

Государственное предприятие «Азбука питания» г. Гродно  
Примерный двухнедельный рацион питания на летне-осенний период  
для учащихся ГУО "Лицей №1" 2024/2025 учебный год



Утверждаю:  
Директор ГПКУН «Азбука питания» г. Гродно  
С.И. Шематович

Зам. директора ГУО "Лицей №1" г. Гродно  
И.И. Шематович  
Первый день (понедельник 1-3 недели)

Первый день (понедельник 1-3 недели)						Второй день (вторник 1-3 недели)					
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход (г)	Б (г)	Ж (г)	У (г)	кКал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход (г)	Б (г)	Ж (г)	У (г)	кКал
<b>ЗАВТРАК</b>						<b>ЗАВТРАК</b>					
Сосиски отварная	140	12,60	29,12	1,40	318,08	Огурец свежий порц.**	50	0,35	0,05	0,95	5,65
Макаронн отварные	135	2,57	3,92	20,12	124,96	Подажаржа 65/20	85	16,78	24,42	4,42	304,58
Батон	15	1,19	0,18	8,29	39,51	Каша гречневая вязкая	145	4,42	4,12	18,26	127,80
Чай с лимоном 200/7*	207	0,06	0,00	10,76	43,30	Чай с сахаром*	200	0,00	0,00	10,42	41,68
Вафли Виташа	27	2,16	7,29	15,91	137,97	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,88	47,62
		<b>18,58</b>	<b>40,50</b>	<b>56,50</b>	<b>664,82</b>						
							<b>23,35</b>	<b>28,69</b>	<b>43,93</b>	<b>540,12</b>	

ОБЕД						ОБЕД					
Овощи отварные**	40	0,84	0,12	2,46	14,28	Салат "Здоровье"***	85	1,26	6,04	5,02	79,82
Шн из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	2,04	7,42	9,87	114,42	Борщ с картофелем со сметаной	200/3	1,93	6,00	11,55	107,92
Шницель рубленый	75	23,48	13,34	8,46	247,82	Оладьи картофельные, фаршированные мясом птицы	180	14,22	15,48	28,44	309,96
Картофельная соломка запеченая	120	4,20	8,82	26,42	201,86	Сметана	35	0,88	7,00	1,02	70,56
Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,88	47,62	Хлеб ржаной	30	2,70	0,15	14,82	71,43
Батон	30	2,38	0,35	17,85	84,09	Чайный напиток с сиропом шоколадка	200	0,00	0,00	18,90	75,60
Сок	200	0,20	0,00	25,00	100,80	Фрукт	180	0,72	0,72	17,64	79,92
						Батон	30	2,38	0,35	16,58	79,01
		<b>34,94</b>	<b>30,15</b>	<b>99,94</b>	<b>810,89</b>			<b>21,81</b>	<b>35,39</b>	<b>97,38</b>	<b>874,22</b>

ПОЛДНИК						ПОЛДНИК					
Оладьи (на молоке)	210	14,49	13,02	33,24	308	Булочка с шоколадной начинкой	85	9,435	6,97	36,13	245
Сметана	30	0,75	6,00	0,87	60,48	Кисель из концентрата	200	0,00	0,00	26,90	107,60
Компот из сухофруктов "Шкляная"	195	0,59	0,00	23,60	96,72	Сыр	5	1,16	1,48	0,00	17,92
		<b>15,83</b>	<b>6,5</b>	<b>59,91</b>	<b>361,44</b>			<b>10,6</b>	<b>8,445</b>	<b>63,03</b>	<b>370,485</b>

УЖИН 1						УЖИН 1					
Свиноща запеченая "Святочная"	135	9,80	31,59	26,66	430,16	Томат свежий порц.**	25	0,18	0,05	0,48	2,83
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,14	17,20	70,70	Котлеты	80	8,24	17,24	6,86	215,58
Хлеб ржаной	10	0,90	0,05	4,84	23,41	Каша вязкая перловая	140	2,80	3,50	19,32	119,98
Батон	10	0,79	0,12	5,53	26,34	Кофейный напиток с молоком	200	2,60	1,80	15,80	89,80
						Хлеб ржаной	30	1,80	0,10	9,68	46,82
						Батон	25	1,98	0,30	13,82	65,85
		<b>11,65</b>	<b>31,90</b>	<b>54,23</b>	<b>550,61</b>						

УЖИН 2						УЖИН 2					
Чачалури с сыром на слоеном тесте	90	10,99	9,8357	31,011	256,539						
							<b>17,60</b>	<b>22,96</b>	<b>65,96</b>	<b>540,85</b>	
						Булерброд с ветчиной	65	7,939	8,0321	22,4	193,64
		<b>10,99</b>	<b>9,836</b>	<b>31,011</b>	<b>256,54</b>						
							<b>7,939</b>	<b>8,0321</b>	<b>22,4</b>	<b>193,635</b>	

<b>ИТОГО:</b>						<b>ИТОГО:</b>					
<b>ВСЕГО:</b>		<b>91,98</b>	<b>118,89</b>	<b>301,59</b>	<b>2644,30</b>	<b>ВСЕГО:</b>		<b>80,17</b>	<b>100,60</b>	<b>401,90</b>	<b>2833,68</b>
Содержание пищевых веществ в дневном рационе, %		<b>13,91</b>	<b>31,96</b>	<b>55,12</b>		Содержание пищевых веществ в дневном рационе, %		<b>11,32</b>	<b>31,96</b>	<b>56,73</b>	
Суточная калорийность, кКал:	<b>2800</b>					Суточная калорийность, кКал:	<b>2800</b>				
завтрак, %	<b>22,54</b>					завтрак, %	<b>20,96</b>				
обед, %	<b>33,19</b>					обед, %	<b>30,37</b>				
полдник, %	<b>12,91</b>					полдник, %	<b>13,2</b>				
ужин 1, %	<b>20,74</b>					ужин 1, %	<b>20,5</b>				
ужин 2, %	<b>9,16</b>					ужин 2, %	<b>8,1</b>				



НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход (г)	Б (г)	Ж (г)	У (г)	кКал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход (г)	Б (г)	Ж (г)	У (г)	кКал
<b>ЗАВТРАК</b>						<b>ЗАВТРАК</b>					
Колбаски "Домашние"	55	9,80	17,81	1,12	213,04	Томат свежий порц.**	30	0,21	0,03	0,57	3,39
Пюре картофельное	105	2,82	6,65	18,56	147,86	Котлеты	75	7,73	15,45	6,30	195,15
Чай с лимоном 200/5	205	0,06	0,00	10,86	46,82	Каша вязкая овсяная	120	3,12	4,36	14,04	109,68
Пастила	30	7,29	0,22	32,10	143,62	Напиток "Лимончик**"	200	0,14	0,12	18,60	76,04
						Хлеб ржаной	25	2,25	0,13	12,10	58,53
						Батон	20	1,58	0,24	11,05	52,68
						Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	44,40
		15,9	24,7	62,7	551,14			16,97	20,52	62,66	539,86
<b>ОБЕД</b>						<b>ОБЕД</b>					
Огурец свежий порц./Томат свежий порц.**	35/30	0,88	0,19	2,32	14,51	Салат "Белоснежка***"	90	2,79	0,18	6,75	39,78
Рассольник «Ленинградский» со сметаной	200/5	1,55	4,20	12,95	95,72	Суп картофельный с фасолью	200	4,60	3,60	16,20	115,60
Биточки "Золотая рыбка"	85	12,61	16,93	10,30	190,04	Оладьи из печени	120	21,36	18,00	7,44	277,20
Каша рисовая вязкая	150	2,34	5,97	22,85	154,47	Каша гречневая вязкая	150	3,66	4,23	17,36	122,13
Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82	Сок	200	0,20	0,00	25,00	100,80
Напиток "Солнышко"	200	0,60	0,00	24,20	99,20	Сырок глазированный	40	2,80	9,60	13,20	150,40
Печенье сахарное Детское	50	4	6	35,00	210	Хлеб ржаной	25	2,25	0,13	12,10	58,53
<b>ИТОГО:</b>		<b>23,76</b>	<b>27,39</b>	<b>117,30</b>	<b>810,763</b>	<b>ИТОГО:</b>		<b>37,66</b>	<b>35,735</b>	<b>98,045</b>	<b>864,44</b>
<b>Полдник</b>						<b>Полдник</b>					
Каша вязкая молочная перловая с маслом	100	3,13	4,18	16,25	115,14	Бутерброд с колбасой и сыром запеченный	60	3,47	5,88	37,98	218,73
	3	0,05	3,63	0,10	33,23	Чай с молоком	195	1,42	0,94	14,00	70,12
Кавказ с молоком	200	3,42	2,22	18,70	109,26						
Батон	20	1,58	0,24	11,05	52,68						
Сыр	15	3,48	4,43	9,00	53,75						
<b>ИТОГО:</b>		<b>11,86</b>	<b>14,69</b>	<b>46,18</b>	<b>364,046</b>	<b>ИТОГО:</b>		<b>4,89</b>	<b>6,82</b>	<b>81,98</b>	<b>288,847714</b>
<b>УЖИН 1</b>						<b>УЖИН 1</b>					
Кукуруза консервированная**	20	0,40	0,00	2,20	10,40	Жаркое из цыплят бройлеров 60/120	180	15,44	22,056	19,464	289
Гнезда рубленные из мяса запеченные	80	20,10	22,82	1,03	289,90	Кофейный напиток с молоком с вит С	200	2,22	1,14	19,36	96,58
Макароны отварные	100	1,90	3,22	16,57	103,72	Хлеб ржаной	15	1,35	0,075	7,41	35,715
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,14	21,20	86,70						
Хлеб ржаной	10	0,9	0,05	4,84	23,41						
		<b>23,40</b>	<b>26,33</b>	<b>45,84</b>	<b>540,86</b>			<b>19,01</b>	<b>23,271</b>	<b>46,284</b>	<b>541,01</b>
<b>Ужин 2</b>						<b>Ужин 2</b>					
Хачапури с сыром на слоистом тесте	90	11,00	9,84	31,01	256,58	Пирожки печенье с мол.сгущенным	100	6,45	13,20	10,35	186,00
		11,00	9,84	31,0	256,58			6,45	13,20	10,35	186,00
<b>ВСЕГО:</b>		<b>86,0</b>	<b>102,9</b>	<b>303,0</b>	<b>2481,97</b>	<b>ВСЕГО:</b>		<b>84,99</b>	<b>81,15</b>	<b>269,27</b>	<b>2147,4017</b>
Содержание пищевых веществ в дневном рационе, %		13,854	31,96	55,48		Содержание пищевых веществ в дневном рационе, %		14,98	31,96	55,11	
Суточная калорийность, кКал:	2800					Суточная калорийность, кКал:	2800				
завтрак, %	20,14					завтрак, %	20,02				
обед, %	30,06					обед, %	30,87				
полдник, %	10,06					полдник, %	10,32				
ужин 1, %	20,02					ужин 1, %	20,14				

Пятый день (неделя 1-3 недели)

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход (г)	Б (г)	Ж (г)	У (г)	кКал
<b>ЗАВТРАК</b>					
Огурец свежий***	25	0,5	0,0	2,8	13,0
Оладьи мясные "Загалка"	85	11,89	27,12	4,20	308,39
Каша рисовая вязкая	135	1,566	3,213	15,161	96
Кисель с молоком*	200	3,62	2,22	18,70	109,26
Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82
		17,57	32,45	40,81	573,30
<b>Обед</b>					
Салат "Калейдоскоп"***	80	0,93	4,80	3,90	62,53
Суп молочный с крупой рисовой	200	5,2	5	19,8	145
Гнезда рубл. из мяса запеченные	90	9,00	25,92	4,06	285,50
Макаронь отварные	150	2,85	4,35	22,35	139,95
Кисель из концентрата	200	0,00	0,00	26,90	107,60
Хлеб ржаной	25	2,25	0,13	12,10	58,53
Батон	25	1,98	0,30	13,82	65,85
<b>ИТОГО:</b>		22,21	40,49	102,93	864,95
<b>Полдник</b>					
Сырники п/ф	58	7,25	8,34	15,33	165,35
Сметана	25	0,63	5,00	0,73	90,40
Чай с лимоном 200/7	107	0,06	0,00	10,76	43,30
<b>ИТОГО:</b>		7,937	13,338	26,818	270,11
<b>УЖИН 1</b>					
Бедро запеченное	80	20,33	19,29	0,10	255,36
Картофель запеченный	105	2,86	5,73	22,52	153,11
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,14	17,20	96,00
Хлеб ржаной	15	1,35	0,075	7,26	35,115
<b>ИТОГО:</b>		0,0	0,0	0,0	540,12
<b>Ужин 2</b>					
Печенье сахарное Детское	100	8	12	70,00	420
Фрукт	105	0,48	0,36	14,16	61,8
		8,48	12,36	84,16	481,80
<b>ВСЕГО:</b>		56,2	98,74	254,72	2132,28
Содержание пищевых веществ в дневном рационе, %		14,95	31,89	55,12	
Суточная калорийность, кКал	2800				
завтрак, %	20,04				
обед, %	30,891				
полдник, %	10,08				
ужин 1, %	20,02				
ужин 2, %	9,98				
Энергетическая ценность, %	76,153				



Шестой день (пн-суббота 2-4 недели)						Седьмой день (вторник 2-4 недели)					
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход (г)	В (г)	Ж (г)	У (г)	кКал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход (г)	В (г)	Ж (г)	У (г)	кКал
<b>ЗАВТРАК</b>						<b>ЗАВТРАК</b>					
Блишечки с творогом, п/ф	174	9,48	7,24	44,30	280,28	Томат свежий порц **	35	0,25	0,04	0,67	3,96
Сметана	30	0,75	4,80	0,87	49,68	Шницель из филе телят	85	29,16	29,07	1,87	385,73
Кофейный напиток с молоком*	200	2,60	1,80	13,80	89,80	Каша рисовая вязкая	140	1,624	3,332	15,722	99
Вафли Витона	27	2,16	7,29	13,93	137,97	Хлеб ржаной	25	2,25	0,13	12,10	58,53
						Батон	20	1,58	0,24	11,05	52,68
						Чай с сахаром*	200	0,00	0,00	10,22	40,88
		14,99	21,13	76,90	557,73			34,86	32,798	41,411	600,258
<b>ОБЕД</b>						<b>ОБЕД</b>					
Огурец свежий порц./Томат свежий порц **	25/20	0,78	0,12	2,10	12,60	Салат "Белоснежка"***	80	2,48	0,16	6,00	35,36
Суп картофельный с горохом	200	4,60	3,60	19,20	127,60	Борщ с картофелем со сметаной	200/5	1,93	6,00	11,55	107,92
Жаркое по-домашнему 60/150	210	15,36	36,96	18,96	469,92	Виточек натур.руб. из свинины с сыром	80	11,52	18,3543	10,88	254,788571
Батон	20	1,58	0,24	11,05	52,68	Макаронки отварные	130	2,47	5,07	19,37	132,99
Сок	200	0,20	0,00	25,00	100,80	Хлеб ржаной	25	2,25	0,13	12,10	58,53
Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82	Напиток "Лимончик"	200	0,14	0,12	18,60	76,04
						Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	44,40
		24,3	41,0	86,0	810,4			21,19	30,229	88,3	810,06
<b>Полдник</b>						<b>Полдник</b>					
Ватрушка с творогом на слоеном тесте	105	10,605	8,61	44,63	298	Бутерброд с колбасой и сыром запеченный	50	2,89	6,33	32,36	197,99
Кисель из концентрата	200	0,00	0,00	26,90	107,60	Чайный напиток с сиропом впиточника с рыбной обжаренной*	200	0,00	0,00	18,90	75,60
<b>ИТОГО:</b>		10,61	8,61	71,53	404,98	<b>ИТОГО:</b>		2,89	6,33	51,26	273,58571
<b>УЖИН 1</b>						<b>УЖИН 1</b>					
Салат из свеклы с майонезом***	60	1,02	5,28	5,58	74	Огурец свежий***	20	0,4	0,0	2,2	10,4
Колбаса отварная	85	12,33	7,31	2,38	124,61	Котлета рубленая из птицы	70	7,21	15,12	5,88	188,44
Каша перловая вязкая	150	3	5,25	20,7	142,05	Картофель запеченный	150	4,08	6,69	32,18	203,23
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,14	17,20	96,00	Напиток "Солнышко"	200	0,60	0,00	24,20	99,20
Хлеб ржаной	15	1,188	0,177	7,8625	37,875	Хлеб ржаной	25	1,725	0,15	11,0	52,15
Батон	25	1,98	0,30	13,82	65,85	Батон	20	1,58	0,24	11,05	52,68
Сыр	10	2,32	2,05	0,00	33,30						
		19,07	18,45	67,56	540,30						
<b>Ужин 2</b>						<b>Ужин 2</b>					
Бутерброд с ветчиной	65	7,939	8,0321	22,397	193,64	Хачапури с сыром	90	10,99	9,8357	31,011	256,53857
		7,939	8,0321	22,397	193,635	<b>ИТОГО:</b>		10,99	9,8357	31,011	256,53857
						<b>ВСЕГО:</b>		85,53	101,39	298,5	2448,5019
<b>ВСЕГО:</b>		77,8	97,2	363,5	2507	Содержание пищевых веществ в дневном рационе, %		14,98	30,06	55,04	
Содержание пищевых веществ в дневном рационе, %		12,37	31,96	58,00		Суточная калорийность, кКал	2800				
Суточная калорийность, кКал	2800					завтрак, %	20,12				
завтрак, %	20,08					обед, %	30,10				
обед, %	30,06					полдник, %	10,08				
полдник, %	14,46					ужин 1, %	20,08				
ужин 1, %	20,04					ужин 2, %	9,16				
ужин 2, %	8,10					Энергетическая ценность, %	87,45				



Восьмой день (среда 2-4 недели)						Десятый день (четверг 2-4 недели)					
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Валов (г)	В (г)	Ж (г)	У (г)	кКал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Валов (г)	В (г)	Ж (г)	У (г)	кКал
<b>ЗАВТРАК</b>						<b>ЗАВТРАК</b>					
Огурец свежий порц.**	45	0,32	0,05	0,86	5,09	Томат свежий порц.**	30	0,21	0,03	0,57	3,39
Колбаса отварная	90	13,32	19,80	0,90	235,08	Паштет из свиного	90	9,00	27,90	4,05	303,30
Каша гречневая вязкая	160	3,90	4,31	18,51	130,27	Пюре картофельное	140	2,94	4,62	18,76	128,38
Кисель из концентрата*	210	0,00	0,00	28,25	112,98	Чайный напиток с сыром шпинатом с рыбной оболочкой*	200	0,00	0,00	18,90	75,60
Батон	40	3,17	0,47	22,11	105,33	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82
Кондитерское изделие	55	4,40	13,75	32,45	271,15						
		25,11	38,58	103,07	673,48			13,95	32,65	51,96	557,49
<b>ОБЕД</b>						<b>ОБЕД</b>					
Овощи отварные**	35	0,74	0,11	2,00	11,87	Салат из свеклы с маслом раст.**	55	0,94	3,87	5,67	61,25
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	2,93	6,42	8,66	104,14	Суп картофельный с рыбой (филе минтая)	200	7,60	5,00	14,60	133,80
Оладушки "Рыбная фантазия"	70	11,62	11,44	5,74	172,38	Биточки куриные с сыром	95	15,39	14,92	14,63	254,32
Картофельная соломка запеченная	100	2,72	7,96	27,45	192,32	Каша перловая вязкая	150	3,00	6,75	23,70	167,55
Хлеб ржаной	15	1,35	0,08	7,86	37,52	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82
Напиток "Фантастик"	200	0,16	0,14	19,20	98,08	Напиток "Солнышко"	200	0,60	0,00	24,20	99,20
Печенье сахарное Детское	50	4	0	35,90	210	Батон	25	1,98	0,30	13,82	65,85
						Пастыла	30	2,70	0,15	14,82	71,47
		19,85	25,613	95,25	810,04			25,47	22,21	100,85	810,11
<b>Полдник</b>						<b>Полдник</b>					
Каша вязкая молочная перловая с маслом	155	4,85	6,48	25,19	178,47	Сырок глазированный	40	3,20	9,60	14,00	155,20
Какао с молоком	200	3,62	2,22	18,70	109,26	Чай с лимоном 200/5	205	0,06	0,00	10,66	42,89
Батон	20	1,58	0,24	11,03	52,68	Фрукт	130	0,65	0,65	16,12	72,93
Сыр	10	2,32	2,90	0,00	35,80						
		8,472	8,699	43,888	288			3,91	10,25	40,8	271,02
<b>УЖИН 1</b>						<b>УЖИН 1</b>					
Салат из свеклы с майонезом***	50	0,95	4,9	6,65	75	Огурец свежий порц.**	25	0,18	0,03	0,48	2,83
Плов из птицы 50/100	150	14,70	13,65	29,10	298,05	Шницель "Новинка"(филе)	85	12,64	15,255	11,073	232,12933
Кофейный напиток с молоком	200	2,22	1,34	19,36	98	Макарон отварные	110	2,09	3,19	16,39	102,63
Хлеб ржаной	25	1,98	0,30	13,14	63,125	Чай с молоком	200	1,46	0,96	14,36	71,92
						Хлеб ржаной	25	1,725	0,15	10,975	52,15
						Батон	50	3,96	0,59	27,64	131,69
<b>ИТОГО:</b>		19,85	20,19	68,25	540,01	<b>ИТОГО:</b>		22,05	20,17	80,91	593,34
<b>Ужин 2</b>						<b>Ужин 2</b>					
Фрукт	115	0,48	0,36	14,16	61,8	Хачапури с сыром на слоеном тесте	90	10,99	9,8357	31,011	256,54
		0,48	0,36	14,16	61,8			10,99	9,8357	31,011	256,54
<b>ВСЕГО:</b>		73,28	93,08	310	2311	<b>ВСЕГО:</b>		65,38	85,28	274	2232
Содержание пищевых веществ в дневном рационе, %	2800	10,1	31,95	55,11		Содержание пищевых веществ в дневном рационе, %	2800	11,72	30,02	55,02	
завтрак, %	24,053					завтрак, %	20,1				
обед, %	30,04					обед, %	30,14				
полдник, %	10					полдник, %	10,11				
ужин 1, %	24,92					ужин 1, %	20,09				
ужин 2, %	8,08					ужин 2, %	9,162				
Энергетическая ценность, %						Энергетическая ценность, %	29,71				

Десятый день (пятница 2-4 недели)					
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход (г)				
	Б (г)	Ж (г)	У (г)	кКал	
<b>ЗАВТРАК</b>					
Огурец свежий порц.**	45	0,32	0,05	0,86	5,09
Жаркое из мяса птицы 65/130	195	23,43	12,05	28,89	317,71
Чай с сахаром*	200	0,00	0,00	10,22	40,88
Хлеб ржаной	25	2,25	0,13	12,10	58,53
Батон	25	1,98	0,30	14,07	66,85
Сыр	20	4,64	6,10	0,00	73,40
		<b>27,66</b>	<b>12,471</b>	<b>65,274</b>	<b>540,1</b>
<b>ОБЕД</b>					
Овощи отварные**	55	1,16	0,17	3,14	18,65
Суп молочный с крупой рисовой	200	7,2	5	21,8	161
Медальоны из птицы(бедро)	95	17,56	26,23	15,06	366,52
Каша гречневая вязкая	155	3,29	5,16	15,62	122,07
Хлеб ржаной	15	1,35	0,08	7,26	35,12
Сок	200	0,20	0,00	25,00	100,80
		<b>29,60</b>	<b>36,46</b>	<b>84,74</b>	<b>810,00</b>
<b>Полдник</b>					
Бутерброд с колбасой и сыром запеченный	30	2,89	4,90	31,63	182,27
Какао с молоком	200	3,62	3,22	18,70	109,26
		<b>6,51</b>	<b>7,12</b>	<b>50,33</b>	<b>291,53</b>
<b>УЖИН 1</b>					
Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом растительным****	65	0,8	3,4	7,1	61,9
Шницель рубленый	70	8	26,24	11,8	315,36
Каша рисовая вязкая	125	1,45	2,98	14,04	88,73
Напиток "Фантастик"	200	0,00	0,00	10,22	40,88
Хлеб ржаной	25	2,25	0,125	12,1	58,525
		<b>12,5</b>	<b>32,7</b>	<b>55,2</b>	<b>565,4</b>
<b>УЖИН 2</b>					
Печенье сахарное Детское	100	2,8	1,5	22,9	115,7
Фрукт	105	0,48	0,36	14,16	61,8
		<b>3,25</b>	<b>1,83</b>	<b>37,02</b>	<b>177,54</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>79,50</b>	<b>90,60</b>	<b>293</b>	<b>2385</b>
<b>ВСЕГО:</b>					
Содержание пищевых веществ в дневном рационе, %	2800	13,34	31,97	55,11	
Суточная калорийность, кКал					
завтрак, %	20,05				
обед, %	30,02				
полдник, %	10,412				
ужин1, %	20,192				
ужин2, %	8,06				
Энергетическая ценность, %	85,162				

Допускается замена дневного меню по дням недели

\*\*\* - замена овощей и фруктов по сезону, \*\* - длительная тепловая обработка.

\* - витаминизация

Технолог

Льщин К.Ю.