТТК №380
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
Батон	60	4,6	1,8	30,1	155,4	ТТК № 178
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338
Итого за прием пищи:	560	19,4	19,6	112,0	682,5	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Морковь отварная	100	2,0	0,1	6,7	34,0	ТТК №128
Суп с макаронными изделиями	250	2,4	5,3	15,7	121,0	ТТК №205
Котлеты, биточки, шницели	100	15,9	22,3	21,0	303,3	ТТК №61
Картофельное пюре с маслом	180	5,0	5,2	27,4	173,0	ТТК №136
Компот из изюма	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	950	33,9	33,9	145,4	973,1	
Полдник (5-ти разовое)						
Пирожок с яблоками	150	10,7	16,5	68,0	397,4	ТТК №140
Молоко кипяченое	200	5,6	4,9	9,3	104,8	697
Итого за прием пищи:	350	16,3	21,4	77,3	502,2	
Ужин (5-ти разовое)						
Лапшевник с творогом с соусом молочным (сладким)	270/50	22,0	20,5	62,5	490,9	ТТК №154
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
Хлеб пшеничный	80	5,9	0,5	38,9	183,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	600	28,2	21,0	116,6	734,7	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,4	92,5	698
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	22,4	170,2	
Всего за день:	105,1	101,2	473,7	3 062,7		

Зав. Производствам:

Прием пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Каша молочная жидкая ячневая	200	6,5	9,2	25,7	178,7	ТТК №789
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9	ТТК №380
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
Батон	50	3,9	1,5	25,1	129,5	ТТК № 178
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338
Итого за прием пищи:	500	16,1	16,6	101,9	607,3	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Морковь отварная	60	1,2	0,1	4,0	24,0	ТТК №128
Суп с макаронными изделиями	200	1,9	4,5	12,6	96,8	ТТК №205
Котлеты, биточки, шницели	90	12,7	17,7	18,7	240,5	ТТК №61
Картофельное пюре с маслом	150	4,2	4,3	22,8	144,2	ТТК №136
Компот из изюма	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пеклеваный	80	5,1	0,7	32,9	158,3	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	830	29,2	27,7	136,8	867,1	
Полдник (5-ти разовое)						
Пирожок с яблоками	100	7,1	11,0	45,3	264,9	ТТК №140
Молоко кипяченое	200	5,6	4,9	9,3	104,8	697
Итого за прием пищи:	300	12,7	15,9	54,6	369,7	
Ужин (5-ти разовое)						
Лапшевник с творогом с соусом молочным (сладким)	200/50	16,9	16,0	46,5	364,2	ТТК №154
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	500	20,9	16,3	86,0	539,0	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5	698
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	22,0	170,2	
Всего за день:	86,2	81,8	401,3	2 553,3		

Директор ООО "Венера"



Директор ГКОУ «Волгоградская школа-интернат «Надежда»

Е.Е. Кузнецова

МЕНЮ

на 11 февраля 2026г.

3 день Прием пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каша пшеничная молочная вязкая	250	13,0	11,5	47,5	405,0
ТТК №108					
Бульброд с повидлом	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3
ТТК №127					
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,0	15,2	60,0
ТТК №301					
Итого за прием пищи:	750	18,0	18,8	113,8	742,3
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Овощи по сезону (помидор соленый)	100	1,1	0,0	2,3	13,6
ТТК №27					
Суп картофельный	250	3,9	4,0	11,6	98,4
ТТК №87					
Гречка по-купечески с филе куриным	200	23,7	36,0	44,7	502,3
ТТК №468					
Сок фруктовый	200	0,6	0,0	32,0	131,9
707					
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
ТТК № 6					
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
ТТК № 7					
Итого за прием пищи:	950	37,5	40,9	143,7	999,5
Полдник (5-ти разовое)					
Пирожок печеный с капустой	150	18,2	21,3	72,9	462,9
ТТК №138					
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0
ТТК №302					
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	91,2
338					
Итого за прием пищи:	350	19,2	22,1	106,9	612,1
Ужин (5-ти разовое)					
Котлета рыбная Любительская	100	11,2	10,0	12,3	176,3
ТТК №63					
Каша рассыпчатая с овощами (рисовая)	200	10,1	10,2	47,5	299,6
ТТК №180					
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	58,0
ТТК №241					
Хлеб пшеничный / Хлеб пеклеваный	70/30	5,1/1,9	0,4/0,3	34/12,3	160,8/59,4
ТТК № 6/7					
Итого за прием пищи:	600	28,5	28,8	121,1	790,6
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5
698					
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7
ТТК № 178					
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	22,0	170,2
Всего за день:	110,5	115,9	507,5	3 314,7	

Зав. Производствам:

3 день Прием пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каша пшеничная молочная вязкая	200	10,4	9,2	38,0	324,0
ТТК №108					
Бульброд с повидлом	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3
ТТК №127					
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,0	15,2	60,0
ТТК №301					
Итого за прием пищи:	700	15,4	16,5	104,3	661,3
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Овощи по сезону (помидор соленый)	60	0,6	0,0	1,4	8,2
ТТК №27					
Суп картофельный	200	2,8	2,9	9,3	78,7
ТТК №87					
Гречка по-купечески с филе куриным	150	17,8	27,0	33,5	376,7
ТТК №468					
Сок фруктовый	200	0,6	0,0	32,0	131,9
707					
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
ТТК № 6					
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
ТТК № 7					
Итого за прием пищи:	820	30,0	30,8	129,3	848,8
Полдник (5-ти разовое)					
Пирожок печеный с капустой	100	13,8	14,2	48,6	308,6
ТТК №138					
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0
ТТК №302					
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	91,2
338					
Итого за прием пищи:	300	14,8	15,0	82,6	457,8
Ужин (5-ти разовое)					
Котлета рыбная Любительская	90	8,4	10,7	11,2	167,1
ТТК №63					
Каша рассыпчатая с овощами (рисовая)	150	7,6	12,1	35,6	224,7
ТТК №180					
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	58,0
ТТК №241					
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8
ТТК № 6					
Итого за прием пищи:	500	20,7	23,2	91,0	587,6
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5
698					
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7
ТТК № 178					
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	33,8	215,6
Всего за день:	88,2	90,8	441,0	2 771,1	

Директор ООО "Венера":



МЕНЮ

на 12 февраля 2026г.

4 день Прием пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Каша вязкая молочная рисовая с творогом	200	7,8	13,0	30,2	225,8	ТТК №653
Яйцо вареное вкрутую	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5	337
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	524	20,4	20,5	74,8	519,1	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Овощи по сезону (огурец соленый)	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК №4
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,6	3,0	8,0	70,4	ТТК №47
Фрикадельки мясные в соусе	80/30	16,5	19,5	17,4	298,5	ТТК №60
Каша гречневая вязкая	150	6,2	7,4	27,1	146,3	ТТК №132
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пеклеваный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	830	32,1	30,7	118,8	820,5	
Полдник (5-ти разовое)						
Пирожок с морковью печеный	100	15,1	10,6	45,6	319,5	ТТК №145
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	89,2	707
Итого за прием пищи:	500	16,1	10,8	65,2	408,7	
Ужин (5-ти разовое)						
Свекла отварная	100	1,1	0,1	8,5	40,7	ТТК №5
Макароник с печенью	150	12,0	20,7	38,0	334,8	ТТК №64
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	510	17,8	21,2	90,7	571,3	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Бутерброд с повидлом	20/15	1,6	0,1	19,2	82,4	ТТК №127
Молоко кипяченое	180	5,1	4,4	8,4	94,3	697
Итого за прием пищи:	215	6,7	4,5	27,6	176,7	
Всего за день:	93,1	87,7	377,1	2 496,3		

Директор ООО "Венера":



Зав. Производствам:

4 день Прием пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Каша вязкая молочная рисовая с творогом	250	9,8	16,3	37,8	282,3	ТТК №653
Яйцо вареное вкрутую	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5	337
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	34,0	160,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	584	23,0	23,8	87,2	598,6	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Овощи по сезону (огурец соленый)	100	0,8	0,1	1,7	12,7	ТТК №4
Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,0	4,3	10,0	88,0	ТТК №47
Фрикадельки мясные в соусе	100/30	17,9	21,0	19,3	323,4	ТТК №60
Каша гречневая вязкая	180	7,4	8,9	32,5	175,5	ТТК №132
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0	707
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	980	36,7	35,2	137,0	936,9	
Полдник (5-ти разовое)						
Пирожок с морковью печеный	150	22,7	12,2	68,4	479,3	ТТК №145
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	89,2	ТТК №53
Итого за прием пищи:	550	23,7	12,4	88	568,5	
Ужин (5-ти разовое)						
Свекла отварная	100	1,1	0,1	8,5	40,7	ТТК №5
Макароник с печенью	200	19,9	27,6	48,4	453,7	ТТК №64
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
Хлеб пшеничный / Хлеб пеклеваный	70/30	5,1/1,9	0,4/0,3	34/12,3	160,8/59,4	ТТК № 6/7
Итого за прием пищи:	600	28,2	28,4	118,2	772,6	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Бутерброд с повидлом	20/15	1,6	0,1	19,2	82,4	ТТК №127
Молоко кипяченое	180	5,1	4,4	8,4	94,3	697
Итого за прием пищи:	215	6,7	4,5	27,6	176,7	
Всего за день:	118,3	104,3	458,0	3 053,3		

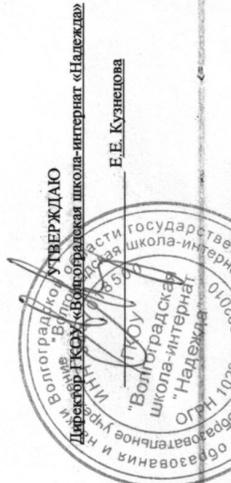
УТВЕРЖДАЮ
Директор ГКОУ Волгоградская школа-интернат «Надежда»

Е.Е. Кузнецова



МЕНЮ

на 13 февраля 2020г.



Прием пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Консервы овощные закусочные (икра кабачковая)	100	1,9	9,2	8,0	123,2
Омлет натуральный	200	20,4	25,2	34,0	332,5
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	580	27,8	42,1	91,2	740,6
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Овощи по сезону (морковь отварная)	100	2,0	0,1	6,7	34,0
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,5	5,7	19,1	163,0
Тертели (1-й вариант) с соусом	100/30	12,5	18,7	19,2	224,6
Каша пшеничная вязкая	180	6,3	8,6	29,3	182,7
Компот из изюма	200	0,4	0,1	21,5	88,5
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	980	34,9	34,1	148,9	946,1
Полдник (5-ти разовое)					
Булочка Домашняя	150	17,7	21,0	69,3	418,8
Компот из смеси плодов и ягод	200	0,2	0,1	32,3	130,5
Итого за прием пищи:	350	17,9	21,1	101,6	549,3
Ужин (5-ти разовое)					
Овощи по сезону (помидор соленый)	100	1,1	0,0	2,3	13,6
Жаркое по-деревенски	200	14,7	26,0	23,6	382,1
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,0	15,2	60,0
Хлеб пшеничный	60	3,9	0,5	24,6	118,7
Хлеб пеклеваный	60	4,5	0,4	29,2	137,8
Итого за прием пищи:	670	24,47	26,9	94,93	712,18
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7
Итого за прием пищи:	215	7,3	5,3	22,0	170,2
Всего за день:		112,4	129,5	458,6	3 118,4

Зав. Производствам:

Прием пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Консервы овощные закусочные (икра кабачковая)	100	1,9	9,2	8,0	123,2
Омлет натуральный	150	15,3	18,9	24,4	249,4
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0
Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого за прием пищи:	520	21,9	35,8	76,7	634,5
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Овощи по сезону (морковь отварная)	60	2,0	0,1	6,7	34,0
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,4	4,7	16,0	130,4
Тертели (1-й вариант) с соусом	90/30	10,6	16,8	17,3	208,9
Каша пшеничная вязкая	150	5,3	6,3	24,4	168,3
Компот из изюма	200	0,4	0,1	21,5	88,5
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79,2
Итого за прием пищи:	820	28,9	28,7	126,7	824,1
Полдник (5-ти разовое)					
Булочка Домашняя	100	11,8	14,0	46,2	279,2
Компот из смеси плодов и ягод	200	0,2	0,1	32,3	130,5
Итого за прием пищи:	300	12	14,1	78,5	409,7
Ужин (5-ти разовое)					
Овощи по сезону (помидор соленый)	60	0,6	0,0	1,4	8,2
Жаркое по-деревенски	180	13,2	23,4	21,2	343,9
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,0	15,2	60,0
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Хлеб пеклеваный	30	1,9	0,3	12,3	59,4
Итого за прием пищи:	530	19,0	23,9	69,6	563,35
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7
Итого за прием пищи:	215	7,3	5,3	22,0	170,2
Всего за день:		89,1	107,8	373,5	2 601,9

Директор ООО "Ветер" _____

