

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ ООШ №3
г. Сосновоборска

Гайдаева С. К.

«3» августа 2024г.



УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор
ООО "Межрегиональная
кейтеринговая компания"

Т. В. Фионов

«2» августа 2024г.



**Примерное повозрастное меню и основные показатели пищевой
и энергетической ценности приготовляемых блюд для горячего
питания учащихся общеобразовательных учреждений
г.Сосновоборска**

2024 г.

День/неделя: Понедельник - 6 - 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	Mg	Fe
<i>Завтрак</i>														
204	Рожки отварные с сыром	155 / 25	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
166	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
338	Фрукт (яблоки)	120	0,480	0,480	11,760	56,400	0,036	12,000		0,240	19,200	13,200	10,800	2,640
<i>Итого за Завтрак</i>		<i>540,000</i>	<i>17,412</i>	<i>11,848</i>	<i>90,375</i>	<i>542,540</i>	<i>0,200</i>	<i>12,300</i>	<i>78,000</i>	<i>1,830</i>	<i>303,060</i>	<i>266,990</i>	<i>42,890</i>	<i>5,297</i>
<i>Обед</i>														
2801	Горошек зеленый отварной	60	1,860	0,120	3,900	24,000	0,066	6,000		0,120	12,000	37,200	12,600	0,420
82	Борщ из свежей капусты со сметаной	194 / 6	4,126	4,175	10,953	84,728	0,061	13,427	158,914	1,607	32,520	58,149	17,302	0,975
289	Рагу овощное из птицы	200	19,293	6,802	24,470	213,091	0,191	23,033	411,620	3,014	31,010	201,440	95,020	2,339
348	Компот из абрикосов	180	0,234		18,263	74,595	0,005	0,180		0,248	7,470	6,840	4,905	0,192
164	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
1305	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
<i>Итого за Обед</i>		<i>700,000</i>	<i>30,343</i>	<i>12,327</i>	<i>86,836</i>	<i>544,614</i>	<i>0,476</i>	<i>42,760</i>	<i>570,534</i>	<i>5,409</i>	<i>110,900</i>	<i>360,629</i>	<i>146,027</i>	<i>5,096</i>
<i>Полдник</i>														
3882	Сдоба Плюшка, 100	100	7,600	6,300	54,100	316,000								
377	Чай с лимоном	196 / 4	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,580	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883
<i>Итого за Полдник</i>		<i>300,000</i>	<i>7,836</i>	<i>6,355</i>	<i>67,263</i>	<i>370,748</i>	<i>0,002</i>	<i>1,700</i>	<i>0,580</i>	<i>0,008</i>	<i>6,550</i>	<i>9,120</i>	<i>4,880</i>	<i>0,883</i>
<i>Итого за Понедельник</i>		<i>1 540,000</i>	<i>55,591</i>	<i>30,530</i>	<i>244,474</i>	<i>1 457,902</i>	<i>0,678</i>	<i>56,760</i>	<i>649,114</i>	<i>7,247</i>	<i>420,510</i>	<i>636,739</i>	<i>193,797</i>	<i>11,276</i>
День/неделя: Вторник - 6 - 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	Mg	Fe
<i>Завтрак</i>														
209	Яйцо отварное	50	12,700	11,500	0,700	157,000	0,070		250,000	0,600	55,000	192,000	12,000	2,500
174	Каша рисовая молочная с маслом	196 / 4	5,456	6,381	37,736	230,841	0,069	1,235	39,000	0,202	121,920	144,750	32,520	0,529
378	Чай с молоком и сахаром	200	1,650	1,301	15,443	80,388	0,021	0,750	10,500		64,950	53,240	11,400	0,909
1316	Батон	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055			0,850	9,500	32,500	6,500	0,600
<i>Итого за Завтрак</i>		<i>500,000</i>	<i>23,306</i>	<i>19,682</i>	<i>76,879</i>	<i>578,229</i>	<i>0,215</i>	<i>1,985</i>	<i>299,500</i>	<i>1,652</i>	<i>251,370</i>	<i>422,490</i>	<i>62,420</i>	<i>4,538</i>
<i>Обед</i>														
71	Огурцы свежие порционные	60	0,420	0,060	1,140	6,600	0,018	4,200	18,001	0,060	10,200	18,001	8,400	0,300
103	Суп картофельный с вермишелью	200	4,178	2,314	12,540	73,094	0,059	5,005	170,832	1,127	13,336	45,824	10,046	0,603
234	Котлеты рыбные	90	15,394	11,329	15,739	194,401	0,165	1,017	34,400	1,369	53,993	213,008	45,531	1,398
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
349	Компот из сухофруктов	180	0,054	0,018	12,894	51,984	0,001	0,079	3,042	0,037	2,623	1,782	1,400	0,085
164	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
1305	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
<i>Итого за Обед</i>		<i>740,000</i>	<i>28,125</i>	<i>18,784</i>	<i>94,716</i>	<i>614,461</i>	<i>0,569</i>	<i>38,416</i>	<i>245,275</i>	<i>3,053</i>	<i>148,272</i>	<i>432,435</i>	<i>116,087</i>	<i>4,888</i>
<i>Полдник</i>														
3878	Сдоба Майская, 100	100	7,600	13,700	46,100	336,000								
121	Сок	200	1,100	0,200	24,400	102,000	0,020	4,000		0,200		14,000	8,000	0,600
<i>Итого за Полдник</i>		<i>300,000</i>	<i>8,700</i>	<i>13,900</i>	<i>70,500</i>	<i>438,000</i>	<i>0,020</i>	<i>4,000</i>		<i>0,200</i>		<i>14,000</i>	<i>8,000</i>	<i>0,600</i>
<i>Итого за Вторник</i>		<i>1 540,000</i>	<i>60,131</i>	<i>52,366</i>	<i>242,095</i>	<i>1 630,690</i>	<i>0,804</i>	<i>44,401</i>	<i>544,775</i>	<i>4,905</i>	<i>399,642</i>	<i>868,925</i>	<i>186,507</i>	<i>10,026</i>

День/неделя: Среда - 6 - 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>														
3069	Печенье	20	1,560	3,076	13,858	88,000	0,016		2,200	0,700	5,800	18,000	4,000	0,420
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	90	14,345	13,612	12,504	225,791	0,138	0,300		2,119	20,800	135,140	18,470	0,995
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
377	Чай с лимоном	196 / 4	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,580	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883
166	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>23,876</i>	<i>21,185</i>	<i>80,385</i>	<i>602,940</i>	<i>0,360</i>	<i>2,000</i>	<i>18,780</i>	<i>3,603</i>	<i>53,190</i>	<i>300,470</i>	<i>107,170</i>	<i>5,254</i>
<i>Обед</i>														
3242	Кукуруза порционно	60	1,722	0,360	5,940	34,680	0,012	3,300	1,800	0,018	2,400	30,600	9,600	0,246
96	Рассольник московский со сметаной	195 / 5	4,142	4,080	10,706	88,528	0,069	7,385	156,494	1,542	20,640	64,499	14,512	0,716
291	Плов из мяса птицы	200	20,081	7,702	38,840	290,981	0,105	2,326	268,980	3,350	20,710	209,820	91,720	1,768
349	Компот из свежих яблок	180	0,144	0,144	15,504	64,800	0,011	3,600		0,072	5,760	3,960	3,240	0,828
164	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
1305	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
<i>Итого за Обед</i>		<i>700,000</i>	<i>30,919</i>	<i>13,516</i>	<i>100,240</i>	<i>627,189</i>	<i>0,350</i>	<i>16,731</i>	<i>427,274</i>	<i>5,402</i>	<i>77,410</i>	<i>365,879</i>	<i>135,272</i>	<i>4,728</i>
<i>Полдник</i>														
3880	Сдоба с сахаром, 100	100												
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>0,200</i>	<i>0,051</i>	<i>13,043</i>	<i>53,388</i>	<i>0,001</i>	<i>0,100</i>	<i>0,500</i>		<i>4,950</i>	<i>8,240</i>	<i>4,400</i>	<i>0,859</i>
<i>Итого за Среда</i>		<i>1 500,000</i>	<i>54,995</i>	<i>34,752</i>	<i>193,668</i>	<i>1 283,517</i>	<i>0,711</i>	<i>18,831</i>	<i>446,554</i>	<i>9,005</i>	<i>135,550</i>	<i>674,589</i>	<i>246,842</i>	<i>10,841</i>

День/неделя: Четверг - 6 - 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	Омлет натуральный	150	25,717	27,354	4,565	367,581	0,158	0,871	492,900	2,032	187,650	421,030	32,040	4,777
382	Кофейный напиток с молоком	200	3,200	2,510	22,074	124,370	0,040	1,300	20,000		120,000	90,000	14,000	0,139
166	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
338	Фрукт (яблоки)	120	0,480	0,480	11,760	56,400	0,036	12,000		0,240	19,200	13,200	10,800	2,640
<i>Итого за Завтрак</i>		<i>510,000</i>	<i>32,437</i>	<i>30,664</i>	<i>58,079</i>	<i>642,351</i>	<i>0,278</i>	<i>14,171</i>	<i>512,900</i>	<i>2,712</i>	<i>334,850</i>	<i>550,230</i>	<i>62,440</i>	<i>7,996</i>
<i>Обед</i>														
71	Помидоры свежие порционные	60	0,660	0,120	2,280	14,400								
102	Суп картофельный с горохом	200	7,698	5,547	17,651	136,724	0,036	15,000	109,801	0,420	8,400	15,600	12,000	0,540
290/330	Грудки куриные, тушённые в сметанном соусе	90	21,531	5,771	1,312	143,351	0,067	0,028	15,100	1,860	17,662	159,930	78,436	1,318
171	Каша перловая рассыпчатая	150	4,691	4,176	33,516	190,551	0,061		20,000	0,600	23,880	163,750	20,220	0,939
349	Компот из изюма	180	0,414	0,090	25,317	104,445	0,027			0,090	14,400	23,220	7,560	0,581
164	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
1305	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
<i>Итого за Обед</i>		<i>740,000</i>	<i>39,824</i>	<i>16,934</i>	<i>109,326</i>	<i>737,671</i>	<i>0,551</i>	<i>22,753</i>	<i>315,733</i>	<i>5,843</i>	<i>126,058</i>	<i>525,184</i>	<i>165,432</i>	<i>6,364</i>
<i>Полдник</i>														
3882	Сдоба Плюшка, 100	100	7,600	6,300	54,100	316,000								
371	Снежок	200	5,600	5,000	9,400	105,000	0,060	1,800	40,000		242,000	188,000	30,000	0,200
<i>Итого за Полдник</i>		<i>300,000</i>	<i>13,200</i>	<i>11,300</i>	<i>63,500</i>	<i>421,000</i>	<i>0,060</i>	<i>1,800</i>	<i>40,000</i>		<i>242,000</i>	<i>188,000</i>	<i>30,000</i>	<i>0,200</i>
<i>Итого за Четверг</i>		<i>1 550,000</i>	<i>85,461</i>	<i>58,898</i>	<i>230,905</i>	<i>1 801,022</i>	<i>0,889</i>	<i>38,724</i>	<i>868,633</i>	<i>8,555</i>	<i>702,908</i>	<i>1 263,414</i>	<i>257,872</i>	<i>14,560</i>

День/неделя: Пятница - 6 - 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	Mg	Fe
<i>Завтрак</i>														
15	Сыр (порциями)	20	5,200	5,220		68,800								
3061	Вафли	40	1,800	8,800	28,000	88,000	0,006	0,160	46,000	0,100	200,000	128,000	9,000	0,200
175	Каша молочная "Дружба" с маслом	195 / 5	5,833	6,708	33,771	219,471	0,128	1,209	38,600	0,159	122,650	149,720	35,510	0,796
376	Чай без сахара	200	0,222	0,057	0,077	1,685	0,001	0,111	0,555		5,495	9,146	4,884	0,910
1310	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
<i>Итого за Завтрак</i>		<i>500,000</i>	<i>15,855</i>	<i>21,185</i>	<i>80,248</i>	<i>465,956</i>	<i>0,179</i>	<i>1,480</i>	<i>85,155</i>	<i>0,939</i>	<i>335,745</i>	<i>312,866</i>	<i>54,594</i>	<i>2,386</i>
<i>Обед</i>														
50	Салат из свеклы с сыром	55 / 5	2,199	4,459		67,806	0,012	5,343	13,480	1,400	73,610	57,410	14,090	0,796
99	Суп из овощей	200	4,192	4,285	11,422	86,872	0,076	17,005	170,831	1,866	22,783	59,761	17,412	0,801
268	Биточки мясные с томатным соусом	90 / 30	14,085	17,580	17,578	275,702	0,132	1,188	61,520	3,214	35,310	136,490	20,070	1,614
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
1008	Напиток из лимона	180	0,126	0,014	22,376	92,540	0,006	5,600	0,280	0,028	5,600	3,080	1,680	0,150
164	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
1305	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
<i>Итого за Обед</i>		<i>770,000</i>	<i>31,846</i>	<i>31,224</i>	<i>126,234</i>	<i>893,602</i>	<i>0,478</i>	<i>29,256</i>	<i>262,111</i>	<i>7,838</i>	<i>184,543</i>	<i>366,901</i>	<i>79,172</i>	<i>5,525</i>
<i>Полдник</i>														
3878	Сдоба Майская, 100	100	7,600	13,700	46,100	336,000								
378	Чай с молоком и сахаром	200	1,650	1,301	15,443	80,388	0,021	0,750	10,500		64,950	53,240	11,400	0,909
<i>Итого за Полдник</i>		<i>300,000</i>	<i>9,250</i>	<i>15,001</i>	<i>61,543</i>	<i>416,388</i>	<i>0,021</i>	<i>0,750</i>	<i>10,500</i>		<i>64,950</i>	<i>53,240</i>	<i>11,400</i>	<i>0,909</i>
<i>Итого за Пятница</i>		<i>1 570,000</i>	<i>56,951</i>	<i>67,410</i>	<i>268,025</i>	<i>1 775,946</i>	<i>0,678</i>	<i>31,486</i>	<i>357,766</i>	<i>8,777</i>	<i>585,238</i>	<i>733,007</i>	<i>145,166</i>	<i>8,820</i>

День/неделя: Понедельник - 6 - 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	Mg	Fe
<i>Завтрак</i>														
14	Масло (порциями)	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001		40,000	0,100	2,400	3,000		0,020
173	Каша пшеничная молочная с маслом	196 / 4	5,694	6,515	27,655	192,650	0,157	0,988	35,200	0,140	101,972	140,100	35,628	0,920
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
1310	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
338	Фрукт (яблоки)	120	0,480	0,480	11,760	56,400	0,036	12,000		0,240	19,200	13,200	10,800	2,640
<i>Итого за Завтрак</i>		<i>570,000</i>	<i>9,254</i>	<i>14,696</i>	<i>70,988</i>	<i>456,538</i>	<i>0,239</i>	<i>13,088</i>	<i>75,700</i>	<i>1,160</i>	<i>136,122</i>	<i>190,540</i>	<i>56,028</i>	<i>4,919</i>
<i>Обед</i>														
16	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
101	Суп картофельный с крупой	200	4,203	2,400	14,452	83,118	0,093	12,065	150,894	1,038	15,250	63,139	18,052	0,823
596	Азу из говядины	200	13,278	15,205	27,786	276,221	0,192	26,814	5,260	3,192	33,820	189,850	46,140	2,961
491	Компот из ягод замороженных (чер.смородина)	180	0,180	0,072	14,787	61,785	0,005	36,000	3,060	0,126	6,480	5,940	5,580	0,275
164	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
1305	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
<i>Итого за Обед</i>		<i>700,000</i>	<i>23,511</i>	<i>24,307</i>	<i>91,675</i>	<i>650,924</i>	<i>0,455</i>	<i>79,199</i>	<i>159,214</i>	<i>6,636</i>	<i>108,050</i>	<i>338,129</i>	<i>94,972</i>	<i>5,649</i>
<i>Полдник</i>														
3880	Сдоба с сахаром, 100	100												
377	Чай с лимоном	196 / 4	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,580	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883
<i>Итого за Полдник</i>		<i>300,000</i>	<i>0,236</i>	<i>0,055</i>	<i>13,163</i>	<i>54,748</i>	<i>0,002</i>	<i>1,700</i>	<i>0,580</i>	<i>0,008</i>	<i>6,550</i>	<i>9,120</i>	<i>4,880</i>	<i>0,883</i>
<i>Итого за Понедельник</i>		<i>1 570,000</i>	<i>33,001</i>	<i>39,058</i>	<i>175,826</i>	<i>1 162,210</i>	<i>0,696</i>	<i>93,987</i>	<i>235,494</i>	<i>7,804</i>	<i>250,722</i>	<i>537,789</i>	<i>155,880</i>	<i>11,451</i>

День/неделя: Вторник - 6 - 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	Mg	Fe
Завтрак														
3060	Горошек зеленый отварной	30	0,930	0,060	1,950	12,000	0,033	3,000		0,060	6,000	18,600	6,300	0,210
291	Плов из мяса птицы	200	20,081	7,702	38,840	290,981	0,105	2,326	268,980	3,350	20,710	209,820	91,720	1,768
377	Чай с лимоном	196 / 4	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,580	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883
1426	Хлеб пшеничный	50	3,800	0,400	24,600	117,500	0,055				10,000	32,500	7,000	0,550
3069	Печенье	20	1,560	3,076	13,858	88,000	0,016			0,550	5,800	18,000	4,000	0,420
Итого за Завтрак		500,000	26,607	11,293	92,411	563,229	0,211	7,026	271,760	4,668	49,060	288,040	113,900	3,831
Обед														
71	Огурцы свежие порционные	60	0,420	0,060	1,140	6,600	0,018	4,200	18,001	0,060	10,200	18,001	8,400	0,300
84	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	194 / 6	5,203	5,284	13,925	110,711	0,087	9,469	161,294	2,201	34,590	82,939	22,852	1,043
268	Котлеты рубленные из мяса	90	13,743	13,545	15,594	230,371	0,124	0,600		1,326	29,740	130,630	17,550	1,480
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
487	Компот из яблок и лимона	180	0,294	0,190	13,710	61,129	0,018	9,612	0,259	0,114	12,269	7,722	5,541	1,079
164	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
1305	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого за Обед		740,000	30,904	23,965	114,563	779,493	0,499	24,001	195,554	5,031	134,039	349,452	80,263	6,066
Полдник														
3882	Сдоба Плюшка, 100	100	7,600	6,300	54,100	316,000								
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
Итого за Полдник		300,000	7,800	6,351	67,143	369,388	0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,859
Итого за Вторник - 2 Младшие		1 540,000	65,311	41,609	274,117	1 712,110	0,711	31,127	467,814	9,699	188,049	645,732	198,563	10,756
День/неделя: Среда - 2 Младшие														
№ 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	Mg	Fe
Завтрак														
15	Сыр (порциями)	20	5,200	5,220		68,800	0,006	0,160	46,000	0,100	200,000	128,000	9,000	0,200
173	Каша геркулесовая с маслом	190 / 10	5,419	4,963	26,729	173,711	0,148	0,988	23,200	0,436	107,408	154,730	44,312	1,054
378	Чай с молоком и сахаром	200	1,650	1,301	15,443	80,388	0,021	0,750	10,500		64,950	53,240	11,400	0,909
1310	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044				7,600	26,000	5,200	0,480
166	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044			0,680	8,000	26,000	5,600	0,440
Итого за Завтрак		500,000	18,109	12,204	80,252	504,899	0,263	1,898	79,700	1,656	387,958	387,970	75,512	3,083
Обед														
71	Помидоры свежие порционные	60	0,660	0,120	2,280	14,400	0,036	15,000	109,801	0,420	8,400	15,600	12,000	0,540
113	Суп-лапша домашняя	200	3,943	4,700	11,327	37,178	0,025	1,065	150,894	1,026	9,510	26,739	3,902	0,298
260	Гуляш из птицы	90	16,457	6,346	6,681	133,081	0,062	2,433	11,350	2,924	14,710	128,170	62,360	1,273
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
398	Напиток из плодов шиповника	180	0,476	0,196	16,742	79,660	0,010	140,000	114,380	0,532	8,400	2,380	2,380	0,450
164	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
1305	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого за Обед		740,000	31,061	16,714	87,460	552,920	0,446	158,618	402,425	5,658	80,960	342,099	171,062	6,247
Полдник														
3878	Сдоба Майская, 100	100	7,600	13,700	46,100	336,000								
121	Сок	200	1,100	0,200	24,400	102,000	0,020	4,000		0,200		14,000	8,000	0,600
Итого за Полдник		300,000	8,700	13,900	70,500	438,000	0,020	4,000		0,200		14,000	8,000	0,600
Итого за Среда		1 540,000	57,870	42,818	238,212	1 495,819	0,729	164,516	482,125	7,514	468,918	744,069	254,574	9,930

День/неделя: Четверг - 6 - 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>														
3838	Кукуруза порционно	30	0,861	0,180	2,970	17,341	0,006	1,650	0,900	0,009	1,200	15,301	4,800	0,123
279	Тефтели мясные с томатным соусом	90 / 30	11,703	13,861	22,075	215,301	0,136	4,642	91,796	2,265	22,338	120,994	22,263	1,165
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
377	Чай с лимоном	196 / 4	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,580	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883
166	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>540,000</i>	<i>22,254</i>	<i>18,072</i>	<i>98,832</i>	<i>603,872</i>	<i>0,287</i>	<i>7,992</i>	<i>109,276</i>	<i>3,632</i>	<i>57,428</i>	<i>224,575</i>	<i>47,263</i>	<i>3,605</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
88/2011	Щи из свежей капусты со сметаной	194 / 6	4,038	3,184	9,125	68,108	0,066	15,746	159,174	1,193	27,970	53,589	14,652	0,745
229	Рыба, тушенная с овощами	90	13,037	13,275	3,119	151,341	0,093	1,813	209,020	2,561	38,650	190,910	46,810	0,799
171	Каша рисовая рассыпчатая	150	4,008	4,279	33,072	187,031	0,043		16,000	0,570	8,880	81,450	26,720	0,567
54-12хн-2020	Напиток из облепихи	180	0,238	1,069	7,416	41,373	0,006	39,600	49,500	0,990	4,356	1,782	5,940	0,296
164	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
1305	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
<i>Итого за Обед</i>		<i>740,000</i>	<i>26,705</i>	<i>26,731</i>	<i>89,667</i>	<i>663,131</i>	<i>0,388</i>	<i>60,679</i>	<i>1 193,694</i>	<i>7,500</i>	<i>120,416</i>	<i>407,353</i>	<i>126,112</i>	<i>4,184</i>
<i>Полдник</i>														
3880	Сдоба с сахаром, 100	100												
371	Снежок	200	5,600	5,000	9,400	105,000	0,060	1,800	40,000		242,000	188,000	30,000	0,200
<i>Итого за Полдник</i>		<i>300,000</i>	<i>5,600</i>	<i>5,000</i>	<i>9,400</i>	<i>105,000</i>	<i>0,060</i>	<i>1,800</i>	<i>40,000</i>		<i>242,000</i>	<i>188,000</i>	<i>30,000</i>	<i>0,200</i>
<i>Итого за Четверг</i>		<i>1 580,000</i>	<i>54,559</i>	<i>49,803</i>	<i>197,899</i>	<i>1 372,003</i>	<i>0,735</i>	<i>70,471</i>	<i>1 342,970</i>	<i>11,132</i>	<i>419,844</i>	<i>819,928</i>	<i>203,375</i>	<i>7,989</i>

День/неделя: Пятница - 6 - 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>														
223	Запеканка творожная с молоком сгущенным	150 / 20	25,067	14,586	36,460	382,421	0,116	0,700	92,200	1,200	196,520	302,180	34,870	1,119
382	Какао с молоком	200	3,880	3,100	18,182	117,430	0,044	1,300	20,120	0,012	125,120	116,200	31,000	1,019
1310	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
338	Фрукт (яблоки)	120	0,480	0,480	11,760	56,400	0,036	12,000		0,240	19,200	13,200	10,800	2,640
<i>Итого за Завтрак</i>		<i>530,000</i>	<i>32,227</i>	<i>18,566</i>	<i>84,802</i>	<i>644,251</i>	<i>0,240</i>	<i>14,000</i>	<i>112,320</i>	<i>2,132</i>	<i>348,440</i>	<i>457,580</i>	<i>81,870</i>	<i>5,258</i>
<i>Обед</i>														
71	Помидоры свежие порционные	60	0,660	0,120	2,280	14,400	0,036	15,000	109,801	0,420	8,400	15,600	12,000	0,540
98	Суп крестьянский с пшеном на курином бульоне	200	4,170	2,392	10,576	67,148	0,074	12,922	153,174	1,183	21,350	55,109	15,642	0,772
294	Котлеты рубленные из мяса птицы	90	14,345	13,612	12,504	225,791	0,138	0,300		2,119	20,800	135,140	18,470	0,995
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
348	Компот из абрикосов и яблок	180	0,234		18,263	74,595	0,005	0,180		0,248	7,470	6,840	4,905	0,192
164	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
1305	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
<i>Итого за Обед</i>		<i>740,000</i>	<i>27,488</i>	<i>21,187</i>	<i>96,026</i>	<i>670,316</i>	<i>0,579</i>	<i>56,517</i>	<i>281,975</i>	<i>4,430</i>	<i>126,140</i>	<i>366,509</i>	<i>101,727</i>	<i>5,001</i>
<i>Полдник</i>														
3882	Сдоба Плешка, 100	100	7,600	6,300	54,100	316,000								
121	Сок	200	1,100	0,200	24,400	102,000	0,020	4,000		0,200		14,000	8,000	0,600
<i>Итого за Полдник</i>		<i>300,000</i>	<i>8,700</i>	<i>6,500</i>	<i>78,500</i>	<i>418,000</i>	<i>0,020</i>	<i>4,000</i>		<i>0,200</i>		<i>14,000</i>	<i>8,000</i>	<i>0,600</i>
<i>Итого за Пятница</i>		<i>1 570,000</i>	<i>68,415</i>	<i>46,253</i>	<i>259,328</i>	<i>1 732,567</i>	<i>0,839</i>	<i>74,517</i>	<i>394,295</i>	<i>6,762</i>	<i>474,580</i>	<i>838,089</i>	<i>191,597</i>	<i>10,859</i>

Возрастная группа 6 - 11 лет												
	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
	Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe
Понедельник - 1	55,591	30,530	244,474	1 457,902	0,678	56,760	649,114	7,247	420,510	636,739	193,797	11,276
Вторник - 1	60,131	52,366	242,095	1 630,690	0,804	44,401	544,775	4,905	399,642	868,925	186,507	10,026
Среда - 1	54,995	34,752	193,668	1 283,517	0,711	18,831	446,554	9,005	135,550	674,589	246,842	10,841
Четверг - 1	85,461	58,898	230,905	1 801,022	0,889	38,724	868,633	8,555	702,908	1 263,414	257,872	14,560
Пятница - 1	56,951	67,410	268,025	1 775,946	0,678	31,486	357,766	8,777	585,238	733,007	145,166	8,820
СРЕДНЕЕ за 1 неделю	62,626	48,791	235,833	1 589,815	0,752	38,040	573,368	7,698	448,770	835,335	206,037	11,105
Понедельник - 2	33,001	39,058	175,826	1 162,210	0,696	93,987	235,494	7,804	250,722	537,789	155,880	11,451
Вторник - 2	65,311	41,609	274,117	1 712,110	0,711	31,127	467,814	9,699	188,049	645,732	198,563	10,756
Среда - 2	57,870	42,818	238,212	1 495,819	0,729	164,516	482,125	7,514	468,918	744,069	254,574	9,930
Четверг - 2	54,559	49,803	197,899	1 372,003	0,735	70,471	1 342,970	11,132	419,844	819,928	203,375	7,989
Пятница - 2	68,415	46,253	259,328	1 732,567	0,839	74,517	394,295	6,762	474,580	838,089	191,597	10,859
СРЕДНЕЕ за 2 неделю	55,831	43,908	229,076	1 494,942	0,742	86,924	584,540	8,582	360,423	717,121	200,798	10,197
<i>ИТОГО среднее за 2 недели</i>	<i>59,229</i>	<i>46,350</i>	<i>232,455</i>	<i>1 542,379</i>	<i>0,747</i>	<i>62,482</i>	<i>578,954</i>	<i>8,140</i>	<i>404,597</i>	<i>776,228</i>	<i>203,418</i>	<i>10,651</i>
Норма СанПин	46,2	47,4	201	1 410	0,72	36	420	7,2	660	660	150	7,2

Возрастная группа 6 - 11 лет				
	Завтрак	Обед	Полдник	Итого за день
Понедельник - 1	540,000	700,000	300,000	1 540,000
Вторник - 1	500,000	740,000	300,000	1 540,000
Среда - 1	500,000	700,000	300,000	1 500,000
Четверг - 1	510,000	740,000	300,000	1 550,000
Пятница - 1	500,000	770,000	300,000	1 570,000
Понедельник - 2	570,000	700,000	300,000	1 570,000
Вторник - 2	500,000	740,000	300,000	1 540,000
Среда - 2	500,000	740,000	300,000	1 540,000
Четверг - 2	540,000	740,000	300,000	1 580,000
Пятница - 2	530,000	740,000	300,000	1 570,000
<i>ИТОГО среднее за 2 недели</i>	<i>519</i>	<i>731</i>	<i>300</i>	<i>1 550</i>
Норма СанПин	500	700	300	1 500

День/неделя: Понедельник - 12 лет и старше															
№ 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>															
204	Рожки отварные с сыром	172 / 28	15,250	12,596	50,840	379,342	0,131	0,224	88,400	1,280	302,480	245,140	24,560	1,502	
338	Фрукт (яблоки)	120	0,480	0,480	11,760	56,400	0,036	12,000		0,240	19,200	13,200	10,800	2,640	
166	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440	
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 Завтрак</i>		<i>560,000</i>	<i>18,970</i>	<i>13,447</i>	<i>95,323</i>	<i>583,130</i>	<i>0,212</i>	<i>12,324</i>	<i>88,900</i>	<i>1,960</i>	<i>334,630</i>	<i>292,580</i>	<i>45,360</i>	<i>5,441</i>	
<i>Обед</i>															
2802	Горошек зеленый отварной	100	3,100	0,200	6,500	40,001	0,110	10,000		0,200	20,000	62,001	21,000	0,700	
82	Борщ из свежей капусты со сметаной	242 / 8	5,158	5,220	13,693	105,918	0,077	16,784	198,651	2,010	40,671	72,689	21,630	1,219	
289	Рагу овощное из птицы	250	23,892	8,231	29,977	261,281	0,237	28,383	513,150	3,575	37,050	248,940	117,480	2,852	
348	Компот из абрикосов	180	0,234		18,263	74,595	0,005	0,180		0,248	7,470	6,840	4,905	0,192	
659	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	
166	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 Обед</i>		<i>860,000</i>	<i>38,824</i>	<i>15,291</i>	<i>107,433</i>	<i>679,395</i>	<i>0,633</i>	<i>55,507</i>	<i>711,801</i>	<i>6,593</i>	<i>142,391</i>	<i>466,470</i>	<i>186,615</i>	<i>6,523</i>	
<i>Полдник</i>															
3882	Сдоба Плюшка, 100	100	7,600	6,300	54,100	316,000									
3883	Сдоба Плюшка, 50	50	3,800	3,150	27,050	158,000									
377	Чай с лимоном	196 / 4	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,580	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883	
<i>Итого за Полдник</i>		<i>350,000</i>	<i>11,636</i>	<i>9,505</i>	<i>94,313</i>	<i>528,748</i>	<i>0,002</i>	<i>1,700</i>	<i>0,580</i>	<i>0,008</i>	<i>6,550</i>	<i>9,120</i>	<i>4,880</i>	<i>0,883</i>	
Итого за Понедельник		1 770,000	69,430	38,243	297,069	1 791,273	0,847	69,531	801,281	8,561	483,571	768,170	236,855	12,847	
День/неделя: Вторник - 12 лет и старше															
№ 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>															
209	Яйцо отварное	50	12,700	11,500	0,700	157,000	0,070		250,000	0,600	55,000	192,000	12,000	2,500	
174	Каша рисовая молочная с маслом	245 / 5	6,860	7,806	47,299	287,701	0,087	1,547	47,800	0,252	151,760	181,650	40,880	0,658	
378	Чай с молоком и сахаром	200	1,650	1,301	15,443	80,388	0,021	0,750	10,500		64,950	53,240	11,400	0,909	
1316	Батон	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055			0,850	9,500	32,500	6,500	0,600	
<i>Итого за Завтрак</i>		<i>550,000</i>	<i>24,710</i>	<i>21,107</i>	<i>86,442</i>	<i>635,089</i>	<i>0,233</i>	<i>2,297</i>	<i>308,300</i>	<i>1,702</i>	<i>281,210</i>	<i>459,390</i>	<i>70,780</i>	<i>4,667</i>	
<i>Обед</i>															
71	Огурцы свежие порционные	100	0,700	0,100	1,900	11,000	0,030	7,000	29,999	0,100	16,999	29,999	14,000	0,500	
103	Суп картофельный с вермишелью	250	4,552	3,365	15,713	93,344	0,071	6,305	210,832	1,609	15,376	52,744	12,556	0,710	
234	Котлеты рыбные	100	17,105	12,586	17,492	215,994	0,183	1,130	38,217	1,520	59,995	236,682	50,592	1,553	
128	Картофельное пюре	180	3,904	4,745	27,818	169,692	0,208	33,634	23,600	0,050	46,860	116,060	41,370	1,589	
349	Компот из сухофруктов	180	0,054	0,018	12,894	51,984	0,001	0,079	3,042	0,037	2,623	1,782	1,400	0,085	
659	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	
166	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 Обед</i>		<i>890,000</i>	<i>32,755</i>	<i>22,454</i>	<i>114,817</i>	<i>739,614</i>	<i>0,697</i>	<i>48,308</i>	<i>305,690</i>	<i>3,876</i>	<i>179,053</i>	<i>513,267</i>	<i>141,518</i>	<i>5,997</i>	
<i>Полдник</i>															
3878	Сдоба Майская, 100	100	7,600	13,700	46,100	336,000									
3879	Сдоба Майская, 50	50	3,800	6,850	23,050	168,000									
121	Сок	200	1,100	0,200	24,400	102,000	0,020	4,000		0,200		14,000	8,000	0,600	
<i>Итого за Полдник</i>		<i>350,000</i>	<i>12,500</i>	<i>20,750</i>	<i>93,550</i>	<i>606,000</i>	<i>0,020</i>	<i>4,000</i>		<i>0,200</i>		<i>14,000</i>	<i>8,000</i>	<i>0,600</i>	
Итого за Вторник		1 790,000	69,965	64,311	294,809	1 980,703	0,950	54,605	613,990	5,778	460,263	986,657	220,298	11,264	

День/неделя: Среда - 12 лет и старше

№ 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>														
3069	Печенье	20	1,560	3,076	13,858	88,000	0,016		2,200	0,700	5,800	18,000	4,000	0,420
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	100	15,809	14,547	14,575	246,861	0,157	0,400		2,160	23,700	149,350	20,580	1,123
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
377	Чай с лимоном	196 / 4	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,580	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883
1426	Хлеб пшеничный	50	3,800	0,400	24,600	117,500	0,055			0,550	10,000	32,500	7,000	0,550
Итого за Завтрак		550,000	26,990	23,156	91,386	675,680	0,420	2,100	22,780	3,820	59,730	342,340	124,680	5,963
<i>Обед</i>														
3241	Кукуруза порционно	100	2,870	0,600	9,900	57,800	0,020	5,500	3,000	0,030	4,000	51,000	16,000	0,410
96	Рассольник московский со сметаной	244 / 6	5,094	5,335	17,688	130,164	0,090	9,779	217,582	2,054	26,816	96,464	21,376	0,972
291	Плов из мяса птицы	250	25,253	10,399	48,847	372,461	0,132	2,895	331,270	4,524	24,980	263,570	115,180	2,213
349	Компот из свежих яблок	180	0,144	0,144	15,504	64,800	0,011	3,600		0,072	5,760	3,960	3,240	0,828
659	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
166	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
Итого за Обед		860,000	39,801	18,118	130,939	822,825	0,457	21,934	551,852	7,240	98,756	490,994	177,396	5,983
<i>Полдник</i>														
3880	Сдоба с сахаром, 100	100												
3881	Сдоба с сахаром, 50	50												
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
Итого за Полдник		350,000	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,859
Итого за Среда - 12 Старшие		1 760,000	66,991	41,325	235,368	1 551,893	0,878	24,134	575,132	11,060	163,436	841,574	306,476	12,805

День/неделя: Четверг - 1 Старшие

№ 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	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
382	Кофейный напиток с молоком	200	3,200	2,510	22,074	124,370	0,040	1,300	20,000		120,000	90,000	14,000	0,139
166	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
338	Фрукт (яблоки)	120	0,480	0,480	11,760	56,400	0,036	12,000		0,240	19,200	13,200	10,800	2,640
Итого за Завтрак		560,000	40,957	40,068	59,582	767,171	0,330	14,457	676,300	3,534	395,590	689,390	72,960	9,570
<i>Обед</i>														
71	Помидоры свежие порционные	100	1,100	0,200	3,800	24,000	0,060	25,000	183,002	0,700	14,000	26,000	20,000	0,900
102	Суп картофельный с горохом	250	8,872	5,657	22,143	156,984	0,254	9,905	210,832	2,493	40,576	126,904	38,636	2,208
290/330	Грудки куриные, тушённые в сметанном соусе	100	25,071	6,056	1,372	160,301	0,077	0,028	16,450	1,944	18,420	185,490	91,310	1,525
349	Компот из изюма	180	0,414	0,090	25,317	104,445	0,027			0,090	14,400	23,220	7,560	0,581
659	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
166	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
171	Каша перловая рассыпчатая	180	5,629	5,011	40,219	228,661	0,073		24,000	0,720	27,920	196,350	24,220	1,121
Итого за Обед		890,000	47,526	18,654	131,851	871,991	0,695	35,093	434,284	6,507	152,516	633,964	203,326	7,895
<i>Полдник</i>														
3882	Сдоба Плюшка, 100	100	7,600	6,300	54,100	316,000								
3883	Сдоба Плюшка, 50	50	3,800	3,150	27,050	158,000								
371	Снежок	200	5,600	5,000	9,400	105,000	0,060	1,800	40,000		242,000	188,000	30,000	0,200
Итого за Полдник		350,000	17,000	14,450	90,550	579,000	0,060	1,800	40,000		242,000	188,000	30,000	0,200
Итого за Четверг - 1 Старшие		1 800,000	105,483	73,172	281,983	2 218,162	1,085	51,350	1 150,584	10,041	790,106	1 511,354	306,286	17,665

День/неделя: Пятница - 1 Старшие														
№ 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	Mg	Fe
<i>Завтрак</i>														
15	Сыр (порциями)	20	5,200	5,220		68,800	0,006	0,160	46,000	0,100	200,000	128,000	9,000	0,200
361	Вафли	40	1,800	8,800	28,000	88,000								
175	Каша молочная "Дружба" с маслом	244 / 6	7,293	8,203	42,429	273,571	0,161	1,508	47,200	0,196	152,080	186,870	44,380	0,992
376	Чай без сахара	200	0,222	0,057	0,077	1,685	0,001	0,111	0,555		5,495	9,146	4,884	0,910
1310	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
<i>Итого за Завтрак</i>		<i>550,000</i>	<i>17,315</i>	<i>22,680</i>	<i>88,906</i>	<i>520,056</i>	<i>0,212</i>	<i>1,779</i>	<i>93,755</i>	<i>0,976</i>	<i>365,175</i>	<i>350,016</i>	<i>63,464</i>	<i>2,582</i>
<i>Обед</i>														
50	Салат из свеклы с сыром	91 / 9	3,665	7,432	7,773	113,009	0,020	8,905	22,467	2,333	122,682	95,682	23,483	1,327
99	Суп из овощей	250	4,565	5,337	14,276	105,883	0,093	21,255	210,831	2,325	28,083	70,199	21,762	0,963
268	Биточки мясные с томатным соусом	100 / 30	15,607	18,803	19,768	300,082	0,149	1,288	61,520	3,265	38,870	151,160	22,150	1,789
202	Рожки отварные	180	7,742	4,537	49,417	269,652	0,120		20,000	1,100	21,860	63,900	11,640	1,188
1008	Напиток из лимона	180	0,126	0,014	22,376	92,540	0,006	5,600	0,280	0,028	5,600	3,080	1,680	0,150
659	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
166	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 Обед</i>		<i>920,000</i>	<i>38,145</i>	<i>37,763</i>	<i>152,610</i>	<i>1 078,766</i>	<i>0,592</i>	<i>37,208</i>	<i>315,098</i>	<i>9,611</i>	<i>254,295</i>	<i>460,021</i>	<i>102,315</i>	<i>6,977</i>
<i>Полдник</i>														
3878	Сдоба Майская, 100	100	7,600	13,700	46,100	336,000								
3879	Сдоба Майская, 50	50	3,800	6,850	23,050	168,000								
378	Чай с молоком и сахаром	200	1,650	1,301	15,443	80,388	0,021	0,750	10,500		64,950	53,240	11,400	0,909
<i>Итого за Полдник</i>		<i>350,000</i>	<i>13,050</i>	<i>21,851</i>	<i>84,593</i>	<i>584,388</i>	<i>0,021</i>	<i>0,750</i>	<i>10,500</i>		<i>64,950</i>	<i>53,240</i>	<i>11,400</i>	<i>0,909</i>
Итого за Пятница - 1 Старшие		1 820,000	68,510	82,294	326,109	2 183,210	0,825	39,737	419,353	10,587	684,420	863,277	177,179	10,468
День/неделя: Понедельник - 2 Старшие														
№ 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	Mg	Fe
<i>Завтрак</i>														
14	Масло (порциями)	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001		40,000	0,100	2,400	3,000		0,020
173	Каша пшеничная молочная с маслом	250	7,116	7,963	34,566	239,161	0,196	1,235	43,000	0,173	127,405	175,050	44,535	1,149
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,859
1310	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
338	Фрукт (яблоки)	120	0,480	0,480	11,760	56,400	0,036	12,000		0,240	19,200	13,200	10,800	2,640
<i>Итого за Завтрак</i>		<i>620,000</i>	<i>10,676</i>	<i>16,144</i>	<i>77,899</i>	<i>503,049</i>	<i>0,278</i>	<i>13,335</i>	<i>83,500</i>	<i>1,193</i>	<i>161,555</i>	<i>225,490</i>	<i>64,935</i>	<i>5,148</i>
<i>Обед</i>														
15	Икра овощная	100	1,700	9,000	9,000	136,000	0,020	7,000		3,100	41,000	37,000	15,000	0,700
101	Суп картофельный с крупой	250	4,578	2,982	18,067	101,206	0,115	15,082	185,926	1,291	18,708	74,426	22,568	0,992
596	Азу из говядины	250	16,598	19,006	34,732	345,276	0,241	33,518	6,575	3,990	41,355	237,125	57,620	3,694
491	Компот из ягод замороженных (чер.смородина)	180	0,180	0,072	14,787	61,785	0,005	36,000	3,060	0,126	6,480	5,940	5,580	0,275
659	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
166	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 Обед</i>		<i>860,000</i>	<i>29,496</i>	<i>32,700</i>	<i>115,586</i>	<i>841,867</i>	<i>0,585</i>	<i>91,760</i>	<i>195,561</i>	<i>9,067</i>	<i>144,743</i>	<i>430,491</i>	<i>122,368</i>	<i>7,221</i>
<i>Полдник</i>														
3880	Сдоба с сахаром, 100	100												
3881	Сдоба с сахаром, 50	50												
377	Чай с лимоном	196 / 4	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,580	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883
<i>Итого за Полдник</i>		<i>350,000</i>	<i>0,236</i>	<i>0,055</i>	<i>13,163</i>	<i>54,748</i>	<i>0,002</i>	<i>1,700</i>	<i>0,580</i>	<i>0,008</i>	<i>6,550</i>	<i>9,120</i>	<i>4,880</i>	<i>0,883</i>
Итого за Понедельник - 2 Старшие		1 830,000	40,408	48,899	206,648	1 399,664	0,865	106,795	279,641	10,268	312,848	665,101	192,183	13,252

День/неделя: Вторник - 2 Старшие														
№ рец.	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	Mg	Fe
<i>Завтрак</i>														
3060	Горошек зеленый отварной	30	0,930	0,060	1,950	12,000	0,033	3,000		0,060	6,000	18,600	6,300	0,210
291	Плов из мяса птицы	250	25,253	10,399	48,847	372,461	0,132	2,895	331,270	4,524	24,980	263,570	115,180	2,213
377	Чай с лимоном	196 / 4	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,580	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883
1426	Хлеб пшеничный	50	3,800	0,400	24,600	117,500	0,055			0,550	10,000	32,500	7,000	0,550
3069	Печенье	20	1,560	3,076	13,858	88,000	0,016		2,200	0,700	5,800	18,000	4,000	0,420
<i>Итого за Завтрак</i>		<i>550,000</i>	<i>31,779</i>	<i>13,990</i>	<i>102,418</i>	<i>644,709</i>	<i>0,238</i>	<i>7,595</i>	<i>334,050</i>	<i>5,842</i>	<i>53,330</i>	<i>341,790</i>	<i>137,360</i>	<i>4,276</i>
<i>Обед</i>														
71	Огурцы свежие порционные	100	0,700	0,100	1,900	11,000	0,030	7,000	29,999	0,100	16,999	29,999	14,000	0,500
84	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	242 / 8	6,505	6,607	17,409	138,398	0,109	11,837	201,626	2,752	47,858	104,614	28,843	1,340
268	Котлеты рубленные из мяса	100	15,265	14,768	17,784	254,751	0,142	0,700		1,377	33,300	145,300	19,630	1,655
202	Рожки отварные	180	7,742	4,537	49,417	269,652	0,120		20,000	1,100	21,860	63,900	11,640	1,188
487	Компот из яблок и лимона	180	0,294	0,190	13,710	61,129	0,018	9,612	0,259	0,114	12,269	7,722	5,541	1,079
659	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
166	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 Обед</i>		<i>890,000</i>	<i>36,946</i>	<i>27,842</i>	<i>139,220</i>	<i>932,530</i>	<i>0,623</i>	<i>29,309</i>	<i>251,884</i>	<i>6,003</i>	<i>169,486</i>	<i>427,535</i>	<i>101,254</i>	<i>7,322</i>
<i>Полдник</i>														
3882	Сдоба Плюшка, 100	100	7,600	6,300	54,100	316,000								
3883	Сдоба Плюшка, 50	50	3,800	3,150	27,050	158,000								
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
<i>Итого за Полдник</i>		<i>350,000</i>	<i>11,600</i>	<i>9,501</i>	<i>94,193</i>	<i>527,388</i>	<i>0,001</i>	<i>0,100</i>	<i>0,500</i>		<i>4,950</i>	<i>8,240</i>	<i>4,400</i>	<i>0,859</i>
Итого за Вторник - 2 Старшие		1 790,000	80,325	51,333	335,831	2 104,627	0,862	37,004	586,434	11,845	227,766	777,565	243,014	12,457
День/неделя: Среда - 2 Старшие														
№ рец.	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	Mg	Fe
<i>Завтрак</i>														
15	Сыр (порциями)	20	5,200	5,220		68,800	0,006	0,160	46,000	0,100	200,000	128,000	9,000	0,200
173	Каша геркулесовая с маслом	250	6,773	6,203	33,461	217,338	0,185	1,235	29,000	0,545	134,444	193,450	55,401	1,320
378	Чай с молоком и сахаром	200	1,650	1,301	15,443	80,388	0,021	0,750	10,500		64,950	53,240	11,400	0,909
1316	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
166	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>19,463</i>	<i>13,444</i>	<i>86,984</i>	<i>548,526</i>	<i>0,300</i>	<i>2,145</i>	<i>85,500</i>	<i>1,765</i>	<i>414,994</i>	<i>426,690</i>	<i>86,601</i>	<i>3,349</i>
<i>Обед</i>														
71	Помидоры свежие порционные	100	1,100	0,200	3,800	24,000	0,060	25,000	183,002	0,700	14,000	26,000	20,000	0,900
113	Суп-лапша домашняя	250	4,253	5,857	14,160	43,781	0,030	1,332	185,926	1,276	11,533	28,926	4,880	0,335
260	Гуляш из птицы	100	18,195	6,490	8,128	141,811	0,069	2,952	12,740	3,012	16,560	142,710	69,220	1,425
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
398	Напиток из плодов шиповника	180	0,476	0,196	16,742	79,660	0,010	140,000	114,380	0,532	8,400	2,380	2,380	0,450
659	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
166	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 Обед</i>		<i>890,000</i>	<i>36,049</i>	<i>19,461</i>	<i>107,020</i>	<i>655,423</i>	<i>0,563</i>	<i>169,444</i>	<i>516,048</i>	<i>6,482</i>	<i>101,373</i>	<i>409,386</i>	<i>206,300</i>	<i>7,657</i>
<i>Полдник</i>														
3878	Сдоба Майская, 100	100	7,600	13,700	46,100	336,000								
3879	Сдоба Майская, 50	50	3,800	6,850	23,050	168,000								
121	Сок	200	1,100	0,200	24,400	102,000	0,020	4,000		0,200		14,000	8,000	0,600
<i>Итого за Полдник</i>		<i>350,000</i>	<i>12,500</i>	<i>20,750</i>	<i>93,550</i>	<i>606,000</i>	<i>0,020</i>	<i>4,000</i>		<i>0,200</i>		<i>14,000</i>	<i>8,000</i>	<i>0,600</i>
Итого за Среда - 2 Старшие		1 790,000	68,012	53,655	287,554	1 809,949	0,883	175,589	601,548	8,447	516,367	850,076	300,901	11,606

День/неделя: Четверг - 2 Старшие														
№ 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	Mg	Fe
<i>Завтрак</i>														
3838	Кукуруза порционно	30	0,861	0,180	2,970	17,341	0,006	1,650	0,900	0,009	1,200	15,301	4,800	0,123
279	Тефтели мясные с томатным соусом	100 / 30	12,919	15,914	25,358	241,151	0,150	5,414	92,897	2,745	25,084	135,033	24,803	1,297
202	Рожки отварные	180	7,742	4,537	49,417	269,652	0,120		20,000	1,100	21,860	63,900	11,640	1,188
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
166	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>580,000</i>	<i>24,798</i>	<i>21,006</i>	<i>110,588</i>	<i>676,892</i>	<i>0,322</i>	<i>8,764</i>	<i>114,377</i>	<i>4,302</i>	<i>62,694</i>	<i>249,354</i>	<i>51,723</i>	<i>3,931</i>
<i>Обед</i>														
88/2011	Щи из свежей капусты со сметаной	250	5,048	3,981	11,408	85,143	0,083	19,683	198,976	1,492	34,983	66,989	18,318	0,932
65	Салат из моркови с яблоком	100	0,919	6,157	12,785	111,680	0,045	5,650	1 260,000	2,942	21,010	37,520	26,190	1,009
229	Рыба, тушенная с овощами	100	15,077	14,595	3,119	167,541	0,106	1,873	210,220	2,597	43,450	219,710	53,410	0,895
171	Каша 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
54-12хп-2020	Напиток из облепихи	180	0,238	1,069	7,416	41,373	0,006	39,600	49,500	0,990	4,356	1,782	5,940	0,296
659	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
166	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 Обед</i>		<i>890,000</i>	<i>32,563</i>	<i>32,732</i>	<i>113,666</i>	<i>830,308</i>	<i>0,496</i>	<i>66,966</i>	<i>1 738,696</i>	<i>9,271</i>	<i>150,999</i>	<i>500,251</i>	<i>157,678</i>	<i>5,371</i>
<i>Полдник</i>														
3880	Сдоба с сахаром, 100	100												
3881	Сдоба с сахаром, 50	50												
371	Снежок	200	5,600	5,000	9,400	105,000	0,060	1,800	40,000		242,000	188,000	30,000	0,200
<i>Итого за Полдник</i>		<i>350,000</i>	<i>5,600</i>	<i>5,000</i>	<i>9,400</i>	<i>105,000</i>	<i>0,060</i>	<i>1,800</i>	<i>40,000</i>		<i>242,000</i>	<i>188,000</i>	<i>30,000</i>	<i>0,200</i>
Итого за Четверг - 2 Старшие		1 820,000	62,961	58,738	233,654	1 612,200	0,878	77,530	1 893,073	13,573	455,693	937,605	239,401	9,502
День/неделя: Пятница - 2 Старшие														
№ 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	Mg	Fe
<i>Завтрак</i>														
223	Залеканка творожная с молоком сгущенным	180 / 20	29,842	18,008	39,837	446,901	0,137	0,808	111,700	1,675	224,400	355,130	40,440	1,335
382	Какао с молоком	200	3,880	3,100	18,182	117,430	0,044	1,300	20,120	0,012	125,120	116,200	31,000	1,019
1310	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
338	Фрукт (яблоки)	120	0,480	0,480	11,760	56,400	0,036	12,000		0,240	19,200	13,200	10,800	2,640
<i>Итого за Завтрак</i>		<i>560,000</i>	<i>37,002</i>	<i>21,988</i>	<i>88,179</i>	<i>708,731</i>	<i>0,261</i>	<i>14,108</i>	<i>131,820</i>	<i>2,607</i>	<i>376,320</i>	<i>510,530</i>	<i>87,440</i>	<i>5,474</i>
<i>Обед</i>														
71	Помидоры свежие порционные	100	1,100	0,200	3,800	24,000	0,060	25,000	183,002	0,700	14,000	26,000	20,000	0,900
98	Суп крестьянский с пшеном на курином бульоне	250	4,538	2,972	13,222	81,243	0,090	16,153	188,776	1,472	26,333	64,389	19,555	0,928
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	100	15,809	14,547	14,575	246,861	0,157	0,400		2,160	23,700	149,350	20,580	1,123
202	Рожки отварные	180	7,742	4,537	49,417	269,652	0,120		20,000	1,100	21,860	63,900	11,640	1,188
1008	Напиток из лимона	180	0,126	0,014	22,376	92,540	0,006	5,600	0,280	0,028	5,600	3,080	1,680	0,150
659	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
1305	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 Обед</i>		<i>890,000</i>	<i>35,755</i>	<i>23,910</i>	<i>142,390</i>	<i>911,896</i>	<i>0,637</i>	<i>47,313</i>	<i>392,058</i>	<i>6,020</i>	<i>128,693</i>	<i>382,719</i>	<i>95,055</i>	<i>5,849</i>
<i>Полдник</i>														
3882	Сдоба Плюшка, 100	100	7,600	6,300	54,100	316,000								
3883	Сдоба Плюшка, 50	50	3,800	3,150	27,050	158,000								
121	Сок	200	1,100	0,200	24,400	102,000	0,020	4,000		0,200		14,000	8,000	0,600
<i>Итого за Полдник</i>		<i>350,000</i>	<i>12,500</i>	<i>9,650</i>	<i>105,550</i>	<i>576,000</i>	<i>0,020</i>	<i>4,000</i>		<i>0,200</i>		<i>14,000</i>	<i>8,000</i>	<i>0,600</i>
Итого за Пятница - 2 Старшие		1 800,000	85,257	55,548	336,119	2 196,627	0,918	65,421	523,878	8,827	505,013	907,249	190,495	11,923

Возрастная группа												
	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
	Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe
Понедельник - 1	69,430	38,243	297,069	1 791,273	0,847	69,531	801,281	8,561	483,571	768,170	236,855	12,847
Вторник - 1	69,965	64,311	294,809	1 980,703	0,950	54,605	613,990	5,778	460,263	986,657	220,298	11,264
Среда - 1	66,991	41,325	235,368	1 551,893	0,878	24,134	575,132	11,060	163,436	841,574	306,476	12,805
Четверг - 1	105,483	73,172	281,983	2 218,162	1,085	51,350	1 150,584	10,041	790,106	1 511,354	306,286	17,665
Пятница - 1	68,510	82,294	326,109	2 183,210	0,825	39,737	419,353	10,587	684,420	863,277	177,179	10,468
СРЕДНЕЕ за 1 неделю	76,076	59,869	287,068	1 945,048	0,917	47,871	712,068	9,205	516,359	994,206	249,419	13,010
Понедельник - 2	40,408	48,899	206,648	1 399,664	0,865	106,795	279,641	10,268	312,848	665,101	192,183	13,252
Вторник - 2	80,325	51,333	335,831	2 104,627	0,862	37,004	586,434	11,845	227,766	777,565	243,014	12,457
Среда - 2	68,012	53,655	287,554	1 809,949	0,883	175,589	601,548	8,447	516,367	850,076	300,901	11,606
Четверг - 2	62,961	58,738	233,654	1 612,200	0,878	77,530	1 893,073	13,573	455,693	937,605	239,401	9,502
Пятница - 2	85,257	55,548	336,119	2 196,627	0,918	65,421	523,878	8,827	505,013	907,249	190,495	11,923
СРЕДНЕЕ за 2 неделю	67,393	53,635	279,961	1 824,613	0,881	92,468	776,915	10,592	403,537	827,519	233,199	11,748
<i>ИТОГО среднее за 2 недели</i>	<i>71,735</i>	<i>56,752</i>	<i>283,515</i>	<i>1 884,831</i>	<i>0,899</i>	<i>70,170</i>	<i>744,492</i>	<i>9,899</i>	<i>459,948</i>	<i>910,863</i>	<i>241,309</i>	<i>12,379</i>
Норма СанПиН	45	46	191,5	1 360	0,7	35	450	7	600	600	150	9

Возрастная группа				
	Завтрак	Обед	Полдник	Итого за день
Понедельник - 1	560,000	860,000	350,000	1 770,000
Вторник - 1	550,000	890,000	350,000	1 790,000
Среда - 1	550,000	860,000	350,000	1 760,000
Четверг - 1	560,000	890,000	350,000	1 800,000
Пятница - 1	550,000	920,000	350,000	1 820,000
Понедельник - 2	620,000	860,000	350,000	1 830,000
Вторник - 2	550,000	890,000	350,000	1 790,000
Среда - 2	550,000	890,000	350,000	1 790,000
Четверг - 2	580,000	890,000	350,000	1 820,000
Пятница - 2	560,000	890,000	350,000	1 800,000
<i>ИТОГО среднее за 2 недели</i>	<i>563</i>	<i>884</i>	<i>350</i>	<i>1 797</i>
Норма СанПиН	550	800		1 350

Прошнуровано, пронумеровано
и скреплено

_____ -ЛИСТОВ

_____ ПОДПИСЬ

_____) дата, год.

