

СОГЛАСОВАНО



Директор

Солунтоу

Василев В.Н.

«18» января 2024г.

УТВЕРЖДЕНО

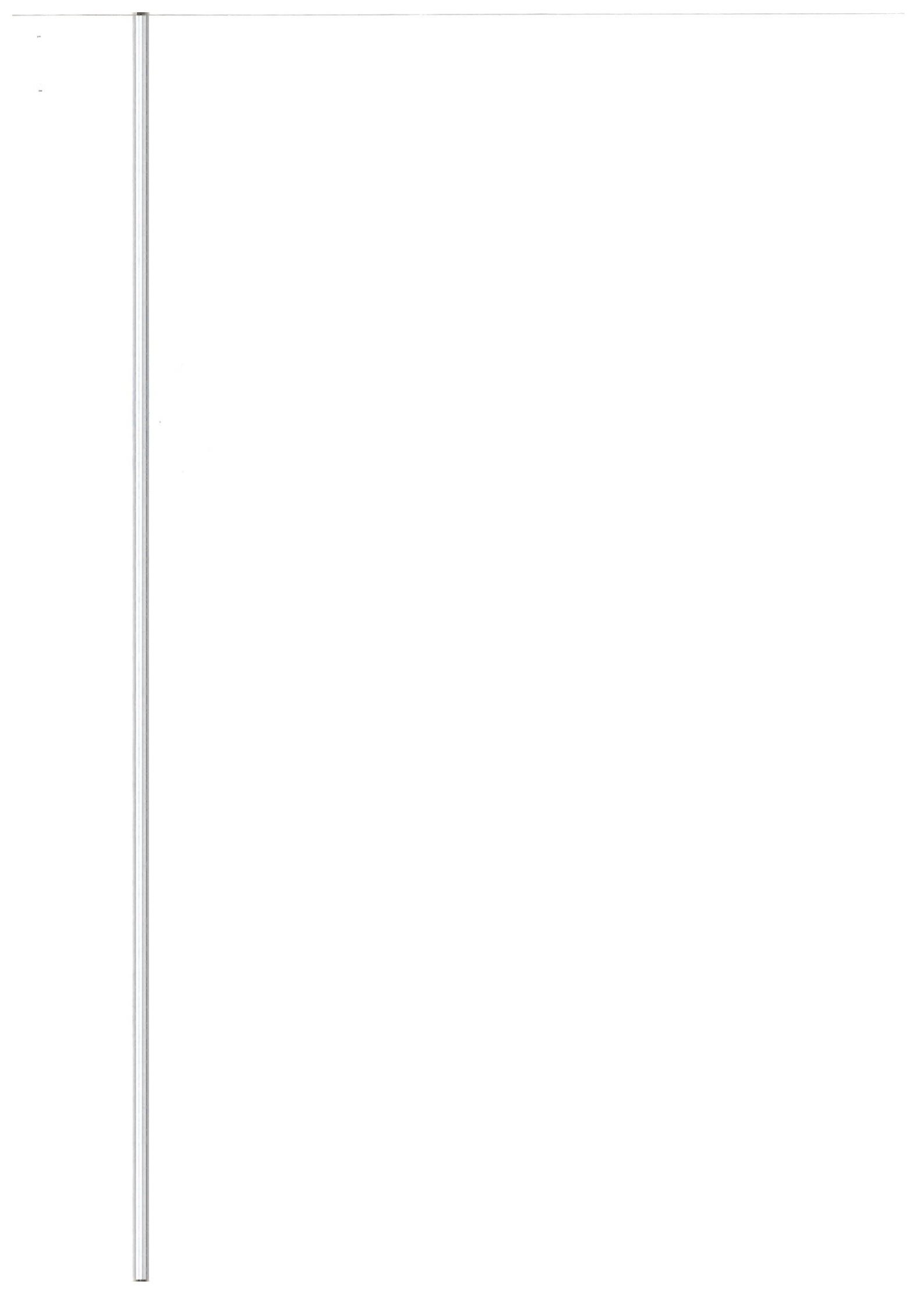
Генеральный директор ООО "Международная кейтеринговая компания"



Финон Т.В.

«1» января 2024г.

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



День/неделя: Понедельник - 1 неделя с 7 до 11 лет

№ реп.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витаминный (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
172	Сыр порционный	20	5,200	5,220	5,400	68,800	0,006	0,160	46,000	0,100	200,000	128,000	9,000	0,200
276	Каша геркулесовая	200	5,419	4,983	26,729	123,211	0,148	0,289	22,200	0,470	107,408	134,730	44,312	1,054
	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,859
	Батон	40	2,800	0,400	88,000	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
	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 Завтрак</i>	<i>500,000</i>	<i>16,659</i>	<i>10,954</i>	<i>77,852</i>	<i>477,899</i>	<i>0,243</i>	<i>1,248</i>	<i>69,700</i>	<i>1,656</i>	<i>327,958</i>	<i>342,970</i>	<i>68,512</i>	<i>3,033</i>
	Яйца очищенные	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	Яйца из свежей курицы на булочке	200	1,613	4,664	9,263	85,581	0,067	20,430	164,520	1,927	27,200	44,000	18,530	0,719
291	Плов из мяса птицы	200	16,517	18,592	35,952	376,681	0,105	3,314	309,240	3,310	25,990	205,860	46,840	1,900
348	Компот из сухофруктов	180	0,234		18,263	74,595	0,005	330,180		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 ржанко-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120		0,090	21,900	37,500	12,000	0,840	
	<i>Итого за Обед</i>	<i>700,000</i>	<i>24,214</i>	<i>29,886</i>	<i>98,128</i>	<i>766,657</i>	<i>0,342</i>	<i>378,464</i>	<i>473,760</i>	<i>7,765</i>	<i>113,160</i>	<i>335,900</i>	<i>95,475</i>	<i>4,401</i>
415	Крепитель сахарный	100	10,556	13,681	67,915	436,566	0,154		43,285	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		4,950	8,240	4,400	0,859
	<i>Итого за Полдник</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>43,785</i>	<i>5,930</i>	<i>31,737</i>	<i>116,933</i>	<i>19,916</i>	<i>2,342</i>
	<i>Итого за Понедельник - 1 неделя с 7 до 11 лет</i>	<i>1 500,000</i>	<i>51,629</i>	<i>54,572</i>	<i>256,938</i>	<i>1 734,510</i>	<i>0,740</i>	<i>379,812</i>	<i>587,245</i>	<i>15,351</i>	<i>472,855</i>	<i>795,823</i>	<i>183,903</i>	<i>9,776</i>

День/неделя: Вторник - 1 неделя с 7 до 11 лет

№ реп.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витаминный (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
	Печенье	50	3,900	7,690	34,645	220,000	0,040		5,500	1,750	14,500	45,000	10,000	1,050
181	Каша манная молочная	200	4,281	3,551	148,791	24,781	0,059	0,988	23,200	0,520	97,888	86,450	14,372	0,318
384	Каша из консервов "Каша со ступенчатым молоком и Батон	200	2,460	2,250	16,380	95,610	0,030	0,390	9,000	0,060				
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>500,000</i>	<i>14,141</i>	<i>13,991</i>	<i>98,806</i>	<i>574,401</i>	<i>0,184</i>	<i>1,378</i>	<i>37,700</i>	<i>2,980</i>	<i>121,888</i>	<i>163,950</i>	<i>30,872</i>	<i>1,968</i>
47	Салат из квашеной капусты	60	0,918	3,078	2,430	42,540	0,014	14,700	1,389	24,420	18,150	8,580	0,450	
102	Суп гороховый на бульоне, 200 ст.оч	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
294	Котлеты рубленные 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
128	Картофельное пюре	150	3,249	3,833	140,182	140,182	0,173	27,995	19,000	0,040	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	0,580	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 ржанко-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>31,015</i>	<i>22,504</i>	<i>94,739</i>	<i>709,362</i>	<i>0,688</i>	<i>55,119</i>	<i>206,911</i>	<i>6,863</i>	<i>164,002</i>	<i>422,289</i>	<i>152,652</i>	<i>7,555</i>
406	Пирожок с вареным ступенчатым 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
	Сок	200	1,100	0,200	24,400	102,000	0,020	4,000	0,200		50,737	4,942	14,000	8,000
	<i>Итого за Полдник</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>4,400</i>	<i>50,737</i>	<i>4,942</i>	<i>143,147</i>	<i>184,764</i>	<i>20,022</i>	<i>1,792</i>
	<i>Итого за Вторник - 1 неделя с 7 до 11 лет</i>	<i>1 540,000</i>	<i>57,318</i>	<i>50,761</i>	<i>284,897</i>	<i>1 824,281</i>	<i>1,036</i>	<i>60,897</i>	<i>295,348</i>	<i>14,785</i>	<i>429,037</i>	<i>771,003</i>	<i>203,546</i>	<i>10,915</i>

№ рец.	День/неделя: Среда - 1 неделя с 7 до 11 лет	Наименование дней недели, блюдо	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Масса порции	Б	Ж		У	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe
<i>Завтрак</i>															
279		Тесто для блинчиков с томатным соусом	120	14,292	15,450	15,154	256,292	0,080	4,138	84,130	5,002	27,020	148,850	44,300	1,791
173		Каша гречневая вязкая	150	4,695	4,122	21,180	140,461	0,160	16,000	16,000	0,336	12,040	112,210	74,220	2,516
377		Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,580	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883
		Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	5,838	100,710	5,786	8,000	26,000	5,600	0,440
		<i>Итого за Завтрак</i>	<i>510,000</i>	<i>22,263</i>	<i>19,947</i>	<i>69,177</i>	<i>345,441</i>	<i>0,286</i>	<i>5,838</i>	<i>100,710</i>	<i>5,786</i>	<i>53,610</i>	<i>296,180</i>	<i>129,000</i>	<i>5,650</i>
<i>Обед</i>															
40		Салат картофельный с морковью	60	2,569	3,521	6,116	66,590	0,061	7,150	330,000	1,032	15,350	53,190	15,450	0,718
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
392		Пельмени	185	14,444	32,429	50,469	555,054	0,001	20,000	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	354,000	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	70,500	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	0,840
		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	12,000	0,840
		<i>Итого за Обед</i>	<i>705,000</i>	<i>26,213</i>	<i>42,048</i>	<i>112,419</i>	<i>937,795</i>	<i>0,290</i>	<i>377,724</i>	<i>525,351</i>	<i>3,547</i>	<i>93,960</i>	<i>179,399</i>	<i>54,524</i>	<i>3,883</i>
<i>Полдник</i>															
406		Пирожок с картофельной начинкой	100	8,632	10,771	48,470	324,989	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	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	8,240	4,950	8,240	4,400	0,859
		<i>Итого за Полдник</i>	<i>300,000</i>	<i>8,832</i>	<i>10,822</i>	<i>61,513</i>	<i>378,377</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 Среда - 1 неделя с 7 до 11 лет</i>	<i>1 515,000</i>	<i>57,308</i>	<i>72,817</i>	<i>243,109</i>	<i>1 861,613</i>	<i>0,733</i>	<i>390,594</i>	<i>658,498</i>	<i>13,976</i>	<i>183,520</i>	<i>588,887</i>	<i>208,037</i>	<i>11,840</i>
День/неделя: Четверг - 1 неделя с 7 до 11 лет															
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe	
<i>Завтрак</i>															
210		Масло порционное	10	0,080	7,250	0,150	66,100	0,001		40,000	0,100	2,400	3,000	37,040	0,020
376		Омлет натуральный	150	25,717	27,354	4,565	367,581	0,158	0,871	492,900	2,032	187,650	421,030	4,777	0,859
		Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	8,240	4,950	8,240	4,400	0,859
338		Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044	15,000	0,045	0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
		Фрукт (яблоко)	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	15,000	0,045	0,300	24,000	16,500	13,500	3,300
		<i>Итого за Завтрак</i>	<i>550,000</i>	<i>29,397</i>	<i>35,655</i>	<i>50,838</i>	<i>645,569</i>	<i>0,249</i>	<i>15,971</i>	<i>533,400</i>	<i>3,112</i>	<i>226,600</i>	<i>474,770</i>	<i>55,140</i>	<i>9,436</i>
<i>Обед</i>															
52		Салат из свежей отварной	60	0,870	3,055	5,104	51,330	0,012	5,800	165,631	1,378	21,460	25,000	12,760	0,812
96		Рассольник московский на бульоне	200	1,958	4,015	13,114	96,881	0,061	7,824	48,720	2,837	21,372	64,330	17,321	0,671
259		Жаркое по-домашнему	200	14,329	16,975	22,999	300,731	0,211	29,549	48,720	2,837	32,950	190,740	45,580	2,487
348		Компот из сухофруктов	180	0,234	0,240	18,263	74,595	0,005	350,180	0,248	0,248	7,470	6,840	4,905	0,192
		Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	70,500	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	0,840
		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	12,000	0,840
		<i>Итого за Обед</i>	<i>700,000</i>	<i>22,221</i>	<i>25,275</i>	<i>88,730</i>	<i>671,737</i>	<i>0,442</i>	<i>393,473</i>	<i>214,351</i>	<i>6,380</i>	<i>111,102</i>	<i>343,910</i>	<i>96,766</i>	<i>5,332</i>
<i>Полдник</i>															
415		Крепитель сахарный	100	10,556	13,681	67,915	436,566	0,154	43,285	40,000	5,930	26,787	108,713	15,516	1,483
		Снежок	200	5,600	5,000	9,400	105,000	0,060	1,800	40,000	242,000	188,000	30,000	30,000	0,200
		<i>Итого за Полдник</i>	<i>300,000</i>	<i>16,156</i>	<i>18,681</i>	<i>77,315</i>	<i>541,566</i>	<i>0,214</i>	<i>45,085</i>	<i>80,000</i>	<i>5,930</i>	<i>268,787</i>	<i>296,713</i>	<i>45,516</i>	<i>1,683</i>
		<i>Итого за Четверг - 1 неделя с 7 до 11 лет</i>	<i>1 550,000</i>	<i>67,774</i>	<i>79,611</i>	<i>216,883</i>	<i>1 858,872</i>	<i>0,905</i>	<i>411,244</i>	<i>831,036</i>	<i>15,422</i>	<i>606,489</i>	<i>1 115,393</i>	<i>197,422</i>	<i>16,451</i>

День/неделя: Пятница - 1 неделя с 7 до 11 лет

№ п/п	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витаминный (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe				
	Сгущенное молоко	20	1.440	1.700	11.100	65,600	0,012	0,200	8,400	63,400	45,800	6,800	0,040					
	Блины, 1 шт	100	5.890	8.200	28.000	209,000												
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	4,950	8,240	4,400	0,859					
348	Сок 200 мл в ял.уп.	200																
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>520,000</i>	<i>7,440</i>	<i>9,951</i>	<i>74,343</i>	<i>417,988</i>	<i>0,033</i>	<i>2,300</i>	<i>8,900</i>	<i>68,350</i>	<i>68,040</i>	<i>19,200</i>	<i>3,699</i>					
67	Винегрет овощной	60	0,919	4,109	4,888	60,470	0,058	6,100	160,450	1,833	11,900	26,760	12,095	0,464				
103	Суп с варениками на бульоне	200	4,178	2,279	9,915	76,291	0,053	5,004	170,831	1,078	13,522	45,819	10,042	0,602				
268	Котлета рыбные из мяса	90	14,197	16,290	12,523	254,991	0,306	0,600	2,480	1,384	24,680	136,340	38,700	1,601				
173	Каша гречневая вязкая	150	4,695	4,122	21,180	140,401	0,160	16,000	0,336	12,040	112,210	74,220	2,516					
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	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	0,120	0,600	6,000	19,500	4,200	0,350					
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,690	21,900	37,500	12,000	0,840					
	<i>Итого за Обед</i>	<i>740,000</i>	<i>29,019</i>	<i>28,081</i>	<i>89,801</i>	<i>729,751</i>	<i>0,711</i>	<i>11,924</i>	<i>350,211</i>	<i>5,051</i>	<i>94,792</i>	<i>386,369</i>	<i>155,657</i>	<i>7,209</i>				
406	Пирожок с вареным картофельным 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	4,950	8,240	4,400	0,859					
	<i>Итого за Поздник</i>	<i>300,000</i>	<i>11,262</i>	<i>14,117</i>	<i>79,975</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 Пятница - 1 неделя с 7 до 11 лет</i>	<i>1 560,000</i>	<i>47,721</i>	<i>52,149</i>	<i>244,319</i>	<i>1 639,645</i>	<i>0,889</i>	<i>14,724</i>	<i>410,348</i>	<i>9,793</i>	<i>311,239</i>	<i>633,413</i>	<i>191,279</i>	<i>12,959</i>				

День/неделя: Понедельник - 2 неделя с 7 до 11 лет

№ п/п	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витаминный (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe				
204	Рожки отварные с сыром	180	13,692	10,997	45,892	338,752	0,119	0,200	77,500	1,150	270,910	219,550	22,090	1,358				
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	4,950	8,240	4,400	0,859					
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,440	0,300	24,000	16,500	13,500	3,300					
338	Фрукт (яблоко)	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	15,000	0,300	24,000	16,500	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>556,640</i>	<i>0,209</i>	<i>15,300</i>	<i>78,000</i>	<i>1,890</i>	<i>307,860</i>	<i>270,290</i>	<i>45,590</i>	<i>5,957</i>				
47	Суп из кашеиной капусты	60	0,918	3,078	2,430	42,540	0,014	14,700	1,389	24,420	18,150	8,580	0,450					
102	Суп гороховый на бульоне, 200 г и ч.ч	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				
290/330	Гречка крупине, тушение в сметанном соусе	120	32,151	6,626	1,492	194,201	0,098	0,028	19,150	2,112	21,262	236,880	117,136	1,948				
171	Каша рисовая рассыпчатая	150	4,008	4,279	33,072	187,051	0,043	16,000	0,570	8,880	81,450	26,720	0,567					
342	Компот ассорти	180	0,054	0,198	12,552	57,240												
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	0,120	0,600	6,000	19,500	4,200	0,350					
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,690	21,900	37,500	12,000	0,840					
	<i>Итого за Обед</i>	<i>770,000</i>	<i>49,803</i>	<i>20,779</i>	<i>93,822</i>	<i>769,133</i>	<i>0,508</i>	<i>372,452</i>	<i>205,981</i>	<i>6,895</i>	<i>116,264</i>	<i>499,159</i>	<i>199,648</i>	<i>5,986</i>				
406	Пирожок с картофельной начинкой	100	8,632	10,771	48,470	324,989	0,156	6,932	31,937	4,643	51,000	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	4,400	0,859					
	<i>Итого за Поздник</i>	<i>300,000</i>	<i>8,832</i>	<i>10,822</i>	<i>61,513</i>	<i>378,377</i>	<i>0,157</i>	<i>7,032</i>	<i>32,437</i>	<i>4,643</i>	<i>35,950</i>	<i>113,508</i>	<i>24,513</i>	<i>2,327</i>				
	<i>Итого за Понедельник - 2 неделя с 7 до 11 лет</i>	<i>1 640,000</i>	<i>76,167</i>	<i>43,569</i>	<i>248,650</i>	<i>1 704,150</i>	<i>0,874</i>	<i>394,784</i>	<i>316,418</i>	<i>13,428</i>	<i>460,074</i>	<i>882,757</i>	<i>269,751</i>	<i>14,270</i>				

День/неделя: Вторник - 2 неделя с 7 до 11 лет														
№ реп.	Наименование дней недели, блюда	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>Завтрак</i>														
188	Запеканка рисовая с творогом и ступенным 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
384	Кофейный напиток	200	2,220	2,250	16,320	94,500	0,050	0,790	9,000	0,060	7,600	26,000	5,200	0,480
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044	0,480					8,000	2,800
348	Сок 200 мл в индуп.	200			22,400	90,000	0,020	2,000					14,000	8,000
	<i>Итого за Завтрак</i>	610,000	27,831	15,854	103,556	672,971	0,218	3,016	92,000	1,852	188,830	340,920	56,030	4,525
<i>Обед</i>														
42	Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,064	4,156	5,964	65,780	0,051	8,000	0,700	1,800	9,150	28,780	11,380	0,448
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	21,754	2,146	21,754	141,877	66,400	1,449
173	Каша гречневая вязкая	150	4,695	4,122	21,180	140,401	0,160	16,000	16,000	0,336	12,040	112,210	74,220	2,516
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,500	0,350	6,000	19,500	4,400	0,856
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,090	21,900	37,500	12,000	0,840
	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>	740,000	33,780	19,631	88,951	669,015	0,546	24,674	199,031	6,667	105,656	408,716	191,082	7,401
<i>Полдник</i>														
415	Крепитель сахарный	100	10,556	13,681	67,915	436,566	0,154		43,285	5,930	26,787	108,713	15,516	1,483
	Варениц	200	6,400	5,000	8,000	102,000	0,060	1,600	44,000		236,000	192,000	32,000	0,200
	<i>Итого за Полдник</i>	300,000	16,956	18,681	75,915	538,566	0,214	1,600	87,285	5,930	262,787	300,713	47,516	1,683
<i>Итого за Вторник - 2 неделя с 7 до 11 лет</i>														
		1 650,000	78,567	54,166	268,422	1 880,552	0,978	29,290	378,316	14,449	557,273	1 050,549	294,628	13,609
День/неделя: Среда - 2 неделя с 7 до 11 лет														
№ реп.	Наименование дней недели, блюда	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>Завтрак</i>														
173	Масло сливочное	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001		40,000	0,100	2,400	3,000		0,020
376	Каша пшеничная молочная	200	5,670	4,340	27,616	172,820	0,157	0,988	23,200	0,110	101,252	139,200	35,628	0,914
	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	0,850	9,500	32,500	6,500	0,600
	Батон	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044							
	<i>Итого за Завтрак</i>	500,000	12,490	12,461	83,469	496,308	0,258	1,088	63,700	1,500	126,102	208,940	52,128	2,833
<i>Обед</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
101	Суп картофельный с крупой	200	4,202	2,348	12,155	85,915	0,084	12,064	150,893	0,964	15,230	63,134	18,046	0,822
268	Биточки мясные с томатным соусом	120	14,539	21,324	14,507	309,311	0,313	1,188	63,950	3,712	30,249	142,219	41,220	1,735
202	Рожки отварные	150	6,414	3,656	40,944	222,482	0,099	16,000	16,000	0,910	19,340	53,160	9,720	0,994
349	Компот из свежих яблок	180	0,144	0,144	15,204	63,602	0,011	353,600		0,072	5,760	3,960	3,240	0,827
	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 Обед</i>	770,000	30,999	31,757	117,164	880,840	0,672	372,772	230,843	7,456	119,939	344,473	101,186	6,360
<i>Полдник</i>														
406	Пирожок с вареным сгущенным 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	9,500	32,500	6,500	0,600
	<i>Итого за Полдник</i>	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
<i>Итого за Среда - 2 неделя с 7 до 11 лет</i>														
		1 570,000	54,751	58,335	280,608	1 869,054	1,075	374,360	345,780	13,698	394,138	732,417	169,736	11,244

День/неделя: Четверг - 2 неделя с 7 до 11 лет

№ реп.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe				
294	Горошек зеленый отварной	30	0,930	0,060	1,950	12,000	0,033	3,000	3,000	0,060	6,000	18,600	6,300	0,210				
171	Котлеты рыбные из мяса щуки	90	14,084	8,796	12,222	187,701	0,116	3,000	16,500	2,692	31,110	135,520	57,470	1,508				
376	Чай с сахаром	150	4,008	4,279	33,972	187,001	0,083	0,000	16,000	0,570	8,880	81,450	26,720	0,567				
	Хлеб пшеничный	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	0,440	4,950	8,240	4,400	0,859				
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>510,000</i>	<i>22,262</i>	<i>13,506</i>	<i>80,480</i>	<i>534,180</i>	<i>0,267</i>	<i>6,100</i>	<i>33,000</i>	<i>3,672</i>	<i>58,940</i>	<i>269,810</i>	<i>100,490</i>	<i>3,584</i>				
	<i>Обед</i>																	
	Овурца солёные порционные	60	0,480	0,060	1,020	7,800	0,012	3,000	3,000	0,060	13,800	14,400	8,400	0,360				
88,2011	Щи из свежей капусты на бульоне	200	1,613	4,664	9,263	85,881	0,067	20,450	164,520	1,977	27,200	44,000	18,530	0,719				
289	Рату овощное из птицы	200	15,513	18,352	19,926	305,791	0,191	24,293	454,320	2,972	36,610	197,240	47,420	2,479				
348	Комлот из сухofруктов	180	0,234	1,805	18,263	74,595	0,005	330,180		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	0,330	6,000	19,500	4,200	4,200	0,330				
	Хлеб ржано-пшеничный	30	0,990	77,700	14,490	77,700	0,120	0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	8,840	0,840				
	<i>Итого за Обед</i>	<i>700,000</i>	<i>22,670</i>	<i>24,306</i>	<i>77,222</i>	<i>621,967</i>	<i>0,428</i>	<i>398,043</i>	<i>621,840</i>	<i>5,627</i>	<i>112,980</i>	<i>319,480</i>	<i>95,455</i>	<i>4,920</i>				
	<i>Полдник</i>																	
406	Пирожок с картофельной начинкой	100	8,632	10,771	48,470	324,989	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	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	0,440	4,950	8,240	4,400	0,859				
	<i>Итого за Полдник</i>	<i>300,000</i>	<i>8,832</i>	<i>10,822</i>	<i>61,513</i>	<i>378,377</i>	<i>0,157</i>	<i>7,032</i>	<i>32,437</i>	<i>4,643</i>	<i>33,950</i>	<i>113,308</i>	<i>24,513</i>	<i>2,327</i>				
	<i>Итого за Четверг - 2 неделя с 7 до 11 лет</i>	<i>1 510,000</i>	<i>53,764</i>	<i>48,634</i>	<i>219,715</i>	<i>1 534,524</i>	<i>0,852</i>	<i>411,175</i>	<i>687,277</i>	<i>13,942</i>	<i>207,870</i>	<i>702,598</i>	<i>220,458</i>	<i>10,831</i>				

День/неделя: Пятница - 2 неделя с 7 до 11 лет

№ реп.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe				
209	Ябло отварное	50	12,700	11,500	0,700	157,000	0,070	1,209	230,000	0,600	55,000	192,000	12,000	2,500				
175	Каши молочная "Дружба"	200	5,833	6,708	33,771	219,471	0,128	1,209	38,600	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	0,580	0,008	9,120	4,880	7,000	0,883				
	Хлеб пшеничный	50	3,800	0,400	24,600	117,500	0,055	0,550	10,000	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>0,253</i>	<i>2,909</i>	<i>289,180</i>	<i>1,317</i>	<i>194,200</i>	<i>383,340</i>	<i>59,390</i>	<i>4,729</i>				
	<i>Обед</i>																	
	Икра овощная	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	170,831	1,078	13,322	43,819	10,042	0,602				
229	Рыба, тушеная с овощами	120	19,384	16,898	1,331	198,755	0,133	1,856	192,618	2,440	52,783	279,816	66,878	1,079				
128	Картофельное пюре	150	3,249	3,833	23,153	140,182	0,173	27,995	19,000	0,040	40,220	96,820	34,510	1,332				
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,500	0,330	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	4,200	0,330				
	Хлеб ржано-пшеничный	30	0,990	77,700	14,490	77,700	0,120	0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	8,840	0,840				
	<i>Итого за Обед</i>	<i>770,000</i>	<i>32,861</i>	<i>29,691</i>	<i>81,004</i>	<i>694,426</i>	<i>0,525</i>	<i>39,275</i>	<i>382,949</i>	<i>5,838</i>	<i>163,775</i>	<i>509,895</i>	<i>141,030</i>	<i>5,459</i>				
	<i>Полдник</i>																	
415	Крепитель сахарный	100	10,556	13,681	67,915	436,566	0,154	4,000	43,385	5,930	26,787	108,713	15,516	1,483				
	Сок	200	1,100	0,200	24,400	102,000	0,020	4,000	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>43,385</i>	<i>6,130</i>	<i>26,787</i>	<i>122,713</i>	<i>23,516</i>	<i>2,083</i>				
	<i>Итого за Пятница - 2 неделя с 7 до 11 лет</i>	<i>1 570,000</i>	<i>67,086</i>	<i>62,235</i>	<i>245,643</i>	<i>1 781,711</i>	<i>0,954</i>	<i>46,184</i>	<i>715,414</i>	<i>13,285</i>	<i>384,762</i>	<i>1 015,948</i>	<i>223,936</i>	<i>12,271</i>				

Возрастная группа с 7 до 11 лет

	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
	Б	Ж	У	У		В1	С	А (МКГ)	Е	Са	Р	Мg	Fe		
Понедельник - 1 неделя	51,629	54,572	256,938	1 734,510	0,740	379,812	587,245	15,351	472,855	795,823	183,903	9,776			
Вторник - 1 неделя	57,318	50,761	284,897	1 824,281	1,036	60,897	295,348	14,785	429,037	771,003	203,546	10,915			
Среда - 1 неделя	57,308	72,817	243,109	1 861,613	0,733	390,594	658,496	13,976	183,520	588,887	209,037	11,840			
Четверг - 1 неделя	67,774	79,611	216,883	1 858,872	0,905	411,244	831,036	15,322	606,489	1 115,393	197,422	16,451			
Пятница - 1 неделя	47,721	52,149	244,319	1 639,645	0,889	14,724	410,348	9,793	311,239	633,413	191,279	12,959			
СРЕДНЕЕ за 1 неделю	56,350	61,982	249,229	1 783,784	0,861	251,454	556,495	13,865	400,628	780,904	196,837	12,388			
Понедельник - 2 неделя	76,167	43,569	248,650	1 704,150	0,874	394,784	316,418	13,428	460,074	882,757	269,751	14,270			
Вторник - 2 неделя	78,567	54,166	268,422	1 880,552	0,978	29,290	378,316	14,449	557,273	1 050,349	294,628	13,609			
Среда - 2 неделя	54,751	58,335	280,608	1 869,054	1,075	374,360	345,780	13,698	394,138	732,417	169,736	11,244			
Четверг - 2 неделя	53,764	48,634	219,715	1 534,524	0,852	411,175	687,277	13,942	207,870	702,598	220,458	10,831			
Пятница - 2 неделя	67,086	62,235	245,643	1 781,711	0,954	46,184	715,414	13,285	384,762	1 015,948	223,936	12,271			
СРЕДНЕЕ за 2 недели	66,067	53,388	252,608	1 753,998	0,947	251,159	488,641	13,760	400,823	876,814	235,702	12,445			
ИТОГО среднее за 2 недели	61,209	57,685	250,919	1 768,891	0,904	251,307	522,568	13,813	400,726	828,859	216,270	12,417			
Норма СанПиН	77	79	335	2 350	1,2	60	700	12	1 100	1 100	250	12			
Выполнение СанПиН, % от суточной нормы	79%	73%	75%	75%	75%	419%	75%	115%	36%	75%	87%	103%			

Возрастная группа с 7 до 11 лет

	Завтрак	Обед	Полдник	Итого за день
Понедельник - 1 неделя	500,000	700,000	300,000	1 500,000
Вторник - 1 неделя	500,000	740,000	300,000	1 540,000
Среда - 1 неделя	510,000	705,000	300,000	1 515,000
Четверг - 1 неделя	550,000	700,000	300,000	1 550,000
Пятница - 1 неделя	520,000	740,000	300,000	1 560,000
Понедельник - 2 неделя	570,000	770,000	300,000	1 640,000
Вторник - 2 неделя	610,000	740,000	300,000	1 650,000
Среда - 2 неделя	500,000	770,000	300,000	1 570,000
Четверг - 2 неделя	510,000	700,000	300,000	1 510,000
Пятница - 2 неделя	500,000	770,000	300,000	1 570,000
ИТОГО среднее за 2 недели	527	734	300	1 561
Норма СанПиН	500	700	300	1 500

№ реп.	Наименование линей недели, блгод	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витаминны (мг)						Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Мг	Fe	
<i>Итого за Завтрак</i>																
173	Чай ледяной	20	5,200	5,220		68,800	0,006	0,160	46,000	0,100	200,000	128,000	9,000	0,200		
173	Капша геркулесовая	280	6,222	6,203		217,338	0,185	1,235	29,000	0,245	124,444	192,450	55,401	1,320		
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051		13,043	0,001	0,100	0,500		4,950	8,210	4,400	0,859		
	Батон	40	2,800	0,400		18,400	0,044			0,680	7,600	26,000	5,600	0,480		
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,330		19,680	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440		
<i>Итого за Обед</i>																
		550,000	18,013	12,194		84,584	0,280	1,495	75,500	1,765	354,994	381,600	79,601	3,299		
<i>Итого за Завтрак</i>																
	Икра овощная	100	1,700	9,000		136,000	0,020	7,000		3,100	41,000	37,000	15,000	0,700		
88	Шд из свежей капусты на бульоне	250	2,046	5,872		107,823	0,084	25,678	206,311	2,431	37,243	56,141	23,572	0,940		
291	Плов из мяса птицы	250	20,805	24,104		45,757	0,156	4,889	461,900	4,496	33,630	262,530	60,680	2,431		
348	Компот из сухофруктов	180	0,234			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	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440		
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,400	1,320		19,320	0,160	0,160		0,120	29,200	50,000	16,000	1,120		
<i>Итого за Обед</i>																
		860,000	31,285	40,616		123,711	0,449	387,907	668,211	10,835	156,543	438,511	125,757	5,823		
<i>Итого за Полдесьянык - 1 неделя с 11 лет и старше</i>																
		1 410,000	49,298	52,810		208,295	0,729	389,402	743,711	12,600	511,537	820,201	205,538	9,122		
<i>Итого за Вторник - 1 неделя с 11 лет и старше</i>																
№ реп.	Наименование линей недели, блгод	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витаминны (мг)						Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Мг	Fe	
<i>Итого за Завтрак</i>																
	Печенье	50	3,900	7,690		220,000	0,040	1,235	5,500	1,750	14,500	45,000	10,000	1,050		
181	Капша мянная молочная	250	5,351	4,438		30,557	0,073	0,390	29,000	0,400	122,544	108,100	17,976	0,398		
384	Какао из консервов "Какао со ступенчатым молоком и Батон	200	2,460	2,250		16,380	0,030		9,000	0,060			6,500	0,600		
		50	3,500	0,500		23,000	0,055			0,850	9,500	32,500	6,500	0,600		
<i>Итого за Завтрак</i>																
		550,000	15,211	14,878		104,582	0,198	1,625	43,500	3,060	146,544	185,600	34,476	2,048		
<i>Итого за Обед</i>																
47	Салат из квашеной капусты	100	1,530	5,130		70,901	0,023	24,501		2,315	40,701	30,249	14,300	0,750		
102	Суп гороховый на бульоне, 250 ст/н оч	250	9,622	6,890		174,895	0,251	9,504	213,531	3,005	42,232	132,096	38,761	2,268		
294	Котлета рубленая из мяса птицы	100	15,443	10,656		214,031	0,156	3,400	20,950	3,091	32,260	149,040	63,160	1,639		
128	Картофельное пюре	180	3,904	4,745		27,818	0,208	33,634	23,600	0,050	46,860	116,000	41,370	1,589		
377	Чай с лимоном	180	0,055	0,236		50,758	0,002	1,700	0,580	0,008	6,550	9,120	4,880	0,880		
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320		19,680	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440		
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,400	1,320		19,320	0,160	0,160		0,120	29,200	50,000	16,000	1,120		
<i>Итого за Обед</i>																
		890,000	37,175	29,116		115,575	0,844	72,899	258,661	9,029	206,803	512,565	184,071	8,686		
<i>Итого за Вторник - 1 неделя с 11 лет и старше</i>																
		1 440,000	52,386	43,994		220,157	1,487,998	1,042	74,524	302,161	12,089	698,165	218,547	10,734		

День/неделя: Среда - 1 неделя с 11 лет и старше															
№ реп.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У	У		В1	С	А	А	Е	Са	Р	Мg
<i>Завтрак</i>															
279	Пюре из овощей 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	
173	Каша гречневая вязкая	180	5,585	5,078	25,190	168,571	0,190	20,000	20,000	0,402	15,680	133,370	68,230	2,987	
377	Чай с лимоном	200	0,336	0,085	13,163	54,748	0,002	1,700	0,380	0,008	6,330	9,120	4,680	0,883	
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044		0,440	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440	
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>550,000</i>	<i>24,448</i>	<i>21,445</i>	<i>73,706</i>	<i>585,721</i>	<i>0,319</i>	<i>5,588</i>	<i>84,980</i>	<i>5,877</i>	<i>54,950</i>	<i>327,900</i>	<i>146,080</i>	<i>6,211</i>	
<i>Обед</i>															
40	Салат картофельный с морковью	100	4,282	5,865	10,193	110,954	0,101	11,917	550,000	1,719	25,584	88,650	25,750	1,197	
82	Борщ 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	
392	Пельмени	205	16,044	35,629	56,069	613,054	0,001	20,000	0,080	0,500	14,448	4,200	0,792	0,114	
349	Компот из свежих яблок	200	0,160	0,160	16,894	70,670	0,012	354,000	0,080	6,400	4,400	3,600	0,919	0,191	
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044		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	29,200	50,000	16,000	1,120	0,440	
	<i>Итого за Обед</i>	<i>835,000</i>	<i>31,551</i>	<i>49,202</i>	<i>134,201</i>	<i>1 111,369</i>	<i>0,396</i>	<i>386,854</i>	<i>787,111</i>	<i>4,880</i>	<i>120,094</i>	<i>245,179</i>	<i>75,133</i>	<i>4,966</i>	
	<i>Итого за Среда - 1 неделя с 11 лет и старше</i>	<i>1 385,000</i>	<i>55,999</i>	<i>70,647</i>	<i>207,907</i>	<i>1 697,090</i>	<i>0,715</i>	<i>392,442</i>	<i>872,091</i>	<i>10,757</i>	<i>175,044</i>	<i>573,079</i>	<i>221,213</i>	<i>11,177</i>	
День/неделя: Четверг - 1 неделя с 11 лет и старше															
№ реп.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У	У		В1	С	А	А	Е	Са	Р	Мg
<i>Завтрак</i>															
210	Масло порционное	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001		40,000	0,100	2,400	3,000		0,020	
376	Омлет натуральный	200	34,237	36,758	6,068	492,401	0,210	1,157	656,300	2,854	248,390	560,190	42,560	6,351	
	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,300		4,950	8,240	4,400	0,859	
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480	
338	Фрукт (яблоко)	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	15,000		0,300	24,000	16,500	13,500	3,300	
	<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>0,301</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	Салат из свежих отварной	100	1,440	5,091	8,448	85,270	0,019	9,600		2,296	35,520	41,380	21,120	1,344	
96	Рассольник московский на бульоне	250	2,594	5,225	16,047	121,362	0,076	9,779	206,781	1,975	25,303	78,460	21,372	0,821	
259	Жаркое по-домашнему	250	17,913	21,220	28,749	375,929	0,263	36,937	60,904	3,546	41,190	238,437	56,977	3,109	
348	Компот из сухофруктов	180	0,234		18,763	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		0,440	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	29,200	50,000	16,000	1,120	0,440	
	<i>Итого за Обед</i>	<i>860,000</i>	<i>28,421</i>	<i>33,176</i>	<i>110,307</i>	<i>854,756</i>	<i>0,567</i>	<i>406,656</i>	<i>267,685</i>	<i>8,625</i>	<i>146,683</i>	<i>441,117</i>	<i>125,974</i>	<i>7,026</i>	
	<i>Итого за Четверг - 1 неделя с 11 лет и старше</i>	<i>1 460,000</i>	<i>66,338</i>	<i>78,235</i>	<i>162,848</i>	<i>1 625,145</i>	<i>0,868</i>	<i>422,913</i>	<i>964,485</i>	<i>12,559</i>	<i>434,023</i>	<i>1 055,047</i>	<i>191,634</i>	<i>18,036</i>	

Лепь/неделя: Пятница - 1 неделя с 11 лет и старше		Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
№ реп.	Наименование дней недели, блюда		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe				
	Сухое молоко	20	1.440	1.700	11.100	65.600	0.012	0.200	8.400	63.400	45.800	6.800	0.040					
	Ваниль - 1 чгг	200	11.600	16.400	56.000	418.000	0.001	0.100	0.500	4.950	8.240	4.400	0.859					
376	Чай с сахаром	200	0.200	0.051	13.043	53.388	0.020	2.000	0.030	14.000	8.000	2.800	2.800					
348	Сок 200 мл в инд.уп.	200			22.400	90.000	0.020	2.300	8.900	68.350	68.040	19.200	3.699					
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>620,000</i>	<i>13,240</i>	<i>18,151</i>	<i>102,543</i>	<i>626,988</i>	<i>0,033</i>	<i>4,600</i>	<i>9,030</i>	<i>89,750</i>	<i>82,090</i>	<i>24,000</i>	<i>7,775</i>					
	Винегрет овощной	100	1.557	1.184	8.227	104.229	0.065	10.262	280.750	3.205	19.904	45.316	20.446					
67	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					
103	Котлета рубленая из мяса	100	15.777	17.750	14.276	281.711	0.341	0.700	1.442	27.740	151.560	43.090	1.789					
268	Капса гречневая вязкая	180	5.585	5.078	25.190	168.571	0.190	20.000	0.402	13.680	133.370	88.220	2.987					
173	Чай с сахаром	180	0.200	0.051	12.045	49.398	0.001	0.100	0.500	4.950	8.240	4.400	0.856					
376	Хлеб пшеничный	40	3.040	0.320	19.680	94.000	0.044	0.160	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	29.200	50.000	16.000	1.120					
	<i>Итого за Обед</i>	<i>890,000</i>	<i>34,111</i>	<i>35,033</i>	<i>111,170</i>	<i>808,850</i>	<i>0,865</i>	<i>17,326</i>	<i>514,781</i>	<i>7,169</i>	<i>118,836</i>	<i>467,225</i>	<i>190,307</i>					
	Пюре за Пятница - 1 неделя с 11 лет и старше	1.510.000	47.351	53.184	213.713	1.525.838	0.898	19.826	523.681	7.169	187.486	535.265	209.507					
	Пюре за Суббота - 1 неделя с 11 лет и старше	1.510.000	47.351	53.184	213.713	1.525.838	0.898	19.826	523.681	7.169	187.486	535.265	209.507					
	Рожки отварные с сыром	200	15.250	12.596	50.840	379.342	0.131	0.224	88.400	1.280	302.480	245.140	24.560					
204	Чай с сахаром	200	0.200	0.051	13.043	53.388	0.001	0.100	0.500	4.950	8.240	4.400	0.859					
376	Хлеб пшеничный	40	3.040	0.320	19.680	94.000	0.044	0.160	0.440	8.000	26.000	5.600	0.440					
338	Фрукт (яблоко)	150	0.600	0.600	14.700	70.500	0.045	15.000	0.300	24.000	16.500	13.500	3.300					
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>590,000</i>	<i>19,090</i>	<i>13,567</i>	<i>98,263</i>	<i>597,230</i>	<i>0,221</i>	<i>15,524</i>	<i>88,900</i>	<i>2,020</i>	<i>339,430</i>	<i>295,880</i>	<i>48,060</i>					
	Салат из квашеной капусты	100	1.530	5.130	4.050	70.901	0.023	24.501	2.315	40.701	30.249	14.300	0.750					
47	Суп гороховый на бульоне, 250 г/н оч	250	9.622	6.890	18.781	174.893	0.251	9.504	213.531	3.005	42.232	132.096	38.761					
102	Гречка крупная, тушеная в сметанном соусе	130	35.691	6.911	1.552	211.151	0.109	0.028	20.500	2.196	22.020	262.440	130.010					
290/330	Каши рисовая рассыпчатая	180	4.841	5.290	39.938	226.971	0.052	20.000	0.690	10.000	98.250	32.220	0.679					
171	Компот ассорти	180	0.198	0.054	57.240	12.552	0.044	350.000	0.440	8.000	26.000	5.600	0.440					
342	Хлеб пшеничный	40	3.040	0.320	19.680	94.000	0.160	0.160	0.120	29.200	50.000	16.000	1.120					
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3.400	1.320	19.320	103.600	0.160	0.160	0.120	29.200	50.000	16.000	1.120					
	<i>Итого за Обед</i>	<i>920,000</i>	<i>38,322</i>	<i>25,015</i>	<i>115,873</i>	<i>938,756</i>	<i>0,639</i>	<i>384,193</i>	<i>254,031</i>	<i>8,766</i>	<i>152,153</i>	<i>599,035</i>	<i>236,891</i>					
	Пюре за Понедельник - 2 недели с 11 лет и старше	1.510.000	77.412	39.482	214.136	1.535.986	0.860	399.517	342.931	10.786	491.583	894.915	284.951					

День/неделя: Вторник - 2 неделя с 11 лет и старше														
№ рен.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe
<i>Завтрак</i>														
188	Запеканка рисовая с творогом и ступленным 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
384	Кофейный напиток	200	7,720	2,250	16,320	94,500	0,030	0,390	9,000	0,060				
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
348	Сок 200 мл в излуп.	200			22,400	90,000	0,020	2,000			14,000		8,000	2,800
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>640,000</i>	<i>31,963</i>	<i>17,862</i>	<i>110,470</i>	<i>736,121</i>	<i>0,240</i>	<i>3,100</i>	<i>106,800</i>	<i>1,898</i>	<i>211,200</i>	<i>390,020</i>	<i>62,970</i>	<i>4,747</i>
<i>Обед</i>														
42	Салат картофельный с зеленым горошком	100	1,777	6,931	9,961	109,764	0,086	13,359	1,167	3,002	15,328	48,113	19,002	0,749
82	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	250	4,625	5,908	12,045	119,091	0,078	20,777	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	7,200	2,589	24,260	157,930	73,840	1,615	
173	Каша гречневая вязкая	180	5,585	5,078	25,190	168,571	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	49,598	0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,856
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044			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	29,200	50,000	16,000	1,120
	<i>Итого за Обед</i>	<i>890,000</i>	<i>39,528</i>	<i>25,571</i>	<i>110,484</i>	<i>832,085</i>	<i>0,691</i>	<i>34,396</i>	<i>245,978</i>	<i>8,824</i>	<i>131,880</i>	<i>495,582</i>	<i>230,453</i>	<i>8,943</i>
	<i>Итого за Вторник - 2 неделя с 11 лет и старше</i>	<i>1 530,000</i>	<i>71,491</i>	<i>43,433</i>	<i>220,954</i>	<i>1 568,206</i>	<i>0,931</i>	<i>37,496</i>	<i>352,778</i>	<i>10,722</i>	<i>343,080</i>	<i>885,602</i>	<i>293,423</i>	<i>13,690</i>
День/неделя: Среда - 2 неделя с 11 лет и старше														
№ рен.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe
<i>Завтрак</i>														
	Масло порционное	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001	0,130	40,000	0,100	2,400	3,000		0,020
173	Каша пшеничная молочная	250	7,088	5,426	34,521	216,076	0,196	1,235	29,000	0,138	126,565	174,000	44,535	1,142
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,859
	Батон	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055			0,850	9,500	32,500	6,500	0,600
	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 Завтрак</i>	<i>550,000</i>	<i>13,908</i>	<i>13,547</i>	<i>90,374</i>	<i>539,514</i>	<i>0,297</i>	<i>1,335</i>	<i>69,500</i>	<i>1,528</i>	<i>151,415</i>	<i>243,740</i>	<i>61,035</i>	<i>3,061</i>
<i>Обед</i>														
52	Салат из свежесы отварной	100	1,440	5,091	8,448	85,270	0,019	9,600		2,296	35,520	41,380	21,120	1,344
101	Суп картофельный с крупой	250	4,578	2,916	15,196	104,698	0,103	15,080	185,964	1,197	18,681	74,416	22,560	0,991
268	Биточки мясные с томатным соусом	130	16,119	22,784	16,260	336,031	0,348	1,288	64,220	3,770	33,309	157,438	45,610	1,923
202	Рожки отварные	180	7,742	4,537	49,417	269,652	0,120	20,000	20,000	1,100	21,860	63,900	11,640	1,188
349	Компот из свежих яблок	180	0,144	0,144	15,204	63,602	0,011	353,600		0,072	5,760	3,960	3,240	0,827
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044			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	29,200	50,000	16,000	1,120
	<i>Итого за Обед</i>	<i>920,000</i>	<i>36,463</i>	<i>37,112</i>	<i>143,525</i>	<i>1 056,853</i>	<i>0,805</i>	<i>379,228</i>	<i>270,184</i>	<i>8,995</i>	<i>152,330</i>	<i>417,094</i>	<i>125,770</i>	<i>7,833</i>
	<i>Итого за Среда - 2 неделя с 11 лет и старше</i>	<i>1 470,000</i>	<i>50,371</i>	<i>50,659</i>	<i>233,899</i>	<i>1 596,367</i>	<i>1,102</i>	<i>381,063</i>	<i>339,684</i>	<i>10,523</i>	<i>303,745</i>	<i>660,834</i>	<i>186,805</i>	<i>10,894</i>

День/неделя: Четверг - 2 неделя с 11 лет и старше		Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витаминный (мг)						Минеральные вещества (мг)					
№ реп.	Наименование дней недели, блюда		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe				
<i>Завтрак</i>																		
294	Горошек зеленый отварной	30	0,930	0,060	1,930	12,000	0,033	3,000	0,060	6,000	18,600	6,300	0,210					
294	Колбаса рубленые из мяса птицы	100	15,443	10,656	13,761	214,031	0,156	3,400	3,091	20,950	3,091	33,360	149,040	63,160	1,639			
171	Каши рисовая рассыпчатая	180	4,841	5,290	39,938	226,971	0,052	20,000	0,690	10,000	98,250	32,220	98,250	32,220	0,679			
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	4,950	8,240	4,400	0,859					
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,200	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440					
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>530,000</i>	<i>24,454</i>	<i>16,377</i>	<i>88,372</i>	<i>600,390</i>	<i>0,286</i>	<i>6,500</i>	<i>4,281</i>	<i>62,210</i>	<i>300,130</i>	<i>111,680</i>	<i>3,827</i>					
<i>Обед</i>																		
88	Отрубя солёные порционные	100	0,800	0,100	1,700	13,000	0,020	5,000	0,100	5,000	24,000	14,000	0,600					
289	Щи из свежей капусты на бульоне	230	2,046	5,872	11,691	107,823	0,084	25,678	2,431	37,243	56,141	23,572	0,940					
348	Рис отварное на птице	230	19,281	22,595	24,759	378,071	0,239	30,387	3,609	44,730	245,380	59,160	3,086					
	Компот из сухофруктов	180	0,234	18,263	74,595	0,005	330,180	0,248	7,470	6,840	4,905	0,192						
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,160	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440					
	<i>Итого за Обед</i>	<i>860,000</i>	<i>28,801</i>	<i>30,207</i>	<i>95,413</i>	<i>771,089</i>	<i>0,532</i>	<i>411,405</i>	<i>6,948</i>	<i>149,643</i>	<i>408,361</i>	<i>123,237</i>	<i>6,378</i>					
<i>Ужин</i>																		
	<i>Итого за Четверг - 2 неделя с 11 лет и старше</i>	<i>1 410,000</i>	<i>53,255</i>	<i>46,584</i>	<i>183,785</i>	<i>1 371,479</i>	<i>0,838</i>	<i>417,905</i>	<i>820,501</i>	<i>11,229</i>	<i>708,491</i>	<i>234,917</i>	<i>10,205</i>					
День/неделя: Пятница - 2 неделя с 11 лет и старше																		
№ реп.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витаминный (мг)						Минеральные вещества (мг)					
Б	Ж	У	В1	С	А (мкг)		Е	Са	Р	Мг	Fe							
<i>Завтрак</i>																		
209	Мясо отварное	50	12,700	11,500	0,700	157,000	0,070	1,508	0,600	230,000	0,600	55,000	192,000	12,000	2,500			
175	Каши молочная "Дружба"	230	7,293	8,203	42,429	273,571	0,161	47,200	0,196	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	0,008	0,580	9,120	4,880	0,883					
	Хлеб пшеничный	50	3,800	0,400	24,600	117,500	0,055	10,000	0,550	32,500	7,000	7,000	0,550					
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>350,000</i>	<i>24,029</i>	<i>20,158</i>	<i>80,892</i>	<i>602,819</i>	<i>0,288</i>	<i>3,208</i>	<i>1,354</i>	<i>223,630</i>	<i>420,490</i>	<i>68,260</i>	<i>4,925</i>					
<i>Обед</i>																		
	Щра овощная	100	1,700	9,000	9,000	136,000	0,020	7,000	3,100	41,000	37,000	15,000	0,700					
103	Суп с вермишелью на бульоне	230	4,552	3,330	12,432	97,341	0,064	6,304	1,560	15,362	52,739	12,551	0,709					
229	Рис, тушеная с овощами	130	21,537	18,775	1,479	220,841	0,148	2,063	2,711	58,650	210,910	74,310	1,199					
128	Картофельное пюре	180	3,904	4,745	27,818	169,692	0,208	33,634	0,030	46,860	116,060	41,370	1,589					
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,500	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	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	29,200	50,000	16,000	1,120					
	<i>Итого за Обед</i>	<i>920,000</i>	<i>38,333</i>	<i>37,541</i>	<i>101,774</i>	<i>870,872</i>	<i>0,645</i>	<i>49,261</i>	<i>7,981</i>	<i>204,022</i>	<i>600,949</i>	<i>169,231</i>	<i>6,613</i>					
	<i>Итого за Пятница - 2 неделя с 11 лет и старше</i>	<i>1 470,000</i>	<i>62,362</i>	<i>57,699</i>	<i>182,666</i>	<i>1 473,691</i>	<i>0,933</i>	<i>52,469</i>	<i>746,731</i>	<i>9,335</i>	<i>427,652</i>	<i>1 021,439</i>	<i>237,491</i>	<i>11,538</i>				

Возрастная группа с 11 лет и старше		Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)				
		Б	Ж	У	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe			
Понедельник - 1 неделя	49,298	52,810	208,295	1 520,355	0,729	389,402	743,711	12,600	511,537	820,201	205,358	9,122					
Вторник - 1 неделя	52,386	43,994	220,157	1 487,798	1,042	74,524	302,161	12,089	353,347	698,165	218,547	10,734					
Среда - 1 неделя	55,999	70,647	207,907	1 697,090	0,715	392,442	872,091	10,757	175,044	573,079	221,213	11,177					
Четверг - 1 неделя	66,338	78,235	162,848	1 625,145	0,868	422,913	964,485	12,559	434,023	1 055,047	191,634	18,036					
Пятница - 1 неделя	47,351	53,184	213,713	1 525,838	0,898	19,826	523,681	7,169	187,186	535,265	209,507	12,375					
СРЕДНЕЕ за 1 неделю	54,274	59,774	202,584	1 571,245	0,850	259,821	681,226	11,035	332,227	736,351	209,252	12,289					
Понедельник - 2 неделя	77,412	39,482	214,136	1 535,986	0,860	399,517	342,931	10,786	491,583	894,915	284,951	13,549					
Вторник - 2 неделя	71,491	43,433	220,954	1 568,206	0,931	37,496	352,778	10,722	343,080	885,602	293,423	13,690					
Среда - 2 неделя	50,371	50,659	233,899	1 596,367	1,102	381,063	339,684	10,523	303,745	660,834	186,805	10,894					
Четверг - 2 неделя	53,255	46,584	183,785	1 371,479	0,838	417,905	820,501	11,229	211,853	708,491	234,917	10,205					
Пятница - 2 неделя	62,362	57,699	182,666	1 473,691	0,933	52,469	746,731	9,335	427,652	1 021,439	237,491	11,538					
СРЕДНЕЕ за 2 неделю	62,978	47,571	207,088	1 509,146	0,933	257,690	520,525	10,519	355,583	834,256	247,517	11,975					
ИТОГО среднее за 2 недели	58,626	53,673	204,836	1 540,196	0,892	238,756	600,876	10,777	343,905	785,304	228,385	12,132					
Норма СанПиН	90	92	383	2 720	1,4	70	900	14	1 200	1 200	300	18					
Выполнение СанПиН, % от суточной нормы	65%	58%	53%	57%	64%	370%	67%	77%	29%	65%	76%	67%					

Возрастная группа с 11 лет и старше		Итого за день	
Завтрак	Обед	Завтрак	Обед
Понедельник - 1 неделя	550,000	860,000	1 410,000
Вторник - 1 неделя	550,000	890,000	1 440,000
Среда - 1 неделя	550,000	835,000	1 385,000
Четверг - 1 неделя	600,000	860,000	1 460,000
Пятница - 1 неделя	620,000	890,000	1 510,000
Понедельник - 2 неделя	590,000	970,000	1 510,000
Вторник - 2 неделя	640,000	890,000	1 530,000
Среда - 2 неделя	550,000	970,000	1 470,000
Четверг - 2 неделя	550,000	860,000	1 410,000
Пятница - 2 неделя	550,000	970,000	1 470,000
ИТОГО среднее за 2 недели	575	885	1 460
Норма СанПиН	550	800	1 350