

ИП Кононенко Ю.А. / Ю.А. Кононенко/



Согласовываю:  
Начальник оздоровительного лагеря  
МОБУ СОШ № 1  
Меню на летний оздоровительный лагерь с дневным пребыванием на 2024 г.  
Для детей 6,5 - 10 лет.



**1-ый день**

	Б	Ж	У	К		
<b>Завтрак</b>						
Каша молочная манная с маслом сливоч.	200/5	10,24	11,36	35,92	283,50	№257 сб рещ 1994
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40	№628 сб рещ 1994
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40	№151 сб рещ 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018

**Обед**

Салат из свежих огурцов с луком и растительным маслом	60	0,78	5,82	3,72	69,12	№55 сб рещ 1985
Суп картофельный с крупой (гречка)	250	7,92	8,75	14,53	131,80	№80 сб рещ 2004
Биточки из мяса кур	80	8,40	9,45	4,00	136,90	№416 сб рещ 1994
Макароны отварные со слив мас	150/5	6,05	5,05	40,83	217,80	№19 сб рещ 2004
Соус красный основной	50	2,50	2,10	2,03	38,83	528 сб рещ 1994
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	№508 сб рещ 2004
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшенич.	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
		<b>32,65</b>	<b>31,97</b>	<b>115,23</b>	<b>816,45</b>	
<b>Полдник</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Фрукт (Яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	61,10	
		<b>0,52</b>	<b>0,52</b>	<b>12,74</b>	<b>61,10</b>	
<b>ИТОГО 1-ый день</b>		<b>50,31</b>	<b>48,81</b>	<b>198,41</b>	<b>1355,65</b>	

**2-ой день**

<b>Завтрак</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" со сливочным маслом	200/5	12,26	7,75	29,81	264,16	№257 сб рещ 1994
Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80	№14 сб рещ 2004
Чай с лимоном и сахаром	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40	№629 сб рещ 1994
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
		<b>15,58</b>	<b>16,80</b>	<b>68,26</b>	<b>498,16</b>	

**Обед**

Салат из свежих помидоров с растительным маслом	60	0,64	2,44	2,64	87,60	№58 сб рещ 1985
Борщ со свежей капустой, со сметаной	250/5	7,67	10,56	21,97	173,72	№1281332 сб рещ 2004

Плов с мясом	190	10,93	12,60	32,72	285,95	№104сб рец 2004
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшенич.	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19	627/94
		<b>26,00</b>	<b>26,00</b>	<b>105,87</b>	<b>760,26</b>	
<b>Полдник</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Сок фруктовый	200	0,00	0,20	32,20	92,00	
Печенье "Суворовское"	50	2,36	3,62	26,18	84,20	ГОСТ24901-2014
		<b>2,36</b>	<b>3,82</b>	<b>58,38</b>	<b>176,20</b>	
<b>ИТОГО 2-ой день</b>		<b>43,94</b>	<b>46,62</b>	<b>232,51</b>	<b>1434,62</b>	

<b>Завтрак</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Каша молочная пшеница с маслом сливоч.	200/5	10,24	12,36	35,92	293,50	№257сбрец 1994
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40	№628сб рец 1994
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40	№151сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
		<b>17,14</b>	<b>17,32</b>	<b>70,44</b>	<b>488,10</b>	
<b>Обед</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Салат из зеленого горошка	60	0,22	1,04	3,76	24,45	№10 сб рец 2010
Суп картофельный с макар издеглями	250	11,40	7,71	15,65	177,65	№83сбрец 2004
Жаркое по - домашнему с мясом	190	10,09	14,32	28,43	372,00	№96 сбрец 2003
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	№508сб рец 2004
		<b>28,71</b>	<b>23,87</b>	<b>97,96</b>	<b>796,10</b>	
<b>Полдник</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Булочка "Домашняя"	80	5,6	4,1	38,1	61,10	гост 31805-2018
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40	№628сб рец 1994
		<b>5,80</b>	<b>4,20</b>	<b>53,10</b>	<b>122,50</b>	
<b>ИТОГО 3-ый день</b>		<b>51,65</b>	<b>45,39</b>	<b>221,50</b>	<b>1406,70</b>	

<b>4-ий день</b>						
<b>Завтрак</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Омлет натуральный со сливочным маслом с зеленым горошком	150	14,3	11,25	43,13	349,01	№255сб рец 2004
Чай с лимоном и сахаром	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40	№629сб рец 1994
Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80	№14сбрец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
		<b>17,62</b>	<b>20,30</b>	<b>81,58</b>	<b>583,01</b>	

<b>Обед</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Салат из свежих огурцов с луком и растительным маслом	60	0,78	5,82	3,72	69,12	№55 сб рец 1985

Свекольник со сметаной	250/5	6,02	10	12,35	175,72	№131/332,2с6репц2004
Тефтели из мяса кур в соусе.	80/50	9,48	9,8	9,94	163,10	№79с6 рец 2004
Гороховое пюре со сливочн маслом	150/5	3,35	6,4	26,27	148,50	№468с6репц1994
Хлеб пшеничный в/с йодированный, ржано-пшеничный.	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	№508с6 рец 2004
<b>Полдник</b>		<b>26,63</b>	<b>32,82</b>	<b>102,40</b>	<b>778,44</b>	
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Пирожное лакомка	65	3,64	5,02	22,1	96,80	ТУ9130-001-46342102-05
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40	№628с6 рец1994
		<b>3,84</b>	<b>5,12</b>	<b>37,10</b>	<b>158,20</b>	
<b>ИТОГО за 4-ий ДЕНЬ</b>		<b>48,09</b>	<b>58,24</b>	<b>221,08</b>	<b>1519,65</b>	

#### 5-ый день

<b>Завтрак</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Суп молочный с вермишелью с маслом сливочным	200	9,20	11,20	39,60	282,00	№161с6 рец 1994
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40	№628с6 рец1994
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40	№151с6 рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
<b>Обед</b>		<b>16,10</b>	<b>16,16</b>	<b>74,12</b>	<b>476,60</b>	
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Винегрет овощной с растительным маслом.	60	0,50	3,10	21,46	39,03	№60 с6 рец 1994
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	9,06	7,89	8,35	171,74	№88/332,2с6репц2004
Рыба тушеная в томате с овощами	80/50	9,40	7,70	8,50	147,70	№309 с6 рец 1994
Рис отварной со сливочным маслом	150/5	3,65	5,37	26,69	209,70	№315 с6 рец 2004
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	№508с6 рец 2004
<b>Полдник</b>		<b>29,61</b>	<b>24,86</b>	<b>115,12</b>	<b>790,17</b>	
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Булочка "Веснушка"	80	5,6	4,1	38,1	61,10	гост 31805-2018
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40	№628с6 рец1994
		<b>5,80</b>	<b>4,20</b>	<b>53,10</b>	<b>122,50</b>	
<b>ИТОГО 5-ый день</b>		<b>51,51</b>	<b>45,22</b>	<b>242,34</b>	<b>1389,27</b>	

#### 6-ый день

<b>Завтрак</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Макаронны отварные со слив мас с сыром	150/5/5	8,37	10,30	40,83	242,18	№274 с6 рец 1994
Чай с сахаром и лимоном	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40	№629с6 рец 1994
Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80	№14с6репц2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018

		Б	Ж	У	К
<b>Обед</b>					
Салат из сырых овощей с растительным маслом	60	0,96	4,56	3,18	56,58
Рассолычник "Петербургский" со сметаной.	250/5	9,36	9,04	15,22	176,93
Гречка по-купечески с мясом	190	13,40	10,75	18,80	282,10
Соус красный основной	50	2,50	2,10	2,03	38,83
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20
		<b>33,22</b>	<b>27,25</b>	<b>89,35</b>	<b>776,44</b>
<b>Полдник</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>
Фрукт (Яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	61,10
		<b>0,52</b>	<b>0,52</b>	<b>12,74</b>	<b>61,10</b>
<b>ИТОГО 6-ый день</b>		<b>45,43</b>	<b>47,12</b>	<b>181,37</b>	<b>1313,72</b>

		Б	Ж	У	К
<b>7-ый день</b>					
<b>Завтрак</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>
Суп молочный с крупой (пшено) с маслом сливочным	200	9,20	11,20	39,60	282,00
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
		<b>16,10</b>	<b>16,16</b>	<b>74,12</b>	<b>476,60</b>
<b>Обед</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>
Салат из зеленого горошка	60	0,22	1,04	3,76	24,45
Борщ из свежей капусты со сметаной.	250/5	7,67	10,55	21,97	173,72
Азу "По-Татарски"	190	10,09	11,32	28,48	372,00
Хлеб в/с йодированный, пшенично-ржаной	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20
		<b>24,98</b>	<b>23,71</b>	<b>104,33</b>	<b>792,17</b>
<b>Полдник</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>
Сок фруктовый	200	0,00	0,20	32,20	92,00
Печенье "Суворовское"	50	2,36	3,62	26,18	84,20
		<b>2,36</b>	<b>3,82</b>	<b>58,38</b>	<b>176,20</b>
<b>ИТОГО 7-ый день</b>		<b>43,44</b>	<b>43,69</b>	<b>236,83</b>	<b>1444,97</b>

		Б	Ж	У	К
<b>8-ый день</b>					
<b>Завтрак</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" со сливочным маслом	200/5	12,26	7,75	29,81	264,16
Чай с сахаром и лимоном	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40
Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80

№71/24сбрц, 2004/94

№129 с6 рц, 1994

№416 с6 рц, 1994

528 с6 рц, 1994

рост 31805-2018

№508с6.рц.2004

№162 с6 рц, 1994

№628с6.рц.1994

№15, 1с6 рц, 2004

рост 31805-2018

№10 с6 рц, 2010

№128/10/332,2с6рц,2004

№402с6.рц.1994

рост 31805-2018

№508с6.рц.2004

ГОСТ24901-2014

№257сбрц, 1994

№629с6 рц, 1994

№14с6рц,2004

Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
<b>Обед</b>		<b>15,58</b>	<b>16,80</b>	<b>68,26</b>	<b>498,16</b>	
Салат из белокочанной капусты с растительным маслом.	60	0,96	4,56	3,016	56,48	№81 с6 рец 1985
Суп картофельный с горохом и колбасой.	10/250	8,20	6,80	13,00	178,48	№66/15 с6 рец 2004
Плов с мясом	190	10,93	12,60	32,72	285,95	№104с6 рец 2004
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	№508с6 рец 2004
		<b>27,09</b>	<b>24,76</b>	<b>98,86</b>	<b>742,91</b>	
<b>Полдник</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Булочка "Веснушка"	80	5,6	4,1	38,1	112,10	гост 31805-2018
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40	№628с6 рец 1994
		<b>5,8</b>	<b>4,2</b>	<b>53,1</b>	<b>173,5</b>	
<b>ИТОГО 8-ый день</b>		<b>48,47</b>	<b>45,76</b>	<b>220,22</b>	<b>1414,57</b>	

<b>9-ый день</b>						
<b>Завтрак</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Макаронны отварные со слив мас с сыром	150/5/5	8,37	10,30	40,83	242,18	№274 с6 рец 1994
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40	№628с6 рец 1994
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40	№15 1с6 рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
		<b>15,27</b>	<b>15,26</b>	<b>75,35</b>	<b>436,78</b>	
<b>Обед</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Винегрет овощной с растительным маслом.	60	0,50	3,10	21,46	39,03	№60 с6 рец 1994
Рассольник "Петербургский" со сметаной.	250/5	9,36	9,04	15,22	176,93	№129 с6 рец 1994
Голубцы ленивые	190	12,60	9,85	19,30	283,30	№298 с6 рец 2004
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19	627/94
		<b>29,22</b>	<b>22,39</b>	<b>104,52</b>	<b>712,25</b>	
<b>Полдник</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Пирожное лакомка	65	3,64	5,02	22,1	96,80	ТУ9130-001-46342102-05
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40	№628с6 рец 1994
		<b>3,84</b>	<b>5,12</b>	<b>37,10</b>	<b>158,20</b>	
<b>ИТОГО 9-ый день</b>		<b>48,33</b>	<b>42,77</b>	<b>216,97</b>	<b>1307,23</b>	

<b>10-ый день</b>						
<b>Завтрак</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Запеканка рисовая с творогом, со стученным молоком	150/20	12,23	10,05	48,86	343,30	№265 с6 рец 1994
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40	№623с6 рец 1994

Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80	№15 сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018

### Обед

Салат из свежих огурцов с луком и растительным маслом	60	0,78	5,82	3,72	69,12	№55 сб рец 1985
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	9,06	7,89	8,35	171,74	№88/332сб.рец2004
Жаркое по - домашнему с мясом	190	10,09	14,32	28,43	372,00	№96 сб.рец2003
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	№508сб.рец.2004

### Полдник

Булочка "Веснушка"	80	5,6	4,1	38,1	112,10	гост 31805-2018
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40	№628сб.рец1994

**ИТОГО 10-ый день** **48,48** **51,83** **227,23** **1584,66**

### 11-ый день

<b>Завтрак</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Каша молочная манная с маслом сливочным	200/5	10,24	11,36	35,92	283,50	№257сб.рец.1994
Чай с сахаром и лимоном	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40	№629сб.рец.1994
Сыр порцирами.	10	3,48	4,46	0,00	36,40	№15 1сб.рец.2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018

### Обед

Салат из белокачанной капусты с растительным маслом.	60	0,96	4,56	3,016	56,48	№81 сб рец 1985
Суп картофельный с макар изделиями	250	11,40	7,71	15,65	177,65	№139 сб рец 1994
Плов с мясом	190	10,93	12,60	32,72	285,95	№104сб.рец.2004
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	№508сб.рец.2004

### Полдник

Фрукт (Яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	61,10	
----------------	-----	------	------	-------	-------	--

**ИТОГО 11-ый день** **47,75** **42,81** **188,49** **1282,28**

### 12-ый день

<b>Завтрак</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Каша молочная пшениная с маслом сливоч.	200/5	10,24	12,36	35,92	293,50	№257сб.рец.1994
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40	№628сб.рец1994

Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80	№14 сб реч 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
<b>Обед</b>		<b>13,76</b>	<b>21,11</b>	<b>70,57</b>	<b>526,50</b>	
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Салат из свеклы с сыром с растительным маслом	60	0,96	4,56	3,18	56,58	№29 сб реч 1994
Суп картофельный с горбушей.	20/250	7,92	8,75	14,53	131,80	№136 сб реч 1994
Котлета мясная	80	8,40	9,45	4,00	136,90	№416 сб реч 1994
Макаронны отварные со сливочным маслом	150/5	6,05	5,05	40,83	217,80	№19 сб реч 2004
Соус красный основной	50	2,50	2,10	2,03	38,83	№528 сб реч 1994
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	№508-сб реч 2004
<b>Полдник</b>		<b>32,83</b>	<b>30,71</b>	<b>114,69</b>	<b>803,91</b>	
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Сок фруктовый	200	0,00	0,20	32,20	92,00	
Печенье "Артемон"	50	2,36	3,62	26,18	84,20	
		2,36	3,82	58,38	176,20	
<b>ИТОГО 12-ый день</b>		<b>48,95</b>	<b>55,64</b>	<b>243,64</b>	<b>1506,61</b>	
<b>13-ый день</b>						
<b>Завтрак</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Макаронны отварные со слив мас с сыром	150/5/5	8,37	10,30	40,83	242,18	№274 сб реч 1994
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40	№15 1сб реч 2004
Чай с сахаром и лимоном	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40	№629сб реч 1994
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
<b>Обед</b>		<b>15,07</b>	<b>15,56</b>	<b>79,15</b>	<b>437,78</b>	
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Салат из свежих помидор с растительным маслом	60	0,64	2,44	2,64	87,60	№58 сб реч 1985
Борщ из свежей капусты со сметаной.	250/5	7,67	10,55	21,97	173,72	№128/332 сб реч 2004
Тефтели мясные в соусе.	80/50	9,48	9,8	9,94	163,10	№79сб реч 2004
Гороховое пюре со сливочн маслом	150/5	3,35	6,4	26,27	148,50	№468сб реч 1994
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	№508сб реч 2004
<b>Полдник</b>		<b>28,14</b>	<b>29,99</b>	<b>110,94</b>	<b>794,92</b>	
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Булочка "Домашняя"	80	5,6	4,1	38,1	61,10	гост 31805-2018
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40	№628сб реч 1994
		5,80	4,20	53,10	122,50	
<b>ИТОГО 13-ый день</b>		<b>49,01</b>	<b>49,75</b>	<b>243,19</b>	<b>1355,20</b>	

## 14-ый день

			Б	Ж	У	К	
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная манная с маслом сливоч.	200/5		10,24	11,36	35,92	283,50	№257 с6. рец. 1994
Чай с сахаром	200		0,20	0,10	15,00	61,40	№628 с6. рец.1994
Масло сливочное	10		0,10	8,25	0,13	74,80	№14 с6 рец.2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40		3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
<b>Обед</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Салат из свежих огурцов с луком и растительным маслом	60		0,78	5,82	3,72	69,12	№55 с6 рец. 1985
Суп картофельный с крупой ( гречка)	250		7,92	8,75	14,53	131,80	№43 с6. рец.2004
Азу "По-Татарски"	190		10,09	11,32	28,48	372,00	№402 с6. рец.1994
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20		5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Компот из сухофруктов витаминизированный	200		1,60	0,40	30,60	125,20	№508 с6. рец.2004
<b>Полдник</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Пирожное лакомка	65		3,64	5,02	22,1	96,80	ТУ9130-001-46342102-05
Чай с сахаром	200		0,20	0,10	15,00	61,40	№628 с6. рец.1994
<b>ИТОГО 14-ый день</b>			<b>43,39</b>	<b>51,92</b>	<b>204,52</b>	<b>1469,62</b>	

## 15-ый день

Суп молочный с крупой (пшено) с маслом сливочным	200		9,20	11,20	39,60	282,00	№ 162 с6 рец. 1994
Чай с сахаром и лимоном	200/3,5		0,00	0,40	18,80	62,40	№629 с6. рец.1994
Сыр порциями.	10		3,48	4,46	0,00	36,40	№15 1с6 рец.2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40		3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
<b>Обед</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Салат из сырых овощей с растительным маслом	60		0,96	4,56	3,18	56,58	№71/24 с6 рец. 2004/94
Суп картофельный с горохом и колбасой.	10/250		8,20	6,80	13,00	178,48	№66/15 с6 рец.2004
Котлета рыбная любительская	80		8,20	7,95	9,22	187,26	№325 с6 рец. 1994
Макароньы отварные со сливочным маслом	150/5		6,05	5,05	40,83	217,80	№19 с6 рец.2004
Соус красный основной	50		2,50	2,10	2,03	38,83	№528 с6 рец. 1994
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20		5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200		1,36	0	29,02	116,19	627/94
<b>Полдник</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Фрукт (Яблоко)	130		0,52	0,52	12,74	61,10	
<b>ИТОГО 15-ый день</b>			<b>0,52</b>	<b>0,52</b>	<b>12,74</b>	<b>61,10</b>	



