

Утверждаю  
Директор ООО «Прохлада»

*Свирипка Т.А.*  
Свирипка Т.А.



Согласовано  
Директор ОБОУ «Суджанская школа-интернат»  
Пилипенко Н.А.

**СУДЖАНСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ**

**МЕНЮ**

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12 -18 ЛЕТ

2023Г

## Возрастная категория: 12-18 лет

1 день

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>завтрак</b>														
520	каша рисовая молочная	205	2.4	6.4	25.0	185.0	0.1	0.1	0.7	0.9	16.0	37.6	92.0	1.2
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
42	сыр твердый	10	2.3	3.0	0.0	37.0	0.0	0.0	0.1	0.0	120.0	5.4	76.8	0.1
41	масло сливочное	10	0.1	8.2	0.1	75.0	0.1	0.0	0.0	0.8	2.2	0.3	1.9	0.0
	хлеб пшеничный	100	7.6	0.9	46.7	213.6	0.0	0.1	0.0	0.0	20.0	28.0	68.8	1.3
			12.6	18.6	86.8	571.9	0.2	0.2	0.8	1.8	167.9	74.6	239.5	2.6
<b>2 завтрак</b>														
617	пудинг из творога (запеченый)	200	23.7	16.2	36.0	383.0	0.0	0.1	0.5	0.4	375.2	38.9	390.3	1.6
1184	какао с молоком	200	3.8	4.0	25.8	154.0	0.1	0.1	2.2	0.1	49.9	0.7	0.0	0.0
	всего	400	27.5	20.2	61.8	537.0	0.1	0.2	2.8	0.5	425.1	39.6	390.3	1.6
<b>обед</b>														
91	салат из белокочанной капусты	100	1.5	4.6	4.3	65.8	0.0	0.0	34.7	2.4	59.4	27.5	40.9	0.8
319	суп картофельный с горохом	300	8.1	5.9	22.7	178.2	0.1	0.1	3.9	0.6	1.3	0.7	8.9	7.0
795	котлета	100	12.8	10.2	11.7	191.2	0.0	0.1	0.0	0.0	31.2	22.6	123.0	1.9
903	пюре картофельное	180	3.2	5.6	21.0	148.0	0.1	0.7	39.6	0.6	101.2	51.8	242.3	0.0
1081	компот из смеси сухофруктов	200	0.6	0.0	25.2	103.2	0.0	0.0	3.6	0.0	20.0	0.0	12.0	0.4
	хлеб ржаной	70	3.9	0.7	20.5	99.2	0.0	0.1	0.0	0.0	21.0	19.0	87.0	2.0
			30.1	27.0	105.4	785.6	0.2	1.1	81.8	3.6	234.1	121.7	514.1	12.0
<b>ужин</b>														
836	куры отварные	100	19.1	14.6	0.2	205.8	0.0	0.0	0.0	0.0	4.6	1.3	68.2	1.0
897	макаронные изделия отварные	180	5.4	8.1	32.0	224.6	0.0	1.0	0.0	0.0	36.0	32.0	174.0	2.4
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
	хлеб ржаной	60	3.4	0.6	17.5	85.0	0.0	0.0	0.0	0.0	12.6	11.4	52.2	1.2
	всего	540	28.1	23.4	64.7	576.7	0.0	1.0	0.0	0.0	62.9	48.0	294.4	4.7
<b>второй ужин</b>														
ТТК №1	булочка	100	7.5	13.2	69.0	394.0	0.0	0.2	3.0	1.0	12.2	10.1	53.2	0.6

	сок	200	1.0	0.0	23.4	94.0	0.0	0.1	80.0	0.0	36.0	0.0	26.0	0.6
	фрукт	200	0.8	0.8	19.6	88.0	0.1	0.0	40.0	0.0	20.0	0.0	12.0	0.6
	всего	500	9.3	14.0	112.0	576.0	0.1	0.3	123.0	1.0	68.2	10.1	91.2	1.8

## 2 день

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>завтрак</b>														
520	каша геркулесовая молочная	205	3.9	8.2	17.5	160.7	0.0	0.3	14.9	0.0	22.3	53.9	137.8	1.5
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
41	масло сливочное	10	0.1	8.2	0.1	75.0	0.1	0.0	0.0	0.8	2.2	0.3	1.9	0.0
42	сыр твердый	10	2.3	3.0	0.0	37.0	0.0	0.0	0.1	0.0	120.0	5.4	76.8	0.1
	хлеб пшеничный	100	7.6	0.9	46.7	213.6	0.0	0.1	0.0	0.0	20.0	28.0	68.8	1.3
	всего	525	14.1	20.4	79.3	547.6	0.1	0.5	15.0	0.8	174.2	90.9	285.3	3.0
<b>2 завтрак</b>														
ТТК№1	булочка	50	3.8	6.6	34.5	197.0	0.0	0.3	5.3	1.7	21.9	18.2	95.7	1.1
1191	кефир	200	5.8	5.0	8.0	106.0	0.5	0.2	12.0	0.0	39.0	16.0	136.0	0.0
	всего		9.6	11.6	42.5	303.0	0.5	0.5	17.3	1.7	60.9	34.2	231.7	1.1
<b>обед</b>														
51	икра кабачковая	100	1.4	6.3	6.1	88.0	0.0	0.8	29.4	4.8	25.6	25.3	33.6	1.2
274	борщ с капустой и карт. со смет.	300/10	2.7	4.4	8.4	77.2	0.3	0.2	9.4	0.4	84.5	37.3	300.8	1.6
768	гуляш	100	13.9	6.7	4.5	135.0	0.0	0.1	1.1	0.2	22.0	26.9	173.9	4.0
888	каша гречневая рассыпчатая	180	9.5	6.9	43.2	273.0	0.0	0.1	0.0	0.0	15.6	36.0	127.8	2.9
1081	компот из смеси сухофруктов	200	0.6	0.0	25.2	103.2	0.0	0.0	3.6	0.0	20.0	0.0	12.0	0.4
	хлеб ржаной	70	3.9	0.7	20.5	99.2	0.0	0.1	0.0	0.0	21.0	19.0	87.0	2.0
	всего		32.0	25.0	108.0	775.6	0.4	1.3	43.5	5.4	188.7	144.5	735.1	12.0
<b>ужин</b>														
903	пюре картофельное	180	3.2	5.6	21.0	148.0	0.1	0.7	39.6	0.6	101.2	51.8	242.3	0.0
ТТК№4	рыба запеченная	100	11.5	15.0	4.9	205.8	0.0	0.0	0.1	2.0	37.5	34.8	387.2	0.1
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
41	масло сливочное	15	0.1	12.3	0.1	112.5	0.1	0.0	0.0	1.2	3.3	0.5	2.9	0.0
	хлеб пшеничный	80	7.4	0.7	46.5	213.4	0.0	0.1	0.0	0.0	19.8	27.8	68.6	1.3

	хлеб ржаной	50	2.8	0.5	14.6	70.8	0.0	0.0	0.0	0.0	10.5	9.5	43.5	1.0
	всего		25.2	34.2	102.1	811.8	0.2	0.9	39.8	3.8	182.0	127.7	744.5	2.5
<b>второй ужин</b>														
1191	йогурт	100	5.0	3.2	8.5	87.0	0.1	0.9	5.8	0.0	70.0	8.0	78.0	0.0
	печенье	30	2.3	3.0	22.3	125.1	0.0	0.0	0.0	0.0	7.0	10.0	27.7	0.5
	фрукт	200	0.8	0.8	19.6	88.0	0.4	0.5	90.0	0.0	5.4	0.2	0.0	0.0
	всего		8.1	7.0	50.4	300.1	0.5	1.4	95.8	0.0	82.4	18.2	105.7	0.5

### 3 день

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
<b>завтрак</b>														
586	омлет натуральный	200	14.0	22.6	2.8	270.0	0.2	0.1	1.9	0.0	151.2	6.7	60.5	0.5
698	сосиска отварная	1 шт.	8.8	19.2	1.3	213.0	0.0	0.0	0.0	0.0	29.0	20.0	161.0	1.7
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
	хлеб ржаной	70	2.8	0.5	14.6	70.8	0.0	0.0	0.0	0.0	10.5	9.5	43.5	1.0
	всего		25.8	42.4	33.7	615.1	0.2	0.1	1.9	0.0	200.4	39.5	265.0	3.2
<b>2 завтрак</b>														
1260	оладьи	120	7.2	11.9	39.0	298.0	0.0	0.2	3.2	1.0	12.2	10.1	54.2	1.3
1190	молоко кипяченое	200	5.9	6.8	9.9	123.0	0.0	0.2	10.0	0.0	280.0	16.0	130.0	0.0
	всего		13.1	18.7	48.9	421.0	0.0	0.4	13.2	1.0	292.2	26.1	184.2	1.3
<b>обед</b>														
133	винегрет овощной	100	1.6	3.0	8.6	69.5	0.0	0.0	10.0	0.0	37.0	43.0	43.0	1.4
304	рассольник со сметаной	300/10	2.5	4.2	18.0	121.6	0.0	0.2	9.4	34.8	36.8	42.6	186.7	5.6
779	плов	200	17.3	9.4	30.4	274.4	0.0	0.2	21.2	0.0	87.3	0.0	0.0	5.9
1081	компот из смеси сухофруктов	200	0.6	0.0	25.2	103.2	0.0	0.0	3.6	0.0	20.0	0.0	12.0	0.4
	хлеб пшеничный	100	7.6	0.9	46.7	213.6	0.0	0.1	0.0	0.0	20.0	28.0	68.8	1.3
	хлеб ржаной	70	3.9	0.7	20.5	99.2	0.0	0.1	0.0	0.0	21.0	19.0	87.0	2.0
	всего		33.5	18.2	149.4	881.5	0.0	0.7	44.2	34.8	222.1	132.6	397.5	16.6
<b>ужин</b>														
862	котлета из кур	100	16.4	9.4	12.8	201.6	0.1	0.1	1.0	0.2	139.1	20.5	351.1	1.0
897	макаронные изделия отварные	180	5.4	8.1	32.0	224.6	0.0	1.0	0.0	0.0	36.0	32.0	174.0	2.4

1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
41	масло сливочное	10	0.1	8.2	0.1	75.0	0.1	0.0	0.0	0.8	2.2	0.3	1.9	0.0
	хлеб пшеничный	50	3.8	0.5	23.4	106.8	0.0	0.1	0.0	0.0	10.0	14.0	34.4	0.6
	хлеб ржаной	50	2.8	0.5	14.6	70.8	0.0	0.0	0.0	0.0	10.5	9.5	43.5	1.0
	всего		25.9	26.2	83.2	669.3	0.2	1.3	1.0	1.0	197.0	70.1	561.4	4.1
<b>второй ужин</b>														
	сок	200	1.0	0.0	23.4	94.0	0.0	0.1	80.0	0.0	36.0	0.0	26.0	0.6
	вафли	30	1.0	0.8	22.7	96.0	0.0	0.0	0.0	6.0	4.0	0.6	19.9	0.0
	фрукт	200	0.8	0.8	19.6	88.0	0.4	0.3	59.0	0.0	2.7	0.0	0.0	3.4
	всего		2.8	1.6	65.7	278.0	0.4	0.4	139.0	6.0	42.7	0.6	45.9	4.0

#### 4 день

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>завтрак</b>														
520	каша манная молочная	205	4.8	5.1	24.5	157.0	0.0	0.2	7.0	0.1	12.1	21.1	67.0	0.6
572	яйцо вареное	40	5.1	4.6	0.3	63.0	0.1	0.0	0.0	0.0	22.0	21.6	74.0	1.1
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
41	масло сливочное	10	0.1	8.2	0.1	75.0	0.1	0.0	0.0	0.8	2.2	0.3	1.9	0.0
	хлеб пшеничный	100	7.6	0.9	46.7	213.6	0.0	0.1	0.0	0.0	20.0	28.0	68.8	1.3
	всего		17.8	18.9	86.6	569.9	0.2	0.4	7.1	0.9	66.0	74.3	211.8	3.0
<b>2 завтрак</b>														
611	сырники из творога	150	29.8	23.1	24.0	425.8	0.1	0.2	1.5	0.4	2.5	41.4	547.8	1.3
	сок	200	1.0	0.0	23.4	94.0	0.0	0.1	80.0	0.0	36.0	0.0	26.0	0.6
	всего		30.8	23.1	47.4	519.8	0.1	0.3	81.5	0.4	38.5	41.4	573.8	1.9
<b>обед</b>														
91	салат из белокочанной капусты	100	1.5	4.6	4.4	65.8	0.0	0.0	34.7	2.4	59.4	27.5	40.9	0.8
317	суп картофельный с крупой рис. и фрикадельками	300	3.3	2.7	22.6	129.6	0.7	0.0	14.8	0.0	16.1	0.0	0.0	0.5
795	котлета	100	12.8	10.2	11.7	191.2	0.0	0.1	0.0	0.0	31.2	22.6	123.0	1.9
903	пюре картофельное	200	3.6	6.2	23.3	164.3	0.1	0.8	44.0	0.6	112.3	57.5	269.0	0.0
1081	компот из смеси сухофруктов	200	0.6	0.0	25.2	103.2	0.0	0.0	3.6	0.0	20.0	0.0	12.0	0.4

	хлеб ржаной	70	3.9	0.7	20.5	99.2	0.0	0.1	0.0	0.0	21.0	19.0	87.0	2.0
	всего		25.6	24.4	107.7	753.3	0.8	1.1	97.1	3.1	260.0	126.7	531.9	5.6
<b>ужин</b>														
ТТК №2	голубцы ленивые	200	15.2	13.7	18.1	260.8	0.1	0.2	23.7	2.3	261.9	47.6	449.7	3.8
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
41	масло сливочное	10	0.1	8.2	0.1	75.0	0.1	0.0	0.0	0.8	2.2	0.3	1.9	0.0
	хлеб пшеничный	100	7.6	0.9	46.7	213.6	0.0	0.1	0.0	0.0	20.0	28.0	68.8	1.3
	хлеб ржаной	50	2.8	0.5	14.6	70.8	0.0	0.0	0.0	0.0	10.5	9.5	43.5	1.0
	всего		25.9	23.4	94.5	681.5	0.2	0.4	23.7	3.1	304.3	88.7	564.0	6.1
<b>второй ужин</b>														
	печенье	30	2.3	3.0	22.3	125.1	0.0	0.0	0.0	0.0	7.0	10.0	27.7	0.5
1190	молоко кипяченое	200	5.9	6.8	9.9	123.0	0.0	0.2	10.0	0.0	280.0	16.0	130.0	0.0
	фрукт	200	0.8	0.8	19.6	88.0	0.1	0.0	40.0	0.0	20.0	0.0	12.0	0.6
	всего		6.7	7.6	29.5	336.1	0.1	0.2	50.0	0.0	300.0	16.0	142.0	0.6

### 5 день

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
<b>завтрак</b>														
520	каша рисовая молочная	205	2.4	6.4	25.0	185.0	0.1	0.1	0.7	0.9	16.0	37.6	92.0	1.2
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
41	масло сливочное	10	0.1	8.2	0.1	75.0	0.1	0.0	0.0	0.8	2.2	0.3	1.9	0.0
	хлеб пшеничный	100	7.6	0.9	46.7	213.6	0.0	0.1	0.0	0.0	20.0	28.0	68.8	1.3
1191	йогурт	100	5.0	3.2	8.5	87.0	0.1	0.9	5.8	0.0	70.0	8.0	78.0	0.0
	всего		15.3	18.8	95.3	621.9	0.2	1.1	6.5	1.8	117.9	77.2	240.7	2.5
<b>2 завтрак</b>														
ТТК№3	пирожок с яблоком	100	5.7	5.1	44.7	248.0	0.0	0.1	1.4	1.1	16.5	13.0	49.3	1.5
1191	кефир	200	5.8	5.0	8.0	106.0	0.5	0.2	12.0	0.0	39.0	16.0	136.0	0.0
	всего		11.5	10.1	52.7	354.0	0.5	0.3	13.4	1.1	55.5	29.0	185.3	1.5
<b>обед</b>														
102	салат из свеклы и яблок с м/р	100	1.1	2.2	7.5	53.0	9.8	0.6	5.0	0.1	51.0	38.0	5.5	1.2
319	суп картофельный с горохом	300	6.6	5.8	22.2	170.6	0.1	0.1	3.9	0.6	1.3	0.7	8.9	7.0

760	мясо тушеное	100	15.3	6.1	3.6	131.4	0.0	0.1	1.0	0.2	24.4	29.9	193.8	2.8
897	макаронные изделия отварные	180	5.4	8.1	32.5	225.0	0.0	1.0	0.0	0.0	36.0	32.0	174.0	2.4
1081	компот из смеси сухофруктов	200	0.6	0.0	25.2	103.2	0.0	0.0	3.6	0.0	20.0	0.0	12.0	0.4
	хлеб ржаной	70	3.9	0.7	20.5	99.2	0.0	0.1	0.0	0.0	21.0	19.0	87.0	2.0
	всего		32.8	22.9	111.5	782.4	9.9	1.9	13.5	0.9	153.7	119.6	481.2	15.7
	<b>ужин</b>													
903	пюре картофельное	200	3.6	6.2	23.3	164.3	0.1	0.8	44.0	0.6	112.3	57.5	269.0	0.0
ТТК №4	рыба запеченная	100	11.5	15.0	5.0	205.8	0.0	0.0	0.1	1.9	35.0	32.5	361.4	0.1
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
41	масло сливочное	10	0.1	8.2	0.1	75.0	0.1	0.0	0.0	0.8	2.2	0.3	1.9	0.0
	хлеб пшеничный	100	7.6	0.9	46.7	213.6	0.0	0.1	0.0	0.0	20.0	28.0	68.8	1.3
	хлеб ржаной	50	2.8	0.5	14.6	70.8	0.0	0.0	0.0	0.0	10.5	9.5	43.5	1.0
	всего		25.7	30.9	104.7	790.8	0.2	0.9	44.1	3.3	189.7	131.1	744.6	2.5
	<b>второй ужин</b>													
	вафли	30	1.0	0.8	22.7	96.0	0.0	0.0	0.0	6.0	4.0	0.6	19.9	0.0
	сок	200	1.0	0.0	23.4	94.0	0.0	0.1	80.0	0.0	36.0	0.0	26.0	0.6
	фрукт	200	0.8	0.8	19.6	88.0	0.4	0.5	60.0	0.0	5.4	0.2	0.0	0.0
	всего		2.8	1.6	65.7	278.0	0.4	0.6	140.0	6.0	45.4	0.8	45.9	0.6

### 6 день

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
	<b>завтрак</b>													
520	каша гречневая с молоком	205	4.8	7.2	23.8	182.4	0.1	0.6	12.0	0.1	301.2	181.7	436.8	5.3
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
41	масло сливочное	10	0.1	8.2	0.1	75.0	0.1	0.0	0.0	0.8	2.2	0.3	1.9	0.0
42	сыр твердый	15	3.5	4.5	0.0	55.5	0.0	0.0	0.2	0.0	180.0	8.1	115.2	0.2
	хлеб пшеничный	100	7.6	0.9	46.7	213.6	0.0	0.1	0.0	0.0	20.0	28.0	68.8	1.3
	всего	530	16.1	20.9	85.6	587.8	0.2	0.7	12.2	0.9	513.1	221.4	622.7	6.7
	<b>2 завтрак</b>													
	ватрушка с творогом	100	9.6	8.5	33.0	248.0	0.3	0.6	0.0	12.0	348.0	8.0	6.0	0.0
1184	какао с молоком	200	3.8	4.0	25.8	154.0	0.1	0.1	2.2	0.1	49.9	0.7	0.0	0.0

	всего		13.4	12.5	58.8	402.0	0.3	0.7	2.3	12.1	397.9	8.7	6.0	0.0
<b>обед</b>														
133	винегрет овощной	100	1.6	3.0	8.6	69.5	0.0	0.1	12.7	2.7	31.6	20.7	65.0	1.1
294	щи из свежей капусты со смет.	300/10	2.5	5.5	10.2	100.4	0.0	0.1	13.8	0.3	54.0	37.6	84.0	1.3
795	котлета	100	12.8	10.3	11.7	191.3	0.0	0.1	0.0	0.0	31.2	22.6	123.0	1.9
891	рис отварной	180	4.1	5.0	43.2	235.0	0.4	0.4	0.0	0.0	1.4	12.0	70.3	0.6
1081	компот из смеси сухофруктов	200	0.6	0.0	25.2	103.2	0.0	0.0	3.6	0.0	20.0	0.0	12.0	0.4
	хлеб ржаной	70	3.9	0.7	20.5	99.2	0.0	0.1	0.0	0.0	21.0	19.0	87.0	2.0
	всего		25.5	24.5	119.4	798.6	0.4	0.8	30.1	3.0	159.2	111.9	441.3	7.3
<b>ужин</b>														
806	тефтели мясные	100	7.1	10.8	9.5	163.8	0.0	0.1	0.0	0.1	8.4	2.5	125.0	1.9
903	пюре картофельное	180	3.2	5.6	21.0	148.0	0.1	0.6	32.3	0.5	82.6	42.3	197.8	0.0
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
41	масло сливочное	10	0.1	8.2	0.1	75.0	0.1	0.0	0.0	0.8	2.2	0.3	1.9	0.0
	хлеб пшеничный	100	7.6	0.9	46.7	213.6	0.0	0.1	0.0	0.0	20.0	28.0	68.8	1.3
	хлеб ржаной	50	2.8	0.5	14.6	70.8	0.0	0.0	0.0	0.0	10.5	9.5	43.5	1.0
	всего		21.0	26.1	106.9	732.5	0.2	0.8	32.4	1.4	133.4	85.9	437.0	4.2
<b>второй ужин</b>														
	печенье	30	2.3	3.0	22.3	125.1	0.0	0.0	0.0	0.0	7.0	10.0	27.7	0.5
	сок	200	1.0	0.0	23.4	94.0	0.0	0.1	80.0	0.0	36.0	0.0	26.0	0.6
	фрукт	200	0.8	0.8	19.6	88.0	0.4	0.5	90.0	0.0	5.4	0.2	0.0	0.0
	всего		4.1	3.8	65.3	307.1	0.4	0.5	170.0	0.0	48.4	10.2	53.7	1.1

**7 день**

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>завтрак</b>														
520	каша молочная "Дружба"	205	5.1	5.1	31.8	185.6	0.1	0.1	1.2	0.2	125.2	36.3	152.7	0.8
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
41	масло сливочное	15	0.1	12.3	0.1	112.5	0.1	0.0	0.0	1.2	3.3	0.5	2.9	0.0
	хлеб пшеничный	100	7.6	0.9	46.7	213.6	0.0	0.1	0.0	0.0	20.0	28.0	68.8	1.3



	всего		13.0	18.4	93.7	573.0	0.2	0.2	1.3	1.4	158.2	68.1	224.4	2.1
<b>2 завтрак</b>														
611	сырники из творога	180	19.8	6.3	36.0	288.0	0.1	0.2	1.8	0.7	2.7	41.7	548.0	1.3
	сок	200	1.0	0.0	23.4	94.0	0.0	0.1	80.0	0.0	36.0	0.0	26.0	0.6
	всего		20.8	6.3	59.4	382.0	0.1	0.3	81.8	0.7	38.7	41.7	574.0	1.9
<b>обед</b>														
91	салат из белокочанной капусты	100	1.5	4.6	4.3	65.8	0.0	0.0	34.7	2.4	59.4	27.5	40.9	0.8
317	суп картофельный с крупой рис. и фрикадельками	300/25	6.6	7.9	16.3	164.0	0.3	0.1	5.1	0.0	62.8	5.4	29.8	1.9
836	куры отварные	100	19.1	14.6	0.2	197.6	0.0	0.0	0.0	0.0	4.6	1.3	68.2	1.0
888	каша гречневая рассыпчатая	180	9.5	6.9	43.2	273.0	0.0	0.1	0.0	0.0	15.6	36.0	127.8	2.9
1081	компот из смеси сухофруктов	200	0.6	0.0	25.2	103.2	0.0	0.0	3.6	0.0	20.0	0.0	12.0	0.4
	хлеб ржаной	70	3.9	0.7	20.5	99.2	0.0	0.1	0.0	0.0	21.0	19.0	87.0	2.0
	всего		41.2	34.7	109.8	902.8	0.4	0.4	43.4	2.5	183.4	89.3	365.7	9.0
<b>ужин</b>														
225	сельдь с луком	25	2.0	2.1	1.0	31.4	0.0	0.0	2.7	2.3	102.0	30.0	27.0	0.9
817	запеканка картофельная с мясом	243	19.4	19.0	32.0	384.8	0.0	0.2	3.8	153.0	6.9	151.9	272.7	3.1
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
41	масло сливочное	10	0.1	8.2	0.1	75.0	0.1	0.0	0.0	0.8	2.2	0.3	1.9	0.0
	хлеб пшеничный	100	7.6	0.9	46.7	213.6	0.0	0.1	0.0	0.0	20.0	28.0	68.8	1.3
	хлеб ржаной	50	2.8	0.5	14.6	70.8	0.0	0.0	0.0	0.0	10.5	9.5	43.5	1.0
	всего		32.1	30.8	109.4	836.9	0.1	0.4	6.5	156.1	151.3	223.0	413.9	6.3
<b>второй ужин</b>														
	вафли	30	1.0	0.8	22.7	96.0	0.0	0.0	0.0	6.0	4.0	0.6	19.9	0.0
1184	какао с молоком	200	3.8	4.0	25.8	154.0	0.1	0.1	2.2	0.1	49.9	0.7	0.0	0.0
	фрукт	200	0.8	0.8	19.6	88.0	0.1	0.0	40.0	0.0	20.0	0.0	12.0	0.6
	всего		5.6	5.6	68.1	338.0	0.2	0.1	42.2	6.1	73.9	1.3	31.9	0.6

**8 день**

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>завтрак</b>														

531	каша манная молочная	205	6.2	10.8	36.5	268.0	0.1	0.6	0.2	0.6	153.0	14.2	129.4	1.0
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
41	масло сливочное	15	0.1	12.3	0.1	112.5	0.1	0.0	0.0	1.2	3.3	0.5	2.9	0.0
	хлеб пшеничный	100	7.6	0.9	46.7	213.6	0.0	0.1	0.0	0.0	20.0	28.0	68.8	1.3
	всего		14.1	24.1	98.3	655.4	0.2	0.7	0.2	1.9	186.0	45.9	201.1	2.4
<b>2 завтрак</b>														
ТТК №1	булочка	50	3.8	6.6	34.5	197.0	0.0	0.3	5.3	1.8	21.9	18.2	95.7	1.1
	сок	200	1.0	0.0	23.4	94.0	0.0	0.1	80.0	0.0	36.0	0.0	26.0	0.6
	всего		4.8	6.6	57.9	291.0	0.0	0.4	85.3	1.8	57.9	18.2	121.7	1.7
<b>обед</b>														
51	икра кабачковая	100	1.4	6.3	6.1	88.0	0.0	0.8	29.1	4.8	25.6	25.3	63.2	1.1
306	рассольник ленинградский со смет.	300/10	2.5	4.2	18.0	121.5	0.0	0.1	7.8	29.0	30.7	35.5	155.6	4.7
768	гуляш	100	13.9	6.7	4.5	135.0	0.0	0.1	1.1	0.2	22.0	26.9	173.9	4.0
891	рис отварной	180	4.1	5.0	43.2	235.0	0.4	0.4	0.0	0.0	1.4	12.0	70.3	0.6
1081	компот из смеси сухофруктов	200	0.6	0.0	25.2	103.2	0.0	0.0	3.6	0.0	20.0	0.0	12.0	0.4
	хлеб ржаной	70	3.9	0.7	20.5	99.2	0.0	0.1	0.0	0.0	21.0	19.0	87.0	2.0
	всего		26.4	22.9	117.5	781.9	0.4	1.5	41.6	34.0	120.6	118.7	562.0	12.8
<b>ужин</b>														
ТТК №4	рыба запеченная	100	11.5	15.0	5.0	205.8	0.0	0.0	0.1	2.0	37.5	34.8	387.2	0.1
903	пюре картофельное	180	3.2	5.6	21.0	148.0	0.1	0.7	39.6	0.6	101.2	51.8	242.3	0.0
91	салат из белокочанной капусты	100	1.5	4.6	4.3	65.8	0.0	0.0	34.7	2.4	59.4	27.5	40.9	0.8
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
	хлеб ржаной	30	2.4	0.1	14.2	70.4	0.0	0.0	0.0	0.0	10.1	9.1	43.1	1.0
1191	йогурт	100	5.0	3.2	8.5	87.0	0.1	0.9	5.8	0.0	70.0	8.0	78.0	0.0
	всего		23.8	28.6	68.0	638.3	0.2	1.6	80.3	5.1	287.9	134.6	791.5	2.0
<b>второй ужин</b>														
	печенье	30	2.3	3.0	22.3	125.1	0.0	0.0	0.0	0.0	7.0	10.0	27.7	0.5
1190	молоко кипяченое	200	5.9	6.8	9.9	123.0	0.0	0.2	10.0	0.0	280.0	16.0	130.0	0.0
	фрукт	200	0.8	0.8	19.6	88.0	0.1	0.0	40.0	0.0	20.0	0.0	12.0	0.6
	всего		9.0	10.6	51.8	336.1	0.1	0.2	50.0	0.0	307.0	26.0	169.7	1.1

### 9 день

№ п/п	Прием пищи, наименование	Масса	Пищевые вещества, г	Эн. ценность	Витамины, мг	Минеральные вещества, мг
-------	--------------------------	-------	---------------------	--------------	--------------	--------------------------

№ рецепта	блюда	порции,г	Б	Ж	У	ценность (ккал)	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>завтрак</b>														
586	омлет натуральный	150	14.0	22.6	2.8	270.0	0.2	0.1	1.9	0.0	151.2	6.7	60.5	0.5
698	сосиска отварная	1 шт.	8.8	19.2	1.3	213.0	0.0	0.0	0.0	0.0	29.0	20.0	161.0	1.7
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
	хлеб ржаной	50	2.8	0.5	14.6	70.8	0.0	0.0	0.0	0.0	10.5	9.5	43.5	1.0
41	масло сливочное	10	0.1	8.2	0.1	75.0	0.1	0.0	0.0	0.8	2.2	0.3	1.9	0.0
	хлеб пшеничный	30	7.6	0.9	46.7	213.6	0.0	0.1	0.0	0.0	20.0	28.0	68.8	1.3
	всего		25.8	42.4	33.7	615.1	0.2	0.1	1.9	0.0	200.4	39.5	265.0	3.2
<b>2 завтрак</b>														
619	запеканка из творога	200	20.0	14.0	17.3	278.0	0.3	0.6	0.0	12.0	348.0	8.0	6.0	0.0
	сок	200	1.0	0.0	23.4	94.0	0.0	0.1	80.0	0.0	36.0	0.0	26.0	0.6
	всего		21.0	14.0	40.7	372.0	0.3	0.7	80.0	12.0	384.0	8.0	32.0	0.6
<b>обед</b>														
102	салат из Свекольник	100	1.1	2.2	7.5	53.0	0.0	0.4	10.7	2.5	70.5	26.0	156.7	0.5
313	суп гречневый с фрикадельками	300/10	8.1	5.1	9.6	218.4	0.0	0.0	12.4	0.0	13.5	0.0	0.0	14.0
ТТК №4	рыба запеченная	100	11.5	15.0	5.0	205.8	0.0	0.0	0.1	1.9	35.0	32.5	361.4	0.1
903	пюре картофельное	200	3.2	5.6	21.0	148.0	0.1	0.7	39.6	0.6	101.2	51.8	242.3	0.0
1081	компот из смеси сухофруктов	200	0.6	0.0	25.2	103.2	0.0	0.0	3.6	0.0	20.0	0.0	12.0	0.4
	хлеб ржаной	70	3.9	0.7	20.5	99.2	0.0	0.1	0.0	0.0	21.0	19.0	87.0	2.0
	всего		28.3	28.6	88.8	827.6	0.1	1.3	66.4	5.0	261.2	129.3	859.4	17.1
<b>ужин</b>														
862	котлета из кур	100	16.4	9.4	12.8	201.6	0.1	0.1	1.0	0.2	139.1	20.5	351.1	1.0
897	макаронные изделия отварные	180	5.4	8.1	32.5	225.0	0.0	1.0	0.0	0.0	37.0	32.9	178.8	2.5
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
	хлеб ржаной	80	4.4	0.8	23.4	113.1	0.0	0.1	0.0	0.0	23.9	21.7	99.2	2.0
	всего		26.4	18.3	83.7	601.0	0.1	1.3	1.0	0.2	209.7	78.3	629.1	5.5
<b>второй ужин</b>														
	вафли	30	1.0	0.8	22.7	96.0	0.0	0.0	0.0	6.0	4.0	0.6	19.9	0.0
1184	какао с молоком	200	3.8	4.0	25.8	154.0	0.1	0.1	2.2	0.1	49.9	0.7	0.0	0.0
	фрукт	200	0.8	0.8	19.6	88.0	0.4	0.5	90.0	0.0	5.4	0.2	0.0	0.0
	всего		5.6	5.6	68.1	338.0	0.4	0.5	92.2	6.1	59.3	1.5	19.9	0.0

10 день

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>завтрак</b>														
520	каша пшеничная молочная	205	4.5	7.2	25.6	187.2	0.0	0.2	8.0	0.0	14.9	16.5	0.5	0.6
572	яйцо вареное	40	5.1	4.6	0.3	63.0	0.1	0.0	0.0	0.0	22.0	21.6	74.0	1.1
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
41	масло сливочное	15	0.1	12.3	0.1	112.5	0.1	0.0	0.0	1.2	3.3	0.5	2.9	0.0
42	сыр твердый	10	2.3	3.0	0.0	37.0	0.0	0.0	0.1	0.0	120.0	5.4	76.8	0.1
	хлеб пшеничный	100	7.6	0.9	46.7	213.6	0.0	0.1	0.0	0.0	20.0	28.0	68.8	1.3
	всего		19.8	28.1	87.7	674.6	0.2	0.4	8.1	1.2	189.9	75.2	223.0	3.1
<b>2 завтрак</b>														
ТТК №1	булочка	50	3.8	6.6	34.5	197.0	0.0	0.3	5.3	1.7	21.9	18.2	95.7	1.1
	сок	200	1.0	0.0	23.4	94.0	0.0	0.1	80.0	0.0	36.0	0.0	26.0	0.6
	всего		4.8	6.6	57.9	291.0	0.0	0.4	85.3	1.7	57.9	18.2	121.7	1.7
<b>обед</b>														
133	винегрет овощной	100	1.6	3.0	8.6	69.5	9.8	0.6	5.0	0.1	51.0	38.0	5.5	1.2
317	суп картофельный с крупой рис. и фрикадельками	300/25	6.6	7.9	16.3	164.0	0.3	0.1	5.1	0.0	62.8	5.4	29.8	1.9
817	запеканка картофельная с мясом	243	19.4	19.0	32.0	384.8	0.0	0.2	3.8	153.0	6.9	151.9	272.7	3.1
1081	компот из смеси сухофруктов	200	0.6	0.0	25.2	103.2	0.0	0.0	3.6	0.0	20.0	0.0	12.0	0.4
	хлеб ржаной	80	4.5	0.8	23.4	113.3	0.0	0.1	0.0	0.0	24.0	21.7	99.4	2.0
	всего		32.6	30.7	105.5	834.8	10.1	1.1	17.5	153.1	164.7	217.0	419.4	8.6
<b>ужин</b>														
ТТК №2	голубцы ленивые	250	15.4	13.9	18.3	261.0	0.1	0.2	23.9	2.3	262.1	47.8	449.9	3.8
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
41	масло сливочное	10	0.1	8.2	0.1	75.0	0.1	0.0	0.0	0.8	2.2	0.3	1.9	0.0
	хлеб пшеничный	100	7.6	0.9	46.7	213.6	0.0	0.1	0.0	0.0	20.0	28.0	68.8	1.3
	хлеб ржаной	50	2.8	0.5	14.6	70.8	0.0	0.0	0.0	0.0	6.3	5.7	26.1	0.6
	всего		26.1	23.6	94.7	681.7	0.2	0.4	23.9	3.1	300.3	85.1	546.8	5.7
<b>второй ужин</b>														
	печенье	30	2.3	3.0	22.3	125.1	0.0	0.0	0.0	0.0	7.0	10.0	27.7	0.5

1191	кефир	200	5.8	5.0	8.0	106.0	0.5	0.2	12.0	0.0	39.0	16.0	136.0	0.0
	фрукт	200	0.8	0.8	19.6	88.0	0.1	0.0	40.0	0.0	20.0	0.0	12.0	0.6
	всего		6.6	5.8	27.6	319.1	0.6	0.2	52.0	0.0	59.0	16.0	148.0	0.6

### 11 день

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
<b>завтрак</b>														
520	каша рисовая молочная	205	2.4	6.4	25.0	185.0	0.1	0.1	0.7	0.9	16.0	37.6	92.0	1.2
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
42	сыр твердый	10	2.3	3.0	0.0	37.0	0.0	0.0	0.1	0.0	120.0	5.4	76.8	0.1
41	масло сливочное	10	0.1	8.2	0.1	75.0	0.1	0.0	0.0	0.8	2.2	0.3	1.9	0.0
	хлеб пшеничный	100	7.6	0.9	46.7	213.6	0.0	0.1	0.0	0.0	20.0	28.0	68.8	1.3
	всего		12.6	18.6	86.8	571.9	0.2	0.2	0.8	1.8	167.9	74.6	239.5	2.6
<b>2 завтрак</b>														
611	сырники из творога	150	151	17.5	18.2	323.0	0.1	0.1	1.3	0.5	2.0	31.3	411.0	1.0
1184	какао с молоком	200	3.8	4.0	25.8	154.0	0.1	0.1	2.2	0.1	49.9	0.7	0.0	0.0
	всего		154.8	21.5	44.0	477.0	0.2	0.2	3.6	0.6	52.0	32.0	411.0	1.0
<b>обед</b>														
91	салат из белокачанной капусты	100	1.5	4.6	4.3	65.8	0.0	0.0	34.7	2.4	59.4	27.5	40.9	0.8
319	суп картофельный с горохом	300	8.1	5.9	22.7	178.2	0.1	0.1	3.9	0.6	1.3	0.7	8.9	7.0
795	котлета	100	12.8	10.2	11.7	191.2	0.0	0.1	0.0	0.0	31.2	22.6	123.0	1.9
903	пюре картофельное	180	3.2	5.6	21.0	148.0	0.1	0.7	39.6	0.6	101.2	51.8	242.3	0.0
1081	компот из смеси сухофруктов	200	0.6	0.0	25.2	103.2	0.0	0.0	3.6	0.0	20.0	0.0	12.0	0.4
	хлеб ржаной	70	3.9	0.7	20.5	99.2	0.0	0.1	0.0	0.0	21.0	19.0	87.0	2.0
	всего		30.1	27.0	105.4	785.6	0.2	1.1	81.8	3.6	234.1	121.7	514.1	12.0
<b>ужин</b>														
836	куры отварные	100	19.1	14.6	0.2	205.8	0.0	0.0	0.0	0.0	4.6	1.3	68.2	1.0
897	макаронные изделия отварные	180	5.4	8.1	32.0	224.6	0.0	1.0	0.0	0.0	36.0	32.0	174.0	2.4
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
	хлеб ржаной	30	2.4	0.1	14.2	70.4	0.0	0.0	0.0	0.0	10.1	9.1	43.1	1.0

ТТК №1	булочка	100	7.5	13.2	69.0	394.0	0.0	0.2	3.0	1.0	12.2	10.1	53.2	0.6
	всего	610	27.1	22.9	61.4	562.1	0.0	1.0	0.0	0.0	60.4	45.7	285.3	4.5
<b>второй ужин</b>														
	сок	200	1.0	0.0	23.4	94.0	0.0	0.1	80.0	0.0	36.0	0.0	26.0	0.6
	фрукт	200	0.8	0.8	19.6	88.0	0.1	0.0	40.0	0.0	20.0	0.0	12.0	0.6
	всего		1.8	0.8	43.0	182.0	0.1	0.1	120.0	0.0	56.0	0.0	38.0	1.2

## 12 день

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>завтрак</b>														
520	каша геркулесовая молочная	205	3.9	8.2	17.5	160.7	0.0	0.3	14.9	0.0	22.3	53.9	137.8	1.5
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
41	масло сливочное	10	0.1	8.2	0.1	75.0	0.1	0.0	0.0	0.8	2.2	0.3	1.9	0.0
42	сыр твердый	10	2.3	3.0	0.0	37.0	0.0	0.0	0.1	0.0	120.0	5.4	76.8	0.1
	хлеб пшеничный	80	7.6	0.9	46.7	213.6	0.0	0.1	0.0	0.0	20.0	28.0	68.8	1.3
	всего		14.1	20.4	79.3	547.6	0.1	0.5	15.0	0.8	174.2	90.9	285.3	3.0
<b>2 завтрак</b>														
ТТК№1	булочка	50	3.8	6.6	34.5	197.0	0.0	0.3	5.3	1.7	21.9	18.2	95.7	1.1
1191	кефир	200	5.8	5.0	8.0	106.0	0.5	0.2	12.0	0.0	39.0	16.0	136.0	0.0
	всего		9.6	11.6	42.5	303.0	0.5	0.5	17.3	1.7	60.9	34.2	231.7	1.1
<b>обед</b>														
51	икра кабачковая	60	1.1	4.7	4.6	66.0	0.0	0.8	29.4	4.8	25.6	25.3	33.6	1.2
274	борщ с капустой и карт. со смет.	300/10	2.7	4.4	8.4	77.2	0.3	0.2	9.4	0.4	84.5	37.3	300.8	1.6
768	гуляш	100	13.9	6.7	4.5	135.0	0.0	0.1	1.1	0.2	22.0	26.9	173.9	4.0
888	каша гречневая рассыпчатая	180	9.5	6.9	43.2	273.0	0.0	0.1	0.0	0.0	15.6	36.0	127.8	2.9
1081	компот из смеси сухофруктов	200	0.6	0.0	25.2	103.2	0.0	0.0	3.6	0.0	20.0	0.0	12.0	0.4
	хлеб ржаной	70	3.9	0.7	20.5	99.2	0.0	0.1	0.0	0.0	21.0	19.0	87.0	2.0
	всего		31.6	23.4	106.4	753.6	0.4	1.3	43.5	5.4	188.7	144.5	735.1	12.0
<b>ужин</b>														
903	пюре картофельное	180	3.2	5.6	21.0	148.0	0.1	0.7	39.6	0.6	101.2	51.8	242.3	0.0
ТТК№4	рыба запеченная	100	11.5	15.0	4.9	205.8	0.0	0.0	0.1	2.0	37.5	34.8	387.2	0.1

1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
41	масло сливочное	15	0.1	12.3	0.1	112.5	0.1	0.0	0.0	1.2	3.3	0.5	2.9	0.0
	хлеб пшеничный	100	7.6	0.9	46.7	213.6	0.0	0.1	0.0	0.0	20.0	28.0	68.8	1.3
	хлеб ржаной	30	2.4	0.1	14.2	70.4	0.0	0.0	0.0	0.0	10.1	9.1	43.1	1.0
	всего		25.0	34.0	101.9	811.6	0.2	0.9	39.8	3.8	181.8	127.5	744.3	2.5
<b>второй ужин</b>														
1191	йогурт	100	5.0	3.2	8.5	87.0	0.1	0.9	5.8	0.0	70.0	8.0	78.0	0.0
	печенье	30	2.3	3.0	22.3	125.1	0.0	0.0	0.0	0.0	7.0	10.0	27.7	0.5
	фрукт	200	0.8	0.8	19.6	88.0	0.4	0.5	90.0	0.0	5.4	0.2	0.0	0.0
	всего		8.1	7.0	50.4	300.1	0.5	1.4	95.8	0.0	82.4	18.2	105.7	0.5

### 13 день

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>завтрак</b>														
586	омлет натуральный	200	14.0	22.6	2.8	270.0	0.2	0.1	1.9	0.0	151.2	6.7	60.5	0.5
698	сосиска отварная	1 шт.	8.8	19.2	1.3	213.0	0.0	0.0	0.0	0.0	29.0	20.0	161.0	1.7
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
	хлеб ржаной	70	2.8	0.5	14.6	70.8	0.0	0.0	0.0	0.0	10.5	9.5	43.5	1.0
	всего	550	25.8	42.4	33.7	615.1	0.2	0.1	1.9	0.0	200.4	39.5	265.0	3.2
<b>2 завтрак</b>														
1260	оладьи	120	7.2	11.9	39.0	298.0	0.0	0.2	3.2	1.0	12.2	10.1	54.2	1.3
1190	молоко кипяченое	200	5.9	6.8	9.9	123.0	0.0	0.2	10.0	0.0	280.0	16.0	130.0	0.0
	всего		13.1	18.7	48.9	421.0	0.0	0.4	13.2	1.0	292.2	26.1	184.2	1.3
<b>обед</b>														
334	суп с мак.изд. и картофелем	300	3.3	2.7	22.6	129.6	0.7	0.0	14.8	0.0	16.1	0.0	0.0	0.5
817	запеканка картофельная с мясом	243	19.4	19.0	32.0	384.8	0.0	0.2	3.8	153.0	6.9	151.9	272.7	3.1
1081	компот из смеси сухофруктов	200	0.6	0.0	25.2	103.2	0.0	0.0	3.6	0.0	20.0	0.0	12.0	0.4
	хлеб ржаной	70	3.9	0.7	20.5	99.2	0.0	0.1	0.0	0.0	21.0	19.0	87.0	2.0
	всего		27.2	22.4	100.3	716.8	0.7	0.4	22.2	153.0	64.0	170.9	371.7	6.0
<b>ужин</b>														
862	котлета из кур	100	16.4	9.4	12.8	201.6	0.1	0.1	1.0	0.2	139.1	20.5	351.1	1.0

891	рис отварной	200	4.6	5.6	48.0	260.3	0.4	0.4	0.0	0.0	1.6	13.3	78.0	0.6
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
41	масло сливочное	10	0.1	8.2	0.1	75.0	0.1	0.0	0.0	0.8	2.2	0.3	1.9	0.0
42	сыр твердый	10	2.3	3.0	0.0	37.0	0.0	0.0	0.1	0.0	120.0	5.4	76.8	0.1
	хлеб пшеничный	40	3.0	0.4	18.7	85.5	0.0	0.1	0.0	0.0	8.0	11.2	27.5	1.0
	хлеб ржаной	40	2.1	0.4	10.7	52.0	0.0	0.1	0.0	0.0	9.8	8.8	40.6	1.0
	всего		28.6	27.0	105.2	772.6	0.6	0.8	1.1	1.0	290.3	62.8	576.0	3.8
<b>второй ужин</b>														
	сок	200	1.0	0.0	23.4	94.0	0.0	0.1	80.0	0.0	36.0	0.0	26.0	0.6
	вафли	30	1.0	0.8	22.7	96.0	0.0	0.0	0.0	6.0	4.0	0.6	19.9	0.0
	фрукт	200	0.8	0.8	19.6	88.0	0.4	0.3	59.0	0.0	2.7	0.0	0.0	3.4
	всего		2.8	1.6	65.7	278.0	0.4	0.4	139.0	6.0	42.7	0.6	45.9	4.0

#### 14 день

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
<b>завтрак</b>														
520	каша манная молочная	205	4.8	5.1	24.5	157.0	0.0	0.2	7.0	0.1	12.1	21.1	67.0	0.6
572	яйцо вареное	40	5.1	4.6	0.3	63.0	0.1	0.0	0.0	0.0	22.0	21.6	74.0	1.1
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
41	масло сливочное	10	0.1	8.2	0.1	75.0	0.1	0.0	0.0	0.8	2.2	0.3	1.9	0.0
	хлеб пшеничный	100	7.6	0.9	46.7	213.6	0.0	0.1	0.0	0.0	20.0	28.0	68.8	1.3
	всего		17.8	18.9	86.6	569.9	0.2	0.4	7.1	0.9	66.0	74.3	211.8	3.0
<b>2 завтрак</b>														
	ватрушка с творогом	100	9.6	8.5	33.0	248.0	0.3	0.6	0.0	12.0	348.0	8.0	6.0	0.0
	сок	200	1.0	0.0	23.4	94.0	0.0	0.1	80.0	0.0	36.0	0.0	26.0	0.6
	всего		10.6	8.5	56.4	342.0	0.3	0.7	80.0	12.0	384.0	8.0	32.0	0.6
<b>обед</b>														
133	винегрет овощной	70	1.5	2.7	7.5	60.6	11.4	0.7	5.8	0.1	59.2	44.1	6.4	1.4
313	суп гречневый с фрикадельками	300/25	8.1	5.1	9.6	218.4	0.0	0.0	12.4	0.0	13.5	0.0	0.0	14.0
795	котлета	100	12.8	10.2	11.7	191.2	0.0	0.1	0.0	0.0	31.2	22.6	123.0	1.9
903	пюре картофельное	180	3.2	5.6	21.0	148.0	0.1	0.7	39.6	0.6	101.2	51.8	242.3	0.0



1081	компот из смеси сухофруктов	200	0.6	0.0	25.2	103.2	0.0	0.0	3.6	0.0	20.0	0.0	12.0	0.4
	хлеб ржаной	50	2.8	0.5	14.6	70.8	0.0	0.0	0.0	0.0	10.5	9.5	43.5	1.0
	всего		28.9	24.1	89.6	792.2	11.5	1.6	61.4	0.7	235.5	128.1	427.2	18.7
	<b>ужин</b>													
ТТК №2	голубцы ленивые	250	15.4	13.9	18.3	261.0	0.1	0.2	23.9	2.3	262.1	47.8	449.9	3.8
1167	чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	61.3	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	3.3	0.0	0.0
41	масло сливочное	10	0.1	8.2	0.1	75.0	0.1	0.0	0.0	0.8	2.2	0.3	1.9	0.0
42	сыр твердый	10	2.3	3.0	0.0	37.0	0.0	0.0	0.1	0.0	120.0	5.4	76.8	0.1
	хлеб пшеничный	100	7.6	0.9	46.7	213.6	0.0	0.1	0.0	0.0	20.0	28.0	68.8	1.3
	хлеб ржаной	50	2.8	0.5	14.6	70.8	0.0	0.0	0.0	0.0	10.5	9.5	43.5	1.0
	всего		28.4	26.6	94.7	718.7	0.2	0.4	24.0	3.1	424.5	94.3	641.0	6.2
	<b>второй ужин</b>													
	печенье	30	2.3	3.0	22.3	125.1	0.0	0.0	0.0	0.0	7.0	10.0	27.7	0.5
1190	молоко кипяченое	200	5.9	6.8	9.9	123.0	0.0	0.2	10.0	0.0	280.0	16.0	130.0	0.0
	фрукт	200	0.8	0.8	19.6	88.0	0.1	0.0	40.0	0.0	20.0	0.0	12.0	0.6
	всего		6.7	7.6	29.5	211.0	0.1	0.2	50.0	0.0	300.0	16.0	142.0	0.6



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--





								300	3.3	2.7	22.6	129.6	0.7
								243	19.4	19.0	32.0	384.8	0.0









--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--





0.0	14.8	0.0	16.1	0.0	0.0	0.5	334	суп с мак.	300	3.3	2.7	22.6	129.6
0.2	3.8	153.0	6.9	151.9	272.7	3.1	817	запеканка	243	19.4	19.0	32.0	384.8











\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--





0.7	0.0	14.8	0.0	16.1	0.0	0.0	0.5	334	суп с мак.	2.7	22.6	129.6
0.0	0.2	3.8	153.0	6.9	151.9	272.7	3.1	817	запеканка	19.0	32.0	384.8









--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--





0.7	0.0	14.8	0.0	16.1	0.0	0.0	0.5	334	суп с мак.изд	300
0.0	0.2	3.8	153.0	6.9	151.9	272.7	3.1	817	запеканка кај	243









--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--





3.3	2.7	22.6	129.6	0.7	0.0	14.8	0.0	16.1	0.0	0.0
19.4	19.0	32.0	384.8	0.0	0.2	3.8	153.0	6.9	151.9	272.7









--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--





0.5	334	суп с мак.изд	300	3.3	2.7	22.6	129.6	0.7	0.0	14.8
3.1	817	запеканка ка	243	19.4	19.0	32.0	384.8	0.0	0.2	3.8









--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--





0.0	16.1	0.0	0.0	0.5	334	суп с мак.изд	300	3.3	2.7	22.6
153.0	6.9	151.9	272.7	3.1	817	запеканка кај	243	19.4	19.0	32.0









--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--





129.6	0.7	0.0	14.8	0.0	16.1	0.0	0.0	0.5	334	суп с мак.изд
384.8	0.0	0.2	3.8	153.0	6.9	151.9	272.7	3.1	817	запеканка ка









--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--





300	3.3	2.7	22.6	129.6	0.7	0.0	14.8	0.0	16.1	0.0
243	19.4	19.0	32.0	384.8	0.0	0.2	3.8	153.0	6.9	151.9









--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--





0.0	0.5	334	суп с мак.изд	300	3.3	2.7	22.6	129.6	0.7	0.0
272.7	3.1	817	запеканка ка	243	19.4	19.0	32.0	384.8	0.0	0.2









--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--





14.8	0.0	16.1	0.0	0.0	0.5	334	суп с мак.изд	300	3.3	2.7
3.8	153.0	6.9	151.9	272.7	3.1	817	запеканка кај	243	19.4	19.0









--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--





22.6	129.6	0.7	0.0	14.8	0.0	16.1	0.0	0.0	0.5	334
32.0	384.8	0.0	0.2	3.8	153.0	6.9	151.9	272.7	3.1	817









--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--





суп с мак.изд	300	3.3	2.7	22.6	129.6	0.7	0.0	14.8	0.0	16.1
запеканка кај	243	19.4	19.0	32.0	384.8	0.0	0.2	3.8	153.0	6.9









--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--





0.0	0.0	0.5	334	суп с мак.изд	300	3.3	2.7	22.6	129.6	0.7
151.9	272.7	3.1	817	запеканка кај	243	19.4	19.0	32.0	384.8	0.0









--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--





0.0	14.8	0.0	16.1	0.0	0.0	0.5	334	суп с мак.изд	300	3.3
0.2	3.8	153.0	6.9	151.9	272.7	3.1	817	запеканка кај	243	19.4









--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--





2.7	22.6	129.6	0.7	0.0	14.8	0.0	16.1	0.0	0.0	0.5
19.0	32.0	384.8	0.0	0.2	3.8	153.0	6.9	151.9	272.7	3.1









--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--





334	суп с мак.изд	300	3.3	2.7	22.6	129.6	0.7	0.0	14.8	0.0
817	запеканка ка	243	19.4	19.0	32.0	384.8	0.0	0.2	3.8	153.0









--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--





16.1	0.0	0.0	0.5	334	суп с мак.изд	300	3.3	2.7	22.6	129.6
6.9	151.9	272.7	3.1	817	запеканка ка	243	19.4	19.0	32.0	384.8









--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--





0.7	0.0	14.8	0.0	16.1	0.0	0.0	0.5	334	суп с мак.изд	300
0.0	0.2	3.8	153.0	6.9	151.9	272.7	3.1	817	запеканка кај	243









--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--







\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--





3.3	2.7	22.6	129.6	0.7	0.0	14.8	0.0	16.1	0.0	0.0
19.4	19.0	32.0	384.8	0.0	0.2	3.8	153.0	6.9	151.9	272.7









--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--







\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--





0.5	334	суп с мак.изд	300	3.3	2.7	22.6	129.6	0.7	0.0	14.8
3.1	817	запеканка ка	243	19.4	19.0	32.0	384.8	0.0	0.2	3.8











\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_







0.0	16.1
153.0	6.9

Утверждаю  
Директор ООО «Прохлада»

Скрипка Т.А.

Согласовано :  
Директор ОБОУ «Суджанская школа-интернат»  
Пилипенко Н.А.

**СУДЖАНСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ**

# **МЕНЮ**

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11ЛЕТ



2023F

Утверждаю  
Директор ООО «Прохлада»  
Скрипка Т.А.

Согласовано :  
Директор ОБОУ «Суджанская школа-интернат»  
Пилипенко Н.А.

**СУДЖАНСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ**

# **МЕНЮ**

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12 -18 ЛЕТ

2023Г