

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель Управления
Роспотребнадзора по РХ
А.В. Козлов
«03» 09 2012 г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ СОШ № 7
Л.А. Черчинская
«03» 09 2012 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ЗАО «Хан Тигр»
Н.А. Усикова
«03» 09 2012 г.



ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

для учащихся общеобразовательных учреждений
ШКОЛА № 7

НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ

День: понедельник

Возрастная категория: от 7–11 лет.

№ реп	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.цен. (к кал)	Витамины (мг)				Мин. в-ва (мг)			
			Белки	Жиры	Углев		В ₁	С	А	Е	Са	К	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/30	9,3	9,4	14,7	183	0,042	0,21	0,06	0,48	306	84,6	23,4	6,84
411	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200/10	8,7	9,3	37,0	268	0,313	0,040	0,128	0,9	206,9	317,8	63,3	1,54
1009	ЧАЙ С САХАРОМ	1/200	-	-	15	57	0	0	0	0	12	1	2	6
пт	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/30	2,2	0,9	15	75	0,057	5,1	0,05	0,03	12	55,8	8,4	6,6
	ИТОГО		20,2	19,6	81,7	583	0,412	5,35	0,238	1,41	536,9	459,2	97,1	20,98
ОБЕД														
81	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	1/100	2,6	9,9	3,1	69	0,04	15,9	60	0,4	46	209	15	0,8
221	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	1/250	8,5	8,5	21,2	163	0,15	1,0	1,0	2,5	82	450	48	2,2

№ реп	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.цен. (к кал)	Витамины (мг)				Мин. в-ва (мг)			
			Белки	Жиры	Углев		В1	С	А	Е	Са	К	Mg	Fe
658	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	1/100	11,5	18,2	6,9	237	0,08	0	0	0,8	21	198	26	1,5
759	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	1/150	3,2	1,2	22,1	112	0,15	5,6	4	0,2	40	684	30	1,0
933	КОМПОТ ИЗ С/Ф	1/200	0,2	0,2	26,8	110	0	0,8	0	0,2	16	64	6	1,0
пт	ХЛЕБ РЖАНОЙ	2/30	4,4	1,8	30,8	150	0,114	10,2	0,1	0,06	24	111,6	16,88	13,2
	ИТОГО		30,4	39,8	110,9	841	0,534	33,5	65,1	4,16	229	1716,6	141,88	19,7
	ВСЕГО		50,6	59,4	192,6	1424	0,946	38,85	65,338	5,57	765,9	2175,8	238,98	40,68

НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ

День: вторник

№ реп	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.цен. (к кал)	Витамины (мг)				Мин. в-ва (мг)			
			Белки	Жиры	Углев		В1	С	А	Е	Са	К	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
59	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И ПОМИДОРОВ	1/100	1,4	4,1	3,3	57	0,04	12,9	30	122	39	207	16	0,7
572	САРДЕЛЬКА ОТВАРНАЯ	1/100	11,4	18,2	1,2	215	0,04	0	0	0,4	26	193	16	1,8
753	МАКАРОН. ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	1/150	5,1	7,5	28,5	203	0,06	0	0	2,0	12	36	8	0,8
1009	ЧАЙ С САХАРОМ	1/200	-	-	15,0	57	0	0	0	0	12	1	2	6
пт	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,8	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,6	10	46	7	0,6
	ИТОГО:		21,7	30,2	72,6	650	0,2	12,9	30	3,3	99	283	49	9,9
ОБЕД														
131	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	1/100	2,3	6,8	11,7	119	0,03	6,6	0	3,3	39	414	18	6,6
197	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	1/250	2,5	2,8	13,6	90	0,05	10,8	0	0,8	58	405	30	1,3
669	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	120/50	7,4	9,1	9,6	150	0,04	0,9	0	0,7	22	165	19	0,8

№ реп	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.цен. (к кал)	Витамины (мг)				Мин. в-ва (мг)			
			Белки	Жиры	Углев		В1	С	А	Е	Са	К	Mg	Fe
744	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,0	5,1	21,9	151,5	0,08	0	0	0,9	12	92	49	1,6
940	КИСЕЛЬ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	1/200	0,3	0,2	47,4	194	0	3,0	0	0	12	72	4	0,6
пт	ХЛЕБ РЖАНОЙ	2/25	3,8	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,6	10	46	7	0,6
	ИТОГО		21,3	24,4	128,8	822,5	0,26	21,3	0	6,3	153	1194	127	18,7
	ВСЕГО		43	54,6	201,4	1472,5	0,46	34,2	30	9,6	252	1477	176	28,6

НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ

День: среда

№ реп	Прием пищи, Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.цен. (к кал)	Витамины (мг)				Мин. в-ва (мг)			
			Белки	Жиры	Углев		В1	С	А	Е	Са	К	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
492	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МАСЛОМ	100/10	18,7	10,8	18,3	248	0,08	0,3	50	1,1	134	141	30	0,6
110	БУЛОЧКА «ДОРОЖНАЯ»	1/50	6	10	46,0	140	0,05	0	9	2,0	16	58	5	0,5
1025	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	3,3	3,6	25,3	140	0,02	0,4	0	0	34	102	0	0
пт	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,8	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,6	10	46	7	0,6
	ИТОГО		31,8	24,8	114,2	646	0,21	0,7	59	3,7	194	347	42	1,7
ОБЕД														
55	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	1/100	1,2	4,0	2,7	52	0,03	4,1	30	0,1	35	135	13	0,5
208	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	1/250	5,38	5,0	19,8	139	0,10	11,8	0	0,8	45	563	33	1,0
519	РЫБА ЖАРЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/10	20,3	10,5	3,7	190	0,16	1,1	10	3,2	80	352	41	1,4
748	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	1/150	2,5	3,5	25,8	144	0,02	0	0	1,0	26	88	47	1,0

№ реп	Прием пищи, Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.цен. (к кал)	Витамины (мг)				Мин. в-ва (мг)			
			Белки	Жиры	Углев		В1	С	А	Е	Са	К	Mg	Fe
пт	СОК ФРУКТОВЫЙ «АПЕЛЬСИНОВЫЙ»	1/200	1,4	0,2	26,4	120	0,08	80,0	0	0,4	36	358	22	0,6
пт	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/100	7,6	0,8	49,2	235	0,11	0	0	1,1	20	93	14	1,1
	ИТОГО		38,38	24	127,6	880	0,5	97	40	6,6	242	1589	170	5,6
	ВСЕГО		70,18	48,8	241,8	1526	0,71	97,7	99	10,3	436	1936	212	7,3

НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ

День: четверг

№ реп	Прием пищи, Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.цен. (к кал)	Витамины (мг)				Мин. в-ва (мг)			
			Белки	Жиры	Углев		В1	С	А	Е	Са	К	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
1; 3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/10/20	14,8	11,2	24,2	357	0,48	0,21	40,06	0,49	308	84,6	23,4	68
467	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	1/150	14,4	23,1	2,85	276	0,09	0	0,42	10,1	117,0	214,5	19,5	2,85
1011	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	1/200	1,6	1,8	17,1	93	0,01	0,3	0	0	33	48	6	0,4
пт	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,8	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,6	10	46	7	0,6
	ИТОГО:		34,6	36,5	68,75	844	0,64	0,51	40,48	11,19	468	393,1	55,9	71,85
ОБЕД														
81	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	1/100	2,6	9,9	3,1	69	0,04	15,9	60	0,4	46	209	15	0,8
233	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	1/250	4,5	5,7	14,9	132	0,01	0,2	10	2,2	28	162,5	21	0,65
703	КУРИЦА, ТУШЁННАЯ В СОУСЕ	1/100	25,2	7,9	-	170	0,04	1,4	0,04	0,8	36	180	22	2,2
759	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	1/150	3,2	1,2	22,1	112	0,15	5,6	4	0,2	40	684	30	1,0

№ реп	Прием пищи, Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.цен. (к кал)	Витамины (мг)				Мин. в-ва (мг)			
			Белки	Жиры	Углев		В1	С	А	Е	Са	К	Mg	Fe
924	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	1/200	0,2	0,2	27,2	110	0,02	5,4	0	0	12	96	4	0,8
пт	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	3,8	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,6	10	46	7	0,6
	ИТОГО		39,5	25,3	91,9	711	0,32	28,5	74,04	4,2	172	1377,5	99	6,05
	ВСЕГО		74,1	61,8	160,65	1555	0,96	29,01	114,52	15,39	640	1770,6	154,9	77,9

НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ

День: пятница

№ реп	Прием пищи, Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.цен. (к кал)	Витамины (мг)				Мин. в-ва (мг)			
			Белки	Жиры	Углев		В1	С	А	Е	Са	К	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
541	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/10	14,6	5,9	15,0	164	0,09	0,4	10	2,7	64	283	32	1,2
753	ВЕРМЕШЕЛЬ ОТВАРНАЯ	1/150	5,1	7,5	28,5	203	0,06	0	0	2,0	12	36	8	0,8
1025	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	3,3	3,6	25,3	140	0,02	0,4	0	0	34	102	0	0
пт	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,8	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,6	10	46	7	0,6
	ИТОГО:		26,8	17,4	93,4	625	0,23	0,8	10	5,3	120	467	47	2,6
ОБЕД														
58	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕХ ПОМИДОРОВ	1/100	1,5	4,1	3,6	59	0,05	18,1	30	0,5	45	248	17	0,8
176	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	1/250	3,8	4,1	13,8	106	0,05	10,8	0	0,8	58	405	30	1,3
632	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75/75	12,6	10,8	3,0	159	0,045	0	0	0,45	13,5	205,5	13,5	1,8
744	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8	3,9	16,1	135	0,045	0	0	1,8	28,5	81	21	0,9

№ реп	Прием пищи, Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.цен. (к кал)	Витамины (мг)				Мин. в-ва (мг)			
			Белки	Жиры	Углев		В1	С	А	Е	Са	К	Mg	Fe
946	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	1/200	0,3	0,2	47,4	194	0	3,0	0	0	12	72	4	0,6
пт	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	3,8	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,6	10	46	7	0,6
	ИТОГО		30	23,5	108,5	771	0,25	31,9	30	4,15	167	1057,5	92,5	6
	ВСЕГО		56,8	40,9	201,9	1396	0,48	32,7	40	9,45	287	1524,5	139,5	8,6

НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ

День: понедельник

№ реп	Прием пищи, Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.цен. (к кал)	Витамины (мг)				Мин. в-ва (мг)			
			Белки	Жиры	Углев		В1	С	А	Е	Са	К	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
411	КАША ВЯЗКАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	200/10	8,7	9,3	37,0	258	0,16	0	0	1,6	28	102	42	1,4
пт	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	50	7,9	11,8	17,8	154	0,11	0	18	4,0	31	114	13	1,3
1010	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10	0,2	0	13,6	56	0	2,2	0	0	16	34	6	0,8
пт	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,8	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,6	10	46	7	0,6
	ИТОГО:		20,6	21,5	93	586	0,33	2,2	18	6,2	85	296	68	4,1
ОБЕД														
95	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	1/100	1,3	2,0	10,7	67	0,06	4,3	20	0,4	32	183	34	0,6
197	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	1/250	2,5	2,8	13,6	90	0,05	10,8	0	0,8	58	405	30	1,3
732	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ КУРИЦЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/10	18,2	10,4	13,8	222	0,08	0,8	40	1,8	58	254	30	1,8
747	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	1/150	2,5	3,5	25,8	144	0,02	0	0	1,0	26	88	47	1,0
1009	ЧАЙ С САХАРОМ	1/200	-	-	15	57	0	0	0	0	12	1	2	6

№ реп	Прием пищи, Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.цен. (к кал)	Витамины (мг)				Мин. в-ва (мг)			
			Белки	Жиры	Углев		В1	С	А	Е	Са	К	Mg	Fe
пт	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,8	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,6	10	46	7	0,6
	ИТОГО		33	20,85	116,4	770	0,31	15,9	60	5,1	185	940	130	10,9
	ВСЕГО		53,6	42,35	209,4	1356	0,64	18,1	78	11,3	270	1236	198	15

НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ

День: вторник

№ реп	Прием пищи, Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.цен. (к кал)	Витамины (мг)				Мин. в-ва (мг)			
			Белки	Жиры	Углев		В1	С	А	Е	Са	К	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
467	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	1/150	7,65	6,9	0,45	300	0,08	0	315	0,7	81	177	17	3,2
пт	КЕКС «РОССИЙСКИЙ»	1/100	5,4	9,4	60,8	346	0,12	0	19,0	5,0	31	115	15	1,5
1009	ЧАЙ С САХАРОМ	1/200	-	-	15	57	0	0	0	0	12	1	2	6
пт	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,8	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,6	10	46	7	0,6
	ИТОГО:		16,85	16,7	100,9	821	0,26	0	334	6,3	134	339	41	11,3
ОБЕД														
59	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И ПОМИДОРОВ	1/100	1,4	4,1	3,3	57	0,04	12,9	30	122	39	207	16	0,7
208	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	1/250	5,38	5,0	19,8	139	0,10	11,8	0	0,8	45	563	33	1,0
658	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ	1/100	11,5	18,2	6,9	237	0,08	0	0	0,8	21	198	26	1,5
773	КАПУСТА ТУШЕНАЯ СВЕЖАЯ	1/150	3,75	4,35	16,95	120	0,045	25,5	0	1,5	87	504	30	1,2
868	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	1/200	0,2	0,2	26,8	110	0	0,8	0	0,2	16	64	6	1,0
пт	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	3,8	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,6	10	46	7	0,6
	ИТОГО		26,03	32,25	98,4	781	0,325	51	30	125,9	218	1582	118	6
	ВСЕГО		42,88	48,95	199,3	1602	0,585	51	364	132,2	352	1921	159	17,3

НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ

День: среда

№ рец	Прием пищи, Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.цен. (к кал)	Витамины (мг)				Мин. в-ва (мг)			
			Белки	Жиры	Углев		В1	С	А	Е	Са	К	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
499	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МАСЛОМ	150/10	26,4	6,3	21,3	252	0,08	0,5	30	1,4	170	191	35	0,8
1091	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЬИ С КАРТОФЕЛЕМ	1/75	5,0	2,7	32,9	178	0,13	0,07	0	0	1,3	14	142	21
1024	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1/200	2,8	1,75	24,4	109	0,01	0,2	0	0	17	51	0	0
	ИТОГО:		34,2	10,75	78,4	539	0,22	0,77	30	1,4	188,3	256	177	21,8
ОБЕД														
81	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	1/100	2,6	9,9	3,1	69	0,04	15,9	60	0,4	46	209	15	0,8
221	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	1/250	8,5	8,5	21,2	163	0,15	1,0	1,0	2,5	82	450	48	2,2
642	ПЛОВ С МЯСОМ КУРИЦЫ	50/200	20,8	13,8	56,2	410	0,06	0	0	1,9	43,6	254	71,6	2,5
пт	СОК ФРУКТОВЫЙ	1/200	1,4	0,2	26,4	120	0,08	80,0	0	0,4	36	358	22	0,6
пт	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	3,8	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,6	10	46	7	0,6
пт	ПИРОЖНОЕ «ЭКЗОТИКА»	1/50	2,95	9,7	23,75	194	0,02	0	71,5	0,3	19	48,5	6	0,65
	ИТОГО		40,05	42,5	155,25	1074	0,41	96,9	132,5	6,1	236,6	1365,5	169,6	7,35
	ВСЕГО		74,25	53,25	233,7	1613	0,63	97,67	162,5	7,5	424,9	1621,5	346,6	29,15

НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ

День: четверг

№ рец	Прием пищи, Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.цен. (к кал)	Витамины (мг)				Мин. в-ва (мг)			
			Белки	Жиры	Углев		В1	С	А	Е	Са	К	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
572	САРДЕЛЬКА ОТВАРНАЯ	1/100	11,4	18,2	1,2	215	0,04	0	0	0,4	26	193	16	1,8
753	ВЕРМЕШЕЛЬ ОТВАРНАЯ	1/150	5,1	7,5	28,5	203	0,06	0	0	2,0	12	36	8	0,8
1009	ЧАЙ С САХАРОМ	1/200	-	-	-	57	0	0	0	0	12	1	2	6
пт	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,8	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,6	10	46	7	0,6
пт	ГРУША	150	0,6	0,45	15,45	70,5	0,3	7,5	0	06	28,5	232,5	18	3,45
	ИТОГО:		20,9	26,55	69,8	663,5	0,46	7,5	0	9	88,5	508,5	51	12,7
ОБЕД														
55	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	1/100	1,2	4,0	2,7	52	0,03	4,1	30	0,1	35	135	13	0,5
197	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	1/250	2,5	2,8	13,6	90	0,05	10,8	0	0,8	58	405	30	1,3
519	РЫБА ЖАРЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/10	20,3	10,5	3,7	190	0,16	1,1	10	3,2	80	352	41	1,4
748	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	1/150	2,5	3,5	25,8	144	0,02	0	0	1,0	26	88	47	1,0
861	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	1/200	0,2	0,2	27,2	55	0,01	0	0	0	6	48	2	0,4
пт	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	3,8	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,6	10	46	7	0,6
	ИТОГО		30,5	21,4	97,6	649	0,33	16	40	5,7	215	1074	140	5,2
	ВСЕГО		51,4	47,95	167,4	1312,5	0,79	23,5	40	14,7	303,5	1582,5	191	17,9

НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ

День: пятница

№ рец	Прием пищи, Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.цен. (к кал)	Витамины (мг)				Мин. в-ва (мг)			
			Белки	Жиры	Углев		В1	С	А	Е	Са	К	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
669	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	120/50	7,4	9,1	9,6	150	0,04	0,9	0	0,7	22	165	19	08
744	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,0	5,1	21,9	151,5	0,08	0	0	0,9	12	92	49	1,6
1025	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	3,3	3,6	25,3	140	0,02	0,4	0	0	34	102	0	0
пт	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,8	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,6	10	46	7	0,6
	ИТОГО:		19,5	18,2	81,4	559,5	0,2	1,3	0	2,2	78	405	75	3
ОБЕД														
58	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕХ ПОМИДОРОВ	1/100	1,5	4,1	3,6	59	0,05	18,1	30	0,5	45	248	17	0,8
217	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	1/250	2,19	6,6	12,5	120	-	18,4	0	2,72	26,5	-	22,58	1,31
598	БЕФСТРОГОНОВ	75/75	16,7	11,3	5,9	193	0,08	1	-	20	4	9	6	14
759	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	1/150	3,2	1,2	22,1	112	0,15	5,6	4	0,2	40	684	30	1,0
924	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	1/200	0,2	0	24,8	102	0	2,4	0	0,2	10	26	2	0,2
пт	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	3,8	0,4	24,6	118	0,06	0	0	0,6	10	46	7	0,6
	ИТОГО		27,59	23,6	93,5	704	0,34	45,5	34	24,22	135,5	1013	84,6	17,9
	ВСЕГО		47,09	41,8	174,9	1263,5	0,54	46,8	34	26,42	213,5	1418	159,6	20,9

Технолог:



Г.Г.Подборщаева

Генеральный директор
ЗАО «Хан Тигр»



Н.А. Усикова

«03» сентября 2012 г.