

СОГЛАСОВАНО

И.о. Директора КТБОУ «Дивногорская школа»

И.В. Авдохина



04 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора КТБУ «Центр питания»

В.П. Полякова



« 30 » 03 2026 г.

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
НА ПЕРИОД РАБОТЫ ПРИШКОЛЬНОГО ЛАГЕРЯ**

**В КРАЕВОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ БЮДЖЕТНОМ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ
«ДИВНОГОРСКАЯ ШКОЛА»**

(КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ, Г. ДИВНОГОРСК, УЛ. А.Е. БОЧКИНА, 33 А)

г. Красноярск

2026 г.

№ ТК	Присем пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	Минеральные вещества							Витамины				
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг	A, мкг рел. экв.	
	Меню №62																	
	Дети 7-11 лет																	
	1 недели																	
	Понедельник																	
	Завтрак																	
000102	Каша рисовая молочная жидкая	200	5,09	6,78	27,97	193,26	172,31	134,70	26,39	132,13	0,37	27,66	5,67	0,64	0,05	0,16	32,44	
000608	Кашао с молоком	180	5,57	4,37	17,19	130,37	257,22	193,75	33,39	158,61	0,78	14,26	3,17	0,94	0,05	0,22	23,82	
000902	Масло сливочное (порциями)	8	0,06	5,10	0,10	46,54	1,99	1,69	0,00	2,09	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00	0,01	21,60	
000620	Молоко	200	5,67	4,62	9,24	101,22	254,48	221,76	25,58	164,43	0,19	16,63	3,70	1,09	0,06	0,25	27,72	
000800	Бисквит "Прага" с батаном	50	3,92	15,76	26,12	262,00	93,30	13,27	13,57	45,28	0,78	5,41	3,85	1,20	0,04	0,06	48,86	
000919	Хлеб пшеничный или батон	45	3,42	0,54	22,14	107,10	41,85	27,00	6,30	29,25	0,50	1,44	2,70	0,00	0,05	0,01	0,00	
000920	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	73,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,05	0,02	0,00	
	Итого завтрак:	713	25,71	37,53	112,78	891,73	894,65	602,67	119,33	579,19	3,80	65,40	28,43	3,87	0,30	0,73	154,44	
	Обед																	
000241	Салат Столичный	100	10,17	16,55	4,42	207,31	236,00	28,13	16,81	119,29	1,43	42,69	11,18	4,49	0,06	0,16	58,30	
000300	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	1,76	3,77	11,84	88,33	293,32	32,97	20,97	44,08	0,98	22,19	0,42	8,12	0,04	0,04	127,77	
000417	Мясо отварное (винилин)	27	6,40	11,00	0,99	128,56	13,48	0,72	1,20	79,74	0,86	1,07	0,00	0,00	0,20	0,06	0,00	
000904	Сметана	10	0,24	1,32	0,33	14,16	9,63	7,74	0,78	5,22	0,02	0,79	0,04	0,02	0,00	0,01	6,42	
П00413	Котлеты рыбные из минтая	120	14,83	10,74	19,07	232,26	313,26	59,71	40,26	207,81	1,39	127,29	12,78	1,29	0,15	0,13	16,69	
000505	Картофельное пюре	200	4,39	6,49	29,15	192,57	922,29	50,39	41,18	119,40	1,53	38,65	1,01	15,19	0,17	0,15	28,68	
000628	Соки овощные, фруктовые и ягодные	190	0,19	0,00	21,66	87,40	0,00	49,40	28,50	77,90	3,04	0,00	0,00	19,00	0,00	0,00	0,00	
000921	Фрукты	140	0,56	0,56	12,46	57,12	323,04	19,71	10,96	13,40	2,67	2,46	0,36	5,60	0,03	0,02	4,20	
000919	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,72	29,52	142,80	55,80	36,00	8,40	39,00	0,66	1,92	3,60	0,00	0,07	0,02	0,00	
000920	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	42,70	61,25	8,75	11,75	39,50	0,98	0,00	7,73	0,00	0,05	0,02	0,00	
	Итого обед:	1122	44,75	51,45	137,79	1193,21	2228,07	293,52	180,81	745,34	13,56	237,06	37,12	53,71	0,77	0,61	242,06	
	Норма соли на весь день	2,25 г.																
	Итого за день:	1835	70,46	88,98	251,57	2084,94	3122,72	896,19	300,14	1324,53	17,36	302,46	65,55	57,58	1,07	1,34	396,5	
	Суточная потребность:		57,75	59,25	251,25	1762,50	825,00	825,00	187,50	825,00	9,00	75,00	22,50	45,00	0,90	1,05	525,00	
	Процент удовлетворения суточной потребности:		122,01	150,18	100,13	118,29	378,51	108,63	160,07	160,55	192,89	403,28	291,33	127,96	118,89	127,62	75,52	

№ ТК	Присен пиши, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Минеральные вещества										Витамины			А, мкг рети. экв.
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	С, мг	В1, мг	В2, мг				
	Меню №62																			
	Дети 7-11 лет																			
	1 недели																			
	Вторник																			
	Завтрак																			
000105	Каша Рябинок рисоно-гречневая молочная жидкая	200	5,86	6,85	29,54	203,25	194,18	125,21	44,64	148,15	1,06	30,60	5,20	0,58	0,08	0,17	31,14			
000632	Чай с сахаром	180	0,53	0,37	14,55	63,65	58,07	12,48	10,72	20,10	2,04	0,00	0,00	0,11	0,00	0,02	0,84			
000902	Масло сливочное (нормализованное)	8	0,06	5,10	0,10	46,54	1,99	1,69	0,00	2,09	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00	0,01	21,60			
000112	Яйца вареные	50	5,95	5,05	0,30	70,45	58,11	24,52	5,24	83,59	1,09	12,32	13,51	0,00	0,03	0,18	78,00			
000611	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,20	90,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	1,26	0,07	0,31	39,60			
000919	Хлеб пшеничный или батон	45	3,42	0,54	22,14	107,10	41,85	27,00	6,30	29,25	0,50	1,44	2,70	0,00	0,05	0,01	0,00			
000920	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	42,70	61,25	8,75	11,75	39,50	0,98	0,00	7,73	0,00	0,05	0,02	0,00			
	Итого завтрак:	688	22,69	22,71	82,18	623,87	678,25	415,65	103,85	484,68	5,86	60,56	32,81	1,95	0,28	0,72	171,18			
	Обед																			
000212	Омлетное ассорти 9 (томат, огурец)	100	0,90	0,19	3,00	17,31	190,85	17,66	15,70	32,31	0,69	2,38	0,33	10,00	0,04	0,04	44,90			
000319	Уха Ростовская	250	6,57	5,33	10,80	117,45	447,06	22,46	29,36	89,99	1,02	21,71	10,15	9,89	0,11	0,08	161,86			
П00409	Котлета Домашняя	100	12,79	17,28	16,02	270,76	156,56	45,06	14,56	156,62	1,79	38,06	3,38	0,69	0,22	0,14	22,00			
000500	Капуста тушеная	200	5,06	4,98	15,20	125,86	720,95	112,82	44,48	85,15	1,69	31,62	0,86	45,97	0,07	0,09	122,99			
000617	Компот из смеси сухофруктов	200	0,49	0,00	27,44	111,72	0,41	51,68	2,19	4,48	0,11	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	15,60			
000711	Пирожок печеный из дрожжевого теста с картофельным фаршем	100	5,91	8,82	34,94	242,78	241,32	20,89	15,47	70,76	1,00	51,84	4,15	3,26	0,09	0,07	23,82			
000921	Фрукты	140	0,56	0,56	12,46	57,12	323,04	19,71	10,96	13,40	2,67	2,46	0,36	5,60	0,03	0,02	4,20			
000919	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,60	24,60	119,00	46,50	30,00	7,00	32,50	0,55	1,60	3,00	0,00	0,06	0,02	0,00			
000920	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	42,70	61,25	8,75	11,75	39,50	0,98	0,00	7,73	0,00	0,05	0,02	0,00			
	Итого обед:	1165	37,73	38,06	152,81	1104,70	2187,94	329,03	151,47	524,71	10,50	149,67	29,96	75,43	0,67	0,48	395,37			
	Норма соли на весь день	2,25 г.																		
	Итого за день:	1853	60,42	60,77	235,99	1728,57	2866,1924	744,678	255,32	1009,392	16,3643	210,231	62,7717	77,382	0,95422	1,19704	566,55			
	Суточная потребность:		57,75	59,25	251,25	1762,50	825,00	825,00	187,50	825,00	9,00	75,00	22,50	45,00	0,90	1,05	525,00			
	Процент удовлетворения суточной потребности:		104,62	102,57	93,93	98,07	347,42	90,26	136,17	122,35	181,83	280,31	278,99	171,96	106,02	114,00	107,91			

№ ТК	Присм пиши, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/н (ккал)	Минеральные вещества										Витамины			
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мкг рети. экв.			
	Меню №62																			
	Дети 7-11 лет																			
	1 неделя																			
	Среда																			
	Завтрак																			
000107	Пудинг творожный запеченный с ягодным	180	30,40	10,66	43,26	390,58	318,29	228,05	39,91	319,67	1,51	37,72	38,99	0,28	0,09	0,34	56,98			
000903	Молоко ступенное	20	1,34	0,88	10,04	53,44	63,08	55,79	5,92	39,85	0,03	1,23	0,53	0,08	0,01	0,03	3,36			
000608	Какао с молоком	180	5,57	4,37	17,19	130,37	257,22	193,75	33,39	158,61	0,78	14,26	3,17	0,94	0,05	0,22	23,82			
000902	Масло сливочное (норвикан)	8	0,06	5,10	0,10	46,54	1,99	1,69	0,00	2,09	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00	0,01	21,60			
000611	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,20	90,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	1,26	0,07	0,31	39,60			
000919	Хлеб пшеничный или батон	75	5,70	0,90	36,90	178,50	69,75	45,00	10,50	48,75	0,83	2,40	4,50	0,00	0,08	0,02	0,00			
000920	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	76,86	110,25	15,75	21,15	71,10	1,76	0,00	13,91	0,00	0,08	0,04	0,00			
	Итого завтрак:	688	51,26	26,95	129,72	966,47	1083,38	756,03	136,07	802,07	5,10	71,81	64,77	2,56	0,38	0,97	145,36			
	Обед:																			
000244	Сельдь с луком	100	14,75	16,12	0,75	207,08	199,43	71,53	35,62	237,42	1,02	34,66	31,43	0,40	0,02	0,11	17,20			
000303	Рассольник Ленинградский	250	1,96	3,93	13,63	97,73	355,16	16,30	20,54	55,12	0,76	21,02	1,51	6,20	0,07	0,05	124,49			
000417	Мясо отварное (свинина)	27	6,40	11,00	0,99	128,56	13,48	0,72	1,20	79,74	0,86	1,07	0,00	0,00	0,20	0,06	0,00			
000468	Кураемес строганов	100	11,31	24,89	4,73	288,17	73,75	19,72	6,88	149,53	1,65	31,15	0,23	0,90	0,35	0,11	13,10			
000419	или Печень, говяжья по-строгановски	100	13,78	11,91	7,12	190,79	214,34	37,07	15,72	199,58	4,67	55,70	26,62	10,80	0,17	1,35	3819,91			
000505	Картофельное пюре	200	4,39	6,49	29,15	192,57	922,29	50,39	41,18	119,40	1,53	38,65	1,01	15,19	0,17	0,15	28,68			
000628	Сови овощные, фруктовые и ягодные	190	0,19	0,00	21,66	87,40	0,00	49,40	28,50	77,90	3,04	0,00	0,00	19,00	0,00	0,00	0,00			
000921	Фрукты	140	0,56	0,56	12,46	57,12	323,04	19,71	10,96	13,40	2,67	2,46	0,36	5,60	0,03	0,02	4,20			
000919	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,60	24,60	119,00	46,50	30,00	7,00	32,50	0,55	1,60	3,00	0,00	0,06	0,02	0,00			
000920	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	42,70	61,25	8,75	11,75	39,50	0,98	0,00	7,73	0,00	0,05	0,02	0,00			
	Итого обед:	1082	47,48	50,91	118,71	1122,95	2135,49	283,87	172,47	854,56	16,08	155,16	71,66	57,19	0,77	1,78	3994,48			
	Норма соли на весь день	2,25 г.																		
	Итого за день:	1770	98,74	77,86	249,43	2089,42	3218,8698	1039,9	308,54	1656,635	21,1832	226,966	136,4316	59,751	1,14927	2,754502	4139,835			
	Суточная потребность:		57,75	59,25	251,25	1762,50	825,00	825,00	187,50	825,00	9,00	75,00	22,50	45,00	0,90	1,05	525,00			
	Процент удовлетворения суточной потребности:		170,98	131,41	99,28	118,55	390,17	126,05	164,55	200,80	235,37	302,62	606,36	132,78	127,70	262,33	788,54			

№ ТК	Присм пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Минеральные вещества										Витамины		
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг	A, мкг рст. экв.		
	Меню №62																		
	Дети 7-11 лет																		
	I неделя																		
	Четверг																		
	Завтрак																		
000103	Каша манная молочная жидкая	200	5,93	6,54	29,16	199,19	167,37	125,40	18,25	110,40	0,41	36,87	1,99	0,57	0,06	0,15	30,72		
000619	Кофейный напиток с молоком	180	6,56	3,76	20,49	142,04	314,05	190,39	52,26	182,33	1,82	13,54	3,01	0,89	0,06	0,22	22,73		
000112	Яйца вареные	50	5,95	5,05	0,30	70,45	58,11	24,52	5,24	83,59	1,09	12,32	13,51	0,00	0,03	0,18	78,00		
000909	Сыр (порцики)	17	3,71	4,42	0,00	54,62	12,42	131,65	5,18	73,95	0,15	0,00	2,17	0,05	0,00	0,04	26,52		
000611	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,20	90,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	1,26	0,07	0,31	39,60		
000923	Кондитерские изделия (вафли, печенье, пряники)	38	1,48	11,63	23,75	205,59	0,00	3,04	2,28	15,96	0,23	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00		
000919	Хлеб пшеничный или батон	65	4,94	0,78	31,98	154,70	60,45	39,00	9,10	42,25	0,72	2,08	3,90	0,00	0,07	0,02	0,00		
000920	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,04	0,02	0,00		
	Итого завтрак:	750	35,11	36,92	119,56	950,93	924,20	737,00	126,91	702,08	5,38	81,01	34,36	2,77	0,35	0,94	197,57		
	Обед																		
000212	Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	100	0,90	0,19	3,00	17,31	190,85	17,66	15,70	32,31	0,69	2,38	0,33	10,00	0,04	0,04	44,90		
000302	Суп с макаронными изделиями и зеленым горошком	250	2,56	3,94	15,92	109,38	320,82	14,99	18,98	51,05	0,77	13,80	0,18	6,22	0,08	0,05	100,31		
000426	Птица отварная	20	6,08	0,47	0,11	28,99	66,41	1,93	20,50	40,76	0,33	1,45	5,50	0,20	0,01	0,02	1,48		
000418	Пельмени мясные отварные	200	18,20	26,25	34,21	445,89	258,88	44,03	22,99	174,01	2,54	243,13	4,87	0,27	0,10	0,14	53,85		
000904	Сметана	10	0,24	1,32	0,33	14,16	9,63	7,74	0,78	5,22	0,02	0,79	0,04	0,02	0,00	0,01	6,42		
000628	Соки овощные, фруктовые и яблочные	190	0,19	0,00	21,66	87,40	0,00	49,40	28,50	77,90	3,04	0,00	0,00	19,00	0,00	0,00	0,00		
000921	Фрукты	140	0,56	0,56	12,46	57,12	323,04	19,71	10,96	13,40	2,67	2,46	0,36	5,60	0,03	0,02	4,20		
000919	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,60	24,60	119,00	46,50	30,00	7,00	32,50	0,55	1,60	3,00	0,00	0,06	0,02	0,00		
000920	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	42,70	61,25	8,75	11,75	39,50	0,98	0,00	7,73	0,00	0,05	0,02	0,00		
	Итого обед:	985	34,18	33,63	120,64	921,95	1277,38	194,21	137,16	466,65	11,59	265,61	22,01	41,31	0,37	0,32	211,16		
	Норма соли на весь день	2,25 г.																	
	Итого за день:	1735	69,29	70,55	241,20	1872,88	2201,58	931,21	264,07	1168,73	16,97	346,62	56,365	44,08	0,7165	1,256	408,73		
	Суточная потребность:		57,75	59,25	251,25	1762,50	825,00	825,00	187,50	825,00	9,00	75,00	22,50	45,00	0,90	1,05	525,00		
	Процент удовлетворения суточной потребности:		119,98	119,07	96,00	106,26	266,86	112,87	140,84	141,66	188,56	462,16	250,51	97,96	79,61	119,62	77,85		

№ ТК	Присм пиши, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/и (ккал)	Минеральные вещества										Витамины			
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мкг РР, экв.			
	Меню №62																			
	Дети 7-11 лет																			
	1 неделя																			
	Питания																			
	Завтрак																			
000110	Омлет натуральный	200	15,26	21,09	4,93	270,56	240,39	156,55	22,71	254,71	2,44	61,30	30,41	0,49	0,08	0,50	212,87			
000630	Чай с лимоном или апельсином	180	0,56	0,37	14,67	64,25	64,16	14,07	11,19	20,96	2,06	0,00	0,02	0,83	0,00	0,02	0,89			
000909	Сыр (норвички)	17	3,71	4,42	0,00	54,62	12,42	131,65	5,18	73,95	0,15	0,00	2,17	0,05	0,00	0,04	26,52			
000921	Фрукты	140	0,56	0,56	12,46	57,12	323,04	19,71	10,96	13,40	2,67	2,46	0,36	5,60	0,03	0,02	4,20			
000919	Хлеб пшеничный или батон	65	4,94	0,78	31,98	154,70	60,45	39,00	9,10	42,25	0,72	2,08	3,90	0,00	0,07	0,02	0,00			
000920	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	85,40	122,50	17,50	23,50	79,00	1,95	0,00	15,45	0,00	0,09	0,04	0,00			
	Итого завтрак:	652	28,33	27,82	80,74	686,65	822,96	378,48	82,64	484,27	9,99	65,84	52,31	6,97	0,27	0,64	244,48			
	Обед																			
000205	Лечо промышленного производства	100	0,00	0,00	13,00	52,00	215,00	80,00	40,00	270,00	1,10	40,00	36,50	0,00	0,02	0,13	20,00			
000310	Суп картофельный с бобовыми	250	4,47	4,18	19,89	135,06	371,81	28,24	28,76	79,81	1,42	39,10	2,22	4,71	0,14	0,06	151,10			
000417	Мясо отварное (говинина)	27	6,40	11,00	0,99	128,56	13,48	0,72	1,20	79,74	0,86	1,07	0,00	0,00	0,20	0,06	0,00			
000434	Сердце (печень) в соусе сметанном с томатом и луком	120	18,16	11,20	11,84	220,80	327,76	51,01	24,48	273,22	6,36	53,73	34,53	15,16	0,24	1,75	494,44			
000506	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,41	6,24	32,48	215,72	198,30	16,31	108,63	164,10	3,67	44,05	3,19	0,00	0,19	0,11	19,38			
000628	Соки овощные, фруктовые и ягодные	190	0,19	0,00	21,66	87,40	0,00	49,40	28,50	77,90	3,04	0,00	0,00	19,00	0,00	0,00	0,00			
000714	Растетай с рыбой	100	13,26	12,57	29,56	284,41	181,17	24,92	18,74	124,31	0,92	68,47	20,42	0,38	0,12	0,10	37,13			
000919	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,60	24,60	119,00	46,50	30,00	7,00	32,50	0,55	1,60	3,00	0,00	0,06	0,02	0,00			
000920	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	42,70	61,25	8,75	11,75	39,50	0,98	0,00	7,73	0,00	0,05	0,02	0,00			
	Итого обед:	1012	55,34	46,09	162,37	1285,65	1415,27	289,35	269,06	1141,08	18,90	248,02	107,59	39,25	1,02	2,25	5169,05			
	Норма соли на весь день	2,25 г.																		
	Итого за день:	1664	83,67	73,91	244,11	1972,3	2238,23	667,83	351,7	1625,35	28,89	313,86	159,9	46,22	1,29	2,89	5413,53			
	Суточная потребность:		57,75	59,25	251,25	1762,50	825,00	825,00	187,50	825,00	9,00	75,00	22,50	45,00	0,90	1,05	525,00			
	Процент удовлетворения суточной потребности:		144,88	124,74	97,16	111,90	271,30	80,95	187,57	197,01	321,00	418,48	710,67	102,71	143,33	275,24	1031,15			

№ ТК	Присем пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Минеральные вещества										Витамины			
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг	A, мкг рети. экв.			
	Меню №62																			
	Дети 7-11 лет																			
	2 недели																			
	Понедельник																			
	Завтрак																			
000113	Каша ячневая молочная жидкая	200	6,14	6,97	27,35	196,69	204,44	158,19	27,89	185,74	0,60	31,26	11,60	0,67	0,09	0,18	33,10			
000632	Чай с сахаром	180	0,53	0,37	14,55	63,65	58,07	12,48	10,72	20,10	2,04	0,00	0,00	0,11	0	0,02	0,84			
000902	Масло сливочное (порциями)	8	0,06	5,10	0,10	46,54	1,99	1,69	0,00	2,09	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00	0,01	21,60			
000909	Сыр (порциями)	17	3,71	4,42	0,00	54,62	12,42	131,65	5,18	73,95	0,15	0,00	2,17	0,05	0,00	0,04	26,52			
000611	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,20	90,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	1,26	0,07	0,31	39,60			
000923	Кондитерские изделия (вафли, печенье, пряники)	38	1,48	11,63	23,75	205,59	0,00	3,04	2,28	15,96	0,23	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00			
000919	Хлеб пшеничный или батон	65	4,94	0,78	31,98	154,70	60,45	39,00	9,10	42,25	0,72	2,08	3,90	0,00	0,07	0,02	0,00			
000920	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32	98,00	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	12,36	0,00	0,07	0,03	0,00			
	Итого завтрак:	728	24,72	34,25	118,29	880,29	698,17	576,05	99,17	565,29	5,49	49,54	33,70	2,09	0,32	0,61	121,66			
	Обед																			
000237	Салат «Обжорка» с курицей	100	8,09	14,02	11,39	204,10	230,17	32,30	44,97	95,60	1,10	19,34	6,32	4,19	0,06	0,06	603,35			
000319	Уха Ростовская	250	6,57	5,33	10,80	117,45	447,06	22,46	29,36	89,99	1,02	21,71	10,15	9,89	0,11	0,08	161,86			
001302	Плов из птицы	200	20,12	13,14	43,81	373,98	352,58	36,82	99,58	220,04	1,93	71,04	21,48	2,73	0,10	0,10	746,53			
000628	Соки овощные, фруктовые и ягодные	190	0,19	0,00	21,66	87,40	0,00	49,40	28,50	77,90	3,04	0,00	0,00	19,00	0,00	0,00	0,00			
000921	Фрукты	140	0,56	0,56	12,46	57,12	323,04	19,71	10,96	13,40	2,67	2,46	0,36	5,60	0,03	0,02	4,20			
000919	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,60	24,60	119,00	46,50	30,00	7,00	32,50	0,55	1,60	3,00	0,00	0,06	0,02	0,00			
000920	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	42,70	61,25	8,75	11,75	39,50	0,98	0,00	7,73	0,00	0,05	0,02	0,00			
	Итого обед:	955	40,98	33,95	133,07	1001,75	1460,60	199,44	232,12	568,93	11,29	116,15	49,04	41,41	0,41	0,30	1515,94			
	Норма соли на весь день	2,25 г.																		
	Итого за день:	1683	65,7	68,2	252,36	1882,04	2158,77	775,49	331,29	1134,22	16,78	165,69	82,74	43,5	0,73	0,91	1637,6			
	Суточная потребность:		57,75	59,25	251,25	1762,50	825,00	825,00	187,50	825,00	9,00	75,00	22,50	45,00	0,90	1,05	525,00			
	Процент удовлетворения суточной потребности:		113,77	115,11	100,44	106,78	261,67	94,00	176,69	137,48	186,44	220,92	367,73	96,67	81,11	86,67	311,92			

№ ТК	Пример пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)			Минеральные вещества										Витамины				
			Б	Ж	У				К, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мкг рет. экв.				
	Меню №62																						
	Дети 7-11 лет																						
	2 недели																						
	Вторник																						
	Завтрак																						
000119	Пудинг творожный запеченный с бананом	200	33,36	23,65	38,59	500,65	264,99	237,13	45,22	332,14	1,16	42,50	43,38	2,78	0,08	0,38	66,97						
000903	Молоко стученное	20	1,34	0,88	10,04	53,44	63,08	55,79	5,92	39,85	0,03	1,23	0,53	0,08	0,01	0,03	3,36						
000630	Чай с лимоном или апельсином	180	0,56	0,37	14,67	64,25	64,16	14,07	11,19	20,96	2,06	0,00	0,02	0,83	0,00	0,02	0,89						
000902	Масло сливочное (топленое)	8	0,06	5,10	0,10	46,54	1,99	1,69	0,00	2,09	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00	0,01	21,60						
000611	Кисломолокочный напиток	180	5,22	4,50	7,20	90,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	1,26	0,07	0,31	39,60						
000919	Хлеб пшеничный или батон	65	4,94	0,78	31,98	154,70	60,45	39,00	9,10	42,25	0,72	2,08	3,90	0,00	0,07	0,02	0,00						
000920	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32	98,00	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	12,36	0,00	0,07	0,03	0,00						
	Итого завтрак:	693	48,12	35,76	115,94	978,08	815,47	577,68	115,43	662,49	5,72	62,01	63,86	4,95	0,30	0,80	132,42						
	Обед																						
000232	Салат из свежих с сыром и чесноком	100	3,64	8,62	8,27	125,22	229,55	121,56	21,09	84,96	1,20	38,17	1,86	3,55	0,02	0,06	16,90						
000320	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,56	3,78	7,53	70,38	263,43	28,53	17,24	36,83	0,62	38,11	0,23	9,93	0,04	0,04	157,01						
000417	Мясо отварное (свинина)	27	6,40	11,00	0,99	128,56	13,48	0,72	1,20	79,74	0,86	1,07	0,00	0,00	0,20	0,06	0,00						
П00428	Гортели мясные с рисом	100	13,33	21,98	17,49	321,10	188,43	18,93	19,62	160,52	1,97	32,61	2,29	1,44	0,18	0,10	10,80						
000907	Соус томатный с овощами	50	1,11	2,30	5,28	46,26	137,25	9,48	10,79	19,47	0,55	17,81	0,32	2,53	0,01	0,01	66,82						
000509	Макаронные изделия отварные (спагетти)	165	8,40	4,18	52,19	279,98	84,26	18,86	11,55	63,64	1,17	46,83	0,04	0,00	0,10	0,03	13,77						
000609	Кисель из брусники (кислота)	180	0,16	0,11	17,64	72,19	17,17	6,90	1,32	6,62	0,11	0,00	0,00	1,30	0,00	0,00	1,04						
000704	Варенье Вкусняшка	100	7,76	4,93	54,10	291,81	110,09	18,75	12,34	69,17	0,98	26,03	4,33	0,00	0,10	0,05	18,80						
000921	Фрукты	140	0,56	0,56	12,46	57,12	323,04	19,71	10,96	13,40	2,67	2,46	0,36	5,60	0,03	0,02	4,20						
000919	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,60	24,60	119,00	46,50	30,00	7,00	32,50	0,55	1,60	3,00	0,00	0,06	0,02	0,00						
000920	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	42,70	61,25	8,75	11,75	39,50	0,98	0,00	7,73	0,00	0,05	0,02	0,00						
	Итого обед:	1187	48,37	58,36	208,90	1554,32	1474,45	282,19	124,86	606,35	11,66	204,69	20,16	24,35	0,79	0,41	289,34						
	Норма соли на весь день	2,25 г.																					
	Итого за день:	1880	96,49	94,12	325,84	2532,4	2289,916	859,868	240,29	1268,84	17,3849	266,703	84,0209	29,3	1,09152	1,213	421,76						
	Суточная потребность:		57,75	59,25	251,25	1762,50	825,00	825,00	187,50	825,00	9,00	75,00	22,50	45,00	0,90	1,05	525,00						
	Процент удовлетворения суточной потребности:		167,08	158,85	129,69	143,68	277,57	104,23	128,16	153,80	193,17	355,60	373,43	65,11	121,28	115,52	80,34						

№ ТК	Присм пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/п (ккал)	Минеральные вещества								Витамины		
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг	A, мкг рети. экв.
	Меню №62																
	Дети 7-11 лет																
	2 недели																
	Среда																
	Завтрак																
000118	Суп Молочный с макаронными изделиями	200	5,44	4,23	21,44	145,59	186,57	153,52	19,43	122,64	0,39	39,46	2,48	0,73	0,06	0,17	22,53
000631	Чай с молоком	180	3,11	2,48	16,68	101,48	167,68	114,81	20,86	94,03	1,77	7,84	1,74	0,61	0,03	0,14	13,76
000909	Сыр (порезанный)	17	3,71	4,42	0,00	54,62	12,42	131,65	5,18	73,95	0,15	0,00	2,17	0,05	0,00	0,04	26,52
000798	Варенка с вареной стружкой	100	9,08	12,79	59,76	390,47	105,97	40,85	12,50	81,72	0,88	18,78	5,39	0,12	0,09	0,09	40,35
000611	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,20	90,18	262,80	216,00	25,20	162,00	0,18	16,20	3,60	1,26	0,07	0,31	39,60
000919	Хлеб пшеничный или батон	45	3,42	0,54	22,14	107,10	41,85	27,00	6,30	29,25	0,50	1,44	2,70	0,00	0,05	0,01	0,00
000920	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	85,40	122,50	17,50	23,50	79,00	1,95	0,00	15,45	0,00	0,09	0,04	0,00
	Итого завтрак:	772	33,28	29,56	143,92	974,84	-899,79	701,33	112,97	642,59	5,82	83,72	33,53	2,77	0,39	0,80	142,76
	Обед																
000209	Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	100	1,00	0,16	3,51	19,48	172,67	14,15	12,52	26,23	0,61	2,47	0,25	33,40	0,04	0,05	80,09
000355	Суп с клецками	250	4,53	4,99	25,52	165,11	342,63	19,11	20,17	66,89	0,97	25,11	3,00	5,63	0,09	0,07	108,96
000417	Мясо отварное (винина)	27	6,40	11,00	0,99	128,56	13,48	0,72	1,20	79,74	0,86	1,07	0,00	0,00	0,20	0,06	0,00
000425	Птица запеченная	90	28,74	4,41	1,02	158,73	322,77	17,07	97,46	195,40	1,61	28,30	25,81	1,47	0,07	0,08	14,46
000500	Капуста тушенная	200	5,06	4,98	15,20	125,86	720,95	112,82	44,48	85,15	1,69	31,62	0,86	45,97	0,07	0,09	122,99
000628	Соки овощные, фруктовые и ягодные	190	0,19	0,00	21,66	87,40	0,00	49,40	28,50	77,90	3,04	0,00	0,00	19,00	0,00	0,00	0,00
000921	Фрукты	140	0,56	0,56	12,46	57,12	323,04	19,71	10,96	13,40	2,67	2,46	0,36	5,60	0,03	0,02	4,20
000919	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,60	24,60	119,00	46,50	30,00	7,00	32,50	0,55	1,60	3,00	0,00	0,06	0,02	0,00
000920	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	42,70	61,25	8,75	11,75	39,50	0,98	0,00	7,73	0,00	0,05	0,02	0,00
	Итого обед:	1072	51,93	27,00	113,31	903,96	2003,29	271,73	234,04	616,71	12,98	92,63	41,01	111,07	0,61	0,41	330,70
	Норма соли на весь день		2,25 г.														
	Итого за день:	1844	85,21	56,56	258,23	1878,8	2903,0847	973,058	347,01	1259,302	18,7979	176,352	74,53716	113,84	1,00375	1,208096	473,4632
	Суточная потребность:		57,75	59,25	251,25	1762,50	825,00	825,00	187,50	825,00	9,00	75,00	22,50	45,00	0,90	1,05	525,00
	Процент удовлетворения суточной потребности:		147,55	95,46	102,78	106,60	351,89	117,95	185,07	152,64	208,87	235,14	331,28	252,98	111,53	115,06	90,18

№ ТК	Присм пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Минеральные вещества										Витамины		
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Мg, мг	P, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг	A, мкг рети. экв.		
	Меню №62																		
	Дети 7-11 лет																		
	2 недели																		
	Четверг																		
	Завтрак																		
000117	Каша из хлопьев овсяных молочная жидкая	200	6,50	7,92	26,76	204,32	217,17	133,85	47,22	173,83	1,08	38,46	9,62	0,57	0,13	0,16	30,72		
000112	Яйца варенные	50	5,95	5,05	0,30	70,45	58,11	24,52	5,24	83,59	1,09	12,32	13,51	0,00	0,03	0,18	78,00		
000619	Кофейный напиток с молоком	180	6,56	3,76	20,49	142,04	314,05	190,39	52,26	182,33	1,82	13,54	3,01	0,89	0,06	0,22	22,73		
000921	Фрукты	140	0,56	0,56	12,46	57,12	323,04	19,71	10,96	13,40	2,67	2,46	0,36	5,60	0,03	0,02	4,20		
000919	Хлеб пшеничный или батон	45	3,42	0,54	22,14	107,10	41,85	27,00	6,30	29,25	0,50	1,44	2,70	0,00	0,05	0,01	0,00		
000920	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	73,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,05	0,02	0,00		
	Итого завтрак:	645	24,97	18,19	92,17	632,27	1027,72	405,97	136,08	529,80	8,33	68,22	38,47	7,06	0,35	0,61	135,65		
	Обед																		
000200	Винегрет овощной	100	1,78	6,37	8,45	98,25	252,66	22,84	21,19	45,82	0,82	24,41	0,21	5,06	0,05	0,04	205,96		
000301	Суп с макаронными изделиями (лапшой)	250	2,43	3,97	16,96	113,29	367,12	13,84	19,31	50,36	0,79	14,33	0,21	6,43	0,08	0,05	100,15		
1101340	Фрикадельки из курицы	20	6,62	0,75	0,26	34,27	74,23	4,64	21,77	47,48	0,42	12,54	6,38	0,27	0,02	0,02	5,43		
001344	Картофельная запеканка с рыбой	250	20,83	4,69	39,99	285,49	1611,87	72,58	103,74	361,71	2,97	175,22	15,80	21,70	0,31	0,25	24,28		
000628	Сок овощной, фруктовое и ягодное	190	0,19	0,00	21,66	87,40	0,00	49,40	28,50	77,90	3,04	0,00	0,00	19,00	0,00	0,00	0,00		
000712	Пирожок печеный из дрожжевого теста с сливочным маслом	100	13,98	11,23	31,89	284,55	182,29	20,50	15,79	174,43	3,84	52,91	22,33	7,11	0,17	0,97	2675,32		
000767	или Пирожок печеный из дрожжевого теста с мясным фаршем	100	15,33	17,74	30,61	343,42	216,40	22,53	18,60	146,77	2,06	54,18	4,88	0,14	0,09	0,13	30,43		
000919	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,60	24,60	119,00	46,50	30,00	7,00	32,50	0,55	1,60	3,00	0,00	0,06	0,02	0,00		
000920	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	42,70	61,25	8,75	11,75	39,50	0,98	0,00	7,73	0,00	0,05	0,02	0,00		
	Итого обед:	985	51,28	27,91	152,16	1064,95	2595,91	222,55	229,06	829,70	13,41	281,01	55,66	59,57	0,74	1,38	3011,15		
	Норма соли на весь день	2,25 г.																	
	Итого за день:	1630	76,25	46,1	245,33	1697,22	3623,6339	628,524	365,14	1359,505	21,7419	349,232	94,13292	66,632	1,08952	1,988368	3146,798		
	Суточная потребность:		57,75	59,25	251,25	1762,50	825,00	825,00	187,50	825,00	9,00	75,00	22,50	45,00	0,90	1,05	525,00		
	Процент удовлетворения суточной потребности:		132,03	77,81	97,64	96,30	439,23	76,18	194,74	164,79	241,58	465,64	418,37	148,07	121,06	189,37	599,39		

№ ТК	Присм пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Минеральные вещества										Витамины			
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Мg, мг	P, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг	A, мкг рети. экв.			
	Меню №62																			
	Дети 7-11 лет																			
	2 недели																			
	Питания																			
	Завтрак																			
000120	Каша пшенная молочная жидкая	200	6,26	7,14	28,05	201,50	187,54	127,25	35,21	149,03	0,85	38,06	2,70	0,57	0,12	0,15	31,26			
000608	Какао с молоком	180	5,57	4,37	17,19	130,37	257,22	193,75	33,39	158,61	0,78	14,26	3,17	0,94	0,05	0,22	23,82			
000902	Масло сливочное (нормализованное)	8	0,06	5,10	0,10	46,54	1,99	1,69	0,00	2,09	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00	0,01	21,60			
000921	Фрукты	140	0,56	0,56	12,46	57,12	323,04	19,71	10,96	13,40	2,67	2,46	0,36	5,60	0,03	0,02	4,20			
000108	Сырники из творога	100	20,01	5,84	24,61	231,04	108,30	136,35	21,36	192,48	0,60	21,88	24,92	0,18	0,05	0,21	23,28			
000903	Молоко стуженное	20	1,34	0,88	10,04	53,44	63,08	55,79	5,92	39,85	0,03	1,23	0,53	0,08	0,01	0,03	3,36			
000919	Хлеб пшеничный или батон	40	3,04	0,48	19,68	95,20	37,20	24,00	5,60	26,00	0,44	1,28	2,40	0,00	0,04	0,01	0,00			
000920	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	73,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,05	0,02	0,00			
	Итого завтрак:	718	38,82	24,73	122,15	866,45	1051,87	569,04	126,54	628,86	6,55	79,17	43,42	7,37	0,35	0,67	107,52			
	Обед:																			
000244	Сельдь с луком	100	14,75	16,12	0,75	207,08	199,43	71,53	35,62	237,42	1,02	34,66	31,43	0,40	0,02	0,11	17,20			
000315	Суп Шакерский	250	2,47	3,26	16,16	103,86	410,96	19,15	30,48	65,16	1,13	74,60	0,53	6,76	0,09	0,06	109,51			
000417	Мясо отварное (свинина)	27	6,40	11,00	0,99	128,56	13,48	0,72	1,20	79,74	0,86	1,07	0,00	0,00	0,20	0,06	0,00			
000433	Свинина, тушенная с овощами	200	12,04	19,67	19,90	304,79	591,01	24,64	32,96	186,94	2,44	42,21	0,36	22,96	0,40	0,16	183,71			
000628	Сокн овощные, фруктовые и ягодные	190	0,19	0,00	21,66	87,40	0,00	49,40	28,50	77,90	3,04	0,00	0,00	19,00	0,00	0,00	0,00			
000919	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,60	24,60	119,00	46,50	30,00	7,00	32,50	0,55	1,60	3,00	0,00	0,06	0,02	0,00			
000920	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	42,70	61,25	8,75	11,75	39,50	0,98	0,00	7,73	0,00	0,05	0,02	0,00			
	Итого обед:	842	41,30	50,95	92,41	993,39	1322,63	204,19	147,51	719,16	10,02	154,14	43,05	49,12	0,82	0,43	310,42			
	Норма соли на весь день	2,25 г.																		
	Итого за день:	1560	80,12	75,68	215,56	1859,84	2374,4963	773,231	274,05	1348,019	16,5735	233,307	86,4669	56,49	1,16788	1,0956	417,94			
	Суточная потребность:		57,75	59,25	251,25	1762,50	825,00	825,00	187,50	825,00	9,00	75,00	22,50	45,00	0,90	1,05	525,00			
	Процент удовлетворения суточной потребности:		138,74	127,73	85,80	105,52	287,82	93,72	146,16	163,40	184,15	311,08	384,30	125,53	129,76	104,34	79,61			

Средние показатели пищевых веществ, энергетической ценности, витаминов и минеральных веществ																	
		Пищевые вещества (г)			Эн/л	Минеральные вещества								Витамины			
		Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг	A, мкг рети. экв.	
Итого за 10 дней		786,35	712,73	2519,62	19598,41	26997,49	8299,98	3037,55	13154,52	192,05	2591,42	902,92	594,78	10,26	13,85	17022,71	
Среднее значение		78,64	71,27	251,96	1959,84	2699,75	830,00	303,75	1315,45	19,20	259,14	90,29	59,48	1,03	1,59	1702,27	
Суточная потребность		57,75	59,25	251,25	1762,50	825,00	825,00	187,50	825,00	9,00	75,00	22,50	45,00	0,90	1,05	525,00	
Процент удовлетворения суточной потребности		136,16	120,29	100,28	111,20	327,24	100,61	162,00	159,45	213,38	345,52	401,30	132,17	114,03	150,98	324,24	

№ ТК	Привес пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/к (ккал)	Минеральные вещества								Витамины				
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг	A, мкг рет. экв.		
	Меню №62																		
	Дети 12 лет и старше																		
	1 неделя																		
	Понедельник																		
	Завтрак																		
000102	Каша рисовая молочная жидкая	200	5,09	6,78	27,97	193,26	172,31	134,70	26,39	132,13	0,37	27,66	5,67	0,64	0,05	0,16	32,44		
000608	Кефир с молоком	180	5,57	4,37	17,19	130,37	257,22	193,75	33,39	158,61	0,78	14,26	3,17	0,94	0,05	0,22	23,82		
000902	Масло сливочное (порциями)	11	0,09	7,02	0,13	64,06	2,74	2,32	0,00	2,87	0,02	0,00	0,10	0,00	0,00	0,01	29,70		
000620	Молоко	200	5,67	4,62	9,24	101,22	254,48	221,76	25,58	164,43	0,19	16,63	3,70	1,09	0,06	0,25	27,72		
000800	Бисквит "Прага" с бананом	50	3,92	15,76	26,12	262,00	93,30	13,27	13,57	45,28	0,78	5,41	3,85	1,20	0,04	0,06	48,86		
000919	Хлеб пшеничный или батон	60	4,56	0,72	29,52	142,80	55,80	18,00	8,40	39,00	0,66	1,92	3,60	0,00	0,07	0,02	0,00		
000920	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32	98,00	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	12,36	0,00	0,07	0,03	0,00		
	Итого завтрак:	741	27,54	39,75	123,53	962,03	933,85	597,80	126,13	605,52	4,36	65,88	32,45	3,87	0,34	0,75	162,54		
	Обед																		
000241	Салат Столичный	100	10,17	16,55	4,42	207,31	236,00	28,13	16,81	119,29	1,43	42,69	11,18	4,49	0,06	0,16	58,30		
000300	Борщ из свежей капусты с картофелем	300	2,11	4,53	14,22	106,09	350,08	38,73	24,97	52,62	1,17	23,11	0,50	9,61	0,05	0,05	152,06		
000417	Мясо отварное (свинина)	30	7,11	12,22	1,10	142,82	14,98	0,80	1,34	88,58	0,95	1,19	0,00	0,00	0,23	0,07	0,00		
000904	Сметана	10	0,24	1,32	0,33	14,16	9,63	7,74	0,78	5,22	0,02	0,79	0,04	0,02	0,00	0,01	6,42		
П00413	Котлеты рыбные из минтая	120	14,83	10,74	19,07	232,26	313,26	59,71	40,26	207,81	1,39	127,29	12,78	1,29	0,15	0,13	16,69		
000505	Картофельное пюре	180	3,95	5,84	26,24	173,32	830,06	45,29	37,06	107,45	1,37	34,08	0,91	13,67	0,15	0,13	25,81		
000628	Соки овощные, фруктовые и ягодные	190	0,19	0,00	21,66	87,40	0,00	49,40	28,50	77,90	3,04	0,00	0,00	19,00	0,00	0,00	0,00		
000921	Фрукты	140	0,56	0,56	12,46	57,12	323,04	19,71	10,96	13,40	2,67	2,46	0,36	5,60	0,03	0,02	4,20		
000919	Хлеб пшеничный	75	5,70	0,90	36,90	178,50	69,75	22,50	10,50	48,75	0,83	2,40	4,50	0,00	0,08	0,02	0,00		
000920	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	85,40	122,50	17,50	23,50	79,00	1,95	0,00	15,45	0,00	0,09	0,04	0,00		
	Итого обед:	1195	48,16	53,26	153,10	1284,38	2269,30	289,51	194,68	800,02	14,82	234,01	45,72	53,68	0,84	0,63	263,48		
	Норма соли на весь день		3,75 г.																
	Итого за день:	1936	75,7	93,01	276,63	2246,41	3203,15	887,31	320,81	1405,54	19,18	299,89	78,17	57,55	1,18	1,38	426,02		
	Суточная потребность:		67,50	69,00	287,25	2040,00	900,00	900,00	225,00	900,00	13,50	75,00	37,50	52,50	1,05	1,20	675,00		
	Процент удовлетворения суточной потребности:		112,15	134,80	96,30	110,12	355,91	98,59	142,58	156,17	142,07	399,85	208,45	109,62	112,38	115,00	63,11		

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Минеральные вещества							Витамины					
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг	A, мкг рети. экв.		
	Меню №62																		
	Дети 12 лет и старше																		
	1 неделя																		
	Вторник																		
	Завтрак																		
000105	Каша Рябчик рисово-гречневая молочная жидкая	200	5,86	6,85	29,54	203,25	194,18	125,21	44,64	148,15	1,06	30,60	5,20	0,58	0,08	0,17	31,14		
000632	Чай с сахаром	200	0,58	0,41	16,16	70,65	64,29	13,82	11,87	22,25	2,26	0,00	0,00	0,12	0,00	0,02	0,93		
000902	Масло сливочное (порциями)	11	0,09	7,02	0,13	64,06	2,74	2,32	0,00	2,87	0,02	0,00	0,10	0,00	0,00	0,01	29,70		
000112	Яйца варенные	50	5,95	5,05	0,30	70,45	58,11	24,52	5,24	83,59	1,09	12,32	13,51	0,00	0,03	0,18	78,00		
000611	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34	44,00		
000919	Хлеб пшеничный или батон	70	5,32	0,84	34,44	166,60	65,10	21,00	9,80	45,50	0,77	2,24	4,20	0,00	0,08	0,02	0,00		
000920	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32	98,00	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	12,36	0,00	0,07	0,03	0,00		
	Итого завтрак:	771	26,24	25,65	101,93	743,53	774,42	440,87	118,35	545,56	6,96	63,16	39,37	2,10	0,34	0,77	183,77		
	Обед																		
000212	Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	100	0,90	0,19	3,00	17,31	190,85	17,66	15,70	32,31	0,69	2,38	0,33	10,00	0,04	0,04	44,90		
000319	Уха Ростовская	300	7,88	6,40	12,95	140,92	536,46	26,81	35,23	107,96	1,23	24,64	12,18	11,87	0,13	0,10	194,23		
П00409	Котлета Домашняя	100	12,79	17,28	16,02	270,76	156,56	45,06	14,56	156,62	1,79	38,06	3,38	0,69	0,22	0,14	22,00		
000500	Капуста тушеная	200	5,06	4,98	15,20	125,86	720,95	112,82	44,48	85,15	1,69	31,62	0,86	45,97	0,07	0,09	122,99		
000617	Компот из смеси сухофруктов	200	0,49	0,00	27,44	111,72	0,41	51,68	2,19	4,48	0,11	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	15,60		
000711	Пирожок печеный из дрожжевого теста с картофельным фаршем	100	5,91	8,82	34,94	242,78	241,32	20,89	15,47	70,76	1,00	51,84	4,15	3,26	0,09	0,07	23,82		
000921	Фрукты	140	0,56	0,56	12,46	57,12	323,04	19,71	10,96	13,40	2,67	2,46	0,36	5,60	0,03	0,02	4,20		
000919	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,84	34,44	166,60	65,10	21,00	9,80	45,50	0,77	2,24	4,20	0,00	0,08	0,02	0,00		
000920	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	85,40	122,50	17,50	23,50	79,00	1,95	0,00	15,45	0,00	0,09	0,04	0,00		
	Итого обед:	1260	42,21	39,67	173,15	1218,47	2357,19	333,13	171,89	595,18	11,90	153,24	40,91	77,41	0,75	0,52	427,74		
	Норма соли на весь день		3,75 г.																
	Итого за день:	2031	68,45	65,32	275,08	1962	3131,6124	773,998	290,24	1140,742	18,8643	216,401	80,2817	79,512	1,09422	1,28704	611,51		
	Суточная потребность:		67,50	69,00	287,25	2040,00	900,00	900,00	225,00	900,00	13,50	75,00	37,50	52,50	1,05	1,20	675,00		
	Процент удовлетворения суточной потребности:		101,41	94,67	95,76	96,18	347,96	86,00	129,00	126,75	139,74	288,53	214,08	151,45	104,21	107,25	90,59		

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Минеральные вещества								Витамины			
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мкг рети. экв.	
	Меню №62																	
	Дети 12 лет и старше																	
	1 человек																	
	Средн																	
	Завтрак																	
000107	Пудинг творожный запеченный с изюмом	250	42,23	14,85	60,14	543,13	442,52	316,92	55,46	444,14	2,10	53,37	54,16	0,39	0,12	0,48	79,30	
000903	Молоко стуженное	30	2,01	1,32	15,06	80,16	94,62	83,69	8,87	59,77	0,05	1,85	0,79	0,12	0,01	0,05	5,04	
000608	Какао с молоком	180	5,57	4,37	17,19	130,37	257,22	193,75	33,39	158,61	0,78	14,26	3,17	0,94	0,05	0,22	23,82	
000902	Масло сливочное (нормы)	11	0,09	7,02	0,13	64,06	2,74	2,32	0,00	2,87	0,02	0,00	0,10	0,00	0,00	0,01	29,70	
000611	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34	44,00	
000919	Хлеб пшеничный или батон	65	4,94	0,78	31,98	154,70	60,45	19,50	9,10	42,25	0,72	2,08	3,90	0,00	0,07	0,02	0,00	
000920	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32	98,00	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	12,36	0,00	0,07	0,03	0,00	
	Итого завтрак:	776	63,28	33,82	145,86	1140,94	1247,55	870,18	153,62	950,84	5,43	89,56	78,48	2,85	0,40	1,15	181,86	
	Обед																	
000244	Сельдь с луком	115	16,96	18,54	0,86	238,14	229,34	82,26	40,96	273,03	1,17	39,86	36,15	0,46	0,02	0,13	19,78	
000303	Рассольник Ленинградский	300	2,35	4,72	16,39	117,44	425,60	19,03	24,57	66,05	0,91	21,71	1,81	7,39	0,08	0,06	148,82	
000417	Мясо отварное (свинина)	30	7,11	12,22	1,10	142,82	14,98	0,80	1,34	88,58	0,95	1,19	0,00	0,00	0,23	0,07	0,00	
000468	Курамак строганов	120	13,57	29,85	5,64	345,49	88,41	23,77	8,25	179,40	1,98	38,79	0,28	1,08	0,41	0,13	15,62	
000419	или Печень говяжья по-строгански	120	16,55	14,24	8,58	228,68	257,60	44,63	18,91	239,75	5,60	67,55	31,97	12,98	0,21	1,62	4587,79	
000505	Картофельное пюре	180	3,95	5,84	26,24	173,32	830,06	45,29	37,06	107,45	1,37	34,08	0,91	13,67	0,15	0,13	25,81	
000628	Салат овощной, фруктовое и ягодные	190	0,19	0,00	21,66	87,40	0,00	49,40	28,50	77,90	3,04	0,00	0,00	19,00	0,00	0,00	0,00	
000921	Фрукты	140	0,56	0,56	12,46	57,12	323,04	19,71	10,96	13,40	2,67	2,46	0,36	5,60	0,03	0,02	4,20	
000919	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,84	34,44	166,60	65,10	21,00	9,80	45,50	0,77	2,24	4,20	0,00	0,08	0,02	0,00	
000920	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	85,40	122,50	17,50	23,50	79,00	1,95	0,00	15,45	0,00	0,09	0,04	0,00	
	Итого обед:	1195	56,29	57,56	138,43	1296,92	2268,22	299,62	195,60	990,66	18,43	169,09	90,85	59,10	0,89	2,09	4786,40	
	Норма соли на весь день		3,75 г.															
	Итого за день:	1971	119,57	91,38	284,29	2437,86	3515,7727	1169,8	349,22	1941,498	23,8644	258,648	169,3289	61,95	1,29411	3,23861	4968,261	
	Суточная потребность:		67,50	69,00	287,25	2040,00	900,00	900,00	225,00	900,00	13,50	75,00	37,50	52,50	1,05	1,20	675,00	
	Процент удовлетворения суточной потребности:		177,14	132,43	98,97	119,50	390,64	129,98	155,21	215,72	176,77	344,86	451,54	118,00	123,25	269,88	736,04	

№ ТК	Примечание, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Минеральные вещества										Витамины				А, мкг рет. экв.
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	С, мг	В1, мг	В2, мг					
	Меню №62																				
	Дети 12 лет и старше																				
	1 неделя																				
	Четверг																				
	Завтрак																				
000103	Каша манная молочная жидкая	200	5,93	6,54	29,16	199,22	167,37	125,40	18,25	110,40	0,41	36,87	1,99	0,57	0,06	0,15					30,72
000619	Кофейный напиток с молоком	180	6,36	3,76	20,49	142,04	314,05	190,39	52,26	182,33	1,82	13,54	3,01	0,89	0,06	0,22					22,73
000112	Яйца вареные	50	5,95	5,05	0,30	70,45	58,11	24,52	5,24	83,59	1,09	12,32	13,51	0,00	0,03	0,18					78,00
000909	Сыр (попранки)	25	5,45	6,50	0,00	80,30	18,26	193,60	7,61	108,75	0,22	0,00	3,19	0,07	0,01	0,06					39,00
000611	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34					44,00
000923	Кондитерские изделия (варил, печенье, пряники)	57	2,22	17,44	35,63	308,36	0,00	4,56	3,42	23,94	0,34	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00					0,00
000919	Хлеб пшеничный или батон	70	5,32	0,84	34,44	166,60	65,10	21,00	9,80	45,50	0,77	2,24	4,20	0,00	0,08	0,02					0,00
000920	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	76,86	110,25	15,75	21,15	71,10	1,76	0,00	13,91	0,00	0,08	0,04					0,00
	Итого завтрак:	827	40,20	45,67	143,05	1144,03	1025,14	815,22	145,73	805,61	6,61	82,97	43,81	2,93	0,43	1,01					214,45
	Обед																				
000212	Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	100	0,90	0,19	3,00	17,31	190,85	17,66	15,70	32,31	0,69	2,38	0,33	10,00	0,04	0,04					44,90
000302	Суп с макаронными изделиями и зеленым горошком	300	3,08	4,74	19,12	131,46	385,40	18,77	22,89	61,39	0,96	17,97	0,22	7,48	0,09	0,06					120,54
000426	Птица отварная	20	6,08	0,47	0,11	28,99	66,41	1,93	20,50	40,76	0,33	1,45	5,50	0,20	0,01	0,02					1,48
000418	Пельмени мясные отварные	200	18,20	26,25	34,21	445,89	258,88	44,03	22,99	174,01	2,54	243,13	4,87	0,27	0,10	0,14					53,85
000904	Сметана	10	0,24	1,32	0,33	14,16	9,63	7,74	0,78	5,22	0,02	0,79	0,04	0,02	0,00	0,01					6,42
000628	Соки овощные, фруктовые и ягодные	190	0,19	0,00	21,66	87,40	0,00	49,40	28,50	77,90	3,04	0,00	0,00	19,00	0,00	0,00					0,00
000921	Фрукты	140	0,56	0,56	12,46	57,12	323,04	19,71	10,96	13,40	2,67	2,46	0,36	5,60	0,03	0,02					4,20
000919	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,84	34,44	166,60	65,10	21,00	9,80	45,50	0,77	2,24	4,20	0,00	0,08	0,02					0,00
000920	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	85,40	122,50	17,50	23,50	79,00	1,95	0,00	15,45	0,00	0,09	0,04					0,00
	Итого обед:	1080	37,87	44,92	143,03	1014,33	491,81	197,24	154,62	520,49	12,97	270,43	30,97	42,57	0,44	0,35					231,39
	Порция супа на весь день	3,75 г.																			
	Итого за день:	1907	78,07	80,64	285,08	2178,36	2446,95	1012,96	301,35	1335,1	19,58	353,39	74,775	45,5	0,8665	1,356					445,84
	Суточная потребность:		67,50	69,00	287,25	2040,00	900,00	900,00	225,00	900,00	13,50	75,00	37,50	52,50	1,05	1,20					675,00
	Процент удовлетворения суточной потребности:		115,66	116,87	99,24	106,78	271,88	112,55	133,93	148,34	145,04	471,19	199,40	86,67	82,52	113,00					66,05

№ ТК	Присм пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Минеральные вещества							Витамины				
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг	A, мкг рети. экв.	
	Меню №62																	
	Дети 12 лет и старше																	
	1 человек																	
	Питания																	
	Завтрак																	
000110	Омлет натуральный	200	15,26	21,09	4,93	270,57	240,39	156,55	22,71	254,71	2,44	61,30	30,41	0,49	0,08	0,50	212,87	
000630	Чай с лимоном или апельсином	200	0,62	0,41	16,30	71,37	71,05	15,58	12,39	23,21	2,29	0,00	0,02	0,92	0,00	0,03	0,99	
000909	Сыр (попанин)	25	5,45	6,50	0,00	80,30	18,26	193,60	7,61	108,75	0,22	0,00	3,19	0,07	0,01	0,06	39,00	
000921	Фрукты	140	0,56	0,56	12,46	57,12	323,04	19,71	10,96	13,40	2,67	2,46	0,36	5,60	0,03	0,02	4,20	
000919	Хлеб пшеничный или батон	75	5,70	0,90	36,90	178,50	69,75	22,50	10,50	48,75	0,83	2,40	4,50	0,00	0,08	0,02	0,00	
000920	Хлеб ржаной	55	3,63	0,66	18,37	93,94	134,75	19,25	25,85	86,90	2,15	0,00	17,00	0,00	0,10	0,04	0,00	
	Итого завтрак:	695	31,22	30,12	88,96	751,80	857,24	427,19	90,02	535,72	10,60	66,16	55,48	7,08	0,30	0,67	257,06	
	Обед																	
000205	Лесно промаринованного прожаривания	100	0,00	0,00	13,00	52,00	215,00	80,00	40,00	270,00	1,10	40,00	36,50	0,00	0,02	0,13	20,00	
000310	Суп картофельный с бобовыми	300	5,37	5,02	23,86	162,10	446,16	33,87	34,51	95,77	1,70	46,91	2,66	5,65	0,16	0,07	181,31	
000417	Мясо отварное (свинина)	30	7,11	12,22	1,10	142,82	14,98	0,80	1,34	88,58	0,95	1,19	0,00	0,00	0,23	0,07	0,00	
000434	Сердце (печень) в соусе сметанном с томатом и луком	120	18,16	11,20	11,84	220,80	327,76	51,01	24,48	273,22	6,36	53,73	34,53	15,16	0,24	1,75	494,44	
000506	Капша гречневая рассыпчатая	180	8,88	7,50	38,94	258,78	237,78	19,76	130,27	196,81	4,41	54,97	3,82	0,00	0,23	0,13	23,31	
000628	Соки овощные, фруктовые и ягодные	190	0,19	0,00	21,66	87,40	0,00	49,40	28,50	77,90	3,04	0,00	0,00	19,00	0,00	0,00	0,00	
000714	Растетей с рыбой	100	13,26	12,57	29,56	284,41	181,17	24,92	18,74	124,31	0,92	68,47	20,42	0,38	0,12	0,10	37,13	
000919	Хлеб пшеничный	75	5,70	0,90	36,90	178,50	69,75	22,50	10,50	48,75	0,83	2,40	4,50	0,00	0,08	0,02	0,00	
000920	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	85,40	122,50	17,50	23,50	79,00	1,95	0,00	15,45	0,00	0,09	0,04	0,00	
	Итого обед:	1145	61,97	50,01	193,56	1472,21	1615,10	299,76	311,84	1254,34	21,26	267,67	117,88	40,19	1,17	2,31	5203,19	
	Норма соли на человека, день	3,75 г.																
	Итого за день:	1840	93,19	80,13	282,52	2224,01	2472,34	726,95	401,86	1790,06	31,86	333,83	173,36	47,27	1,47	2,98	5460,25	
	Состояние питания:		67,50	69,00	287,25	2040,00	900,00	900,00	225,00	900,00	13,50	75,00	37,50	52,50	1,05	1,20	675,00	
	Продукт удовлетворения суточной потребности:		138,06	116,13	98,35	109,02	274,70	80,77	178,60	198,90	236,00	445,11	462,29	90,04	140,00	248,33	808,93	

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Минеральные вещества							Витамины				А, мкг рети. экв.
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	С, мг	В1, мг	В2, мг		
	Меню №62																	
	Дети 12 лет и старше																	
	2 недели																	
	Понедельник																	
	Завтрак																	
000113	Каша ячневая молочная жидкая	200	6,14	6,97	27,35	196,69	204,44	158,19	27,89	185,74	0,60	31,26	11,60	0,67	0,09	0,18	33,10	
000632	Чай с сахаром	200	0,58	0,41	16,16	70,65	64,29	13,82	11,87	22,25	2,26	0,00	0,00	0,12	0,00	0,02	0,93	
000902	Масло сливочное (порошковое)	11	0,09	7,02	0,13	64,06	2,74	2,32	0,00	2,87	0,02	0,00	0,10	0,00	0,00	0,01	29,70	
000909	Сыр (порошковый)	25	5,45	6,50	0,00	80,30	18,26	193,60	7,61	108,75	0,22	0,00	3,19	0,07	0,01	0,06	39,00	
000611	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34	44,00	
000923	Кондитерские изделия (вафли, печенье, пряники)	57	2,22	17,44	35,63	308,36	0,00	4,56	3,42	23,94	0,34	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	
000919	Хлеб пшеничный	75	5,70	0,90	36,90	178,50	69,75	22,50	10,50	48,75	0,83	2,40	4,50	0,00	0,08	0,02	0,00	
000920	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	76,86	110,25	15,75	21,15	71,10	1,76	0,00	13,91	0,00	0,08	0,04	0,00	
	Итого завтрак:	813	28,95	44,78	139,20	1075,62	761,73	650,74	110,44	643,40	6,23	51,66	37,30	2,26	0,37	0,67	146,73	
	Обед																	
000237	Салат «Обжорка» с с курицей	100	8,09	14,02	11,39	204,10	230,17	32,30	44,97	95,60	1,10	19,34	6,32	4,19	0,06	0,06	603,35	
000319	Уха Ростовская	300	7,88	6,40	12,95	140,92	536,46	26,81	35,23	107,96	1,23	24,64	12,18	11,87	0,13	0,10	194,23	
001302	Плов из птицы	250	25,16	16,43	54,79	467,67	441,04	46,23	124,55	275,23	2,41	90,56	26,87	3,42	0,13	0,12	933,77	
000628	Соки овощные, фруктовые и ягодные	190	0,19	0,00	21,66	87,40	0,00	49,40	28,50	77,90	3,04	0,00	0,00	19,00	0,00	0,00	0,00	
000921	Фрукты	140	0,56	0,56	12,46	57,12	323,04	19,71	10,96	13,40	2,67	2,46	0,36	5,60	0,03	0,02	4,20	
000919	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,84	34,44	166,60	65,10	21,00	9,80	45,50	0,77	2,24	4,20	0,00	0,08	0,02	0,00	
000920	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	85,40	122,50	17,50	23,50	79,00	1,95	0,00	15,45	0,00	0,09	0,04	0,00	
	Итого обед:	1100	50,50	38,85	164,39	1209,21	1718,31	212,95	277,51	694,59	13,17	139,24	65,38	44,08	0,52	0,36	1735,55	
	Норма пищи на весь день	3,75 г.																
	Итого за день:	1913	79,45	83,63	303,59	2284,83	2480,04	863,69	387,95	1337,99	19,4	190,9	102,08	46,34	0,89	1,03	1882,28	
	Остаточная потребность:		67,50	69,00	287,25	2040,00	900,00	900,00	225,00	900,00	13,50	75,00	37,50	37,60	1,05	1,20	678,00	
	Процент удовлетворения суточной потребности:		117,70	121,20	105,69	112,00	275,56	95,97	172,42	148,67	143,70	254,53	273,81	88,27	84,76	85,83	278,80	

№ ТК	Присев пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Минеральные вещества										Витамины			
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг	I, мг	Se, мг	С, мг	B1, мг	B2, мг	A, мкг рети. экв.			
	Меню №62																			
	Дети 12 лет и старше																			
	2 недели																			
	Вторник																			
	Завтрак																			
000119	Пудинг творожный запеченный с бананом	250	41,71	29,55	48,22	625,67	331,29	296,45	56,54	415,22	1,45	53,13	54,23	3,48	0,10	0,47	83,65			
000903	Молоко стуженное	30	2,01	1,32	15,06	80,16	94,62	83,69	8,87	59,77	0,05	1,85	0,79	0,12	0,01	0,05	5,04			
000630	Чай с лимоном или апельсином	200	0,62	0,41	16,30	71,37	71,05	15,58	12,39	23,21	2,29	0,00	0,02	0,92	0,00	0,03	0,99			
000902	Масло сливочное (порошковое)	11	0,09	7,02	0,13	64,06	2,74	2,32	0,00	2,87	0,02	0,00	0,10	0,00	0,00	0,01	29,70			
000611	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34	44,00			
000919	Хлеб пшеничный или батон	60	4,56	0,72	29,52	142,80	55,80	18,00	8,40	39,00	0,66	1,92	3,60	0,00	0,07	0,02	0,00			
000920	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	73,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,05	0,02	0,00			
	Итого завтрак:	781	56,77	44,38	127,25	1135,50	921,00	666,54	128,30	767,47	5,84	74,90	72,01	5,92	0,31	0,94	163,38			
	Обед																			
000232	Салат из свежих с сыром и чесноком	100	3,64	8,62	8,27	125,22	229,55	121,56	21,09	84,96	1,20	38,17	1,86	3,55	0,02	0,06	16,90			
000320	Шницель из свинины с картофелем	300	1,88	4,54	9,08	84,70	315,95	34,42	20,70	44,30	0,75	49,25	0,27	11,88	0,05	0,04	189,05			
000417	Мясо отварное (свинина)	30	7,11	12,22	1,10	142,82	14,98	0,80	1,34	88,58	0,95	1,19	0,00	0,00	0,23	0,07	0,00			
100428	Тертые мясные с рисом	100	13,33	21,98	17,49	321,10	188,43	18,93	19,62	160,52	1,97	32,61	2,29	1,44	0,18	0,10	10,80			
000907	Соус томатный с овощами	50	1,11	2,30	5,28	46,26	137,25	9,48	10,79	19,47	0,55	17,81	0,32	2,53	0,01	0,01	66,82			
000509	Макаронные изделия отварные (спагетти)	230	11,71	5,82	72,70	390,02	117,38	26,89	16,13	88,76	1,63	71,89	0,06	0,00	0,14	0,04	19,17			
000609	Кисель из брусники (искусств.)	200	0,17	0,13	19,55	80,05	19,08	7,66	1,46	7,36	0,12	0,00	0,00	1,44	0,00	0,00	1,15			
000704	Булочка изюмная	100	7,76	4,93	54,10	291,81	110,09	18,75	12,34	69,17	0,98	26,03	4,33	0,00	0,10	0,05	18,80			
000921	Фрукты	140	0,56	0,50	12,66	57,12	92,04	19,71	10,96	13,40	2,67	2,46	0,36	5,60	0,03	0,02	4,20			
000919	Хлеб пшеничный	50	4,32	0,84	34,44	166,60	65,10	21,00	9,80	45,50	0,77	2,24	4,20	0,00	0,08	0,02	0,00			
000920	Хлеб ржаной	30	3,30	0,60	16,70	85,40	122,50	17,50	23,50	79,00	1,95	0,00	15,45	0,00	0,09	0,04	0,00			
	Итого обед:	1270	25,89	62,54	251,17	1791,10	1634,35	296,70	147,23	701,02	13,54	241,05	29,14	26,44	0,93	0,45	326,89			
	Норма соли на весь день		3,75 г.																	
	Итого за день:	2151	112,66	106,92	378,42	2926,6	2564,346	963,238	276,03	1468,49	19,3849	316,553	101,1509	32,36	1,24152	1,393	490,27			
	Суточная потребность:		67,50	69,00	287,25	2040,00	900,00	900,00	225,00	900,00	13,50	75,00	37,50	52,50	1,05	1,20	675,00			
	Процент удовлетворения суточной потребности:		166,90	154,96	131,74	143,46	284,93	107,03	122,68	163,17	143,59	422,07	269,74	61,64	118,24	116,08	72,63			

№ ТК	Присм пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Минеральные вещества										Витамины			
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг	A, мкг рет. экв.			
	Меню №62																			
	Дети 12 лет и старше																			
	2 недели																			
	Среда																			
	Завтрак																			
000118	Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,80	5,31	26,85	182,39	233,22	191,91	24,29	153,31	0,48	49,32	3,10	0,91	0,08	0,22	28,23			
000631	Чай с молоком	200	3,46	2,76	18,48	112,60	187,22	127,76	23,35	104,79	1,99	8,71	1,94	0,68	0,03	0,15	15,30			
000909	Сыр (порезанный)	25	5,45	6,50	0,00	80,30	18,26	193,60	7,61	108,75	0,22	0,00	3,19	0,07	0,01	0,06	39,00			
000798	Вареники с вареной стручковой	100	9,08	12,79	59,76	390,47	105,97	40,85	12,50	81,72	0,88	18,78	5,39	0,12	0,09	0,09	40,35			
000611	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34	44,00			
000919	Хлеб пшеничный или батон	80	6,08	0,96	39,36	190,40	74,40	24,00	11,20	52,00	0,88	2,56	4,80	0,00	0,09	0,02	0,00			
000920	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32	98,00	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	12,36	0,00	0,07	0,03	0,00			
	Итого завтрак:	895	39,31	33,80	165,81	1124,68	1009,07	832,12	125,75	743,77	6,21	97,37	34,78	3,18	0,45	0,91	166,88			
	Обед																			
000209	Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	100	1,00	0,16	3,51	19,48	172,67	14,15	12,52	26,23	0,61	2,47	0,25	33,40	0,04	0,05	80,09			
000355	Суп с клецками	300	5,43	5,95	30,60	197,67	411,11	22,78	24,18	80,24	1,17	28,77	3,61	6,75	0,11	0,08	130,77			
000417	Мясо отварное (свинина)	30	7,11	12,22	1,10	142,82	14,98	0,80	1,34	88,58	0,95	1,19	0,00	0,00	0,23	0,07	0,00			
000425	Птица запеченная	120	38,31	5,88	1,34	211,52	429,81	22,98	129,87	260,46	2,15	41,24	34,40	1,92	0,09	0,10	18,89			
000500	Капуста тушеная	220	5,57	5,45	16,76	138,37	793,89	124,48	49,04	93,80	1,86	35,84	0,95	50,64	0,07	0,10	136,08			
000628	Сметана овсяная, фруктовое и ягодное	190	0,19	0,03	21,66	87,40	0,00	49,40	28,50	77,90	3,04	0,00	0,00	19,00	0,00	0,00	0,00			
000921	Фрукты	140	0,56	0,39	12,46	57,12	63,04	19,71	10,05	13,40	2,67	2,46	0,36	5,60	0,03	0,02	4,20			
000919	Хлеб ржаной	70	5,32	0,91	11,44	166,60	65,10	21,00	9,80	45,50	0,77	7,24	4,20	0,00	0,08	0,02	0,00			
000920	Хлеб пшеничный	40	3,20	1,01	16,70	92,40	123,50	17,50	21,50	79,00	1,95	0,00	15,45	0,00	0,09	0,04	0,00			
	Итого обед:	1220	60,20	31,66	138,57	1109,38	2333,10	292,80	380,71	765,11	14,17	114,21	59,22	117,41	0,74	0,28	370,03			
	Норма соли на весь день:	3,75 г.																		
	Итого за день:	2115	106,1	65,46	304,38	2231,06	3342,1747	1124,97	415,46	1508,882	21,3779	211,582	93,99716	120,49	1,19375	1,388096	536,9132			
	Суточная потребность:		67,50	69,00	287,25	2040,00	900,00	900,00	225,00	900,00	13,50	75,00	37,50	52,50	1,05	1,20	675,00			
	Процент удовлетворения суточной потребности:		157,19	94,87	105,96	109,37	371,35	124,99	184,65	167,65	158,35	282,11	250,66	229,50	113,69	115,67	79,54			

№ ТК	Примен. пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/г (ккал)	Минеральные вещества								Витамины			
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Мg, мг	P, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг	A, мкг рети. экв.	
	Меню №62																	
	Дети 12 лет и старше																	
	2 недели																	
	Четверг																	
	Завтрак																	
000117	Каша из хлопьев овсяных молочная жидкая	200	6,50	7,92	26,76	204,32	217,17	133,85	47,22	173,83	1,08	38,46	9,62	0,57	0,13	0,16	30,72	
000112	Яйца вареные	50	5,95	5,05	0,30	70,45	58,11	24,52	5,24	83,59	1,09	12,32	13,51	0,00	0,03	0,18	78,00	
000619	Кофейный напиток с молоком	180	6,56	3,76	20,49	142,04	314,05	190,39	52,26	182,33	1,82	13,54	3,01	0,89	0,06	0,22	22,73	
000921	Фрукты	140	0,56	0,56	12,46	57,12	323,04	19,71	10,96	13,40	2,67	2,46	0,36	5,60	0,03	0,02	4,20	
000919	Хлеб пшеничный или батон	85	6,46	1,02	41,82	202,30	79,05	25,50	11,90	55,25	0,94	2,72	5,10	0,00	0,09	0,03	0,00	
000920	Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	59,78	85,75	12,25	16,45	55,30	1,37	0,00	10,82	0,00	0,06	0,03	0,00	
	Итого завтрак:	690	28,34	18,73	113,52	736,01	1077,17	406,22	144,03	563,70	8,97	69,50	42,42	7,06	0,40	0,64	135,65	
	Обед																	
000200	Винегрет овощной	100	1,78	6,37	8,45	98,25	252,66	22,84	21,19	45,82	0,82	24,41	0,21	5,06	0,05	0,04	205,96	
000301	Суп с макаронными изделиями (лапшой)	300	2,92	4,77	20,36	136,05	440,57	16,74	23,18	60,48	0,94	18,60	0,25	7,72	0,09	0,06	120,18	
П01340	Фрикадельки из курицы	30	9,92	1,12	0,38	51,28	111,09	7,13	32,60	71,16	0,63	20,58	9,56	0,41	0,02	0,04	8,22	
001344	Картофельная запеканка с рыбой	300	25,00	5,62	48,01	342,62	1934,68	87,01	124,49	434,13	3,56	208,10	18,97	26,05	0,38	0,30	29,07	
000628	Сок овощной, фруктовый и ягодный	190	0,19	0,00	21,66	87,40	0,00	49,40	28,50	77,90	3,04	0,00	0,00	19,00	0,00	0,00	0,00	
000712	Пирожок печеный из дрожжевого теста с лимонным фрешем	100	13,98	11,23	31,89	284,55	182,29	20,50	15,79	174,43	3,84	52,91	22,33	7,11	0,17	0,97	2675,32	
000707	Итого Промокоп печеный из дрожжевого теста с мясным фаршем	100	14,73	17,74	30,61	311,12	216,40	22,53	18,60	146,77	2,06	54,18	4,98	0,14	0,09	0,13	30,43	
000070	Итого завтрак	690	5,43	0,84	62,11	109,60	69,10	21,00	9,80	65,40	0,77	2,72	4,20	0,00	0,08	0,02	0,00	
000921	Итого обед	110	0,00	0,00	6,70	42,58	16,40	17,30	23,50	29,00	1,95	0,00	15,45	0,00	0,09	0,04	0,00	
	Норма соли на день, г/день	3,75 г.											70,98	65,52	0,89	1,47	2038,16	
	Итого за день:	1830	90,75	49,28	295,41	1988,16	4186,0542	648,342	423,08	1552,127	24,5229	396,336	113,3962	72,406	1,28751	2,110968	3174,407	
	Суточная потребность:		67,50	69,00	287,25	2040,00	900,00	900,00	225,00	900,00	13,50	75,00	37,50	52,50	1,05	1,20	675,00	
	Процент удовлетворения суточной потребности:		134,44	71,42	102,84	97,46	465,12	72,04	188,03	172,46	181,65	528,45	302,39	137,92	122,62	175,91	470,28	

№ ТК	Принем пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/и (ккал)	Минеральные вещества										Витамины				А, мкг рет. экв.
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Мg, мг	P, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг					
	Меню №62																				
	Дети 12 лет и старше																				
	2 недели																				
	Питания																				
	Завтрак																				
000120	Капша пишенная молочная жидкая	200	6,26	7,14	28,05	201,50	187,54	127,25	35,21	149,03	0,85	38,06	2,70	0,57	0,12	0,15					31,26
000608	Каша с молоком	180	5,57	4,37	17,19	130,37	257,22	193,75	33,39	158,61	0,78	14,26	3,17	0,94	0,05	0,22					23,82
000902	Масло сливочное (пюрирован)	11	0,09	7,02	0,13	64,06	2,74	2,32	0,00	2,87	0,02	0,00	0,10	0,00	0,00	0,01					29,70
000630	Фрукты	140	0,56	0,56	12,46	57,12	323,04	19,71	10,96	13,40	2,67	2,46	0,36	5,60	0,03	0,02					4,20
100108	Сырники из творога	100	20,01	5,84	24,61	231,04	108,30	136,35	21,36	192,48	0,60	21,88	24,92	0,18	0,05	0,21					23,28
000903	Молоко ступенное	30	2,01	1,32	15,06	80,16	94,62	83,69	8,87	59,77	0,05	1,85	0,79	0,12	0,01	0,05					5,04
000919	Хлеб пшеничный или багет	70	5,32	0,84	34,44	166,60	65,10	21,00	9,80	45,50	0,77	2,24	4,20	0,00	0,08	0,02					0,00
000920	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	85,40	122,50	17,50	23,50	79,00	1,95	0,00	15,45	0,00	0,09	0,04					0,00
	Итого завтрак:	781	43,12	27,69	148,64	1016,25	1161,06	601,57	143,09	700,66	7,69	80,75	51,69	7,41	0,43	0,72					117,30
	Обед																				
000244	Сельдь с луком	115	16,96	18,54	0,86	238,14	229,34	82,26	40,96	273,03	1,17	39,86	36,15	0,46	0,02	0,13					19,78
000315	Суп Шакерский	300	2,97	3,83	19,45	124,15	493,70	23,32	36,63	78,36	1,36	93,04	0,64	8,13	0,11	0,07					131,41
000417	Мясо отварное (свинина)	30	7,11	12,22	1,10	142,82	14,98	0,80	1,34	88,58	0,95	1,19	0,00	0,00	0,23	0,07					0,00
000433	Свинина, тушенная с овощами	280	16,88	27,55	27,94	427,23	828,98	35,21	46,32	262,07	3,42	62,62	0,51	32,23	0,56	0,23					257,90
000628	Соки овощные, фруктовые и ягодные	190	0,19	0,00	21,66	87,40	0,00	49,40	28,50	77,90	3,04	0,00	0,00	19,00	0,00	0,00					0,00
000919	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,84	34,44	166,60	65,10	21,00	9,80	45,50	0,77	2,24	4,20	0,00	0,08	0,02					0,00
000920	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	85,40	122,50	17,50	23,50	79,00	1,95	0,00	15,45	0,00	0,09	0,04					0,00
	Итого обед:	1035	52,13	6	122,15	1271,74	1752,60	720,49	137,03	904,44	12,66	118,03	56,95	59,82	1,09	0,56					409,09
	Полная порция на человека	575,4																			
	Полная порция	187,6	9,58	9,12	27,70	2397,60	9015,65	831,061	230,14	1605,099	20,3538	379,697	108,6369	67,23	1,51788	1,2756					526,79
	Столешная потребности		67,50	69,00	37,75	2040,00	900,00	910,00	225,00	960,00	13,50	75,00	37,50	52,50	1,05	1,20					675,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		142,10	133,28	91,27	119,16	72,96	92,94	110,22	178,34	150,77	97,93	289,70	128,00	144,56	106,30					77,98

Средние показатели пищевых веществ, энергетической ценности, витаминов и минеральных веществ																
		Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества							Витамины			
		Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг	А, мкг рет. экв.
Итого за 10 дней		919,79	807,04	2956,19	22767,28	30258,10	9002,27	3496,14	15085,53	218,39	2857,23	1095,78	630,61	12,04	17,44	18522,14
Среднее значение		91,98	80,70	295,62	2276,73	3025,81	900,23	349,61	1508,55	21,84	285,72	109,58	63,06	1,20	1,74	1852,21
Суточная потребность		67,50	69,00	287,25	2040,00	900,00	900,00	225,00	900,00	13,50	75,00	37,50	52,50	1,05	1,20	675,00
Процент удовлетворения суточной потребности		136,27	116,96	102,91	111,60	336,20	100,03	155,38	167,62	161,77	380,96	292,21	120,12	114,62	145,33	274,40