

6 день (5 октября 2026 г.)																							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена блюда по ценам	Цена блюда по ценам	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Витамины					Минеральные вещества									№ рецеп-туры	Сборник к рецепту
				Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мкг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																							
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	185	26,62	47,92	12,23	10,04	45,48	328,03	0,60	0,38	0,59	230,20	0,11	252,56	161,91	19,08	1,06	92,04	0,02	0,01	0,02	204	2011	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	7,99	14,38	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008	
БАТОН	30	2,88	3,47	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,70	19,50	3,90	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00	2008		
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	3,63	6,53	0,16	0,01	14,92	61,56	18,86	0,00	0,01	0,00	0,00	13,29	51,30	1,0	4,58	0,43	24,87	0,00	0,00	0,00	377	2011
Итого за прием пищи:	507	41,12	72,30	14,74	19,22	75,92	543,19	19,46	0,41	0,61	230,27	0,11	272,55	188,51	27,56	1,79	144,51	0,02	0,01	0,02			
Обед																							
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	200	23,14	23,14	1,38	4,04	8,02	74,46	6,80	0,03	0,03	0,16	2,00	91,22	58,05	44,54	0,65	195,50	0,00	0,00	0,02	98	2011	
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	49,43	49,43	15,00	15,40	12,60	250,00	8,00	0,08	0,00	66,07	3,30	120,00	150,00	24,00	1,00	0,00	0,00	0,00	1,80	272	2008	
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	5,12	5,12	0,58	2,52	3,26	38,34	0,71	0,01	0,01	90,00	0,05	7,64	9,65	5,24	0,21	63,19	0,00	0,00	0,00	348	2012	
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	9,21	9,21	3,60	7,60	37,70	266,00	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	11,00	78,00	26,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,00	323	2008	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	200	9,91	9,91	0,16	0,16	27,04	111,12	1,20	0,01	0,01	0,00	0,00	13,16	3,96	4,43	0,79	112,44	0,02	0,00	0,00	394	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,67	1,67	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	27,20	0,01	0,00	0,00		2008	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	16,00	16,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Итого за прием пищи:	832	114,48	114,48	22,04	29,90	97,10	780,71	16,71	0,17	0,07	156,26	5,35	246,62	317,06	108,01	4,05	398,33	0,03	0,00	1,82			
Всего за день:																							
				36,78	49,12	173,02	1 323,90	36,17	0,58	0,68	386,53	5,46	519,17	585,57	135,57	5,84	542,84	0,05	0,01	1,84			

7 день (6 октября 2026 г.)																							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена блюда по ценам	Цена блюда по ценам	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Витамины					Минеральные вещества									№ рецеп-туры	Сборник к рецепту
				Белок, г	Жиры, г	Углевод м, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мкг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																							
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	51,96	93,57	22,50	15,00	35,25	366,01	0,00	0,09	0,00	150,00	0,00	198,01	285,01	34,50	1,65	0,00	0,00	0,02	0,00	225	2008	
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	20	6,38	11,10	3,49	4,12	26,92	159,08	0,15	0,02	0,16	2,00	0,03	138,15	98,55	15,30	0,09	182,50	0,04	0,00	0,02			
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	15,65	28,17	3,29	3,30	24,14	139,68	0,12	0,03	0,13	20,00	0,02	122,81	94,73	20,79	0,39	169,25	0,03	0,00	0,01	380	2011	
БАТОН	30	2,88	3,46	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,70	19,50	3,90	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00		2008	
Итого за прием пищи:	505	76,87	136,30	31,53	23,29	101,73	743,37	0,27	0,17	0,30	172,00	0,05	464,67	497,79	74,49	2,43	379,35	0,06	0,02	0,03			
Обед																							
БОРЩ С КАПУСТОЙ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ И МЯСОМ	200/5/12	24,81	24,81	2,01	5,75	12,65	113,34	6,40	0,04	0,05	22,00	0,00	52,20	51,88	25,74	1,26	338,41	0,00	0,00	0,03	82	2011	
КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ,ШНИЦЕЛИ	100	57,88	57,88	12,29	14,40	15,05	243,08	22,36	0,30	0,43	40,00	0,17	60,59	109,44	11,23	0,52	22,67	0,00	0,00	1,70	298	2012	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	6,38	6,38	3,21	5,23	21,42	145,94	7,72	0,12	0,11	56,00	0,08	39,03	88,91	29,71	0,17	63,79	0,00	0,00	0,04	335	2008	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,88	3,88	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	84,60	0,00	1,80	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00	349	2011	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,26	1,26	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	27,20	0,01	0,00	0,00		2008	
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	115	20,27	20,27	0,39	9,51	45,59	3,00	0,23	0,02	0,00	0,00	0,00	14,40	9,90	7,20	1,98	278,00	0,00	0,00	0,01	338	2011	
Итого за прием пищи:	850	114,48	114,48	19,22	25,95	86,47	666,15	39,48	0,73	0,63	118,00	0,25	254,42	277,53	79,48	4,73	731,27	0,01	0,00	1,78			
Всего за день:																							
				50,75	49,24	188,20	1 409,52	39,75	0,90	0,93	290,00	0,30	719,09	775,32	153,97	7,16	1 110,62	0,07	0,02	1,81			

8 день (7 октября 2026 г.)																							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена блюда по ценам	Цена блюда по ценам	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Витамины					Минеральные вещества									№ рецеп-туры	Сборник к рецепту
				Белки, г	Жиры, г	Углевод м, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мкг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																							
КАША ПШЕННАЯ	200	19,22	34,60	15,00	15,40	12,60	250,00	8,00	0,08	0,00	66,07	3,30	120,00	150,00	24,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,98	272	2008	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	15,50	20,91	4,60	5,93	0,00	72,67	0,00	0,01	0,00	60,00	0,00	176,00	100,00	7,33	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2008	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200/15/7	6,13	11,03	0,16	0,01	14,92	61,56	18,86	0,00	0,01	0,00	0,00	13,29	5,10	4,58	0,43	24,87	0,00	0,00	0,00	377	2011	
БАТОН	30	2,88	3,46	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,70	19,50	3,90	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00		2008	
Итого за прием пищи:	470	43,73	70,00	22,01	22,21	42,94	462,83	26,86	0,12	0,02	126,07	3,30	314,99	274,60	39,81	1,93	52,47	0,00	0,00	0,98			
Обед																							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	24,34	24,34	0,98	6,15	3,68	75,28	6,70	0,05	0,04	80,00	0,00	18,49	34,26	16,18	0,95	199,55	0,00	0,00	0,01	24	2011	
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И МЯСОМ	200/7/12	25,54	25,54	1,92	4,23	13,33	101,87	10,00	0,32	0,65	218,00	0,00	324,56	154,60	20,30	1,80	229,11	0,00	0,00	0,00	91	2008	
ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ	75/50	47,80	47,80	13,20	10,20	0,80	182,00	3,00	0,08	0,10	120,00	2,20	158,00	109,86	34,00	0,20	100,00	0,02	0,02	0,80	307	2008	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	7,33	7,33	5,50	4,80	31,30	191,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	331	2008	
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	7,02	7,02	0,45	0,10	32,13	131,92	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	14,76	23,22	7,56	0,54	166,60	0,00	0,00	0,00	401	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,26	1,26	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	27,20	0,01	0,00	0,00		2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	14	1,19	1,19	1,60	0,85	10,20	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00		2008	
Итого за прием пищи:	932	114,48	114,48	24,97	26,51	99,92	722,86	19,70	0,56	0,82	418,00	2,20	523,01	356,74	85,64	5,09	722,46	0,03	0,02	0,81			
Всего за день:		46,98	48,72	142,86	1 185,69	46,56	0,68	0,84	544,07	5,50	838,00	631,34	125,45	7,02	774,93	0,03	0,02	1,79					

ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,26	1,26	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	27,20	0,01	0,00	0,00		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,53	1,53	1,60	0,85	10,20	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	16,00	16,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	168	29,66	29,66	0,39	0,39	9,51	45,59	3,00	0,23	0,02	0,00	0,00	14,40	9,90	7,20	1,98	278,00	0,00	0,00	0,01	338	2011
Итого за прием пищи:	971	114,48	114,48	24,95	20,29	100,65	752,03	23,40	0,43	0,63	390,57	6,02	525,05	379,84	76,15	4,02	141,97	0,01	0,00	1,16		
Всего за день:																						
ИТОГО СТОИМОСТЬ ЗАВТРАКОВ ЗА НЕДЕЛЮ		290,29	500,00	Родительские взносы (АБОНЕМЕНТЫ)																		
ИТОГО СТОИМОСТЬ ОБЕДОВ ЗА НЕДЕЛЮ		572,40	572,40	Бесплатное горячее питание 1-4 классы																		

1 день (12 октября 2026 г.)																						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена блюда по ценам	Цена блюда по ценам	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, к. к	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур
				Белки, г	Жиры, г	Углевод. г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мкг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	16,31	29,36	5,57	9,13	30,86	228,47	0,18	0,05	0,18	80,00	0,14	143,29	148,27	30,20	0,37	211,07	0,01	0,00	0,03	189	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	7,99	14,08	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
БАТОН	30	2,88	3,46	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,70	19,50	3,90	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00		2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	15,65	28,20	3,29	3,30	24,14	139,68	0,12	0,03	0,13	20,00	0,02	122,81	94,73	20,79	0,39	169,25	0,03	0,00	0,01	380	2011
Итого за прием пищи:	500	42,83	75,10	11,21	21,60	70,52	521,75	0,30	0,11	0,32	100,07	0,16	272,80	264,50	54,89	1,06	407,92	0,04	0,00	0,04		
Обед																						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И МЯСОМ	200/12	21,25	21,25	4,57	3,63	14,99	111,20	2,76	0,14	0,05	180,00	5,00	28,56	62,17	25,99	1,52	75,19	0,00	0,00	0,02	99	2008
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	43,86	43,86	13,22	11,40	44,30	216,68	12,84	0,09	0,00	20,00	0,00	65,81	101,61	30,50	1,61	0,00	0,00	0,00	0,00	314	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	7,33	7,33	5,50	4,80	31,30	191,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	331	2008
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	200	9,91	9,91	0,16	0,16	27,04	111,12	1,20	0,01	0,01	0,00	0,00	13,16	3,96	4,43	0,79	112,44	0,02	0,00	0,00	394	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,26	1,26	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	27,20	0,00	0,00	0,00		2008
ЯБЛОКО	175	30,87	30,87	0,39	0,39	9,51	45,59	3,00	0,02	0,02	0,00	0,00	14,40	9,90	7,20	1,98	278,00	0,00	0,00	0,01	338	2011
Итого за прием пищи:	720	114,48	114,48	24,77	20,17	126,11	670,79	16,80	0,28	0,08	200,00	5,00	111,13	185,14	64,72	4,72	214,83	0,03	0,00	0,02		
Всего за день:																						
99,87 31,38 147,71 741,31 538,55 0,58 0,19 200,32 105,07 111,29 457,94 329,22 56,61 215,89 407,95 0,04 0,02																						

2 день (13 октября 2026 г.)																						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена блюда по ценам	Цена блюда по ценам	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборни-к рецепту
				Белок, г	Жиры, г	Углевод, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мкг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																						
КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ	100	44,33	79,79	7,80	16,70	10,60	180,90	0,90	0,00	0,54	120,00	0,20	214,00	184,40	15,10	1,50	0,00	0,00	0,00	0,60	286/35 б	2012
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	5,12	9,22	0,58	2,52	3,26	38,34	0,71	0,01	0,01	90,00	0,05	7,64	9,65	5,24	0,21	63,19	0,00	0,00	0,00	348	2012
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,90	16,01	3,60	4,60	37,70	206,00	0,00	0,03	0,00	30,00	0,00	110,00	78,00	26,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,00	323	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,88	6,98	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	84,60	0,00	1,80	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00	349	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,60	1,70	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,60	1,60	54,40	0,01	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	500	63,83	113,70	11,98	23,82	70,92	502,65	1,61	0,04	0,55	240,00	0,25	416,24	272,05	48,14	2,31	64,39	0,00	0,00	0,60		
Обед																						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	14,10	14,10	14,01	4,28	13,84	310,10	0,00	0,29	0,06	17,00	6,00	194,15	178,59	25,77	0,10	176,06	0,01	0,02	1,20	104	2011
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	60,97	60,97	13,05	17,66	24,66	309,51	10,51	0,17	0,15	20,00	0,00	21,77	158,39	42,32	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00	299	2008
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	5,87	5,87	0,20	0,00	25,70	105,00	13,00	0,01	0,00	0,00	0,00	8,00	5,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	436	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,26	1,26	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	27,20	0,01	0,00	0,00		2008
ХЛЕБ пшеничный ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,53	1,53	1,60	0,85	10,20	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	0,00	0,01	0,00	0,00		2008
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	174	30,75	30,75	0,39	0,39	9,51	45,59	3,00	0,02	0,02	0,00	0,00	14,40	9,90	7,20	1,98	278,00	0,00	0,00	0,01	338	2011
Итого за прием пищи:	790	114,48	114,48	30,57	23,36	92,39	810,99	26,51	0,58	0,25	37,00	6,00	245,52	386,68	85,89	3,92	481,26	0,03	0,02	1,21		
Всего за день:																						
				42,55	47,18	163,31	1 313,64	20,12	0,62	0,80	277,00	6,25	661,76	658,73	134,03	6,23	545,65	0,03	0,02	1,81		

3 день (14 октября 2026 г.)																						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена блюда по ценам	Цена блюда по ценам	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборни-к рецепту
				Белок, г	Жиры, г	Углевод, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мкг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	35,51	63,92	16,67	23,64	24,26	332,82	0,00	0,08	0,00	0,00	0,00	230,58	320,79	36,09	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	224	2008
ПОВИДЛО	50	9,50	17,10	0,19	0,00	32,01	128,82	0,08	0,00	0,01	0,00	0,00	6,30	4,05	3,15	0,00	64,50	0,00	0,00	0,00		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15/7	1,65	2,97	0,16	0,01	14,92	61,56	18,86	0,00	0,01	0,00	0,00	13,29	5,10	4,58	0,43	24,87	0,00	0,00	0,00	377	2011
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	100	10,34	18,61	7,20	4,20	53,20	282,00	0,00	0,12	0,00	20,00	0,00	16,00	58,00	10,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	464	2008
Итого за прием пищи:	522	57,00	102,60	24,22	27,85	124,39	805,20	18,94	0,20	0,02	20,00	0,00	266,17	387,94	53,82	2,43	89,37	0,00	0,00	0,00		
Обед																						
БОРЩ С КАПУСТОЙ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ	200/12	24,61	24,61	2,01	5,75	12,65	113,34	6,40	0,04	0,05	22,00	0,00	52,20	51,88	25,74	1,26	338,41	0,00	0,00	0,03	82	2011
ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	38,76	38,76	13,20	10,20	0,80	182,00	3,00	0,08	0,10	120,00	2,20	158,00	109,86	34,00	0,20	100,00	0,02	0,02	0,80	307	2008
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	16,38	16,38	3,80	4,30	9,80	93,00	7,00	0,24	0,12	110,00	4,00	190,00	59,00	29,00	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	346	2008
КОМПОТ ИЗ ЯЗЮМА	200	7,02	7,02	0,45	0,10	32,13	131,92	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	14,76	23,22	7,56	0,54	166,60	0,00	0,00	0,00	401	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,26	1,26	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	27,20	0,01	0,00	0,00		2008
ХЛЕБ пшеничный БОГОТ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,53	1,53	1,60	0,85	10,20	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	0,00	0,01	0,00	0,00		2008
АПЕЛЬСИН	141	24,92	24,92	0,39	0,39	9,51	45,59	3,00	0,02	0,02	0,00	0,00	14,40	9,90	7,20	1,98	278,00	0,00	0,00	0,01	338	2011
Итого за прием пищи:	790	114,48	114,48	22,77	21,77	83,57	606,64	19,40	0,32	0,32	252,00	6,20	436,56	288,66	111,10	5,78	910,21	0,04	0,02	0,84		
Всего за день:		46,99	49,62	26,76	1411,84	38,34	0,69	0,34	272,00	6,20	702,73	676,60	164,92	8,21	999,58	0,04	0,02	0,84				

КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	200	9,91	9,91	0,16	0,16	27,04	111,12	1,20	0,01	0,01	0,00	0,00	13,16	3,96	4,43	0,79	112,44	0,02	0,00	0,00	394	2008
Итого за прием пищи:	800	114,48	114,48	23,73	19,20	99,34	628,87	15,45	0,42	0,29	256,00	5,16	233,60	378,91	84,66	5,63	891,98	0,03	0,02	0,57		
Всего за день:				44,42	41,02	208,74	1 229,57	29,12	8,58	8,43	416,00	5,23	440,86	662,90	167,19	8,44	1 124,42	0,09	0,02	1,88		
ИТОГО СТОИМОСТЬ ЗАВТРАКОВ ЗА НЕДЕЛЮ	281,67	500,00	Родительские взносы (АБОНЕМЕНТЫ)																			
ИТОГО СТОИМОСТЬ ОБЕДОВ ЗА НЕДЕЛЮ	572,40	572,40	Бесплатное горячее питание 1-4 классы																			

6 день (19 октября 2026 г.)																						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена блюда по ценам	Цена блюда по ценам	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептуры
				Белок, г	Жиры, г	Углевод м, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мкг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	К, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	185	26,62	47,92	12,23	10,04	45,48	328,03	0,60	0,38	0,59	230,20	0,11	252,56	161,91	19,08	1,06	92,04	0,02	0,01	0,02	204	2011
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	7,99	14,38	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
БАТОН	30	2,88	3,47	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,70	19,50	3,90	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00		2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	3,63	6,53	0,16	0,01	14,92	61,56	18,86	0,00	0,01	0,00	0,00	13,29	5,10	4,58	0,43	24,87	0,00	0,00	0,00	377	2011
Итого за прием пищи:	507	41,12	72,30	14,74	19,22	75,92	543,19	19,46	0,41	0,61	230,27	0,11	272,55	188,51	27,56	1,79	144,51	0,02	0,01	0,02		
Обед																						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	200	23,14	23,14	1,38	4,04	8,02	74,46	6,80	0,03	0,03	0,16	2,00	91,22	58,05	44,54	0,65	195,50	0,00	0,00	0,02	98	2011
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	49,43	49,43	15,00	15,40	12,60	250,00	8,00	0,08	0,00	66,07	3,30	120,00	150,00	24,00	1,00	0,00	0,00	0,00	1,80	272	2008
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	5,12	5,12	0,58	2,52	3,26	38,34	0,71	0,01	0,01	90,00	0,05	7,64	9,65	5,24	0,21	63,19	0,00	0,00	0,00	348	2012
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	9,21	9,21	3,60	7,60	37,70	266,00	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	11,00	78,00	26,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,00	323	2008
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	200	9,91	9,91	0,16	0,16	27,04	111,12	1,20	0,01	0,01	0,00	0,00	13,16	3,96	4,43	0,79	112,44	0,02	0,00	0,00	394	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,67	1,67	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	27,20	0,01	0,00	0,00		2008
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	16,00	16,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	832	114,48	114,48	22,04	29,90	97,10	780,71	16,71	0,17	0,07	156,26	5,35	246,62	317,06	108,01	4,05	398,33	0,03	0,00	1,82		
Всего за день:				36,78	49,12	173,02	1 323,99	36,17	0,58	0,68	386,53	5,46	519,17	585,57	135,57	5,84	542,84	0,05	0,01	1,84		

7 день (20 октября 2026 г.)																						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена блюда по ценам	Цена блюда по ценам	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептуры
				Белок, г	Жиры, г	Углевод м, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мкг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мг	Sc, мг	F, мг		
Завтрак																						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	51,96	93,57	22,50	15,00	35,25	366,01	0,00	0,09	0,00	150,00	0,00	198,01	285,01	34,50	1,65	0,00	0,00	0,02	0,00	225	2008
МОЛОКО СТУЩЕННОЕ	20	6,38	11,10	3,49	4,12	26,92	159,08	0,15	0,02	0,16	2,00	0,03	138,15	98,55	15,30	0,09	182,50	0,04	0,00	0,02		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СТУЩЕННЫМ	200	15,65	28,17	3,29	3,30	24,14	139,68	0,12	0,03	0,13	20,00	0,02	122,81	94,73	20,79	0,39	169,25	0,03	0,00	0,01	380	2011
БАТОН	30	2,88	3,46	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,70	19,50	3,90	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	505	76,87	136,30	31,53	23,29	101,73	743,37	0,27	0,17	0,30	172,00	0,05	464,67	497,79	74,49	2,43	379,35	0,06	0,02	0,03		
Обед																						
БОРЩ С КАПУСТОЙ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ И МЯСОМ	200/5/12	24,81	24,81	2,01	5,75	12,65	113,34	6,40	0,04	0,05	22,00	0,00	52,20	51,88	25,74	1,26	338,41	0,00	0,00	0,03	82	2011
КОТЛЕТЫ БИТОЧКИ ШНИЦЕЛИ	100	57,88	57,88	12,29	14,40	15,05	243,08	22,36	0,30	0,43	40,00	0,17	60,59	109,44	11,23	0,52	22,67	0,00	0,00	1,70	298	2012
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	6,38	6,38	3,21	5,23	21,42	145,94	7,72	0,12	0,11	56,00	0,08	39,03	88,91	29,71	0,17	63,79	0,00	0,00	0,04	335	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,88	3,88	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	84,60	0,00	1,80	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00	349	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,26	1,26	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	27,20	0,01	0,00	0,00		2008
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	115	20,27	20,27	0,39	0,39	9,51	45,59	3,00	0,23	0,02	0,00	0,00	14,40	9,90	7,20	1,98	278,00	0,00	0,00	0,01	338	2011
Итого за прием пищи:	850	114,48	114,48	19,22	25,95	86,47	666,15	39,48	0,73	0,63	118,00	0,25	254,42	277,53	79,48	4,73	731,27	0,01	0,00	1,78		
Всего за день:				50,75	49,24	188,20	1 409,52	39,75	0,90	0,93	290,00	0,30	719,09	775,32	153,97	7,16	1 110,62	0,07	0,02	1,81		

8 день (21 октября 2026 г.)																						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена блюда по ценам	Цена блюда по ценам	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептуры
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мкг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																						
КАША ПШЕННАЯ	200	19,22	34,60	15,00	15,40	12,60	250,00	8,00	0,08	0,00	66,07	3,30	120,00	150,00	24,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,98	272	2008
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	15,50	20,91	4,60	5,93	0,00	72,67	0,00	0,01	0,00	60,00	0,00	176,00	100,00	7,23	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2008
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200/15/7	6,13	11,03	0,16	0,01	14,92	61,56	18,86	0,00	0,01	0,00	0,00	13,29	5,10	4,58	0,43	24,87	0,00	0,00	0,00	377	2011
БАТОН	30	2,88	3,46	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,70	19,50	3,90	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	470	43,73	70,00	22,01	22,21	42,94	462,83	26,86	0,12	0,02	126,07	3,30	314,99	274,60	39,81	1,93	52,47	0,00	0,00	0,98		
Обед																						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	24,34	24,34	0,98	6,15	3,68	75,28	6,70	0,05	0,04	80,00	0,00	18,49	34,26	16,18	0,95	199,55	0,00	0,00	0,01	24	2011
РАССОЛНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И МЯСОМ	200/7/12	25,54	25,54	1,92	4,23	13,33	101,87	10,00	0,32	0,65	218,00	0,00	324,56	154,60	20,30	1,80	229,11	0,00	0,00	0,00	91	2008
ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ	75/50	47,80	47,80	13,20	10,20	0,80	182,00	3,00	0,08	0,10	120,00	2,20	158,00	109,86	34,00	0,20	100,00	0,02	0,02	0,80	307	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	7,23	7,23	5,50	4,80	31,30	191,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	331	2008
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОМ	200	7,02	7,02	0,45	1,10	32,13	131,52	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	14,76	23,22	7,56	0,54	166,60	0,00	0,00	0,00	401	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,26	1,26	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	27,20	0,01	0,00	0,00		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	14	1,19	1,19	1,60	0,85	10,20	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	932	114,48	114,48	24,97	26,51	99,92	722,86	19,70	0,56	0,82	418,00	2,20	523,01	356,74	85,64	5,09	722,46	0,03	0,02	0,81		
Всего за день:				46,98	48,72	142,86	1 185,69	46,56	0,68	0,84	544,07	5,50	838,00	631,34	125,45	7,02	774,93	0,03	0,02	1,79		

Итого за прием пищи:	462	69,56	125,20	17,28	38,25	73,32	647,64	28,60	0,25	0,22	45,10	0,36	74,62	269,88	68,90	2,69	512,97	0,01	0,02	0,69		
Обед																						
СУП КУРИНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200	21,20	21,20	4,57	3,63	14,99	111,20	2,76	0,14	0,05	180,00	5,00	28,56	62,17	25,99	1,52	75,19	0,00	0,00	0,02	99	2008
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	31,13	31,13	13,66	11,03	3,58	289,04	7,64	0,16	0,56	170,57	1,02	371,29	199,87	13,56	0,30	39,58	0,00	0,00	1,14	255	2011
КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,83	7,83	3,60	4,60	37,70	206,00	0,00	0,03	0,00	30,00	0,00	110,00	78,00	26,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,00	323	2008
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	5,87	5,87	0,20	0,00	25,70	105,00	13,00	0,01	0,00	0,00	0,00	8,00	5,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	436	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,26	1,26	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	27,20	0,01	0,00	0,00		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,53	1,53	1,60	0,85	10,20	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	16,00	16,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	168	29,66	29,66	0,39	0,39	9,51	45,59	3,00	0,23	0,02	0,00	0,00	14,40	9,90	7,20	1,98	278,00	0,00	0,00	0,01	338	2011
Итого за прием пищи:	971	114,48	114,48	24,95	20,29	100,65	752,03	23,40	0,43	0,63	380,57	6,02	525,05	379,84	76,15	4,02	141,97	0,01	0,00	1,16		
Всего за день:				42,23	58,54	173,97	1 399,67	52,00	0,68	0,85	425,67	6,38	599,67	649,72	145,05	6,71	654,94	0,02	0,02	1,85		
ИТОГО СТОИМОСТЬ ЗАВТРАКОВ ЗА НЕДЕЛЮ		290,29	500,00	Родительские взносы (АБОНЕМЕНТЫ)																		
ИТОГО СТОИМОСТЬ ОБЕДОВ ЗА НЕДЕЛЮ		572,40	572,40	Бесплатное горячее питание 1-4 классы																		

1 день (26 октября 2026 г.)																						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена блюда по ценам	Цена блюда по ценам	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кДж	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник к рецепту
				Белки, г	Жиры, г	Углевод м, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мкг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	16,31	29,36	5,57	9,13	30,86	228,47	0,18	0,05	0,18	80,00	0,14	143,29	148,27	30,20	0,37	211,07	0,01	0,00	0,03	189	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	7,99	14,08	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
БАТОН	30	2,88	3,46	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,70	19,50	3,90	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00		2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СТУЩЕННЫМ	200	15,65	28,20	3,29	3,30	24,14	139,68	0,12	0,03	0,13	20,00	0,02	122,81	94,73	20,79	0,39	169,25	0,03	0,00	0,01	380	2011
Итого за прием пищи:	500	42,83	75,10	11,21	21,60	70,52	521,75	0,30	0,11	0,32	100,07	0,16	272,80	264,50	54,89	1,06	407,92	0,04	0,00	0,04		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И МЯСОМ																						
	200/12	21,25	21,25	4,57	3,63	14,99	111,20	2,76	0,14	0,05	180,00	5,00	28,56	62,17	25,99	1,52	75,19	0,00	0,00	0,02	99	2008
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	43,86	43,86	13,22	11,40	44,30	216,68	12,84	0,09	0,00	20,00	0,00	65,81	101,61	30,50	1,61	0,00	0,00	0,00	0,00	314	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	7,33	7,33	5,50	4,80	31,30	191,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	331	2008
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	200	9,91	9,91	0,16	0,16	27,04	111,12	1,20	0,01	0,01	0,00	0,00	13,16	3,96	4,43	0,79	112,44	0,02	0,00	0,00	394	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,26	1,26	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	27,20	0,00	0,00	0,00		2008
ЯБЛОКО	175	30,87	30,87	0,39	0,39	9,51	45,59	3,00	0,02	0,02	0,00	0,00	14,40	9,90	7,20	1,98	278,00	0,00	0,00	0,01	338	2011
Итого за прием пищи:	720	114,48	114,48	24,77	20,17	126,11	670,79	16,80	0,28	0,08	200,00	5,00	111,13	185,14	64,72	4,72	214,83	0,03	0,00	0,02		
Всего за день:				99,87	31,38	147,71	741,31	58,35	0,58	0,19	280,32	185,67	111,29	457,94	329,22	59,61	215,89	407,95	0,04	0,02		

2 день (27 октября 2026 г.)																						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена блюда по ценам	Цена блюда по ценам	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур
				Белки, г	Жиры, г	Углевод м, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мкг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	К, мг	І, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																						
КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ	100	44,33	79,79	7,80	16,70	10,60	180,90	0,90	0,00	0,54	120,00	0,20	214,00	184,40	15,10	1,50	0,00	0,00	0,00	0,60	296/35	2012
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	5,12	9,22	0,58	2,52	3,26	38,34	0,71	0,01	0,01	90,00	0,05	7,64	9,65	5,24	0,21	63,19	0,00	0,00	0,00	348	2012
КАША ГРЕНЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,90	16,01	3,60	4,60	37,70	206,00	0,00	0,03	0,00	30,00	0,00	110,00	78,00	26,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,00	323	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,88	6,98	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	84,60	0,00	1,80	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00	349	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,60	1,70	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00	0,07	0,03	0,00	0,00	7,20	34,80	7,60	1,60	54,40	0,01	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	500	63,83	113,70	11,98	23,82	70,92	502,65	1,61	0,04	0,55	240,00	0,25	416,24	272,05	48,14	2,31	64,39	0,00	0,00	0,60		
Обед																						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	14,10	14,10	14,01	4,28	13,84	310,10	0,00	0,29	0,06	17,00	6,00	194,15	178,59	25,77	0,10	176,06	0,01	0,02	1,20	104	2011
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	60,97	60,97	13,05	17,66	24,66	309,51	10,51	0,17	0,15	20,00	0,00	21,77	158,39	42,32	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00	299	2008
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	5,87	5,87	0,20	0,00	25,70	105,00	13,00	0,01	0,00	0,00	0,00	8,00	5,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	436	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,26	1,26	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	27,20	0,01	0,00	0,00		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,53	1,53	1,60	0,85	10,20	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	0,00	0,01	0,00	0,00		2008
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	174	30,75	30,75	0,39	0,39	9,51	45,59	3,00	0,02	0,02	0,00	0,00	14,40	9,90	7,20	1,98	278,00	0,00	0,00	0,01	338	2011
Итого за прием пищи:	790	114,48	114,48	30,57	23,36	92,39	810,99	26,51	0,58	0,25	37,00	6,00	245,52	386,68	85,89	3,92	481,26	0,03	0,02	1,21		
Всего за день:				42,55	47,18	163,31	1 313,64	28,12	0,62	0,80	277,00	6,25	661,76	658,73	134,03	6,23	545,65	0,03	0,02	1,81		

3 день (28 октября 2026 г.)																						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена блюда по ценам	Цена блюда по ценам	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур
				Белки, г	Жиры, г	Углевод-сы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мкг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	35,51	63,92	16,67	23,64	24,26	332,82	0,00	0,08	0,00	0,00	0,00	230,58	320,79	36,09	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	224	2008
ПОВИДЛО	50	9,50	17,10	0,19	0,00	32,01	128,82	0,08	0,00	0,01	0,00	0,00	6,30	4,05	3,15	0,40	64,50	0,00	0,00	0,00		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/157	1,65	2,97	0,16	0,01	14,92	61,56	18,86	0,00	0,01	0,00	0,00	13,29	5,10	4,58	0,43	24,87	0,00	0,00	0,00	377	2011
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	100	10,34	18,61	7,20	4,20	53,20	282,00	0,00	0,12	0,00	20,00	0,00	16,00	58,84	10,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	464	2008
Итого за прием пищи:	522	57,00	102,60	24,22	27,85	124,39	805,20	18,94	0,20	0,02	20,00	0,00	266,17	387,90	53,82	2,43	89,37	0,00	0,00	0,00		
Обед																						
БОРЩ С КАПУСТОЙ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ	200/12	24,61	24,61	2,01	5,75	12,65	113,34	6,40	0,04	0,05	22,00	0,00	52,20	51,88	25,74	1,26	338,41	0,00	0,00	0,03	82	2011
ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	38,76	38,76	13,20	10,20	0,80	182,00	3,00	0,08	0,10	120,00	2,20	158,00	109,86	34,00	0,20	100,00	0,02	0,02	0,80	307	2008
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	16,38	16,38	3,80	4,30	9,80	93,00	7,00	0,24	0,12	110,00	4,00	190,00	59,00	29,00	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	346	2008
КОМПОТ ИЗ ЯЗЮМА	200	7,02	7,02	0,45	0,10	32,13	131,92	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	14,76	23,22	7,56	0,54	166,60	0,00	0,00	0,00	401	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,26	1,26	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	27,20	0,01	0,00	0,00		2008
ХЛЕБ пшеничный БОГОТ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,53	1,53	1,60	0,85	10,20	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	3,60	17,40	3,80	0,80	0,00	0,01	0,00	0,00		2008
АПЕЛЬСИН	141	24,92	24,92	0,39	0,39	9,51	45,59	3,00	0,02	0,02	0,00	0,00	14,40	9,90	7,20	1,98	278,00	0,00	0,00	0,01	338	2011
Итого за прием пищи:	790	114,48	114,48	22,77	21,77	83,57	606,64	19,40	0,49	0,32	252,00	6,20	436,56	288,66	111,10	5,78	910,21	0,04	0,02	0,84		
Всего за день:				46,99	49,62	207,96	1 411,84	38,34	0,69	0,34	272,00	6,20	702,73	676,60	164,92	8,21	999,58	0,04	0,02	0,84		

[illegible]