

СОГЛАСОВАНО

Директор

« » _____ 2025г.



УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Фионов Т.В.
2025г.



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

День/неделя: Понедельник - 1 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	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	
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	0,330		4,950	8,240	4,400	0,859	
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033					6,000	19,500	4,200	0,330	
	Праник	70	5,740	4,690	50,330	255,500										
	Итого за Завтрак	500,000	12,525	10,707	102,953	548,009	0,093	1,088	35,700	0,680		109,558	115,090	22,972	1,513	
Обед																
47	Салат из квашеной капусты	60	0,918	3,078	2,430	42,540	0,014	14,700		1,389		24,420	18,150	8,580	0,450	
88/2011	Щи из свежей капусты на бульоне	200	1,613	4,664	9,263	85,581	0,067	20,450	164,520	1,927		27,200	44,000	18,530	0,719	
291	Плов из мяса птицы	240	19,820	22,310	43,142	432,016	0,126	4,216	371,088	3,972		31,186	247,029	56,207	2,280	
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	25,598	30,881	86,770	728,869	0,310	389,486	537,129	7,586		102,717	316,870	94,817	4,290	
Полдник																
415	Крекель сахарный	100	10,556	13,681	67,915	436,566	0,154		43,285	5,930		26,787	108,713	15,516	1,483	
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	0,330		4,950	8,240	4,400	0,859	
	Итого за Полдник	300,000	10,756	13,732	80,958	489,954	0,155	0,100	43,785	6,260		31,737	116,953	19,916	2,342	
	Итого за Понедельник - 1 с 7 до 11 лет	1 520,000	48,879	55,320	270,681	1 766,832	0,558	390,674	616,614	14,196		244,012	580,113	137,705	8,145	
День/неделя: Вторник - 1 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	Mg	Fe		
Завтрак																
	Кукуруза порционно	30	0,861	0,180	2,970	17,340	0,006	1,650	0,900	0,009		1,200	15,300	4,800	0,123	
294	Котлеты рубленные из мяса птицы	90	11,384	17,046	14,735	250,261	0,146	3,000	16,500	2,602		31,110	135,520	57,470	1,508	
202	Макаронные изделия отварные	150	6,414	3,656	40,944	222,482	0,099	0,910	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 Завтрак	510,000	21,935	21,257	91,492	638,831	0,297	6,350	33,980	3,969		66,200	239,100	82,470	3,948	
Обед																
	Помидоры соленные порционные	60	0,660	0,060	0,960	7,800	0,024	6,000	30,000			8,400	15,600	12,000	0,486	
102	Суп гороховый на бульоне	200	7,698	5,512	15,026	139,921	0,200	7,604	170,831	2,404		33,802	105,679	31,012	1,815	
249	Рыба, запеченная в омлете	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	23,153	140,182	0,173	27,995	19,000	0,040		40,220	96,820	34,510	1,332	
	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,500	0,220		4,950	8,240	4,400	0,856	
376	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	47,000	0,022			0,060		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	30,592	24,178	72,901	620,996	0,600	42,427	404,132	3,248		204,036	571,233	125,708	7,276	
Полдник																
410	Ватрушка с повидлом	100	7,651	10,444	75,662	420,752	0,115	0,267	28,612	4,574		26,122	80,827	14,729	1,708	
	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	8,751	10,644	100,062	522,752	0,135	4,267	28,612	4,774		26,122	94,827	22,729	2,308	
	Итого за Вторник - 1 с 7 до 11 лет	1 530,000	61,278	56,079	264,455	1 782,579	1,032	53,044	466,724	11,991		296,358	845,167	230,907	13,532	

День/неделя: Среда - 1 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	У	Завтрак				В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
	Печенье	50	3,900	7,690	34,645		220,000				0,040		5,500	1,750	14,500	45,000	10,000	1,050
185	Какао гречневая молочная вахла	200	9,241	7,776	39,404		264,991				0,256	1,300	40,000	0,450	136,315	241,543	114,306	3,518
384	Какао из консервов Какао со ступенным молоком и	200	2,460	2,250	16,380		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	500,000	19,401	18,116	115,029		698,101				0,381	1,690	54,500	2,810	160,815	319,043	131,306	5,118
	Обед																	
40	Салат картофельный с морковью	60	2,569	3,321	6,116		66,590				0,061	7,150	330,000	1,032	15,350	53,190	15,450	0,718
82	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	200	4,210	4,708	9,690		97,281				0,063	16,454	175,351	1,965	29,862	60,609	18,482	0,962
392	Пельмени	185	14,444	32,429	50,469		555,054				0,001		20,000	0,050	14,448	4,200	0,792	0,114
342	Компот ассорти	200	0,220	0,060	13,614		62,270				0,033	357,000		0,330	6,000	19,500	4,200	0,039
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760		70,500				0,120			0,090	21,900	37,500	12,000	0,330
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490		71,700				0,120			0,090	21,900	37,500	12,000	0,840
	Итого за Обед	705,000	26,273	41,948	109,139		929,395				0,278	380,724	525,351	3,467	87,560	174,999	50,924	3,003
	Полдник																	
406	Пирожок с картофельной начинкой	100	8,632	10,771	48,470		324,989				0,156	6,932	31,937	4,643	31,000	105,068	20,113	1,468
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043		53,388				0,001	0,100	0,500		8,240	4,400	4,400	0,859
	Итого за Полдник	300,000	8,832	10,822	61,513		378,377				0,157	7,032	32,437	4,643	35,950	113,308	24,513	2,327
	Итого за Среда - 1 с 7 до 11 лет	1 505,000	54,506	70,886	285,681		2 005,873				0,816	389,446	612,288	10,920	284,325	607,550	206,743	10,448
	День/неделя: Четверг - 1 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	У	Завтрак				В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
15	Сыр (поршиями)	15	3,900	3,915			51,600				0,005	0,120	34,500	0,075	150,000	96,000	6,750	0,150
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		8,240	4,400	4,400	0,859
338	Фрукты (яблоки)	130	0,520	0,520	12,740		61,100				0,039	13,000		0,260	20,800	14,300	11,700	2,860
	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	535,000	33,137	32,240	48,748		621,669				0,247	14,091	527,900	3,047	371,000	563,570	60,090	9,126
	Обед																	
52	Салат из свежих овощей	60	0,870	3,055	5,104		51,330				0,012	5,800		1,378	21,460	25,000	12,760	0,812
96	Рассольник московский на бульоне	200	1,958	4,015	13,114		96,881				0,061	7,824	165,631	1,497	21,322	64,330	17,321	0,671
259	Жаркое по-домашнему	240	17,195	20,370	27,599		360,880				0,253	35,460	58,464	3,404	39,542	228,892	54,697	2,984
398	Напиток из плодов шиповника	180	0,340	0,140	14,810		68,300				0,007	100,000	81,700	0,380	6,000	1,700	1,700	0,330
	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			0,060	14,600	25,000	8,000	0,560
	Итого за Обед	770,000	23,583	28,400	80,127		676,191				0,435	149,164	305,795	6,939	106,924	357,922	97,278	5,577
	Полдник																	
415	Крендель сахарный	100	10,556	13,681	67,915		436,566				0,154		43,285	5,930	26,787	108,713	15,516	1,483
	Снежок	200	5,600	5,000	9,400		105,000				1,800		40,000	0,200	242,000	188,000	30,000	0,200
	Итого за Полдник	300,000	16,156	18,681	77,315		541,566				0,214	1,800	83,285	5,930	268,787	296,713	45,516	1,683
	Итого за Четверг - 1 с 7 до 11 лет	1 555,000	72,876	79,321	206,190		1 839,426				0,896	165,055	916,980	15,916	746,711	1 220,205	202,884	16,386

День/неделя: Пятница - 1 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	Mg	Fe		
Завтрак																
	Джем	30	0,120		19,500	75,000	0,003	0,150			4,200	2,700	2,100	0,390		
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		
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		
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	19,500	6,000	0,330	19,500	4,200	0,330	0,612		
	Итого за Завтрак	500,000	10,892	7,076	103,559	519,089	0,151	3,085	39,580	1,220	146,270	202,070	48,900	2,612		
Обед																
67	Винегрет овощной	60	0,919	4,109	4,888	60,470	0,038	6,100	160,450	1,833	11,900	26,760	12,095	0,464		
103	Суп с вермишелью на бульоне	200	4,178	2,279	9,915	76,291	0,053	5,004	170,831	1,078	13,322	45,819	10,042	0,602		
294	Котлеты рубленные из мяса птицы	90	11,384	17,046	14,735	250,261	0,146	3,000	16,500	2,602	31,110	135,520	57,470	1,508		
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		
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,856		
	Хлеб пшеничный	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	0,060	9,660	51,800	0,080	0,080		0,060	14,600	25,000	8,000	0,560		
	Итого за Обед	720,000	37,184	28,406	97,211	785,911	0,948	14,284	364,281	6,358	170,772	503,039	175,277	9,347		
Полдник																
406	Пирожок с яблоком	100	8,012	10,749	51,067	333,487	0,124	2,933	31,937	4,680	24,561	84,104	14,222	1,741		
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	8,212	10,800	64,110	386,875	0,125	3,033	32,437	4,680	29,511	92,344	18,622	2,600		
	Итого за Пятница - 1 с 7 до 11 лет	1 520,000	56,288	46,282	264,880	1 691,875	1,224	20,402	436,298	12,258	346,553	797,453	242,799	14,559		

День/неделя: Понедельник - 2 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	Mg	Fe		
Завтрак																
14	Масло (порошок)	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001		40,000	0,100	2,400	3,000				0,020
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
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400			0,859
	Батон	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055			0,850	9,500	32,500	6,500			0,600
	Печенье	50	3,900	7,690	34,645	220,000	0,040		5,500	1,750	14,500	45,000	10,000			1,050
	Итого за Завтрак	510,000	13,513	22,199	104,589	668,959	0,225	1,309	84,600	2,859	154,000	238,460	56,410			3,325
Обед																
	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 курочкой	200	1,502	2,273	12,155	75,115	0,076	12,064	140,093	0,934	13,730	45,134	18,046			0,672
260	Гуляш из птицы	90	14,615	11,270	3,460	176,210	0,082	2,433	21,400	2,750	16,719	130,178	21,489			0,804
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
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240		350,000			4,000	13,000	2,800			0,036
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	47,000	0,022		0,080	0,220	4,000	13,000	2,800			0,220
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,700	0,060	9,660	51,800	0,080	0,080		0,060	14,600	25,000	8,000			0,560
	Итого за Обед	720,000	25,250	23,939	74,247	629,366	0,432	368,777	177,493	6,160	85,689	347,722	133,555			5,228
Полдник																
406	Пирожок с яблоком	100	8,012	10,749	51,067	333,487	0,124	2,933	31,937	4,680	24,561	84,104	14,222			1,741
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	8,212	10,800	64,110	386,875	0,125	3,033	32,437	4,680	29,511	92,344	18,622			2,600
	Итого за Понедельник - 2 с 7 до 11 лет	1 530,000	46,975	56,938	242,946	1 685,200	0,782	373,119	294,530	13,699	269,200	678,526	208,587			11,153

День/неделя: Вторник - 2 с 7 до 11 лет									
№ реп.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)			
			Б	Ж	У				
138	Запеканка рисовая с творогом и ступенчатым молоком	170	22,811	13,204	46,436	400,471			
334	Кофейный напиток	200	2,220	2,250	16,320	94,500			
	Чай с сахаром	30	3,040	0,320	19,680	94,000			
338	Фрукты (бананы)	130	0,520	0,520	12,740	61,100			
	Итого за вторник	570,000	28,591	16,294	95,176	650,071			
	Итого за неделю					0,000			
40	Салат картофельный с яблоками	60	2,569	3,321	6,116	66,590			
42	Борщ из свежей капусты со сметаной на овощном	200	4,210	4,708	9,690	91,281			
279	Тортленд мясной с томатным соусом	120	11,191	22,243	15,800	303,362			
202	Макаронные изделия отварные	150	6,414	3,656	40,644	222,482			
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398			
	Чай с сахаром	20	1,520	0,160	9,840	47,000			
	Чай с сахаром	20	1,760	0,660	9,600	51,800			
	Итого за вторник	750,000	28,001	34,999	104,095	837,913			
	Итого за неделю					0,000			
415	Кисель из сахара	100	10,556	13,681	67,915	436,566			
420	Вареники	200	6,400	5,000	8,000	102,000			
	Итого за вторник	300,000	16,956	18,681	75,915	538,566			
	Итого за Вторник - 2 с 7 до 11 лет	1 500,000	73,551	69,974	275,186	2 026,550			
День/неделя: Среда - 2 с 7 до 11 лет									
№ реп.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)			
			Б	Ж	У				
264	Макаронные изделия отварные с соусом	150	11,174	3,824	38,124	277,362			
376	Чай с сахаром	200	0,700	0,051	13,043	53,388			
	Чай с сахаром	20	1,520	0,160	9,840	47,000			
348	Сметана 20% жирности	200	12,894	9,635	83,407	463,150			
	Итого за среду	570,000	25,912	12,894	93,407	763,167			
	Итого за неделю					0,000			
417	Вареники с капустой	60	0,919	4,109	4,838	60,470			
435-2011	Пирог из свежей капусты на бульоне	200	1,613	4,664	9,263	85,581			
291	Пирог из мяса птицы	240	19,820	22,310	43,142	452,016			
293	Пирог из овощей и картофеля	180	0,310	0,400	14,810	68,300			
	Чай с сахаром	20	1,520	0,160	9,840	47,000			
	Чай с сахаром	20	1,700	0,660	9,600	51,800			
	Итого за среду	720,000	25,912	32,013	91,603	763,167			
	Итого за неделю					0,000			
410	Вареники с повидлом	100	7,651	10,444	75,662	420,752			
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388			
	Итого за среду	300,000	7,851	10,495	88,705	474,140			
	Итого за Среда - 2 с 7 до 11 лет	1 500,000	46,657	51,573	263,715	1 707,457			

Витамины (мг)								Минеральные вещества (мг)			
В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe				
0,124	0,626	83,000	1,112	181,230	300,920	42,830	1,245				
0,030	0,390	9,000	0,060								
0,044	0,440		0,440	8,000	26,000	5,600	0,440				
0,039	13,000		0,260	20,800	14,300	11,700	2,860				
0,237	14,016	92,000	1,872	210,030	341,220	60,130	4,545				
0,061	7,150	330,000	1,032	15,350	53,190	15,450	0,718				
0,063	16,454	175,351	1,965	29,862	60,609	18,482	0,962				
0,210	3,538	68,130	3,668	24,488	138,142	43,792	1,451				
0,099		16,000	0,910	19,340	53,160	9,720	0,994				
0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,856				
0,022			0,220	4,000	13,000	2,800	0,220				
0,080	0,080		0,060	14,600	25,000	8,000	0,560				
0,536	27,322	589,981	7,855	112,590	351,341	102,644	5,761				
0,154		43,285	5,930	26,787	108,713	15,516	1,483				
0,060	1,600	44,000		236,000	192,000	32,000	0,200				
0,214	1,600	87,285	5,930	262,787	300,713	47,516	1,683				
0,987	42,938	769,266	15,657	585,407	993,274	210,290	11,989				
Витамины (мг)								Минеральные вещества (мг)			
В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe				
0,098	0,160	62,000	0,950	218,580	177,680	18,080	1,130				
0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,859				
0,022			0,220	4,000	13,000	2,800	0,220				
0,070	2,000				14,000	8,000	2,800				
0,111	2,260	62,500	1,170	227,530	212,920	33,280	5,009				
0,038	6,100	160,450	1,833	11,900	26,760	12,095	0,464				
0,067	20,450	164,520	1,927	27,200	44,000	18,530	0,719				
0,126	4,216	371,088	3,972	31,186	247,029	56,207	2,280				
0,007	100,000	81,700	0,380	6,000	1,700	1,700	0,330				
0,022			0,220	4,000	13,000	2,800	0,220				
0,080	0,080			14,600	25,000	8,000	0,560				
0,340	130,846	777,758	8,392	94,886	357,489	99,332	4,573				
0,115	0,267	28,612	4,574	26,122	80,827	14,729	1,708				
0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,859				
0,116	0,367	29,112	4,574	31,072	89,067	19,129	2,567				
0,597	133,473	869,370	14,136	353,488	659,476	151,741	12,149				

День/неделя: Четверг - 2 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	Mg	Fe	
Завтрак															
	Джем	30	0,120		19,500	75,000		0,003	0,150			4,200	2,700	2,100	0,390
181	Каши хлопчатая 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
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388		0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,859
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000		0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
	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 Завтрак	500,000	9,705	6,417	90,523	455,509		0,140	1,238	35,700	1,360	121,358	143,790	30,272	2,383
Обед															
	Провансоль соевые порционные	60	0,660	0,060	0,960	7,800		0,024	6,000	30,000		8,400	15,600	12,000	0,486
102	Суп гороховый на бульоне	200	7,698	5,512	15,026	139,921		0,200	7,604	170,831	2,404	33,802	105,679	31,012	1,815
294	Котлеты рубленные из мяса птицы	90	11,384	17,046	14,735	250,261		0,146	3,000	16,500	2,602	31,110	135,520	57,470	1,508
128	Картофельные пюре	150	3,249	3,833	23,153	140,182		0,173	27,995	19,000	0,040	40,220	96,820	34,510	1,332
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 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	26,238	27,280	85,809	686,896		0,646	394,719	237,852	5,344	133,443	392,510	146,492	5,982
Полдник															
466	Пирожки с картошкой паровые	160	8,632	10,771	48,470	324,989		0,156	6,932	31,937	4,643	31,000	105,068	20,113	1,468
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388		0,001	0,100	0,500		8,240	4,950	4,400	0,859
	Итого за Полдник	300,000	8,832	10,822	61,513	378,377		0,157	7,032	32,437	4,643	35,950	113,308	24,513	2,327
	Итого за Четверг - 2 с 7 до 11 лет	1 520,000	44,775	44,519	237,845	1 520,782		0,943	402,989	305,989	11,347	290,751	649,608	201,277	10,692
День/неделя: Пятница - 2 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	Mg	Fe	
Завтрак															
209	Яйцо отварное, 1 шт	50	12,700	11,500	0,700	157,000		0,070		250,000	0,600	55,000	192,000	12,000	2,500
173	Каши 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
377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	54,748		0,002	1,700	0,580	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883
	Хлеб пшеничный	50	3,800	0,400	24,600	117,500		0,055			0,550	10,000	32,500	7,000	0,550
	Итого за Завтрак	500,000	22,430	18,470	66,118	527,898		0,284	2,688	285,780	1,298	173,522	373,720	59,508	4,853
Обед															
54	Салат из свеклы с яблоками	60	0,675	4,097	7,074	68,210		0,013	5,600			17,570	19,360	10,370	0,910
103	Суп с пермиселью на бульоне	200	4,178	2,279	9,915	76,291		0,053	5,004	170,831	1,078	13,322	45,819	10,042	0,602
768	Биточки мясные с томатным соусом	120	13,081	25,779	15,587	343,061		0,313	1,188	63,950	3,712	30,249	142,219	41,220	1,735
171	Каши 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
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398		0,001	0,100	0,500		8,240	4,950	4,400	0,856
	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	750,000	25,362	37,305	97,193	822,791		0,525	11,972	251,281	7,471	93,571	335,088	103,552	5,450
Полдник															
415	Кремль сахарный	160	10,556	13,681	67,915	436,566		0,154		43,285	5,950	26,787	108,713	15,516	1,483
	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	11,656	13,881	92,315	538,566		0,174	4,000	43,285	6,130	26,787	122,713	23,516	2,083
	Итого за Пятница - 2 с 7 до 11 лет	1 550,000	59,448	69,656	255,626	1 883,255		0,983	18,660	580,346	14,899	293,880	831,521	186,576	12,586

Возрастная группа с 7 до 11 лет					ЭЦ (ккал)	
	Пищевые вещества (г)					
	Б	Ж	У			
Понедельник - 1	48,879	55,320	270,681		1 766,832	
Вторник - 1	61,278	56,079	264,455		1 782,579	
Среда - 1	54,506	70,886	285,681		2 005,873	
Четверг - 1	72,876	79,371	206,190		1 839,426	
Пятница - 1	56,288	46,282	264,880		1 691,875	
СРЕДНЕЕ за 1 неделю	58,765	61,578	258,377		1 817,317	
Понедельник - 2	46,975	56,938	242,946		1 685,200	
Вторник - 2	73,551	69,974	275,186		2 026,550	
Среда - 2	46,657	51,573	263,715		1 707,457	
Четверг - 2	44,775	44,519	237,845		1 520,782	
Пятница - 2	59,448	69,656	255,626		1 883,255	
СРЕДНЕЕ за 2 недели	54,281	58,532	255,064		1 764,649	
ИТОГО среднее за 2 недели	56,523	60,035	256,721		1 790,983	
Норма СанПиН	77	79	335		2 350	
Выполнение СанПиН, % от суточной нормы	73%	76%	77%		76%	

Возрастная группа с 7 до 11 лет					Итого за	
	Завтрак	Обед	Полдник			
Понедельник - 1	500,000	720,000	300,000	день	1 520,000	
Вторник - 1	510,000	720,000	300,000		1 530,000	
Среда - 1	500,000	705,000	300,000		1 505,000	
Четверг - 1	535,000	720,000	300,000		1 555,000	
Пятница - 1	500,000	720,000	300,000		1 520,000	
Понедельник - 2	510,000	720,000	300,000		1 530,000	
Вторник - 2	540,000	750,000	300,000		1 590,000	
Среда - 2	570,000	720,000	300,000		1 590,000	
Четверг - 2	500,000	720,000	300,000		1 520,000	
Пятница - 2	500,000	750,000	300,000		1 550,000	
ИТОГО среднее за 2 недели	517	725	300		1 542	
Норма СанПиН	500	700	300		1 500	

	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Понедельник - 1	0,558	390,674	616,614	14,196	244,012	580,113	137,705	8,145	
Вторник - 1	1,032	53,044	466,724	11,991	296,358	845,160	230,907	13,532	
Среда - 1	0,816	389,446	612,288	10,920	284,325	607,350	206,743	10,448	
Четверг - 1	0,896	165,055	916,980	15,916	746,711	1 220,205	202,884	16,386	
Пятница - 1	1,224	20,402	436,298	12,558	346,553	797,453	242,799	14,559	
СРЕДНЕЕ за 1 неделю	0,905	203,724	609,781	13,056	383,592	810,056	204,208	12,614	
Понедельник - 2	0,782	373,119	294,530	13,699	269,200	678,526	208,587	11,153	
Вторник - 2	0,987	42,938	769,266	15,657	585,407	993,274	210,290	11,989	
Среда - 2	0,597	133,473	869,370	14,136	353,488	659,476	151,741	12,149	
Четверг - 2	0,943	402,989	305,989	11,347	290,751	649,608	201,277	10,692	
Пятница - 2	0,983	18,660	580,346	14,899	293,880	831,521	186,576	12,386	
СРЕДНЕЕ за 2 недели	0,858	194,236	563,900	13,948	358,545	762,481	191,694	11,674	
ИТОГО среднее за 2 недели	0,882	198,980	586,841	13,502	371,069	786,269	197,951	12,144	
Норма СанПиН	1,2	60	700	12	1 100	1 100	250	12	
Выполнение СанПиН, % от суточной нормы	74%	332%	84%	113%	34%	71%	79%	101%	

День/неделя: Понедельник - 1 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	Mg	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
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	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
70	Пряник	255,000	5,740	4,690	50,330	255,500								
	Итого за Завтрак	550,000	13,599	11,957	108,735	586,836	0,108	1,335	43,500	0,765	134,334	136,890	26,576	1,594
Обед														
47	Салат из квашеной капусты	100	1,530	5,130	4,050	70,901	0,023	24,501		2,315	40,701	30,249	14,300	0,750
88	Щи из свежей капусты на бульоне	250	2,046	5,872	11,691	107,823	0,084	25,678	206,311	2,431	37,243	56,141	23,572	0,940
291	Плов из мяса птицы	280	23,123	26,028	50,332	527,348	0,147	4,918	432,936	4,634	36,382	288,197	65,574	2,660
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	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	0,590	14,490	77,700	0,120	0,120		0,090	21,900	37,500	12,000	0,840
	Итого за Обед	870,000	31,556	38,269	107,758	904,204	0,408	405,257	640,768	9,818	143,537	432,478	120,346	5,381
	Итого за Понедельник - 1 с 11 лет и старше	1 420,000	45,155	50,226	216,493	1 491,040	0,516	406,592	684,268	10,583	277,871	569,368	146,922	7,175
День/неделя: Вторник - 1 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	Mg	Fe
Завтрак														
	Кукуруза порционно	30	0,861	0,180	2,970	17,340	0,006	1,650	0,900	0,009	1,200	15,300	4,800	0,123
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	100	12,473	19,731	15,961	282,781	0,156	3,400	20,950	3,091	33,260	149,040	63,160	1,639
202	Макаронные изделия 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
	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	24,352	24,823	101,191	718,521	0,328	6,750	42,430	4,648	70,870	263,260	90,080	4,273
Обед														
	Помидоры соевые порционные	100	1,100	0,100	1,600	13,000	0,040	10,000			14,000	26,000	20,000	0,810
102	Суп гороховый на бульоне	250	8,947	6,871	18,781	172,193	0,249	9,504	210,831	2,997	41,857	127,596	38,761	2,231
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	27,818	169,692	0,208	33,634	23,600	0,050	46,860	116,060	41,370	1,589
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,856
	Хлеб пшеничный	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	2,530	0,590	14,490	77,700	0,120	0,120		0,090	21,900	37,500	12,000	0,840
	Итого за Обед	870,000	36,726	28,150	91,957	757,982	0,763	54,078	489,202	4,049	244,528	609,234	157,382	8,886
	Итого за Вторник - 1 с 11 лет и старше	1 420,000	60,828	53,273	193,148	1 476,503	1,091	60,828	531,632	8,697	315,398	872,594	247,462	13,159

День/неделя: Среда - 1 с 11 лет и старше															
№ 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															
	Печенье	50	3,900	7,690	34,645	220,000	0,040		5,500	1,750	14,500	45,000	10,000	1,050	
185	Каша гречневая молочная вязкая	250	11,550	9,539	49,252	329,587	0,319	1,625	49,000	0,560	170,343	301,855	142,883	4,397	
384	Какао из консервов "Какао со ступенным молоком и	200	2,460	2,250	16,380	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	21,710	19,879	124,877	762,697	0,444	2,015	63,500	2,920	194,843	379,355	159,883	5,997	
Обед															
40	Салат картофельный с морковью	100	4,282	5,865	10,193	110,954	0,101	11,917	550,000	1,719	25,584	88,650	25,750	1,197	
82	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	250	4,625	5,908	12,045	119,091	0,078	20,777	217,111	2,471	36,462	71,929	23,391	1,176	
392	Пельмени	205	16,044	35,629	56,069	613,054	0,001		20,000	0,050	14,448	4,200	0,792	0,114	
342	Компот ассорти	200	0,220	0,060	13,614	62,270		357,000						0,039	
	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	30,001	48,692	121,171	1 053,569	0,333	389,814	787,111	4,660	104,394	221,779	66,133	3,696	
	Итого за Среда - 1 с 11 лет и старше	1 365,000	51,711	68,571	246,048	1 816,266	0,777	391,829	850,611	7,580	299,237	601,134	226,016	9,693	
День/неделя: Четверг - 1 с 11 лет и старше															
№ 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															
15	Сыр (порциями)	15	3,900	3,915		51,600	0,005	0,120	34,500	0,075	150,000	96,000	6,750	0,150	
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	
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	Фрукты (блоки)	130	0,520	0,520	12,740	61,100	0,039	13,000		0,260	20,800	14,300	11,700	2,860	
	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	585,000	41,657	41,644	50,251	716,489	0,299	14,377	691,300	3,869	431,740	704,730	70,610	10,700	
Обед															
52	Салат из свежсы отварной	100	1,440	5,091	8,448	85,270	0,019	9,600		2,296	35,520	41,380	21,120	1,344	
96	Рассольник московский на бульоне	250	2,394	5,225	16,047	121,362	0,076	9,779	206,781	1,975	25,303	78,460	21,372	0,821	
259	Жаркое по-домашнему	280	20,061	23,765	32,199	421,024	0,295	41,370	68,207	3,972	46,133	267,040	63,813	3,482	
398	Напиток из плодов шиповника	180	0,340	0,140	14,810	68,300	0,007	100,000	81,700	0,380	6,000	1,700	1,700	0,330	
	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	870,000	29,065	35,451	100,751	844,156	0,550	160,869	356,688	9,043	110,856	445,580	124,205	7,147	
	Итого за Четверг - 1 с 11 лет и старше	1 455,000	70,722	77,095	151,005	1 590,645	0,849	175,246	1 047,988	12,912	572,596	1 150,310	194,315	17,847	

День/неделя: Пятница - 1 с 11 лет и старше														
№ 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														
	Джем	30	0,120		19,500	75,000	0,003	0,150			4,200	2,700	2,100	0,390
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
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
	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 Завтрак	550,000	12,296	8,501	113,122	575,949	0,169	3,397	48,380	1,270	176,110	238,970	57,260	2,741
Обед														
67	Винегрет овощной	100	1,557	7,184	8,227	104,229	0,065	10,262	280,750	3,205	19,904	45,316	20,446	0,775
103	Суп с вермишелью на бульоне	250	4,552	3,330	12,432	97,341	0,064	6,304	210,831	1,560	15,362	52,739	12,551	0,709
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	100	12,473	19,731	15,961	282,781	0,156	3,400	20,950	3,091	149,040	63,160	1,639	1,639
304	Пюре из бобовых с маслом	180	20,741	5,066	43,356	302,151	0,730		20,000	0,680	108,380	298,350	96,520	6,159
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,856
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	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	870,000	44,353	36,392	121,271	984,100	1,169	20,186	533,031	8,956	209,756	610,685	213,277	11,308
	Итого за Пятница - 1 с 11 лет и старше	1 420,000	56,649	45,093	234,393	1 560,049	1,338	23,583	581,411	10,226	385,866	849,655	270,537	14,049
День/неделя: Понедельник - 2 с 11 лет и старше														
№ 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 (порциями)	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001		40,000	0,100	2,400	3,000		0,020
175	Каша 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
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,859
	Батон	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055			0,850	9,500	32,500	6,500	0,600
	Печенье	50	3,900	7,690	34,645	220,000	0,040		5,500	1,750	14,500	45,000	10,000	1,050
	Итого за Завтрак	560,000	14,973	23,694	113,247	723,059	0,258	1,608	93,200	2,896	183,430	275,610	63,280	3,521
Обед														
	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	1,878	2,841	15,196	93,898	0,095	15,080	175,164	1,167	17,181	56,416	22,560	0,841
260	Гуляш из птицы	100	16,131	11,924	3,731	189,469	0,090	2,752	23,840	2,816	15,583	143,243	23,645	0,871
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
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240		350,000						0,036
	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	870,000	30,322	30,127	94,919	793,378	0,548	374,932	219,004	7,905	115,344	427,029	165,625	6,605
	Итого за Понедельник - 2 с 11 лет и старше	1 430,000	45,295	53,821	208,166	1 516,437	0,806	376,560	312,204	10,801	298,774	702,639	230,905	10,126

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

№ 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
Завтрак														
188	Запеканка рисовая с творогом и ступенчатым мясом	200	26,943	15,212	53,350	463,621	0,146	0,710	97,800	1,158	203,600	350,020	49,770	1,467
384	Кефирный 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	Фрукты (яблоки)	130	0,520	0,520	12,740	61,100	0,039	13,000		0,260	20,800	14,300	11,700	2,860
	Итого за Завтрак	570,000	32,723	18,302	102,090	713,221	0,239	14,100	106,800	1,918	232,400	390,320	67,070	4,767
Обед														
40	Салат картофельный с морковью	100	4,282	5,865	10,193	110,954	0,101	11,917	550,000	1,719	25,584	88,650	25,750	1,197
82	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	250	4,625	5,908	12,045	119,091	0,078	20,777	247,111	2,471	36,462	71,929	23,391	1,176
279	Тертые мясные с томатным соусом	130	12,699	24,037	18,351	334,390	0,233	3,888	64,400	3,825	26,440	153,394	48,340	1,605
202	Макаронные изделия отварные	180	7,742	4,537	49,417	269,652	0,120		20,000	1,100	21,860	63,900	11,640	1,188
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,856
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	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	900,000	34,378	41,685	131,301	1 081,685	0,686	36,802	852,011	9,535	143,196	443,113	129,721	7,192
	Итого за Вторник - 2 с 11 лет и старше	1 470,000	67,101	59,930	233,391	1 744,906	0,945	50,902	958,811	11,453	375,596	833,433	196,791	11,959

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

№ 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																
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	1,358		
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		
348	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	47,000	0,022			0,220	4,000	13,000	2,800	0,220		
	Сок 200 мл в лит.уп.	200			22,400	90,000	0,020	2,000				14,000	8,000	2,800		
	Итого за Завтрак	600,000	15,412	11,208	91,175	529,140	0,162	2,300	78,000	1,370	279,860	234,790	37,290	5,237		
Обед																
67	Винегрет овощной	100	1,557	7,184	8,227	104,229	0,065	10,262	280,750	3,205	19,904	45,316	20,446	0,775		
88	Шти из свежей капусты на бульоне	250	2,046	5,872	11,691	107,823	0,084	25,678	206,311	2,431	37,243	56,141	23,572	0,940		
291	Плов из мяса птицы	280	23,123	28,028	50,332	527,348	0,147	4,918	432,936	4,634	36,382	288,197	65,574	2,660		
398	Напиток из плодов шиповника	180	0,340	0,140	14,810	68,300	0,007	100,000	81,700	0,380	6,000	1,700	1,700	0,330		
30	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	71,700	0,120	0,120		0,090	21,900	37,500	12,000	0,840		
	Итого за Обед	870,000	31,896	40,454	114,310	955,900	0,456	140,978	1 001,697	11,070	127,429	448,354	127,492	5,875		
Итого за Среда - 2 с 11 лет и старше		1 470,000	47,308	51,662	205,485	1 485,040	0,618	143,278	1 079,697	12,440	407,289	703,144	164,782	11,112		

День/неделя: Четверг - 2 с 11 лет и старше														
№ реп.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак														
	Джем	30	0,120		19,500	75,000	0,003	0,150			4,200	2,700	2,100	0,390
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
376	Чай с сахаром	200	0,000	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,859
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
	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 Завтрак	550,000	10,779	7,667	96,305	494,336	0,155	1,485	43,500	1,445	146,134	165,590	33,876	2,464
Обед														
	Помидоры соевые порционные	100	1,100	0,100	1,600	13,000	0,040	10,000			14,000	26,000	20,000	0,810
102	Суп гороховый на бульоне	250	8,947	6,871	18,781	172,193	0,249	9,504	210,831	2,997	41,857	127,596	38,761	2,231
294	Котлеты рубленные из мяса птицы	100	12,473	19,731	15,961	282,781	0,156	3,400	20,950	3,091	33,260	149,040	63,160	1,639
128	Картофельное пюре	180	3,904	4,745	27,818	169,692	0,208	33,634	23,600	0,050	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	1,521	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 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	870,000	31,281	32,686	105,845	855,798	0,807	406,698	306,902	6,576	165,188	476,387	180,191	7,500
	Итого за Четверг - 2 с 11 лет и старше	1 420,000	42,060	40,353	202,150	1 350,134	0,962	408,183	350,402	8,021	311,322	642,177	214,067	9,964
День/неделя: Пятница - 2 с 11 лет и старше														
№ реп.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак														
209	Ябло отварное, 1 шт	50	12,700	11,500	0,700	157,000	0,070		250,000	0,600	55,000	192,000	12,000	2,500
173	Каша пшеница молочная	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
377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,580	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883
	Хлеб пшеничный	50	3,800	0,400	24,600	117,500	0,055			0,550	10,000	32,500	7,000	0,550
	Итого за Завтрак	550,000	23,852	19,918	73,029	568,409	0,323	2,935	293,580	1,331	198,955	408,670	68,415	5,082
Обед														
54	Салат из свеклы с яблоками	100	1,135	6,163	11,516	106,640	0,021	9,400		2,759	29,530	32,540	17,430	1,525
103	Суп с вермишелью на бульоне	250	4,552	3,330	12,432	97,341	0,064	6,304	210,831	1,560	15,362	52,739	12,551	0,709
268	Витонки мясные с томатным соусом	130	14,499	27,734	17,460	373,531	0,348	1,288	64,220	3,770	33,309	157,438	45,610	1,923
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
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,856
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	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	900,000	30,057	43,798	122,641	1 002,081	0,639	17,212	295,551	9,199	121,051	406,207	128,411	6,862
	Итого за Пятница - 2 с 11 лет и старше	1 450,000	53,909	63,716	195,670	1 570,490	0,962	20,147	589,131	10,530	320,006	814,877	196,826	11,944

Возрастная группа с 11 лет и старше												
	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
	Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe
Понедельник - 1	45,155	50,226	216,493	1 491,040	0,516	406,592	684,268	10,583	277,871	569,368	146,922	7,175
Вторник - 1	60,628	53,273	193,148	1 476,503	1,091	60,828	531,632	8,697	315,398	872,594	247,462	13,159
Среда - 1	51,711	68,571	246,048	1 816,266	0,777	391,829	850,611	7,580	299,237	601,134	226,016	9,693
Четверг - 1	70,722	77,095	151,005	1 590,645	0,849	175,246	1 047,988	12,912	572,596	1 150,310	194,815	17,847
Пятница - 1	56,649	45,093	234,393	1 560,049	1,338	23,583	581,411	10,226	385,866	849,655	270,537	14,049
СРЕДНЕЕ за 1 неделю	56,973	58,852	208,217	1 586,901	0,914	211,616	739,182	10,000	370,194	808,612	217,150	12,385
Понедельник - 2	45,295	53,821	208,166	1 516,437	0,806	376,560	312,204	10,801	298,774	702,639	230,905	10,126
Вторник - 2	67,101	59,930	233,391	1 744,906	0,945	50,902	958,811	11,453	375,596	833,433	196,791	11,959
Среда - 2	47,308	51,662	205,485	1 485,040	0,618	143,278	1 079,697	12,440	407,289	703,144	164,782	11,112
Четверг - 2	42,060	40,353	202,150	1 330,134	0,962	408,183	350,402	8,021	311,322	642,177	214,067	9,964
Пятница - 2	53,909	63,716	195,670	1 570,490	0,962	20,147	589,131	10,530	320,006	814,877	196,826	11,944
СРЕДНЕЕ за 2 недели	51,135	53,896	208,972	1 529,401	0,859	199,814	658,049	10,649	342,597	739,254	200,674	11,021
ИТОГО среднее за 2 недели	54,054	56,374	208,595	1 558,151	0,887	203,715	698,616	10,325	356,396	773,933	208,912	11,703
Норма СанПиН	90	92	383	2 720	1,4	70	900	14	1 200	1 200	300	18
Выполнение СанПиН, % от суточной нормы	60%	61%	54%	57%	63%	294%	78%	74%	30%	64%	70%	65%

Возрастная группа с 11 лет и старше			
	Завтрак		Итого за день
	Обед	Итого за день	
Понедельник - 1	550,000	870,000	1 420,000
Вторник - 1	550,000	870,000	1 420,000
Среда - 1	550,000	815,000	1 365,000
Четверг - 1	585,000	870,000	1 455,000
Пятница - 1	550,000	870,000	1 420,000
Понедельник - 2	560,000	870,000	1 430,000
Вторник - 2	570,000	900,000	1 470,000
Среда - 2	600,000	870,000	1 470,000
Четверг - 2	550,000	870,000	1 420,000
Пятница - 2	550,000	900,000	1 450,000
ИТОГО среднее за 2 недели	562	871	1 433
Норма СанПиН	550	800	1 350

День/неделя: Понедельник - 1 с 11 лет и старше															
№ рен.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
	Помидоры соленные порционные	100	1,100	0,100	1,600	Овощ (2 варианти)	13,000	0,040	10,000	50,000		14,000	26,000	20,000	0,810
103	Суп с перемышкой на бульоне	250	1,852	3,255	12,432		86,541	0,057	6,304	200,031		13,862	34,739	12,551	0,559
260	Гуляш из птицы	100	16,131	11,924	3,731		189,469	0,090	2,752	23,840		15,883	143,243	23,645	0,871
147	Картофель запеченный брусочками	180	5,502	19,084	44,277		370,822	0,330	55,000	34,860		161,360	63,690	2,533	
377	Чай с лимоном	180	0,236	0,055	12,165		50,758	0,002	1,700	0,580		6,550	9,120	4,880	0,330
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760		70,500	0,033	0,120	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 Понедельник - 1 с 11 лет и старше	870,000	29,651	35,648	103,455		858,790	0,672	75,876	274,451		112,755	431,462	140,966	6,823
	Итого за Понедельник - 1 с 11 лет и старше	870,000	29,651	35,648	103,455		858,790	0,672	75,876	274,451		112,755	431,462	140,966	6,823
День/неделя: Вторник - 1 с 11 лет и старше															
№ рен.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
	Икра овощная	100	1,700	9,000	9,000	Овощ (2 варианти)	136,000	0,020	7,000	185,964		31,000	37,000	15,000	0,700
101	Суп картофельный с куртой	250	4,578	2,916	15,196		104,698	0,103	15,080	185,964		18,681	74,416	22,560	0,991
294	Котлеты рубленные из мяса птицы	100	12,473	19,731	15,961		282,781	0,156	3,400	20,950		33,260	149,040	63,160	1,639
173	Капша гречневая вязкая	180	5,585	5,078	25,190		168,571	0,190	13,680	20,000		133,370	88,220	2,987	
398	Напиток из плодов шиповника	180	0,340	0,140	14,810		68,300	0,007	100,000	81,700		6,000	1,700	1,700	0,330
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760		70,500	0,033	0,120	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 Вторник - 1 с 11 лет и старше	870,000	29,506	38,095	109,407		908,550	0,629	125,600	308,614		452,526	206,840	7,817	
	Итого за Вторник - 1 с 11 лет и старше	870,000	29,506	38,095	109,407		908,550	0,629	125,600	308,614		452,526	206,840	7,817	
День/неделя: Среда - 1 с 11 лет и старше															
№ рен.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
47	Салат из квашеной капусты	100	1,530	5,130	4,050	Овощ (2 варианти)	70,501	0,023	24,501	206,781		40,701	30,249	14,300	0,750
96	Рассольник московский на бульоне	250	2,394	5,225	16,047		121,362	0,076	9,779	206,781		21,372	78,460	21,372	0,821
289	Рагу овощное из птицы	180	21,721	23,695	27,897		428,135	0,268	34,011	636,055		51,259	276,158	66,391	3,471
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	49,398		12,045	0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,856
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760		70,500	0,033	0,120	0,330		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 Среда - 1 с 11 лет и старше	870,000	30,675	37,331	89,289		817,996	0,521	68,511	843,336		150,113	450,107	122,663	7,068
	Итого за Среда - 1 с 11 лет и старше	870,000	30,675	37,331	89,289		817,996	0,521	68,511	843,336		150,113	450,107	122,663	7,068
День/неделя: Четверг - 1 с 11 лет и старше															
№ рен.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
67	Винегрет овощной	100	1,557	7,184	8,227	Овощ (2 варианти)	104,229	0,065	10,262	280,750		19,904	45,316	20,446	0,775
102	Суп гороховый на бульоне	250	8,947	6,871	18,781		172,193	0,249	9,504	210,831		210,831	127,596	38,761	2,231
268	Выпечка мясная с томатным соусом	120	13,081	25,779	15,587		343,061	0,313	1,188	63,950		142,219	41,220	31,735	1,735
202	Макаронные изделия отварные	180	7,742	4,537	49,417		269,652	0,120	1,100	21,860		63,900	11,640	1,188	
349	Компот из свежих яблок	180	0,144	0,144	15,204		63,602	0,011	353,600	3,240		3,960	3,960	0,827	
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760		70,500	0,033	0,120	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 Четверг - 1 с 11 лет и старше	890,000	36,301	45,745	136,466		1,100,937	0,911	374,674	575,531		115,506	439,991	131,507	7,926
	Итого за Четверг - 1 с 11 лет и старше	890,000	36,301	45,745	136,466		1,100,937	0,911	374,674	575,531		115,506	439,991	131,507	7,926
День/неделя: Пятница - 1 с 11 лет и старше															
№ рен.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
	Орешки соевые порционные	100	0,800	0,100	1,700	Овощ (2 варианти)	13,000	0,020	5,000	5,000		23,000	21,000	14,000	0,600
82	Берка из свежей капусты со сметаной на бульоне	250	1,925	5,833	12,045		108,291	0,071	20,777	206,311		34,962	53,929	23,391	1,026
291	Плов из мяса птицы	280	23,123	26,028	50,332		527,348	0,147	4,918	432,936		36,382	288,197	65,574	2,660
349	Компот из сухофруктов	180	0,027	0,009	12,435		49,932	0,001	350,040	1,521		0,891	0,700	0,061	
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760		70,500	0,033	0,120	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 Пятница - 1 с 11 лет и старше	870,000	30,705	33,200	105,762		846,771	0,392	380,855	645,768		123,553	424,017	119,865	5,517
	Итого за Пятница - 1 с 11 лет и старше	870,000	30,705	33,200	105,762		846,771	0,392	380,855	645,768		123,553	424,017	119,865	5,517

День/неделя: Понедельник - 2 с 11 лет и старше														
№ рецеп.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
			Обед (2 варианта)											
	Омлеты соевые порционные	100	0,800	0,100	1,700	13,000	0,020	5,000	5,000	0,100	23,000	207,000	14,000	0,600
102	Суп гороховый на бульоне	250	6,132	5,539	18,540	148,661	0,237	9,504	200,031	2,414	38,862	107,739	38,171	2,039
291	Плов из мяса птицы	280	23,123	26,028	50,332	527,348	0,147	432,936	4,880	0,008	36,382	288,197	65,574	2,660
377	Чай с лимоном	180	0,236	0,055	12,165	50,758	0,002	1,700	0,580		6,550	9,120	4,200	0,880
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330		19,500	4,200	0,330
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,090	14,490	77,700	0,120	0,120		0,090	21,900	37,500	12,000	0,840
	Итого за Понедельник - 2 с 11 лет и старше	870,000	35,121	32,952	111,987	887,967	0,559	21,242	638,547	7,576	132,694	486,056	138,825	7,349
	Итого за Понедельник - 2 с 11 лет и старше	870,000	35,121	32,952	111,987	887,967	0,559	21,242	638,547	7,576	132,694	486,056	138,825	7,349
День/неделя: Вторник - 2 с 11 лет и старше														
№ рецеп.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
			Обед (2 варианта)											
52	Салат из свежих овощей	100	1,440	5,091	8,448	83,270	0,019	9,600		2,296	35,520	41,380	21,120	1,344
103	Суп с вермишелью на бульоне	250	1,852	3,255	12,432	86,541	0,057	6,304	200,031	1,530	46,862	34,739	12,551	0,559
259	Жаркое по-домашнему	280	20,061	23,765	32,199	421,024	0,295	41,370	68,207	3,972	13,133	267,040	63,813	3,482
349	Компот из сухофруктов	180	0,027	0,009	12,435	49,932	0,001	330,040	1,521	0,018	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	19,500	4,200	0,330
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,090	14,490	77,700	0,120	0,120		0,090	21,900	37,500	12,000	0,840
	Итого за Вторник - 2 с 11 лет и старше	870,000	28,210	33,350	94,764	790,967	0,525	407,434	269,759	8,236	124,726	401,630	114,384	6,616
	Итого за Вторник - 2 с 11 лет и старше	870,000	28,210	33,350	94,764	790,967	0,525	407,434	269,759	8,236	124,726	401,630	114,384	6,616
День/неделя: Среда - 2 с 11 лет и старше														
№ рецеп.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
			Обед (2 варианта)											
40	Салат картофельный с морковью	100	4,282	5,865	10,193	110,954	0,101	11,917	550,000	1,719	25,584	88,650	23,750	1,197
96	Распловник московский на курином бульоне (крупа)	250	5,094	5,300	16,047	132,162	0,083	9,779	217,581	2,005	26,803	96,460	21,372	0,971
392	Пельмени	205	16,044	35,629	56,069	613,054	0,001	14,448	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	0,120		0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,090	14,490	77,700	0,120	0,120		0,090	21,900	37,500	12,000	0,840
	Итого за Среда - 2 с 11 лет и старше	815,000	30,486	48,079	124,722	1 059,118	0,340	23,516	788,161	4,202	101,285	255,430	68,994	4,335
	Итого за Среда - 2 с 11 лет и старше	815,000	30,486	48,079	124,722	1 059,118	0,340	23,516	788,161	4,202	101,285	255,430	68,994	4,335
День/неделя: Четверг - 2 с 11 лет и старше														
№ рецеп.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
			Обед (2 варианта)											
	Икра осетровая	100	1,700	9,000	9,000	136,000	0,020	7,000		3,100	41,000	37,000	15,000	0,700
88/20/11	Щи из свежей капусты на бульоне	250	5,392	5,925	11,586	120,506	0,093	25,367	219,181	2,446	35,957	77,509	23,174	1,091
209	Тортелли мясные с томатным соусом	130	12,699	24,037	18,351	183,319	0,233	3,888	64,400	3,825	26,440	153,394	48,340	1,605
272	Макаронные изделия отварные	180	7,742	4,537	49,417	269,652	0,120		20,000	1,100	21,860	63,900	11,640	1,188
398	Напиток из плодов шиповника	180	0,340	0,140	14,810	68,300	0,007	100,000	81,700	0,380	6,000	1,700	1,700	0,330
	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	0,090	14,490	77,700	0,120	0,120		0,090	21,900	37,500	12,000	0,840
	Итого за Четверг - 2 с 11 лет и старше	900,000	32,703	44,869	132,414	1 077,048	0,626	136,575	385,281	11,271	159,157	390,503	116,054	6,084
	Итого за Четверг - 2 с 11 лет и старше	900,000	32,703	44,869	132,414	1 077,048	0,626	136,575	385,281	11,271	159,157	390,503	116,054	6,084
День/неделя: Пятница - 2 с 11 лет и старше														
№ рецеп.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
			Обед (2 варианта)											
47	Салат из кашеной капусты	100	1,530	5,130	4,050	70,901	0,023	24,301		2,315	40,701	30,249	14,300	0,750
101	Суп картофельный с крупой	250	4,578	2,916	15,196	104,698	0,103	15,080	185,964	1,197	18,681	74,416	22,560	0,991
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	27,818	169,692	0,208	33,634	23,600	0,050	116,060	41,370	1,589	0,550
349	Компот из свежих яблок	180	0,144	0,144	15,204	63,602	0,011	353,600		0,072	5,760	3,960	3,240	0,827
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,090	14,490	77,700	0,120	0,120		0,090	21,900	37,500	12,000	0,840
	Итого за Пятница - 2 с 11 лет и старше	870,000	32,281	29,618	93,981	762,592	0,610	427,655	413,835	4,636	248,863	356,023	134,321	7,557
	Итого за Пятница - 2 с 11 лет и старше	870,000	32,281	29,618	93,981	762,592	0,610	427,655	413,835	4,636	248,863	356,023	134,321	7,557

Возрастная группа с 11 лет и старше

	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
	Б	Ж	У	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe
Понедельник - 1	29,651	35,648	103,455		858,790	0,672	75,876	274,451	12,694	112,755	431,462	140,966	6,823
Вторник - 1	29,506	38,095	109,407		908,550	0,629	125,600	308,614	8,590	140,521	452,526	206,840	7,817
Среда - 1	30,675	37,331	89,289		817,996	0,521	68,511	843,336	8,871	150,113	450,107	122,663	7,068
Четверг - 1	36,301	45,745	136,466		1 100,937	0,911	374,674	575,531	11,506	147,530	439,991	131,507	7,926
Пятница - 1	30,705	33,200	105,762		846,771	0,392	380,855	645,768	7,613	123,555	424,017	119,865	5,517
СРЕДНЕЕ за 1 неделю	31,368	38,004	108,876		906,609	0,625	205,103	529,540	9,855	134,895	439,621	144,368	7,030
Понедельник - 2	35,121	32,952	111,987		887,967	0,559	21,242	638,547	7,576	132,694	486,056	138,825	7,349
Вторник - 2	28,210	33,350	94,764		790,967	0,525	407,434	269,759	8,236	124,726	401,050	114,384	6,616
Среда - 2	30,486	48,079	124,722		1 059,118	0,340	23,516	788,161	4,202	101,285	255,430	68,994	4,335
Четверг - 2	32,703	44,869	132,414		1 077,048	0,626	136,575	385,281	11,271	159,157	390,503	116,054	6,084
Пятница - 2	32,281	29,618	93,981		762,592	0,610	427,655	413,835	4,636	248,863	556,023	134,321	7,557
СРЕДНЕЕ за 2 недели	31,760	37,774	111,574		915,538	0,532	203,284	499,117	7,184	153,345	417,812	114,516	6,388
ИТОГО среднее за 2 недели	31,564	37,889	110,225		911,074	0,579	204,194	514,329	8,520	144,120	438,717	129,442	6,709
Норма СанПиН	90	92	383		2 720	1,4	70	900	14	1 200	1 200	300	18
Выполнение СанПиН, % от суточной нормы	35%	41%	29%		33%	41%	292%	57%	61%	12%	36%	43%	37%

Возрастная группа с 11 лет и старше

	Обед (2	
	вариант	
Понедельник - 1	870,000	
Вторник - 1	870,000	
Среда - 1	870,000	
Четверг - 1	890,000	
Пятница - 1	870,000	
Понедельник - 2	870,000	
Вторник - 2	870,000	
Среда - 2	815,000	
Четверг - 2	900,000	
Пятница - 2	870,000	
ИТОГО среднее за 2 недели	870	
Норма СанПиН	800	