

СОГЛАСОВАНО



Директор

С.В. Финонов

«СВ»

2024г.

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор ООО "Межрегиональная
кейтеринговая компания" И



« 02 »

сентябрь

Финонов Т.В.
2024г.

**Примерное повозрастное меню и основные
показатели пищевой и энергетической ценности
приготовляемых блюд для горячего питания
учащихся общеобразовательных учреждений
Республики Мордовия**

Дени/неделя: Пятидесятый - 1 неделя с 7 по 11 лет		Масса порции			Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)			Витамин (мг)			Минеральные вещества (мг)		
№ пел.	Наименование дичи недели, блюдо	Масса порции	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe		
															Б	Ж
Зимняя																
14	Мясцо (говядина)	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001							0,020		
181	Каша манная молочная	200	4,305	5,726	24,820	168,621	0,059	0,988	33,200	0,350	98,608	87,520	14,372	0,324		
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	0,850	4,950	32,500	4,400	0,600		
	Витон	50	3,300	0,500	23,000	110,000	0,055							0,400		
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044							0,440		
	<i>Итого за Зимнюю</i>	<i>500,000</i>	<i>11,125</i>	<i>13,817</i>	<i>80,673</i>	<i>492,109</i>	<i>0,160</i>	<i>1,088</i>	<i>75,700</i>	<i>1,740</i>	<i>123,458</i>	<i>157,090</i>	<i>30,872</i>	<i>2,243</i>		
Осень																
	Яйца варенная	60	1,020	5,400	5,400	81,600	0,012	4,200		1,860	24,600	22,200	9,000	0,420		
88/2011	Шуш на свежей капусте на бульоне	200	1,613	4,664	9,265	85,581	0,067	20,450	164,520	1,977	27,200	44,000	18,530	0,719		
291	Людв из мяса птицы	240	19,820	22,310	43,142	452,016	0,126	4,216	371,088	3,972	31,186	247,029	56,207	2,280		
348	Компот из сухофруктов	180	0,234	18,263	18,263	74,595	0,005	350,180		0,248	7,470	6,840	4,905	0,192		
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120		0,090	21,900	37,500	12,000	0,840		
	<i>Итого за Осень</i>	<i>740,000</i>	<i>27,517</i>	<i>33,604</i>	<i>105,318</i>	<i>841,992</i>	<i>0,263</i>	<i>379,166</i>	<i>335,608</i>	<i>8,427</i>	<i>118,356</i>	<i>377,009</i>	<i>104,842</i>	<i>4,281</i>		
Летняя																
415	Крендель сахарный	100	10,556	13,681	67,915	436,566	0,154		43,385	5,930	26,787	108,713	15,516	1,483		
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	0,850	4,950	32,500	4,400	0,600		
	<i>Итого за Летнюю</i>	<i>300,000</i>	<i>10,756</i>	<i>13,732</i>	<i>80,958</i>	<i>489,954</i>	<i>0,155</i>	<i>0,100</i>	<i>43,885</i>	<i>5,980</i>	<i>31,237</i>	<i>116,953</i>	<i>19,916</i>	<i>2,082</i>		
Итого за Пятидесятый - 1 неделя с 7 по 11 лет																
		1 540,000	49,398	61,183	266,949	1 824,055	0,678	380,354	655,093	16,097	273,551	651,112	155,630	9,566		
Дени/неделя: Ветеринар - 1 неделя с 7 по 11 лет																
№ пел.	Наименование дичи недели, блюдо	Масса порции	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe		
															Б	Ж
Зимняя																
	Кусочка порчионне	30	0,861	0,180	2,970	17,340	0,006	1,650	0,900	0,009	1,200	15,300	4,800	0,123		
294	Копченый рубленый из мяса птицы	90	14,084	8,796	12,735	187,761	0,146	3,000	16,500	2,602	31,110	135,520	57,470	1,508		
202	Салат отарный	150	5,643	3,564	36,008	198,821	0,087	1,600	16,000	0,805	14,330	46,520	8,380	0,853		
377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,380	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883		
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440		
	<i>Итого за Зимнюю</i>	<i>510,000</i>	<i>23,864</i>	<i>12,915</i>	<i>84,556</i>	<i>552,670</i>	<i>0,285</i>	<i>6,330</i>	<i>33,890</i>	<i>3,864</i>	<i>61,190</i>	<i>232,260</i>	<i>81,130</i>	<i>3,807</i>		
Осень																
45	Салат из белокочанной капусты	60	0,852	3,055	5,900	55,011	0,021	16,450	260,000	1,416	25,060	21,400	11,300	0,373		
102	Суп гороховый на бульоне	200	7,698	5,512	15,026	139,921	0,200	7,604	170,831	2,404	33,802	105,679	31,012	1,815		
260	Пудинг из птицы	90	16,457	6,346	3,728	136,680	0,062	2,433	11,350	0,040	14,709	128,168	62,359	1,273		
128	Картофельное пюре	150	3,249	3,833	23,153	140,182	0,173	27,995	19,000	0,000	40,220	96,820	34,510	1,332		
377	Чай с лимоном	180	0,236	0,055	12,165	50,758	0,002	1,700	0,380	0,008	6,550	9,120	4,880	0,880		
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120		0,090	21,900	37,500	12,000	0,840		
	<i>Итого за Осень</i>	<i>740,000</i>	<i>33,322</i>	<i>20,031</i>	<i>89,222</i>	<i>670,752</i>	<i>0,611</i>	<i>56,302</i>	<i>461,761</i>	<i>7,212</i>	<i>148,241</i>	<i>418,187</i>	<i>160,261</i>	<i>6,843</i>		
Летняя																
406	Пирожок с вареным ступенным мяском	100	11,062	14,066	66,932	438,518	0,144	0,400	50,373	4,742	143,147	170,764	12,022	1,192		
	Сок	200	1,100	0,200	24,400	102,000	0,020	4,000	50,337	0,200	143,147	14,000	8,000	0,600		
	<i>Итого за Летнюю</i>	<i>300,000</i>	<i>12,162</i>	<i>14,266</i>	<i>91,332</i>	<i>540,518</i>	<i>0,164</i>	<i>4,000</i>	<i>50,337</i>	<i>4,942</i>	<i>143,147</i>	<i>184,764</i>	<i>20,022</i>	<i>1,792</i>		
Итого за Ветеринар - 1 неделя с 7 по 11 лет																
		1 550,000	69,348	47,212	265,110	1 763,940	1,060	67,052	546,478	16,018	352,578	835,211	261,413	12,442		

Дети/полезн: Пятигита - 1 неделя с 7 до 11 лет		Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витаминный (мг)										Минеральные вещества (мг)				
№ рецеп.	Наименование и вид продукта		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe							
15	Сыр (горячий)	20	5,200	5,220		68,800	0,006	0,160	46,000	0,100	200,000	128,000	9,000	0,200							
174	Кефир молочный	200	5,456	6,381		37,756	0,069	1,235	39,000	0,202	144,750	144,750	32,520	0,529							
377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055		54,748	0,002	1,700	0,800	0,008	6,550	9,120	4,880	0,480							
	Батон	40	2,800	0,400		18,400	0,044		7,600	0,680	26,000	26,000	5,200	0,480							
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320		94,000	0,044		8,000	0,440	26,000	26,000	5,600	0,440							
	<i>Итого за завтрак</i>	<i>500,000</i>	<i>16,732</i>	<i>12,376</i>		<i>88,979</i>	<i>0,165</i>	<i>3,095</i>	<i>85,580</i>	<i>1,430</i>	<i>344,070</i>	<i>333,870</i>	<i>57,200</i>	<i>2,532</i>							
						<i>Обед</i>															
67	Витнегр ошпной	60	0,919	4,109		4,888	0,038	6,100	160,450	1,833	11,900	26,760	12,095	0,464							
103	Суп с вермишелью на бульоне	200	4,178	2,279		76,291	0,053	5,004	170,831	1,078	13,322	45,819	10,042	0,602							
173	Копилка рубленные на масле	90	14,197	16,290		12,523	0,306	0,600	2,430	0,384	24,680	136,340	38,200	1,601							
268	Каша гречневая вязкая	150	4,695	4,122		140,401	0,160	1,600	16,000	0,336	112,210	12,040	74,220	2,516							
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051		49,398	0,001	0,100	0,500	4,950	8,240	4,400	4,400	0,856							
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240		70,500	0,033	0,120	0,330	0,330	6,000	19,200	4,200	0,330							
	Хлеб ржанос-пшеничный	30	2,550	0,990		77,700	0,120	0,120	0,090	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840							
	<i>Итого за обед</i>	<i>700,000</i>	<i>29,019</i>	<i>28,081</i>		<i>89,801</i>	<i>0,711</i>	<i>11,924</i>	<i>330,211</i>	<i>5,051</i>	<i>94,792</i>	<i>306,569</i>	<i>153,657</i>	<i>7,209</i>							
						<i>Полдник</i>															
406	Пирожок с вареным тушеным мяском	100	11,062	14,066		66,932	0,144	0,400	50,237	4,742	143,147	170,764	12,022	1,192							
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051		53,388	0,001	0,100	0,500	4,950	8,240	4,400	4,400	0,859							
	<i>Итого за полдник</i>	<i>300,000</i>	<i>11,262</i>	<i>14,117</i>		<i>491,906</i>	<i>0,145</i>	<i>0,500</i>	<i>51,237</i>	<i>4,742</i>	<i>148,097</i>	<i>179,004</i>	<i>16,422</i>	<i>2,051</i>							
	<i>Итого за Пятигита - 1 неделя с 7 до 11 лет</i>	<i>1 540,000</i>	<i>57,013</i>	<i>54,574</i>		<i>258,755</i>	<i>1,021</i>	<i>15,519</i>	<i>487,028</i>	<i>11,223</i>	<i>586,959</i>	<i>899,243</i>	<i>229,279</i>	<i>11,792</i>							
Дети/полезн: Понедельник - 2 недели с 7 до 11 лет																					
№ рецеп.	Наименование и вид продукта	Масса порции	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe							
204	Рожки ошпные с сыром	180	13,692	10,997		45,892	0,119	0,200	77,500	1,150	270,910	219,550	22,090	1,338							
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051		53,388	0,001	0,100	0,500	4,950	8,240	4,400	4,400	0,859							
376	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320		94,000	0,044	0,120	0,300	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440							
338	Фрукт (яблоко)	150	0,600	0,600		14,700	0,045	1,5,000	24,000	0,300	16,500	13,500	13,500	3,300							
	<i>Итого за завтрак</i>	<i>570,000</i>	<i>17,532</i>	<i>11,968</i>		<i>93,315</i>	<i>0,209</i>	<i>15,300</i>	<i>70,800</i>	<i>1,890</i>	<i>307,860</i>	<i>270,290</i>	<i>45,590</i>	<i>5,957</i>							
						<i>Обед</i>															
45	Салат из белокочанной капусты	60	0,852	3,055		5,900	0,021	16,450	260,000	1,416	25,060	21,400	11,300	0,373							
102	Суп гороховый на бульоне	200	4,998	5,437		15,026	0,193	7,604	160,031	2,374	32,302	87,679	31,012	1,665							
229	Рыба, тушеная в томате с овощами	120	19,384	16,898		198,755	0,133	1,856	192,618	2,440	52,783	279,816	66,878	1,079							
171	Каша рисовая рассыпчатая	150	4,008	4,279		33,072	0,043		16,000	0,570	8,880	81,450	26,720	0,567							
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054		12,552		350,000		0,330	6,000	19,500	4,200	0,330							
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240		70,500	0,033	0,120	0,090	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840							
	Хлеб ржанос-пшеничный	30	2,550	0,990		77,700	0,120	0,120	0,090	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840							
	<i>Итого за обед</i>	<i>770,000</i>	<i>34,270</i>	<i>30,953</i>		<i>97,131</i>	<i>0,543</i>	<i>376,430</i>	<i>628,649</i>	<i>7,220</i>	<i>146,925</i>	<i>527,345</i>	<i>152,110</i>	<i>4,890</i>							
						<i>Полдник</i>															
406	Пирожок с вареной капустой	100	8,632	10,771		48,470	0,156	6,932	31,937	4,643	31,000	105,068	20,113	1,468							
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051		53,388	0,001	0,100	0,500	4,950	8,240	4,400	4,400	0,859							
	<i>Итого за полдник</i>	<i>300,000</i>	<i>8,832</i>	<i>10,822</i>		<i>61,812</i>	<i>0,157</i>	<i>7,032</i>	<i>32,437</i>	<i>4,643</i>	<i>35,950</i>	<i>113,308</i>	<i>24,513</i>	<i>2,327</i>							
	<i>Итого за Понедельник - 2 недели с 7 до 11 лет</i>	<i>1 640,000</i>	<i>60,654</i>	<i>53,743</i>		<i>251,959</i>	<i>0,909</i>	<i>1 710,375</i>	<i>1 251,986</i>	<i>13,753</i>	<i>490,735</i>	<i>910,943</i>	<i>222,213</i>	<i>13,174</i>							

№ п/п		Наименование линей нессем, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)		Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У	Б	Ж	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe	
<i>Завтрак</i>																
	204	Горошек запаренный отпарной	30	0,930	0,060	1,950	12,000	0,033	3,000	0,060	6,000	18,600	6,300	0,210		
	294	Котлетки-рулетные из мяса птицы	90	14,084	8,296	12,725	187,761	0,146	3,000	2,602	31,110	135,520	57,470	1,508		
	171	Каша рисовая рассыпчатая	150	4,008	4,279	33,072	187,031	0,043	0,100	0,570	8,880	81,450	26,720	0,567		
	376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,500	4,950	8,240	4,400	8,859	0,859		
		Хлеб пшеничный	40	0,320	0,040	19,680	94,000	0,044	0,000	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440		
		<i>Итого за Завтрак</i>	<i>510,000</i>	<i>22,262</i>	<i>13,506</i>	<i>80,480</i>	<i>534,880</i>	<i>0,267</i>	<i>6,100</i>	<i>3,672</i>	<i>58,940</i>	<i>209,810</i>	<i>100,290</i>	<i>3,384</i>		
<i>Обед</i>																
	20	Салат из мелкокопченной капусты с мясушкой	60	1,251	4,110	7,965	74,623	0,024	21,445	1,864	29,420	27,070	14,180	0,446		
	101	Суп картофельный с крупой	200	4,202	2,348	12,155	85,915	0,084	12,064	0,964	15,250	63,134	18,946	0,822		
	289	Рис отваренный из птицы	240	18,617	22,023	23,911	366,963	0,230	29,152	545,187	43,935	236,700	56,906	2,975		
	348	Компот из сухофруктов	180	0,234	0,000	18,263	74,595	0,005	350,180	0,248	7,470	6,840	4,905	0,192		
		Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	0,330		
		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840		
		<i>Итого за Обед</i>	<i>740,000</i>	<i>29,134</i>	<i>29,771</i>	<i>91,544</i>	<i>750,296</i>	<i>0,296</i>	<i>412,961</i>	<i>976,350</i>	<i>123,955</i>	<i>390,744</i>	<i>110,237</i>	<i>5,605</i>		
<i>Полдник</i>																
	406	Пирожок с картофельной начинкой	100	8,632	10,771	48,470	324,889	0,156	6,932	31,937	4,643	31,000	105,068	20,113		
	376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	32,437	4,643	8,240	0,859		
		<i>Итого за Полдник</i>	<i>300,000</i>	<i>8,832</i>	<i>10,822</i>	<i>61,513</i>	<i>378,277</i>	<i>0,157</i>	<i>7,032</i>	<i>32,437</i>	<i>4,643</i>	<i>35,950</i>	<i>113,308</i>	<i>24,512</i>		
		<i>Итого за Четверг - 2 недели с 7 до 11 лет</i>	<i>1 550,000</i>	<i>60,228</i>	<i>54,039</i>	<i>233,537</i>	<i>1 662,853</i>	<i>0,920</i>	<i>426,093</i>	<i>1 041,787</i>	<i>15,377</i>	<i>218,845</i>	<i>773,862</i>	<i>235,240</i>		
<i>Пятница - 2 недели с 7 до 11 лет</i>																
№ п/п	Наименование линей нессем, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		Б	Ж	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe	
<i>Завтрак</i>																
	209	Ябло отварное	50	12,700	11,500	0,700	157,000	0,070	1,209	0,600	250,000	0,600	55,000	192,000		
	175	Каша молочная "Дружба"	200	5,833	6,708	34,771	219,471	0,128	1,209	0,159	122,650	149,720	35,510	0,796		
	377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883		
		Хлеб пшеничный	50	3,800	0,400	24,600	117,500	0,055	0,500	0,550	10,000	32,500	7,000	0,550		
		<i>Итого за Завтрак</i>	<i>500,000</i>	<i>22,569</i>	<i>18,663</i>	<i>72,234</i>	<i>548,719</i>	<i>0,255</i>	<i>2,909</i>	<i>289,480</i>	<i>1,317</i>	<i>194,200</i>	<i>383,340</i>	<i>59,390</i>		
<i>Обед</i>																
		Икра осетинная	60	1,020	5,400	5,400	81,600	0,012	4,200	1,860	24,600	22,200	9,000	0,420		
	103	Суп с вермишелью на бульоне	200	4,178	2,279	9,915	76,291	0,053	5,004	1,078	13,322	45,819	10,042	0,602		
	279	Картофельное пюре с томатным соусом	120	14,292	15,450	15,154	256,292	0,080	4,138	5,002	27,020	148,850	44,300	1,791		
	128	Картофельное пюре	150	3,249	3,833	23,153	140,182	0,173	22,995	0,040	40,220	96,820	34,510	1,332		
	376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,598	0,001	0,100	0,500	4,950	8,240	4,400	0,856		
		Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	0,330	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330		
		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840		
		<i>Итого за Обед</i>	<i>770,000</i>	<i>27,769</i>	<i>28,243</i>	<i>94,917</i>	<i>751,963</i>	<i>0,472</i>	<i>41,557</i>	<i>274,461</i>	<i>8,400</i>	<i>138,012</i>	<i>118,452</i>	<i>6,171</i>		
<i>Полдник</i>																
	415	Крепитель сахарный	100	10,556	13,681	67,915	436,566	0,154	4,000	43,285	5,930	26,787	108,713	1,483		
		Сок	200	1,100	0,200	24,400	102,000	0,020	0,000	0,200	26,787	14,000	8,000	0,600		
		<i>Итого за Полдник</i>	<i>300,000</i>	<i>11,656</i>	<i>13,881</i>	<i>92,315</i>	<i>538,566</i>	<i>0,174</i>	<i>4,000</i>	<i>43,285</i>	<i>6,130</i>	<i>26,787</i>	<i>122,713</i>	<i>2,083</i>		
		<i>Итого за Пятница - 2 недели с 7 до 11 лет</i>	<i>1 570,000</i>	<i>61,994</i>	<i>60,787</i>	<i>259,466</i>	<i>1 839,248</i>	<i>0,901</i>	<i>48,466</i>	<i>606,926</i>	<i>15,847</i>	<i>358,999</i>	<i>884,982</i>	<i>201,358</i>		

Денги/неделя: Понедельник - 1 неделя с 11 лет и старше																			
№ п/п	Наименование дней недели, бренд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витаминный состав (мг)							Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe					
<i>Зимпрук</i>																			
14	Мясо (поршник)	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001												
181	Капля мясная молочная	250	5,379	6,976	30,602	207,448	0,074	1,235	43,000	0,435	123,384	109,150	17,976	0,405					
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	4,950	8,240	8,899	4,400	0,600					
	Батон	50	0,500	0,230	23,000	110,000	0,055			0,850	9,500	33,500	6,500	0,600					
	Хлеб пшеничный	40	0,340	0,230	19,680	94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440					
<i>Пинко за Зимпрук</i>																			
		550,000	12,199	15,097	86,455	530,936	0,475	1,335	83,900	1,825	148,234	178,890	34,476	2,324					
<i>Обед</i>																			
	Яйра овсяная	100	1,700	9,000	9,000	136,000	0,020	7,000		3,100	41,000	37,000	15,000	0,700					
88	Шур из свежей капусты на бульоне	250	2,046	5,872	11,691	107,823	0,084	25,678	206,311	2,431	37,243	56,141	23,572	0,940					
291	Плов из мяса птицы	280	23,123	26,028	50,332	527,348	0,147	4,918	432,936	4,634	36,382	288,197	63,374	2,660					
348	Компот из сухофруктов	180	0,234	0,320	18,263	74,595	0,005	350,180		0,248	6,840	7,470	4,905	0,192					
	Хлеб пшеничный	40	0,340	0,320	19,680	94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440					
	Хлеб ржано-пшеничный	40	0,300	1,320	19,320	103,600	0,160	0,160		0,120	29,200	50,000	16,000	1,120					
<i>Пинко за Обед</i>																			
		890,000	33,543	42,540	128,286	1,043,366	0,460	387,936	639,247	10,973	159,295	404,178	130,651	6,052					
<i>Пинко за Понедельник - 1 неделя с 11 лет и старше</i>																			
		1 440,000	45,742	57,637	214,741	1 574,302	0,635	389,271	722,747	12,798	307,529	643,068	165,127	8,376					
Денги/неделя: Вторник - 1 неделя с 11 лет и старше																			
№ п/п	Наименование дней недели, бренд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витаминный состав (мг)							Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe					
<i>Зимпрук</i>																			
	Кукуруза поршником	30	0,861	0,180	2,970	17,340	0,006	1,650	0,900	0,009	1,200	15,300	4,800	0,123					
294	Котлета рубленая из мяса птицы	100	15,443	10,656	13,761	214,031	0,156	3,400	20,950	3,091	33,260	149,040	63,160	1,639					
202	Сметан отварные	180	6,743	3,694	43,058	232,621	0,104		16,000	0,955	16,230	9,920	16,230	1,013					
377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	54,248	0,002	1,700	0,880	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883					
	Хлеб пшеничный	40	0,340	0,320	19,680	94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440					
<i>Пинко за Вторник</i>																			
		550,000	26,323	14,905	92,632	612,740	0,312	6,750	38,430	4,503	65,240	254,480	88,220	4,098					
<i>Обед</i>																			
45	Салат из белокочанной капусты	100	1,444	5,099	10,226	93,411	0,037	25,950	500,000	2,378	39,420	38,260	19,860	0,635					
102	Суп гороховый на бульоне	250	8,947	6,871	18,781	172,193	0,249	9,504	210,831	2,997	41,857	127,596	38,761	2,231					
260	Ужин из птицы	100	18,181	7,047	4,140	151,398	0,068	2,703	12,573	3,249	16,304	141,648	68,906	1,408					
128	Капустяное пюре	180	3,904	4,745	27,818	169,692	0,208	33,634	23,600	0,050	46,860	116,060	41,370	1,589					
377	Чай с лимоном	180	0,236	0,055	12,165	50,758	0,002	1,700	0,880	0,008	6,550	9,120	4,880	0,880					
	Хлеб пшеничный	40	0,340	0,320	19,680	94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440					
	Хлеб ржано-пшеничный	40	0,300	1,320	19,320	103,600	0,160	0,160		0,120	29,200	50,000	16,000	1,120					
<i>Пинко за Обед</i>																			
		890,000	39,152	25,457	112,130	835,052	0,768	73,657	747,584	9,242	148,191	508,684	195,377	8,202					
<i>Пинко за Вторник - 1 неделя с 11 лет и старше</i>																			
		1 440,000	65,475	40,362	204,762	1 447,792	1,080	80,401	786,014	13,745	253,431	763,164	283,797	12,401					

№ п/п	Наименование лиц нелиц, блгод	Масса популин	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe		
Дети/нелица: Пятница - 1 неделя с 11 лет и старше																
15	Сыр (пастеризованный)	20	5,200	5,220		68,800	0,006	0,160	46,000	0,100	200,000	128,000	9,000	0,200		
174	Кефир 0-возраст молочная	250	6,860	7,800		287,701	0,087	1,547	47,800	0,232	151,760	181,650	40,880	0,658		
377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055		13,163	0,002	1,700	0,580	0,008	6,550	9,120	4,883	0,883		
	Батон	40	2,800	0,400		18,400	0,014			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480		
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320		19,680	0,014			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440		
	<i>Питие за Завтрак</i>															
		550,000	18,136	13,801		98,512	0,183	3,407	94,380	1,480	373,910	370,770	65,560	2,661		
67	Витерпрет овощной	100	1,557	7,184		8,227	0,065	10,262	280,750	3,205	19,904	45,316	20,446	0,775		
103	Суп с вермишелью на бульоне	250	4,552	3,330		12,432	0,064	6,304	210,831	1,560	15,362	52,739	12,531	0,709		
268	Котлеты рубленные из мяса	100	15,777	17,750		14,276	0,341	0,700	2,700	1,442	27,740	151,560	43,090	1,789		
173	Кефир 0-возраст ваниль	180	5,585	5,078		25,190	0,190		20,000	0,402	13,680	133,370	88,220	2,987		
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051		12,045	0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,856		
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320		19,680	0,014			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440		
	Хлеб ржанко-пшеничный	40	3,400	1,320		103,600	0,160	0,160		0,120	29,200	50,000	16,000	1,120		
	<i>Питие за Обед</i>															
		890,000	34,111	33,033		111,170	0,865	17,526	514,781	7,169	118,836	467,225	190,307	8,676		
	Итого за Пятница - 1 неделя с 11 лет и старше	1 440,000	52,247	48,834		209,712	1,048	20,933	609,161	8,649	492,746	837,995	255,867	11,337		
Дети/нелица: Понедельник - 2 неделя с 11 лет и старше																
№ п/п	Наименование лиц нелиц, блгод	Масса популин	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe		
204	Рожки старинные с сыром	200	15,250	12,596		50,840	0,131	0,224	88,400	1,280	302,480	245,140	24,560	1,502		
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051		13,043	0,001	0,100	0,500	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440		
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320		19,680	0,014			0,300	24,000	13,500	3,300	0,300		
338	Фрукт (банан)	150	0,600	0,600		14,700	0,045	15,000		2,020	339,430	295,880	48,060	6,101		
	<i>Питие за Завтрак</i>															
		590,000	19,090	13,567		98,263	0,221	15,324	88,900	2,020	339,430	295,880	48,060	6,101		
45	Салат из белокочанной капусты	100	1,444	5,099		10,226	0,037	25,950	500,000	2,378	39,420	38,260	19,860	0,635		
102	Суп гороховый на бульоне	250	6,132	5,539		18,540	0,237	9,504	200,031	2,414	38,862	107,739	38,171	2,039		
229	Рыба: Тунцовая в масле с овощами	130	21,537	18,775		14,479	0,148	2,063	214,020	2,711	58,650	310,910	74,310	1,199		
171	Капша рисовая раскладчатая	180	4,841	5,290		39,938	0,052		20,000	0,690	10,000	98,250	32,220	0,679		
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054		12,552		350,000		0,440	8,000	26,000	5,600	0,440		
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320		19,680	0,014			0,120	29,200	50,000	16,000	1,120		
	Хлеб ржанко-пшеничный	40	3,400	1,320		103,600	0,160	0,160		0,120	29,200	50,000	16,000	1,120		
	<i>Питие за Обед</i>															
		920,000	40,592	36,397		121,735	0,678	387,677	934,051	8,753	184,132	631,579	186,161	6,148		
	Итого за Понедельник - 2 неделя с 11 лет и старше	1 510,000	59,682	49,964		219,998	0,899	403,001	1 022,951	10,773	523,562	927,039	234,221	12,249		

№ п/п	Денги/пеленги: Ч'гверг - 2 денги с 11 лет и старше	Наименование денги пеленг, биод	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe		
				<i>Зимрук</i>													
				<i>Обед</i>													
20		Салат из белокочанной капусты с свеклой	100	2,016	7,177	13,239	126,831	0,036	35,475	360,450	3,232	45,140	41,690	21,460	0,688		
101		Суп картофельный с курицей	250	4,578	2,916	15,196	104,698	0,103	15,080	185,864	1,197	18,681	74,416	22,560	0,591		
289		Пару овсяное из пшуты	280	21,721	25,695	27,897	428,135	0,268	34,011	636,055	4,161	51,259	276,158	66,391	3,471		
348		Компот из сухофруктов	180	0,234	74,595	18,263	74,595	0,005	350,180		0,248	7,470	6,840	4,905	0,192		
		Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,160	0,440	0,120	8,000	26,000	5,600	0,440		
		Хлеб ржанопшеничный	40	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160	0,160	434,906	9,398	159,250	475,104	136,916	6,902		
		<i>Пиво из Обед</i>	890,000	34,989	37,428	113,595	931,839	0,616	441,406	1 223,919	13,679	221,960	775,234	248,596	10,729		
		Итого за Четверг - 2 денги с 11 лет и старше	1 440,000	59,443	53,805	201,967	1 532,249	0,902									
				<i>Зимрук</i>													
				<i>Обед</i>													
209		Ябло отварное	50	12,700	11,500	0,700	137,000	0,070		250,000	0,600	55,000	192,000	12,000	2,500		
175		Каша манная "Дружба"	250	7,293	8,203	42,429	273,571	0,161	1,508	417,200	0,186	152,080	186,870	44,380	0,992		
377		Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,380	0,008	6,530	9,120	4,880	0,883		
		Хлеб пшеничный	50	3,800	0,400	24,600	117,500	0,055		10,000	0,550	10,000	32,500	7,000	0,550		
		<i>Пиво из Зимрук</i>	550,000	24,029	20,158	80,892	602,819	0,288	3,208	297,380	1,354	223,630	420,490	68,260	4,925		
				<i>Обед</i>													
				<i>Зимрук</i>													
103		Хлеб овсяный	100	1,700	9,000	9,000	136,000	0,020	7,000		3,100	41,000	37,000	15,000	0,700		
		Суп с вермишелью на бульоне	250	4,552	3,330	12,432	97,341	0,064	6,304	210,831	1,560	15,362	52,739	12,551	0,709		
279		Тедрыги мясные с томатным соусом	130	15,587	15,992	15,673	268,402	0,083	3,888	64,400	5,027	26,720	159,410	47,380	1,901		
178		Картофельное пюре	180	3,904	4,745	27,818	169,692	0,208	33,634	23,600	0,050	46,860	11,600	41,370	1,589		
376		Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,500	0,440	4,950	8,240	4,400	0,586		
		Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,160	0,440	0,120	8,000	26,000	5,600	0,440		
		Хлеб ржанопшеничный	40	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160	0,160	51,086	29,200	50,000	50,000	16,000	1,120		
		<i>Пиво из Обед</i>	920,000	32,383	34,728	115,868	918,433	0,580	51,086	299,331	10,297	172,092	449,449	142,301	7,315		
		Итого за Пятница - 2 денги с 11 лет и старше	1 470,000	56,412	54,916	196,860	1 521,252	0,868	54,294	597,111	11,651	395,722	869,939	210,561	12,240		

Дети/пожилые: Встропинк - 2 недели с 11 лет и старше															
№ п/п	Наименование линей недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витаминизация (мг)						Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe	
188	Запеканка рисовая с творогом и ступенным молоком	200	26,943	15,212	53,350	463,621	0,146	0,710	97,800	1,158	203,600	350,020	49,770	1,467	
382	Ковбидный напиток с молоком	200	3,200	2,510	22,074	124,370	0,040	1,300	20,000	120,000	90,000	14,000	14,000	0,139	
348	Сок 200 мл в индивидуальной упаковке	200	22,400	0,020	90,000	2,000	0,020	2,000	8,000	8,000	14,000	8,000	2,800	2,800	
	<i>Итого за Встропинк</i>	<i>640,000</i>	<i>32,923</i>	<i>18,122</i>	<i>116,224</i>	<i>765,991</i>	<i>0,250</i>	<i>4,010</i>	<i>117,800</i>	<i>1,838</i>	<i>331,200</i>	<i>480,220</i>	<i>76,970</i>	<i>4,886</i>	
<i>Обед</i>															
62	Салат из моркови с сахаром	100	1,248	0,096	11,614	53,350	0,058	4,800	1,920,000	0,384	25,920	52,800	36,480	0,687	
82	Борщи из свежей капусты со сметаной на бульоне	250	4,625	5,908	12,045	119,091	0,078	20,777	217,111	2,471	36,462	71,929	23,391	1,176	
294	Шницель, рубленый из мяса птицы	100	20,901	5,963	12,243	187,661	0,132	0,100	7,200	2,389	24,260	157,930	73,840	1,615	
304	Пюре из картофеля с мясом	180	20,741	5,066	43,356	12,045	0,730	0,100	20,000	0,680	108,380	298,520	96,520	6,159	
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,500	0,856	4,950	8,240	4,400	0,856	
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,160	0,440	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160	0,160	0,120	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120	
	<i>Итого за Обед</i>	<i>890,000</i>	<i>54,155</i>	<i>18,724</i>	<i>130,303</i>	<i>909,457</i>	<i>1,202</i>	<i>25,837</i>	<i>2,164,111</i>	<i>6,484</i>	<i>337,172</i>	<i>665,249</i>	<i>256,237</i>	<i>12,053</i>	
	<i>Итого за Встропинк - 2 недели с 11 лет и старше</i>	<i>1 530,000</i>	<i>87,098</i>	<i>36,846</i>	<i>246,527</i>	<i>1 675,442</i>	<i>1,453</i>	<i>29,847</i>	<i>2 282,611</i>	<i>8,372</i>	<i>568,372</i>	<i>1 145,269</i>	<i>333,201</i>	<i>16,939</i>	
Дети/пожилые: Средняя - 2 недели с 11 лет и старше															
№ п/п	Наименование линей недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витаминизация (мг)						Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe	
14	Мясно (корошник)	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001	1,235	40,000	0,100	2,400	3,000	44,535	0,020	
173	Капса пшеница молочная	250	7,116	7,963	34,566	239,161	0,196	0,100	43,000	0,173	127,405	175,050	44,535	1,149	
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	0,850	4,950	8,240	4,400	0,859	
	Борщи	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055	0,440	0,800	0,800	9,500	32,500	6,500	0,600	
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,160	0,440	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440	
	<i>Итого за Средняя - 2 недели с 11 лет и старше</i>	<i>350,000</i>	<i>13,936</i>	<i>16,084</i>	<i>90,419</i>	<i>562,649</i>	<i>0,297</i>	<i>1,335</i>	<i>83,500</i>	<i>1,563</i>	<i>152,255</i>	<i>244,290</i>	<i>61,035</i>	<i>3,068</i>	
<i>Обед</i>															
54	Салат из свежих овощей с яблоками	100	1,135	6,163	11,516	106,640	0,021	9,400	2,759	29,530	32,540	17,430	1,525		
88	Шурп из свежей капусты на бульоне	250	2,046	5,872	11,691	107,823	0,084	25,678	206,311	2,431	37,243	56,141	23,572	0,940	
268	Биточки мясные с помидорным соусом	130	16,119	22,784	16,260	336,031	0,348	1,288	64,230	3,770	33,309	157,438	45,610	1,923	
173	Капса ржано-пшеница	180	5,585	5,078	25,190	168,571	0,190	0,396	20,000	0,402	13,680	133,370	88,220	2,987	
357	Кисель	180	3,040	0,320	21,762	88,110	0,044	0,160	0,440	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440	
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,160	0,440	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160	0,160	0,120	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120	
	<i>Итого за Обед</i>	<i>920,000</i>	<i>37,525</i>	<i>41,537</i>	<i>125,419</i>	<i>1 004,725</i>	<i>0,647</i>	<i>36,922</i>	<i>290,517</i>	<i>9,240</i>	<i>152,942</i>	<i>457,709</i>	<i>196,972</i>	<i>8,980</i>	
	<i>Итого за Средняя - 2 недели с 11 лет и старше</i>	<i>1 470,000</i>	<i>45,261</i>	<i>57,621</i>	<i>215,838</i>	<i>1 567,424</i>	<i>1,144</i>	<i>38,257</i>	<i>374,031</i>	<i>11,503</i>	<i>305,197</i>	<i>701,999</i>	<i>258,007</i>	<i>12,048</i>	

№ п/п	Наименование дичей нецензи, б/юлд	Масса любуши	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витаминны (мг)							Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В	Ж	У	ЭЦ (ккал)	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe	
День/неделя: Среда - 1 неделя с 11 лет и старше																			
185	Кондитерское изделие	50	3,900	7,690	34,645	220,000	0,040	0,010	1,625	5,500	1,750	14,500	45,000	10,000	1,050				
	Какао-грудочная молочная впадка	250	11,550	9,539	49,252	329,587	0,319	0,119	1,625	49,000	0,560	170,343	301,855	142,883	4,397				
384	Какао из концентрата "Какао со стружечными молочками и сахаром"	200	2,460	2,250	16,380	95,610	0,030	0,030	0,390	9,000	0,060	0,000	0,000	0,000	0,000				
	Битон	500	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055	0,055	2,015	63,500	0,850	9,500	32,500	6,500	0,600				
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>530,000</i>	<i>21,410</i>	<i>19,979</i>	<i>123,277</i>	<i>755,977</i>	<i>0,444</i>	<i>0,144</i>	<i>2,015</i>	<i>122,500</i>	<i>1,710</i>	<i>194,343</i>	<i>379,355</i>	<i>159,883</i>	<i>6,047</i>				
<i>Обед</i>																			
65	Сахар из моркови с яблоком	100	0,919	6,157	12,785	111,680	0,045	0,045	5,650	1,260,000	2,942	21,010	37,520	26,190	1,009				
82	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	250	4,625	5,908	12,045	119,091	0,078	0,078	20,777	212,111	2,471	36,462	71,929	23,191	1,176				
392	Пельмени	205	16,044	35,629	56,069	613,054	0,001	0,012	354,000	20,000	0,050	14,448	4,200	0,792	0,114				
349	Конфит из свежих яблок	200	0,160	0,160	16,894	70,670	0,012	0,012	0,000	0,000	0,080	6,400	4,400	3,600	0,919				
	Хлеб пшеничный	40	3,600	0,320	19,680	94,000	0,044	0,044	0,160	0,160	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440				
	Хлеб ржаного-пшеничный	40	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160	0,160	0,160	0,160	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120				
	<i>Итого за Обед</i>	<i>835,000</i>	<i>28,788</i>	<i>49,494</i>	<i>136,793</i>	<i>1,172,095</i>	<i>0,310</i>	<i>0,310</i>	<i>380,587</i>	<i>1,497,111</i>	<i>6,103</i>	<i>115,320</i>	<i>194,049</i>	<i>573,404</i>	<i>4,728</i>				
	<i>Итого за Среда - 1 неделя с 11 лет и старше</i>	<i>1,385,000</i>	<i>49,598</i>	<i>69,473</i>	<i>260,070</i>	<i>1,867,292</i>	<i>0,784</i>	<i>0,784</i>	<i>382,602</i>	<i>1,560,611</i>	<i>9,323</i>	<i>309,863</i>	<i>573,404</i>	<i>234,956</i>	<i>10,825</i>				
День/неделя: Четверг - 1 неделя с 11 лет и старше																			
№ п/п	Наименование дичей нецензи, б/юлд	Масса любуши	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витаминны (мг)							Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В	Ж	У	ЭЦ (ккал)	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe	
<i>Завтрак</i>																			
14	Масло (подсолнечн)	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001	0,210	1,157	40,000	0,100	2,400	3,000	0,020	0,020				
210	Омлет куриный	200	34,237	36,758	6,068	492,401	0,001	0,100	0,100	656,300	2,854	248,390	560,190	42,560	6,351				
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,001	0,500	0,500	0,300	4,950	8,240	4,400	0,859				
338	Фрукт (яблоко)	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	0,045	15,000	0,000	0,300	24,000	16,500	13,500	3,300				
	Битон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044	0,044	0,160	0,160	0,680	7,600	26,000	5,200	0,480				
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>600,000</i>	<i>37,917</i>	<i>45,059</i>	<i>52,341</i>	<i>770,389</i>	<i>0,201</i>	<i>0,201</i>	<i>16,257</i>	<i>696,800</i>	<i>3,934</i>	<i>287,340</i>	<i>613,930</i>	<i>65,660</i>	<i>11,010</i>				
<i>Обед</i>																			
52	Сахар из свежих отварной	100	1,440	5,091	8,448	85,270	0,019	0,019	9,600	206,781	2,296	35,520	41,380	21,120	1,344				
96	Расоляник мясокочный на бульоне	250	2,394	5,225	16,047	121,362	0,076	0,076	9,779	206,781	1,975	25,303	78,460	21,372	0,821				
259	Жаркое куриное	280	20,061	23,765	32,199	421,024	0,295	0,295	41,370	68,307	3,972	46,133	267,040	63,813	3,482				
398	Напиток из плодов шиповника	180	0,476	0,196	16,742	79,660	0,010	0,010	140,000	114,380	0,532	8,400	2,380	2,380	0,450				
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,044	0,160	0,160	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440				
	Хлеб ржаного-пшеничный	40	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160	0,160	0,160	0,160	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120				
	<i>Итого за Обед</i>	<i>890,000</i>	<i>30,811</i>	<i>35,917</i>	<i>112,436</i>	<i>904,916</i>	<i>0,604</i>	<i>0,604</i>	<i>200,909</i>	<i>389,368</i>	<i>9,335</i>	<i>152,556</i>	<i>465,260</i>	<i>130,285</i>	<i>7,657</i>				
	<i>Итого за Четверг - 1 неделя с 11 лет и старше</i>	<i>1,490,000</i>	<i>68,728</i>	<i>80,976</i>	<i>164,777</i>	<i>1,675,305</i>	<i>0,905</i>	<i>0,905</i>	<i>217,166</i>	<i>1,084,168</i>	<i>13,269</i>	<i>439,896</i>	<i>1,079,190</i>	<i>195,945</i>	<i>18,667</i>				

Дети/полезия: Врошки - 2 недели с 7 до 11 лет		Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витаминный состав (мг)										Минеральные вещества (мг)				
№ рецепта	Наименование пищи		Б	ЖК	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe							
188	Закусочная рисовая с творогом и стученым молоком	170	22,811	13,204	46,436	400,471	0,124	0,626	83,000	1,112	181,230	300,920	42,830	1,245							
382	Колбасный напиток с молоком	200	3,200	2,510	22,074	124,370	0,040	1,300	20,000	0,139	120,000	90,000	14,000	0,139							
348	Чай с сахаром	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,004	0,680	7,600	0,680	5,200	26,000	4,480	0,480							
	Итого за 2 недели с 7 до 11 лет	200	22,400	0,200	22,400	90,000	0,020	2,000	0,000	0,000	14,000	8,000	2,800	2,800							
	Итого за 2 недели с 7 до 11 лет	610,000	28,811	16,114	109,310	702,841	0,228	3,926	103,000	1,792	308,830	430,920	70,030	4,664							
62	Салат из моркови с сахаром	60	0,754	0,058	6,996	32,270	0,035	2,900	1,160,000	0,232	15,660	31,900	22,040	0,415							
82	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	200	4,210	4,708	9,690	97,281	0,063	16,454	175,351	1,965	29,862	60,609	18,482	0,962							
294	Шницель рубленый из мяса птицы	90	18,781	5,364	10,822	167,955	0,118	6,480	141,877	2,146	21,754	141,877	66,400	1,449							
304	Пюре из бобовых с мясом	150	17,283	4,101	36,128	250,691	0,608	0,100	16,000	0,565	90,890	248,470	80,470	5,137							
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,500	0,856	4,950	8,200	4,400	0,856							
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	0,330	6,000	0,330	19,500	19,500	4,200	0,330							
	Хлеб ржаного-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	21,900	0,090	37,500	37,500	12,000	0,840							
	Итого за 2 недели с 7 до 11 лет	740,000	46,058	15,512	104,931	745,795	0,928	19,574	1,358,331	5,328	191,016	548,226	207,992	9,989							
415	Крепитель сахарный	100	10,556	13,681	67,915	436,566	0,154	1,600	44,385	5,930	26,787	108,713	15,516	1,483							
	Варенье	200	6,400	5,000	8,000	102,000	0,060	1,600	44,000	5,930	236,000	192,000	32,000	0,200							
	Итого за 2 недели с 7 до 11 лет	300,000	16,956	18,681	75,915	538,566	0,214	1,600	87,205	5,930	262,787	300,713	47,516	1,683							
	Итого за 2 недели с 7 до 11 лет	1,650,000	91,825	50,307	290,156	1,987,202	1,420	25,100	1,548,616	13,050	762,633	1,279,959	325,538	16,336							
Дети/полезия: Среды - 2 недели с 7 до 11 лет																					
№ рецепта	Наименование пищи	Масса порции	Б	ЖК	У	ЭЦ (ккал)	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe							
14	Магги (супривант)	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001	0,988	40,000	0,100	2,400	3,000	0,020	0,020							
173	Капса пшеница молочная	200	5,694	27,655	192,650	1,157	0,988	35,300	0,140	101,972	140,100	35,628	0,920	0,920							
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	0,850	4,950	8,200	4,400	0,850							
	Батон	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055	0,600	9,500	0,600	32,500	6,600	5,600	0,440							
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,440	8,000	0,440	26,000	26,000	5,600	0,440							
	Итого за 2 недели с 7 до 11 лет	300,000	12,514	14,656	83,508	576,138	0,258	1,088	75,700	1,530	209,840	52,128	2,839	2,839							
54	Салат из свеклы с яблоками	60	0,675	4,097	7,074	68,210	0,013	5,600	1,831	17,570	19,360	10,370	0,910	0,910							
88/201	Шу из свежей капусты на бульоне	200	1,613	4,664	9,263	85,381	0,067	20,450	164,320	1,927	27,200	44,000	18,530	0,719							
268	Выпечка мясная с томатным соусом	130	14,539	21,324	14,507	309,311	0,313	1,188	63,980	3,212	30,249	142,219	41,220	1,735							
173	Капса ржаная вялая	150	4,695	4,122	21,180	140,401	0,160	0,396	16,000	0,336	12,040	11,2210	74,220	2,516							
357	Кисель	180	1,800	2,280	0,240	88,110	0,033	0,100	0,500	0,108	1,980	1,620	0,540	0,045							
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	0,330	6,000	0,330	19,500	19,500	4,200	0,330							
	Хлеб ржаного-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	21,900	0,090	37,500	37,500	12,000	0,840							
	Итого за 2 недели с 7 до 11 лет	770,000	26,352	35,437	103,636	839,813	0,706	27,754	244,420	8,244	116,939	376,409	161,080	7,095							
406	Пирожок с вареным стученым молоком	100	11,062	14,066	66,932	438,518	0,144	0,400	50,737	4,742	143,147	170,764	12,022	1,192							
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	0,850	4,950	8,200	4,400	0,850							
	Итого за 2 недели с 7 до 11 лет	300,000	11,262	14,117	79,975	491,906	0,145	0,500	51,237	4,742	148,097	179,004	16,422	2,051							
	Итого за 2 недели с 7 до 11 лет	1,570,000	50,128	64,190	266,519	1,847,857	1,109	29,342	371,807	14,516	391,858	765,253	229,630	11,985							

Дети/неделя: Средн - 1 неделя с 7 до 11 лет																								
№ п/п	Наименование дитя недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Витаминный состав (мг)						Минеральные вещества (мг)										
			Б	Ж	У	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe									
<i>Зимник</i>																								
185	Каша гречневая молочная жаркая	200	9,241	7,776	39,404	264,991	0,256	1,300	40,000	0,450	136,315	241,343	114,306	3,318										
384	Каша гречневая "Каша со ступичным молоком и сахаром"	200	2,460	2,250	16,380	95,610	0,030	0,390	9,000	0,060	9,000	0,060	9,500	32,500	6,500	0,600								
	Балон	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055	1,690	54,500	0,850	160,315	319,043	130,806	5,168										
	<i>Итого за Зимник</i>												19,101	18,216	113,429	690,601	0,381	3,080	104,515	3,110	206,820	379,851	137,112	11,267
<i>Овца</i>																								
65	Салат из моркови с яблоком	60	0,554	3,694	7,685	67,078	0,027	3,400	760,000	1,766	12,660	22,622	15,790	0,607										
82	Борщ из свежих капусты со сметаной на бульоне	200	4,210	4,708	9,690	97,481	0,063	16,454	175,151	1,965	29,862	60,609	18,482	0,962										
392	Пельмени	185	14,444	32,429	50,469	555,054	0,001	354,000	20,000	0,050	14,448	4,200	0,792	0,114										
349	Компот из свежих яблок	200	0,160	0,160	16,894	70,670	0,012	0,080	0,080	0,080	6,400	4,400	3,600	0,919										
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	0,330	19,500	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330										
	Хлеб ржанно-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	21,900	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840										
	<i>Итого за Овца</i>												24,198	42,221	113,988	938,283	0,256	373,974	955,151	4,280	91,270	148,831	54,864	3,722
<i>Позитив</i>																								
406	Пирожок с картошкой начинкой	100	8,632	10,771	48,470	324,989	0,156	6,932	31,917	4,643	31,000	105,068	20,113	1,468										
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	4,950	8,240	8,240	4,400	0,859										
	<i>Итого за Позитив</i>												8,832	10,822	61,513	378,377	0,157	7,032	32,417	4,643	35,950	113,308	24,513	2,327
	<i>Итого за 4 года - 1 неделя с 7 до 11 лет</i>												52,131	71,259	288,050	2 007,261	0,794	382,096	1 042,288	12,034	287,535	581,182	210,183	11,267
Дети/неделя: Четверг - 1 неделя с 7 до 11 лет																								
№ п/п	Наименование дитя недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Витаминный состав (мг)						Минеральные вещества (мг)										
			Б	Ж	У	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe									
<i>Зимник</i>																								
14	Макаро (варшавка)	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001	0,871	40,000	0,100	2,400	3,000	32,040	4,777										
210	Омлет густоуварный	150	25,717	27,354	4,565	367,581	0,158	0,100	0,500	4,950	8,240	8,240	4,400	0,859										
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	4,950	8,240	8,240	4,400											
338	Фрукт (яблоко)	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	15,000	0,680	0,300	24,000	16,500	13,500	3,300										
	Балон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044	0,044	7,600	0,680	7,600	26,000	5,200	0,880										
	<i>Итого за Зимник</i>												29,397	33,655	50,838	645,569	0,249	15,971	533,400	3,112	226,600	474,770	9,436	
<i>Овца</i>																								
52	Салат из свежих отварной	60	0,870	3,055	5,104	51,330	0,012	5,800	1,378	21,460	25,000	12,760	0,812											
96	Распловик московский на бульоне	200	1,958	4,015	13,114	96,881	0,061	7,824	165,631	1,497	21,322	64,330	17,221	0,671										
259	Жареное по-польски	240	17,195	20,370	27,599	360,880	0,253	35,460	58,464	3,404	39,542	228,892	54,697	2,984										
398	Напиток из яблочной шиповника	180	0,476	0,196	16,742	79,660	0,010	140,000	114,380	0,532	2,380	2,380	2,380	0,450										
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	0,330	19,500	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330										
	Хлеб ржанно-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	21,900	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840										
	<i>Итого за Овца</i>												25,329	28,866	91,809	736,951	0,489	189,204	338,475	7,231	118,624	377,602	103,538	6,087
<i>Позитив</i>																								
415	Крепель сахарный	100	10,556	13,681	67,915	416,566	0,154	1,800	40,000	5,930	26,787	108,713	15,516	1,483										
	Чеснок	200	5,600	5,000	9,400	105,000	0,060	1,800	40,000	242,000	188,000	30,000	3,000	1,683										
	<i>Итого за Позитив</i>												16,156	18,681	77,315	541,566	0,214	1,800	83,335	5,930	266,787	296,713	45,516	1,683
	Итого за Четверг - 1 неделя с 7 до 11 лет												70,882	83,202	219,962	1 924,086	0,952	206,975	955,160	16,273	614,011	1 149,085	204,014	17,206

Возрастная группа с 11 лет и старше													
	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)		
	Б	ЖК	У	ЭЦ (ккал)	В1	С	А (и-с-т)	В	С ^н	Р	Мg	Fe	
Получательник - 1 неделя	45,742	57,637	214,741	1 574,302	0,635	389,271	722,747	12,798	307,539	643,068	165,127	8,376	
Вторник - 1 неделя	65,475	40,362	204,762	1 447,792	1,080	80,401	786,014	13,745	253,431	763,164	283,797	12,401	
Среда - 1 неделя	49,598	69,473	260,070	1 867,292	0,784	382,602	1 560,611	9,323	309,863	573,404	234,956	10,825	
Четверг - 1 неделя	68,728	80,976	164,777	1 675,305	0,905	217,166	1 086,168	13,269	439,896	1 079,190	195,945	18,667	
Пятница - 1 неделя	52,247	48,834	209,712	1 492,099	1,048	20,933	609,161	8,649	492,716	837,995	255,867	11,337	
СРЕДНЕЕ за 1 неделю	56,558	59,456	210,812	1 611,358	0,890	218,075	952,940	11,557	360,693	779,364	227,138	12,321	
Получательник - 2 неделя	59,682	49,964	219,998	1 541,954	0,899	403,001	1 022,951	10,773	523,562	927,039	234,221	12,249	
Вторник - 2 неделя	87,098	36,846	246,527	1 675,442	1,453	29,847	2 282,611	8,322	568,372	1 145,269	333,201	16,939	
Среда - 2 неделя	45,261	57,621	215,838	1 567,424	1,144	38,257	374,031	11,503	305,197	701,899	258,007	12,048	
Четверг - 2 неделя	59,443	53,805	201,967	1 532,249	0,902	441,406	1 223,919	13,679	221,960	775,234	248,596	10,729	
Пятница - 2 неделя	56,412	54,916	196,860	1 521,252	0,868	54,294	597,111	11,651	395,722	869,939	210,561	12,240	
СРЕДНЕЕ за 2 недели	61,579	50,630	216,238	1 567,664	1,053	193,361	1 100,125	11,186	402,963	883,876	256,917	12,841	
НОРМА СанПиН	58,969	53,043	213,525	1 589,517	0,972	205,718	1 026,533	11,372	381,898	831,620	242,028	12,581	
Выполнение СанПиН, % от суточной нд	90	92	383	2 720	1,4	70	900	14	1 200	1 200	300	18	
Выполнение СанПиН, % от суточной нд	66%	60%	56%	58%	69%	294%	114%	81%	32%	69%	81%	70%	
Возрастная группа с 11 лет и старше				Итого за									
Завтрак			Обед	Итого за	Цель								
Получательник - 1 неделя	550,000	890,000	1 440,000	1 440,000									
Вторник - 1 неделя	550,000	890,000	1 440,000	1 440,000									
Среда - 1 неделя	550,000	835,000	1 385,000	1 385,000									
Четверг - 1 неделя	600,000	890,000	1 490,000	1 490,000									
Пятница - 1 неделя	550,000	890,000	1 440,000	1 440,000									
Получательник - 2 неделя	590,000	920,000	1 510,000	1 510,000									
Вторник - 2 неделя	640,000	890,000	1 530,000	1 530,000									
Среда - 2 неделя	550,000	920,000	1 470,000	1 470,000									
Четверг - 2 неделя	550,000	890,000	1 440,000	1 440,000									
Пятница - 2 неделя	550,000	920,000	1 470,000	1 470,000									
ИТОГО среднее за 2 недели	550	894	1 462	1 462									
Норма СанПиН	550	800	1 350	1 350									