

СОГЛАСОВАНО

Начальник лагеря Семин
Семин А.М.
"02" июня 2025г.

СОГЛАСОВАНО

Директор Тимофеев А.И.
Тимофеев А.И.
"02" июня 2025г.

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор ООО
"Межрегиональная кейтеринговая
компания"
Аверьянов А.А.
"02" июня 2025г.



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

и основные показатели пищевой и энергетической ценности приготовляемых блюд для
горячего питания детей, находящихся в школьном лагере с дневным пребыванием в
общеобразовательных учреждениях Республики Мордовия

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

№ реп.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Ca	P	Mg
Завтрак													
204	Макароны изделия отварные с сыром	180	13,692	10,997	45,892	338,752	0,119	0,200	77,500	1,150	270,910	219,550	22,090
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500				1,358
338	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	4,400
	Фрукт (яблоко)	150	0,600	0,000	14,700	70,500	0,045	15,000		0,300	24,000	16,500	0,400
	Итого за Завтрак	570,000	17,532	11,968	93,315	556,640	0,209	15,300	78,000	1,890	307,860	270,290	45,597
Обед													
71	Нарезка овощей	60	0,540	0,090	1,710	10,500	0,027	9,600	63,901	0,240	9,300	16,800	10,200
102	Суп гороховый на бульоне	200	7,698	5,512	15,090	140,241	0,200	7,604	170,831	2,436	33,802	105,679	31,012
392	Пельмени	185	14,444	32,429	50,469	555,054	0,001		20,000	0,050	14,448	4,200	1,815
349	Компот из сухофруктов	200	0,030	0,010	13,813	55,467	0,001	350,044	1,690	0,020	1,457	0,990	0,114
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	0,778
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	71,700	0,120	0,120		0,090	21,900	37,500	4,200
	Итого за Обед	705,000	27,542	39,271	110,332	999,462	0,382	367,368	256,422	3,166	86,907	184,669	58,882
Итого за Понедельник - 1 неделя с 7 до 11 лет			1 275,000	45,074	51,239	203,647	1 466,102	0,591	382,668	334,422	5,056	394,767	104,572
Вторник: 1 неделя с 7 до 11 лет													

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

№ реп.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак														
14	Масло (порциями)	10	0,080	7,230	0,130	66,100	0,001		40,000	0,100	2,400	3,000		0,020
	Печенье	50	3,900	7,690	34,645	220,000	0,040	1,209	5,500	1,750	14,500	45,000	10,000	0,050
175	Каши молочная "Дружба"	200	5,833	6,708	33,771	219,471	0,128	1,209	38,600	0,159	122,650	149,720	35,510	0,796
384	Кофейный напиток	200	2,720	2,320	16,320	94,500	0,030	0,390	9,000	0,060				
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
	Итого за Завтрак	500,000	14,833	24,298	103,266	688,071	0,243	1,599	93,100	2,749	147,150	223,720	50,710	2,346
Обед														
71	Омлет с жареными порционными	60	0,320	0,060	1,140	6,600	0,018	4,200	18,001	0,060	10,200	18,001	8,400	0,300
103	Суп с вермишелью на бульоне	200	4,178	2,279	9,953	76,481	0,053	5,004	170,831	1,097	13,322	45,819	10,042	0,602
293	Потажок заправленный (голова)	90	23,402	13,676	0,483	225,349	0,131	0,394	3,174	0,127	14,280	212,475	24,174	0,983
128	Картофельное пюре	150	3,249	3,833	23,431	141,572	0,173	27,995	19,000	0,179	40,220	96,820	34,510	1,332
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240	0,022	350,000						0,036
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	47,000	0,022			0,220	4,000	13,000	2,800	0,220
	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,700	0,660	9,660	51,800	0,080	0,080		0,060	14,600	25,000	8,000	0,560
	Итого за Обед	720,000	34,667	20,722	67,059	606,042	0,477	387,673	211,006	2,743	96,622	411,115	87,926	4,033
Итого за Вторник - 1 неделя с 7 по 11 лет														
	Итого за Вторник - 1 неделя с 7 по 11 лет	1 220,000	49,500	45,020	170,325	1 294,113	0,720	389,272	304,106	5,492	243,772	634,835	138,636	6,379

День/неделя: Среда - 1 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
Завтрак														
188	Запеканка рисовая с творогом и ступненным молоком	170	22,811	13,204	46,436	400,471	0,124	0,626	83,000	1,112	181,230	300,920	42,830	1,245
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
338	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,600	14,700	0,040	8,000	26,000	5,600	0,440
	Фрукт (яблоко)	150	0,600	0,000	14,700	70,500	0,045	15,000	0,300	0,440	24,000	16,500	13,300	3,300
	Итого за Завтрак	560,000	26,687	14,179	93,979	619,719	0,215	17,326	83,580	1,860	219,780	352,340	66,810	5,868
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
88/2011	Щи из свежей капусты на бульоне	200	4,314	4,740	9,351	96,812	0,074	20,455	175,351	1,997	28,783	62,011	18,542	0,873
268	Котлеты рубленные из мяса	90	12,739	20,745	12,415	288,741	0,306	1,086	18,900	1,368	26,840	134,720	20,340	1,655
304	Пюре из бобовых с маслом	150	17,283	4,101	36,128	250,691	0,608	3,600	16,000	0,565	90,890	248,700	80,470	5,137
	Сок в ассортименте	180	0,990	0,180	21,960	91,800	0,018	3,600	12,600	0,180	7,200	12,600	7,200	0,540
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	47,000	0,022	0,080	21,006	0,020	4,000	13,000	2,800	0,220
	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,700	0,660	9,660	51,800	0,080	0,080	21,006	0,060	14,600	25,000	8,000	0,560
	Итого за Обед	720,000	39,206	30,706	101,634	841,244	1,144	40,221	320,032	4,810	173,311	511,631	149,352	9,525
	Итого за Среда - 1 неделя с 7 до 11 лет	1 280,000	65,893	44,885	195,613	1 460,963	1,359	57,547	403,632	6,670	393,293	864,171	216,162	15,393

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

№ реп.	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
209	Ябло отварное, 1 шт	50	12,700	11,500	0,700	157,000	0,070		250,000	0,600		192,000	12,000	2,500
174	Каша рисовая молочная	200	5,456	6,381	37,736	230,841	0,069	1,235	39,000	0,202	121,920	144,750	32,520	0,529
384	Каша из консервов "Каша со сгущенным молоком и маслом"	200	2,460	2,250	16,380	95,610	0,030	0,390	9,000	0,660				
	Хлеб пшеничный	50	3,800	0,400	24,600	117,500	0,055	0,530		10,000	32,500	7,000	0,550	
	Итого за Завтрак	500,000	24,416	20,531	79,416	600,951	0,221	1,625	298,000	1,412	186,920	369,250	51,520	3,529
Обед														
71	Нарезка овощей	60	0,540	0,090	1,710	10,500	0,027	9,600	63,901	0,240	9,300	16,800	10,200	0,420
96	Рассольник легинградский на курином бульоне	200	4,638	4,090	13,178	108,001	0,069	7,824	176,431	1,559	22,822	82,330	17,321	0,821
294	Пшеница рубленый из мяса птицы	90	16,370	18,586	11,616	280,263	0,125	1,426	55,440	2,163	29,106	150,868	19,044	1,732
173	Каша гречневая вязкая	150	4,695	4,122	21,180	140,401	0,160	5,600	16,000	0,336	12,040	112,210	74,220	2,516
1008	Пилотик из лука	180	0,126	0,014	22,376	92,540	0,006	0,280		0,028	5,600	3,080	1,680	0,150
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	47,000	0,022	0,280		0,220	4,000	13,000	2,800	0,220
	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,700	0,660	9,660	51,800	0,080	0,080		0,060	14,600	25,000	8,000	0,560
	Итого за Обед	720,000	29,609	27,722	89,560	240,505	0,489	24,530	312,052	4,606	97,468	403,288	133,265	6,479
	Итого за Четверг - 1 неделя с 7 до 11 лет	1 220,000	54,025	48,253	168,976	1 331,456	0,713	26,155	610,952	6,018	284,388	772,538	184,785	9,998

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

№ реп.	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		
Завтрак																
268	Виточка мясная с томатным соусом	120	13,082	25,780	14,399	343,063	0,313	1,674	80,421	3,696	32,409	140,600	22,860	1,789		
202	Сметаннiк отварные	150	5,643	3,564	36,008	198,821	0,087		16,000	0,805	14,330	46,320	8,380	0,853		
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500		8,240	4,400	0,859			
	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 Завтрак	510,000	21,965	29,715	83,130	689,272	0,445	1,774	96,921	4,911	59,689	221,160	41,240	3,911		
Обед																
71	Отруды 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		
101	Суп картофельный с крупой	200	4,202	2,348	12,265	86,465	0,084	12,064	150,893	1,019	15,220	63,134	18,046	0,822		
229	Рыба, тушеная в томате с овощами	120	19,384	16,898	1,331	198,755	0,133	1,856	192,618	2,440	52,783	279,816	66,878	1,079		
128	Картофельное пюре	150	3,249	3,833	23,431	141,572	0,173	27,995	19,000	0,179	40,220	96,820	34,510	1,332		
357	Кисель	180			21,762	88,110		0,396		0,018	1,980	1,620	0,540	0,045		
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	47,000	0,022	0,220		0,020	4,000	13,000	2,800	0,220		
	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,700	0,660	9,660	51,800	0,080	0,080		0,060	14,600	25,000	8,000	0,560		
	Итого за Обед	750,000	30,475	23,959	79,429	620,302	0,510	46,591	380,512	3,996	139,013	497,391	139,174	4,538		
	Итого за Пятница - 1 неделя с 7 до 11 лет	1 260,000	52,440	53,674	162,559	1 309,574	0,955	48,365	477,433	8,937	198,702	718,551	180,414	8,299		

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

№ реп.	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			
Завтрак																	
15	Сыр (порционный)	15	3,900	3,915		51,600	0,005	0,120	34,500	0,075	150,000	96,000	6,750	0,150			
120	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,674	3,870	17,699	125,042	0,067	1,300	26,400	0,236	129,312	105,600	16,912	0,410			
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			
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044	2,000		0,680	7,600	26,000	5,200	0,480			
348	Сок 200 мл в инд.уп.	200			22,400	90,000	0,020	2,000				14,000	8,000	2,800			
	Итого за Завтрак	655,000	11,610	8,240	71,662	409,390	0,138	5,120	61,880	1,019	293,462	250,720	41,742	4,723			
Обед																	
	Икра опешная	60	1,020	5,400	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	1,550	4,641	10,076	88,321	0,058	16,854	164,551	1,967	28,562	43,769	18,942	0,830			
279	Тертельи мясные с томатным соусом	120	12,726	20,235	15,038	292,542	0,080	4,660	101,820	4,985	29,340	147,110	24,580	1,849			
	Каши гречневая вязкая	150	4,695	4,122	21,180	140,401	0,160		16,000		12,040	112,210	74,220	2,516			
349	Компот из сухофруктов	180		0,009	12,435	49,932	0,001	350,040	1,521	0,018	1,311	0,891	0,700	0,061			
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	47,000	0,022			0,220	4,000	13,000	2,800	0,220			
	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,700	0,660	9,660	51,800	0,080			0,060	14,600	25,000	8,000	0,560			
	Итого за Обед	750,000	23,238	35,227	83,629	757,596	0,413	375,834	283,892	9,446	174,853	364,180	138,242	6,456			
Итого за Субботу - 2 - 11 лет																	

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

№ реп.	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																		
181	Каша манная молочная	200	4,305	5,726	24,820	168,621			0,059	0,988	35,200	0,350		98,608	87,350	14,372		
384	Кофейный напиток	200	2,220	2,250	16,320	94,500			0,030	0,390	9,000	0,060					0,324	
338	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000				0,044		0,440		8,000	26,000	5,600	0,440	
	Фрукт (яблоко)	150	0,600	0,600	14,700	70,500			0,045	15,000	24,000	0,300		24,000	13,500	3,500	3,500	
	Итого за Завтрак	590,000	10,165	8,896	75,520	427,621			0,178	16,378	44,200	1,150		130,608	129,850	33,472	4,064	
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	
108	Суп с клецками на курином бульоне	200	6,973	7,194	19,749	170,992			0,101	9,240	206,300	2,220		27,214	88,392	17,896	1,174	
259	Жаркое по-домашнему	240	17,195	20,370	27,906	362,416			0,253	35,460	58,464	3,558		39,542	228,892	54,697	2,984	
349	Компот из свежих яблок	180	0,144	0,144	15,204	63,602			0,011	353,600		0,072		5,760	3,960	3,240	0,827	
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	47,000			0,022	47,000		0,220		4,000	13,000	2,800	0,220	
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	1,700	0,660	9,660	51,800			0,080	0,080		0,060		14,000	25,000	8,000	0,560	
	Итого за Обед	720,000	28,192	28,648	84,639	710,210			0,503	413,380	374,565	6,550		99,516	374,844	98,633	6,505	
Итого за Воскресенье - 2 недели с 7 по 11 лет																		
Дать/медики:		1 310,000	38,357	37,544	160,159	1 137,831			0,681	429,758	418,765	7,700		230,124	504,694	132,105	10,569	

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

№ реп.	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	
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
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
338	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044			0,440		8,000	26,000	5,600	0,440
	Фрукт (яблоко)	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	15,000				24,000	16,500	13,500	3,500
	Итого за Завтрак	540,000	29,557	28,325	51,988	585,469	0,248	15,971	493,400	2,772		224,600	471,770	55,540	9,376
71	Омлетные свиные 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
88/2011	Щи из свежей капусты на бульоне	200	4,314	4,740	9,351	96,812	0,074	20,455	175,351	1,997		28,783	62,011	18,542	0,873
268	Ватники мясные с томатным соусом	120	13,082	25,780	14,399	343,063	0,313	1,674	80,421	3,696		32,609	140,600	22,860	1,789
304	Пюре из бобовых с маслом	150	17,283	4,101	36,128	250,691	0,608		16,000	0,565		90,890	248,700	80,470	5,137
349	Компот из сухофруктов	180	0,027	0,009	12,435	49,932	0,001	350,040	1,321	0,018		1,311	0,891	0,700	0,061
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	47,000	0,022			0,220		4,000	13,000	2,800	0,220
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	1,700	0,660	9,660	51,800	0,080	0,080		0,060		14,600	25,000	8,000	0,560
	Итого за Обед	750,000	38,346	35,510	92,933	845,898	1,116	376,449	291,294	6,616		182,793	508,203	141,772	8,940
Итого за Понедельник - 2 неделя с 7 до 11 лет		1 290,000	67,903	63,835	144,941	1 431,367	1,364	392,420	784,694	9,388		406,793	979,973	197,312	18,316
Итого за Вторник - 2 неделя с 7 до 11 лет															

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

№ реп.	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			
15	Сыр (порционный)	15	3,900	3,915		51,600			0,005	0,120	34,500	0,075		150,000	96,000	6,750	0,150
175	Каша манная "Дружба"	200	5,833	6,708	33,771	219,471			0,128	1,209	38,600	0,159		122,650	149,720	35,510	0,796
384	Каша из консервов "Касло со ступенным молоком и Батон	200	2,460	2,250	16,380	95,610			0,030	0,390	9,000	0,060					
348	Сок 200 мл в инд. уп.	40	2,800	0,400	18,400	88,000			0,044	2,000		0,680		7,600	26,000	5,200	0,480
		200			90,000	22,000	2,000		0,974	82,100	280,250	285,720	55,460	4,226			
	Итого за Завтрак	655,000	14,993	13,273	90,951	544,681			0,227	3,719							
						Обед											
71	Полдари 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
102	Суп гороховый на бульоне	200	7,698	5,512	15,090	140,241			0,200	7,604	210,831	2,436		33,802	105,679	31,012	1,815
249	Рыба, запеченная в масле	90	15,565	13,902	2,217	184,895			0,100	0,648	183,801	0,524		98,064	246,894	32,986	2,007
128	Картофельное пюре	150	3,249	3,833	23,431	141,572			0,173	27,995	19,000	0,179		40,220	96,820	34,510	1,332
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240			0,022	350,000		0,220		4,000	13,000	2,800	0,036
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	47,000			0,080	0,080		0,060		14,600	25,000	8,000	0,560
	Хлеб ржанко-пшеничный	20	1,700	0,660	9,660	51,800			0,080	0,080		0,060		14,600	25,000	8,000	0,560
	Итого за Обед	720,000	30,590	24,241	75,070	637,148			0,611	401,327	483,433	3,839		199,086	502,993	121,308	6,570
	Итого за Вторник - 2 неделя с 7 до 11 лет	1 375,000	45,583	37,514	166,021	1 181,829			0,838	405,046	565,533	4,813		479,336	788,713	176,768	10,756

День/неделя: Среда - 2 недели с 7 до 11 лет																						
№ 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	Мg	Fe								
Итого за Запарник																						
174	Капша рисовая молочная	200	5,456	6,381	37,736	230,841	0,069	1,235	39,000	0,202	121,920	144,750	32,520	0,529								
384	Кофейный напиток	200	2,220	2,250	16,320	94,500	0,030	0,390	9,000	0,060				0,440								
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	15,000	24,000	0,300	8,000	26,000	5,600	3,300								
338	Фрукт (яблоко)	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	15,000	24,000	0,300	153,920	187,250	51,620	4,269								
	Итого за Обед	590,000	11,316	9,551	88,436	409,841	0,188	16,625	48,000	1,002												
Итого за Среда - 2 недели с 7 до 11 лет																						
71	Нарезка овощная	60	0,540	0,090	1,710	10,500	0,027	9,600	63,901	0,240	9,300	16,800	10,200	0,420								
103	Суп с вермишелью на бульоне	200	4,178	2,279	9,953	76,481	0,053	5,004	170,831	0,097	13,322	45,819	10,042	0,602								
392	Пельмени	185	14,444	32,429	50,469	555,054	0,001		20,000	0,050	14,448	4,200	0,792	0,114								
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	30	2,280	0,240	14,760	71,500	0,033	0,120	21,900	0,090	6,000	19,500	4,200	0,330								
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,090	14,490	77,700	0,120	0,236	255,312	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840								
	Итого за Обед	705,000	24,228	36,083	104,545	844,983	0,236	16,424	255,312	1,815	71,520	132,939	42,114	3,189								
	Итого за Среда - 2 недели с 7 до 11 лет	1 295,000	35,544	45,634	192,981	1 334,824	0,424	33,049	303,312	2,817	225,440	320,189	93,734	7,458								
День/неделя: Четверг - 2 недели с 7 до 11 лет																						
№ 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	Мg	Fe								
Итого за Запарник																						
279	Терфел мясные с томатным соусом	120	12,726	20,235	15,038	292,542	0,080	4,660	101,820	4,985	29,340	147,110	24,580	1,849								
202	Макаронные изделия 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	200	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,580	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883								
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440								
	Итого за Четверг - 2 недели с 7 до 11 лет	510,000	22,416	24,266	88,825	663,772	0,225	6,360	118,400	6,343	63,230	235,390	44,780	4,166								
Итого за Четверг - 2 недели с 7 до 11 лет																						
71	Огурца 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								
82	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	200	4,250	4,716	10,076	99,121	0,066	16,854	175,351	1,997	30,062	61,769	18,942	0,980								
289	Ратт овощное из птицы	240	18,617	22,023	24,142	368,115	0,230	29,152	545,187	3,682	43,935	236,700	56,906	2,975								
349	Компот из сухофруктов	180	0,027	0,009	12,435	49,932	0,001	350,040	1,521	0,018	1,311	0,891	0,700	0,061								
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	47,000	0,022			0,220	4,000	13,000	2,800	0,220								
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,700	0,660	9,660	51,800	0,080	0,080		0,060	14,600	25,000	8,000	0,560								
	Итого за Обед	720,000	26,534	27,628	67,293	622,568	0,417	406,326	740,060	6,037	104,108	355,361	95,748	5,096								
	Итого за Четверг - 2 недели с 7 до 11 лет	1 230,000	48,950	51,894	156,118	1 286,340	0,642	406,686	858,460	12,380	167,338	590,751	140,528	9,262								
День/неделя: Пятница - 2 недели с 7 до 11 лет																						
№ 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	Мg	Fe								
Итого за Запарник																						
14	Масло (порционный)	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001		40,000	0,100	2,400	3,000	10,000	0,020								
	Пельмень	50	3,990	7,600	34,645	220,000	0,040		5,500	1,750	14,500	45,000	10,000	1,050								
173	Капша пшеница молочная	200	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	0,680	4,950	8,240	4,400	0,859								
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			7,600	26,000	5,200	5,200	0,480								
	Итого за Пятница - 2 недели с 7 до 11 лет	500,000	12,674	21,906	93,873	626,138	0,243	1,088	81,200	2,670	131,422	222,340	55,228	3,329								
Итого за Пятница - 2 недели с 7 до 11 лет																						
71	Помидора 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								
108	Суп с клецками на курином бульоне	200	6,973	7,194	19,749	170,992	0,101	9,240	206,300	2,220	27,214	88,392	17,896	1,174								
294	Котлеты рубленные из мяса птицы	90	11,384	17,046	12,535	250,261	0,146	3,900	47,000	0,805	35,110	132,520	23,470	1,608								
202	Салатик отварной	150	5,643	3,564	36,008	198,821	0,087		16,000	0,180	14,330	46,320	8,380	0,853								
	Сок в ассортименте	180	0,990	0,180	21,960	91,800	0,018	3,600		0,805	14,330	12,600	7,200	0,540								
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	47,000	0,022			0,220	4,000	13,000	2,800	0,220								
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,700	0,660	9,660	51,800	0,080	0,080		0,060	14,600	25,000	8,000	0,560								
	Итого за Обед	720,000	28,870	28,924	112,032	825,074	0,490	31,870	379,101	6,477	103,654	333,432	79,746	5,995								
	Итого за Пятница - 2 недели с 7 до 11 лет	1 220,000	41,544	50,830	205,905	1 445,212	0,733	32,908	460,301	9,147	235,076	555,772	134,974	8,824								

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

№ реп.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭП (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
188	Запеканка рисовая с творогом и ступенчатым молоком	170	22,811	13,204	46,436	400,471	0,124	0,626	83,000	1,112	181,230	300,920	42,830	1,245
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
338	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,400	8,000	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
150	Фрукт (яблоко)	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	15,000	0,300	0,300	24,000	16,500	13,500	3,300
Итого за Завтрак			26,687	14,179	93,979	619,719	0,215	17,326	83,580	1,860	219,780	352,540	66,810	3,668
71	Нарезка овощей	60	0,540	0,090	1,710	10,500	0,027	9,600	63,901	0,340	9,300	16,800	10,200	0,420
96	Расходные ингредиенты на курином бульоне	200	4,638	4,090	13,178	108,001	0,069	82,724	176,431	1,559	82,330	17,321	17,321	0,821
260	Гуляш из говядины	90	12,839	17,401	3,460	220,430	0,062	3,639	52,270	2,884	20,069	124,148	16,799	1,407
171	Каша рисовая рассыпчатая	150	4,008	4,279	33,072	187,031	0,043	350,000	16,000	0,570	8,880	81,450	26,720	0,567
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240	0,022	0,080	0,080	0,220	4,000	13,000	2,800	0,036
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	47,000	0,044	0,400	8,000	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,700	0,660	9,660	51,800	0,044	0,400	8,000	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
	Итого за Обед	720,000	25,263	26,274	83,472	682,002	0,303	371,143	308,552	5,533	79,671	342,728	81,840	4,031
Итого за Субботу - 2 неделя с 7 до 11 лет			52,150	40,913	177,451	1 301,721	0,518	388,469	392,132	7,393	299,451	695,268	148,650	9,899

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

№ реп.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭП (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
7	Булочка горячая с сыром	60	8,042	5,662	18,400	137,350	0,050	0,161	46,368	0,781	209,200	155,024	14,272	0,682
175	Каша молочная "Дружба"	200	5,833	6,708	33,771	219,471	0,128	1,209	38,600	0,159	122,650	149,720	35,510	0,796
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	0,001	4,950	8,240	4,400	0,859
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,400	8,000	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
Итого за Завтрак			17,115	12,741	84,894	524,209	0,223	1,470	85,468	1,380	344,800	338,984	59,782	2,777
102	Нарезка овощей	60	1,020	5,400	5,400	81,600	0,012	4,200	24,000	1,860	24,000	22,200	9,000	0,420
293	Суп гороховый на бульоне	200	7,698	5,512	15,090	140,241	0,200	7,604	170,831	2,136	33,802	105,679	31,012	1,815
128	Пюре картофельное (топленое)	90	23,402	13,676	0,483	225,349	0,131	0,394	3,174	0,127	14,280	212,475	24,174	0,983
349	Компот из сухофруктов	180	0,027	0,009	12,435	49,932	0,001	350,040	1,521	0,018	1,311	0,891	0,700	0,061
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	47,000	0,022	0,080	0,080	0,220	4,000	13,000	2,800	0,220
	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,700	0,660	9,660	51,800	0,080	0,080	0,080	0,220	4,000	13,000	2,800	0,220
	Итого за Обед	720,000	38,616	29,250	76,319	737,494	0,619	390,313	194,526	5,000	132,813	476,063	110,196	5,391
Итого за Воскресенье - 2 неделя с 7 до 11 лет			55,731	41,991	161,233	1 261,703	0,842	391,783	279,994	7,280	477,613	815,049	169,978	8,168

День/неделя: Понедельник - 3 неделя с 7 до 11 лет

№ реп.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭП (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
204	Макаронные изделия отварные с сыром	180	13,692	10,997	45,892	338,752	0,119	0,200	77,500	1,150	270,910	219,550	22,090	1,338
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	0,001	4,950	8,240	4,400	0,859
338	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,400	8,000	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
150	Фрукт (яблоко)	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	15,000	0,300	0,300	24,000	16,500	13,500	3,300
Итого за Завтрак			17,532	11,968	93,315	556,640	0,209	15,300	78,000	1,590	307,860	270,290	45,590	5,957
71	Овощи свежие порционные	60	0,220	0,060	1,140	6,600	0,018	4,200	18,001	0,060	10,200	18,001	8,400	0,300
103	Суп с вермишелью на бульоне	200	4,178	2,279	9,953	76,481	0,053	5,004	170,831	1,097	13,322	45,819	10,042	0,602
268	Котлеты рубленные из мяса	90	12,739	20,745	12,415	288,741	0,306	1,086	18,900	1,368	26,840	134,720	20,340	1,655
173	Каша гречневая вязкая	150	4,095	4,122	21,180	140,401	0,160	3,600	16,000	0,336	12,040	112,210	74,220	2,516
	Сыр в ассортименте	180	0,990	0,160	21,960	91,800	0,018	3,600	0,018	0,180	4,000	13,000	2,800	0,220
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	47,000	0,022	0,080	0,080	0,220	4,000	13,000	2,800	0,220
	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,700	0,660	9,660	51,800	0,080	0,080	0,080	0,220	4,000	13,000	2,800	0,220
	Итого за Обед	720,000	26,242	28,206	86,148	702,823	0,657	13,970	223,732	3,321	18,002	367,350	131,002	6,393
Итого за Понедельник - 3 неделя с 7 до 11 лет			43,774	40,174	179,463	1 259,463	0,866	29,270	301,732	5,211	388,862	631,640	176,592	12,350

День/неделя: Вторник - 3 недели с 7 до 11 лет

№ реч.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)			Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У	Б	Ж	У	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe
209	Ябло отапарос, 1 шт	50	12,700	11,500	0,700	12,700	11,500	0,700	0,070		250,000	0,600	55,000	192,000	12,000	2,500
173	Каши пшеница молочная	200	5,694	6,315	27,655	5,694	6,315	27,655	0,157	0,988	35,200	0,140	101,972	140,100	35,628	0,920
384	Какао из консервов "Какао со стилизованным молоком и	200	2,460	2,250	16,380	2,460	2,250	16,380	0,030	0,390	9,000	0,060				
	Хлеб пшеничный	50	3,800	0,400	24,600	3,800	0,400	24,600	0,055	0,350		0,550	10,000	32,500	7,000	0,550
	Итого за Вторник - 3 недели с 7 до 11 лет	500,000	24,654	20,665	69,335	24,654	20,665	69,335	0,312	1,378	294,200	1,150	166,972	364,600	54,628	3,970
71	Нарезка овощей	60	0,540	0,090	1,710	0,540	0,090	1,710	0,027	0,600	63,901	0,240	9,300	16,800	10,200	0,420
88/2011	Щи из свежей капусты на бульоне	200	4,314	4,740	9,351	4,314	4,740	9,351	0,074	20,455	175,351	0,997	28,783	62,011	18,542	0,873
392	Пельмени	185	14,444	32,429	50,469	14,444	32,429	50,469	0,001		20,000	0,050	14,448	4,200	0,792	0,114
349	Компот из свежих яблок	200	0,160	16,894	70,670	0,160	16,894	70,670	0,012	354,000		0,080	6,400	4,400	3,600	0,919
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	2,280	0,240	14,760	0,033	0,330		0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,530	0,990	14,490	2,530	0,990	14,490	0,120	0,120		0,090	21,900	37,500	12,000	0,840
	Итого за Вторник - 3 недели с 7 до 11 лет	705,000	24,288	38,649	107,674	24,288	38,649	107,674	0,267	384,175	259,252	2,287	86,831	144,411	49,334	3,496
	Итого за Вторник - 3 недели с 7 до 11 лет	1 205,000	48,942	59,314	177,009	48,942	59,314	177,009	0,579	388,553	553,452	4,137	253,803	509,011	103,962	7,466

День/неделя: Среда - 3 недели с 7 до 11 лет

№ реч.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)			Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У	Б	Ж	У	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe
268	Биточки мясные с томатным соусом	120	13,082	25,780	14,399	13,082	25,780	14,399	0,313	1,674	80,421	3,696	32,409	140,600	22,860	1,789
173	Каши гречневая вязкая	150	4,695	4,122	21,180	4,695	4,122	21,180	0,160		16,000	0,336	12,040	112,210	74,220	2,516
377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	0,236	0,055	13,163	0,002	1,700		0,008	6,550	9,120	4,880	0,883
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	3,040	0,320	19,680	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
	Итого за Вторник - 3 недели с 7 до 11 лет	510,000	21,053	30,277	68,422	21,053	30,277	68,422	0,519	3,374	97,001	4,480	58,999	287,930	107,560	5,628
	Итого за Вторник - 3 недели с 7 до 11 лет	60	1,020	5,400	5,400	1,020	5,400	5,400	0,012	4,200		1,860	24,600	22,200	9,000	0,420
102	Суп гороховый на бульоне	200	7,698	5,512	15,090	7,698	5,512	15,090	0,200	7,604	170,831	2,436	33,802	105,679	31,012	1,815
291	Плов из мяса птицы	240	19,820	22,310	43,142	19,820	22,310	43,142	0,126	4,216	371,088	3,972	31,186	247,029	56,207	2,280
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	0,198	0,054	12,552		350,000						0,036
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	1,520	0,160	9,840	0,022	0,080		0,220	4,000	13,000	2,800	0,220
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,700	0,660	9,660	1,700	0,660	9,660	0,080			0,060	14,600	25,000	8,000	0,560
	Итого за Вторник - 3 недели с 7 до 11 лет	720,000	31,956	34,096	95,684	31,956	34,096	95,684	0,440	366,100	541,919	8,548	108,188	412,908	107,019	5,331
	Итого за Вторник - 3 недели с 7 до 11 лет	1 230,000	53,009	64,373	164,106	53,009	64,373	164,106	0,959	369,474	638,920	13,028	167,187	700,838	214,579	10,959

День/неделя: Четверг - 3 недели с 7 до 11 лет

№ реч.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)			Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У	Б	Ж	У	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe
15	Сыр (порезанный)	15	3,900	3,915		3,900	3,915		0,005	0,120	34,500	0,075	150,000	96,000	6,750	0,150
175	Каши молочная "Дружба"	200	5,833	6,708	33,771	5,833	6,708	33,771	0,128	1,209	38,600	0,159	122,650	149,720	35,510	0,796
384	Кофейный напиток	200	2,220	2,250	16,320	2,220	2,250	16,320	0,030	0,390	9,000	0,060				
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	2,800	0,400	18,400	0,044	0,680		0,300	7,600	26,000	5,200	0,480
338	Фрукт (яблоко)	150	0,600	0,600	14,700	0,600	0,600	14,700	0,045	15,000		0,300	24,000	16,500	13,500	3,300
	Итого за Вторник - 3 недели с 7 до 11 лет	605,000	15,353	13,873	83,191	15,353	13,873	83,191	0,252	16,719	82,100	1,274	304,250	288,220	60,960	4,776
71	Помидоры свежие порезанные	60	0,660	0,120	2,280	0,660	0,120	2,280	0,036	15,000	109,801	0,420	8,400	15,600	12,000	0,540
82	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	200	1,550	4,641	10,076	1,550	4,641	10,076	0,058	16,854	164,551	1,967	28,562	43,769	18,942	0,830
	Брокколи	90	23,953	23,861	8,250	23,953	23,861	8,250	0,216	0,281	126,440	4,958	85,647	256,172	33,066	2,135
173	Каши гречневая вязкая	150	4,695	4,122	21,180	4,695	4,122	21,180	0,160		16,000	0,336	12,040	112,210	74,220	2,516
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	0,200	0,051	12,045	0,001	0,100		0,000	8,240	4,950	4,400	0,856
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	1,520	0,160	9,840	0,022	0,080		0,220	4,000	13,000	2,800	0,220
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,700	0,660	9,660	1,700	0,660	9,660	0,080			0,060	14,600	25,000	8,000	0,560
	Итого за Вторник - 3 недели с 7 до 11 лет	220,000	34,278	33,615	73,331	34,278	33,615	73,331	0,571	32,315	412,292	7,961	158,199	473,941	153,428	7,657
	Итого за Четверг - 3 недели с 7 до 11 лет	1 325,000	49,631	47,488	156,522	49,631	47,488	156,522	0,825	49,034	499,392	9,235	462,449	762,161	214,588	12,583

Дель/неделя: Пятигити - 3 недели с 7 до 11 лет															
№ 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	
Завтрак															
188	Запеканка рисовая с творогом и ступенчатым молоком	170	22,811	13,204	46,436	400,471	0,124	0,626	83,000	1,112	181,230	300,920	42,830	1,245	
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	0,440	4,950	8,240	4,400	0,859	
400	Хлеб пшеничный	200	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,040	8,000	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440	
348	Сок 200 мл в пак.уп.	40	22,400	22,400	90,000	637,659	0,020	2,000	14,000	0,020	14,000	8,000	2,800	2,800	
Итого за Завтрак			610,000	26,051	13,575	101,559	0,189	2,726	83,500	1,552	194,180	349,160	60,830	5,344	
Обед															
71	Нарезка овощей	60	0,540	0,090	1,710	10,500	0,027	9,600	63,901	0,240	9,300	16,800	10,200	0,420	
103	Суп с вермишелью на бульоне	200	4,178	2,279	9,953	76,481	0,053	5,004	170,831	1,097	13,322	45,819	10,042	0,602	
293	Паштеток запеченный (голень)	90	23,402	13,676	0,483	225,349	0,131	0,394	3,174	1,127	14,280	212,475	24,174	0,983	
304	Пюре из бобовых с маслом	150	17,283	36,128	250,691	608	0,038	16,000	248,700	0,565	90,800	248,700	80,470	5,137	
357	Кисель	180	21,762	88,110	21,762	88,110	0,018	0,396	1,620	0,018	1,980	0,540	0,045	0,045	
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	47,000	0,022	0,080	4,000	0,220	4,000	13,000	2,800	0,220	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,700	0,660	9,660	51,800	0,080	0,080	14,600	0,060	14,600	25,000	8,000	0,560	
Итого за Обед			720,000	48,623	20,966	89,536	0,271	15,474	253,906	3,327	148,372	563,414	136,226	7,967	
Итого за Пятигити - 3 недели с 7 до 11 лет			1 330,000	74,674	34,541	191,095	1,110	18,200	337,406	4,879	342,552	912,574	197,056	13,311	
Дель/неделя: Суббота - 3 недели с 7 до 11 лет															
№ 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	
Завтрак															
181	Каша манная молочная	200	4,305	5,726	24,820	168,621	0,059	0,988	35,200	0,350	98,608	87,350	14,372	0,324	
377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,580	0,008	6,530	9,120	4,880	0,883	
40	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,040	8,000	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440	
338	Фрукт (яблоко)	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	15,000	0,300	0,300	24,000	16,500	13,500	3,300	
Итого за Завтрак			590,000	8,181	6,701	72,363	387,869	0,130	17,688	35,780	1,098	137,158	136,970	38,552	4,947
Обед															
71	Омлет с свежими порционными	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	
101	Суп картофельный с крутой	200	4,202	2,348	12,265	86,465	0,084	12,064	150,893	1,019	15,230	63,134	18,046	0,822	
268	Рыба запеченная	90	19,666	17,436	3,496	213,526	0,132	0,563	11,250	2,613	49,580	275,150	62,895	0,989	
128	Картофельное пюре	173	3,249	3,833	23,431	141,572	0,173	27,995	19,000	0,179	40,220	96,820	34,310	1,332	
349	Компот из сушеных фруктов	180	0,027	0,009	12,435	49,932	0,001	350,040	1,521	0,018	0,891	0,700	0,061	0,061	
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	47,000	0,022	0,080	4,000	0,220	4,000	13,000	2,800	0,220	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,700	0,660	9,660	51,800	0,080	0,080	14,600	0,060	14,600	25,000	8,000	0,560	
Итого за Обед			720,000	30,784	22,506	72,267	596,895	0,310	391,942	200,665	4,169	491,996	135,351	4,284	
Итого за Суббота - 3 недели с 7 до 11 лет			1 310,000	38,965	31,207	144,630	984,764	0,660	412,630	236,445	5,267	272,299	630,966	173,703	9,231
Дель/неделя: Воскресенье - 3 недели с 7 до 11 лет															
№ 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	
Завтрак															
14	Масло (порционная)	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001	0,000	40,000	0,100	2,400	3,000	3,000	0,020	
	Печенье	50	3,900	7,690	34,645	720,000	0,040	0,040	5,500	1,750	14,500	45,000	10,000	1,050	
173	Каша пшеничная молочная	200	5,694	6,515	192,655	192,655	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	0,440	4,950	8,240	4,400	0,859	
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044	0,040	8,000	0,680	7,600	26,000	5,200	0,480	
Итого за Завтрак			500,000	22,674	21,966	93,873	0,244	1,088	81,200	2,670	131,422	222,140	55,278	3,229	
Обед															
71	Помидоры свежие порционные	60	0,660	0,120	2,280	14,400	0,036	0,000	109,801	0,420	8,400	15,600	12,000	0,540	
108	Суп с кашеками на курином бульоне	200	6,973	7,194	19,749	170,992	0,101	9,240	206,300	2,220	27,214	88,392	17,896	1,174	
294	Шницель рубчатый из мяса птицы	90	16,370	18,586	11,616	280,263	0,125	1,426	55,440	2,163	29,106	150,868	19,044	1,732	
202	Салатки открытые	150	5,643	3,564	36,008	198,821	0,087	0,805	16,000	0,805	14,330	46,320	8,380	0,853	
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240	0,022	0,000	350,000	0,220	4,000	13,000	2,800	0,036	
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	47,000	0,022	0,080	14,600	0,220	4,000	13,000	2,800	0,220	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,700	0,660	9,660	51,800	0,080	0,080	14,600	0,060	14,600	25,000	8,000	0,560	
Итого за Обед			720,000	33,064	30,338	101,703	0,451	375,746	387,541	5,888	92,650	379,180	68,120	5,175	
Итого за Воскресенье - 3 недели с 7 до 11 лет			1 230,000	45,738	52,244	195,576	0,694	376,834	468,741	8,558	229,072	561,520	123,448	8,444	

Возрастная группа с 7 до 11 лет										ЭЦ (ккал)				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
Пищевые вещества (г)																					

Возрастная группа с 7 до 11 лет				Итого за день	
				Завтрак	Обед
Понедельник - 1 неделя				570,000	705,000
Вторник - 1 неделя				500,000	720,000
Среда - 1 неделя				560,000	720,000
Четверг - 1 неделя				500,000	720,000
Пятница - 1 неделя				510,000	750,000
Суббота - 1 неделя				655,000	750,000
Воскресенье - 1 неделя				590,000	720,000
Понедельник - 2 неделя				540,000	750,000
Вторник - 2 неделя				655,000	720,000
Среда - 2 неделя				590,000	705,000
Четверг - 2 неделя				510,000	720,000
Пятница - 2 неделя				500,000	720,000
Суббота - 2 неделя				560,000	720,000
Воскресенье - 2 неделя				500,000	720,000
Понедельник - 3 неделя				570,000	720,000
Вторник - 3 неделя				500,000	705,000
Среда - 3 неделя				510,000	720,000
Четверг - 3 неделя				605,000	720,000
Пятница - 3 неделя				610,000	720,000
Суббота - 3 неделя				590,000	720,000
Воскресенье - 3 неделя				500,000	720,000
НТОГО среднее за 3 недели				554	722
Норма Санпин				500	700

День/неделя: Понедельник - 1 неделя с 11 лет и старше									
№ реч.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)			
			Б	Ж	У	В1	С	А (мкг)	Е
204	Макаронные изделия отварные с сыром	200	15,250	12,596	50,840	0,131	0,224	88,400	1,280
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	0,001	0,100	0,500	0,440
150	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	94,000	0,044	0,045	16,300	0,440
338	Фрукт (яблоко)	150	0,600	0,600	14,700	0,045	15,000	16,500	13,500
Итого за Завтрак			19,090	13,567	98,263	0,221	15,324	88,900	2,020
Итого за Обед			17,500	12,850	50,840	0,045	16,000	106,500	1,400
71	Нарезка овощная	100	0,900	0,150	2,850	0,045	16,000	106,500	1,400
102	Суп гороховый на бульоне	250	8,947	6,871	18,861	0,249	9,504	210,831	3,037
392	Пельмени	205	16,044	35,629	613,054	0,001	0,050	20,000	0,114
349	Компот из сухофруктов	200	0,030	0,010	13,813	0,001	350,044	1,690	0,020
30	Хлеб пшеничный	30	2,250	0,240	14,760	0,033	0,330	6,000	0,330
30	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	0,120	0,120	21,900	0,090
Итого за Обед			40,251	42,890	120,843	0,449	375,668	319,021	3,927
Итого за Ужин			49,841	57,457	219,106	0,670	390,992	427,921	5,947
Итого за Понедельник - 1 неделя с 11 лет и старше			140,500	171,257	568,000	1,536	582,000	1,516,921	20,383
День/неделя: Вторник - 1 неделя с 11 лет и старше									
№ реч.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)			
			Б	Ж	У	В1	С	А (мкг)	Е
14	Масло (порошок)	10	0,080	7,250	0,130	0,001		40,000	0,100
175	Печенье	50	3,900	7,690	34,645	0,040	1,508	5,500	1,750
384	Каши молочная "Дружба"	250	7,293	8,203	47,429	0,161	0,196	47,200	0,196
384	Кофейный напиток	200	2,220	2,250	16,320	0,030	0,390	9,000	0,060
40	Батон	40	2,800	0,400	18,400	0,044	0,680	7,600	0,680
Итого за Завтрак			16,293	25,793	111,924	0,276	1,898	101,700	2,786
Итого за Обед			0,700	0,100	1,900	0,030	7,000	29,999	0,100
71	Омлет с сыром порционный	100	0,700	0,100	1,900	0,030	7,000	29,999	0,100
103	Суп с вермишелью на бульоне	250	4,552	3,330	12,480	0,064	6,304	210,831	1,584
293	Циклопоз запеченный (голень)	100	26,003	15,196	0,537	0,145	0,438	3,527	1,253
128	Картофельное пюре	180	3,904	4,745	28,152	0,208	33,634	23,600	0,217
342	Компот ассорти	180	0,198	0,654	12,552	0,033	350,000	19,500	0,330
30	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	0,120	0,120	21,900	0,090
30	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	0,000	397,496	267,957	0,090
Итого за Обед			40,187	24,655	84,871	0,600	399,394	369,657	6,360
Итого за Ужин			56,480	50,448	196,795	0,876	752,762	170,562	7,638
Итого за Вторник - 1 неделя с 11 лет и старше			143,000	177,000	582,000	1,536	582,000	1,516,921	20,383
День/неделя: Среда - 1 неделя с 11 лет и старше									
№ реч.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)			
			Б	Ж	У	В1	С	А (мкг)	Е
188	Запеканка рисовая с творогом и ступенчатым молоком	200	26,943	15,212	53,350	0,146	0,710	97,800	1,158
377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	0,002	1,700	0,580	0,008
338	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	94,000	0,044	0,045	16,300	0,440
338	Фрукт (яблоко)	150	0,600	0,600	14,700	0,045	15,000	16,500	13,500
Итого за Завтрак			30,819	16,187	100,053	0,237	17,110	98,380	1,906
Итого за Обед			1,100	0,200	3,800	0,060	25,000	183,002	0,700
71	Помидоры свежие порционные	100	1,100	0,200	3,800	0,060	25,000	183,002	0,700
88	Шн из свежей капусты на бульоне	250	5,392	5,925	11,686	0,093	25,567	219,181	2,406
268	Котлеты рубленные из мяса	100	14,157	22,700	14,156	0,341	1,240	21,000	1,424
304	Пюре из бобовых с маслом	180	20,741	5,066	43,556	0,730	0,680	108,380	0,680
180	Сок в ассортименте	30	0,990	0,240	14,760	0,018	3,600	12,600	0,180
30	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	0,033	0,330	6,000	0,330
30	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	0,120	0,120	21,900	0,090
Итого за Обед			47,210	35,101	124,208	1,395	55,327	413,183	5,900
Итого за Ужин			78,029	51,488	225,101	1,632	72,937	541,563	7,806
Итого за Среду - 1 неделя с 11 лет и старше			145,800	177,000	582,000	1,536	582,000	1,516,921	20,383

День/неделя: Четверг - 1 неделя с 11 лет и старше																						
№ реп.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)											Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe								
Завтрак																						
209	Яйцо отварное, 1 шт	50	12,700	11,500	0,700		0,070		250,000	0,600	55,000	192,000	12,000	2,500								
174	Каша рисовая молочная	250	6,860	7,806	47,299	287,701	0,087	1,547	47,800	0,252	151,760	181,650	40,880	0,658								
384	Каша из колбасов "Каша со ступенчатым молоком и хлебом"	200	2,250	16,380	9,000	95,610	0,030	0,390	9,000	0,060												
	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	25,820	21,956	88,979	657,811	0,242	1,937	306,800	1,662	216,760	406,150	59,880	3,708								
Обед																						
71	Нарезка овощей	100	0,900	0,150	2,850	17,500	0,045	16,000	106,500	0,400	15,500	28,000	17,000	0,700								
96	Рассольник Ленинградский на курином бульоне	250	5,097	5,303	16,130	132,565	0,083	9,779	217,581	2,045	37,843	98,710	22,032	1,058								
294	Пшеница рубленая из мяса птицы	100	18,189	20,651	12,907	311,401	0,139	1,584	61,600	2,403	32,340	167,630	21,160	1,925								
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								
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								
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330								
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	71,700	0,120	0,120		0,090	21,900	37,500	12,000	0,840								
	Итого за Обед	870,000	34,727	32,426	108,703	870,777	0,616	33,083	405,961	5,698	132,863	487,790	166,292	7,990								
	Итого за Четверг - 1 неделя с 11 лет и старше	1 420,000	60,547	54,382	197,682	1 528,588	0,858	35,020	713,761	7,160	349,623	893,940	226,172	11,698								
День/неделя: Пятница - 1 неделя с 11 лет и старше																						
№ реп.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)											Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe								
Завтрак																						
268	Биточки мясные с томатным соусом	130	14,500	27,735	16,140	373,537	0,348	1,828	82,522	3,752	35,710	155,643	25,210	1,983								
202	Спагетти отварные	180	6,743	3,694	43,058	232,621	0,104		16,000	0,955	16,230	55,020	9,980	1,013								
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,859								
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440								
	Итого за Завтрак	550,000	24,483	31,800	91,921	753,546	0,497	1,928	99,022	5,117	64,890	244,903	45,190	4,295								
Обед																						
71	Омлеты свежие порционные	100	0,700	0,100	1,900	11,000	0,030	2,000	29,999	0,100	16,999	29,999	14,000	0,500								
101	Суп картофельный с крупой	250	4,378	2,916	15,333	105,386	0,103	15,080	185,964	1,266	18,681	74,416	22,560	0,991								
229	Рыба, тушеная в томате с овощами	130	18,775	1,479	220,841	220,841	0,148	2,063	214,020	2,711	58,650	310,910	74,310	1,199								
128	Картофельное пюре	180	3,904	4,745	28,152	171,362	0,208	33,634	23,600	0,217	46,860	116,060	41,370	1,589								
357	Кефир	180			21,762	88,110		0,396		0,018	1,980	1,620	0,540	0,045								
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330								
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	71,700	0,120	0,120		0,090	21,900	37,500	12,000	0,840								
	Итого за Обед	900,000	35,379	27,766	97,676	744,899	0,642	58,293	453,583	4,732	171,070	590,005	168,980	5,494								
	Итого за Пятница - 1 неделя с 11 лет и старше	1 450,000	60,032	59,566	189,797	1 498,445	1,139	60,221	552,605	9,879	235,960	834,908	214,170	9,789								
День/неделя: Суббота - 1 неделя с 11 лет и старше																						
№ реп.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)											Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe								
Завтрак																						
15	Сыр (порциан)	15	3,900	3,915		51,600	0,005	0,120	34,500	0,075	150,000	96,000	6,750	0,150								
120	Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,843	4,837	22,124	156,302	0,084	1,625	33,000	0,320	161,640	132,000	21,140	0,513								
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								
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480								
348	Сок 200 мл в пак. зап.	200			22,400	90,000	0,020	2,000	0,020			14,000	8,000	2,800								
	Итого за Завтрак	705,000	12,779	9,207	76,087	440,650	0,155	5,445	68,080	1,083	325,790	277,120	45,970	4,826								
Обед																						
	Икра опешная	100	1,700	9,000	9,000	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	4,665	5,916	12,447	121,011	0,081	21,177	217,111	2,511	36,662	73,089	23,851	1,194								
279	Терфенд мясные с томатным соусом	130	13,859	21,272	15,545	308,402	0,083	4,464	83,920	5,008	29,280	157,490	25,620	1,965								
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								
349	Компот из сухофруктов	180	0,027	0,009	12,435	49,932	0,001	350,040	1,321	0,018	1,311	0,891	0,700	0,061								
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330								
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	71,700	0,120	0,120		0,090	21,900	37,500	12,000	0,840								
	Итого за Обед	900,000	30,666	42,505	103,867	932,116	0,528	382,801	322,552	11,459	149,833	458,440	169,591	8,077								
	Итого за Суббота - 1 неделя с 11 лет и старше	1 605,000	43,445	51,712	179,954	1 372,766	0,683	388,246	390,632	12,542	475,623	735,960	215,561	12,903								

День/неделя: Воскресенье - 1 неделя с 11 лет и старше														
№ респ.	Наименование дней недели, блю	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Р	Са	Мg	Fe
Завтрак														
181	Каша манная молочная	250	5,379	6,976	30,602	207,448	0,074	1,235	43,000	0,435	123,384	109,150	17,976	0,405
384	Кофейный напиток	200	2,220	0,320	19,680	94,500	0,030	0,390	9,000	0,060				
	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 (яблоко)	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	15,000		0,340	24,000	16,500	13,500	3,300
	Итого за Завтрак	640,000	11,239	10,146	81,302	466,448	0,193	16,625	52,000	1,235	155,384	151,650	37,076	4,145
Обед														
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
108	Суп с клецками на курином бульоне	250	8,041	8,974	24,686	211,040	0,125	11,550	255,175	2,767	33,643	105,990	22,370	1,430
259	Жаркое по-домашнему	280	20,061	23,765	32,557	422,816	0,295	41,370	68,207	4,151	46,133	267,040	63,813	3,482
349	Компот из свежих яблок	180	0,144	0,144	15,204	63,602	0,011	353,600		0,072	5,760	3,960	3,240	0,827
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	71,700	0,120	0,120		0,090	21,900	37,500	12,000	0,840
	Итого за Обед	870,000	34,176	34,313	105,497	869,658	0,644	431,640	506,384	8,110	127,436	459,990	125,623	7,809
	Итого за Воскресенье - 1 неделя с 11 лет и старше	1 510,000	45,415	44,459	186,799	1 336,106	0,837	448,265	558,384	9,345	282,820	611,640	162,699	11,954
День/неделя: Понедельник - 2 неделя с 11 лет и старше														
№ респ.	Наименование дней недели, блю	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Р	Са	Мg	Fe
Завтрак														
210	Омлет натуральный	200	34,237	36,758	6,068	492,401	0,210	1,157	656,500	2,854	248,390	560,190	42,560	6,351
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	0,440	4,950	8,240	4,400	0,859
	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 (яблоко)	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	15,000		0,340	24,000	16,500	13,500	3,300
	Итого за Завтрак	590,000	38,077	37,729	53,491	710,289	0,300	16,257	656,800	3,594	285,340	610,230	66,060	10,950
Обед														
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
88	Щи из свежей капусты на бульоне	250	5,392	5,925	11,686	121,006	0,093	25,567	219,181	2,496	35,957	77,509	23,174	1,091
268	Биточки мясные с томатным соусом	130	14,500	27,735	16,140	373,537	0,348	1,828	35,710	155,643	23,210	155,643	23,210	1,983
304	Пюре из бобовых с маслом	180	20,741	5,066	43,356	302,151	0,730	20,000	108,380	298,350	96,520	96,520	6,159	0,885
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
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	71,700	0,120	0,120		0,090	21,900	37,500	12,000	0,840
	Итого за Обед	900,000	46,217	40,074	115,226	1 007,878	1,355	34,594	354,744	7,485	227,569	620,283	176,504	10,988
	Итого за Понедельник - 2 неделя с 11 лет и старше	1 490,000	84,294	77,803	168,717	1 718,167	1,655	50,851	1 011,544	11,079	512,909	1 231,213	242,564	21,938
День/неделя: Вторник - 2 неделя с 11 лет и старше														
№ респ.	Наименование дней недели, блю	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Р	Са	Мg	Fe
Завтрак														
15	Сыр (перешан)	15	3,900	3,915		51,600	0,005	0,120	34,500	0,075	150,000	96,000	6,750	0,150
175	Каша манная "Дружба"	250	7,293	8,203	42,429	273,571	0,161	1,508	47,200	0,196	152,080	186,870	44,380	0,992
384	Каша из консервов "Каскад со ступенчатым молоком и Батон	200	2,460	2,250	16,380	95,610	0,030	0,390	9,000	0,060				
	Сок 200 мл в бутыл.	200	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
348	Итого за Завтрак	705,000	16,453	14,768	99,609	598,781	0,260	4,018	90,700	1,011	309,680	322,870	64,330	4,422
Обед														
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 гороховый на бульоне	250	8,947	6,871	18,861	172,593	0,249	9,504	210,831	3,037	41,857	127,596	38,761	2,231
249	Рыба, запеченная в масле	100	17,295	15,453	2,463	205,499	0,112	0,720	204,271	0,582	108,961	274,338	36,651	2,230
128	Картофельное пюре	180	3,904	4,745	28,152	171,362	0,208	33,634	23,600	0,217	46,860	116,060	41,370	1,589
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240		350,000						
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,036
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	71,700	0,120	0,120		0,090	21,900	37,500	12,000	0,330
	Итого за Обед	870,000	36,274	28,533	95,078	778,894	0,782	418,978	621,704	4,956	239,578	606,994	93,864	8,156
	Итого за Вторник - 2 неделя с 11 лет и старше	1 575,000	52,727	43,321	194,687	1 377,675	1,042	422,996	712,404	5,967	549,258	923,864	217,312	12,578

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

№ реч.	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		
Завтрак																
174	Каши рисовая молочная	250	6,860	7,806	47,299	287,701	0,087	1,547	47,800	0,252	151,760	181,650	40,880	0,658		
384	Кофейный напиток	200	2,220	2,250	16,320	94,500	0,030	0,390	9,000	0,060						
	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 (блоко)	150	0,600		14,700	70,500	0,045	15,000			24,000	16,500	13,500	3,300		
	Итого за Завтрак	640,000	12,720	10,976	97,999	546,701	0,206	16,937	56,800	1,052	183,760	224,150	59,980	4,398		
Обед																
71	Нарезка овощей	100	0,900	0,150	2,850	17,500	0,045	16,000	106,500	0,400	15,500	28,000	17,000	0,700		
103	Суп с вермишелью на бульоне	250	4,552	3,330	12,480	97,581	0,064	6,304	210,831	1,584	15,362	52,739	12,551	0,709		
392	Пельмени	205	16,044	35,629	56,069	613,054	0,001		20,000	0,050	14,448	4,200	0,792	0,114		
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	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120		0,090	21,900	37,500	12,000	0,840		
	Итого за Обед	815,000	26,362	40,394	113,812	931,083	0,265	24,124	337,911	2,062	79,760	151,059	51,423	3,576		
	Итого за Среда - 2 неделя с 11 лет и старше	1 455,000	39,282	51,370	211,811	1 477,784	0,471	41,061	394,711	3,514	263,520	375,209	111,403	7,974		

День/неделя: Четверг - 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			
Завтрак																	
279	Тестисы мясные с томатным соусом	130	13,859	21,272	15,545		0,083	4,464	83,920	5,008	29,280	157,490	25,620	1,965			
202	Макаронные изделия отварные	180	7,742	4,537	49,417		0,120		269,652		21,860	63,900	11,640	1,188			
377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163		0,002	1,700		0,008	6,550	9,120	4,880	0,883			
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680		0,044		94,000	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440			
	Итого за Завтрак	550,000	24,877	26,184	97,805		0,249	6,164	726,802	6,556	65,690	256,510	47,740	4,476			
Обед																	
71	Омлетные свиные порционные	100	0,700	0,100	1,900		0,030	7,000		29,999	16,999	29,999	14,000	0,500			
82	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	250	4,665	5,916	12,447		0,081	21,177		217,111	36,662	73,089	23,851	1,194			
289	Рыбу свежую из птицы	280	21,720	25,694	28,166		0,268	34,011		636,053	4,295	276,155	66,391	3,471			
349	Компот из сухофруктов	180	0,027	0,009	12,435		0,001	350,040		1,521	1,311	0,891	0,700	0,061			
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760		0,033		70,500	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330			
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490		0,120	0,120	77,700	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840			
	Итого за Обед	870,000	31,942	32,949	84,198		0,533	412,348		884,684	7,344	134,131	437,134	121,142	6,396		
	Итого за Четверг - 2 недели с 11 лет и старше	1 420,000	56,819	59,133	182,003		0,782	418,512		989,184	13,900	199,821	693,644	168,882	10,872		

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

№ реч.	Наименование дней недели, блю	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У	Б	Ж	У	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Завтрак																	
14	Масло (порция)	10	0,080	7,250	0,130				0,001		40,000	0,100	2,400	3,000		0,020	
	Пельмени	50	3,900	7,690	34,645				0,040		5,500	0,175	14,500	45,000	10,000	1,050	
173	Каши пшеница молочная	250	7,116	7,963	34,566				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				0,001	0,100	0,500	0,859	4,950	8,240	4,400	0,859	
	Батон	40	2,800	0,400	18,400				0,044		7,600	0,680	7,600	26,000	5,200	0,480	
	Итого за Завтрак	550,000	14,096	23,354	100,784				0,282	1,335	89,000	2,703	156,855	257,290	64,135	3,558	
Обед																	
71	Помидоры свежие порционные	100	1,100	0,200	3,800				0,060	25,000	183,002	0,700	14,000	26,000	20,000	0,900	
108	Суп с клецками на курином бульоне	250	8,041	8,974	24,686				0,125	11,550	255,175	2,767	33,643	105,990	22,370	1,430	
294	Котлеты рубленные из мяса птицы	100	12,473	19,731	13,541				0,156	4,390	54,500	3,058	37,660	145,740	25,760	1,749	
202	Салат из овощей	180	6,743	3,694	43,058				0,104		16,000	0,955	16,230	55,020	9,980	1,013	
	Сок в ассортименте	180	0,990	0,180	21,960				0,018	3,600		0,180	6,000	12,600	7,700	0,540	
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760				0,033	0,330	19,500	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490				0,120	0,120	77,700	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840	
	Итого за Обед	870,000	34,177	34,009	136,295				0,616	44,660	508,677	8,000	129,433	402,350	101,570	6,802	
	Итого за Пятница - 2 неделя с 11 лет и старше	1 420,000	48,273	57,363	237,079				0,898	45,995	597,677	10,783	286,288	659,640	165,645	10,360	

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

№ реч.	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	Mg	Fe
188	Запеканка рисовая с творогом и грушевым соусом	200	26,943	15,212	53,350	463,621	0,146	0,710	97,800	1,138	203,600	350,020	49,770	1,467	1,467	1,467
377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,380	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883	0,883	0,883
378	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,400	0,040	0,400	8,000	26,000	5,600	0,440	0,440	0,440
338	Фрукт (блюдо)	150	0,600	0,000	14,700	70,500	0,045	15,000	0,300	0,300	24,000	16,500	13,500	3,300	3,300	3,300
Итого за завтрак			30,819	16,187	100,893	602,869	0,237	17,410	98,380	1,906	242,150	401,640	73,750	6,090	6,090	6,090
71	Нарезка овощей	100	0,900	0,150	2,850	17,500	0,045	16,000	106,500	0,400	15,500	28,000	17,000	0,700	0,700	0,700
96	Рассольник Ленинградский на курином бульоне	250	5,097	5,303	16,130	132,365	0,083	9,779	217,581	2,045	37,843	22,032	1,058	1,058	1,058	1,058
260	Гуляш из говядины	100	14,171	18,696	3,731	238,309	0,068	4,084	57,880	2,964	21,859	137,108	18,619	1,557	1,557	1,557
171	Каши рисовая рассыпчатая	180	4,841	5,290	30,938	226,971	0,052	20,000	20,000	0,690	10,000	98,250	32,220	0,679	0,679	0,679
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240	0,033	70,500	0,120	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	0,330	0,330
30	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,120	0,120	0,090	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840	0,840	0,840
30	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,090	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840	0,840	0,840
Итого за обед			30,037	30,723	104,431	820,785	0,401	29,983	401,961	6,319	113,102	419,068	106,071	5,200	5,200	5,200
Итого за Суббота - 2 неделя с 11 лет и старше			1,460,000	60,856	46,910	205,344	1,503,654	0,638	47,393	500,341	8,425	355,252	820,708	179,821	11,290	11,290

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

№ реч.	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	Mg	Fe
7	Буженина жареная с сыром	60	8,042	5,662	18,409	157,350	0,050	0,161	46,368	0,781	209,200	155,024	14,272	0,682	0,682	0,682
175	Каши молочная "Дружба"	250	7,293	8,203	42,429	273,571	0,161	1,508	47,200	0,196	152,080	186,870	44,380	0,992	0,992	0,992
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,300	0,001	4,950	8,240	4,400	0,859	0,859	0,859
376	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,400	0,040	0,400	8,000	26,000	5,600	0,440	0,440	0,440
Итого за завтрак			18,575	14,236	93,552	578,309	0,256	1,769	94,068	1,417	374,230	376,134	68,652	2,973	2,973	2,973
102	Икра овощная	100	1,700	9,000	9,000	136,000	0,020	7,000	41,000	3,100	41,000	37,000	15,000	0,700	0,700	0,700
293	Суп гороховый на бульоне	250	8,917	6,871	18,861	172,593	0,249	9,504	210,831	3,037	41,857	127,596	38,761	2,231	2,231	2,231
128	Чипленок запеченный (голень)	100	26,003	15,196	0,537	250,398	0,145	0,438	3,527	1,253	15,867	226,094	26,861	1,092	1,092	1,092
349	Компот из сухофруктов	180	0,027	0,009	12,435	49,932	0,001	330,040	1,521	0,018	46,860	116,060	41,370	1,389	1,389	1,389
30	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	0,120	0,090	0,030	6,000	19,500	4,200	0,330	0,330	0,330
30	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,090	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840	0,840	0,840
Итого за обед			45,411	37,051	98,235	928,485	0,276	400,716	239,479	8,045	174,795	574,641	138,892	6,843	6,843	6,843
Итого за Воскресенье - 2 неделя с 11 лет и старше			1,420,000	63,986	51,287	191,787	1,032	402,505	333,547	9,462	549,025	950,775	207,544	9,816	9,816	9,816

День/неделя: Понедельник - 3 неделя с 11 лет и старше

№ реч.	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	Mg	Fe
204	Мясные изделия отварные с сыром	200	15,250	12,596	50,840	379,342	0,131	0,224	88,400	1,280	302,480	245,140	24,560	1,502	1,502	1,502
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,300	0,001	4,950	8,240	4,400	0,859	0,859	0,859
338	Фрукт (блюдо)	150	0,600	0,000	14,700	70,500	0,045	15,000	0,300	0,300	24,000	16,500	13,500	3,300	3,300	3,300
Итого за завтрак			19,090	13,567	98,263	592,230	0,221	15,324	88,900	2,020	339,430	295,880	48,060	6,101	6,101	6,101
71	Овощи 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	0,500	0,500
103	Суп с вермишелью на бульоне	250	4,552	3,330	12,480	97,581	0,064	6,304	210,831	1,584	15,362	52,739	12,551	0,709	0,709	0,709
268	Котлеты рубленные из мяса	100	14,157	22,700	14,156	319,211	0,341	1,240	21,000	1,424	30,140	149,760	22,690	1,849	1,849	1,849
173	Каши гречневая вязкая	180	5,585	5,078	25,190	168,571	0,190	0,190	20,000	0,402	13,680	133,370	88,220	2,987	2,987	2,987
30	Сок в ассортименте	180	0,090	0,180	21,960	91,800	0,018	3,600	0,018	0,180	12,600	7,200	7,200	0,540	0,540	0,540
30	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	0,120	0,090	0,030	6,000	19,500	4,200	0,330	0,330	0,330
30	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,090	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840	0,840	0,840
Итого за обед			30,814	32,618	104,936	836,363	0,296	18,364	281,630	4,110	104,081	435,468	169,861	7,755	7,755	7,755
Итого за Понедельник - 3 неделя с 11 лет и старше			1,460,000	49,904	46,185	203,199	1,017	33,588	370,730	6,130	443,511	731,348	208,921	13,856	13,856	13,856

День/неделя: Вторник - 3 неделя 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	Мg	Fe		
Завтрак																
209	Ябло отпарное, 1 шт	50	12,700	11,500	0,700	157,000	0,070					0,600	55,000	192,000	12,000	2,500
173	Каши пшеница молочная	250	7,116	7,963	34,566	239,161	0,196	1,235	43,000	0,173	127,405	0,173	175,050	44,535	1,149	
384	Каши из консервов "Каши со стуженным молоком и сахаром"	200	2,460	2,750	16,380	95,610	0,030	0,390	9,000	0,060		0,060				
	Хлеб пшеничный	50	3,800	0,400	24,600	117,500	0,055			0,550	192,405	0,550	32,500	7,000	0,550	
Итого за Завтрак			26,076	22,113	76,246	609,271	0,351	1,625	302,000	1,383	192,405		399,550	63,535	4,199	
Обед																
71	Пюреда овощная	100	0,900	0,150	2,850	17,500	0,045	16,000	106,500	0,400	15,500	0,400	28,000	17,000	0,700	
88	Пир из свежей капусты на бульоне	250	5,992	5,925	11,686	121,006	0,093	25,567	219,181	2,496	35,957	2,496	77,509	23,174	1,091	
392	Пельмени	205	16,044	35,629	56,069	613,054	0,001	4,200	20,000	0,050	14,448	0,050	4,792	0,114		
349	Компот из свежих яблок	200	0,160	0,160	16,894	70,670	0,012	354,000		0,080	6,400	0,080	4,400	3,600	0,919	
	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	0,090	37,500	0,090	37,500	12,000	0,840	
Итого за Обед			27,326	43,094	116,749	970,430	0,304	395,687	345,681	3,446	100,205	171,109	570,659	124,301	8,193	
Итого за Вторник - 3 неделя с 11 лет и старше			1 365,000	53,402	192,995	1 579,701	0,655	397,312	647,681	4,839	292,610	570,659				

День/неделя: Среда - 3 неделя 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	Mg	Fe		
Завтрак																
268	Выпечки мясные с томатным соусом	130	14,500	27,735	16,140	373,537	0,348	1,828	82,522	3,752	35,710	155,643	25,210	1,983		
173	Каши гречневая вязкая	180	5,385	5,078	25,190	168,571	0,190	1,700	20,000	0,402	13,680	133,370	88,220	2,987		
377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,580	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883		
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,044	0,440	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440		
	Итого за Завтрак	550,000	23,361	33,188	74,173	690,856	0,584	3,528	103,102	4,602	63,940	324,133	123,910	6,293		
Обед																
	Итого за Обед	870,000	38,798	43,183	119,995	1 041,381	0,569	371,542	643,767	11,191	147,139	509,793	135,535	6,797		
	Итого за Среда - 3 недели с 11 лет и старше	1 420,000	62,159	76,371	194,168	1 732,237	1,153	375,070	746,869	15,793	211,079	833,926	259,445	13,090		

День/неделя: Четверг - 3 неделя 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	Мg	Fe		
Завтрак																
15	Сыр (порционный)	15	3,900	3,915		51,600	0,005	0,120	34,500	0,075	150,000	96,000	6,750		0,150	
175	Каши молочная "Дружба"	250	7,293	8,203	42,429	273,571	0,161	1,508	47,200	0,196	152,080	186,870	44,380		0,992	
384	Кефирный напиток	200	2,220	2,250	16,320	94,500	0,030	0,390	9,000	0,060						
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200		0,480	
338	Фрукт (яблоко)	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	15,000	0,300	0,300	24,000	16,500	13,500	3,300		
Итого за Завтрак		655,000	16,813	15,368	91,849	578,171	0,285	17,018	90,700	1,311	333,680	325,370	69,830		4,922	
Обед																
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	
82	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	250	1,965	5,841	12,447	110,211	0,073	21,177	206,311	2,481	35,162	55,089	23,851		1,044	
	Борщ	100	26,627	26,285	9,020	386,743	0,238	0,319	141,200	5,398	97,270	285,450	36,840		2,381	
173	Каши гречневая вязкая	180	5,385	5,078	25,190	168,571	0,190		20,000	0,402	13,680	133,370	88,220		2,987	
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,500			8,240	4,000		0,856	
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	0,330	0,033	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330		
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840		
Итого за Обед		870,000	40,307	38,685	88,713	887,123	0,715	46,716	551,013	9,401	192,962	565,149	189,571		9,338	
Итого за Четверг - 3 неделя с 11 лет и старше		1 525,000	57,120	54,053	183,601	1 465,294	1,000	63,734	641,713	10,712	526,642	890,519	259,341		14,360	

День/неделя: Пятница - 3 неделя с 11 лет и старше														
№ реч.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Р	Са	Мg	Fe
188	Запеканка рисовая с творогом и ступенчатым мясом	200	26,943	15,712	53,350	Запирок 463,621	0,146	0,710	97,800	1,158	203,600	350,020	49,770	1,467
376	Чай с сахаром	200	0,300	0,051	13,043		0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	0,859	0,440
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680		0,044				8,000	26,000	5,600	2,800
348	Сок 300 мл в бутыл.	200			22,400		0,020	2,000				14,000	8,000	
	Итого за Запирок	640,000	30,183	15,583	108,273	701,000	0,211	2,810	98,300	1,598	216,550	398,260	67,770	5,566
71	Нарезка овощей	100	0,900	0,150	2,850	Обед 97,500	0,045	16,000	106,500	0,400	15,500	28,000	17,000	0,700
103	Суп с вермишелью на бульоне	250	4,532	3,330	12,480		0,064	6,304	210,831	1,384	15,262	52,739	12,551	0,709
293	Цицленок запеченный (годуны)	100	26,003	15,106	0,537		0,145	0,438	3,327	1,253	15,867	236,094	26,861	1,092
304	Пюре из бобовых с маслом	180	20,741	5,066	43,356		0,720		20,000	0,680	108,380	298,350	96,520	6,159
357	Кисель	180			21,762	88,110		0,396		1,980	1,620	0,540	0,045	
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	0,330	6,000	0,330	19,500	4,200	0,330	
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	37,500	0,090	21,900	12,000	4,840	
	Итого за Пятница - 3 неделя с 11 лет и старше	870,000	57,026	24,972	110,235	903,940	1,137	23,258	430,858	4,553	184,989	672,803	169,672	9,875
	Итого за Суббота - 3 неделя с 11 лет и старше	1 510,000	87,209	40,555	218,708	1 604,940	1,348	26,068	439,158	5,953	401,539	1 072,063	237,442	15,441
День/неделя: Суббота - 3 неделя с 11 лет и старше														
№ реч.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Р	Са	Мg	Fe
181	Каша манная молочная	250	5,379	6,976	30,602	Запирок 207,448	0,074	1,235	43,000	0,435	123,384	109,150	17,976	0,405
377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163		0,002	1,700	0,580	0,008	6,550	9,120	0,883	0,405
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680		0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	2,800
338	Фрукт (бобовый)	150	0,600	0,600	14,700		70,500	0,045	15,000	0,300	0,300	24,000	16,500	13,500
	Итого за Запирок	640,000	9,255	7,951	78,145	426,696	0,165	17,935	43,580	1,183	161,934	160,770	41,956	5,028
71	Отруды свежие порционные	100	0,700	0,100	1,900	Обед 110,386	0,030	7,000	29,999	0,100	18,999	29,999	14,000	0,500
101	Суп картофельный с крутой	250	4,578	2,916	15,333		0,103	15,080	185,964	1,266	18,681	74,416	22,560	0,991
268	Рыба запеченная	100	21,899	18,824	4,195		0,148	0,625	12,500	2,665	54,700	306,010	69,930	1,101
128	Картофельное пюре	180	3,904	4,745	28,152		0,208	33,634	23,600	0,217	46,860	116,060	41,370	1,589
349	Компот из сухофруктов	180	0,027	0,009	12,435	49,932	0,001	350,040	1,321	0,891	0,700	0,061	0,061	
	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	37,500	0,090	21,900	12,000	4,840	
	Итого за Суббота - 3 неделя с 11 лет и старше	870,000	35,928	27,824	91,265	719,621	0,643	406,499	253,584	4,686	166,511	584,376	164,760	5,472
	Итого за Воскресенье - 3 неделя с 11 лет и старше	1 510,000	45,193	35,775	169,410	1 146,317	0,808	424,434	297,164	5,869	328,445	745,146	206,716	10,440
День/неделя: Воскресенье - 3 неделя с 11 лет и старше														
№ реч.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Р	Са	Мg	Fe
14	Масло (порционных)	10	0,080	7,250	0,130	Запирок 66,100	0,001		40,000	0,100	2,400	3,000		
	Печенье	50	3,900	7,690	34,645		0,040		5,500	1,750	14,500	45,000	10,000	0,020
173	Каша пшеничная молочная	250	7,116	7,963	239,161		0,196	1,235	43,000	0,173	127,405	175,050	44,535	1,050
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043		0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	0,859	0,440
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			7,600	26,000	5,200	0,480	
	Итого за Запирок	550,000	14,096	23,354	100,784	666,619	0,282	1,335	89,000	2,703	156,855	257,290	64,135	3,558
71	Помидоры свежие порционные	100	1,100	0,200	3,800	Обед 24,000	0,060	25,000	183,002	0,700	14,000	26,000	20,000	0,900
108	Суп с клецками на курином бульоне	250	8,011	8,974	24,686		0,125	11,550	255,175	2,767	33,643	105,990	22,370	1,430
294	Шницель рубленый из мяса птицы	100	18,189	20,651	311,400		0,139	1,584	61,600	2,403	67,630	21,600	1,925	1,013
202	Паштет говяжий	180	6,743	3,694	43,058		0,104		16,000	0,955	16,230	55,020	9,980	0,036
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240				6,000	19,500	4,200	0,330	
	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	37,500	0,090	21,900	12,000	4,840	
	Итого за Воскресенье - 3 неделя с 11 лет и старше	870,000	34,803	34,803	126,253	994,502	0,581	38,254	515,277	7,245	124,113	471,640	89,710	6,474
	Итого за Воскресенье - 3 неделя с 11 лет и старше	1 420,000	53,197	58,157	227,037	1 651,151	0,863	39,589	604,777	9,948	280,968	683,930	153,845	10,032

Возрастная группа с 11 лет и старше														
	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Минеральные вещества (мг)									
	Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe		
Понедельник - 1 неделя	49,841	57,457	219,106	1 604,044	0,670	390,992	427,921	5,947	440,592	513,666	121,591	10,383	7,638	
Вторник - 1 неделя	56,480	50,448	196,795	1 477,952	0,876	399,394	369,657	6,360	299,568	752,762	170,562	7,638	17,799	
Среда - 1 неделя	78,029	51,488	225,101	1 689,237	1,632	72,937	541,563	7,806	458,527	1 022,859	259,534	17,799	11,698	
Четверг - 1 неделя	60,547	54,382	197,682	1 528,588	0,858	35,020	712,761	9,879	349,623	893,940	226,172	9,789	9,789	
Пятница - 1 неделя	60,032	59,566	189,797	1 498,445	1,139	60,221	552,605	9,879	235,960	834,908	214,170	12,903	12,903	
Суббота - 1 неделя	43,445	51,712	179,954	1 372,766	0,683	388,246	390,632	12,542	475,623	735,960	215,561	11,954	11,954	
Воскресенье - 1 неделя	45,415	44,459	186,799	1 336,106	0,837	448,265	558,384	9,345	282,820	611,640	162,699	11,738	11,738	
СРЕДНЕЕ за 1 неделю	56,256	52,787	199,319	1 501,020	0,956	256,439	507,646	8,434	363,245	766,534	195,756	21,938	21,938	
Понедельник - 2 неделя	84,294	77,803	168,717	1 718,167	1,655	50,851	1 011,544	11,079	512,909	1 231,213	242,564	12,578	12,578	
Вторник - 2 неделя	52,727	43,321	194,687	1 377,675	1,042	422,996	712,404	5,967	549,258	923,864	217,312	7,974	7,974	
Среда - 2 неделя	39,282	51,370	211,811	1 477,784	0,471	41,061	394,711	3,514	263,520	375,209	111,403	10,872	10,872	
Четверг - 2 неделя	56,819	59,133	182,003	1 486,419	0,782	418,512	989,184	13,900	199,821	693,644	168,882	10,360	10,360	
Пятница - 2 неделя	48,273	57,363	237,079	1 657,092	0,898	45,995	597,677	10,783	286,288	659,640	165,645	10,360	10,360	
Суббота - 2 неделя	60,856	46,910	205,344	1 503,654	0,638	47,393	500,341	8,425	355,252	820,708	179,821	11,290	11,290	
Воскресенье - 2 неделя	63,986	51,287	191,787	1 506,794	1,032	402,505	333,547	9,462	549,025	950,775	207,544	9,816	9,816	
СРЕДНЕЕ за 2 неделю	58,034	55,312	198,775	1 532,512	0,931	204,188	648,487	9,019	388,010	807,865	184,739	12,118	12,118	
Понедельник - 3 неделя	49,904	46,185	203,199	1 433,593	1,017	33,588	370,730	6,130	443,511	731,348	208,921	13,856	13,856	
Вторник - 3 неделя	53,402	65,207	192,995	1 579,701	0,655	397,312	647,681	4,829	292,610	833,926	259,445	13,090	13,090	
Среда - 3 неделя	62,159	76,371	194,168	1 732,237	1,153	375,070	746,869	15,793	211,079	890,519	259,341	14,260	14,260	
Четверг - 3 неделя	57,120	54,053	183,601	1 465,294	1,000	63,734	641,713	10,712	526,642	1 072,063	237,442	15,441	15,441	
Пятница - 3 неделя	87,209	40,555	218,708	1 604,949	1,348	26,068	439,158	5,953	401,539	745,146	206,716	10,440	10,440	
Суббота - 3 неделя	45,193	35,775	169,410	1 146,317	0,808	424,434	297,164	5,869	328,445	668,930	153,845	10,032	10,032	
Воскресенье - 3 неделя	53,197	58,157	227,037	1 651,151	0,863	39,589	604,777	9,948	280,968	787,513	207,144	12,187	12,187	
СРЕДНЕЕ за 3 неделю	58,312	53,758	198,445	1 516,177	0,978	194,256	535,442	8,462	354,971	787,513	207,144	12,187	12,187	
ИТОГО среднее за 3 недели	57,534	53,952	198,846	1 516,570	0,955	218,294	563,858	8,638	368,742	787,513	207,144	12,187	12,187	
Норма Спиттин	90	92	383	2 720	1,4	70	900	1,4	1 200	1 200	300	18	18	

Возрастная группа с 11 лет и старше				Итого за	
	Возрастная группа с 11 лет и старше			Завтрак	Обед
	Завтрак	Обед	Итого за		
Понедельник - 1 неделя	590,000	815,000	1 405,000	590,000	815,000
Вторник - 1 неделя	550,000	870,000	1 420,000	550,000	870,000
Среда - 1 неделя	590,000	870,000	1 460,000	590,000	870,000
Четверг - 1 неделя	550,000	870,000	1 420,000	550,000	870,000
Пятница - 1 неделя	550,000	900,000	1 450,000	550,000	900,000
Суббота - 1 неделя	705,000	900,000	1 605,000	705,000	900,000
Воскресенье - 1 неделя	640,000	870,000	1 510,000	640,000	870,000
Понедельник - 2 неделя	590,000	900,000	1 490,000	590,000	900,000
Вторник - 2 неделя	705,000	870,000	1 575,000	705,000	870,000
Среда - 2 неделя	640,000	815,000	1 455,000	640,000	815,000
Четверг - 2 неделя	550,000	870,000	1 420,000	550,000	870,000
Пятница - 2 неделя	550,000	870,000	1 420,000	550,000	870,000
Суббота - 2 неделя	590,000	870,000	1 460,000	590,000	870,000
Воскресенье - 2 неделя	550,000	870,000	1 420,000	550,000	870,000
Понедельник - 3 неделя	590,000	870,000	1 460,000	590,000	870,000
Вторник - 3 неделя	550,000	815,000	1 365,000	550,000	815,000
Среда - 3 неделя	550,000	870,000	1 420,000	550,000	870,000
Четверг - 3 неделя	655,000	870,000	1 525,000	655,000	870,000
Пятница - 3 неделя	640,000	870,000	1 510,000	640,000	870,000
Суббота - 3 неделя	640,000	870,000	1 510,000	640,000	870,000
Воскресенье - 3 неделя	550,000	870,000	1 420,000	550,000	870,000
ИТОГО среднее за 3 недели	596	866	1 462	596	866
Норма Спиттин	550	800	1 350	550	800