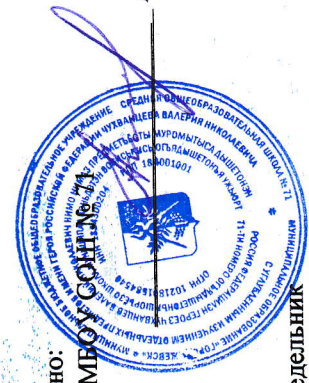




Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 11

Алимова Т.В.

День: понедельник
Неделя: первая

Возрастная категория: 12 лет и старше

МЕНЮ (диетическое Зарифов М.Х.)

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ № 71

Утверждено:
Директор ООО "Школьник"
Чуричков В.С.



№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг					
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Ca	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	ОБЕД															
ТТК 24/15/22	Салат из св. помид. и огур. с раст.мас.	115/5	1,21	5,18	3,91	68,83	11,86	0,07	0,04	120,28	27,31	23,07	1,05	44,56	3,28	0,52
ТТК 88/15	Щи из св. капусты с картоф.со смет.	250/5	2,71	4,26	12,01	98,52	15,80	0,06	0,06	8,00	53,55	22,17	0,84	52,00	3,38	0,38
ТТК 203СМ/15/22	Макаронны отварные	160	6,09	4,35	38,85	218,95	0,00	0,06	0,02	0,00	1,67	7,49	3,43	41,07	0,85	0,00
ТТК 280СП/15/22	Фрикадельки мясные паровые	100	17,65	8,17	7,61	174,48	3,06	0,06	0,17	0,20	32,20	24,90	2,90	170,50	6,81	0,04
ТТК 376/15/23	Чай без сахара	200	0,07	0,02	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	10,10	1,40	0,28	2,80	0,00	0,00
ТТК 1/15/23	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	46,00	0,00	0,08	0,05	0,00	25,00	8,20	0,72	25,80	0,00	5,76
ТТК 1/15/23	Хлеб дарницкий	70	4,62	0,77	33,18	144,20	0,00	0,07	0,04	0,00	12,60	14,00	2,03	64,40	3,92	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	925	33,87	22,93	104,94	750,98	30,75	0,40	0,38	128,48	162,43	101,23	11,25	401,13	18,24	6,70

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 71

Алимова Т.В.



День: вторник
Неделя: первая

Возрастная категория: 12 лет и старше

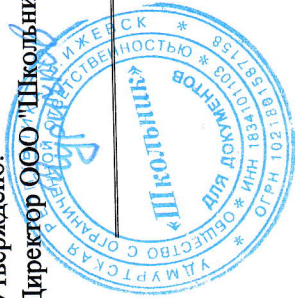
МЕНЮ (диетическое Зарифов М.Х.)

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ № 71

Утверждено:

Директор ООО "Школьник"

Чуричков В.С.



№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг					
			Б	Ж	У			С	В1	В2	А, мкг	Ca	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
	ОБЕД																
ТК 102/15	Суп картоф. с бобовыми на мясн.бул	250	6,49	3,24	21,82	142,66	5,83	0,24	0,09	0,00	47,48	40,54	2,29	106,50	1,83	2,18	
ТТК 143С/15/22	Рагу овощное туш.в смет.соусе	200	3,41	12,47	19,50	205,37	29,66	0,13	0,11	301,60	50,02	33,62	1,21	81,20	6,48	0,32	
ТТК 401/96/25	Гуляш из отварного мяса	50/65	17,06	13,00	5,00	205,87	0,99	0,31	0,10	0,00	17,60	15,40	0,99	141,48	2,51	0,14	
ТТК 349/15/25	Компот из смеси сухофр.(без сах.)	185	0,75	0,00	11,34	48,00	3,57	0,00	1,00	7,96	10,90	4,88	0,35	6,85	0,00	0,05	
ТТК 1/15/23	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	46,00	0,00	0,08	0,05	0,00	25,00	8,20	0,72	25,80	0,00	5,76	
ТТК 1/15/23	Хлеб дарницкий	70	4,62	0,77	33,18	144,20	0,00	0,07	0,04	0,00	12,60	14,00	2,03	64,40	3,92	0,00	
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	840	33,85	29,66	100,22	792,10	40,05	0,83	1,39	309,56	163,60	116,64	7,59	426,23	14,74	8,45	

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 71

Алимова Т.В.



День: среда

Неделя: первая

Возрастная категория: 12 лет и старше

МЕНЮ (диетическое Зарифов М.Х.)

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ № 71

Утверждено:

Директор ООО "Школьник"

Чуричков В.С.



№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг					
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Са	Мg	Fe	Р	І, мкг	Se, мкг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	ОБЕД															
ТК 103/15	Суп картоф. с макар. изд, со смет.	250/10	2,67	4,87	17,28	124,23	8,28	0,11	0,07	16,00	37,80	28,08	1,15	73,58	3,07	0,21
ТК 302/15	Каша гречневая рассыпчатая	160	8,95	12,33	40,54	308,58	0,00	0,22	0,12	0,00	15,81	144,89	4,86	217,53	0,00	0,16
ТТК 264/15/25	Бефстроганов из отварного мяса	50/55	18,49	16,59	6,49	249,76	0,80	0,08	0,15	38,00	38,00	24,00	1,90	180,00	0,00	0,00
ТТК 376/15/23	Чай без сахара	200	0,07	0,02	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	10,10	1,40	0,28	2,80	0,00	0,00
ТТК 1/15/23	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,09	4,69	23,00	0,00	0,04	0,03	0,00	12,50	4,10	0,36	12,90	0,00	2,88
ТТК 1/15/23	Хлеб дарницкий	70	4,62	0,77	33,18	144,20	0,00	0,07	0,04	0,00	12,60	14,00	2,03	64,40	3,92	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	805	35,56	34,67	102,18	849,77	9,11	0,52	0,41	54,00	126,81	216,47	10,58	551,21	6,99	3,25

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 71

Алимова Т.В.



День: четверг

Неделя: первая

Возрастная категория: 12 лет и старше

МЕНЮ (диетическое Зарифов М.Х.)

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ № 71

Утверждено:

Директор ООО "Школьник"

Чуричков В.С.



№ рсч	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг					
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Ca	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	ОБЕД															
ТТК 45/15/25	Салат из св.капусты и морк., без сахара	130/5	3,41	5,19	9,61	101,00	23,40	0,04	0,10	471,65	34,17	20,65	0,64	51,55	4,24	0,31
ТТК 96/15	Рассольник на мясн. бульоне со смет.	250/5	2,68	4,22	17,61	120,00	8,40	0,10	0,09	8,00	39,45	30,78	1,24	82,73	3,34	4,72
ТТК 203СМ/15/22	Макароны отварные	160	6,09	4,35	38,85	218,95	0,00	0,06	0,02	0,00	1,67	7,49	3,43	41,07	0,85	0,00
ТТК 279С/15/25	Тефтели мясные с рисом паровые	50	8,02	6,77	4,11	109,54	0,23	0,09	0,11	0,90	8,98	9,03	0,76	82,30	0,12	10,77
ТТК 376/15/23	Чай без сахара	200	0,07	0,02	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	10,10	1,40	0,28	2,80	0,00	0,00
ТТК 1/15/23	Хлеб дарницкий	70	4,62	0,77	33,18	144,20	0,00	0,07	0,04	0,00	12,60	14,00	2,03	64,40	3,92	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	870	24,89	21,32	103,36	693,69	32,06	0,36	0,36	480,55	106,97	83,35	8,38	324,85	12,47	15,80

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 71

Алимова Т.В.

День: пятница
Неделя: первая

Возрастная категория: 12 лет и старше

МЕНЮ (диетическое Зарифов М.Х.)

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ № 71

Утверждено:

Директор ООО "Школьник"

Чуричков В.С.



№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг					
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Са	Мg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	ОБЕД															
ТТК 45/15/25	Салат из св.капусты с раст.мас., без сах.	130/5	2,72	5,15	7,04	87,07	69,12	0,04	0,08	3,40	59,85	18,56	0,71	36,90	3,38	0,34
ТТК 113/15/25	Суп с лапшой на курин.бул., жидкий	250	1,97	2,76	11,49	78,63	0,40	0,05	0,05	15,70	29,27	13,02	0,97	47,34	1,60	0,80
ТТК 291/15/22	Плов с филе куриным	50/150	17,82	7,20	26,76	238,79	7,23	0,08	0,08	616,40	55,62	64,85	2,37	184,60	3,72	18,62
ТТК 377/15/25	Чай с лимоном без сахара	200/7	0,06	0,01	0,81	2,43	2,11	0,00	0,01	0,60	16,02	7,04	0,86	9,30	0,00	0,00
ТТК 1/15/23	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	46,00	0,00	0,08	0,05	0,00	25,00	8,20	0,72	25,80	0,00	5,76
ТТК 1/15/23	Хлеб дарницкий	70	4,62	0,77	33,18	144,20	0,00	0,07	0,04	0,00	12,60	14,00	2,03	64,40	3,92	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	882	28,71	16,07	88,66	597,12	78,86	0,32	0,31	636,10	198,36	125,67	7,66	368,34	12,62	25,52

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 71

Алимова Т.В.



День: суббота

Неделя: первая

Возрастная категория: 12 лет и старше

МЕНЮ (диетическое Зарифов М.Х.)

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ № 71

Утверждено:

Директор ООО "Школьник"

Чуричков В.С.



№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг					
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Са	Мg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	ОБЕД															
ТК 99/15	Суп из овощей со сметаной	250/10	2,41	4,75	8,64	87,41	10,41	0,07	0,06	16,00	43,45	21,55	0,80	55,28	5,36	0,27
ТТК 203СМ/15/22	Макароны отварные	160	6,09	4,35	38,85	218,95	0,00	0,06	0,02	0,00	1,67	7,49	3,43	41,07	0,85	0,00
ТТК 69С/08/25	Кнели мясные отварн. с раст.масл.	85/5	18,23	14,52	4,90	223,44	0,00	0,03	0,11	0,00	9,04	13,46	1,40	122,70	0,00	9,96
ТТК 377/15/25	Чай с лимоном без сахара	200/7	0,06	0,01	0,81	2,43	2,11	0,00	0,01	0,60	16,02	7,04	0,86	9,30	0,00	0,00
ТТК 1/15/23	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	46,00	0,00	0,08	0,05	0,00	25,00	8,20	0,72	25,80	0,00	5,76
ТТК 1/15/23	Хлеб дарницкий	70	4,62	0,77	33,18	144,20	0,00	0,07	0,04	0,00	12,60	14,00	2,03	64,40	3,92	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	807	32,93	24,58	95,76	722,43	12,52	0,31	0,29	16,60	107,78	71,74	9,24	318,55	10,13	15,99

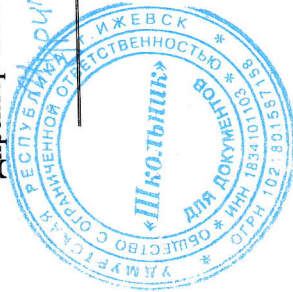
Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 71

Алимова Т.В.

Цуричков В.С.

Утверждено:
Директор ООО "Школьник"



МЕНЮ (диетическое Зарифов М.Х.)

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ № 71

День: понедельник
Неделя: вторая
Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецеп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг					
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Са	Мg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	ОБЕД															
ТК 82/15	Борщ со св.капуст.на мясн.бул. со смет.	250/10	2,97	4,77	16,03	119,99	0,03	0,06	0,08	16,00	64,33	33,13	1,55	83,60	7,08	1,07
ТК 312/15	Пюре картофельное	200	4,09	6,40	27,25	183,00	24,21	0,19	0,15	0,00	49,30	37,00	1,35	115,46	11,40	0,60
ТТК 271С/15/25	Котлеты мясные паровые	110	18,94	8,84	7,34	184,77	0,00	0,08	0,18	0,20	16,43	26,63	2,91	180,70	6,91	0,91
ТТК 376/15/23	Чай без сахара	200	0,07	0,02	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	10,10	1,40	0,28	2,80	0,00	0,00
ТТК 1/15/23	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	46,00	0,00	0,08	0,05	0,00	25,00	8,20	0,72	25,80	0,00	5,76
ТТК 1/15/23	Хлеб дарницкий	70	4,62	0,77	33,18	144,20	0,00	0,07	0,04	0,00	12,60	14,00	2,03	64,40	3,92	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	860	32,21	20,98	93,18	677,96	24,27	0,48	0,50	16,20	177,76	120,36	8,84	472,76	29,31	8,34

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 71



Алимова Т.В.

День: вторник
Неделя: вторая

Возрастная категория: 12 лет и старше

Утверждено:
Директор ООО "Школьник"



Чуричков В.С.

МЕНЮ (диетическое Зарифов М.Х.)

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ № 71

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг					
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Ca	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	ОБЕД															
ТТК 24/15/22	Салат из св. помид. и огур. с раст.мас.	115/5	1,21	5,18	3,91	68,83	11,86	0,07	0,04	120,28	27,31	23,07	1,05	44,56	3,28	0,52
ТК 88/15	Щи из св. капусты с картоф.со смет.	250/5	2,71	4,26	12,01	98,52	15,80	0,06	0,06	8,00	53,55	22,17	0,84	52,00	3,38	0,38
ТТК 203СМ/15/22	Макароны отварные	160	6,09	4,35	38,85	218,95	0,00	0,06	0,02	0,00	1,67	7,49	3,43	41,07	0,85	0,00
ТТК 280СП/15/22	Фрикадельки мясные паровые	100	17,65	8,17	7,61	174,48	3,06	0,06	0,17	0,20	32,20	24,90	2,90	170,50	6,81	0,04
ТТК 376/15/23	Чай без сахара	200	0,07	0,02	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	10,10	1,40	0,28	2,80	0,00	0,00
ТТК 1/15/23	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	46,00	0,00	0,08	0,05	0,00	25,00	8,20	0,72	25,80	0,00	5,76
ТТК 1/15/23	Хлеб дарницкий	70	4,62	0,77	33,18	144,20	0,00	0,07	0,04	0,00	12,60	14,00	2,03	64,40	3,92	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	925	33,87	22,93	104,94	750,98	30,75	0,40	0,38	128,48	162,43	101,23	11,25	401,13	18,24	6,70

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 11

Алимова Т.В.



День: среда

Неделя: вторая

Возрастная категория: 12 лет и старше

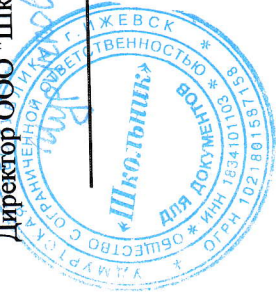
МЕНЮ (диетическое Зарифов М.Х.)

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ № 71

Утверждено:

Директор ООО "Школьник"

Чуричков В.С.



№ рецеп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг					
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Ca	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	ОБЕД															
ТК 102/15	Суп каргоф. с бобовыми на мясн.бул	250	6,49	3,24	21,82	142,66	5,83	0,24	0,09	0,00	47,48	40,54	2,29	106,50	1,83	2,18
ТТК 143С/15/22	Рагу овощное туш.в смет.соусе	200	3,41	12,47	19,50	205,37	29,66	0,13	0,11	301,60	50,02	33,62	1,21	81,20	6,48	0,32
ТТК 401/96/25	Гуляш из отварного мяса	50/65	17,06	13,00	5,00	205,87	0,99	0,31	0,10	0,00	17,60	15,40	0,99	141,48	2,51	0,14
ТТК 349/15/25	Компот из смеси сухофр.(без сах.)	185	0,75	0,00	11,34	48,00	3,57	0,00	1,00	7,96	10,90	4,88	0,35	6,85	0,00	0,05
ТТК 1/15/23	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	46,00	0,00	0,08	0,05	0,00	25,00	8,20	0,72	25,80	0,00	5,76
ТТК 1/15/23	Хлеб дарницкий	70	4,62	0,77	33,18	144,20	0,00	0,07	0,04	0,00	12,60	14,00	2,03	64,40	3,92	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	840	33,85	29,66	100,22	792,10	40,05	0,83	1,39	309,56	163,60	116,64	7,59	426,23	14,74	8,45

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 71

Алимова Т.В.

Утверждено:

Директор ООО "Школьник"

Чуричков В.С.

МЕНЮ (диетическое Зарифов М.Х.)

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ № 71

День: четверг

Неделя: вторая

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг						
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Ca	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
	ОБЕД																
ТК 103/15	Суп картоф. с макар.изд. со смет.	250/10	2,67	4,87	17,28	124,23	8,28	0,11	0,07	16,00	37,80	28,08	1,15	73,58	3,07	0,21	
ТК 302/15	Каша гречневая рассыпчатая	160	8,95	12,33	40,54	308,58	0,00	0,22	0,12	0,00	15,81	144,89	4,86	217,53	0,00	0,16	
ТТК 264/15/25	Бефстроганов из отварного мяса	50/55	18,49	16,59	6,49	249,76	0,80	0,08	0,15	38,00	38,00	24,00	1,90	180,00	0,00	0,00	
ТТК 376/15/23	Чай без сахара	200	0,07	0,02	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	10,10	1,40	0,28	2,80	0,00	0,00	
ТТК 1/15/23	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,09	4,69	23,00	0,00	0,04	0,03	0,00	12,50	4,10	0,36	12,90	0,00	2,88	
ТТК 1/15/23	Хлеб дарницкий	70	4,62	0,77	33,18	144,20	0,00	0,07	0,04	0,00	12,60	14,00	2,03	64,40	3,92	0,00	
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	805	35,56	34,67	102,18	849,77	9,11	0,52	0,41	54,00	126,81	216,47	10,58	551,21	6,99	3,25	

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 71

Алимова Т.В.



День: пятница
Неделя: вторая

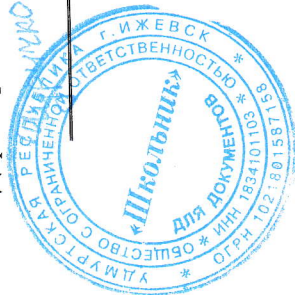
Возрастная категория: 12 лет и старше

МЕНЮ (диетическое Зарифов М.Х.)

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ № 71

Утверждено:
Директор ООО "Школьник"

Цуричков В.С.



№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг						
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Ca	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
	ОБЕД																
ТТК 45/15/25	Салат из св.капусты и морк., без сахара	130/5	3,41	5,19	9,61	101,00	23,40	0,04	0,10	471,65	34,17	20,65	0,64	51,55	4,24	0,31	
ТТК 96/15	Рассольник на мясн. бульоне со смет.	250/5	2,68	4,22	17,61	120,00	8,40	0,10	0,09	8,00	39,45	30,78	1,24	82,73	3,34	4,72	
ТТК 203СМ/15/22	Макароны отварные	160	6,09	4,35	38,85	218,95	0,00	0,06	0,02	0,00	1,67	7,49	3,43	41,07	0,85	0,00	
ТТК 279С/15/25	Тефтели мясные с рисом паровые	50	8,02	6,77	4,11	109,54	0,23	0,09	0,11	0,90	8,98	9,03	0,76	82,30	0,12	10,77	
ТТК 376/15/23	Чай без сахара	200	0,07	0,02	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	10,10	1,40	0,28	2,80	0,00	0,00	
ТТК 1/15/23	Хлеб дарницкий	70	4,62	0,77	33,18	144,20	0,00	0,07	0,04	0,00	12,60	14,00	2,03	64,40	3,92	0,00	
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	870	24,89	21,32	103,36	693,69	32,06	0,36	0,36	480,55	106,97	83,35	8,38	324,85	12,47	15,80	

Утверждено:
Директор ООО "Школьник"
Чуричков В.С.



МЕНЮ (диетическое Зарифов М.Х.)

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ № 71

Алимова Т.В.



Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 71

День: суббота
Неделя: вторая

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг						
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Са	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
	ОБЕД																
ТТК 45/15/25	Салат из св.капусты с раст.мас., без сах.	130/5	2,72	5,15	7,04	87,07	69,12	0,04	0,08	3,40	59,85	18,56	0,71	36,90	3,38	0,34	
ТТК 113/15/25	Суп с лапшой на курин.бул., жидкий	250	1,97	2,76	11,49	78,63	0,40	0,05	0,05	15,70	29,27	13,02	0,97	47,34	1,60	0,80	
ТТК 291/15/22	Плов с филе куриным	50/150	17,82	7,20	26,76	238,79	7,23	0,08	0,08	616,40	55,62	64,85	2,37	184,60	3,72	18,62	
ТТК 377/15/25	Чай с лимоном без сахара	200/7	0,06	0,01	0,81	2,43	2,11	0,00	0,01	0,60	16,02	7,04	0,86	9,30	0,00	0,00	
ТТК 1/15/23	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	46,00	0,00	0,08	0,05	0,00	25,00	8,20	0,72	25,80	0,00	5,76	
ТТК 1/15/23	Хлеб дарницкий	70	4,62	0,77	33,18	144,20	0,00	0,07	0,04	0,00	12,60	14,00	2,03	64,40	3,92	0,00	
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	882	28,71	16,07	88,66	597,12	78,86	0,32	0,31	636,10	198,36	125,67	7,66	368,34	12,62	25,52	