

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МОУ «Школа № 2  
р.п. Новые Бурасы Новобурасского района  
Саратовской области имени Героя  
Советского Союза М.С.Бочкарёва»  
Е. В. Шведова  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2025 г.

**Примерное двенадцатидневное меню летнего оздоровительного учреждения с дневным пребыванием на базе филиала МОУ «Школа № 2 р.п. Новые Бурасы Новобурасского района Саратовской области имени Героя Советского Союза М.С. Бочкарёва» в с. Марьино - Лашмино на июль 2025 год.**

| №  | Наименование продукта          | Номер техн. карты | Выход (гр.)   | Калорийность |              |              |                                         | Стоимость    |
|----|--------------------------------|-------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|-----------------------------------------|--------------|
|    |                                |                   |               | белки        | жиры         | углевод<br>ы | Энергитич<br>еская<br>ценность,<br>калл |              |
|    | <b>Первый день</b>             |                   |               |              |              |              |                                         |              |
|    | <b>Завтрак</b>                 |                   |               |              |              |              |                                         |              |
| 1. | Каша молочная рисовая с маслом | 411/3             | 250/10        | 5,6          | 12,8         | 42,5         | 308                                     | 23,00        |
| 2. | Булочка ванильная              |                   | 50            | 16,2         | 8,15         | 14,8         | 300                                     | 3,00         |
| 3. | Чай с сахаром                  | 1009              | 200           | 0,0          | 0,0          | 14,94        | 56,85                                   | 3,00         |
| 4. | Кондитерское изделие           |                   | 40            | 2,7          | 22,15        | 22,35        | 200                                     | 27,00        |
|    |                                |                   | <b>Итого:</b> | <b>24,50</b> | <b>43,10</b> | <b>94,59</b> | <b>864,85</b>                           | <b>56,00</b> |
|    | <b>Обед</b>                    |                   |               |              |              |              |                                         |              |
| 1. | Суп гороховый на мк/бульоне    | 221/3             | 250           | 6,33         | 5,6          | 25,35        | 172,93                                  | 9,50         |
| 2. | Гуляш мясной                   | 632/3             | 50/50         | 10,2         | 13,04        | 5,31         | 179                                     | 26,50        |
| 3. | Картофельное пюре              | 430/3             | 200           | 18,5         | 5,19         | 46,22        | 160                                     | 10,00        |
| 4. | Хлеб пшеничный                 |                   | 60            | 8,5          | 3,3          | 54,1         | 208                                     | 3,00         |
| 5. | Чай с сахаром                  | 1009              | 200           | 0,0          | 0,0          | 14,94        | 56,85                                   | 3,00         |

|    |                                      |        |                |               |               |               |                |               |
|----|--------------------------------------|--------|----------------|---------------|---------------|---------------|----------------|---------------|
| 6. | Кондитерское изделие                 |        | 80             | 2,6           | 1,2           | 1,8           | 400            | 50,00         |
|    |                                      |        | <b>Итого:</b>  | <b>46,13</b>  | <b>28,33</b>  | <b>147,72</b> | <b>1176,78</b> | <b>102,00</b> |
|    | Бутилированная вода                  |        | 0,5 л          |               |               |               |                | 10,00         |
|    |                                      |        | <b>Всего :</b> | <b>70,63</b>  | <b>71,43</b>  | <b>242,31</b> | <b>2041,63</b> | <b>167,00</b> |
|    | <b>Второй день</b>                   |        |                |               |               |               |                |               |
|    | <b>Завтрак</b>                       |        |                |               |               |               |                |               |
| 1. | Каша молочная манная со слив. маслом | 411/1  | 250/10         | 9,09          | 12,05         | 53,5          | 360            | 20,00         |
| 2. | Булочка ванильная                    |        | 50             | 7,74          | 7,5           | 56,88         | 326,33         | 3,00          |
| 3. | Чай с сахаром                        | 1009   | 200            | 0,0           | 0,0           | 14,94         | 56,85          | 3,00          |
|    |                                      |        | <b>Итого:</b>  | <b>16,83</b>  | <b>19,55</b>  | <b>125,32</b> | <b>743,18</b>  | <b>26,00</b>  |
|    | <b>Обед</b>                          |        |                |               |               |               |                |               |
| 1. | Суп картофельный с рисом             | 101    | 250            | 2,18          | 2,84          | 14,29         | 91,5           | 9,50          |
| 2. | Тефтели мясные (говяжьи)             | 669/3  | 50             | 11,31         | 17,44         | 32,03         | 253            | 26,00         |
| 3. | Гречка отварная                      | 745/3  | 150            | 8,85          | 6,5           | 41,9          | 269,95         | 6,00          |
| 4. | Хлеб пшеничный                       |        | 60             | 8,5           | 3,3           | 54,1          | 208            | 3,50          |
| 5. | Чай с сахаром                        | 1009   | 200            | 0,0           | 0,0           | 14,94         | 56,85          | 3,00          |
| 6. | Кондитерское изделие                 |        | 90             | 2,6           | 1,2           | 1,8           | 540            | 50,00         |
|    |                                      |        | <b>Итого:</b>  | <b>33,44</b>  | <b>31,28</b>  | <b>159,06</b> | <b>1419,30</b> | <b>98,00</b>  |
|    | Бутилированная вода                  |        | 0,5 л          |               |               |               |                | 10,00         |
|    |                                      |        | <b>Всего:</b>  | <b>50,24</b>  | <b>50,83</b>  | <b>284,38</b> | <b>2162,48</b> | <b>134,00</b> |
|    | <b>Третий день</b>                   |        |                |               |               |               |                |               |
|    | <b>Завтрак</b>                       |        |                |               |               |               |                |               |
| 1. | Каша рисово-пшенная с маслом         | 175    | 250/10         | 10,3          | 13,53         | 51,48         | 367,28         | 22,00         |
| 2. | Бутерброд с маслом                   | 1      | 30/10          | 2,38          | 8,7           | 15,04         | 149,5          | 10,00         |
| 3. | Чай с сахаром и лимоном              | 1010/2 | 200            | 0,103         | 0,007         | 14,15         | 65             | 5,00          |
| 4. | Кондитерское изделие                 |        | 30             | 9,5           | 3805          | 45,5          | 450            | 25,00         |
|    |                                      |        | <b>Итого:</b>  | <b>22,283</b> | <b>60,287</b> | <b>126,17</b> | <b>1031,78</b> | <b>62,00</b>  |
|    | <b>Обед</b>                          |        |                |               |               |               |                |               |
| 1. | Суп картофельный с фрикадельками     | 224/3  | 250/17         | 8,99          | 10,68         | 25,41         | 232            | 18,00         |
| 2. | Котлета рыбная                       | 541    | 50/50          | 6,3           | 3             | 8,05          | 84,2           | 20,00         |
| 3. | Гороховое пюре                       | 430/3  | 200            | 18,5          | 5,19          | 46,22         | 160            | 10,00         |
| 4. | Хлеб пшеничный                       |        | 60             | 8,5           | 3,3           | 54,1          | 208            | 3,50          |
| 5. | Компот из с/ф                        | 349    | 200            | 0,6           | -             | 9,98          | 128            | 6,00          |
| 7. | Фрукт                                |        | 150            | 0,4           | 0,4           | 9,8           | 136            | 35,00         |
|    |                                      |        | <b>Итого:</b>  | <b>43,29</b>  | <b>22,57</b>  | <b>153,56</b> | <b>948,20</b>  | <b>92,50</b>  |

|    |                                       |       |               |               |               |               |                |               |
|----|---------------------------------------|-------|---------------|---------------|---------------|---------------|----------------|---------------|
|    | Бутилированная вода                   |       | 0,5 л         |               |               |               |                | 10,00         |
|    |                                       |       | <b>Всего:</b> | <b>65,573</b> | <b>82,857</b> | <b>279,73</b> | <b>1979,98</b> | <b>164,50</b> |
|    | <b>Четвертый день</b>                 |       |               |               |               |               |                |               |
|    | <b>Завтрак</b>                        |       |               |               |               |               |                |               |
| 1. | Суп молочный вермишелевый             | 258/3 | 250           | 5,34          | 5             | 21,33         | 153            | 18,00         |
| 2. | Бутерброд с сыром                     | 3     | 30/20         | 8,06          | 8,15          | 14,94         | 270            | 25,00         |
| 3. | Чай с сахаром                         | 1009  | 200           | 0,0           | 0,0           | 14,94         | 56,85          | 3,00          |
| 4. | Кондитерское изделие                  |       | 50            | 0,8           | -             | 78,3          | 350            | 20,00         |
|    |                                       |       | <b>Итого:</b> | <b>14,20</b>  | <b>13,15</b>  | <b>129,54</b> | <b>829,85</b>  | <b>66,00</b>  |
|    | <b>Обед</b>                           |       |               |               |               |               |                |               |
| 1. | Суп картофельный с вермишелью на мк/б | 234/3 | 250           | 2,97          | 5,42          | 22,4          | 149,65         | 9,50          |
| 2. | Плов мясной                           | 642/3 | 200/30        | 14,48         | 16,69         | 51,24         | 417            | 28,00         |
| 3. | Хлеб пшеничный                        |       | 60            | 8,5           | 3,3           | 54,1          | 208            | 3,50          |
| 4. | Сок натуральный                       |       | 200           | -             | -             | 11,2          | 520            | 23,00         |
| 5. | Фрукт                                 |       | 150           | 2,25          | 0,15          | 28,81         | 136            | 30,00         |
|    |                                       |       | <b>Итого:</b> | <b>28,20</b>  | <b>25,56</b>  | <b>145,35</b> | <b>1281,00</b> | <b>93,00</b>  |
|    | Бутилированная вода                   |       | 0,5 л         |               |               |               |                | 10,00         |
|    |                                       |       | <b>Всего:</b> | <b>42,4</b>   | <b>38,71</b>  | <b>274,89</b> | <b>2110,85</b> | <b>170,00</b> |
|    | <b>Пятый день</b>                     |       |               |               |               |               |                |               |
|    | <b>Завтрак</b>                        |       |               |               |               |               |                |               |
| 1. | Каша манная со сливочным маслом       | 411/1 | 250/10        | 9,09          | 12,05         | 53,5          | 360            | 20,00         |
| 2. | Бутерброд с маслом                    | 1     | 30/10         | 2,38          | 8,7           | 15,04         | 149,5          | 10,00         |
| 3. | Чай с сахаром                         | 1009  | 200           | 0,0           | 0,0           | 14,94         | 56,85          | 3,00          |
| 4. | Кондитерское изделие                  |       | 50            | 3,00          | 22,15         | 22,35         | 220            | 25,00         |
|    |                                       |       | <b>Итого:</b> | <b>14,47</b>  | <b>42,90</b>  | <b>105,83</b> | <b>786,35</b>  | <b>58,00</b>  |
|    | <b>Обед</b>                           |       |               |               |               |               |                |               |
| 1. | Щи со свежей капустой со смет на мк/б | 197/3 | 250/10        | 8,21          | 12,03         | 12,7          | 191            | 18,00         |
| 2. | Котлета из говядины                   | 658/3 | 50            | 18,8          | 14,1          | 12,5          | 191            | 26,00         |
| 3. | Картофельное пюре                     | 759/3 | 200           | 4             | 0,81          | 34,6          | 160            | 18,00         |
| 4. | Чай с сахаром                         | 1009  | 200           | 0,0           | 0,0           | 14,94         | 56,85          | 3,00          |
| 5. | Хлеб пшеничный                        |       | 60            | 8,5           | 3,3           | 54,1          | 208            | 3,50          |
| 6. | Кондитерское изделие                  |       | 100           | 1,35          | 0,3           | 12,15         | 400            | 30,00         |
|    |                                       |       | <b>Итого:</b> | <b>40,86</b>  | <b>30,54</b>  | <b>140,99</b> | <b>1206,85</b> | <b>99,50</b>  |
|    | Бутилированная вода                   |       | 0,5 л         |               |               |               |                | 10,00         |

|    |                                      |       |               |              |              |               |                |               |
|----|--------------------------------------|-------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|
|    |                                      |       | <b>Всего:</b> | <b>55,33</b> | <b>73,44</b> | <b>246,82</b> | <b>1993,20</b> | <b>170,50</b> |
|    | <b>Шестой день</b>                   |       |               |              |              |               |                |               |
|    | <b>Завтрак</b>                       |       |               |              |              |               |                |               |
| 1. | Запеканка с творогом со сгущ молоком | 499   | 150/20/10     | 15,78        | 10,42        | 16,67         | 370            | 22,00         |
| 2. | Чай с сахаром                        | 1009  | 200           | 0,0          | 0,0          | 14,94         | 56,85          | 3,00          |
| 3. | Кондитерское изделие                 |       | 50            | 3            | 22,15        | 22,35         | 220            | 20,00         |
| 4. | Фрукт                                |       | 200           | 2,6          | 2,7          | 25,3          | 136            | 30,00         |
|    |                                      |       | <b>Итого:</b> | <b>29,27</b> | <b>40,48</b> | <b>87,59</b>  | <b>782,85</b>  | <b>75,00</b>  |
|    | <b>Обед</b>                          |       |               |              |              |               |                |               |
| 1. | Суп картофельный с рисом             | 101   | 250           | 2,18         | 2,84         | 14,29         | 91,5           | 9,50          |
| 2. | Биточки мясные                       | 658/3 | 50            | 5,84         | 9,8          | 4,82          | 198,56         | 26,00         |
| 3. | Гречка отварная                      | 745/3 | 150           | 8,5          | 6,5          | 41,9          | 269,95         | 6,00          |
| 4. | Хлеб пшеничный                       |       | 60            | 8,5          | 3,3          | 54,1          | 208            | 3,50          |
| 5. | Компот из с/ф                        | 349   | 200           | 0,6          | -            | 9,98          | 128            | 6,00          |
| 6. | Кондитерское изделие                 |       | 50            | 3            | 22,15        | 22,35         | 250            | 23,50         |
|    |                                      |       | <b>Итого:</b> | <b>28,62</b> | <b>44,59</b> | <b>147,44</b> | <b>1146,04</b> | <b>74,50</b>  |
|    | Бутилированная вода                  |       | 0,5 л         |              |              |               |                | 10,00         |
|    |                                      |       | <b>Всего:</b> | <b>57,89</b> | <b>85,07</b> | <b>235,03</b> | <b>1928,86</b> | <b>159,50</b> |
|    | <b>Седьмой день</b>                  |       |               |              |              |               |                |               |
|    | <b>Завтрак</b>                       |       |               |              |              |               |                |               |
| 1. | Каша молочная рисовая с маслом       | 411/3 | 250/10        | 5,6          | 12,8         | 42,5          | 307,8          | 18,00         |
| 2. | Чай с сахаром                        | 1009  | 200           | 0,0          | 0,0          | 14,94         | 56,85          | 3,00          |
| 3. | Кондитерское изделие                 |       | 50            | 3,00         | 22,15        | 22,35         | 220            | 18,00         |
| 4. | Фрукт                                |       | 200           | 2,6          | 2,7          | 25,3          | 136            | 27,00         |
|    |                                      |       | <b>Итого:</b> | <b>11,2</b>  | <b>37,65</b> | <b>105,09</b> | <b>720,65</b>  | <b>66,00</b>  |
|    | <b>Обед</b>                          |       |               |              |              |               |                |               |
| 1. | Рассольник со сметаной на мк/б       | 208/3 | 250/10        | 3,24         | 7,6          | 28,33         | 237            | 10,00         |
| 2. | Гуляш мясной                         | 632/3 | 30/50         | 10,2         | 13,04        | 5,31          | 179            | 27,50         |
| 3. | Картофельное пюре                    | 759/3 | 200           | 4            | 0,81         | 34,6          | 160            | 23,00         |
| 4. | Хлеб пшеничный                       |       | 60            | 8,5          | 3,3          | 54,1          | 208            | 3,50          |
| 5. | Чай с сахаром                        | 1009  | 200           | 0,0          | 0,0          | 14,94         | 56,85          | 3,00          |
| 6. | Кондитерское изделие                 |       | 100           | 0,4          | 0,4          | 9,8           | 550            | 39,00         |
|    |                                      |       | <b>Итого:</b> | <b>26,34</b> | <b>25,15</b> | <b>147,08</b> | <b>1390,85</b> | <b>101,00</b> |
|    | Бутилированная вода                  |       | 0,5 л         |              |              |               |                | 10,00         |
|    |                                      |       | <b>Всего</b>  | <b>37,54</b> | <b>62,80</b> | <b>252,17</b> | <b>2111,50</b> | <b>177,00</b> |

|    |                                  |        |               |              |              |               |                |               |
|----|----------------------------------|--------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|
|    | <b>Восьмой день</b>              |        |               |              |              |               |                |               |
| 1. | Гречка отварная со слив. маслом  | 405    | 150/10        | 14,2         | 15,6         | 67,8          | 470,15         | 8,50          |
| 2. | Хлеб пшеничный                   |        | 60            | 4,62         | 1,8          | 29,78         | 157            | 3,50          |
| 3. | Чай с сахаром                    | 1009   | 200           | 0,0          | 0,0          | 14,94         | 56,85          | 3,00          |
| 4. | Фрукт                            |        | 150           | 1,35         | 0,3          | 12,15         | 69             | 36,00         |
|    |                                  |        | <b>Итого:</b> | <b>25,37</b> | <b>27,75</b> | <b>125,07</b> | <b>866,00</b>  | <b>51,00</b>  |
|    | <b>Обед</b>                      |        |               |              |              |               |                |               |
| 1. | Суп с вермишелью на мк/б         | 234/3  | 250           | 8,55         | 10,92        | 22,4          | 215,05         | 12,50         |
| 2. | Плов мясной                      | 642/3  | 200/30        | 14,48        | 16,69        | 51,24         | 417            | 30,00         |
| 3. | Компот из с/ф                    | 349    | 200           | 0,6          | -            | 9,98          | 128            | 6,00          |
| 4. | Хлеб пшеничный                   |        | 60            | 8,5          | 3,3          | 54,1          | 208            | 3,50          |
| 5. | Кондитерское изделие             |        | 80            | 2,6          | 1,2          | 1,8           | 400            | 35,00         |
|    |                                  |        | <b>Итого:</b> | <b>34,73</b> | <b>32,11</b> | <b>139,52</b> | <b>1368,05</b> | <b>87,00</b>  |
|    | Бутилированная вода              |        | 0,5 л         |              |              |               |                | 10,00         |
|    |                                  |        | <b>Всего:</b> | <b>60,1</b>  | <b>57,86</b> | <b>264,59</b> | <b>2234,05</b> | <b>148,00</b> |
|    | <b>Девятый день</b>              |        |               |              |              |               |                |               |
|    | <b>Завтрак</b>                   |        |               |              |              |               |                |               |
| 1. | Молочный суп вермишелевый        | 258/3  | 250           | 5,34         | 5            | 21,33         | 153            | 18,00         |
| 2. | Булочка                          | 1089   | 50            | 16,2         | 8,15         | 14,8          | 300            | 3,00          |
| 3. | Чай с сахаром и лимоном          | 1010/2 | 200/15        | 0,09         | 0,01         | 15,27         | 65             | 5,00          |
| 4. | Фрукт                            |        | 150           | 2,25         | 0,15         | 28,81         | 133,5          | 25,00         |
|    |                                  |        | <b>Итого:</b> | <b>23,89</b> | <b>13,31</b> | <b>80,21</b>  | <b>651,50</b>  | <b>51,00</b>  |
|    | <b>Обед</b>                      |        |               |              |              |               |                |               |
| 1. | Суп картофельный с фрикадельками | 224/3  | 250/15        | 8,99         | 10,68        | 25,41         | 232            | 18,00         |
| 2. | Котлета рыбная                   | 541    | 50/50         | 6,3          | 3            | 8,05          | 84,2           | 27,00         |
| 3. | Гороховое пюре                   | 430/3  | 200           | 18,5         | 5,19         | 46,22         | 160            | 8,00          |
| 4  | Хлеб пшеничный                   |        | 60            | 8,5          | 3,3          | 54,1          | 208            | 3,50          |
| 5. | Сок натуральный                  |        | 200           | -            | -            | 11,2          | 520            | 23,00         |
| 6. | Кондитерское изделие             |        | 100           | 0,4          | 0,4          | 9,8           | 400            | 30,00         |
|    |                                  |        | <b>Итого:</b> | <b>42,69</b> | <b>22,57</b> | <b>154,78</b> | <b>1604,20</b> | <b>106,50</b> |
|    | Бутилированная вода              |        | 0,5 л         |              |              |               |                | 10,00         |
|    |                                  |        | <b>Всего:</b> | <b>66,58</b> | <b>35,88</b> | <b>234,99</b> | <b>2255,70</b> | <b>167,50</b> |
|    | <b>Десятый день</b>              |        |               |              |              |               |                |               |
|    | <b>Завтрак</b>                   |        |               |              |              |               |                |               |
| 1. | Каша молочная пшеничная с маслом | 417/1  | 250/10        | 10,3         | 13,3         | 56,24         | 388,81         | 22,00         |

|    |                                |         |                |               |              |               |                |               |
|----|--------------------------------|---------|----------------|---------------|--------------|---------------|----------------|---------------|
| 2  | Бутерброд с маслом             | 1       | 30/10          | 2,38          | 8,7          | 15,04         | 149,5          | 10,00         |
| 3. | Чай с сахаром                  | 1009    | 200            | 0,0           | 0,0          | 14,94         | 56,85          | 3,00          |
| 4. | Фрукт                          |         | 150            | 2,25          | 0,15         | 28,81         | 136            | 25,00         |
|    |                                |         | <b>Итого:</b>  | <b>14,93</b>  | <b>22,15</b> | <b>115,03</b> | <b>731,16</b>  | <b>60,00</b>  |
|    | <b>Обед</b>                    |         |                |               |              |               |                |               |
| 1. | Щи со св. капустой и сметаной  | 197/3   | 250/10         | 8,21          | 12,03        | 12,7          | 131,92         | 20,00         |
| 2. | Гуляш мясной                   | 632/3   | 50/50          | 10,2          | 13,04        | 5,31          | 179            | 30,50         |
| 3. | Рис отварной                   | 747/3   | 150            | 3,82          | 6,32         | 38,62         | 231            | 5,00          |
| 4. | Хлеб пшеничный                 |         | 60             | 8,5           | 3,3          | 54,1          | 208            | 3,50          |
| 5. | Чай с сахаром                  | 1009    | 200            | 0,0           | 0,0          | 14,94         | 56,85          | 3,00          |
| 6. | Кондитерское изделие           |         | 50             | 2,7           | 22,15        | 22,35         | 400            | 30,00         |
|    |                                |         | <b>Итого:</b>  | <b>30,757</b> | <b>56,84</b> | <b>148,02</b> | <b>1206,77</b> | <b>92,00</b>  |
|    | Бутилированная вода            |         | 0,5 л          |               |              |               |                | 10,00         |
|    |                                |         | <b>Всего:</b>  | <b>45,687</b> | <b>78,99</b> | <b>263,05</b> | <b>1937,93</b> | <b>162,00</b> |
|    | <b>Одиннадцатый день</b>       |         |                |               |              |               |                |               |
|    | <b>Завтрак</b>                 |         |                |               |              |               |                |               |
| 1. | Суп молочный вермишелевый      | 258/3   | 250            | 5,34          | 5            | 21,33         | 153            | 18,00         |
| 2. | Бутерброд с маслом и сыром     | 1       | 40/10/20       | 16,2          | 8,15         | 14,8          | 300            | 25,00         |
| 3. | Чай с сахаром                  | 1009    | 200            | 0,0           | 0,0          | 14,94         | 56,85          | 3,00          |
| 4. | Фрукт                          |         | 150            | 0,4           | 0,4          | 9,8           | 136            | 25,00         |
|    |                                |         | <b>Итого:</b>  | <b>21,94</b>  | <b>13,55</b> | <b>60,87</b>  | <b>645,85</b>  | <b>71,00</b>  |
|    | <b>Обед</b>                    |         |                |               |              |               |                |               |
| 1. | Рассольник со сметаной на мк/б | 208/3   | 250/10         | 3,24          | 7,6          | 28,33         | 237            | 10,00         |
| 2. | Гуляш мясной                   | 632/3   | 50/50          | 10,2          | 13,04        | 5,31          | 179,6          | 30,50         |
| 3. | Макаронные изделия отварные    | 442/443 | 160            | 7,28          | 0,77         | 48,79         | 236            | 3,00          |
| 4. | Хлеб пшеничный                 |         | 60             | 8,5           | 3,3          | 54,1          | 208            | 3,50          |
| 5. | Чай с сахаром                  | 1009    | 200            | 0,0           | 0,0          | 14,94         | 56,85          | 3,00          |
| 6. | Мороженое ГОСТ                 |         | 80             | 2,6           | 1,2          | 1,8           | 250            | 35,00         |
| 7. | Кондитерское изделие           |         | 50             | 1,35          | 0,3          | 12,15         | 200            | 20,00         |
|    |                                |         | <b>Итого:</b>  | <b>33,17</b>  | <b>26,21</b> | <b>165,42</b> | <b>1367,45</b> | <b>105,00</b> |
|    | Бутилированная вода            |         | 0,5 л          |               |              |               |                | 10,00         |
|    |                                |         | <b>Всего :</b> | <b>55,11</b>  | <b>39,67</b> | <b>326,29</b> | <b>2013,30</b> | <b>186,00</b> |
|    | <b>Двенадцатый день</b>        |         |                |               |              |               |                |               |
|    | <b>Завтрак</b>                 |         |                |               |              |               |                |               |
| 1. | Каша молочная пшенная с маслом | 417/1   | 250/10         | 10,3          | 13,3         | 56,24         | 388,81         | 22,00         |

|    |                          |       |               |              |              |               |                |               |
|----|--------------------------|-------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|
| 2. | Булочка ванильная        |       | 50            | 4,68         | 2,93         | 20,12         | 161            | 3,00          |
| 3. | Чай с сахаром            | 1009  | 200           | 0,0          | 0,0          | 14,94         | 56,85          | 3,00          |
| 4. | Фрукт                    |       | 150           | 1,04         | 0,23         | 9,32          | 136            | 35,00         |
|    |                          |       | <b>Итого:</b> | <b>16,38</b> | <b>16,46</b> | <b>100,62</b> | <b>742,66</b>  | <b>63,00</b>  |
|    | <b>Обед</b>              |       |               |              |              |               |                |               |
| 1. | Суп картофельный с рисом | 101   | 250           | 2,18         | 2,84         | 14,29         | 91,5           | 6,50          |
| 2. | Котлета из говядины      | 658/3 | 50            | 18,8         | 14,1         | 12,5          | 191            | 27,00         |
| 3. | Картофельное пюре        | 759/3 | 200           | 4            | 0,81         | 34,6          | 160            | 23,00         |
| 4. | Хлеб пшеничный           |       | 60            | 8,5          | 3,3          | 54,1          | 208            | 3,50          |
| 5. | Компот из с/ф            | 349   | 200           | 0,6          | -            | 9,98          | 128            | 6,00          |
| 6. | Кондитерское изделие     |       | 150           | 1,35         | 0,3          | 12,15         | 400            | 30,00         |
|    |                          |       | <b>Итого</b>  | <b>35,43</b> | <b>21,35</b> | <b>137,62</b> | <b>1178,50</b> | <b>99,00</b>  |
|    | Бутилированная вода      |       | 0,5           |              |              |               |                | 10,00         |
|    |                          |       | <b>Всего:</b> | <b>51,81</b> | <b>37,81</b> | <b>238,24</b> | <b>1921,16</b> | <b>174,00</b> |

Не менее 2000 ккал в день

