

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор ООО «Межрегиональная кейтеринговая компания»



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

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

№ респ.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У	Зеленый		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
210	Масло порционное	10	0,080	7,250		66,100	0,001	40,000	0,100	2,400	3,000								
376	Сметанг натуральный чай с сахаром	150 200	25,717 0,200	27,354 0,051	4,565 53,388	367,581 13,043	0,158 0,001	492,900 0,500	2,032	187,650	421,030	32,040	4,777	8,240	4,400	0,859			
338	Фрукт (яблоко)	40	0,400	0,600	88,000	88,000	0,044		0,680	7,600	26,000	5,200	0,480	14,700	13,500	3,300			
	Итого за Завтрак	550,000	29,197	35,655	50,818	643,669	0,249	15,971	3,112	226,609	474,770	55,140	9,416						
88,2011	Мясо свиное	60	1,020	5,400	81,600	81,600	0,012	4,200	1,860	24,600	22,200	9,000	0,420						
291	Шляк свиной капуста на бульоне	200	1,613	4,664	9,263	85,581	0,067	20,450	1,927	27,200	44,000	18,330	0,719						
348	Плов из мяса птицы	200	16,317	18,592	35,932	376,681	0,105	3,314	309,240	3,310	25,990	205,860	46,840	1,900					
	Компот из сухофруктов	180	0,234	18,263	74,595	74,595	0,005	350,100		0,248	7,470	6,840	4,905	1,920					
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033		0,330	6,000	19,500	4,200	0,330						
	Хлеб ржаног-пшеничный	30	2,530	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840						
	Итого за Обед	700,000	24,274	29,886	98,128	766,637	0,342	378,664	473,760	7,765	113,160	338,900	95,475	4,401					
415	Крепитель сахарный	100	10,356	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	4,950	8,240	4,400	0,859							
	Итого за Подвник	300,000	10,756	13,732	80,958	489,954	0,155	6,100	43,765	5,930	31,737	116,953	19,916	2,342					
	Итого за Поведельник - 1 неделя с 7 до 11 лет	1 540,000	64,367	79,273	229,924	1 902,180	0,746	394,535	1 050,945	16,807	371,497	927,623	170,531	16,179					

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

№ респ.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У	Зеленый		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
181	Печенье	50	3,900	7,690	34,645	220,000	0,040	5,500	1,750	14,500	45,000	10,000	1,050						
294	Больш мянная молочная	200	6,092	5,708	33,163	209,185	0,083	1,200	0,500	130,774	118,020	19,741	0,464						
384	Кефир из консервов "Кефир со ступенчатым молочком и Батон"	200 50	2,932 3,500	2,700 0,500	19,656 23,000	114,732 110,000	0,056 0,055	0,468	10,800	0,072	9,500	32,500	6,500	0,600					
	Итого за Завтрак	500,000	16,444	16,908	116,664	653,917	0,214	1,768	52,300	3,172	154,774	195,520	36,241	2,114					
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						
102	Суп гороховый на бульоне	200	4,998	5,437	15,026	129,121	0,193	2,604	160,031	2,374	32,302	87,679	31,012	1,665					
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	90	14,084	8,796	12,715	187,761	0,146	3,000	2,602	31,110	135,520	37,470	1,508						
128	Картофельные 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					
377	Чай с лимонном	180	0,236	0,055	12,165	50,758	0,002	1,700	0,580	0,018	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 ржаног-пшеничный	30	2,530	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840						
	Итого за Обед	740,000	28,072	23,448	99,403	724,232	0,600	46,919	196,111	7,275	155,652	405,499	74,442	7,465					
406	Пирожок с вареным ступенчатым молочком	100	11,062	14,066	66,922	438,518	0,144	0,400	50,737	4,742	143,147	120,022	1,192						
	Сок	200	1,100	0,200	24,400	102,000	0,020	4,000	0,200	14,000	14,000	8,000	0,600						
	Итого за Подвник	300,000	12,162	14,266	91,322	540,518	0,164	4,400	50,737	4,942	143,147	184,764	20,022	1,792					
	Итого за Вторник - 1 неделя с 7 до 11 лет	1 540,000	56,678	54,312	301,199	1 918,667	1,058	52,187	299,148	15,309	453,573	785,783	210,705	11,371					

Девять недель: Среды - 1 неделя с 7 до 11 лет													
№ реп.	Наименование дней недели, блюда	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
Завтрак													
279	Торфленые маффины с томатным соусом	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	Каши гречневая каша	4,695	4,122	21,180	140,401	0,160	1,700	16,000	0,336	12,040	117,210	74,270	2,516
392	Чай с лимоном	0,256	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,580	0,008	6,530	9,120	4,880	0,883
377	Хлеб пшеничный	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	8,000	0,440	8,000	26,000	296,140	5,600	0,410
<i>Итого за Завтрак</i>													
510,000		22,283	19,947	69,177	545,441	0,296	5,838	106,710	5,746	53,610	729,000	129,000	5,630
Обед													
62	Салат из моркови с сельдереем	0,754	0,058	9,696	32,270	0,035	2,000	1,160,000	0,232	15,660	31,900	22,040	0,415
82	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	4,210	4,708	9,690	97,281	0,063	16,454	175,331	1,965	79,862	60,609	18,482	0,962
185	Пельмени	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	0,160	0,160	16,894	70,670	0,012	354,000	0,080	0,080	6,400	4,000	3,600	0,919
30	Хлеб пшеничный	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	0,330	19,500	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
30	Хлеб ржаной-пшеничный	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,690	0,690	21,900	37,500	12,000	0,840
<i>Итого за Обед</i>													
705,000		24,398	38,385	113,299	903,475	0,264	373,474	1,355,351	2,747	94,270	158,109	61,114	3,489
Полдник													
406	Пирожок с картофельной начинкой	8,632	10,771	48,530	325,287	0,156	6,933	31,937	4,672	31,000	105,072	20,115	1,468
376	Чай с сахаром	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	0,192	4,950	8,240	4,400	0,859
<i>Итого за Полдник</i>													
1,515,000		8,832	16,822	61,573	378,675	0,157	7,033	32,437	4,672	35,959	113,312	24,515	2,327
<i>Итого за Среды - 1 неделя с 7 до 11 лет</i>													
Девять недель: Четверг - 1 неделя с 7 до 11 лет													
№ реп.	Наименование дней недели, блюда	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
Завтрак													
174	Масло порционное	0,080	7,240	0,130	66,100	0,001	40,000	0,100	0,100	2,400	3,000	0,020	0,020
376	Каши рисовая запеченная с маслом	5,448	5,656	37,723	224,231	0,069	1,235	35,000	0,192	121,680	144,450	32,520	0,527
376	Чай с сахаром	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
40	Хлеб пшеничный	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	8,000	0,440	8,000	26,000	296,140	5,600	0,410
50	Батон	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055	9,500	0,850	9,500	32,500	6,500	6,000	0,600
<i>Итого за Завтрак</i>													
500,000		12,268	13,777	93,476	547,719	0,179	75,500	1,582	1,582	146,510	214,190	49,029	2,446
Обед													
45	Салат из белокочанной капусты	0,852	3,055	5,900	55,011	0,021	16,450	260,000	1,416	25,060	21,400	11,300	0,373
96	Рисовая каша с маслом	1,958	4,015	13,114	96,881	0,061	7,824	165,631	1,497	21,322	64,350	17,321	0,671
259	Жаркое по-домашнему	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	0,234	0,240	14,760	74,595	0,005	150,180	0,248	0,248	7,470	6,840	4,905	0,192
30	Хлеб пшеничный	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	0,330	19,500	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
30	Хлеб ржаной-пшеничный	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,690	0,690	21,900	37,500	12,000	0,840
<i>Итого за Обед</i>													
700,000		22,203	25,275	89,526	675,418	0,457	404,123	474,351	6,418	114,702	340,310	95,306	4,693
Полдник													
415	Крепкий сахарный	10,556	13,681	67,915	43,285	0,154	43,285	5,930	5,930	26,787	108,713	15,516	1,483
200	Сливки	5,600	5,000	9,400	105,000	0,060	1,800	40,000	242,000	188,000	30,000	0,200	0,200
<i>Итого за Полдник</i>													
200,000		16,156	18,681	77,315	547,566	0,214	1,800	83,285	5,930	268,787	296,713	45,516	1,683
<i>Итого за Четверг - 1 неделя с 7 до 11 лет</i>													
1,500,000		50,627	57,733	260,417	1,764,703	0,835	407,258	633,136	13,930	530,019	851,213	189,842	9,022

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

№ реп.	Наименование липей недели, блюдо	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Б	Ж	У	З		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe
		<i>Завтрак</i>												
	Сыр пересоленный	5,200	3,220			68,800	0,006	0,160	46,000	0,100	200,000	128,000	9,000	0,200
175	Каша хлопчатая "Дружба"	3,833	6,708	33,771		219,471	0,128	1,209	38,000	0,159	122,650	149,220	35,310	0,796
377	Чай с лимоном	0,236	0,055	13,163		54,748	0,002	1,700	0,590	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883
	Баклаж	2,800	0,400	18,400		88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
	Хлеб пшеничный	3,040	0,320	19,680		94,000	0,044	0,440	8,000	0,240	26,000	35,000	4,440	0,440
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>17,169</i>	<i>12,783</i>	<i>85,014</i>		<i>65,019</i>	<i>0,224</i>	<i>3,069</i>	<i>65,180</i>	<i>1,387</i>	<i>344,800</i>	<i>338,840</i>	<i>60,190</i>	<i>2,799</i>
		<i>Обед</i>												
67	Винегрет оливкой	0,919	4,109	4,888		60,470	0,038	6,100	160,450	1,833	11,900	26,760	12,095	0,464
103	Суп с вермишелью на бульоне	1,478	2,204	9,915		65,491	0,045	5,004	160,031	1,048	11,822	27,819	10,042	0,452
268	Котлеты рубленные из мяса	14,197	16,590	12,523		254,991	0,206	0,600	2,430	1,384	24,680	136,340	38,700	1,601
173	Каша гречневая перловая	4,695	4,122	21,180		140,401	0,160	16,000	0,336	12,040	112,210	74,220	7,516	
376	Чай с сахаром	0,500	0,051	12,045		49,398	0,001	0,100	0,500		4,959	8,240	4,400	0,856
	Хлеб пшеничный	2,280	0,240	14,760		70,500	0,033	0,330	6,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Хлеб ржаной-пшеничный	2,550	0,990	14,490		77,700	0,120	0,120	0,090	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840
	<i>Итого за Обед</i>	<i>26,119</i>	<i>28,006</i>	<i>89,401</i>		<i>718,951</i>	<i>0,763</i>	<i>11,924</i>	<i>339,411</i>	<i>5,621</i>	<i>93,292</i>	<i>368,369</i>	<i>135,657</i>	<i>7,659</i>
		<i>Полдник</i>												
406	Пирожок с вареным тушеным мясом	11,062	14,066	66,952		438,518	0,144	0,400	50,737	4,742	143,147	170,764	12,022	1,192
376	Чай с сахаром	0,500	0,051	13,043		53,388	0,001	0,100	0,500		4,959	8,240	4,400	0,859
	<i>Итого за Полдник</i>	<i>11,262</i>	<i>14,117</i>	<i>79,995</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>
	Итого за Пятница - 1 неделя с 7 до 11 лет	54,690	54,826	254,790		1,735,876	1,072	15,493	475,828	11,150	586,189	886,213	232,269	11,909

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

№ реп.	Наименование липей недели, блюдо	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Б	Ж	У	З		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe
		<i>Завтрак</i>												
204	Рожки отварные с сахаром	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	0,500	0,051	13,043		53,388	0,001	0,100	0,500		4,959	8,240	4,400	0,859
	Хлеб пшеничный	3,040	0,320	19,680		94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
338	Фрукт (яблоко)	0,600	0,600	14,700		70,500	0,045	15,000		0,300	24,000	16,500	13,400	3,300
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>17,832</i>	<i>11,668</i>	<i>93,115</i>		<i>556,640</i>	<i>0,209</i>	<i>15,200</i>	<i>78,000</i>	<i>1,890</i>	<i>307,860</i>	<i>270,290</i>	<i>45,390</i>	<i>5,937</i>
		<i>Обед</i>												
62	Салат из моркови с сахаром	0,754	0,038	6,996		32,270	0,035	2,900	1,160,000	0,232	15,660	31,900	22,040	0,415
102	Суп гороховый на бульоне	4,998	5,437	15,026		129,121	0,193	7,604	160,031	2,374	32,302	87,679	31,012	1,665
291	Плов из мяса птицы	16,517	18,592	35,952		376,681	0,105	3,514	369,240	3,310	25,990	205,860	46,840	1,900
342	Коктейль ассорти	0,198	0,054	12,552		57,240		350,000						0,026
	Хлеб пшеничный	2,280	0,240	14,760		70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Хлеб ржаной-пшеничный	2,550	0,990	14,490		77,700	0,120	0,120	0,090	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840
	<i>Итого за Обед</i>	<i>27,297</i>	<i>25,171</i>	<i>99,776</i>		<i>743,512</i>	<i>0,486</i>	<i>364,138</i>	<i>1,629,271</i>	<i>6,336</i>	<i>101,852</i>	<i>382,439</i>	<i>116,092</i>	<i>5,186</i>
		<i>Полдник</i>												
406	Пирожок с вареной начинкой	8,632	10,771	48,530		325,287	0,156	6,933	31,937	4,672	31,000	105,072	20,115	1,468
376	Чай с сахаром	0,500	0,051	13,043		53,388	0,001	0,100	0,500		4,959	8,240	4,400	0,859
	<i>Итого за Полдник</i>	<i>8,432</i>	<i>10,822</i>	<i>61,573</i>		<i>378,675</i>	<i>0,157</i>	<i>7,033</i>	<i>32,437</i>	<i>4,672</i>	<i>35,959</i>	<i>113,312</i>	<i>24,515</i>	<i>2,327</i>
	Итого за Понедельник - 2 неделя с 7 до 11 лет	53,661	48,161	254,664		1,678,827	0,852	386,471	1,739,708	12,898	445,662	766,041	186,197	13,470

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

№ реч.	Наименование дней недели, блюда	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)		
		Б	Ж	У	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<i>Завтрак</i>													
188	Варенная рисовая с творогом и сливочным маслом	170	22,811	13,204	46,436	400,471	0,626	83,000	1,112	181,230	300,920	42,830	1,245
384	Кефирный напиток	200	2,664	2,700	113,400	0,036	0,468	10,800	0,072			5,200	0,480
	Батон	40	2,800	0,400	88,000	0,044			0,680	7,600	14,000	8,000	2,800
348	Сок 200 мл в бутыл.	200			22,400	90,000	0,020	2,080					
	<i>Итого за завтрак</i>	610,000	28,275	16,304	106,620	691,871	0,224	3,004	1,864	188,830	300,920	56,030	4,525
<i>Обед</i>													
	Икра овощная	60	1,020	5,400	81,600	0,012	4,200		1,860	24,600	22,200	9,000	0,420
82	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	200	1,510	4,633	9,690	86,481	0,056	16,154	164,551	28,362	42,669	18,482	0,812
294	Шницель рубленый из мяса птицы	90	18,781	5,364	10,822	167,955	0,118		6,480	2,146	21,754	141,877	1,449
173	Каша гречневая вязкая	150	4,695	4,122	21,180	140,401	0,160		16,600	0,336	12,040	74,220	2,316
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,500		8,240	4,400	0,856
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	70,500	0,033	0,330	6,000	19,500	4,200	12,000	0,840	0,330
	Хлеб ржанно-пшеничный	70	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>	700,000	31,036	20,800	88,387	674,035	0,500	20,174	187,531	6,097	119,606	186,702	7,223
<i>Ужин</i>													
415	Креветки сахарный	100	10,556	13,681	436,566	0,154		43,285	5,930	26,787	108,713	15,316	1,483
	Вареник	200	6,400	5,000	102,000	0,060	1,600	44,000		236,000	192,000	32,000	0,200
	<i>Итого за Ужин</i>	300,000	16,956	18,681	538,566	0,214	1,600	262,787	5,930	262,787	300,713	47,516	1,683
	Итого за Вторник - 2 неделя с 7 до 11 лет	1 650,000	76,267	55,785	271,422	1 904,472	0,938	25,568	368,616	14,491	1 025,769	292,248	13,431

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

№ реч.	Наименование дней недели, блюда	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)		
		Б	Ж	У	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<i>Завтрак</i>													
	Масло порчиново	10	0,080	7,250	66,100	0,001		40,000	0,100	2,400	3,000	0,020	
173	Каша пшеничная молочная	200	8,798	7,084	45,754	282,791	0,255	1,300	36,000	0,193	138,410	210,780	1,555
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	0,859
	Батон	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055		0,870	9,500	32,500	6,500	0,600
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	94,000	0,044	0,440	8,000	26,000	5,600	26,000	5,600	0,440
	<i>Итого за Завтрак</i>	500,000	15,618	15,205	606,279	606,279	0,356	1,400	76,500	1,583	163,260	280,520	3,454
<i>Обед</i>													
52	Супчик из свежей отварной	60	0,870	3,055	51,330	0,012	5,800		1,378	21,460	25,000	12,760	0,812
88/2011	Шницель из свежей капусты на бульоне	200	1,613	4,664	9,263	85,581	0,067	20,450	164,520	1,927	27,200	44,000	18,530
268	Биточка мясная с томатным соусом	120	14,519	21,324	309,311	0,313	1,188	63,950	3,712	30,249	142,219	41,220	1,755
202	Рожки отварные	150	6,414	3,656	40,944	222,482	0,099	16,000	0,910	19,340	53,160	9,720	0,994
349	Компот из свежих яблок	180	0,144	0,144	15,304	63,602	0,011	353,600	0,072	5,760	3,960	3,240	0,827
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	70,500	0,033	0,330	6,000	19,500	4,200	12,000	0,840	0,330
	Хлеб ржанно-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	28,410	34,073	114,272	860,506	0,655	381,158	244,470	6,419	328,339	101,670	6,257
<i>Ужин</i>													
406	Пирожок с вареной супленым маслом	100	11,062	14,066	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 Ужин</i>	300,000	11,262	14,117	491,866	6,145	0,500	51,237	4,742	148,097	179,004	16,422	2,051
	Итого за Среда - 2 неделя с 7 до 11 лет	1 570,000	55,290	63,395	295,854	1 978,691	1,156	383,058	372,207	14,744	443,266	191,142	11,762

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	Мg	Fe		
<i>Завтрак</i>																
294	Горошек зеленый отварной	30	0,930	0,060	1,950	12,000	0,033	3,000	760,000	0,660	6,000	18,600	6,300	0,210		
171	Копченый рубленый мясной фарш	90	14,084	8,796	187,761	187,051	0,146	3,000	16,500	2,602	51,110	135,520	57,470	1,508		
376	Каша рисовая рассыпчатая	150	4,068	4,279	33,072	187,031	0,043	8,880	16,000	0,570	8,880	81,450	26,720	0,567		
	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	3,440	0,320	19,680	94,000	0,044	8,000	26,000	0,440	8,000	26,000	5,000	0,440		
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>516,000</i>	<i>22,262</i>	<i>13,506</i>	<i>86,489</i>	<i>534,189</i>	<i>0,267</i>	<i>6,100</i>	<i>33,000</i>	<i>3,672</i>	<i>58,940</i>	<i>209,810</i>	<i>106,499</i>	<i>3,584</i>		
<i>Обед</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		
103	Суп с вермишелью на бульоне	200	1,478	2,204	9,915	65,491	0,045	5,004	160,031	1,048	11,822	27,819	10,042	0,432		
289	Гречу отваренную на бульоне	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	Компот из сухофруктов	180	0,234	18,263	74,595	18,263	0,005	350,180	0,248	7,470	6,840	4,985	0,192			
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	0,330	6,000	0,330	19,500	4,200	0,330			
	Хлеб ржаной-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>706,000</i>	<i>22,609</i>	<i>35,460</i>	<i>85,039</i>	<i>661,155</i>	<i>0,421</i>	<i>374,351</i>	<i>6,454</i>	<i>96,462</i>	<i>311,571</i>	<i>94,357</i>	<i>4,900</i>			
<i>Полдник</i>																
406	Пирожок с вареной рыбной начинкой	100	8,652	10,771	48,530	325,287	0,156	6,933	31,937	4,672	31,000	105,072	20,115	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 Полдник</i>	<i>306,000</i>	<i>8,852</i>	<i>10,822</i>	<i>61,573</i>	<i>378,675</i>	<i>0,157</i>	<i>7,033</i>	<i>32,437</i>	<i>4,672</i>	<i>35,950</i>	<i>113,312</i>	<i>24,515</i>	<i>2,327</i>		
	<i>Итого за Четверг - 2 неделя с 7 до 11 лет</i>	<i>1 510,000</i>	<i>53,703</i>	<i>49,808</i>	<i>227,692</i>	<i>1 574,010</i>	<i>0,845</i>	<i>306,130</i>	<i>1 439,788</i>	<i>14,798</i>	<i>191,352</i>	<i>694,643</i>	<i>219,362</i>	<i>10,811</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	Мg	Fe		
<i>Завтрак</i>																
209	Ябло отварное	50	12,700	11,500	0,700	157,000	0,070	250,000	0,600	55,000	192,000	12,000	2,500			
173	Каша геркулесовая	200	6,671	11,611	29,459	249,641	0,176	1,300	60,000	0,580	141,680	192,150	52,920	1,247		
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	50	3,800	0,400	24,600	117,500	0,055	0,550	10,000	0,550	10,000	37,500	7,000	0,550		
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>500,000</i>	<i>23,407</i>	<i>23,566</i>	<i>67,922</i>	<i>578,889</i>	<i>0,363</i>	<i>3,000</i>	<i>310,580</i>	<i>1,738</i>	<i>213,230</i>	<i>425,770</i>	<i>76,000</i>	<i>5,180</i>		
<i>Обед</i>																
45	Салат из белокочанной капусты	60	0,852	3,055	5,900	55,011	0,021	16,450	260,000	1,416	25,000	21,400	11,300	0,373		
82	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	200	4,210	4,708	9,696	97,281	0,063	16,454	175,351	1,965	29,862	60,609	18,482	0,962		
229	Рыба, тушеная с овощами	120	19,384	16,898	1,331	129,005	0,133	1,856	192,618	2,440	52,783	279,816	66,878	1,079		
128	Картофельное пюре	150	3,249	3,633	23,153	140,182	0,173	27,995	19,600	0,040	40,270	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	6,000	0,330	19,500	4,200	0,330			
	Хлеб ржаной-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>776,000</i>	<i>32,225</i>	<i>29,775</i>	<i>81,369</i>	<i>619,077</i>	<i>0,544</i>	<i>62,975</i>	<i>647,409</i>	<i>6,281</i>	<i>140,775</i>	<i>523,865</i>	<i>131,770</i>	<i>5,772</i>		
<i>Полдник</i>																
415	Крепкий сахарный сок	100	10,556	13,681	67,915	436,566	0,154	43,285	5,930	26,787	108,713	15,316	1,483			
	<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>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>67,988</i>	<i>67,222</i>	<i>241,606</i>	<i>1 736,532</i>	<i>1,021</i>	<i>69,975</i>	<i>1 001,334</i>	<i>14,149</i>	<i>420,792</i>	<i>1 073,368</i>	<i>252,086</i>	<i>13,035</i>		

	Возрастная группа с 7 до 11 лет										Минеральные вещества (мг)						
	Пищевые вещества (г)					ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
	Б	Ж	У	В1	С		А (МЭК)	Е	Р	Мg	Fe						
Понедельник - 1 неделя	64,367	79,273	229,924	0,746	394,535	1 902,180	16,807	371,497	927,623	170,531	161,179						
Вторник - 1 неделя	56,678	54,312	301,199	1,058	52,187	1 918,667	15,389	453,573	785,783	210,705	11,371						
Среда - 1 неделя	55,493	69,354	244,049	0,707	386,345	1 827,591	13,205	183,830	567,601	214,629	11,537						
Четверг - 1 неделя	50,627	57,733	260,417	0,835	407,258	1 764,703	13,930	530,019	851,213	189,842	9,022						
Пятница - 1 неделя	54,690	54,826	254,790	1,072	15,493	1 735,876	11,150	586,189	886,213	232,269	11,909						
СРЕДНЕЕ за 1 неделю	56,371	63,100	258,076	0,884	251,164	1 829,803	12,898	445,662	766,041	186,197	13,470						
Понедельник - 2 неделя	53,661	48,161	254,664	0,852	386,471	1 678,827	14,491	571,223	1 025,769	292,248	13,431						
Вторник - 2 неделя	76,267	55,785	271,122	0,938	25,568	1 904,472	14,741	443,266	784,863	191,142	11,762						
Среда - 2 неделя	55,290	63,395	295,854	1,156	383,058	1 978,691	14,798	191,352	694,643	219,362	10,811						
Четверг - 2 неделя	53,703	49,808	227,092	0,845	396,130	1 439,788	14,149	420,792	1 072,368	252,086	13,035						
Пятница - 2 неделя	67,788	67,222	241,606	1,021	69,975	1 736,532	14,216	414,459	868,737	228,207	12,502						
СРЕДНЕЕ за 2 недели	61,342	56,874	258,068	0,962	252,240	1 774,506	14,156	419,741	836,212	215,901	12,253						
ИТОГО среднее за 2 недели	58,857	59,987	258,072	0,923	251,702	1 886,921	14,156	419,741	836,212	215,901	12,253						
Норма СанПиН	77	79	335	1,2	60	700	12	1 100	250	12	102%						
Выполнение СанПиН, % от суточной нормы	76%	76%	77%	77%	420%	127%	118%	38%	76%	86%	102%						

	Возрастная группа с 7 до 11 лет			Итого за	
	Пищевые вещества (г)			Итого за	
	Завтрак	Обед	Полдник	Завтрак	Полдник
Понедельник - 1 неделя	550,000	700,000	300,000	1 550,000	1 550,000
Вторник - 1 неделя	500,000	740,000	300,000	1 540,000	1 540,000
Среда - 1 неделя	510,000	705,000	300,000	1 515,000	1 515,000
Четверг - 1 неделя	500,000	700,000	300,000	1 500,000	1 500,000
Пятница - 1 неделя	500,000	740,000	300,000	1 540,000	1 540,000
Понедельник - 2 неделя	570,000	700,000	300,000	1 570,000	1 570,000
Вторник - 2 неделя	610,000	740,000	300,000	1 650,000	1 650,000
Среда - 2 неделя	500,000	770,000	300,000	1 570,000	1 570,000
Четверг - 2 неделя	510,000	700,000	300,000	1 510,000	1 510,000
Пятница - 2 неделя	500,000	770,000	300,000	1 570,000	1 570,000
ИТОГО среднее за 2 недели	525	727	300	1 552	1 552
Норма СанПиН	500	700	300	1 500	1 500

День/неделя: Понедельник - 1 неделя с 11 лет и старше

№ рен.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У	З		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe			
			<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 яичный	200	34,237	26,758	6,068	492,401	0,210	1,157	656,000	2,854	248,390	560,190	42,560	6,551				
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	4,950	8,240	4,000	0,859					
	Батон	40	0,400	0,600	18,400	88,000	0,044	7,600	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>52,347</i>	<i>776,389</i>	<i>0,307</i>	<i>16,257</i>	<i>696,000</i>	<i>3,934</i>	<i>287,340</i>	<i>619,930</i>	<i>65,660</i>	<i>11,010</i>				
			<i>Обед</i>															
88	Икра осетрина	100	1,700	9,000	9,000	136,000	0,020	7,000	3,100	41,000	37,000	15,000	0,700					
291	Шт из свежей капусты с тн бульоне	250	2,046	5,872	11,691	107,823	0,084	25,678	2,063	37,243	56,141	23,772	0,940					
348	Плов из мяса птицы	250	20,865	24,104	45,757	482,811	0,156	4,889	461,900	4,496	33,630	262,530	60,680	2,431				
	Компот из сухофруктов	180	0,234	18,263	74,595	0,248	350,180	0,005	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	8,000	26,000	5,600	0,440					
	Хлеб ржанно-пшеничный	40	3,400	1,320	103,600	0,160	387,907	668,211	19,835	156,563	436,311	125,757	5,923					
	<i>Итого за Обед</i>	<i>660,000</i>	<i>31,285</i>	<i>46,616</i>	<i>123,711</i>	<i>998,829</i>	<i>0,449</i>	<i>404,164</i>	<i>1 365,011</i>	<i>14,769</i>	<i>443,883</i>	<i>1 082,441</i>	<i>191,417</i>	<i>16,833</i>				
	Итого за Понедельник - 1 неделя с 11 лет и старше	1 460,000	69,202	85,675	176,052	1 765,218	0,750	568,418	1 860,011	14,769	887,766	2 164,882	317,077	32,843				

День/неделя: Вторник - 1 неделя с 11 лет и старше

№ рен.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У	З		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe				
			<i>Завтрак</i>																
	Печенье	50	3,900	7,690	34,645	220,000	0,040	1,750	5,500	14,300	45,000	10,000	1,050						
181	Каши молочная	250	7,614	7,134	41,440	261,427	0,104	1,625	45,000	0,625	162,546	142,331	24,619	0,372					
384	Каши из колерков "Каши со ступенчатым молоком и сахаром"	200	2,952	2,700	19,656	114,732	0,036	0,468	10,800	0,072									
	Батон	50	3,400	0,500	23,000	110,000	0,055	2,093	61,300	0,850	9,500	32,500	6,500	0,600					
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>550,000</i>	<i>17,966</i>	<i>18,024</i>	<i>118,741</i>	<i>706,159</i>	<i>0,255</i>	<i>5,921</i>	<i>178,600</i>	<i>1,577</i>	<i>186,546</i>	<i>224,831</i>	<i>41,119</i>	<i>2,222</i>					
			<i>Обед</i>																
54	Салат из свеклы с яблоками	100	1,135	6,163	11,316	106,640	0,021	9,400	2,759	29,530	32,540	17,430	1,575						
102	Суп гороховый на бульоне	250	6,132	5,539	18,340	148,661	0,237	9,504	2,003	2,414	38,862	107,759	38,171	2,039					
294	Котлеты рубленые 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					
128	Картофельное пюре	180	3,904	4,745	27,818	169,692	0,208	35,614	23,600	0,050	46,860	116,060	41,370	1,889					
377	Чай с лимоном	180	0,246	0,055	12,165	50,758	0,002	1,700	0,380	0,008	6,550	9,120	4,880	0,880					
	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 ржанно-пшеничный	40	3,400	1,320	103,600	0,160	387,907	668,211	19,835	156,563	436,311	125,757	5,923						
	<i>Итого за Обед</i>	<i>690,000</i>	<i>33,290</i>	<i>28,794</i>	<i>122,800</i>	<i>887,882</i>	<i>0,628</i>	<i>57,798</i>	<i>245,161</i>	<i>8,882</i>	<i>192,262</i>	<i>490,499</i>	<i>186,617</i>	<i>9,332</i>					
	Итого за Вторник - 1 неделя с 11 лет и старше	1 440,000	51,256	46,818	241,541	1 593,541	1,063	59,891	306,461	12,179	378,808	715,330	227,730	11,454					

День/неделя: Среда - 1 неделя с 11 лет и старше														
№ реп.	Наименование дней недели, блюда	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)		
		Масса порции	Б	Ж		У	В1	С	А	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг
<i>Завтрак</i>														
279	Творожки мясные с томатным соусом	130	15,587	15,992	268,402	0,083	3,888	64,400	5,027	26,720	139,410	47,380	1,901	
173	Каша рисовая молочная	180	5,585	5,078	168,571	0,190	20,000	20,000	0,402	13,680	133,370	88,220	2,987	
377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	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	94,000	0,044	0,160	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>21,465</i>	<i>583,721</i>	<i>0,319</i>	<i>5,888</i>	<i>84,980</i>	<i>5,877</i>	<i>54,930</i>	<i>377,900</i>	<i>146,080</i>	<i>6,211</i>	
<i>Обед</i>														
62	Салат из моркови с сахаром	100	1,248	0,096	53,550	0,058	4,800	1,920,000	0,384	25,920	52,800	36,480	0,687	
82	Борщи из свеклы капуста со сметаной на бульоне	250	4,625	5,908	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	613,054	0,001	0,050	20,000	0,050	14,448	4,200	0,792	0,114	
349	Компот из свежих яблок	200	0,160	0,160	70,670	0,012	354,000		0,080	6,400	4,000	3,600	0,919	
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	94,000	0,044	0,160	0,440	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440	
	Хлеб ржань-пшеничный	40	3,040	1,320	103,600	0,160	0,160	0,120	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120	
	<i>Итого за Обед</i>	<i>835,000</i>	<i>28,517</i>	<i>43,433</i>	<i>1 053,665</i>	<i>0,353</i>	<i>379,737</i>	<i>2 157,111</i>	<i>3,545</i>	<i>120,430</i>	<i>209,329</i>	<i>85,063</i>	<i>4,456</i>	
	<i>Итого за Среда - 1 неделя с 11 лет и старше</i>	<i>1 385,000</i>	<i>52,965</i>	<i>64,878</i>	<i>1 639,686</i>	<i>0,672</i>	<i>385,325</i>	<i>2 242,091</i>	<i>9,422</i>	<i>175,380</i>	<i>537,229</i>	<i>231,943</i>	<i>10,667</i>	
День/неделя: Четверг - 1 неделя с 11 лет и старше														
№ реп.	Наименование дней недели, блюда	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)		
		Масса порции	Б	Ж		У	В1	С	А	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг
<i>Завтрак</i>														
174	Масло порционное	10	0,080	7,230	66,100	0,001	1,547	40,000	0,100	2,400	3,000	0,020		
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	281,091	0,087	0,100	43,800	0,242	151,520	181,550	40,880	0,656	
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	94,000	0,044	0,160	0,440	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440	
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>550,000</i>	<i>13,672</i>	<i>15,292</i>	<i>604,579</i>	<i>0,188</i>	<i>1,647</i>	<i>84,300</i>	<i>1,632</i>	<i>176,370</i>	<i>251,090</i>	<i>57,380</i>	<i>2,575</i>	
<i>Обед</i>														
45	Салат из белокачанной капусты	100	1,444	5,099	93,411	0,037	25,950	500,000	2,378	39,420	38,260	19,860	0,635	
56	Рисовый молочный суп	250	2,394	5,225	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	375,929	0,265	36,937	60,904	3,546	41,190	238,437	56,977	3,109	
348	Компот из сухофруктов	180	0,234	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	94,000	0,044	0,160	0,440	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440	
	Хлеб ржань-пшеничный	40	3,040	1,320	103,600	0,160	0,160	0,120	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120	
	<i>Итого за Обед</i>	<i>860,000</i>	<i>28,425</i>	<i>33,184</i>	<i>862,897</i>	<i>0,385</i>	<i>423,006</i>	<i>767,685</i>	<i>8,707</i>	<i>150,583</i>	<i>437,997</i>	<i>124,714</i>	<i>6,117</i>	
	<i>Итого за Четверг - 1 неделя с 11 лет и старше</i>	<i>1 410,000</i>	<i>42,097</i>	<i>48,386</i>	<i>1 467,476</i>	<i>0,773</i>	<i>424,653</i>	<i>851,985</i>	<i>10,339</i>	<i>326,953</i>	<i>689,087</i>	<i>182,094</i>	<i>8,892</i>	

День/неделя: Пятница - 1 неделя с 11 лет и старше

№ реч.	Наименование дней недели, блюд	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>															
175	Сыр порционный	20	5,200	5,220	68,800	0,006	0,160	46,000	0,100	200,000	128,000	9,000	0,200					
	Каша молочная "Дружба"	250	7,293	8,203	42,429	0,161	1,508	47,200	0,196	152,080	186,870	44,380	0,992					
377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	0,002	1,700	0,580	0,608	6,550	9,120	4,880	0,883					
	Батон	40	2,800	0,600	18,400	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480					
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440					
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>550,000</i>	<i>18,569</i>	<i>14,198</i>	<i>93,672</i>	<i>0,237</i>	<i>3,368</i>	<i>93,789</i>	<i>1,424</i>	<i>374,230</i>	<i>375,990</i>	<i>69,060</i>	<i>2,995</i>					
			<i>Обед</i>															
67	Винегрет 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	1,852	3,255	12,432	0,057	6,304	200,031	1,530	13,862	34,739	12,551	0,559					
268	Колбасы 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	Каша гречневая некая	180	3,385	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	4,000	0,856					
	Хлеб пшеничный	40	3,640	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	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120					
	<i>Итого за Обед</i>	<i>890,000</i>	<i>31,471</i>	<i>34,958</i>	<i>111,179</i>	<i>0,858</i>	<i>17,526</i>	<i>503,981</i>	<i>7,139</i>	<i>117,336</i>	<i>469,225</i>	<i>190,367</i>	<i>8,526</i>					
	<i>Итого за Пятница - 1 неделя с 11 лет и старше</i>	<i>1 440,000</i>	<i>49,980</i>	<i>49,156</i>	<i>204,842</i>	<i>1 115</i>	<i>20,894</i>	<i>597,761</i>	<i>8,563</i>	<i>491,566</i>	<i>835,215</i>	<i>289,367</i>	<i>11,521</i>					

День/неделя: Понедельник - 2 неделя с 11 лет и старше

№ реч.	Наименование дней недели, блюд	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>														
204	Ровань отварные с сыром	200	15,250	12,596	50,810	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		4,950	8,240	4,000	0,859				
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440				
338	Фрукт (яблоко)	150	0,600	0,600	14,700	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>0,221</i>	<i>15,324</i>	<i>88,900</i>	<i>2,020</i>	<i>339,430</i>	<i>295,880</i>	<i>48,860</i>	<i>6,101</i>				
			<i>Обед</i>														
62	Салат из моркови с сахаром	100	1,248	0,096	11,614	0,058	4,800	1 920,000	0,384	25,920	52,800	36,480	0,687				
102	Суп гороховый на бульоне	250	6,132	5,539	18,510	0,237	9,504	200,031	2,414	38,862	107,739	38,171	2,039				
291	Плов из мяса и грибов	250	20,865	24,104	45,757	0,136	4,889	461,000	4,896	33,630	262,530	60,680	2,431				
342	Колоток ассорти	180	0,198	0,054	12,552	0,001	3,500,000						0,036				
	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	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120				
	<i>Итого за Обед</i>	<i>860,000</i>	<i>34,883</i>	<i>31,433</i>	<i>127,463</i>	<i>0,635</i>	<i>369,353</i>	<i>2 381,931</i>	<i>7,854</i>	<i>135,672</i>	<i>499,069</i>	<i>156,931</i>	<i>6,753</i>				
	<i>Итого за Понедельник - 2 неделя с 11 лет и старше</i>	<i>1 450,000</i>	<i>53,973</i>	<i>45,000</i>	<i>225,726</i>	<i>1 537,002</i>	<i>384,677</i>	<i>2 670,831</i>	<i>9,874</i>	<i>475,042</i>	<i>794,949</i>	<i>284,991</i>	<i>12,854</i>				

День/неделя: Вторник - 2 недели с 11 лет и старше

№ респ.	Наименование дней недели, блюд	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>														
384	Кофейный напиток	200	2,664	2,700	19,584	113,400	0,036	0,468	10,800	0,072				
158	Зеленая рисовая с творогом и свежими яблоком	200	26,943	15,212	53,350	463,631	0,146	0,710	97,800	1,158	203,600	350,020	49,770	1,467
348	Сок 200 мл в бутыл.	200			22,400	90,000	0,020	2,000			14,000	14,000	8,000	2,800
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044	0,680	7,600	0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>640,000</i>	<i>32,407</i>	<i>18,312</i>	<i>113,734</i>	<i>755,071</i>	<i>0,246</i>	<i>3,178</i>	<i>106,600</i>	<i>1,910</i>	<i>271,200</i>	<i>396,020</i>	<i>62,970</i>	<i>4,747</i>
<i>Обед</i>														
	Икра осетровая	100	1,200	9,000	0,000	136,000	0,020	7,000		3,100	41,000	37,000	15,000	0,700
82	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	250	1,925	5,853	12,045	108,291	0,071	20,777	206,311	2,441	34,962	53,929	23,391	1,026
294	Пшениль рубленый из мяса птицы	100	20,901	5,963	12,293	187,661	0,132	2,389	7,200	2,389	24,260	137,930	73,860	1,615
173	Каша гречневая нежир	180	5,585	5,078	25,190	168,571	0,190		20,000	0,402	13,680	133,370	88,230	2,987
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,300		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	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
	Хлеб ржанно-пшеничный	40	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160	0,160	28,017	8,892	156,052	466,469	226,451	8,744
	<i>Итого за Обед</i>	<i>890,000</i>	<i>36,751</i>	<i>27,565</i>	<i>109,523</i>	<i>847,521</i>	<i>0,618</i>	<i>28,017</i>	<i>234,017</i>	<i>8,892</i>	<i>156,052</i>	<i>466,469</i>	<i>226,451</i>	<i>8,744</i>
	<i>Итого за Вторник - 2 недели с 11 лет и старше</i>	<i>1 530,000</i>	<i>69,158</i>	<i>45,877</i>	<i>223,257</i>	<i>1 602,592</i>	<i>0,864</i>	<i>31,215</i>	<i>342,611</i>	<i>10,802</i>	<i>367,252</i>	<i>866,489</i>	<i>289,421</i>	<i>13,491</i>

День/неделя: Среда - 2 недели с 11 лет и старше

№ респ.	Наименование дней недели, блюд	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>														
	Масло порционное	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001		40,000	0,100	2,400	3,000		0,020
173	Каша пшеница молочная	250	11,026	8,863	57,608	355,341	0,319	1,625	45,000	0,242	172,160	263,870	70,840	1,919
376	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	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,025			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	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>550,000</i>	<i>17,846</i>	<i>16,984</i>	<i>113,461</i>	<i>678,829</i>	<i>0,429</i>	<i>1,725</i>	<i>85,500</i>	<i>1,632</i>	<i>197,010</i>	<i>333,610</i>	<i>87,340</i>	<i>3,878</i>
<i>Обед</i>														
52	Салат из свежих овощей	100	1,440	5,091	8,448	85,270	0,019	9,600		2,296	35,520	41,380	21,120	1,344
88	Щи из свежей капусты с 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	Биточек 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	Рожени отварные	180	7,742	4,537	49,417	269,652	0,120		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	333,600		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	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
	Хлеб ржанно-пшеничный	40	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160	0,160	28,017	8,892	170,492	398,619	126,782	7,782
	<i>Итого за Обед</i>	<i>920,000</i>	<i>33,931</i>	<i>40,068</i>	<i>146,020</i>	<i>1 059,978</i>	<i>0,766</i>	<i>398,326</i>	<i>296,531</i>	<i>10,229</i>	<i>170,492</i>	<i>398,619</i>	<i>126,782</i>	<i>7,782</i>
	<i>Итого за Среда - 2 недели с 11 лет и старше</i>	<i>1 470,000</i>	<i>51,777</i>	<i>57,052</i>	<i>253,481</i>	<i>1 738,807</i>	<i>1,206</i>	<i>392,051</i>	<i>376,031</i>	<i>11,861</i>	<i>367,902</i>	<i>732,439</i>	<i>214,122</i>	<i>11,620</i>

День/неделя: Четверг - 2 недели с 11 лет и старше

№ рен.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции				ЭЦ (ккал)				Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
		Б	Ж	У	Зеленая	Б	Ж	У	Зеленая	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe				
294	Горошек зеленый отварной	0,930	0,060	1,950	12,000	0,053	3,000	0,060	6,000	18,600	6,000	0,060	6,000	18,600	6,200	0,210					
171	Котлеты рубленые из мяса птицы	15,443	10,656	13,761	214,031	0,156	3,400	20,950	3,091	33,260	149,040	63,160	1,639	1,639	63,160	1,639					
376	Чай с сахаром	0,200	0,051	3,938	226,971	0,052	0,100	0,540	0,690	10,000	98,250	32,220	0,679	0,679	32,220	0,679					
	Хлеб пшеничный	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,160	0,170	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440	8,000	26,000	5,600					
	Итого за Завтрак	24,454	16,377	48,372	600,399	0,266	6,509	4,281	62,210	300,139	111,680	3,827	111,680	3,827	111,680	3,827					
65	Салат из моркови с яблоком	0,919	6,157	12,785	111,680	0,045	5,650	2,942	21,010	37,520	26,190	1,099	1,099	26,190	1,099						
289	Суп с вермишелью на бульоне	1,852	3,235	12,432	86,541	0,057	6,304	1,530	13,862	34,739	12,551	0,559	0,559	12,551	0,559						
348	Рыбу отварное из птицы	19,281	22,595	24,759	378,071	0,239	30,387	567,700	3,609	44,730	245,380	59,160	3,086	3,086	59,160	3,086					
	Компот из сухофруктов	0,234	18,263	74,595	0,005	3,501,180	0,248	7,470	6,840	4,905	0,192	0,192	0,192	4,905	0,192						
	Хлеб пшеничный	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,160	0,170	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440	8,000	26,000	5,600					
	Хлеб ржаной-пшеничный	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160	0,160	0,170	0,440	29,200	50,000	16,000	0,170	29,200	50,000	16,000					
	Итого за Обед	28,726	33,647	107,239	846,487	0,559	392,681	2,927,771	6,889	124,272	400,479	174,606	6,406	174,606	6,406						
	Итого за Четверг - 2 недели с 11 лет и старше	53,180	80,024	195,611	1,448,877	0,836	399,181	2,069,221	13,170	186,482	700,609	10,233	186,482	700,609	10,233						

День/неделя: Пятница - 2 недели с 11 лет и старше

№ рен.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции				ЭЦ (ккал)				Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
		Б	Ж	У	Зеленая	Б	Ж	У	Зеленая	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe				
209	Ябло отварное	12,700	11,500	0,700	157,000	0,070	250,000	0,600	55,000	192,000	12,000	2,500	2,500	12,000	2,500						
173	Каша геркулесовая	8,339	14,514	36,824	312,051	0,220	1,625	75,000	0,725	177,100	240,188	66,150	1,559	1,559	66,150	1,559					
377	Чай с лимоном	0,256	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,580	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883	0,883	4,880	0,883					
	Хлеб пшеничный	3,800	0,400	24,600	117,500	0,055	0,550	0,550	0,550	10,000	32,500	7,000	0,550	10,000	32,500	7,000					
	Итого за Завтрак	25,075	26,469	75,287	647,299	0,347	3,325	375,580	1,983	246,659	473,608	96,030	5,492	246,659	473,608	96,030					
45	Салат из белокожаной капусты	1,444	5,099	10,226	93,411	0,037	25,950	500,000	2,378	39,420	38,260	19,860	0,635	39,420	38,260	19,860					
82	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	4,625	5,908	12,045	119,691	0,078	29,777	217,111	2,471	36,462	71,929	23,391	1,176	36,462	71,929	23,391					
279	Рыбу, тушеная с овощами	21,537	18,775	1,479	143,341	0,148	2,063	214,020	2,211	58,650	310,910	74,310	1,199	58,650	310,910	74,310					
128	Клиторияльное пюре	3,904	4,745	27,818	169,692	0,208	33,634	23,000	0,050	46,860	116,060	41,330	1,589	46,860	116,060	41,330					
376	Чай с сахаром	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,500	0,440	4,950	8,240	4,400	0,856	4,950	8,240	4,400					
	Хлеб пшеничный	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,160	0,170	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440	8,000	26,000	5,600					
	Хлеб ржаной-пшеничный	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160	0,160	0,170	0,440	29,200	50,000	16,000	0,170	29,200	50,000	16,000					
	Итого за Обед	38,159	46,218	102,613	772,533	0,676	67,664	955,231	8,170	222,542	621,399	184,631	7,915	222,542	621,399	184,631					
	Итого за Пятница - 2 недели с 11 лет и старше	63,225	62,687	177,900	1,413,832	1,023	86,009	1,280,811	10,053	473,192	1,095,207	274,961	12,407	473,192	1,095,207	274,961					

	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
	Б		Ж			С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
	Б	У	Ж	У									
Помеделник - 1 неделя	69,202	176,052	85,675	176,052	1 709,218	404,164	14,769	443,883	1 052,441	191,417	16,833		
Вторник - 1 неделя	51,256	46,822	241,541	1 593,541	1 639,686	306,461	12,179	378,808	715,330	227,730	11,454		
Среда - 1 неделя	52,965	64,878	209,328	1 467,476	1 639,686	385,325	9,422	175,380	537,229	231,943	10,667		
Четверг - 1 неделя	42,097	48,386	48,386	215,424	1 467,476	424,653	10,339	326,953	689,087	182,094	8,892		
Пятница - 1 неделя	49,980	49,156	204,842	1 467,169	1 467,169	20,894	8,563	491,566	825,215	259,367	11,521		
СРЕДНЕЕ за 1 неделю	53,100	58,983	209,437	1 587,418	1 587,418	258,985	11,054	363,318	763,860	218,510	11,873		
Помеделник - 2 неделя	53,973	45,000	225,726	1 537,092	1 537,092	384,677	9,874	475,042	794,949	204,991	12,854		
Вторник - 2 неделя	69,158	45,877	223,257	1 602,542	1 602,542	31,215	11,861	367,252	856,489	289,421	13,491		
Среда - 2 неделя	51,777	57,052	253,481	1 738,807	1 738,807	392,051	10,802	367,902	732,429	214,122	11,620		
Четверг - 2 неделя	53,180	50,024	195,611	1 448,877	1 448,877	399,181	13,170	186,482	700,609	236,086	10,233		
Пятница - 2 неделя	63,225	62,687	177,900	1 413,832	1 413,832	86,009	10,053	472,192	1 095,207	274,961	12,507		
СРЕДНЕЕ за 2 неделю	58,263	52,128	215,195	1 548,230	1 548,230	258,627	11,152	373,774	835,937	243,916	12,141		
ИТОГО среднее за 2 недели	55,682	55,556	212,316	1 567,824	1 567,824	258,806	11,103	368,546	799,899	231,213	12,007		
Норма СанПиН	90	92	383	2 720	2 720	70	14	1 200	1 200	300	18		
Выполнение СанПиН, % от суточной нормы	62%	60%	55%	58%	58%	370%	134%	31%	67%	77%	67%		

	Завтрак		Обед		Итого за день
	Завтрак	Обед	Завтрак	Обед	
Помеделник - 1 неделя	600,000	860,000	600,000	860,000	1 460,000
Вторник - 1 неделя	550,000	890,000	550,000	890,000	1 440,000
Среда - 1 неделя	550,000	835,000	550,000	835,000	1 385,000
Четверг - 1 неделя	550,000	860,000	550,000	860,000	1 410,000
Пятница - 1 неделя	550,000	890,000	550,000	890,000	1 440,000
Помеделник - 2 неделя	590,000	860,000	590,000	860,000	1 450,000
Вторник - 2 неделя	640,000	890,000	640,000	890,000	1 530,000
Среда - 2 неделя	550,000	920,000	550,000	920,000	1 470,000
Четверг - 2 неделя	550,000	860,000	550,000	860,000	1 410,000
Пятница - 2 неделя	550,000	920,000	550,000	920,000	1 470,000
ИТОГО среднее за 2 недели	568	879	568	879	1 447
Норма СанПиН	550	800	550	800	1 350