

Дети 3-7 лет (основное меню)														
Первая неделя														
Понедельник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша рисовая молочная жидкая	190	5.62	7.55	34.27	208.27	0.07	1.50	0.19	0.05	145.09	153.90	32.28	0.49	2
Какао с молоком	180	5.57	4.59	31.50	161.25	0.07	2.11	0.01	0.04	199.71	169.38	37.98	1.03	114
Масло сливочное (порциями)	7	0.06	4.24	0.08	38.56	0.00	0.00	0.06	0.04	1.40	1.75	0.00	0.02	18
Колбаса (порциями)	11	1.57	1.22	0.02	17.28	0.01	0.00	0.04	0.00	2.40	21.80	2.20	0.36	17
Хлеб пшеничный	30	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
Итого	418	15.12	17.83	79.26	482.59	0.18	3.61	0.60	0.13	354.68	364.88	76.32	2.21	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Вафли , печенье, пряники	25	3.12	4.90	12.50	41.30	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
Итого	225	3.32	5.10	35.30	141.30	0.04	20.00	1.60	0.00	60.33	107.00	35.40	3.61	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	60	0.84	0.11	2.88	16.59	0.05	63.10	0.41	0.00	10.61	19.58	11.15	0.52	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	60	0.57	0.06	1.56	9.90	0.01	6.00	0.24	0.01	9.90	17.70	8.70	0.42	29
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	200	4.62	5.43	13.17	292.10	0.08	24.06	0.30	0.02	49.84	82.69	27.44	1.42	56
Биточки рыбные	75	4.34	6.43	5.95	199.86	0.15	0.68	1.12	0.04	33.38	69.08	22.28	0.68	94
Рагу из овощей	150	2.69	7.99	9.14	223.19	0.14	56.70	3.07	0.02	38.99	29.12	27.90	0.96	110
или Овощи запеченные	150	2.78	8.48	16.84	155.76	0.15	130.9	4.21	0	44.83	71.29	33.17	1.35	111
Компот из свежих ягод	200	0.25	0.14	23.34	97.39	0.01	24.00	0.23	0.00	10.73	8.60	6.00	0.36	122
Хлеб пшеничный	26	2.00	0.20	11.60	49.60	0.03	0.00	0.26	0.00	5.27	15.64	3.35	0.27	ГП
Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	8.36	35.60	0.03	0.00	0.28	0.00	7.00	31.60	9.40	0.78	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	25	3.32	0.44	19.97	85.20	0.06	0.00	0.54	0.00	12.27	47.24	12.75	1.05	159
Итого	741	16.71	20.59	77.44	929.23	0.50	169.54	5.70	0.08	173.81	266.31	110.52	5.14	
*с 1 января по 30 июня														

Полдник														
Фрукты	205	0.80	0.80	19.69	94.00	0.08	21.87	0.88	0.00	17.50	61.25	91.87	1.31	ГП
Молоко кипяченое	200	5.80	5.00	9.60	108.00	0.08	2.60	0.00	0.04	240.00	180.00	28.00	0.20	116
Кекс Творожный	50	5.10	7.48	26.25	193.09	0.04	0.07	0.33	0.06	30.13	56.15	5.89	0.46	150
Итого	455	11.70	13.28	55.54	395.09	0.20	24.54	1.21	0.10	287.63	297.40	125.76	1.97	
Ужин														
Салат Столичный	60	7.22	6.31	4.38	91.73	0.07	6.07	0.17	0.02	18.65	79.73	14.42	0.83	41
Говядина, тушенная с черносливом	80	4.87	17.58	5.35	135.72	0.06	4.05	2.26	0.02	19.02	137.72	22.45	1.85	73
Каша гречневая рассыпчатая	130	7.47	6.34	33.73	134.95	0.25	0.00	0.53	0.03	13.24	119.69	175.62	3.96	97
Чай с лимоном	180	0.04	0.00	23.46	95.71	0.00	1.45	0.01	0.00	2.37	1.17	0.65	0.13	140
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	15	2.03	0.36	36.01	149.11	0.05	1.45	0.43	0.00	12.87	48.57	14.75	1.30	159
Итого	480	21.59	30.59	79.47	511.51	0.43	11.57	3.39	0.07	63.78	385.71	227.24	7.94	
2 ужин														
Баранки, сушки, бублики	35	2.80	2.20	21.00	60.00	0.06	0.00	0.50	0.00	8.40	31.00	6.10	0.50	ГП
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	106.00	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Итого	235	9.03	9.31	30.11	166.00	0.13	1.56	0.50	0.07	275.07	242.11	37.21	0.73	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		77.47	96.69	357.11	2625.71	1.48	230.83	13.00	0.45	1215.30	1663.41	612.45	21.60	
<b>Суточная потребность</b>		54.00	60.00	261.00	1800.00	0.90	50.00	10.00	0.50	900.00	800.00	200.00	10.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		143.46	161.15	136.82	145.87	164.33	461.65	129.98	90.00	135.03	207.93	306.23	215.96	

Дети 3-7 лет (основное меню)														
Первая неделя														
Вторник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Вареники с картофелем и маслом	190	9.12	8.36	54.72	242.96	0.18	1.12	5.34	0.03	26.87	160.89	26.68	1.27	88
Чай с молоком	180	2.53	2.88	26.69	158.90	0.04	1.18	0.00	0.03	108.95	81.47	12.85	0.16	141
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	60	0.54	0.09	1.71	10.5	0.03	9.6	0.24	0	9.3	16.8	10.2	0.42	39
или Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства*	60	1.14	5.34	4.62	71.40	0.01	4.20	1.86	0.00	24.60	22.20	9.00	0.42	147
Колбаса (порциями)	11	1.57	1.22	0.02	17.28	0.01	0.00	0.04	0.00	2.40	21.80	2.20	0.36	17
Хлеб пшеничный	30	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
Итого	471	16.06	12.78	96.53	486.87	0.29	11.90	5.92	0.06	153.60	299.01	55.79	2.52	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Вафли , печенье, пряники	25	3.12	4.90	12.50	41.30	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
Итого	225	3.32	5.10	35.30	141.30	0.04	20.00	1.60	0.00	60.33	107.00	35.40	3.61	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Салат из картофеля с рыбой	60	5.44	5.22	5.94	68.60	0.09	8.30	1.99	0.01	12.92	67.69	15.77	0.50	47
Суп Шахтерский	200	5.74	5.03	19.4	235.2	0.11	16.6	0.35	0.02	28.19	39.35	33.62	1.34	55
Котлеты мясо-картофельные польновски	70	9.57	15.44	6.83	240.72	0.19	7.27	1.62	0.01	19.18	115.96	19.51	1.5	69
Капуста тушеная	150	3.77	3.96	11.49	140.06	0.08	85.43	1.96	0	99.02	67.43	34.14	1.33	102
Компот из смеси сухофруктов	180	0.56	0.00	28.43	119.37	0.01	0.51	0.10	0.01	57.30	19.70	7.67	1.58	129
Хлеб пшеничный	30	2.00	0.20	11.60	49.60	0.03	0.00	0.26	0.00	5.27	15.64	3.35	0.27	ГП
Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	8.36	35.60	0.03	0.00	0.28	0.00	7.00	31.60	9.40	0.78	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	25	3.32	0.44	19.97	85.20	0.06	0.00	0.54	0.00	12.27	47.24	12.75	1.05	159
Итого	720	29.05	30.14	95.05	904.05	0.55	119.11	6.59	0.05	246.88	367.37	126.46	7.45	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Компот из груш с лимоном	200	0.26	0.16	25.32	105.68	0.01	5.30	0.21	0.00	12.90	9.54	6.84	1.25	124
Слойка с повидлом	85	3.83	9.78	37.91	205.00	0.10	0.06	1.16	0.05	19.19	66.03	10.50	1.02	155
Фрукты	205	0.80	0.80	19.69	94.00	0.08	21.87	0.88	0.00	17.50	61.25	91.87	1.31	ГП
Итого	490	4.89	10.74	82.92	404.68	0.19	27.23	2.25	0.05	49.59	136.82	109.21	3.58	
<b>Ужин</b>														
Салат Витаминный с яблоком	60	0.88	8.08	8.48	110.40	0.03	12.32	3.68	0.19	24.00	23.20	14.40	0.72	26
или Салат из красной фасоли с морковью*	60	6.17	3.73	11.34	97.77	0.19	18.23	1.82	0	51.8	128.43	38.68	1.66	38
Рыба, запеченная в молочном соусе	70	12.56	7.66	2.96	130.09	0.13	1	1.64	0.02	47.59	140.42	21.25	0.41	91
Картофель отварной	150	3.06	5.68	24.54	161.77	0.18	30	0.22	0.03	16.68	89.1	34.5	1.36	107
Кисель из брусники (клюквы)	200	0.15	0.10	32.28	131.72	0.00	3.00	0.20	0.00	8.18	7.82	1.40	0.16	117
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	15	2.14	0.46	44.83	185.12	0.05	3.00	0.62	0.00	18.68	55.22	15.50	1.33	159
Итого	510	18.64	21.88	80.81	587.38	0.39	46.32	6.16	0.24	106.95	307.94	85.65	3.82	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	106.00	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Итого	200	6.23	7.11	9.11	106.00	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		78.19	87.74	399.71	2630.27	1.53	226.12	22.52	0.47	884.01	1429.24	443.62	21.21	
<b>Суточная потребность</b>		54.00	60.00	261.00	1800.00	0.90	50.00	10.00	0.50	900.00	800.00	200.00	10.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		144.79	146.23	153.15	146.13	170.11	452.24	225.20	94.00	98.22	178.66	221.81	212.06	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 3-7 лет (основное меню)														
Первая неделя														
Среда														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным (130/30)	160	12.13	11.35	27.16	238.70	0.14	0.72	0.44	0.10	38.73	201.38	34.59	0.88	11
Какао с молоком	180	5.57	4.59	31.50	161.25	0.07	2.11	0.01	0.04	199.71	169.38	37.98	1.03	114
Масло сливочное (порциями)	7	0.06	4.24	0.08	38.56	0.00	0.00	0.06	0.04	1.40	1.75	0.00	0.02	18
Сыр (порциями)	36	8.35	10.62	0.00	131.04	0.01	0.25	0.18	0.10	116.80	180.00	12.60	0.36	19
Хлеб пшеничный	35	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
Итого	418	28.41	31.03	72.13	626.78	0.25	3.08	0.99	0.28	362.72	570.56	89.03	2.60	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	25	0.13	0.00	15.00	50.63	0.00	0.00	0.00	0.00	3.75	1.88	1.25	0.31	ГП
Итого	225	0.33	0.20	37.80	150.63	0.00	20.00	1.60	0.00	55.75	83.88	31.25	3.51	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	60	0.84	0.11	2.88	16.59	0.05	63.10	0.41	0.00	10.61	19.58	11.15	0.52	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	60	0.57	0.06	1.56	9.90	0.01	6.00	0.24	0.01	9.90	17.70	8.70	0.42	29
Уха Ростовская	200	5.94	4.04	11.82	229.33	0.14	24.51	0.73	0.02	29.58	93.50	30.33	1.13	66
Котлеты Домашние	70	10.69	14.28	18.95	327.26	0.16	3.33	1.8	0.04	71.78	136.39	19.48	1.24	68
Овощное соте с морковью	150	3.99	7.73	18.66	208.89	0.2	106.25	0.96	0.04	73.77	110.08	57.47	1.85	104
Чай с сахаром	180	0.18	0.00	17.99	71.95	0.00	0.00	0.00	0.00	10.96	7.20	5.40	0.74	139
Хлеб пшеничный	26	2.00	0.20	11.60	49.60	0.03	0.00	0.26	0.00	5.27	15.64	3.35	0.27	ГП
Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	8.36	35.60	0.03	0.00	0.28	0.00	7.00	31.60	9.40	0.78	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	25	3.32	0.44	19.97	85.20	0.06	0.00	0.54	0.00	12.27	47.24	12.75	1.05	159
Итого	716	25.61	26.65	93.26	954.12	0.62	198.19	4.47	0.10	226.96	423.99	139.58	6.68	

\*с 1 января по 30 июня

<b>Полдник</b>														
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	25.57	104.36	0.01	12.00	0.04	0.00	7.52	4.60	2.60	0.13	130
Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустным фаршем	60	3.83	4.92	21.09	204.22	0.07	15.26	0.91	0.02	27.90	44.55	10.12	0.66	152
Фрукты	205	0.80	0.80	19.69	94.00	0.08	21.87	0.88	0.00	17.50	61.25	91.87	1.31	ГП
<b>Итого</b>	<b>465</b>	<b>4.81</b>	<b>5.76</b>	<b>66.35</b>	<b>402.58</b>	<b>0.16</b>	<b>49.13</b>	<b>1.83</b>	<b>0.02</b>	<b>52.92</b>	<b>110.40</b>	<b>104.59</b>	<b>2.10</b>	
<b>Ужин</b>														
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1.28	8.08	7.68	68.80	0.03	22.24	3.60	0.11	35.20	25.60	13.60	0.48	23
или Винегрет овощной*	60	1.09	3.43	5.13	66.87	0.04	8.12	1.61	0	20.76	30.67	12.6	0.54	31
Сердце (печень) в соусе сметанном с томатом и луком	70	14.98	6.59	3.19	153.99	0.25	6.67	0.5	0.04	24.47	116.73	18.06	3.24	83
Картофельное пюре	150	3.25	5.42	21.94	149.99	0.17	25.79	0.19	0.03	45.61	96.90	32.74	1.22	105
Напиток из шиповника	180	0.61	0.25	23.95	117.49	0.01	180.00	0.68	0.00	11.50	3.06	3.06	0.61	133
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	15	2.60	0.61	36.50	170.89	0.06	180.00	1.10	0.00	22.00	50.46	17.16	1.78	159
<b>Итого</b>	<b>490</b>	<b>22.11</b>	<b>20.70</b>	<b>69.31</b>	<b>543.67</b>	<b>0.51</b>	<b>234.70</b>	<b>5.39</b>	<b>0.18</b>	<b>127.28</b>	<b>289.69</b>	<b>81.56</b>	<b>6.72</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	106.00	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Баранки, сушки, бублики	35	2.80	2.20	21.00	60.00	0.06	0.00	0.50	0.00	8.40	31.00	6.10	0.50	ГП
<b>Итого</b>	<b>235</b>	<b>9.03</b>	<b>9.31</b>	<b>30.11</b>	<b>166.00</b>	<b>0.13</b>	<b>1.56</b>	<b>0.50</b>	<b>0.07</b>	<b>275.07</b>	<b>242.11</b>	<b>37.21</b>	<b>0.73</b>	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		90.29	93.64	368.95	2843.77	1.67	506.67	14.78	0.65	1100.70	1720.62	483.22	22.34	
<b>Суточная потребность</b>		54.00	60.00	261.00	1800.00	0.90	50.00	10.00	0.50	900.00	800.00	200.00	10.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		167.21	156.07	141.36	157.99	185.44	1013.33	147.78	130.00	122.30	215.08	241.61	223.39	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 3-7 лет (основное меню)														
Первая неделя														
Четверг														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша манная молочная жидкая	190	6.34	7.33	30.08	183.82	0.50	1.45	0.51	0.05	163.14	207.44	31.07	0.70	4
Кофейный напиток с молоком	200	5.00	4.70	40.85	229.74	0.10	2.34	0.08	0.04	221.42	208.40	44.72	0.62	115
Колбаса (порциями)	11	1.57	1.22	0.02	17.28	0.01	0.00	0.04	0.00	2.40	21.80	2.20	0.36	17
Яйца вареные	40	5.10	4.60	0.30	63.00	0.03	0.00	0.20	0.10	22.00	77.00	5.00	1.00	145
Хлеб пшеничный	30	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
Итого	471	20.31	18.08	84.63	551.06	0.67	3.79	1.13	0.19	415.04	532.69	86.85	2.99	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Вафли , печенье, пряники	25	3.12	4.90	12.50	41.30	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
Итого	225	3.32	5.10	35.30	141.30	0.04	20.00	1.60	0.00	60.33	107.00	35.40	3.61	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Кукуруза с яйцом и рыбой	60	9.22	5.63	2.19	136.41	0.08	1.88	2.28	0.04	31.03	134.12	39.89	0.91	43
Суп картофельный с фрикадельками	200	2.92	4.55	21.5	219.15	0.17	29.48	0.34	0.02	34.88	87.49	34.57	1.39	63
Плов из свинины	150	11.45	8.11	23.13	385.40	0.08	4.20	0.52	0.02	25.76	84.64	36.77	1.67	78
Компот из изюма	180	4.86	0.62	18.10	147.69	0.05	0.00	0.14	0.00	22.14	34.83	11.34	0.86	120
Хлеб пшеничный	30	2.00	0.20	11.60	49.60	0.03	0.00	0.26	0.00	5.27	15.64	3.35	0.27	ГП
Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	8.36	35.60	0.03	0.00	0.28	0.00	7.00	31.60	9.40	0.78	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	25	3.32	0.44	19.97	85.20	0.06	0.00	0.54	0.00	12.27	47.24	12.75	1.05	159
Итого	650	32.42	19.40	87.88	988.75	0.45	36.56	3.85	0.08	144.08	398.32	138.32	6.03	

<b>Полдник</b>														
Фрукты	205	0.80	0.80	19.69	94.00	0.08	21.87	0.88	0.00	17.50	61.25	91.87	1.31	ГП
Бисквит морковный	50	2.51	9.07	22.89	183.29	0.04	0.65	0.43	0.06	12.97	32.8	8.03	0.46	149
Компот из смородины чёрной	200	0.30	0.12	17.16	73.05	0.01	60.00	0.21	0.00	11.25	9.90	9.30	0.44	127
Итого	455	3.61	9.99	59.74	350.34	0.13	82.52	1.52	0.06	41.72	103.95	109.20	2.21	
<b>Ужин</b>														
Салат из свеклы с сыром и чесноком	60	2.95	8.02	6.41	86.04	0.02	7.34	2.58	0.02	99.4	71.84	18.94	1.11	32
Поджарка из рыбы	70	7.62	9.39	4.33	104.06	0.20	8.25	3.26	0.01	37.44	80.23	26.55	0.76	92
Картофель, запеченный из отварного	150	6.68	11.81	35.53	226.18	0.27	43.67	3.79	0.03	117.16	178.10	54.08	2.12	109
Компот из яблок с лимоном	200	0.26	0.21	31.06	129.62	0.02	7.80	0.11	0.00	11.58	7.04	5.34	1.22	125
Хлеб пшеничный	30	2.00	0.20	11.60	49.60	0.03	0.00	0.26	0.00	5.27	15.64	3.35	0.27	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	30	3.98	0.56	24.15	103.00	0.08	0.00	0.68	0.00	15.77	63.04	17.45	1.44	159
Итого	540	21.49	29.99	101.48	648.90	0.59	67.06	10.42	0.06	281.35	400.25	122.36	6.65	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	106.00	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Баранки, сушки, бублики	35	2.80	2.20	21.00	60.00	0.06	0.00	0.50	0.00	8.40	31.00	6.10	0.50	ГП
Итого	235	9.03	9.31	30.11	166.00	0.13	1.56	0.50	0.07	275.07	242.11	37.21	0.73	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Мg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		90.18	91.86	399.14	2846.34	2.01	211.50	19.02	0.46	1217.58	1784.31	529.33	22.22	
<b>Суточная потребность</b>		54.00	60.00	261.00	1800.00	0.90	50.00	10.00	0.50	900.00	800.00	200.00	10.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		167.00	153.10	152.93	158.13	223.39	422.99	190.23	91.50	135.29	223.04	264.67	222.16	



Дети 3-7 лет (основное меню)														
Первая неделя														
Пятница														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Вареники с картофелем и маслом	190	9.12	8.36	54.72	242.96	0.18	1.12	5.34	0.03	26.87	160.89	26.68	1.27	88
Чай с сахаром	180	0.18	0.00	17.99	71.95	0.00	0.00	0.00	0.00	10.96	7.20	5.40	0.74	139
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	60	0.54	0.09	1.71	10.5	0.03	9.6	0.24	0	9.3	16.8	10.2	0.42	39
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	60	0.57	0.06	1.56	9.9	0.01	6	0.24	0.01	9.9	17.7	8.7	0.42	29
Хлеб пшеничный	30	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
Итого	460	12.14	8.68	87.81	382.64	0.24	10.72	5.88	0.03	53.21	202.94	46.14	2.74	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Вафли , печенье, пряники	25	3.12	4.90	12.50	41.30	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
Итого	225	3.32	5.10	35.30	141.30	0.04	20.00	1.60	0.00	60.33	107.00	35.40	3.61	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Кукуруза консервированная	60	2.20	0.40	11.22	58.12	0.02	4.81	0.03	0.00	42.08	41.08	13.03	0.36	22
Рассольник Ленинградский с мясом	200	4.24	4.85	12.68	111.74	0.10	13.74	0.26	0.02	19.18	33.36	22.71	1.06	59
Котлеты Особые	70	10.44	9.23	14.95	185.02	0.09	4.05	0.60	0.03	39.96	113.14	17.45	1.37	70
Соус томатный с овощами	50	0.73	2.58	4.45	44.50	0.02	4.38	0.18	0.02	7.50	11.50	5.47	0.27	163
Картофельное пюре	150	3.25	5.42	21.94	149.99	0.17	25.79	0.19	0.03	45.61	96.90	32.74	1.22	105
Компот Витаминный	180	3.91	1.06	22.37	139.14	0.03	90.72	1.33	0.00	34.74	27.81	20.43	0.90	126
Фрукты	205	0.80	0.80	19.69	94.00	0.08	21.87	0.88	0.00	17.50	61.25	91.87	1.31	ГП
Хлеб пшеничный	30	2.00	0.20	11.60	49.60	0.03	0.00	0.26	0.00	5.27	15.64	3.35	0.27	ГП
Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	8.36	35.60	0.03	0.00	0.28	0.00	7.00	31.60	9.40	0.78	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	25	3.32	0.44	19.97	85.20	0.06	0.00	0.54	0.00	12.27	47.24	12.75	1.05	159
Итого	975	29.54	24.83	130.26	882.61	0.58	166.36	4.04	0.10	236.84	442.28	219.45	7.69	

\*с 1 января по 30 июня

<b>Полдник</b>														
Напиток лимонный	200	0.14	0.02	25.43	105.19	0.01	6.40	0.03	0.00	7.15	3.52	1.92	0.17	131
Сырники с морковью с молоком сгущенным (150/30)	180	27.95	13.01	32.37	298.92	0.17	2.35	0.73	0.09	208.56	305.67	44.56	1.22	14
<b>Итого</b>	<b>380</b>	<b>28.09</b>	<b>13.03</b>	<b>57.80</b>	<b>404.11</b>	<b>0.18</b>	<b>8.75</b>	<b>0.76</b>	<b>0.09</b>	<b>215.71</b>	<b>309.19</b>	<b>46.48</b>	<b>1.39</b>	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с луком	50	3.57	7.86	1.88	70.42	0.02	1.58	1.87	0.02	34.88	46.56	30.98	0.64	48
Свинина, тушеная с овощами	200	15.57	22.87	19.19	350.85	0.65	73.86	3.01	0.00	39.34	239.03	61.76	2.98	80
Напиток из облепихи	200	0.12	0.54	21.53	91.99	0.50	20.00	0.50	0.00	2.83	0.90	3.00	0.21	136
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	15	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	159
<b>Итого</b>	<b>480</b>	<b>21.25</b>	<b>31.63</b>	<b>55.15</b>	<b>566.66</b>	<b>1.22</b>	<b>95.44</b>	<b>5.80</b>	<b>0.02</b>	<b>87.55</b>	<b>333.89</b>	<b>109.84</b>	<b>5.00</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	106.00	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>6.23</b>	<b>7.11</b>	<b>9.11</b>	<b>106.00</b>	<b>0.07</b>	<b>1.56</b>	<b>0.00</b>	<b>0.07</b>	<b>266.67</b>	<b>211.11</b>	<b>31.11</b>	<b>0.23</b>	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		100.57	90.37	375.42	2483.31	2.33	302.83	18.08	0.31	920.30	1606.40	488.42	20.66	
<b>Суточная потребность</b>		54.00	60.00	261.00	1800.00	0.90	50.00	10.00	0.50	900.00	800.00	200.00	10.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		186.24	150.62	143.84	137.96	259.00	605.66	180.80	62.00	102.26	200.80	244.21	206.56	

Дети 3-7 лет (основное меню)														
Первая неделя														
Суббота														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша Рябчик	190	8.20	8.22	43.22	280.34	0.18	1.47	0.36	0.06	145.93	190.71	120.87	2.09	6
Чай с молоком	180	2.53	2.88	26.69	158.90	0.04	1.18	0.00	0.03	108.95	81.47	12.85	0.16	141
Масло сливочное (порциями)	7	0.06	4.24	0.08	38.56	0.00	0.00	0.06	0.04	1.40	1.75	0.00	0.02	18
Фрукты	205	0.80	0.80	19.69	94.00	0.08	21.87	0.88	0.00	17.50	61.25	91.87	1.31	ГП
Хлеб пшеничный	30	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
Итого	612	13.89	16.37	103.07	629.03	0.33	24.52	1.60	0.13	279.86	353.22	229.45	3.89	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Вафли , печенье, пряники	25	3.12	4.90	12.50	41.30	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
Итого	225	3.32	5.10	35.30	141.30	0.04	20.00	1.60	0.00	60.33	107.00	35.40	3.61	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Салат "Степной" из разных овощей	60	1.63	5.79	7.54	129.41	0.07	11.54	2.71	0.00	27.01	46.21	19.35	0.7	30
Свекольник с мясом	200	4.18	4.52	13.86	166.70	0.09	18.96	0.31	0.02	50.56	54.50	31.00	1.69	58
Гуляш из говядины	80	12.09	17.11	3.58	224.50	0.21	3.89	2.12	0.02	17.76	135.10	18.38	1.94	72
Картофель, запеченный дольками	150	3.50	5.19	19.29	194.16	0.21	34.45	2.15	0.00	23.35	101.58	40.06	1.60	108
Компот из смеси сухофруктов	180	0.56	0.00	28.43	119.37	0.01	0.51	0.10	0.01	57.30	19.70	7.67	1.58	129
Хлеб пшеничный	30	2.00	0.20	11.60	49.60	0.03	0.00	0.26	0.00	5.27	15.64	3.35	0.27	ГП
Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	8.36	35.60	0.03	0.00	0.28	0.00	7.00	31.60	9.40	0.78	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	25	3.32	0.44	19.97	85.20	0.06	0.00	0.54	0.00	12.27	47.24	12.75	1.05	159
Итого	730	13.84	33.10	95.66	934.24	0.66	70.35	7.96	0.05	206.25	414.33	132.21	8.71	

<b>Полдник</b>														
Напиток из брусники (клюквы)	200	0.21	0.15	17.43	73.65	0.00	4.50	0.30	0.00	7.95	4.80	2.10	0.17	134
Коржик молочный	50	4.51	8.55	31.47	220.73	0.07	0.07	2.61	0.01	17.08	44.75	6.93	0.57	148
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>15.12</b>	<b>13.70</b>	<b>59.50</b>	<b>423.38</b>	<b>0.17</b>	<b>5.07</b>	<b>3.01</b>	<b>0.04</b>	<b>189.03</b>	<b>269.55</b>	<b>32.03</b>	<b>1.14</b>	
<b>Ужин</b>														
Пекинская капуста с горошком и чесноком	60	1.66	4.10	4.02	60.08	0.04	23.58	1.86	0.00	31.93	30.85	13.25	0.49	20
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	60	0.57	0.06	1.56	9.90	0.01	6.00	0.24	0.01	9.90	17.70	8.70	0.42	29
Птица запеченная	70	7.70	7.97	0.22	84.15	0.09	1.94	0.85	0.04	18.49	90.87	18.48	1.25	86
Овощи запеченные	150	2.78	8.48	16.84	155.76	0.15	130.90	4.21	0.00	44.83	71.29	33.17	1.35	111
Кисель из смородины	200	0.26	0.10	27.48	113.57	0.01	50.00	0.18	0.00	12.03	12.87	7.75	0.39	119
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	15	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	159
<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>11.61</b>	<b>21.01</b>	<b>61.11</b>	<b>466.96</b>	<b>0.34</b>	<b>206.42</b>	<b>7.52</b>	<b>0.04</b>	<b>117.78</b>	<b>253.28</b>	<b>86.75</b>	<b>4.65</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	106.00	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>6.23</b>	<b>7.11</b>	<b>9.11</b>	<b>106.00</b>	<b>0.07</b>	<b>1.56</b>	<b>0.00</b>	<b>0.07</b>	<b>266.67</b>	<b>211.11</b>	<b>31.11</b>	<b>0.23</b>	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		64.01	96.38	363.74	2700.90	1.61	327.92	21.69	0.33	1119.91	1608.49	546.95	22.23	
<b>Суточная потребность</b>		54.00	60.00	261.00	1800.00	0.90	50.00	10.00	0.50	900.00	800.00	200.00	10.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		118.53	160.63	139.36	150.05	179.00	655.84	216.90	66.00	124.43	201.06	273.48	222.26	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 3-7 лет (основное меню)														
Первая неделя														
Воскресенье														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Омлет натуральный	190	15.45	22.74	5.11	287.44	0.10	1.15	0.73	0.32	167.87	277.28	24.66	2.66	15
Кукуруза консервированная	50	1.84	0.34	9.35	48.43	0.02	4.01	0.03	0.00	35.07	34.24	10.85	0.30	22
Какао с молоком	180	5.57	4.59	31.50	161.25	0.07	2.11	0.01	0.04	199.71	169.38	37.98	1.03	114
Хлеб пшеничный	30	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
Итого	450	25.16	27.90	59.35	554.35	0.22	7.27	1.07	0.36	408.73	498.95	77.35	4.30	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	25	0.13	0.00	15.00	50.63	0.00	0.00	0.00	0.00	3.75	1.88	1.25	0.31	ГП
Итого	225	0.33	0.20	37.80	150.63	0.00	20.00	1.60	0.00	55.75	83.88	31.25	3.51	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Салат из колбасы	60	5.32	4.92	7.33	71.93	0.05	2.47	0.38	0.03	101.31	98.78	18.93	0.98	36
Куриный суп с макаронными изделиями и зеленым горошком	200	4.86	4.78	14.58	148.00	0.13	14.90	0.33	0.02	23.48	75.64	21.66	0.93	53
Поджарка из свинины	80	13.50	29.99	2.09	340.03	0.50	10.46	3.95	0.00	33.06	165.32	25.42	1.86	82
Рис отварной	130	5.12	3.24	53.92	206.26	0.06	0	0.33	0.02	11.76	111.28	36.7	0.77	103
Компот из апельсинов с яблоками	200	0.48	0.20	32.13	135.04	0.03	27.00	0.14	0.00	19.18	12.50	7.90	0.86	128
Хлеб пшеничный	26	2.00	0.20	11.60	49.60	0.03	0.00	0.26	0.00	5.27	15.64	3.35	0.27	ГП
Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	8.36	35.60	0.03	0.00	0.28	0.00	7.00	31.60	9.40	0.78	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	25	3.32	0.44	19.97	85.20	0.06	0.00	0.54	0.00	12.27	47.24	12.75	1.05	159
Итого	726	33.25	43.62	133.01	1001.36	0.84	55.83	5.70	0.07	219.06	520.76	126.36	6.60	

<b>Полдник</b>														
Молоко кипяченое	200	5.80	5.00	9.60	108.00	0.08	2.60	0.00	0.04	240.00	180.00	28.00	0.20	116
Олады	50	3.00	2.75	18.00	142.50	0.06	0.37	1.76	0.01	41.74	52.93	8.78	0.42	157
Молоко сгущенное	30	2.16	2.56	16.66	98.40	0.02	0.30	0.06	0.06	92.10	65.70	10.20	0.06	164
Фрукты	205	0.80	0.80	19.69	94.00	0.08	21.87	0.88	0.00	17.50	61.25	91.87	1.31	ГП
Итого	485	11.76	11.11	63.95	442.90	0.24	25.14	2.70	0.11	391.34	359.87	138.85	1.99	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с зеленым горошком и луком	60	4.2	11.51	2.5	120.73	0.03	1.94	2.63	0.01	37.17	106.78	32.68	0.71	49
Жаркое по-домашнему	200	17.22	10.52	12.87	204.44	0.20	27.93	0.57	0.02	37.61	124.32	45.35	3.03	74
Напиток из облепихи	200	0.12	0.54	21.53	91.99	0.50	20.00	0.50	0.00	2.83	0.90	3.00	0.21	136
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	15	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	159
Итого	490	23.53	22.93	49.45	470.56	0.78	49.87	4.12	0.03	88.11	279.40	95.13	5.12	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	106.00	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Итого	200	6.23	7.11	9.11	106.00	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эв/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		100.25	112.86	352.66	2725.79	2.15	159.67	15.19	0.64	1429.65	1953.96	500.05	21.75	
<b>Суточная потребность</b>		54.00	60.00	261.00	1800.00	0.90	50.00	10.00	0.50	900.00	800.00	200.00	10.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		185.65	188.10	135.12	151.43	239.00	319.34	151.85	128.00	158.85	244.25	250.02	217.49	

Дети 3-7 лет (основное меню)														
Вторая неделя														
Понедельник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Вареники с картофелем и маслом	190	9.12	8.36	54.72	242.96	0.18	1.12	5.34	0.03	26.87	160.89	26.68	1.27	88
Сметана	30	0.81	3.00	1.17	35.70	0.01	0.15	0.09	0.02	27.00	18.60	3.00	0.03	165
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	60	0.54	0.09	1.71	10.5	0.03	9.6	0.24	0	9.3	16.8	10.2	0.42	39
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	60	0.57	0.06	1.56	9.9	0.01	6	0.24	0.01	9.9	17.7	8.7	0.42	29
Чай с лимоном	180	0.04	0.00	23.46	95.71	0.00	1.45	0.01	0.00	2.37	1.17	0.65	0.13	140
Хлеб пшеничный	30	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
Итого	550	13.38	11.74	96.01	452.00	0.26	18.32	6.22	0.06	81.52	233.21	53.09	2.58	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Итого	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Морская капуста с яйцом	60	6.95	9.22	13.17	115.93	0.19	8.63	6.35	0.07	188.71	124.83	739.34	69.78	34
Суп рисовый с мясом	200	5.74	5.03	19.40	115.02	0.11	16.60	0.35	0.02	28.19	39.35	33.62	1.34	62
Бефстроганов из говядины	80	9.2	12.16	2.51	236.35	0.07	3.97	1.94	0.02	29.96	102.44	22.1	2.22	76
Макаронные изделия отварные (рожки)	130	7.73	3.81	49.40	263.04	0.12	0.00	1.09	0.02	14.26	62.10	11.20	1.13	101
Компот из кураги	180	1.80	0.94	22.51	131.54	0.02	0.72	0.99	0.00	29.48	26.28	18.90	0.65	121
Хлеб пшеничный	26	2.00	0.20	11.60	49.60	0.03	0.00	0.26	0.00	5.27	15.64	3.35	0.27	ГП
Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	8.36	35.60	0.03	0.00	0.28	0.00	7.00	31.60	9.40	0.78	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	25	3.32	0.44	19.97	85.20	0.06	0.00	0.54	0.00	12.27	47.24	12.75	1.05	159
Итого	706	35.39	31.65	129.95	961.98	0.58	30.92	11.29	0.13	320.87	412.24	840.91	76.32	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Напиток клюквенный	200	0.10	0.04	20.70	85.40	0.00	3.00	0.20	0.00	3.40	2.20	3.00	0.18	145
Фрукты	205	0.80	0.80	19.69	94.00	0.08	21.87	0.88	0.00	17.50	61.25	91.87	1.31	ГП
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
<b>Итого</b>	<b>505</b>	<b>11.30</b>	<b>5.84</b>	<b>50.99</b>	<b>461.91</b>	<b>0.18</b>	<b>25.37</b>	<b>1.18</b>	<b>0.03</b>	<b>184.90</b>	<b>283.45</b>	<b>117.87</b>	<b>1.89</b>	
<b>Ужин</b>														
Горошек консервированный	60	4.65	0.30	9.75	60.00	0.17	0.90	0.30	0.00	30.00	93.00	31.50	1.05	21
Рагу из птицы	150	14.57	7.31	12.24	162.97	0.16	17.80	2.20	0.02	34.48	161.53	35.02	1.71	89
Компот из смородины чёрной	200	0.30	0.12	17.16	73.05	0.01	60.00	0.21	0.00	11.25	9.90	9.30	0.44	127
Слойка с повидлом	85	3.83	9.78	37.91	205.00	0.10	0.06	1.16	0.05	19.19	66.03	10.50	1.02	155
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
Хлеб пшеничный	30	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	30	4.29	0.59	25.93	110.63	0.08	0.00	0.72	0.00	16.58	65.45	17.96	1.48	159
<b>Итого</b>	<b>555</b>	<b>27.64</b>	<b>18.10</b>	<b>102.99</b>	<b>611.65</b>	<b>0.52</b>	<b>78.76</b>	<b>4.59</b>	<b>0.07</b>	<b>111.50</b>	<b>395.91</b>	<b>104.28</b>	<b>5.70</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	106.00	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Вафли , печенье, пряники	25	3.12	4.90	12.50	41.30	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
<b>Итого</b>	<b>225</b>	<b>9.35</b>	<b>12.01</b>	<b>21.61</b>	<b>147.30</b>	<b>0.11</b>	<b>1.56</b>	<b>0.00</b>	<b>0.07</b>	<b>275.00</b>	<b>236.11</b>	<b>36.51</b>	<b>0.64</b>	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		97.26	79.53	424.35	2734.83	1.65	174.93	24.88	0.36	1025.78	1642.91	1182.66	90.32	
<b>Суточная потребность</b>		54.00	60.00	261.00	1800.00	0.90	50.00	10.00	0.50	900.00	800.00	200.00	10.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		180.11	132.54	162.59	151.93	183.44	349.86	248.80	72.00	113.98	205.36	591.33	903.24	



Дети 3-7 лет (основное меню)														
Вторая неделя														
Вторник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Запеканка из творога с молоком сгущенным или джемом (130/30)	160	23.70	5.71	29.90	225.19	0.17	0.84	0.54	0.14	278.26	219.38	40.61	1.13	10
Какао с молоком	180	5.57	4.59	31.50	161.25	0.07	2.11	0.01	0.04	199.71	169.38	37.98	1.03	114
Масло сливочное (порциями)	7	0.06	4.24	0.08	38.56	0.00	0.00	0.06	0.04	1.40	1.75	0.00	0.02	18
Колбаса (порциями)	11	1.57	1.22	0.02	17.28	0.01	0.00	0.04	0.00	2.40	21.80	2.20	0.36	17
Хлеб пшеничный	55	3.66	0.36	21.27	90.92	0.05	0.00	0.48	0.00	9.65	28.67	6.14	0.49	ГП
<b>Итого</b>	<b>413</b>	<b>34.56</b>	<b>16.12</b>	<b>82.77</b>	<b>533.20</b>	<b>0.30</b>	<b>2.95</b>	<b>1.13</b>	<b>0.22</b>	<b>491.42</b>	<b>440.98</b>	<b>86.93</b>	<b>3.03</b>	
<b>2 завтрак</b>														
Вафли , печенье, пряники	25	3.12	4.90	12.50	41.30	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
<b>Итого</b>	<b>225</b>	<b>3.32</b>	<b>5.10</b>	<b>35.30</b>	<b>141.30</b>	<b>0.04</b>	<b>20.00</b>	<b>1.60</b>	<b>0.00</b>	<b>60.33</b>	<b>107.00</b>	<b>35.40</b>	<b>3.61</b>	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Винегрет овощной	60	1.09	3.43	5.13	66.87	0.04	8.12	1.61	0.00	20.76	30.67	12.60	0.54	31
Солянка Домашняя	200	5.08	6.78	8.34	248.6	0.08	15.34	0.53	0.02	31.91	80.08	19.38	1.3	60
Плов по-узбекски из говядины	150	12.73	10.67	34.52	405.37	0.36	4.91	0.67	0.03	33.14	198.25	49.3	1.83	79
Кисель из брусники (клюквы)	200	0.15	0.10	32.28	131.72	0.00	3.00	0.20	0.00	8.18	7.82	1.40	0.16	117
Хлеб пшеничный	30	2.00	0.20	11.60	49.60	0.03	0.00	0.26	0.00	5.27	15.64	3.35	0.27	ГП
Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	8.36	35.60	0.03	0.00	0.28	0.00	7.00	31.60	9.40	0.78	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	25	3.32	0.44	19.97	85.20	0.06	0.00	0.54	0.00	12.27	47.24	12.75	1.05	159
<b>Итого</b>	<b>670</b>	<b>23.02</b>	<b>21.47</b>	<b>103.23</b>	<b>952.66</b>	<b>0.55</b>	<b>32.37</b>	<b>3.58</b>	<b>0.05</b>	<b>124.26</b>	<b>374.06</b>	<b>98.43</b>	<b>5.03</b>	

<b>Полдник</b>														
Молоко кипяченое	200	5.80	5.00	9.60	108.00	0.08	2.60	0.00	0.04	240.00	180.00	28.00	0.20	116
Бисквит "Прага" с бананом	50	3.20	8.66	31.44	226.44	0.05	1.00	1.00	0.04	8.82	29.55	8.62	0.45	153
Фрукты	205	0.80	0.80	19.69	94.00	0.08	21.87	0.88	0.00	17.50	61.25	91.87	1.31	ГП
<b>Итого</b>	<b>455</b>	<b>9.80</b>	<b>14.46</b>	<b>60.73</b>	<b>428.44</b>	<b>0.21</b>	<b>25.47</b>	<b>1.88</b>	<b>0.08</b>	<b>266.32</b>	<b>270.80</b>	<b>128.49</b>	<b>1.96</b>	
<b>Ужин</b>														
Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	60	1.02	6.51	5.49	86.20	0.03	15.24	2.97	0.18	28.97	29.03	17.05	0.87	25
или Маринад овощной*	60	1.23	8.09	7.33	108.14	0.06	8.54	3.92	0	30.42	47.12	28.63	0.66	113
Рыба, запеченная в панировке (50/20)	70	7.10	5.87	9.23	115.91	0.18	2.03	1.36	0.05	26.52	175.17	27.89	1.07	90
Картофельное пюре	50	1.46	2.23	11.57	72.37	0.06	9.47	0.08	0.02	26.67	43.19	13.19	0.44	105
Фасоль стручковая запеченная	100	2.50	4.19	3.25	58.97	0.10	19.56	2.00	0.00	67.24	44.39	25.73	1.10	112
Напиток ягодный	200	0.25	0.14	17.35	73.45	0.01	24.00	0.23	0.00	10.55	8.60	6.00	0.34	138
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	15	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	159
<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>14.53</b>	<b>20.88</b>	<b>61.28</b>	<b>482.24</b>	<b>0.46</b>	<b>63.60</b>	<b>8.01</b>	<b>0.07</b>	<b>171.90</b>	<b>365.87</b>	<b>115.54</b>	<b>4.78</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	106.00	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>6.23</b>	<b>7.11</b>	<b>9.11</b>	<b>106.00</b>	<b>0.07</b>	<b>1.56</b>	<b>0.00</b>	<b>0.07</b>	<b>266.67</b>	<b>211.11</b>	<b>31.11</b>	<b>0.23</b>	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		91.45	85.13	352.41	2643.84	1.63	145.95	16.20	0.49	1380.90	1769.82	495.90	18.64	
<b>Суточная потребность</b>		54.00	60.00	261.00	1800.00	0.90	50.00	10.00	0.50	900.00	800.00	200.00	10.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		169.36	141.89	135.02	146.88	180.96	291.90	161.97	98.00	153.43	221.23	247.95	186.37	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 3-7 лет (основное меню)														
Вторая неделя														
Среда														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Суп молочный с крупой	190	4.92	5.07	17.22	135.16	0.07	1.82	0.07	0.04	170.59	144.83	25.67	0.28	3
Чай с молоком	180	2.53	2.88	26.69	158.90	0.04	1.18	0.00	0.03	108.95	81.47	12.85	0.16	141
Масло сливочное (порциями)	7	0.06	4.24	0.08	38.56	0.00	0.00	0.06	0.04	1.40	1.75	0.00	0.02	18
Сыр (порциями)	36	8.35	10.62	0.00	131.04	0.01	0.25	0.18	0.10	116.80	180.00	12.60	0.36	19
Хлеб пшеничный	30	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
Итого	443	18.16	23.04	57.38	520.89	0.15	3.25	0.61	0.21	403.82	426.10	54.98	1.13	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	25	0.13	0.00	15.00	50.63	0.00	0.00	0.00	0.00	3.75	1.88	1.25	0.31	ГП
Итого	225	0.33	0.20	37.80	150.63	0.00	20.00	1.60	0.00	55.75	83.88	31.25	3.51	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Салат Витаминный со сладким перцем	60	1.06	8.06	7.71	108.28	0.03	47.44	3.74	0.18	24.73	24.56	14.29	0.45	35
или Салат "Степной" из разных овощей*	60	1.63	5.79	7.54	129.41	0.07	11.54	2.71	0.00	27.01	46.21	19.35	0.7	30
Уха Ростовская	200	5.94	4.04	11.82	229.33	0.14	24.51	0.73	0.02	29.58	93.50	30.33	1.13	66
Котлеты куриные	70	9.8	12.6	7.88	289.5	0.63	1.12	0.77	0.04	36.98	99.05	13.23	0.77	67
Картофель, запеченный дольками	150	3.5	5.19	19.29	194.16	0.21	34.45	2.15	0	23.35	101.58	40.06	1.6	108
Компот из облепихи	200	0.36	1.62	32.65	148.29	1.50	60.00	1.50	0.00	7.53	2.70	9.00	0.52	144
Хлеб пшеничный	26	2.00	0.20	11.60	49.60	0.03	0.00	0.26	0.00	5.27	15.64	3.35	0.27	ГП
Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	8.36	35.60	0.03	0.00	0.28	0.00	7.00	31.60	9.40	0.78	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	25	3.32	0.44	19.97	85.20	0.06	0.00	0.54	0.00	12.27	47.24	12.75	1.05	159
Итого	736	24.63	32.00	102.31	1090.79	2.58	168.52	9.46	0.24	152.44	378.63	122.66	5.67	

\*с 1 января по 30 июня

<b>Полдник</b>														
Молоко кипяченое	200	5.80	5.00	9.60	108.00	0.08	2.60	0.00	0.04	240.00	180.00	28.00	0.20	116
Пирожок печеный из дрожжевого теста с картофельным фаршем	60	1.94	3.89	23.46	203.84	0.08	6.36	0.88	0.02	15.28	48.23	10.67	0.68	151
Фрукты	205	0.80	0.80	19.69	94.00	0.08	21.87	0.88	0.00	17.50	61.25	91.87	1.31	ГП
<b>Итого</b>	<b>465</b>	<b>8.54</b>	<b>9.69</b>	<b>52.75</b>	<b>405.84</b>	<b>0.24</b>	<b>30.83</b>	<b>1.76</b>	<b>0.06</b>	<b>272.78</b>	<b>289.48</b>	<b>130.54</b>	<b>2.19</b>	
<b>Ужин</b>														
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	60	0.84	0.11	2.88	16.59	0.05	63.10	0.41	0.00	10.61	19.58	11.15	0.52	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	60	0.57	0.06	1.56	9.90	0.01	6.00	0.24	0.01	9.90	17.70	8.70	0.42	29
Пельмени мясные отварные	200	18.6	17.8	38.76	329.06	0.14	2.32	2.52	0.06	43.96	191.9	25.06	2.52	87
Сметана	30	0.81	3	1.17	35.7	0.01	0.15	0.09	0.02	27	18.6	3	0.03	165
Напиток из шиповника	180	0.61	0.25	23.95	117.49	0.01	180.00	0.68	0.00	11.50	3.06	3.06	0.61	133
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	15	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	159
<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>22.85</b>	<b>21.52</b>	<b>79.31</b>	<b>552.24</b>	<b>0.26</b>	<b>245.57</b>	<b>4.12</b>	<b>0.08</b>	<b>103.57</b>	<b>280.54</b>	<b>56.37</b>	<b>4.85</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	106.00	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Баранки, сушки, бублики	35	2.80	2.20	21.00	60.00	0.06	0.00	0.50	0.00	8.40	31.00	6.10	0.50	ГП
<b>Итого</b>	<b>235</b>	<b>9.03</b>	<b>9.31</b>	<b>30.11</b>	<b>166.00</b>	<b>0.13</b>	<b>1.56</b>	<b>0.50</b>	<b>0.07</b>	<b>275.07</b>	<b>242.11</b>	<b>37.21</b>	<b>0.73</b>	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Мg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		83.53	95.75	359.65	2886.38	3.36	469.74	18.05	0.66	1263.42	1700.73	433.01	18.08	
<b>Суточная потребность</b>		54.00	60.00	261.00	1800.00	0.90	50.00	10.00	0.50	900.00	800.00	200.00	10.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		154.69	159.59	137.80	160.35	373.22	939.47	180.48	132.00	140.38	212.59	216.51	180.79	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 3-7 лет (основное меню)														
Вторая неделя														
Четверг														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша "Янтарная"	190	8.07	9.12	36.13	259.99	0.23	3.18	0.73	0.05	153.28	229.47	68.04	1.99	1
Кофейный напиток с молоком	200	5.00	4.70	40.85	229.74	0.10	2.34	0.08	0.04	221.42	208.40	44.72	0.62	115
Масло сливочное (порциями)	7	0.06	4.24	0.08	38.56	0.00	0.00	0.06	0.04	1.40	1.75	0.00	0.02	18
Колбаса (порциями)	11	1.57	1.22	0.02	17.28	0.01	0.00	0.04	0.00	2.40	21.80	2.20	0.36	17
Хлеб пшеничный	30	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
Итого	438	17.00	19.51	90.47	602.80	0.37	5.52	1.21	0.13	384.58	479.47	118.82	3.30	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Вафли , печенье, пряники	25	3.12	4.90	12.50	41.30	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
Итого	225	3.32	5.10	35.30	141.30	0.04	20.00	1.60	0.00	60.33	107.00	35.40	3.61	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Салат из свеклы с сыром и чесноком	60	2.95	8.02	6.41	86.04	0.02	7.34	2.58	0.02	99.4	71.84	18.94	1.11	32
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом	200	1.68	5.39	7.86	118.29	0.06	29.68	0.29	0.02	47.30	70.71	21.99	1.02	57
Тефтели мясные с рисом	70	6.98	8.7	3.85	290.39	0.15	8.82	0.45	0.01	29.04	110.31	16.3	1.32	71
Соус томатный с овощами	50	0.73	2.58	4.45	44.50	0.02	4.38	0.18	0.02	7.50	11.50	5.47	0.27	163
Макаронные изделия отварные (перья)	130	7.73	3.81	49.40	263.04	0.12	0.00	1.09	0.02	14.26	62.10	11.20	1.13	101
Компот из смеси сухофруктов	180	0.56	0.00	28.43	119.37	0.01	0.51	0.10	0.01	57.30	19.70	7.67	1.58	129
Хлеб пшеничный	26	2.00	0.20	11.60	49.60	0.03	0.00	0.26	0.00	5.27	15.64	3.35	0.27	ГП
Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	8.36	35.60	0.03	0.00	0.28	0.00	7.00	31.60	9.40	0.78	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	25	3.32	0.44	19.97	85.20	0.06	0.00	0.54	0.00	12.27	47.24	12.75	1.05	159
Итого	746	24.60	28.99	123.36	1021.73	0.45	51.73	5.26	0.10	285.07	403.40	97.32	7.63	

<b>Полдник</b>														
Фрукты	205	0.80	0.80	19.69	94.00	0.08	21.87	0.88	0.00	17.50	61.25	91.87	1.31	ГП
Расстегай с рыбой	60	3.83	4.92	21.09	209.22	0.07	15.26	0.91	0.02	27.90	44.55	10.12	0.66	154
Чай с лимоном	180	0.04	0.00	23.46	95.71	0.00	1.45	0.01	0.00	2.37	1.17	0.65	0.13	140
Итого	445	4.67	5.72	64.24	398.93	0.15	38.58	1.80	0.02	47.77	106.97	102.64	2.10	
<b>Ужин</b>														
Салат из красной фасоли с морковью	60	6.17	3.73	11.34	97.77	0.19	18.23	1.82	0.00	51.8	128.43	38.68	1.66	38
Картофельная запеканка с мясом или субпродуктами	150	17.00	18.60	21.89	285.08	0.41	24.72	1.39	0.04	27.62	231.36	49.50	2.99	75
Напиток из малины и смородины	200	0.27	0.14	17.31	73.35	0.01	33.75	0.20	0.00	11.85	10.50	7.95	0.42	146
Хлеб пшеничный	26	2.00	0.20	11.60	49.60	0.03	0.00	0.26	0.00	5.27	15.64	3.35	0.27	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	30	3.98	0.56	24.15	103.00	0.08	0.00	0.68	0.00	15.77	63.04	17.45	1.44	159
Итого	466	27.42	23.03	74.69	559.20	0.69	76.70	4.09	0.04	107.04	433.33	113.58	6.51	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	106.00	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Итого	200	6.23	7.11	9.11	106.00	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		83.24	89.45	397.16	2829.95	1.77	194.09	13.96	0.36	1151.45	1741.27	498.87	23.37	
<b>Суточная потребность</b>		54.00	60.00	261.00	1800.00	0.90	50.00	10.00	0.50	900.00	800.00	200.00	10.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		154.15	149.08	152.17	157.22	196.33	388.18	139.60	72.00	127.94	217.66	249.43	233.73	

Дети 3-7 лет (основное меню)														
Вторая неделя														
Пятница														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша "Боярская"	190	7.99	8.61	36.59	261.59	0.20	1.60	0.18	0.05	163.48	195.67	46.71	1.18	5
Какао с молоком	180	5.57	4.59	31.50	161.25	0.07	2.11	0.01	0.04	199.71	169.38	37.98	1.03	114
Колбаса (порциями)	11	1.57	1.22	0.02	17.28	0.01	0.00	0.04	0.00	2.40	21.80	2.20	0.36	17
Хлеб пшеничный	30	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
Итого	411	17.43	14.65	81.50	497.35	0.31	3.71	0.53	0.09	371.67	404.90	90.75	2.88	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Фрукты	205	0.80	0.80	19.69	94.00	0.08	21.87	0.88	0.00	17.50	61.25	91.87	1.31	ГП
Итого	405	1.00	1.00	42.49	194.00	0.08	41.87	2.48	0.00	69.50	143.25	121.87	4.51	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	60	1.28	8.08	7.68	68.80	0.03	22.24	3.60	0.04	35.20	25.60	13.60	0.48	24
или Салат овощной с зеленым горошком*	60	1.68	4.9	6.27	58.09	0.06	6.36	1.99	0.01	12.76	40.44	15.06	0.56	40
Суп из овощей с фасолью	200	9.25	5.59	17.02	166.65	0.29	27.35	2.72	0	77.7	192.65	58.02	2.48	61
Печень, запеченная с луком	80	18.06	13.21	10.38	233.74	0.32	42.35	5.40	7.74	38.97	319.66	21.06	6.90	77
Картофель, запеченный из отварного	150	6.68	11.81	35.53	226.18	0.27	43.67	3.79	0.03	117.16	178.10	54.08	2.12	109
Кисель из смородины	200	0.26	0.10	27.48	113.57	0.01	50.00	0.18	0.00	12.03	12.87	7.75	0.39	119
Хлеб пшеничный	26	2.00	0.20	11.60	49.60	0.03	0.00	0.26	0.00	5.27	15.64	3.35	0.27	ГП
Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	8.36	35.60	0.03	0.00	0.28	0.00	7.00	31.60	9.40	0.78	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	25	3.32	0.44	19.97	85.20	0.06	0.00	0.54	0.00	12.27	47.24	12.75	1.05	159
Итого	746	39.50	39.28	121.05	909.04	0.99	186.61	16.26	7.81	311.33	786.12	170.26	13.57	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Компот из груш с лимоном	200	0.26	0.16	25.32	105.68	0.01	5.30	0.21	0.00	12.90	9.54	6.84	1.25	124
Сырники из творога со сгущенным молоком (150/30)	180	31.05	16.26	30.52	298.95	0.19	0.79	0.67	0.11	268.35	207.70	40.10	1.03	12
<b>Итого</b>	<b>380</b>	<b>31.31</b>	<b>16.42</b>	<b>55.84</b>	<b>404.63</b>	<b>0.20</b>	<b>6.09</b>	<b>0.88</b>	<b>0.11</b>	<b>281.25</b>	<b>217.24</b>	<b>46.94</b>	<b>2.28</b>	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с картофелем и луком	50	4.12	6.64	4.45	71.58	0.03	5.08	1.98	0.01	31.23	74.47	29.68	0.70	51
Куриное филе в сметанном соусе	70	1.75	5.97	2.19	100.02	0.07	5.94	2.70	0.04	31.47	110.48	13.95	0.95	85
Каша перловая рассыпчатая с овощами	130	4.07	5.67	28.10	180.03	0.07	4.72	2.86	0.00	32.11	89.93	21.01	0.94	99
Напиток яблочный	200	0.10	0.10	26.40	107.51	0.01	2.50	0.05	0.00	4.72	2.75	2.25	0.62	137
Хлеб пшеничный	20	2.00	0.20	11.60	49.60	0.03	0.00	0.26	0.00	5.27	15.64	3.35	0.27	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	25	3.98	0.56	24.15	103.00	0.08	0.00	0.68	0.00	15.77	63.04	17.45	1.44	159
<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>14.02</b>	<b>18.94</b>	<b>85.29</b>	<b>562.14</b>	<b>0.26</b>	<b>18.24</b>	<b>8.27</b>	<b>0.05</b>	<b>115.30</b>	<b>340.67</b>	<b>84.34</b>	<b>4.65</b>	
<b>2 ужин</b>														
Вафли , печенье, пряники	25	3.12	4.90	12.50	41.30	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	106.00	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
<b>Итого</b>	<b>225</b>	<b>9.35</b>	<b>12.01</b>	<b>21.61</b>	<b>147.30</b>	<b>0.11</b>	<b>1.56</b>	<b>0.00</b>	<b>0.07</b>	<b>275.00</b>	<b>236.11</b>	<b>36.51</b>	<b>0.64</b>	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		112.61	102.29	407.77	2714.45	1.95	258.08	28.42	8.13	1424.04	2128.28	550.67	28.52	
<b>Суточная потребность</b>		54.00	60.00	261.00	1800.00	0.90	50.00	10.00	0.50	900.00	800.00	200.00	10.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		208.54	170.48	156.23	150.80	216.33	516.16	284.20	1626.00	158.23	266.04	275.33	285.23	



Дети 3-7 лет (основное меню)														
Вторая неделя														
Суббота														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Вареники с картофелем и маслом	190	9.12	8.36	54.72	242.96	0.18	1.12	5.34	0.03	26.87	160.89	26.68	1.27	88
Кофейный напиток с молоком	200	5.00	4.70	40.85	229.74	0.10	2.34	0.08	0.04	221.42	208.40	44.72	0.62	115
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	60	0.54	0.09	1.71	10.5	0.03	9.6	0.24	0	9.3	16.8	10.2	0.42	39
или Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства*	60	1.14	5.34	4.62	71.40	0.01	4.20	1.86	0.00	24.60	22.20	9.00	0.42	147
Хлеб пшеничный	30	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
Итого	480	16.96	13.38	110.67	540.43	0.34	13.06	5.96	0.07	263.67	404.14	85.46	2.62	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Вафли , печенье, пряники	25	3.12	4.90	12.50	41.30	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
Итого	225	3.32	5.10	35.30	141.30	0.04	20.00	1.60	0.00	60.33	107.00	35.40	3.61	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Салат Обжорка	60	2.47	2.23	2.80	63.14	0.04	3.39	0.23	0.01	22.91	47.23	15.79	0.62	37
Солянка из птицы	200	4.41	11.67	18.81	233.45	0.07	13.32	0.46	0.02	27.7	69.52	16.83	1.13	52
Капуста тушеная со свиной	200	10.58	9.99	12.57	268.50	0.31	92.58	2.57	0.00	110.87	147.95	47.99	2.21	81
Компот из кураги	180	1.80	0.94	22.51	131.54	0.02	0.72	0.99	0.00	29.48	26.28	18.90	0.65	121
Хлеб пшеничный	26	2.00	0.20	11.60	49.60	0.03	0.00	0.26	0.00	5.27	15.64	3.35	0.27	ГП
Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	8.36	35.60	0.03	0.00	0.28	0.00	7.00	31.60	9.40	0.78	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	25	3.32	0.44	19.97	85.20	0.06	0.00	0.54	0.00	12.27	47.24	12.75	1.05	159
Итого	696	23.23	25.32	79.65	796.73	0.51	111.01	4.82	0.03	221.23	348.22	115.26	5.81	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
Фрукты	205	0.80	0.80	19.69	94.00	0.08	21.87	0.88	0.00	17.50	61.25	91.87	1.31	ГП
Молоко кипяченое	200	5.80	5.00	9.60	108.00	0.08	2.60	0.00	0.04	240.00	180.00	28.00	0.20	116
Итого	505	17.00	10.80	39.89	331.00	0.26	24.97	0.98	0.07	421.50	461.25	142.87	1.91	
<b>Ужин</b>														
Пекинская капуста с огурцом и сыром	60	3.64	9.20	2.26	83.42	0.02	19.05	2.58	0.03	129.88	79.58	13.81	0.49	42
или Маринад овощной*	60	1.23	8.09	7.33	108.14	0.06	8.54	3.92	0	30.42	47.12	28.63	0.66	113
Рыба, тушенная в сметанном соусе	70	13.25	8.67	3.44	111.61	0.15	4.91	2.87	0.02	34.15	102.73	26.67	0.63	93
Картофельное пюре	150	3.25	5.42	21.94	149.99	0.17	25.79	0.19	0.03	45.61	96.90	32.74	1.22	105
Чай с сахаром	180	0.18	0.00	17.99	71.95	0.00	0.00	0.00	0.00	10.96	7.20	5.40	0.74	139
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	15	2.17	0.36	30.54	125.35	0.05	0.00	0.42	0.00	21.46	54.60	19.50	1.91	159
Итого	490	19.90	22.54	63.25	470.37	0.43	39.24	7.40	0.05	131.64	301.35	107.54	4.42	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	106.00	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Итого	200	6.23	7.11	9.11	106.00	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		86.64	84.24	337.86	2385.82	1.65	209.84	20.76	0.29	1365.03	1833.06	517.64	18.60	
<b>Суточная потребность</b>		54.00	60.00	261.00	1800.00	0.90	50.00	10.00	0.50	900.00	800.00	200.00	10.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		160.44	140.40	129.45	132.55	183.44	419.68	207.60	58.00	151.67	229.13	258.82	185.96	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 3-7 лет (основное меню)														
Вторая неделя														
Воскресенье														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Омлет с сыром	190	17.21	25.39	3.61	284.86	0.09	1.01	0.65	0.32	117.07	181.8	26.21	2.12	16
Чай с молоком	180	2.53	2.88	26.69	158.90	0.04	1.18	0.00	0.03	108.95	81.47	12.85	0.16	141
Масло сливочное (порциями)	7	0.06	4.24	0.08	38.56	0.00	0.00	0.06	0.04	1.40	1.75	0.00	0.02	18
Горошек консервированный	60	4.65	0.30	9.75	60.00	0.17	0.90	0.30	0.00	30.00	93.00	31.50	1.05	21
Хлеб пшеничный	30	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
Итого	467	26.75	33.04	53.52	599.55	0.33	3.09	1.31	0.39	263.50	376.07	74.42	3.66	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	25	0.13	0.00	15.00	50.63	0.00	0.00	0.00	0.00	3.75	1.88	1.25	0.31	ГП
Итого	225	0.33	0.20	37.80	150.63	0.00	20.00	1.60	0.00	55.75	83.88	31.25	3.51	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Салат из моркови с сыром и чесноком	60	2.82	4.03	5.04	105.02	0.05	3.62	2.78	0.02	92.98	79.67	29.63	0.60	33
Суп картофельный с бобовыми и копченостями	200	8.95	9.97	20.32	239.32	0.43	23.56	0.79	0.02	66.2	144.98	59.56	3.88	54
Рыба, запеченная под маринадом	70	4.63	7.73	3.86	144.28	0.13	4.28	2.81	0.01	21.23	120.06	21.97	0.55	95
Рис отварной	130	5.12	3.24	53.92	186.26	0.06	0	0.33	0.02	11.76	111.28	36.7	0.77	103
Компот из брусники (клюквы)	200	0.21	0.15	23.42	97.59	0.00	4.50	0.30	0.00	8.13	4.80	2.10	0.19	123
Хлеб пшеничный	30	2.00	0.20	11.60	49.60	0.03	0.00	0.26	0.00	5.27	15.64	3.35	0.27	ГП
Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	8.36	35.60	0.03	0.00	0.28	0.00	7.00	31.60	9.40	0.78	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	25	3.32	0.44	19.97	85.20	0.06	0.00	0.54	0.00	12.27	47.24	12.75	1.05	159
Итого	720	25.70	25.61	129.52	872.57	0.74	36.96	7.58	0.07	230.57	518.03	165.71	7.19	

<b>Полдник</b>														
Фрукты	205	0.80	0.80	19.69	94.00	0.08	21.87	0.88	0.00	17.50	61.25	91.87	1.31	ГП
Блинчики с ягодной начинкой	55	3.15	3.50	19.82	257.10	0.55	0.20	0.49	0.06	36.85	76.39	9.47	0.99	156
Напиток ягодный	200	0.25	0.14	17.35	73.45	0.01	24.00	0.23	0.00	10.55	8.60	6.00	0.34	138
<b>Итого</b>	<b>460</b>	<b>4.20</b>	<b>4.44</b>	<b>56.86</b>	<b>424.55</b>	<b>0.64</b>	<b>46.07</b>	<b>1.60</b>	<b>0.06</b>	<b>64.90</b>	<b>146.24</b>	<b>107.34</b>	<b>2.64</b>	
<b>Ужин</b>														
Салат из картофеля с рыбой	60	5.44	5.22	5.94	68.60	0.09	8.30	1.99	0.01	12.92	67.69	15.77	0.50	47
Печень говяжья по-строгановски	70	8.36	8.69	0.65	130.90	0.13	8.13	0.50	6.71	14.67	105.41	8.88	3.18	84
Макаронные изделия отварные (рожки)	130	7.73	3.81	49.40	263.00	0.12	0.00	1.09	0.02	14.26	62.10	11.20	1.13	101
Компот Витаминный	180	3.91	1.06	22.37	139.14	0.03	90.72	1.33	0.00	34.74	27.81	20.43	0.90	126
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	15	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	159
<b>Итого</b>	<b>470</b>	<b>27.43</b>	<b>19.14</b>	<b>90.91</b>	<b>586.44</b>	<b>0.42</b>	<b>107.15</b>	<b>5.33</b>	<b>6.74</b>	<b>87.09</b>	<b>310.41</b>	<b>70.38</b>	<b>6.88</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	106.00	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>6.23</b>	<b>7.11</b>	<b>9.11</b>	<b>106.00</b>	<b>0.07</b>	<b>1.56</b>	<b>0.00</b>	<b>0.07</b>	<b>266.67</b>	<b>211.11</b>	<b>31.11</b>	<b>0.23</b>	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		90.63	89.53	377.71	2739.73	2.20	214.83	17.42	7.33	968.47	1645.73	480.21	24.11	
<b>Суточная потребность</b>		54.00	60.00	261.00	1800.00	0.90	50.00	10.00	0.50	900.00	800.00	200.00	10.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		167.84	149.22	144.72	152.21	244.56	429.66	174.20	1466.00	107.61	205.72	240.11	241.09	

Средние показатели пищевых веществ, энергетической ценности, витаминов и минеральных веществ												
	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
	Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
<b>Итого за 14 дней</b>	1246.33	1295.45	5273.65	37791.06	26.99	3633.00	263.96	20.93	16466.57	24228.24	7763.02	373.63
<b>Среднее значение</b>	89.02	92.53	376.69	2699.36	1.93	259.50	18.85	1.49	1176.18	1730.59	554.50	26.69
<b>Соотношение Б:Ж:У</b>	1.0	1.0	4.0						1.0	1.5		
<b>Суточная потребность</b>	54.00	60.00	261.00	1800.00	0.90	50.00	10.00	0.50	900.00	800.00	200.00	10.00
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>	164.86	154.22	144.33	149.96	214.18	519.00	188.54	298.96	130.69	216.32	277.25	266.88

Дети 3-7 лет (каникулярное меню)														
Первая неделя														
Понедельник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша рисовая молочная жидкая	209	6.18	8.31	37.70	229.10	0.08	1.65	0.21	0.06	159.60	169.29	35.51	0.54	2
Какао с молоком	198	6.13	5.05	34.65	177.38	0.08	2.32	0.01	0.04	219.68	186.32	41.78	1.13	114
Масло сливочное (порциями)	8	0.07	4.85	0.09	44.07	0.00	0.00	0.07	0.05	1.60	2.00	0.00	0.02	18
Колбаса (порциями)	13	1.86	1.44	0.02	20.42	0.01	0.00	0.05	0.00	2.84	25.76	2.60	0.43	17
Хлеб пшеничный	33	2.53	0.25	14.73	62.95	0.03	0.00	0.33	0.00	6.68	19.85	4.25	0.34	ГП
Итого	461	16.77	19.89	87.19	533.91	0.20	3.97	0.67	0.14	390.40	403.22	84.13	2.46	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Вафли , печенье, пряники	28	3.49	5.49	14.00	46.26	0.04	0.00	0.00	0.00	9.33	28.00	6.05	0.46	ГП
Итого	248	3.71	5.71	39.08	156.26	0.04	22.00	1.76	0.00	66.53	118.20	39.05	3.98	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	66	0.92	0.12	3.17	18.25	0.05	69.41	0.45	0.00	11.67	21.54	12.27	0.57	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	66	0.63	0.07	1.72	10.89	0.01	6.60	0.26	0.01	10.89	19.47	9.57	0.46	29
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	220	5.08	5.97	14.49	321.31	0.09	26.47	0.33	0.02	54.82	90.96	30.18	1.56	56
Биточки рыбные	100	9.12	8.57	7.93	246.48	0.20	0.91	1.49	0.05	44.51	92.11	29.71	0.91	94
Рагу из овощей	165	2.96	8.79	10.05	245.51	0.15	62.37	3.38	0.02	42.89	32.03	30.69	1.06	110
или Овощи запеченные	165	3.06	9.33	18.52	171.34	0.17	143.99	4.63	0.00	49.31	78.42	36.49	1.49	111
Компот из свежих ягод	220	0.28	0.15	25.67	107.13	0.01	26.40	0.25	0.00	11.80	9.46	6.60	0.40	122
Хлеб пшеничный	29	2.23	0.22	12.94	55.32	0.03	0.00	0.29	0.00	5.87	17.44	3.73	0.30	ГП
Хлеб ржаной	22	1.46	0.26	9.20	39.16	0.04	0.00	0.31	0.00	7.70	34.76	10.34	0.86	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	28	3.72	0.49	22.36	95.42	0.07	0.00	0.60	0.00	13.74	52.91	14.28	1.17	159
Итого	833	22.76	24.15	86.74	1049.55	0.58	186.66	6.53	0.09	199.07	309.31	126.82	5.82	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Фрукты	226	0.88	0.88	21.71	103.63	0.09	24.11	0.97	0.00	19.30	67.52	101.28	1.45	ГП
Молоко кипяченое	220	6.38	5.50	10.56	118.80	0.09	2.86	0.00	0.04	264.00	198.00	30.80	0.22	116
Кекс Творожный	50	5.10	7.48	26.25	193.09	0.04	0.07	0.33	0.06	30.13	56.15	5.89	0.46	150
Итого	496	12.36	13.86	58.52	415.52	0.22	27.04	1.30	0.10	313.43	321.67	137.97	2.13	
<b>Ужин</b>														
Салат Столичный	66	7.94	6.94	4.82	100.90	0.08	6.68	0.19	0.02	20.52	87.70	15.86	0.91	41
Говядина, тушенная с черносливом	88	5.36	19.34	5.89	149.29	0.07	4.46	2.49	0.02	20.92	151.49	24.70	2.04	73
Каша гречневая рассыпчатая	143	8.22	6.97	37.10	148.45	0.28	0.00	0.58	0.03	14.56	131.66	193.18	4.36	97
Чай с лимоном	198	0.04	0.00	25.81	105.28	0.00	1.60	0.01	0.00	2.61	1.29	0.72	0.14	140
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	17	2.30	0.41	40.81	168.99	0.06	1.64	0.49	0.00	14.59	55.05	16.72	1.47	159
Итого	528	23.74	33.65	87.41	562.66	0.47	12.73	3.73	0.08	70.16	424.28	249.96	8.73	
<b>2 ужин</b>														
Баранки, сушки, бублики	39	3.12	2.45	23.40	66.86	0.07	0.00	0.56	0.00	9.36	34.54	6.80	0.56	ГП
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	116.60	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Итого	259	9.97	10.27	33.42	183.46	0.14	1.72	0.56	0.08	302.70	266.76	41.02	0.81	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		89.32	107.53	392.36	2901.35	1.66	254.12	14.54	0.50	1342.28	1843.45	678.96	23.92	
<b>Суточная потребность</b>		59.40	66.00	287.10	1980.00	0.99	55.00	11.00	0.55	990.00	880.00	220.00	11.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		150.37	162.92	136.66	146.53	167.77	462.03	132.20	90.31	135.58	209.48	308.62	217.50	

Дети 3-7 лет (каникулярное меню)														
Первая неделя														
Вторник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Вареники с картофелем и маслом	209	10.03	9.20	60.19	267.26	0.20	1.23	5.87	0.03	29.56	176.98	29.35	1.40	88
Чай с молоком	198	2.78	3.17	29.36	174.79	0.04	1.30	0.00	0.03	119.85	89.62	14.14	0.18	141
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	66	0.59	0.10	1.88	11.55	0.03	10.56	0.26	0.00	10.23	18.48	11.22	0.46	39
или Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства*	66	1.25	5.87	5.08	78.54	0.01	4.62	2.05	0.00	27.06	24.42	9.90	0.46	147
Колбаса (порциями)	13	1.86	1.44	0.02	20.42	0.01	0.00	0.05	0.00	2.84	25.76	2.60	0.43	17
Хлеб пшеничный	33	2.53	0.25	14.73	62.95	0.03	0.00	0.33	0.00	6.68	19.85	4.25	0.34	ГП
Итого	519	17.80	14.15	106.18	536.97	0.32	13.09	6.52	0.07	169.15	330.69	61.55	2.80	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Вафли , печенье, пряники	28	3.49	5.49	14.00	46.26	0.04	0.00	0.00	0.00	9.33	28.00	6.05	0.46	ГП
Итого	248	3.71	5.71	39.08	156.26	0.04	22.00	1.76	0.00	66.53	118.20	39.05	3.98	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Салат из картофеля с рыбой	66	5.98	5.74	6.53	75.46	0.10	9.13	2.19	0.01	14.21	74.46	17.35	0.55	47
Суп Шахтерский	220	6.31	5.53	21.34	258.72	0.12	18.26	0.39	0.02	31.01	43.29	36.98	1.47	55
Котлеты мясо-картофельные польновски	70	9.57	15.44	6.83	240.72	0.19	7.27	1.62	0.01	19.18	115.96	19.51	1.50	69
Капуста тушеная	165	4.15	4.36	12.64	154.07	0.09	93.97	2.16	0.00	108.92	74.17	37.55	1.46	102
Компот из смеси сухофруктов	198	0.62	0.00	31.27	131.31	0.01	0.56	0.11	0.01	63.03	21.67	8.44	1.74	129
Хлеб пшеничный	33	2.20	0.21	12.76	54.55	0.03	0.00	0.29	0.00	5.79	17.20	3.68	0.29	ГП
Хлеб ржаной	22	1.46	0.26	9.20	39.16	0.04	0.00	0.31	0.00	7.70	34.76	10.34	0.86	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	28	3.72	0.49	22.36	95.42	0.07	0.00	0.60	0.00	13.74	52.91	14.28	1.17	159
Итого	785	31.00	31.60	103.87	970.38	0.59	130.29	7.09	0.05	269.64	392.51	137.15	8.04	
*с 1 января по 30 июня														



<b>Полдник</b>														
Компот из груш с лимоном	220	0.29	0.18	27.85	116.25	0.01	5.83	0.23	0.00	14.19	10.49	7.52	1.38	124
Слойка с повидлом	85	3.83	9.78	37.91	205.00	0.10	0.06	1.16	0.05	19.19	66.03	10.50	1.02	155
Фрукты	226	0.88	0.88	21.71	103.63	0.09	24.11	0.97	0.00	19.30	67.52	101.28	1.45	ГП
Итого	531	5.00	10.84	87.47	424.88	0.20	30.00	2.36	0.05	52.68	144.05	119.31	3.84	
<b>Ужин</b>														
Салат Витаминный с яблоком	66	0.97	8.89	9.33	121.44	0.03	13.55	4.05	0.21	26.40	25.52	15.84	0.79	26
или Салат из красной фасоли с морковью*	66	6.79	4.10	12.47	107.55	0.21	20.05	2.00	0.00	56.98	141.27	42.55	1.83	38
Рыба, запеченная в молочном соусе	77	13.82	8.43	3.26	143.10	0.14	1.10	1.80	0.02	52.35	154.46	23.38	0.45	91
Картофель отварной	165	3.37	6.25	26.99	177.95	0.20	33.00	0.24	0.03	18.35	98.01	37.95	1.50	107
Кисель из брусники (клюквы)	220	0.17	0.11	35.51	144.89	0.00	3.30	0.22	0.00	9.00	8.60	1.54	0.18	117
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	17	2.42	0.52	50.80	209.80	0.06	3.40	0.70	0.00	21.17	62.58	17.57	1.51	159
Итого	561	20.50	24.07	88.89	646.12	0.43	50.95	6.78	0.26	117.65	338.73	94.22	4.20	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	116.60	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Итого	220	6.85	7.82	10.02	116.60	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		84.86	94.19	435.51	2851.19	1.66	248.05	24.50	0.51	968.98	1556.40	485.50	23.12	
<b>Суточная потребность</b>		59.40	66.00	287.10	1980.00	0.99	55.00	11.00	0.55	990.00	880.00	220.00	11.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		142.86	142.71	151.69	144.00	167.36	451.01	222.72	92.91	97.88	176.86	220.68	210.14	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 3-7 лет (каникулярное меню)														
Первая неделя														
Среда														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным (143/33)	176	13.34	12.49	29.88	262.57	0.15	0.79	0.48	0.11	42.60	221.52	38.05	0.97	11
Какао с молоком	198	6.13	5.05	34.65	177.38	0.08	2.32	0.01	0.04	219.68	186.32	41.78	1.13	114
Масло сливочное (порциями)	8	0.07	4.85	0.09	44.07	0.00	0.00	0.07	0.05	1.60	2.00	0.00	0.02	18
Сыр (порциями)	40	9.28	11.80	0.00	145.60	0.01	0.28	0.20	0.11	129.78	200.00	14.00	0.40	19
Хлеб пшеничный	39	2.57	0.25	14.92	63.77	0.03	0.00	0.33	0.00	6.77	20.11	4.30	0.34	ГП
Итого	461	31.38	34.43	79.53	693.38	0.28	3.39	1.10	0.31	400.43	629.94	98.13	2.87	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	28	0.14	0.00	16.80	56.70	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	2.10	1.40	0.35	ГП
Итого	248	0.36	0.22	41.88	166.70	0.00	22.00	1.76	0.00	61.40	92.30	34.40	3.87	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	66	0.92	0.12	3.17	18.25	0.05	69.41	0.45	0.00	11.67	21.54	12.27	0.57	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	66	0.63	0.07	1.72	10.89	0.01	6.60	0.26	0.01	10.89	19.47	9.57	0.46	29
Уха Ростовская	220	6.53	4.44	13.00	252.26	0.15	26.96	0.80	0.02	32.54	102.85	33.36	1.24	66
Котлеты Домашние	70	10.69	14.28	18.95	327.26	0.16	3.33	1.80	0.04	71.78	136.39	19.48	1.24	68
Овощное соте с морковью	165	4.39	8.50	20.53	229.78	0.22	116.88	1.06	0.04	81.15	121.09	63.22	2.04	104
Чай с сахаром	198	0.20	0.00	19.79	79.15	0.00	0.00	0.00	0.00	12.06	7.92	5.94	0.81	139
Хлеб пшеничный	29	2.23	0.22	12.94	55.32	0.03	0.00	0.29	0.00	5.87	17.44	3.73	0.30	ГП
Хлеб ржаной	22	1.46	0.26	9.20	39.16	0.04	0.00	0.31	0.00	7.70	34.76	10.34	0.86	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	28	3.72	0.49	22.36	95.42	0.07	0.00	0.60	0.00	13.74	52.91	14.28	1.17	159
Итого	781	27.13	27.89	100.87	1017.57	0.66	217.68	4.74	0.11	242.56	452.99	151.64	7.22	

\*с 1 января по 30 июня

<b>Полдник</b>														
Напиток апельсиновый	220	0.20	0.04	28.13	114.80	0.01	13.20	0.04	0.00	8.27	5.06	2.86	0.14	130
Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустным фаршем	100	6.39	8.20	35.15	240.37	0.11	25.44	1.51	0.04	46.50	74.25	16.86	1.10	152
Фрукты	226	0.88	0.88	21.71	103.63	0.09	24.11	0.97	0.00	19.30	67.52	101.28	1.45	ГП
Итого	546	7.47	9.13	84.98	458.80	0.21	62.75	2.52	0.04	74.07	146.83	121.00	2.69	
<b>Ужин</b>														
Салат из белокочанной капусты с морковью	66	1.41	8.89	8.45	75.68	0.03	24.46	3.96	0.12	38.72	28.16	14.96	0.53	23
или Винегрет овощной*	66	1.20	3.77	5.64	73.56	0.04	8.93	1.77	0.00	22.84	33.74	13.86	0.59	31
Сердце (печень) в соусе сметанном с томатом и луком	77	16.48	7.25	3.51	169.39	0.28	7.34	0.55	0.04	26.92	128.40	19.87	3.56	83
Картофельное пюре	165	3.58	5.96	24.13	164.99	0.19	28.37	0.21	0.03	50.17	106.59	36.01	1.34	105
Напиток из шиповника	198	0.67	0.28	26.35	129.24	0.01	198.00	0.75	0.00	12.65	3.37	3.37	0.67	133
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	17	2.94	0.69	41.36	193.68	0.07	204.00	1.25	0.00	24.93	57.19	19.45	2.02	159
Итого	539	24.32	22.77	76.24	598.04	0.56	258.17	5.93	0.20	140.01	318.66	89.72	7.39	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	116.60	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Баранки, сушки, бублики	39	3.12	2.45	23.40	66.86	0.07	0.00	0.56	0.00	9.36	34.54	6.80	0.56	ГП
Итого	259	9.97	10.27	33.42	183.46	0.14	1.72	0.56	0.08	302.70	266.76	41.02	0.81	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		100.63	104.71	416.92	3117.93	1.85	565.71	16.61	0.73	1221.17	1907.49	535.91	24.85	
<b>Суточная потребность</b>		59.40	66.00	287.10	1980.00	0.99	55.00	11.00	0.55	990.00	880.00	220.00	11.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		169.42	158.64	145.22	157.47	187.36	1028.56	150.97	133.06	123.35	216.76	243.60	225.93	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 3-7 лет (каникулярное меню)														
Первая неделя														
Четверг														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша манная молочная жидкая	209	6.97	8.07	33.08	202.20	0.55	1.60	0.56	0.05	179.46	228.19	34.17	0.77	4
Кофейный напиток с молоком	220	5.50	5.17	44.94	252.71	0.11	2.57	0.09	0.04	243.56	229.24	49.19	0.68	115
Колбаса (порциями)	13	1.86	1.44	0.02	20.42	0.01	0.00	0.05	0.00	2.84	25.76	2.60	0.43	17
Яйца вареные	40	5.10	4.60	0.30	63.00	0.03	0.00	0.20	0.10	22.00	77.00	5.00	1.00	145
Хлеб пшеничный	33	2.53	0.25	14.73	62.95	0.03	0.00	0.33	0.00	6.68	19.85	4.25	0.34	ГП
Итого	515	21.96	19.53	93.07	601.28	0.74	4.17	1.23	0.20	454.54	580.04	95.21	3.22	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Вафли , печенье, пряники	28	3.49	5.49	14.00	46.26	0.04	0.00	0.00	0.00	9.33	28.00	6.05	0.46	ГП
Итого	248	3.71	5.71	39.08	156.26	0.04	22.00	1.76	0.00	66.53	118.20	39.05	3.98	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Кукуруза с яйцом и рыбой	66	10.14	6.19	2.41	150.05	0.09	2.07	2.51	0.04	34.13	147.53	43.88	1.00	43
Суп картофельный с фрикадельками	220	3.21	5.01	23.65	241.07	0.19	32.43	0.37	0.02	38.37	96.24	38.03	1.53	63
Плов из свинины	165	12.60	8.92	25.44	423.94	0.09	4.62	0.57	0.02	28.34	93.10	40.45	1.84	78
Компот из изюма	198	5.35	0.68	19.91	162.46	0.06	0.00	0.15	0.00	24.35	38.31	12.47	0.95	120
Хлеб пшеничный	33	2.20	0.21	12.76	54.55	0.03	0.00	0.29	0.00	5.79	17.20	3.68	0.29	ГП
Хлеб ржаной	22	1.46	0.26	9.20	39.16	0.04	0.00	0.31	0.00	7.70	34.76	10.34	0.86	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	28	3.72	0.49	22.36	95.42	0.07	0.00	0.60	0.00	13.74	52.91	14.28	1.17	159
Итого	715	35.66	21.33	96.66	1087.62	0.50	40.22	4.24	0.09	158.48	438.15	152.15	6.63	

<b>Полдник</b>														
Фрукты	226	0.88	0.88	21.71	103.63	0.09	24.11	0.97	0.00	19.30	67.52	101.28	1.45	ГП
Бисквит морковный	50	2.51	9.07	22.89	183.29	0.04	0.65	0.43	0.06	12.97	32.80	8.03	0.46	149
Компот из смородины чёрной	220	0.33	0.13	18.88	80.36	0.01	66.00	0.23	0.00	12.38	10.89	10.23	0.48	127
Итого	496	3.72	10.08	63.47	367.27	0.14	90.76	1.63	0.06	44.64	111.21	119.54	2.39	
<b>Ужин</b>														
Салат из свеклы с сыром и чесноком	66	3.25	8.82	7.05	94.64	0.02	8.07	2.84	0.02	109.34	79.02	20.83	1.22	32
Поджарка из рыбы	77	8.38	10.33	4.76	114.47	0.22	9.08	3.59	0.01	41.18	88.25	29.21	0.84	92
Картофель, запеченный из отварного	165	7.35	12.99	39.08	248.80	0.30	48.04	4.17	0.03	128.88	195.91	59.49	2.33	109
Компот из яблок с лимоном	220	0.29	0.23	34.17	142.58	0.02	8.58	0.12	0.00	12.74	7.74	5.87	1.34	125
Хлеб пшеничный	33	2.20	0.21	12.76	54.55	0.03	0.00	0.29	0.00	5.79	17.20	3.68	0.29	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	33	4.38	0.61	26.56	113.29	0.08	0.00	0.75	0.00	17.34	69.34	19.19	1.58	159
Итого	594	23.64	32.98	111.63	713.78	0.65	73.77	11.46	0.07	309.48	440.27	134.59	7.31	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	116.60	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Баранки, сушки, бублики	39	3.12	2.45	23.40	66.86	0.07	0.00	0.56	0.00	9.36	34.54	6.80	0.56	ГП
Итого	259	9.97	10.27	33.42	183.46	0.14	1.72	0.56	0.08	302.70	266.76	41.02	0.81	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		98.67	99.91	437.33	3109.67	2.21	232.63	20.87	0.49	1336.37	1954.64	581.56	24.34	
<b>Суточная потребность</b>		59.40	66.00	287.10	1980.00	0.99	55.00	11.00	0.55	990.00	880.00	220.00	11.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		166.11	151.38	152.33	157.05	222.95	422.97	189.77	88.59	134.99	222.12	264.35	221.26	

Дети 3-7 лет (каникулярное меню)														
Первая неделя														
Пятница														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Вареники с картофелем и маслом	209	10.03	9.20	60.19	267.26	0.20	1.23	5.87	0.03	29.56	176.98	29.35	1.40	88
Чай с сахаром	198	0.20	0.00	19.79	79.15	0.00	0.00	0.00	0.00	12.06	7.92	5.94	0.81	139
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	66	0.59	0.10	1.88	11.55	0.03	10.56	0.26	0.00	10.23	18.48	11.22	0.46	39
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	66	0.63	0.07	1.72	10.89	0.01	6.60	0.26	0.01	10.89	19.47	9.57	0.46	29
Хлеб пшеничный	33	2.53	0.25	14.73	62.95	0.03	0.00	0.33	0.00	6.68	19.85	4.25	0.34	ГП
Итого	506	13.36	9.54	96.59	420.90	0.26	11.79	6.47	0.03	58.53	223.23	50.76	3.01	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Вафли , печенье, пряники	28	3.49	5.49	14.00	46.26	0.04	0.00	0.00	0.00	9.33	28.00	6.05	0.46	ГП
Итого	248	3.71	5.71	39.08	156.26	0.04	22.00	1.76	0.00	66.53	118.20	39.05	3.98	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Кукуруза консервированная	66	2.42	0.44	12.34	63.93	0.02	5.29	0.03	0.00	46.29	45.19	14.33	0.40	22
Рассольник Ленинградский с мясом	220	4.66	5.34	13.95	122.91	0.11	15.11	0.29	0.02	21.10	36.70	24.98	1.17	59
Котлеты Особые	70	10.44	9.23	14.95	185.02	0.09	4.05	0.60	0.03	39.96	113.14	17.45	1.37	70
Соус томатный с овощами	55	0.80	2.84	4.90	48.95	0.02	4.82	0.20	0.02	8.25	12.65	6.02	0.30	163
Картофельное пюре	165	3.58	5.96	24.13	164.99	0.19	28.37	0.21	0.03	50.17	106.59	36.01	1.34	105
Компот Витаминный	198	4.30	1.17	24.61	153.05	0.03	99.79	1.46	0.00	38.21	30.59	22.47	0.99	126
Фрукты	226	0.88	0.88	21.71	103.63	0.09	24.11	0.97	0.00	19.30	67.52	101.28	1.45	ГП
Хлеб пшеничный	33	2.20	0.21	12.76	54.55	0.03	0.00	0.29	0.00	5.79	17.20	3.68	0.29	ГП
Хлеб ржаной	22	1.46	0.26	9.20	39.16	0.04	0.00	0.31	0.00	7.70	34.76	10.34	0.86	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	28	3.72	0.49	22.36	95.42	0.07	0.00	0.60	0.00	13.74	52.91	14.28	1.17	159
Итого	1066	31.45	26.39	141.84	952.59	0.63	182.65	4.39	0.11	256.57	475.34	239.87	8.32	

\*с 1 января по 30 июня

<b>Полдник</b>														
Напиток лимонный	220	0.15	0.02	27.97	115.71	0.01	7.04	0.03	0.00	7.87	3.87	2.11	0.19	131
Сырники с морковью с молоком сгущенным (150/30)	180	27.95	13.01	32.37	298.92	0.17	2.35	0.73	0.09	208.56	305.67	44.56	1.22	14
<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>28.10</b>	<b>13.03</b>	<b>60.34</b>	<b>414.63</b>	<b>0.18</b>	<b>9.39</b>	<b>0.76</b>	<b>0.09</b>	<b>216.43</b>	<b>309.54</b>	<b>46.67</b>	<b>1.41</b>	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с луком	55	3.93	8.65	2.07	77.46	0.02	1.74	2.06	0.02	38.37	51.22	34.08	0.70	48
Свинина, тушенная с овощами	220	17.13	25.16	21.11	385.94	0.72	81.25	3.31	0.00	43.27	262.93	67.94	3.28	80
Напиток из облепихи	220	0.13	0.59	23.68	101.19	0.55	22.00	0.55	0.00	3.11	0.99	3.30	0.23	136
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	17	2.25	0.41	14.22	60.52	0.06	0.00	0.48	0.00	11.90	53.72	15.98	1.33	159
<b>Итого</b>	<b>528</b>	<b>23.37</b>	<b>34.79</b>	<b>60.66</b>	<b>623.33</b>	<b>1.34</b>	<b>104.98</b>	<b>6.38</b>	<b>0.02</b>	<b>96.31</b>	<b>367.28</b>	<b>120.82</b>	<b>5.50</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	116.60	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
<b>Итого</b>	<b>220</b>	<b>6.85</b>	<b>7.82</b>	<b>10.02</b>	<b>116.60</b>	<b>0.08</b>	<b>1.72</b>	<b>0.00</b>	<b>0.08</b>	<b>293.34</b>	<b>232.22</b>	<b>34.22</b>	<b>0.25</b>	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		106.85	97.28	408.53	2684.30	2.54	332.53	19.76	0.33	987.69	1725.81	531.40	22.47	
<b>Суточная потребность</b>		59.40	66.00	287.10	1980.00	0.99	55.00	11.00	0.55	990.00	880.00	220.00	11.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		179.88	147.40	142.29	135.57	256.47	604.60	179.61	59.82	99.77	196.11	241.54	204.31	

Дети 3-7 лет (каникулярное меню)														
Первая неделя														
Суббота														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша Рябчик	209	9.02	9.04	47.54	308.37	0.20	1.62	0.40	0.07	160.52	209.78	132.96	2.30	6
Чай с молоком	198	2.78	3.17	29.36	174.79	0.04	1.30	0.00	0.03	119.85	89.62	14.14	0.18	141
Масло сливочное (порциями)	8	0.07	4.85	0.09	44.07	0.00	0.00	0.07	0.05	1.60	2.00	0.00	0.02	18
Фрукты	226	0.88	0.88	21.71	103.63	0.09	24.11	0.97	0.00	19.30	67.52	101.28	1.45	ГП
Хлеб пшеничный	33	2.53	0.25	14.73	62.95	0.03	0.00	0.33	0.00	6.68	19.85	4.25	0.34	ГП
Итого	674	15.29	18.19	113.43	693.81	0.36	27.03	1.76	0.14	307.95	388.77	252.62	4.28	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Вафли , печенье, пряники	28	3.49	5.49	14.00	46.26	0.04	0.00	0.00	0.00	9.33	28.00	6.05	0.46	ГП
Итого	248	3.71	5.71	39.08	156.26	0.04	22.00	1.76	0.00	66.53	118.20	39.05	3.98	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Салат "Степной" из разных овощей	66	1.79	6.37	8.29	142.35	0.08	12.69	2.98	0.00	29.71	50.83	21.29	0.77	30
Свекольник с мясом	220	4.60	4.97	15.25	183.37	0.10	20.86	0.34	0.02	55.62	59.95	34.10	1.86	58
Гуляш из говядины	88	13.30	18.82	3.94	246.95	0.23	4.28	2.33	0.02	19.54	148.61	20.22	2.13	72
Картофель, запеченный дольками	165	3.85	5.71	21.22	213.58	0.23	37.90	2.37	0.00	25.69	111.74	44.07	1.76	108
Компот из смеси сухофруктов	198	0.62	0.00	31.27	131.31	0.01	0.56	0.11	0.01	63.03	21.67	8.44	1.74	129
Хлеб пшеничный	33	2.20	0.21	12.76	54.55	0.03	0.00	0.29	0.00	5.79	17.20	3.68	0.29	ГП
Хлеб ржаной	22	1.46	0.26	9.20	39.16	0.04	0.00	0.31	0.00	7.70	34.76	10.34	0.86	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	28	3.72	0.49	22.36	95.42	0.07	0.00	0.60	0.00	13.74	52.91	14.28	1.17	159
Итого	803	28.52	36.40	105.22	1027.66	0.73	77.39	8.76	0.06	226.87	455.76	145.43	9.58	



<b>Полдник</b>														
Напиток из брусники (клюквы)	220	0.23	0.17	19.17	81.02	0.00	4.95	0.33	0.00	8.75	5.28	2.31	0.19	134
Коржик молочный	50	4.51	8.55	31.47	220.73	0.07	0.07	2.61	0.01	17.08	44.75	6.93	0.57	148
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
<b>Итого</b>	<b>370</b>	<b>15.14</b>	<b>13.72</b>	<b>61.24</b>	<b>430.75</b>	<b>0.17</b>	<b>5.52</b>	<b>3.04</b>	<b>0.04</b>	<b>189.83</b>	<b>270.03</b>	<b>32.24</b>	<b>1.16</b>	
<b>Ужин</b>														
Пекинская капуста с горошком и чесноком	66	1.83	4.51	4.42	66.09	0.04	25.94	2.05	0.00	35.12	33.94	14.58	0.54	20
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	66	0.63	0.07	1.72	10.89	0.01	6.60	0.26	0.01	10.89	19.47	9.57	0.46	29
Птица запеченная	77	8.47	8.77	0.24	92.57	0.10	2.13	0.94	0.04	20.34	99.96	20.33	1.38	86
Овощи запеченные	165	3.06	9.33	18.52	171.34	0.17	143.99	4.63	0.00	49.31	78.42	36.49	1.49	111
Кисель из смородины	220	0.29	0.11	30.23	124.93	0.01	55.00	0.20	0.00	13.23	14.16	8.53	0.43	119
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	17	2.25	0.41	14.22	60.52	0.06	0.00	0.48	0.00	11.90	53.72	15.98	1.33	159
<b>Итого</b>	<b>561</b>	<b>15.82</b>	<b>23.11</b>	<b>67.22</b>	<b>513.66</b>	<b>0.38</b>	<b>227.06</b>	<b>8.27</b>	<b>0.04</b>	<b>129.56</b>	<b>278.61</b>	<b>95.43</b>	<b>5.12</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.11	9.11	106.00	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
<b>Итого</b>	<b>220</b>	<b>6.85</b>	<b>7.11</b>	<b>9.11</b>	<b>106.00</b>	<b>0.07</b>	<b>1.56</b>	<b>0.00</b>	<b>0.07</b>	<b>266.67</b>	<b>211.11</b>	<b>31.11</b>	<b>0.23</b>	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		85.34	104.23	395.30	2928.12	1.75	360.55	23.59	0.35	1187.40	1722.48	595.88	24.34	
<b>Суточная потребность</b>		59.40	66.00	287.10	1980.00	0.99	55.00	11.00	0.55	990.00	880.00	220.00	11.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		143.67	157.93	137.69	147.89	176.68	655.55	214.48	64.31	119.94	195.74	270.85	221.28	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 3-7 лет (каникулярное меню)														
Первая неделя														
Воскресенье														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Омлет натуральный	209	17.00	25.01	5.62	316.18	0.11	1.27	0.80	0.35	184.66	305.01	27.13	2.93	15
Кукуруза консервированная	55	2.02	0.37	10.29	53.27	0.02	4.41	0.03	0.00	38.58	37.66	11.94	0.33	22
Какао с молоком	198	6.13	5.05	34.65	177.38	0.08	2.32	0.01	0.04	219.68	186.32	41.78	1.13	114
Хлеб пшеничный	33	2.53	0.25	14.73	62.95	0.03	0.00	0.33	0.00	6.68	19.85	4.25	0.34	ГП
Итого	495	27.68	30.68	65.28	609.78	0.24	8.00	1.18	0.40	449.60	548.84	85.09	4.73	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	28	0.14	0.00	16.80	56.70	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	2.10	1.40	0.35	ГП
Итого	248	0.36	0.22	41.88	166.70	0.00	22.00	1.76	0.00	61.40	92.30	34.40	3.87	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Салат из колбасы	66	5.85	5.41	8.06	79.12	0.06	2.72	0.42	0.03	111.44	108.66	20.82	1.08	36
Куриный суп с макаронными изделиями и зеленым горошком	220	5.35	5.26	16.04	162.80	0.14	16.39	0.36	0.02	25.83	83.20	23.83	1.02	53
Поджарка из свинины	88	14.85	32.99	2.30	374.03	0.55	11.51	4.35	0.00	36.37	181.85	27.96	2.05	82
Рис отварной	130	5.12	3.24	53.92	206.26	0.06	0	0.33	0.02	11.76	111.28	36.7	0.77	103
Компот из апельсинов с яблоками	220	0.53	0.22	35.34	148.54	0.03	29.70	0.15	0.00	21.10	13.75	8.69	0.95	128
Хлеб пшеничный	29	2.23	0.22	12.94	55.32	0.03	0.00	0.29	0.00	5.87	17.44	3.73	0.30	ГП
Хлеб ржаной	22	1.46	0.26	9.20	39.16	0.04	0.00	0.31	0.00	7.70	34.76	10.34	0.86	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	28	3.72	0.49	22.36	95.42	0.07	0.00	0.60	0.00	13.74	52.91	14.28	1.17	159
Итого	786	36.09	47.66	141.09	1081.63	0.92	61.41	6.24	0.08	239.87	561.95	135.37	7.18	

<b>Полдник</b>														
Молоко кипяченое	220	6.38	5.50	10.56	118.80	0.09	2.86	0.00	0.04	264.00	198.00	30.80	0.22	116
Олады	75	4.50	4.13	27.00	213.75	0.09	0.56	2.63	0.02	62.60	79.39	13.16	0.63	157
Молоко сгущенное	33	2.38	2.82	18.33	108.24	0.02	0.33	0.07	0.07	101.31	72.27	11.22	0.07	164
Фрукты	226	0.88	0.88	21.71	103.63	0.09	24.11	0.97	0.00	19.30	67.52	101.28	1.45	ГП
Итого	554	14.14	13.32	77.59	544.42	0.29	27.86	3.67	0.13	447.21	417.18	156.47	2.36	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с зеленым горошком и луком	66	4.62	12.66	2.75	132.80	0.03	2.13	2.89	0.01	40.89	117.46	35.95	0.78	49
Жаркое по-домашнему	220	18.94	11.57	14.16	224.88	0.22	30.72	0.63	0.02	41.37	136.75	49.89	3.33	74
Напиток из облепихи	220	0.13	0.59	23.68	101.19	0.55	22.00	0.55	0.00	3.11	0.99	3.30	0.23	136
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	17	2.25	0.41	14.22	60.52	0.06	0.00	0.48	0.00	11.90	53.72	15.98	1.33	159
Итого	539	25.88	25.22	54.39	517.62	0.86	54.86	4.53	0.03	96.92	307.34	104.64	5.63	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	116.60	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Итого	220	6.85	7.82	10.02	116.60	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		111.00	124.93	390.26	3036.74	2.38	175.84	17.38	0.71	1588.33	2159.83	550.19	24.03	
<b>Суточная потребность</b>		59.40	66.00	287.10	1980.00	0.99	55.00	11.00	0.55	990.00	880.00	220.00	11.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		186.87	189.28	135.93	153.37	240.88	319.71	157.99	128.36	160.44	245.43	250.09	218.44	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 3-7 лет (каникулярное меню)														
Вторая неделя														
Понедельник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Вареники с картофелем и маслом	209	10.03	9.20	60.19	267.26	0.20	1.23	5.87	0.03	29.56	176.98	29.35	1.40	88
Сметана	33	0.89	3.30	1.29	39.27	0.01	0.17	0.10	0.02	29.70	20.46	3.30	0.03	165
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	66	0.59	0.10	1.88	11.55	0.03	10.56	0.26	0.00	10.23	18.48	11.22	0.46	39
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	66	0.63	0.07	1.72	10.89	0.01	6.60	0.26	0.01	10.89	19.47	9.57	0.46	29
Чай с лимоном	198	0.04	0.00	25.81	105.28	0.00	1.60	0.01	0.00	2.61	1.29	0.72	0.14	140
Хлеб пшеничный	33	2.53	0.25	14.73	62.95	0.03	0.00	0.33	0.00	6.68	19.85	4.25	0.34	ГП
Итого	605	14.72	12.91	105.61	497.19	0.29	20.15	6.84	0.07	89.67	256.53	58.40	2.84	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Итого	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Морская капуста с яйцом	66	7.65	10.14	14.49	127.52	0.21	9.49	6.99	0.08	207.58	137.31	813.27	76.76	34
Суп рисовый с мясом	220	6.31	5.53	21.34	126.52	0.12	18.26	0.39	0.02	31.01	43.29	36.98	1.47	62
Бефстроганов из говядины	88	10.12	13.38	2.76	259.99	0.08	4.37	2.13	0.02	32.96	112.68	24.31	2.44	76
Макаронные изделия отварные (рожки)	143	8.50	4.19	54.34	289.34	0.13	0.00	1.20	0.02	15.69	68.31	12.32	1.24	101
Компот из кураги	198	1.98	1.03	24.76	144.69	0.02	0.79	1.09	0.00	32.43	28.91	20.79	0.72	121
Хлеб пшеничный	29	2.23	0.22	12.94	55.32	0.03	0.00	0.29	0.00	5.87	17.44	3.73	0.30	ГП
Хлеб ржаной	22	1.46	0.26	9.20	39.16	0.04	0.00	0.31	0.00	7.70	34.76	10.34	0.86	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	28	3.72	0.49	22.36	95.42	0.07	0.00	0.60	0.00	13.74	52.91	14.28	1.17	159
Итого	777	38.96	34.81	143.12	1058.94	0.64	34.01	12.42	0.14	353.03	453.70	925.05	83.95	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Напиток клюквенный	220	0.11	0.04	22.77	93.94	0.00	3.30	0.22	0.00	3.74	2.42	3.30	0.20	145
Фрукты	226	0.88	0.88	21.71	103.63	0.09	24.11	0.97	0.00	19.30	67.52	101.28	1.45	ГП
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
<b>Итого</b>	<b>546</b>	<b>11.39</b>	<b>5.93</b>	<b>55.08</b>	<b>480.08</b>	<b>0.19</b>	<b>27.91</b>	<b>1.29</b>	<b>0.03</b>	<b>187.04</b>	<b>289.94</b>	<b>127.58</b>	<b>2.04</b>	
<b>Ужин</b>														
Горошек консервированный	66	5.12	0.33	10.73	66.00	0.19	0.99	0.33	0.00	33.00	102.30	34.65	1.16	21
Рагу из птицы	165	16.03	8.04	13.46	179.27	0.18	19.58	2.42	0.02	37.93	177.68	38.52	1.88	89
Компот из смородины чёрной	220	0.33	0.13	18.88	80.36	0.01	66.00	0.23	0.00	12.38	10.89	10.23	0.48	127
Слойка с повидлом	85	3.83	9.78	37.91	205.00	0.10	0.06	1.16	0.05	19.19	66.03	10.50	1.02	155
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
Хлеб пшеничный	33	2.53	0.25	14.73	62.95	0.03	0.00	0.33	0.00	6.68	19.85	4.25	0.34	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	33	4.72	0.64	28.53	121.69	0.09	0.00	0.79	0.00	18.23	71.99	19.76	1.63	159
<b>Итого</b>	<b>602</b>	<b>30.02</b>	<b>18.93</b>	<b>109.50</b>	<b>652.31</b>	<b>0.56</b>	<b>86.63</b>	<b>4.93</b>	<b>0.07</b>	<b>120.73</b>	<b>428.89</b>	<b>113.66</b>	<b>6.17</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	116.60	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Вафли , печенье, пряники	28	3.49	5.49	14.00	46.26	0.04	0.00	0.00	0.00	9.33	28.00	6.05	0.46	ГП
<b>Итого</b>	<b>248</b>	<b>10.35</b>	<b>13.31</b>	<b>24.02</b>	<b>162.86</b>	<b>0.12</b>	<b>1.72</b>	<b>0.00</b>	<b>0.08</b>	<b>302.67</b>	<b>260.22</b>	<b>40.27</b>	<b>0.71</b>	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		105.66	86.10	462.41	2961.37	1.80	192.42	27.25	0.39	1110.33	1779.48	1297.96	99.23	
<b>Суточная потребность</b>		59.40	66.00	287.10	1980.00	0.99	55.00	11.00	0.55	990.00	880.00	220.00	11.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		177.88	130.46	161.06	149.56	181.57	349.86	247.71	70.55	112.15	202.21	589.98	902.09	

Дети 3-7 лет (каникулярное меню)														
Вторая неделя														
Вторник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Запеканка из творога с молоком сгущенным или джемом (143/33)	176	26.07	6.28	32.89	247.71	0.19	0.92	0.59	0.15	306.09	241.32	44.67	1.24	10
Какао с молоком	198	6.13	5.05	34.65	177.38	0.08	2.32	0.01	0.04	219.68	186.32	41.78	1.13	114
Масло сливочное (порциями)	8	0.07	4.85	0.09	44.07	0.00	0.00	0.07	0.05	1.60	2.00	0.00	0.02	18
Колбаса (порциями)	13	1.86	1.44	0.02	20.42	0.01	0.00	0.05	0.00	2.84	25.76	2.60	0.43	17
Хлеб пшеничный	61	4.06	0.40	23.59	100.84	0.05	0.00	0.53	0.00	10.71	31.80	6.81	0.54	ГП
<b>Итого</b>	<b>456</b>	<b>38.18</b>	<b>18.01</b>	<b>91.25</b>	<b>590.42</b>	<b>0.33</b>	<b>3.25</b>	<b>1.25</b>	<b>0.24</b>	<b>540.91</b>	<b>487.20</b>	<b>95.86</b>	<b>3.37</b>	
<b>2 завтрак</b>														
Вафли , печенье, пряники	28	3.49	5.49	14.00	46.26	0.04	0.00	0.00	0.00	9.33	28.00	6.05	0.46	ГП
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
<b>Итого</b>	<b>248</b>	<b>3.71</b>	<b>5.71</b>	<b>39.08</b>	<b>156.26</b>	<b>0.04</b>	<b>22.00</b>	<b>1.76</b>	<b>0.00</b>	<b>66.53</b>	<b>118.20</b>	<b>39.05</b>	<b>3.98</b>	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Винегрет овощной	66	1.20	3.77	5.64	73.56	0.04	8.93	1.77	0.00	22.84	33.74	13.86	0.59	31
Солянка Домашняя	220	5.59	7.46	9.17	273.46	0.09	16.87	0.58	0.02	35.10	88.09	21.32	1.43	60
Плов по-узбекски из говядины	165	14.00	11.74	37.97	445.91	0.40	5.40	0.74	0.03	36.45	218.08	54.23	2.01	79
Кисель из брусники (клюквы)	220	0.17	0.11	35.51	144.89	0.00	3.30	0.22	0.00	9.00	8.60	1.54	0.18	117
Хлеб пшеничный	33	2.20	0.21	12.76	54.55	0.03	0.00	0.29	0.00	5.79	17.20	3.68	0.29	ГП
Хлеб ржаной	22	1.46	0.26	9.20	39.16	0.04	0.00	0.31	0.00	7.70	34.76	10.34	0.86	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	28	3.72	0.49	22.36	95.42	0.07	0.00	0.60	0.00	13.74	52.91	14.28	1.17	159
<b>Итого</b>	<b>737</b>	<b>25.32</b>	<b>23.61</b>	<b>113.55</b>	<b>1047.92</b>	<b>0.61</b>	<b>35.61</b>	<b>3.94</b>	<b>0.06</b>	<b>136.68</b>	<b>411.46</b>	<b>108.27</b>	<b>5.53</b>	

<b>Полдник</b>														
Молоко кипяченое	220	6.38	5.50	10.56	118.80	0.09	2.86	0.00	0.04	264.00	198.00	30.80	0.22	116
Бисквит "Прага" с бананом	50	3.20	8.66	31.44	226.44	0.05	1.00	1.00	0.04	8.82	29.55	8.62	0.45	153
Фрукты	226	0.88	0.88	21.71	103.63	0.09	24.11	0.97	0.00	19.30	67.52	101.28	1.45	ГП
Итого	496	10.46	15.04	63.71	448.87	0.23	27.97	1.97	0.08	292.12	295.07	140.70	2.12	
<b>Ужин</b>														
Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	66	1.12	7.16	6.04	94.82	0.03	16.76	3.27	0.20	31.87	31.93	18.76	0.96	25
или Маринад овощной*	66	1.35	8.90	8.06	118.95	0.07	9.39	4.31	0.00	33.46	51.83	31.49	0.73	113
Рыба, запеченная в панировке (50/20)	70	7.10	5.87	9.23	115.91	0.18	2.03	1.36	0.05	26.52	175.17	27.89	1.07	90
Картофельное пюре	55	1.61	2.45	12.73	79.61	0.07	10.42	0.09	0.02	29.34	47.51	14.51	0.48	105
Фасоль стручковая запеченная	110	2.75	4.61	3.58	64.87	0.11	21.52	2.20	0.00	73.96	48.83	28.30	1.21	112
Напиток ягодный	220	0.28	0.15	19.09	80.80	0.01	26.40	0.25	0.00	11.61	9.46	6.60	0.37	138
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	17	2.25	0.41	14.22	60.52	0.06	0.00	0.48	0.00	11.90	53.72	15.98	1.33	159
Итого	554	15.27	22.38	66.48	518.87	0.49	69.76	8.68	0.07	186.44	384.94	124.31	5.15	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	116.60	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Итого	220	6.85	7.82	10.02	116.60	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		99.80	92.58	384.08	2878.94	1.77	160.30	17.59	0.53	1516.01	1929.10	542.40	20.39	
<b>Суточная потребность</b>		59.40	66.00	287.10	1980.00	0.99	55.00	11.00	0.55	990.00	880.00	220.00	11.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		168.01	140.27	133.78	145.40	178.87	291.45	159.93	96.68	153.13	219.22	246.55	185.41	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 3-7 лет (каникулярное меню)														
Вторая неделя														
Среда														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Суп молочный с крупой	209	5.41	5.58	18.94	148.68	0.08	2.00	0.08	0.04	187.65	159.31	28.24	0.31	3
Чай с молоком	198	2.78	3.17	29.36	174.79	0.04	1.30	0.00	0.03	119.85	89.62	14.14	0.18	141
Масло сливочное (порциями)	8	0.07	4.85	0.09	44.07	0.00	0.00	0.07	0.05	1.60	2.00	0.00	0.02	18
Сыр (порциями)	40	9.28	11.80	0.00	145.60	0.01	0.28	0.20	0.11	129.78	200.00	14.00	0.40	19
Хлеб пшеничный	33	2.53	0.25	14.73	62.95	0.03	0.00	0.33	0.00	6.68	19.85	4.25	0.34	ГП
Итого	488	20.07	25.64	63.12	576.08	0.17	3.58	0.68	0.23	445.55	470.78	60.62	1.25	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	28	0.14	0.00	16.80	56.70	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	2.10	1.40	0.35	ГП
Итого	248	0.36	0.22	41.88	166.70	0.00	22.00	1.76	0.00	61.40	92.30	34.40	3.87	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Салат Витаминный со сладким перцем	66	1.17	8.87	8.48	119.11	0.03	52.18	4.11	0.20	27.20	27.02	15.72	0.50	35
или Салат "Степной" из разных овощей*	66	1.79	6.37	8.29	142.35	0.08	12.69	2.98	0.00	29.71	50.83	21.29	0.77	30
Уха Ростовская	220	6.53	4.44	13.00	252.26	0.15	26.96	0.80	0.02	32.54	102.85	33.36	1.24	66
Котлеты куриные	70	9.80	12.60	7.88	289.50	0.63	1.12	0.77	0.04	36.98	99.05	13.23	0.77	67
Картофель, запеченный дольками	165	3.85	5.71	21.22	213.58	0.23	37.90	2.37	0.00	25.69	111.74	44.07	1.76	108
Компот из облепихи	220	0.40	1.78	35.92	163.12	1.65	66.00	1.65	0.00	8.28	2.97	9.90	0.57	144
Хлеб пшеничный	29	2.23	0.22	12.94	55.32	0.03	0.00	0.29	0.00	5.87	17.44	3.73	0.30	ГП
Хлеб ржаной	22	1.46	0.26	9.20	39.16	0.04	0.00	0.31	0.00	7.70	34.76	10.34	0.86	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	28	3.72	0.49	22.36	95.42	0.07	0.00	0.60	0.00	13.74	52.91	14.28	1.17	159
Итого	803	26.14	33.94	111.93	1171.68	2.78	185.26	10.33	0.26	164.06	406.83	133.65	6.16	

\*с 1 января по 30 июня



<b>Полдник</b>														
Молоко кипяченое	220	6.38	5.50	10.56	118.80	0.09	2.86	0.00	0.04	264.00	198.00	30.80	0.22	116
Пирожок печеный из дрожжевого теста с картофельным фаршем	60	1.94	3.89	23.46	203.84	0.08	6.36	0.88	0.02	15.28	48.23	10.67	0.68	151
Фрукты	226	0.88	0.88	21.71	103.63	0.09	24.11	0.97	0.00	19.30	67.52	101.28	1.45	ГП
Итого	506	9.20	10.27	55.73	426.27	0.26	33.33	1.85	0.06	298.58	313.75	142.75	2.35	
<b>Ужин</b>														
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	66	0.92	0.12	3.17	18.25	0.05	69.41	0.45	0.00	11.67	21.54	12.27	0.57	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	66	0.63	0.07	1.72	10.89	0.01	6.60	0.26	0.01	10.89	19.47	9.57	0.46	29
Пельмени мясные отварные	220	20.46	19.58	42.64	361.97	0.15	2.55	2.77	0.07	48.36	211.09	27.57	2.77	87
Сметана	33	0.89	3.30	1.29	39.27	0.01	0.17	0.10	0.02	29.70	20.46	3.30	0.03	165
Напиток из шиповника	198	0.67	0.28	26.35	129.24	0.01	198.00	0.75	0.00	12.65	3.37	3.37	0.67	133
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	17	2.25	0.41	14.22	60.52	0.06	0.00	0.48	0.00	11.90	53.72	15.98	1.33	159
Итого	550	25.13	23.67	87.24	607.47	0.28	270.13	4.53	0.09	113.92	308.60	62.01	5.34	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	116.60	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Баранки, сушки, бублики	39	3.12	2.45	23.40	66.86	0.07	0.00	0.56	0.00	9.36	34.54	6.80	0.56	ГП
Итого	259	9.97	10.27	33.42	183.46	0.14	1.72	0.56	0.08	302.70	266.76	41.02	0.81	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Мg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		90.88	104.01	393.31	3131.65	3.63	516.02	19.71	0.72	1386.21	1859.02	474.45	19.77	
<b>Суточная потребность</b>		59.40	66.00	287.10	1980.00	0.99	55.00	11.00	0.55	990.00	880.00	220.00	11.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		153.00	157.60	136.99	158.16	366.21	938.21	179.14	131.42	140.02	211.25	215.66	179.70	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 3-7 лет (каникулярное меню)														
Вторая неделя														
Четверг														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша "Янтарная"	209	8.88	10.03	39.74	285.99	0.25	3.50	0.80	0.06	168.61	252.42	74.84	2.19	1
Кофейный напиток с молоком	220	5.50	5.17	44.94	252.71	0.11	2.57	0.09	0.04	243.56	229.24	49.19	0.68	115
Масло сливочное (порциями)	8	0.07	4.85	0.09	44.07	0.00	0.00	0.07	0.05	1.60	2.00	0.00	0.02	18
Колбаса (порциями)	13	1.86	1.44	0.02	20.42	0.01	0.00	0.05	0.00	2.84	25.76	2.60	0.43	17
Хлеб пшеничный	33	2.53	0.25	14.73	62.95	0.03	0.00	0.33	0.00	6.68	19.85	4.25	0.34	ГП
Итого	483	18.83	21.74	99.52	666.14	0.41	6.07	1.34	0.14	423.29	529.27	130.88	3.66	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Вафли , печенье, пряники	28	3.49	5.49	14.00	46.26	0.04	0.00	0.00	0.00	9.33	28.00	6.05	0.46	ГП
Итого	248	3.71	5.71	39.08	156.26	0.04	22.00	1.76	0.00	66.53	118.20	39.05	3.98	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Салат из свеклы с сыром и чесноком	66	3.25	8.82	7.05	94.64	0.02	8.07	2.84	0.02	109.34	79.02	20.83	1.22	32
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом	220	1.85	5.93	8.65	130.12	0.07	32.65	0.32	0.02	52.03	77.78	24.19	1.12	57
Тефтели мясные с рисом	70	6.98	8.70	3.85	290.39	0.15	8.82	0.45	0.01	29.04	110.31	16.30	1.32	71
Соус томатный с овощами	55	0.80	2.84	4.90	48.95	0.02	4.82	0.20	0.02	8.25	12.65	6.02	0.30	163
Макаронные изделия отварные (перья)	143	8.50	4.19	54.34	289.34	0.13	0.00	1.20	0.02	15.69	68.31	12.32	1.24	101
Компот из смеси сухофруктов	198	0.62	0.00	31.27	131.31	0.01	0.56	0.11	0.01	63.03	21.67	8.44	1.74	129
Хлеб пшеничный	29	2.23	0.22	12.94	55.32	0.03	0.00	0.29	0.00	5.87	17.44	3.73	0.30	ГП
Хлеб ржаной	22	1.46	0.26	9.20	39.16	0.04	0.00	0.31	0.00	7.70	34.76	10.34	0.86	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	28	3.72	0.49	22.36	95.42	0.07	0.00	0.60	0.00	13.74	52.91	14.28	1.17	159
Итого	814	26.39	31.02	135.49	1095.62	0.48	56.02	5.75	0.11	310.75	432.95	105.47	8.26	

<b>Полдник</b>														
Фрукты	226	0.88	0.88	21.71	103.63	0.09	24.11	0.97	0.00	19.30	67.52	101.28	1.45	ГП
Расстегай с рыбой	60	3.83	4.92	21.09	209.22	0.07	15.26	0.91	0.02	27.90	44.55	10.12	0.66	154
Чай с лимоном	198	0.04	0.00	25.81	105.28	0.00	1.60	0.01	0.00	2.61	1.29	0.72	0.14	140
Итого	484	4.76	5.80	68.60	418.13	0.16	40.97	1.89	0.02	49.80	113.36	112.12	2.25	
<b>Ужин</b>														
Салат из красной фасоли с морковью	66	6.79	4.10	12.47	107.55	0.21	20.05	2.00	0.00	56.98	141.27	42.55	1.83	38
Картофельная запеканка с мясом или субпродуктами	165	18.70	20.46	24.08	313.59	0.45	27.19	1.53	0.04	30.38	254.50	54.45	3.29	75
Напиток из малины и смородины	220	0.30	0.15	19.04	80.69	0.01	37.13	0.22	0.00	13.04	11.55	8.75	0.46	146
Хлеб пшеничный	29	2.23	0.22	12.94	55.32	0.03	0.00	0.29	0.00	5.87	17.44	3.73	0.30	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	33	4.38	0.61	26.56	113.29	0.08	0.00	0.75	0.00	17.34	69.34	19.19	1.58	159
Итого	513	30.19	25.33	82.34	615.88	0.76	84.37	4.50	0.04	117.82	476.90	124.99	7.16	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	116.60	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Итого	220	6.85	7.82	10.02	116.60	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		90.74	97.41	435.04	3068.63	1.92	211.15	15.24	0.39	1261.53	1902.90	546.73	25.56	
<b>Суточная потребность</b>		59.40	66.00	287.10	1980.00	0.99	55.00	11.00	0.55	990.00	880.00	220.00	11.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		152.77	147.60	151.53	154.98	194.38	383.90	138.51	71.77	127.43	216.24	248.51	232.38	

Дети 3-7 лет (каникулярное меню)														
Вторая неделя														
Пятница														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша "Боярская"	209	8.79	9.47	40.25	287.75	0.22	1.76	0.20	0.06	179.83	215.24	51.38	1.30	5
Какао с молоком	198	6.13	5.05	34.65	177.38	0.08	2.32	0.01	0.04	219.68	186.32	41.78	1.13	114
Колбаса (порциями)	13	1.86	1.44	0.02	20.42	0.01	0.00	0.05	0.00	2.84	25.76	2.60	0.43	17
Яйца вареные	40	5.10	4.60	0.30	63.00	0.03	0.00	0.20	0.10	22.00	77.00	5.00	1.00	145
Хлеб пшеничный	33	2.53	0.25	14.73	62.95	0.03	0.00	0.33	0.00	6.68	19.85	4.25	0.34	ГП
Итого	493	24.40	20.81	89.95	611.49	0.37	4.08	0.79	0.20	431.03	524.17	105.01	4.19	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Фрукты	226	0.88	0.88	21.71	103.63	0.09	24.11	0.97	0.00	19.30	67.52	101.28	1.45	ГП
Итого	446	1.10	1.10	46.79	213.63	0.09	46.11	2.73	0.00	76.50	157.72	134.28	4.97	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	66	1.41	8.89	8.45	75.68	0.03	24.46	3.96	0.04	38.72	28.16	14.96	0.53	24
или Салат овощной с зеленым горошком*	66	1.85	5.39	6.90	63.90	0.07	7.00	2.19	0.01	14.04	44.48	16.57	0.62	40
Суп из овощей с фасолью	220	10.18	6.15	18.72	183.32	0.32	30.09	2.99	0.00	85.47	211.92	63.82	2.73	61
Печень, запеченная с луком	88	19.87	14.53	11.42	257.11	0.35	46.59	5.94	8.51	42.87	351.63	23.17	7.59	77
Картофель, запеченный из отварного	165	7.35	12.99	39.08	248.80	0.30	48.04	4.17	0.03	128.88	195.91	59.49	2.33	109
Кисель из смородины	220	0.29	0.11	30.23	124.93	0.01	55.00	0.20	0.00	13.23	14.16	8.53	0.43	119
Хлеб пшеничный	29	2.23	0.22	12.94	55.32	0.03	0.00	0.29	0.00	5.87	17.44	3.73	0.30	ГП
Хлеб ржаной	22	1.46	0.26	9.20	39.16	0.04	0.00	0.31	0.00	7.70	34.76	10.34	0.86	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	28	3.72	0.49	22.36	95.42	0.07	0.00	0.60	0.00	13.74	52.91	14.28	1.17	159
Итого	821	43.48	43.21	133.33	1000.70	1.09	205.27	17.89	8.59	342.54	864.97	187.33	14.93	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Компот из груш с лимоном	220	0.29	0.18	27.85	116.25	0.01	5.83	0.23	0.00	14.19	10.49	7.52	1.38	124
Сырники из творога со сгущенным молоком (180/20)	200	37.63	19.71	36.99	362.37	0.22	0.96	0.82	0.14	325.28	251.76	48.61	1.25	12
Итого	420	37.92	19.89	64.84	478.62	0.23	6.79	1.05	0.14	339.47	262.25	56.13	2.63	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с картофелем и луком	55	4.53	7.30	4.90	78.74	0.03	5.59	2.18	0.01	34.35	81.92	32.65	0.77	51
Куриное филе в сметанном соусе	77	1.93	6.57	2.41	110.02	0.08	6.53	2.97	0.04	34.62	121.53	15.35	1.05	85
Каша перловая рассыпчатая с овощами	143	4.48	6.24	30.91	198.03	0.08	5.19	3.15	0.00	35.32	98.92	23.11	1.03	99
Напиток яблочный	220	0.11	0.11	29.04	118.26	0.01	2.75	0.06	0.00	5.19	3.03	2.48	0.68	137
Хлеб пшеничный	22	2.20	0.21	12.76	54.55	0.03	0.00	0.29	0.00	5.79	17.20	3.68	0.29	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	28	4.46	0.62	27.05	115.35	0.09	0.00	0.76	0.00	17.66	70.60	19.54	1.61	159
Итого	550	15.42	20.83	93.82	618.35	0.28	20.06	9.10	0.06	126.82	374.74	92.77	5.11	
<b>2 ужин</b>														
Вафли , печенье, пряники	28	3.49	5.49	14.00	46.26	0.04	0.00	0.00	0.00	9.33	28.00	6.05	0.46	ГП
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	116.60	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Итого	248	10.35	13.31	24.02	162.86	0.12	1.72	0.00	0.08	302.67	260.22	40.27	0.71	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		132.67	119.14	452.75	3085.65	2.18	284.03	31.55	9.06	1619.02	2444.07	615.80	32.54	
<b>Суточная потребность</b>		59.40	66.00	287.10	1980.00	0.99	55.00	11.00	0.55	990.00	880.00	220.00	11.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		223.36	180.52	157.70	155.84	220.70	516.43	286.86	1647.64	163.54	277.74	279.91	295.79	

Дети 3-7 лет (каникулярное меню)														
Вторая неделя														
Суббота														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Вареники с картофелем и маслом	209	10.03	9.20	60.19	267.26	0.20	1.23	5.87	0.03	29.56	176.98	29.35	1.40	88
Кофейный напиток с молоком	220	5.50	5.17	44.94	252.71	0.11	2.57	0.09	0.04	243.56	229.24	49.19	0.68	115
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	66	0.59	0.10	1.88	11.55	0.03	10.56	0.26	0.00	10.23	18.48	11.22	0.46	39
или Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства*	66	1.25	5.87	5.08	78.54	0.01	4.62	2.05	0.00	27.06	24.42	9.90	0.46	147
Хлеб пшеничный	33	2.53	0.25	14.73	62.95	0.03	0.00	0.33	0.00	6.68	19.85	4.25	0.34	ГП
Итого	528	18.66	14.71	121.73	594.47	0.37	14.37	6.56	0.08	290.03	444.55	94.01	2.88	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Вафли , печенье, пряники	28	3.49	5.49	14.00	46.26	0.04	0.00	0.00	0.00	9.33	28.00	6.05	0.46	ГП
Итого	248	3.71	5.71	39.08	156.26	0.04	22.00	1.76	0.00	66.53	118.20	39.05	3.98	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Салат Обжорка	66	2.72	2.45	3.08	69.45	0.04	3.73	0.25	0.01	25.20	51.95	17.37	0.68	37
Солянка из птицы	220	4.85	12.84	20.69	256.80	0.08	14.65	0.51	0.02	30.47	76.47	18.51	1.24	52
Капуста тушеная со свиной	220	11.64	10.99	13.83	295.35	0.34	101.84	2.83	0.00	121.96	162.75	52.79	2.43	81
Компот из кураги	198	1.98	1.03	24.76	144.69	0.02	0.79	1.09	0.00	32.43	28.91	20.79	0.72	121
Хлеб пшеничный	29	2.23	0.22	12.94	55.32	0.03	0.00	0.29	0.00	5.87	17.44	3.73	0.30	ГП
Хлеб ржаной	22	1.46	0.26	9.20	39.16	0.04	0.00	0.31	0.00	7.70	34.76	10.34	0.86	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	28	3.72	0.49	22.36	95.42	0.07	0.00	0.60	0.00	13.74	52.91	14.28	1.17	159
Итого	766	25.58	27.85	87.79	877.16	0.56	122.11	5.31	0.03	243.43	383.28	126.83	6.39	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
Фрукты	226	0.88	0.88	21.71	103.63	0.09	24.11	0.97	0.00	19.30	67.52	101.28	1.45	ГП
Молоко кипяченое	220	6.38	5.50	10.56	118.80	0.09	2.86	0.00	0.04	264.00	198.00	30.80	0.22	116
<b>Итого</b>	<b>546</b>	<b>17.66</b>	<b>11.38</b>	<b>42.87</b>	<b>351.43</b>	<b>0.28</b>	<b>27.47</b>	<b>1.07</b>	<b>0.07</b>	<b>447.30</b>	<b>485.52</b>	<b>155.08</b>	<b>2.07</b>	
<b>Ужин</b>														
Пекинская капуста с огурцом и сыром	66	4.00	10.12	2.49	91.76	0.02	20.96	2.84	0.03	142.87	87.54	15.19	0.54	42
или Маринад овощной*	66	1.35	8.90	8.06	118.95	0.07	9.39	4.31	0.00	33.46	51.83	31.49	0.73	113
Рыба, тушенная в сметанном соусе	77	14.58	9.54	3.78	122.77	0.17	5.40	3.16	0.02	37.57	113.00	29.34	0.69	93
Картофельное пюре	165	3.58	5.96	24.13	164.99	0.19	28.37	0.21	0.03	50.17	106.59	36.01	1.34	105
Чай с сахаром	198	0.20	0.00	19.79	79.15	0.00	0.00	0.00	0.00	12.06	7.92	5.94	0.81	139
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	17	2.45	0.41	34.61	142.06	0.06	0.00	0.48	0.00	24.32	61.88	22.10	2.16	159
<b>Итого</b>	<b>539</b>	<b>21.89</b>	<b>24.79</b>	<b>69.57</b>	<b>517.41</b>	<b>0.47</b>	<b>43.16</b>	<b>8.14</b>	<b>0.06</b>	<b>144.80</b>	<b>331.49</b>	<b>118.29</b>	<b>4.86</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.11	9.11	106.00	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
<b>Итого</b>	<b>220</b>	<b>6.85</b>	<b>7.11</b>	<b>9.11</b>	<b>106.00</b>	<b>0.07</b>	<b>1.56</b>	<b>0.00</b>	<b>0.07</b>	<b>266.67</b>	<b>211.11</b>	<b>31.11</b>	<b>0.23</b>	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		94.36	91.56	370.15	2602.72	1.80	230.67	22.83	0.31	1458.76	1974.15	564.38	20.41	
<b>Суточная потребность</b>		59.40	66.00	287.10	1980.00	0.99	55.00	11.00	0.55	990.00	880.00	220.00	11.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		158.85	138.72	128.93	131.45	181.87	419.41	207.56	56.18	147.35	224.33	256.54	185.53	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 3-7 лет (каникулярное меню)														
Вторая неделя														
Воскресенье														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Омлет с сыром	209	18.93	27.93	3.97	313.35	0.10	1.11	0.72	0.35	128.78	199.98	28.83	2.33	16
Чай с молоком	198	2.78	3.17	29.36	174.79	0.04	1.30	0.00	0.03	119.85	89.62	14.14	0.18	141
Масло сливочное (порциями)	8	0.07	4.85	0.09	44.07	0.00	0.00	0.07	0.05	1.60	2.00	0.00	0.02	18
Горошек консервированный	66	5.12	0.33	10.73	66.00	0.19	0.99	0.33	0.00	33.00	102.30	34.65	1.16	21
Хлеб пшеничный	33	2.53	0.25	14.73	62.95	0.03	0.00	0.33	0.00	6.68	19.85	4.25	0.34	ГП
Итого	514	29.43	36.52	58.87	661.15	0.36	3.40	1.44	0.43	289.90	413.75	81.86	4.02	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	28	0.14	0.00	16.80	56.70	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	2.10	1.40	0.35	ГП
Итого	248	0.36	0.22	41.88	166.70	0.00	22.00	1.76	0.00	61.40	92.30	34.40	3.87	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Салат из моркови с сыром и чесноком	66	3.10	4.43	5.54	115.52	0.06	3.98	3.06	0.02	102.28	87.64	32.59	0.66	33
Суп картофельный с бобовыми и копченостями	220	9.85	10.97	22.35	263.25	0.47	25.92	0.87	0.02	72.82	159.48	65.52	4.27	54
Рыба, запеченная под маринадом	77	5.09	8.50	4.25	158.71	0.14	4.71	3.09	0.01	23.35	132.07	24.17	0.61	95
Рис отварной	130	5.12	3.24	53.92	206.26	0.06	0	0.33	0.02	11.76	111.28	36.7	0.77	103
Компот из брусники (кюквы)	220	0.23	0.17	25.76	107.35	0.00	4.95	0.33	0.00	8.94	5.28	2.31	0.21	123
Хлеб пшеничный	33	2.20	0.21	12.76	54.55	0.03	0.00	0.29	0.00	5.79	17.20	3.68	0.29	ГП
Хлеб ржаной	22	1.46	0.26	9.20	39.16	0.04	0.00	0.31	0.00	7.70	34.76	10.34	0.86	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	28	3.72	0.49	22.36	95.42	0.07	0.00	0.60	0.00	13.74	52.91	14.28	1.17	159
Итого	779	27.76	27.84	137.08	961.20	0.81	40.66	8.31	0.08	252.45	558.70	178.61	7.83	



<b>Полдник</b>														
Фрукты	226	0.88	0.88	21.71	103.63	0.09	24.11	0.97	0.00	19.30	67.52	101.28	1.45	ГП
Блинчики с ягодной начинкой	55	3.15	3.50	19.82	257.10	0.55	0.20	0.49	0.06	36.85	76.39	9.47	0.99	156
Напиток ягодный	220	0.28	0.15	19.09	80.80	0.01	26.40	0.25	0.00	11.61	9.46	6.60	0.37	138
Итого	501	4.31	4.54	60.61	441.52	0.65	50.71	1.71	0.06	67.75	153.37	117.35	2.81	
<b>Ужин</b>														
Салат из картофеля с рыбой	66	5.98	5.74	6.53	75.46	0.10	9.13	2.19	0.01	14.21	74.46	17.35	0.55	47
Печень говяжья по-строгановски	77	9.20	9.56	0.72	143.99	0.14	8.94	0.55	7.38	16.14	115.95	9.77	3.50	84
Макаронные изделия отварные (рожки)	143	8.50	4.19	54.34	289.30	0.13	0.00	1.20	0.02	15.69	68.31	12.32	1.24	101
Компот Витаминный	198	4.30	1.17	24.61	153.05	0.03	99.79	1.46	0.00	38.21	30.59	22.47	0.99	126
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	17	2.25	0.41	14.22	60.52	0.06	0.00	0.48	0.00	11.90	53.72	15.98	1.33	159
Итого	517	30.17	21.05	100.00	645.08	0.46	117.87	5.86	7.41	95.80	341.45	77.42	7.57	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	116.60	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Итого	220	6.85	7.82	10.02	116.60	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		98.88	97.99	408.46	2992.26	2.36	236.35	19.08	8.06	1060.64	1791.79	523.87	26.35	
<b>Суточная потребность</b>		59.40	66.00	287.10	1980.00	0.99	55.00	11.00	0.55	990.00	880.00	220.00	11.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		166.46	148.47	142.27	151.12	238.41	429.72	173.50	1464.86	107.14	203.61	238.12	239.58	

Средние показатели пищевых веществ, энергетической ценности, витаминов и минеральных веществ												
	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
	Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
<b>Итого за 14 дней</b>	1389.66	1421.57	5782.42	41350.53	29.52	4000.38	290.51	23.08	18044.73	26550.61	8524.99	411.33
<b>Среднее значение</b>	99.26	101.54	413.03	2953.61	2.11	285.74	20.75	1.65	1288.91	1896.47	608.93	29.38
<b>Соотношение Б:Ж:У</b>	1.0	1.0	4.0						1.0	1.5		
<b>Суточная потребность +10%</b>	59.40	66.00	287.10	1980.00	0.99	55.00	11.00	0.55	990.00	880.00	220.00	11.00
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>	167.11	153.85	143.86	149.17	212.96	519.53	188.64	299.75	130.19	215.51	276.79	267.09

Дети 3-7 лет (изолятор)														
Первая неделя														
Понедельник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша рисовая молочная жидкая	219	6.48	8.70	39.50	240.06	0.08	1.73	0.22	0.06	167.24	177.39	37.21	0.56	2
Какао с молоком	207	6.41	5.28	36.23	185.44	0.08	2.43	0.01	0.05	229.67	194.79	43.68	1.18	114
Масло сливочное (порциями)	9	0.08	5.45	0.10	49.58	0.00	0.00	0.08	0.05	1.80	2.25	0.00	0.03	18
Колбаса (порциями)	13	1.86	1.44	0.02	20.42	0.01	0.00	0.05	0.00	2.84	25.76	2.60	0.43	17
Хлеб пшеничный	35	2.69	0.26	15.62	66.76	0.04	0.00	0.35	0.00	7.09	21.05	4.51	0.36	ГП
Итого	483	17.50	21.14	91.47	562.26	0.21	4.16	0.70	0.16	408.63	421.24	87.99	2.56	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Вафли , печенье, пряники	29	3.62	5.68	14.50	47.91	0.05	0.00	0.00	0.00	9.66	29.00	6.26	0.48	ГП
Итого	259	3.85	5.91	40.72	162.91	0.05	23.00	1.84	0.00	69.46	123.30	40.76	4.16	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	69	0.97	0.13	3.31	19.08	0.06	72.57	0.47	0.00	12.20	22.52	12.82	0.60	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	69	0.66	0.07	1.79	11.39	0.01	6.90	0.28	0.01	11.39	20.36	10.01	0.48	29
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	230	5.31	6.24	15.15	335.92	0.09	27.67	0.35	0.02	57.32	95.09	31.56	1.63	56
Биточки рыбные	100	9.12	8.57	7.93	246.48	0.20	0.91	1.49	0.05	44.51	92.11	29.71	0.91	94
Рагу из овощей	173	3.10	9.22	10.54	257.41	0.16	65.39	3.54	0.02	44.97	33.59	32.18	1.11	110
или Овощи запеченные	173	3.21	9.78	19.42	179.64	0.17	150.97	4.86	0.00	51.70	82.22	38.26	1.56	111
Компот из свежих ягод	230	0.29	0.16	26.84	112.00	0.01	27.60	0.26	0.00	12.34	9.89	6.90	0.41	122
Хлеб пшеничный	30	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
Хлеб ржаной	23	1.52	0.28	9.62	40.94	0.04	0.00	0.32	0.00	8.05	36.34	10.81	0.90	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	29	3.85	0.50	23.16	98.83	0.07	0.00	0.63	0.00	14.23	54.80	14.79	1.21	159
Итого	867	23.39	24.88	90.36	1086.93	0.60	195.34	6.77	0.10	207.06	319.59	131.44	6.05	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Фрукты	236	0.92	0.92	22.67	108.21	0.09	25.18	1.01	0.00	20.15	70.51	105.76	1.51	ГП
Молоко кипяченое	230	6.67	5.75	11.04	124.20	0.09	2.99	0.00	0.05	276.00	207.00	32.20	0.23	116
Кекс Творожный	50	5.10	7.48	26.25	193.09	0.04	0.07	0.33	0.06	30.13	56.15	5.89	0.46	150
Итого	516	12.69	14.15	59.96	425.50	0.22	28.24	1.34	0.11	326.28	333.66	143.85	2.20	
<b>Ужин</b>														
Салат Столичный	69	8.30	7.26	5.04	105.49	0.08	6.98	0.20	0.02	21.45	91.69	16.58	0.95	41
Говядина, тушенная с черносливом	92	5.60	20.22	6.15	156.08	0.07	4.66	2.60	0.02	21.87	158.38	25.82	2.13	73
Каша гречневая рассыпчатая	150	8.62	7.32	38.92	155.71	0.29	0.00	0.61	0.03	15.28	138.10	202.64	4.57	97
Чай с лимоном	207	0.05	0.00	26.98	110.07	0.00	1.67	0.01	0.00	2.73	1.35	0.75	0.15	140
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	18	2.43	0.43	43.21	178.93	0.06	1.74	0.52	0.00	15.44	58.28	17.70	1.56	159
Итого	553	24.89	35.21	91.72	589.65	0.50	13.31	3.91	0.08	73.57	444.82	262.24	9.17	
<b>2 ужин</b>														
Баранки, сушки, бублики	41	3.28	2.58	24.60	70.29	0.07	0.00	0.59	0.00	9.84	36.31	7.15	0.59	ГП
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	121.90	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Итого	271	10.44	10.75	35.08	192.19	0.15	1.79	0.59	0.08	316.51	279.09	42.92	0.85	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		92.77	112.04	409.31	3019.43	1.73	265.84	15.15	0.52	1401.51	1921.70	709.21	24.98	
<b>Суточная потребность</b>		62.10	69.00	300.15	2070.00	1.04	57.50	11.50	0.58	1035.00	920.00	230.00	11.50	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		149.38	162.38	136.37	145.87	166.96	462.33	131.73	90.13	135.41	208.88	308.35	217.20	

Дети 3-7 лет (изолятор)														
Первая неделя														
Вторник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Вареники с картофелем и маслом	219	10.51	9.64	63.07	280.04	0.21	1.29	6.16	0.03	30.97	185.45	30.75	1.46	88
Чай с молоком	207	2.91	3.31	30.69	182.74	0.05	1.36	0.00	0.03	125.29	93.69	14.78	0.18	141
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	69	0.62	0.10	1.97	12.08	0.03	11.04	0.28	0.00	10.70	19.32	11.73	0.48	39
или Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства*	69	1.31	6.14	5.31	82.11	0.01	4.83	2.14	0.00	28.29	25.53	10.35	0.48	147
Колбаса (порциями)	13	1.86	1.44	0.02	20.42	0.01	0.00	0.05	0.00	2.84	25.76	2.60	0.43	17
Хлеб пшеничный	35	2.69	0.26	15.62	66.76	0.04	0.00	0.35	0.00	7.09	21.05	4.51	0.36	ГП
Итого	543	18.58	14.76	111.37	562.04	0.33	13.69	6.83	0.07	176.88	345.27	64.37	2.92	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Вафли , печенье, пряники	29	3.62	5.68	14.50	47.91	0.05	0.00	0.00	0.00	9.66	29.00	6.26	0.48	ГП
Итого	259	3.85	5.91	40.72	162.91	0.05	23.00	1.84	0.00	69.46	123.30	40.76	4.16	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Салат из картофеля с рыбой	69	6.26	6.00	6.83	78.89	0.10	9.55	2.29	0.01	14.86	77.84	18.14	0.58	47
Суп Шахтерский	230	6.60	5.78	22.31	270.48	0.13	19.09	0.40	0.02	32.42	45.25	38.66	1.54	55
Котлеты мясо-картофельные польновски	70	9.57	15.44	6.83	240.72	0.19	7.27	1.62	0.01	19.18	115.96	19.51	1.50	69
Капуста тушеная	173	4.35	4.57	13.25	161.54	0.09	98.53	2.26	0.00	114.20	77.77	39.37	1.53	102
Компот из смеси сухофруктов	207	0.64	0.00	32.69	137.28	0.01	0.59	0.12	0.01	65.90	22.66	8.82	1.82	129
Хлеб пшеничный	35	2.33	0.23	13.54	57.86	0.03	0.00	0.30	0.00	6.14	18.25	3.91	0.31	ГП
Хлеб ржаной	23	1.52	0.28	9.62	40.94	0.04	0.00	0.32	0.00	8.05	36.34	10.81	0.90	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	29	3.85	0.50	23.16	98.83	0.07	0.00	0.63	0.00	14.23	54.80	14.79	1.21	159
Итого	819	32.05	32.36	108.66	1005.58	0.61	136.22	7.35	0.06	282.35	406.07	142.82	8.35	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Компот из груш с лимоном	230	0.30	0.18	29.12	121.53	0.01	6.10	0.24	0.00	14.84	10.97	7.87	1.44	124
Слойка с повидлом	85	3.83	9.78	37.91	205.00	0.10	0.06	1.16	0.05	19.19	66.03	10.50	1.02	155
Фрукты	236	0.92	0.92	22.67	108.21	0.09	25.18	1.01	0.00	20.15	70.51	105.76	1.51	ГП
Итого	551	5.05	10.88	89.70	434.75	0.20	31.33	2.41	0.05	54.18	147.51	124.13	3.97	
<b>Ужин</b>														
Салат Витаминный с яблоком	69	1.01	9.29	9.75	126.96	0.03	14.17	4.23	0.22	27.60	26.68	16.56	0.83	26
или Салат из красной фасоли с морковью*	69	7.10	4.29	13.04	112.44	0.22	20.96	2.09	0.00	59.57	147.69	44.48	1.91	38
Рыба, запеченная в молочном соусе	81	14.53	8.86	3.43	150.53	0.15	1.16	1.90	0.02	55.07	162.49	24.59	0.47	91
Картофель отварной	173	3.53	6.55	28.30	186.57	0.21	34.60	0.25	0.03	19.24	102.76	39.79	1.57	107
Кисель из брусники (клюквы)	230	0.17	0.12	37.12	151.48	0.00	3.45	0.23	0.00	9.41	8.99	1.61	0.18	117
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	18	2.56	0.55	53.79	222.14	0.06	3.60	0.74	0.00	22.42	66.26	18.60	1.60	159
Итого	588	21.56	25.24	93.24	677.85	0.45	53.38	7.10	0.28	123.56	356.22	99.00	4.42	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	121.90	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Итого	230	7.16	8.18	10.48	121.90	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		88.26	97.33	454.17	2965.02	1.72	259.41	25.53	0.53	1013.10	1621.15	506.86	24.08	
<b>Суточная потребность</b>		62.10	69.00	300.15	2070.00	1.04	57.50	11.50	0.58	1035.00	920.00	230.00	11.50	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		142.13	141.06	151.31	143.24	166.43	451.15	222.04	92.49	97.88	176.21	220.37	209.37	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 3-7 лет (изолятор)														
Первая неделя														
Среда														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным (150/34)	184	13.95	13.05	31.23	274.51	0.16	0.83	0.51	0.12	44.54	231.59	39.78	1.01	11
Какао с молоком	207	6.41	5.28	36.23	185.44	0.08	2.43	0.01	0.05	229.67	194.79	43.68	1.18	114
Масло сливочное (порциями)	9	0.08	5.45	0.10	49.58	0.00	0.00	0.08	0.05	1.80	2.25	0.00	0.03	18
Сыр (порциями)	42	9.74	12.39	0.00	152.88	0.01	0.29	0.21	0.12	136.27	210.00	14.70	0.42	19
Хлеб пшеничный	41	2.70	0.26	15.68	67.04	0.04	0.00	0.35	0.00	7.12	21.14	4.52	0.36	ГП
Итого	483	32.87	36.44	83.24	729.43	0.29	3.55	1.16	0.33	419.39	659.76	102.68	3.00	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	29	0.15	0.00	17.40	58.73	0.00	0.00	0.00	0.00	4.35	2.18	1.45	0.36	ГП
Итого	259	0.38	0.23	43.62	173.73	0.00	23.00	1.84	0.00	64.15	96.48	35.95	4.04	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	69	0.97	0.13	3.31	19.08	0.06	72.57	0.47	0.00	12.20	22.52	12.82	0.60	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	69	0.66	0.07	1.79	11.39	0.01	6.90	0.28	0.01	11.39	20.36	10.01	0.48	29
Уха Ростовская	230	6.83	4.65	13.59	263.73	0.16	28.19	0.84	0.02	34.02	107.53	34.88	1.30	66
Котлеты Домашние	70	10.69	14.28	18.95	327.26	0.16	3.33	1.80	0.04	71.78	136.39	19.48	1.24	68
Овощное соте с морковью	173	4.60	8.92	21.52	240.92	0.23	122.54	1.11	0.05	85.08	126.96	66.28	2.13	104
Чай с сахаром	207	0.21	0.00	20.69	82.74	0.00	0.00	0.00	0.00	12.60	8.28	6.21	0.85	139
Хлеб пшеничный	30	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
Хлеб ржаной	23	1.52	0.28	9.62	40.94	0.04	0.00	0.32	0.00	8.05	36.34	10.81	0.90	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	29	3.85	0.50	23.16	98.83	0.07	0.00	0.63	0.00	14.23	54.80	14.79	1.21	159
Итого	814	27.90	28.53	104.66	1049.78	0.69	227.83	4.87	0.11	251.41	468.06	157.95	7.51	

\*с 1 января по 30 июня

<b>Полдник</b>														
Напиток апельсиновый	230	0.21	0.05	29.41	120.01	0.01	13.80	0.05	0.00	8.65	5.29	2.99	0.15	130
Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустным фаршем	100	6.39	8.20	35.15	240.37	0.11	25.44	1.51	0.04	46.50	74.25	16.86	1.10	152
Фрукты	236	0.92	0.92	22.67	108.21	0.09	25.18	1.01	0.00	20.15	70.51	105.76	1.51	ГП
Итого	566	7.52	9.17	87.22	468.60	0.21	64.42	2.57	0.04	75.30	150.05	125.61	2.76	
<b>Ужин</b>														
Салат из белокочанной капусты с морковью	69	1.47	9.29	8.83	79.12	0.03	25.58	4.14	0.13	40.48	29.44	15.64	0.55	23
или Винегрет овощной*	69	1.25	3.94	5.90	76.90	0.05	9.34	1.85	0.00	23.87	35.27	14.49	0.62	31
Сердце (печень) в соусе сметанном с томатом и луком	81	17.33	7.63	3.69	178.19	0.29	7.72	0.58	0.05	28.32	135.07	20.90	3.75	83
Картофельное пюре	173	3.75	6.25	25.30	172.99	0.20	29.74	0.22	0.03	52.60	111.76	37.76	1.41	105
Напиток из шиповника	207	0.70	0.29	27.54	135.11	0.01	207.00	0.78	0.00	13.23	3.52	3.52	0.70	133
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	18	3.12	0.73	43.80	205.07	0.07	216.00	1.32	0.00	26.40	60.55	20.59	2.14	159
Итого	565	25.57	23.88	80.01	627.71	0.59	270.04	6.21	0.21	146.87	335.09	94.27	7.77	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	121.90	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Баранки, сушки, бублики	41	3.28	2.58	24.60	70.29	0.07	0.00	0.59	0.00	9.84	36.31	7.15	0.59	ГП
Итого	271	10.44	10.75	35.08	192.19	0.15	1.79	0.59	0.08	316.51	279.09	42.92	0.85	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эп/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		104.68	108.99	433.83	3241.43	1.93	590.63	17.23	0.77	1273.63	1988.53	559.38	25.94	
<b>Суточная потребность</b>		62.10	69.00	300.15	2070.00	1.04	57.50	11.50	0.58	1035.00	920.00	230.00	11.50	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		168.57	157.96	144.54	156.59	186.62	1027.18	149.86	133.24	123.06	216.14	243.21	225.53	
*с 1 января по 30 июня														



Дети 3-7 лет (изолятор)														
Первая неделя														
Четверг														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Каша манная молочная жидкая	219	7.30	8.45	34.67	211.87	0.58	1.68	0.59	0.05	188.04	239.10	35.81	0.81	4
Кофейный напиток с молоком	230	5.75	5.41	46.98	264.20	0.12	2.69	0.09	0.05	254.63	239.66	51.43	0.71	115
Колбаса (порциями)	13	1.86	1.44	0.02	20.42	0.01	0.00	0.05	0.00	2.84	25.76	2.60	0.43	17
Яйца вареные	40	5.10	4.60	0.30	63.00	0.03	0.00	0.20	0.10	22.00	77.00	5.00	1.00	145
Хлеб пшеничный	35	2.69	0.26	15.62	66.76	0.04	0.00	0.35	0.00	7.09	21.05	4.51	0.36	ГП
Итого	537	22.70	20.16	97.59	626.26	0.77	4.37	1.28	0.20	474.60	602.58	99.34	3.31	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Вафли , печенье, пряники	29	3.62	5.68	14.50	47.91	0.05	0.00	0.00	0.00	9.66	29.00	6.26	0.48	ГП
Итого	259	3.85	5.91	40.72	162.91	0.05	23.00	1.84	0.00	69.46	123.30	40.76	4.16	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Кукуруза с яйцом и рыбой	69	10.60	6.47	2.52	156.87	0.09	2.16	2.62	0.05	35.68	154.24	45.87	1.05	43
Суп картофельный с фрикадельками	230	3.36	5.23	24.73	252.02	0.20	33.90	0.39	0.02	40.11	100.61	39.76	1.60	63
Плов из свинины	173	13.21	9.35	26.68	444.49	0.09	4.84	0.60	0.02	29.71	97.62	42.41	1.93	78
Компот из изюма	207	5.59	0.71	20.82	169.84	0.06	0.00	0.16	0.00	25.46	40.05	13.04	0.99	120
Хлеб пшеничный	35	2.33	0.23	13.54	57.86	0.03	0.00	0.30	0.00	6.14	18.25	3.91	0.31	ГП
Хлеб ржаной	23	1.52	0.28	9.62	40.94	0.04	0.00	0.32	0.00	8.05	36.34	10.81	0.90	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	29	3.85	0.50	23.16	98.83	0.07	0.00	0.63	0.00	14.23	54.80	14.79	1.21	159
Итого	749	37.39	22.34	101.48	1139.91	0.52	42.11	4.44	0.09	166.76	459.11	159.39	6.95	

<b>Полдник</b>														
Фрукты	236	0.92	0.92	22.67	108.21	0.09	25.18	1.01	0.00	20.15	70.51	105.76	1.51	ГП
Бисквит морковный	50	2.51	9.07	22.89	183.29	0.04	0.65	0.43	0.06	12.97	32.80	8.03	0.46	149
Компот из смородины чёрной	230	0.35	0.14	19.73	84.01	0.01	69.00	0.24	0.00	12.94	11.39	10.70	0.51	127
Итого	516	3.78	10.13	65.29	375.51	0.14	94.83	1.68	0.06	46.06	114.69	124.49	2.48	
<b>Ужин</b>														
Салат из свеклы с сыром и чесноком	69	3.39	9.22	7.37	98.95	0.02	8.44	2.97	0.02	114.31	82.62	21.78	1.28	32
Поджарка из рыбы	81	8.82	10.87	5.01	120.41	0.23	9.55	3.77	0.01	43.32	92.84	30.72	0.88	92
Картофель, запеченный из отварного	173	7.70	13.62	40.98	260.86	0.31	50.37	4.37	0.03	135.12	205.41	62.37	2.45	109
Компот из яблок с лимоном	230	0.30	0.24	35.72	149.06	0.02	8.97	0.13	0.00	13.32	8.10	6.14	1.40	125
Хлеб пшеничный	35	2.33	0.23	13.54	57.86	0.03	0.00	0.30	0.00	6.14	18.25	3.91	0.31	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	35	4.65	0.65	28.17	120.16	0.09	0.00	0.79	0.00	18.39	73.55	20.36	1.68	159
Итого	623	24.86	34.60	117.25	749.44	0.68	77.32	12.03	0.07	324.47	462.50	141.37	7.68	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	121.90	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Баранки, сушки, бублики	41	3.28	2.58	24.60	70.29	0.07	0.00	0.59	0.00	9.84	36.31	7.15	0.59	ГП
Итого	271	10.44	10.75	35.08	192.19	0.15	1.79	0.59	0.08	316.51	279.09	42.92	0.85	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		103.01	103.89	457.41	3246.22	2.31	243.42	21.86	0.50	1397.86	2041.28	608.28	25.42	
<b>Суточная потребность</b>		62.10	69.00	300.15	2070.00	1.04	57.50	11.50	0.58	1035.00	920.00	230.00	11.50	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		165.88	150.57	152.39	156.82	223.22	423.34	190.05	87.39	135.06	221.88	264.47	221.02	

Дети 3-7 лет (изолятор)														
Первая неделя														
Пятница														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Вареники с картофелем и маслом	219	10.51	9.64	63.07	280.04	0.21	1.29	6.16	0.03	30.97	185.45	30.75	1.46	88
Чай с сахаром	207	0.21	0.00	20.69	82.74	0.00	0.00	0.00	0.00	12.60	8.28	6.21	0.85	139
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	69	0.62	0.10	1.97	12.08	0.03	11.04	0.28	0.00	10.70	19.32	11.73	0.48	39
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	69	0.66	0.07	1.79	11.39	0.01	6.90	0.28	0.01	11.39	20.36	10.01	0.48	29
Хлеб пшеничный	35	2.69	0.26	15.62	66.76	0.04	0.00	0.35	0.00	7.09	21.05	4.51	0.36	ГП
Итого	530	14.03	10.00	101.35	441.62	0.28	12.33	6.78	0.03	61.36	234.10	53.20	3.16	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Вафли , печенье, пряники	29	3.62	5.68	14.50	47.91	0.05	0.00	0.00	0.00	9.66	29.00	6.26	0.48	ГП
Итого	259	3.85	5.91	40.72	162.91	0.05	23.00	1.84	0.00	69.46	123.30	40.76	4.16	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Кукуруза консервированная	69	2.53	0.46	12.90	66.84	0.02	5.53	0.03	0.00	48.39	47.24	14.98	0.41	22
Рассольник Ленинградский с мясом	230	4.88	5.58	14.58	128.50	0.12	15.80	0.30	0.02	22.06	38.36	26.12	1.22	59
Котлеты Особые	70	10.44	9.23	14.95	185.02	0.09	4.05	0.60	0.03	39.96	113.14	17.45	1.37	70
Соус томатный с овощами	58	0.85	2.99	5.16	51.62	0.02	5.08	0.21	0.02	8.70	13.34	6.35	0.31	163
Картофельное пюре	173	3.75	6.25	25.30	172.99	0.20	29.74	0.22	0.03	52.60	111.76	37.76	1.41	105
Компот Витаминный	207	4.50	1.22	25.73	160.01	0.03	104.33	1.53	0.00	39.95	31.98	23.49	1.04	126
Фрукты	236	0.92	0.92	22.67	108.21	0.09	25.18	1.01	0.00	20.15	70.51	105.76	1.51	ГП
Хлеб пшеничный	35	2.33	0.23	13.54	57.86	0.03	0.00	0.30	0.00	6.14	18.25	3.91	0.31	ГП
Хлеб ржаной	23	1.52	0.28	9.62	40.94	0.04	0.00	0.32	0.00	8.05	36.34	10.81	0.90	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	29	3.85	0.50	23.16	98.83	0.07	0.00	0.63	0.00	14.23	54.80	14.79	1.21	159
Итого	1113	32.49	27.21	148.04	989.87	0.66	190.92	4.57	0.11	267.61	492.92	250.23	8.66	

\*с 1 января по 30 июня

<b>Полдник</b>														
Напиток лимонный	230	0.16	0.02	29.24	120.97	0.01	7.36	0.03	0.00	8.22	4.05	2.21	0.20	131
Сырники с морковью с молоком сгущенным (150/30)	180	27.95	13.01	32.37	298.92	0.17	2.35	0.73	0.09	208.56	305.67	44.56	1.22	14
<b>Итого</b>	<b>410</b>	<b>28.11</b>	<b>13.03</b>	<b>61.61</b>	<b>419.89</b>	<b>0.18</b>	<b>9.71</b>	<b>0.76</b>	<b>0.09</b>	<b>216.78</b>	<b>309.72</b>	<b>46.77</b>	<b>1.42</b>	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с луком	58	4.14	9.12	2.18	81.69	0.02	1.83	2.17	0.02	40.46	54.01	35.94	0.74	48
Свинина, тушеная с овощами	230	17.91	26.30	22.07	403.48	0.75	84.94	3.46	0.00	45.24	274.88	71.02	3.43	80
Напиток из облепихи	230	0.14	0.62	24.76	105.79	0.58	23.00	0.58	0.00	3.25	1.04	3.45	0.24	136
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	18	2.38	0.43	15.06	64.08	0.06	0.00	0.50	0.00	12.60	56.88	16.92	1.40	159
<b>Итого</b>	<b>553</b>	<b>24.50</b>	<b>36.46</b>	<b>63.65</b>	<b>653.25</b>	<b>1.41</b>	<b>109.77</b>	<b>6.70</b>	<b>0.02</b>	<b>101.21</b>	<b>385.23</b>	<b>126.86</b>	<b>5.78</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	121.90	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
<b>Итого</b>	<b>230</b>	<b>7.16</b>	<b>8.18</b>	<b>10.48</b>	<b>121.90</b>	<b>0.08</b>	<b>1.79</b>	<b>0.00</b>	<b>0.08</b>	<b>306.67</b>	<b>242.78</b>	<b>35.78</b>	<b>0.26</b>	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		110.14	100.80	425.84	2789.45	2.65	347.52	20.65	0.34	1023.09	1788.04	553.60	23.42	
<b>Суточная потребность</b>		62.10	69.00	300.15	2070.00	1.04	57.50	11.50	0.58	1035.00	920.00	230.00	11.50	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		177.36	146.09	141.88	134.76	255.64	604.39	179.54	58.97	98.85	194.35	240.70	203.69	

Дети 3-7 лет (изолятор)														
Первая неделя														
Суббота														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша Рябчик	219	9.45	9.47	49.82	323.13	0.21	1.69	0.41	0.07	168.20	219.82	139.32	2.41	6
Чай с молоком	207	2.91	3.31	30.69	182.74	0.05	1.36	0.00	0.03	125.29	93.69	14.78	0.18	141
Масло сливочное (порциями)	9	0.08	5.45	0.10	49.58	0.00	0.00	0.08	0.05	1.80	2.25	0.00	0.03	18
Фрукты	236	0.92	0.92	22.67	108.21	0.09	25.18	1.01	0.00	20.15	70.51	105.76	1.51	ГП
Хлеб пшеничный	35	2.69	0.26	15.62	66.76	0.04	0.00	0.35	0.00	7.09	21.05	4.51	0.36	ГП
Итого	706	16.05	19.42	118.90	730.42	0.38	28.23	1.86	0.16	322.53	407.32	264.37	4.49	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Вафли , печенье, пряники	29	3.62	5.68	14.50	47.91	0.05	0.00	0.00	0.00	9.66	29.00	6.26	0.48	ГП
Итого	259	3.85	5.91	40.72	162.91	0.05	23.00	1.84	0.00	69.46	123.30	40.76	4.16	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Салат "Степной" из разных овощей	69	1.87	6.66	8.67	148.82	0.08	13.27	3.12	0.00	31.06	53.14	22.25	0.81	30
Свекольник с мясом	230	4.81	5.20	15.94	191.71	0.10	21.80	0.36	0.02	58.14	62.68	35.65	1.94	58
Гуляш из говядины	92	13.90	19.68	4.12	258.18	0.24	4.47	2.44	0.02	20.42	155.37	21.14	2.23	72
Картофель, запеченный дольками	173	4.04	5.99	22.25	223.93	0.24	39.73	2.48	0.00	26.93	117.16	46.20	1.85	108
Компот из смеси сухофруктов	207	0.64	0.00	32.69	137.28	0.01	0.59	0.12	0.01	65.90	22.66	8.82	1.82	129
Хлеб пшеничный	35	2.33	0.23	13.54	57.86	0.03	0.00	0.30	0.00	6.14	18.25	3.91	0.31	ГП
Хлеб ржаной	23	1.52	0.28	9.62	40.94	0.04	0.00	0.32	0.00	8.05	36.34	10.81	0.90	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	29	3.85	0.50	23.16	98.83	0.07	0.00	0.63	0.00	14.23	54.80	14.79	1.21	159
Итого	841	29.90	38.08	110.41	1076.59	0.76	81.07	9.17	0.06	238.25	477.58	152.38	10.03	

<b>Полдник</b>														
Напиток из брусники (клюквы)	230	0.24	0.17	20.04	84.70	0.00	5.18	0.35	0.00	9.14	5.52	2.42	0.20	134
Коржик молочный	50	4.51	8.55	31.47	220.73	0.07	0.07	2.61	0.01	17.08	44.75	6.93	0.57	148
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
<b>Итого</b>	<b>380</b>	<b>15.15</b>	<b>13.72</b>	<b>62.11</b>	<b>434.43</b>	<b>0.17</b>	<b>5.75</b>	<b>3.06</b>	<b>0.04</b>	<b>190.22</b>	<b>270.27</b>	<b>32.35</b>	<b>1.17</b>	
<b>Ужин</b>														
Пекинская капуста с горошком и чесноком	69	1.91	4.72	4.62	69.09	0.05	27.12	2.14	0.00	36.72	35.48	15.24	0.56	20
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	69	0.66	0.07	1.79	11.39	0.01	6.90	0.28	0.01	11.39	20.36	10.01	0.48	29
Птица запеченная	81	8.91	9.22	0.25	97.37	0.10	2.24	0.98	0.05	21.40	105.15	21.38	1.45	86
Овощи запеченные	173	3.21	9.78	19.42	179.64	0.17	150.97	4.86	0.00	51.70	82.22	38.26	1.56	111
Кисель из смородины	230	0.30	0.12	31.60	130.61	0.01	57.50	0.21	0.00	13.83	14.80	8.91	0.45	119
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	18	2.38	0.43	15.06	64.08	0.06	0.00	0.50	0.00	12.60	56.88	16.92	1.40	159
<b>Итого</b>	<b>588</b>	<b>16.64</b>	<b>24.25</b>	<b>70.54</b>	<b>539.01</b>	<b>0.39</b>	<b>237.83</b>	<b>8.68</b>	<b>0.05</b>	<b>135.90</b>	<b>292.95</b>	<b>100.24</b>	<b>5.38</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	121.90	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
<b>Итого</b>	<b>230</b>	<b>7.16</b>	<b>8.18</b>	<b>10.48</b>	<b>121.90</b>	<b>0.08</b>	<b>1.79</b>	<b>0.00</b>	<b>0.08</b>	<b>306.67</b>	<b>242.78</b>	<b>35.78</b>	<b>0.26</b>	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		88.75	109.57	413.16	3065.26	1.83	377.67	24.59	0.38	1263.04	1814.19	625.87	25.48	
<b>Суточная потребность</b>		62.10	69.00	300.15	2070.00	1.04	57.50	11.50	0.58	1035.00	920.00	230.00	11.50	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		142.91	158.80	137.65	148.08	177.03	656.82	213.85	65.98	122.03	197.20	272.12	221.60	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 3-7 лет (изолятор)														
Первая неделя														
Воскресенье														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Омлет натуральный	219	17.81	26.21	5.89	331.31	0.12	1.33	0.84	0.37	193.49	319.60	28.42	3.07	15
Кукуруза консервированная	58	2.13	0.39	10.85	56.18	0.02	4.65	0.03	0.00	40.68	39.72	12.59	0.35	22
Какао с молоком	207	6.41	5.28	36.23	185.44	0.08	2.43	0.01	0.05	229.67	194.79	43.68	1.18	114
Хлеб пшеничный	35	2.69	0.26	15.62	66.76	0.04	0.00	0.35	0.00	7.09	21.05	4.51	0.36	ГП
Итого	519	29.03	32.15	68.58	639.69	0.25	8.40	1.24	0.41	470.93	575.16	89.19	4.96	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	29	0.15	0.00	17.40	58.73	0.00	0.00	0.00	0.00	4.35	2.18	1.45	0.36	ГП
Итого	259	0.38	0.23	43.62	173.73	0.00	23.00	1.84	0.00	64.15	96.48	35.95	4.04	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Салат из колбасы	69	6.12	5.66	8.43	82.72	0.06	2.84	0.44	0.03	116.51	113.60	21.77	1.13	36
Куриный суп с макаронными изделиями и зеленым горошком	230	5.59	5.50	16.77	170.20	0.15	17.14	0.38	0.02	27.00	86.99	24.91	1.07	53
Поджарка из свинины	92	15.53	34.49	2.40	391.03	0.58	12.03	4.54	0.00	38.02	190.12	29.23	2.14	82
Рис отварной	130	5.12	3.24	53.92	206.26	0.06	0	0.33	0.02	11.76	111.28	36.7	0.77	103
Компот из апельсинов с яблоками	230	0.55	0.23	36.95	155.30	0.03	31.05	0.16	0.00	22.06	14.38	9.09	0.99	128
Хлеб пшеничный	30	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
Хлеб ржаной	23	1.52	0.28	9.62	40.94	0.04	0.00	0.32	0.00	8.05	36.34	10.81	0.90	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	29	3.85	0.50	23.16	98.83	0.07	0.00	0.63	0.00	14.23	54.80	14.79	1.21	159
Итого	816	37.51	49.67	145.06	1121.56	0.96	64.25	6.51	0.08	251.07	582.74	139.97	7.48	

<b>Полдник</b>														
Молоко кипяченое	230	6.67	5.75	11.04	124.20	0.09	2.99	0.00	0.05	276.00	207.00	32.20	0.23	116
Оладьи	75	4.50	4.13	27.00	213.75	0.09	0.56	2.63	0.02	62.60	79.39	13.16	0.63	157
Молоко сгущенное	35	2.52	2.99	19.44	114.80	0.02	0.35	0.07	0.07	107.45	76.65	11.90	0.07	164
Фрукты	236	0.92	0.92	22.67	108.21	0.09	25.18	1.01	0.00	20.15	70.51	105.76	1.51	ГП
Итого	576	14.61	13.78	80.14	560.96	0.30	29.07	3.72	0.13	466.20	433.55	163.03	2.44	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с зеленым горошком и луком	69	4.83	13.24	2.88	138.84	0.03	2.23	3.02	0.01	42.75	122.80	37.58	0.82	49
Жаркое по-домашнему	230	19.80	12.10	14.80	235.11	0.23	32.12	0.66	0.02	43.25	142.97	52.15	3.48	74
Напиток из облепихи	230	0.14	0.62	24.76	105.79	0.58	23.00	0.58	0.00	3.25	1.04	3.45	0.24	136
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	18	2.38	0.43	15.06	64.08	0.06	0.00	0.50	0.00	12.60	56.88	16.92	1.40	159
Итого	564	27.09	26.38	57.07	542.03	0.90	57.35	4.75	0.03	101.50	322.10	109.63	5.91	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	121.90	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Итого	230	7.16	8.18	10.48	121.90	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		115.78	130.39	404.96	3159.87	2.49	183.88	18.05	0.74	1660.52	2252.80	573.55	25.09	
<b>Суточная потребность</b>		62.10	69.00	300.15	2070.00	1.04	57.50	11.50	0.58	1035.00	920.00	230.00	11.50	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		186.44	188.96	134.92	152.65	240.43	319.79	156.92	128.41	160.44	244.87	249.37	218.18	
*с 1 января по 30 июня														



Дети 3-7 лет (изолятор)														
Вторая неделя														
Понедельник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Вареники с картофелем и маслом	219	10.51	9.64	63.07	280.04	0.21	1.29	6.16	0.03	30.97	185.45	30.75	1.46	88
Сметана	35	0.95	3.50	1.37	41.65	0.01	0.18	0.11	0.02	31.50	21.70	3.50	0.04	165
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	69	0.62	0.10	1.97	12.08	0.03	11.04	0.28	0.00	10.70	19.32	11.73	0.48	39
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	69	0.66	0.07	1.79	11.39	0.01	6.90	0.28	0.01	11.39	20.36	10.01	0.48	29
Чай с лимоном	207	0.05	0.00	26.98	110.07	0.00	1.67	0.01	0.00	2.73	1.35	0.75	0.15	140
Хлеб пшеничный	35	2.69	0.26	15.62	66.76	0.04	0.00	0.35	0.00	7.09	21.05	4.51	0.36	ГП
Итого	634	15.47	13.57	110.80	521.98	0.30	21.07	7.17	0.07	94.36	269.22	61.24	2.97	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Итого	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Морская капуста с яйцом	69	7.99	10.60	15.15	133.32	0.22	9.92	7.30	0.08	217.02	143.55	850.24	80.25	34
Суп рисовый с мясом	230	6.60	5.78	22.31	132.27	0.13	19.09	0.40	0.02	32.42	45.25	38.66	1.54	62
Бефстроганов из говядины	92	10.58	13.98	2.89	271.80	0.08	4.57	2.23	0.02	34.45	117.81	25.42	2.55	76
Макаронные изделия отварные (рожки)	150	8.86	6.84	56.50	283.28	0.14	0.00	1.28	0.03	17.12	72.00	12.80	1.30	101
Компот из кураги	207	2.07	1.08	25.89	151.27	0.02	0.83	1.14	0.00	33.90	30.22	21.74	0.75	121
Хлеб пшеничный	30	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
Хлеб ржаной	23	1.52	0.28	9.62	40.94	0.04	0.00	0.32	0.00	8.05	36.34	10.81	0.90	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	29	3.85	0.50	23.16	98.83	0.07	0.00	0.63	0.00	14.23	54.80	14.79	1.21	159
Итого	813	40.71	38.85	149.32	1087.99	0.67	35.61	13.01	0.16	370.64	475.22	967.13	87.77	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Напиток клюквенный	230	0.12	0.05	23.81	98.21	0.00	3.45	0.23	0.00	3.91	2.53	3.45	0.21	145
Фрукты	236	0.92	0.92	22.67	108.21	0.09	25.18	1.01	0.00	20.15	70.51	105.76	1.51	ГП
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
<b>Итого</b>	<b>566</b>	<b>11.44</b>	<b>5.97</b>	<b>57.07</b>	<b>488.93</b>	<b>0.19</b>	<b>29.13</b>	<b>1.34</b>	<b>0.03</b>	<b>188.06</b>	<b>293.04</b>	<b>132.21</b>	<b>2.12</b>	
<b>Ужин</b>														
Горошек консервированный	69	5.35	0.35	11.21	69.00	0.20	1.04	0.35	0.00	34.50	106.95	36.23	1.21	21
Рагу из птицы	173	16.80	8.43	14.12	187.96	0.18	20.53	2.54	0.02	39.77	186.30	40.39	1.97	89
Компот из смородины чёрной	230	0.35	0.14	19.73	84.01	0.01	69.00	0.24	0.00	12.94	11.39	10.70	0.51	127
Слойка с повидлом	85	3.83	9.78	37.91	205.00	0.10	0.06	1.16	0.05	19.19	66.03	10.50	1.02	155
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
Хлеб пшеничный	35	2.69	0.26	15.62	66.76	0.04	0.00	0.35	0.00	7.09	21.05	4.51	0.36	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	35	5.00	0.68	30.26	129.06	0.09	0.00	0.84	0.00	19.34	76.35	20.96	1.72	159
<b>Итого</b>	<b>627</b>	<b>31.33</b>	<b>19.38</b>	<b>113.23</b>	<b>675.03</b>	<b>0.59</b>	<b>90.62</b>	<b>5.12</b>	<b>0.07</b>	<b>125.73</b>	<b>447.02</b>	<b>118.77</b>	<b>6.43</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	121.90	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Вафли, печенье, пряники	29	3.62	5.68	14.50	47.91	0.05	0.00	0.00	0.00	9.66	29.00	6.26	0.48	ГП
<b>Итого</b>	<b>259</b>	<b>10.78</b>	<b>13.86</b>	<b>24.98</b>	<b>169.81</b>	<b>0.13</b>	<b>1.79</b>	<b>0.00</b>	<b>0.08</b>	<b>316.33</b>	<b>271.78</b>	<b>42.04</b>	<b>0.74</b>	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		109.95	91.86	481.62	3058.74	1.87	201.23	28.49	0.41	1154.93	1850.57	1355.89	103.71	
<b>Суточная потребность</b>		62.10	69.00	300.15	2070.00	1.04	57.50	11.50	0.58	1035.00	920.00	230.00	11.50	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		177.06	133.13	160.46	147.77	181.14	349.96	247.76	71.21	111.59	201.15	589.52	901.85	

Дети 3-7 лет (изолятор)														
Вторая неделя														
Вторник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Запеканка из творога с молоком сгущенным или джемом (150/34)	184	27.26	6.57	34.39	258.97	0.20	0.97	0.62	0.16	320.00	252.29	46.70	1.30	10
Какао с молоком	207	6.41	5.28	36.23	185.44	0.08	2.43	0.01	0.05	229.67	194.79	43.68	1.18	114
Масло сливочное (порциями)	9	0.08	5.45	0.10	49.58	0.00	0.00	0.08	0.05	1.80	2.25	0.00	0.03	18
Колбаса (порциями)	13	1.86	1.44	0.02	20.42	0.01	0.00	0.05	0.00	2.84	25.76	2.60	0.43	17
Хлеб пшеничный	64	4.26	0.42	24.75	105.80	0.06	0.00	0.55	0.00	11.23	33.36	7.14	0.57	ГП
Итого	477	39.85	19.15	95.49	620.21	0.34	3.39	1.31	0.26	565.53	508.45	100.12	3.50	
<b>2 завтрак</b>														
Вафли , печенье, пряники	29	3.62	5.68	14.50	47.91	0.05	0.00	0.00	0.00	9.66	29.00	6.26	0.48	ГП
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Итого	259	3.85	5.91	40.72	162.91	0.05	23.00	1.84	0.00	69.46	123.30	40.76	4.16	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Винегрет овощной	69	1.25	3.94	5.90	76.90	0.05	9.34	1.85	0.00	23.87	35.27	14.49	0.62	31
Солянка Домашняя	230	5.84	7.80	9.59	285.89	0.09	17.64	0.61	0.02	36.70	92.09	22.29	1.50	60
Плов по-узбекски из говядины	173	14.68	12.31	39.81	467.53	0.42	5.66	0.77	0.03	38.22	228.65	56.86	2.11	79
Кисель из брусники (клюквы)	230	0.17	0.12	37.12	151.48	0.00	3.45	0.23	0.00	9.41	8.99	1.61	0.18	117
Хлеб пшеничный	35	2.33	0.23	13.54	57.86	0.03	0.00	0.30	0.00	6.14	18.25	3.91	0.31	ГП
Хлеб ржаной	23	1.52	0.28	9.62	40.94	0.04	0.00	0.32	0.00	8.05	36.34	10.81	0.90	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	29	3.85	0.50	23.16	98.83	0.07	0.00	0.63	0.00	14.23	54.80	14.79	1.21	159
Итого	772	26.58	24.73	119.17	1098.48	0.63	37.29	4.13	0.06	143.99	431.59	113.56	5.80	

Полдник														
Молоко кипяченое	230	6.67	5.75	11.04	124.20	0.09	2.99	0.00	0.05	276.00	207.00	32.20	0.23	116
Бисквит "Прага" с бананом	50	3.20	8.66	31.44	226.44	0.05	1.00	1.00	0.04	8.82	29.55	8.62	0.45	153
Фрукты	236	0.92	0.92	22.67	108.21	0.09	25.18	1.01	0.00	20.15	70.51	105.76	1.51	ГП
Итого	516	10.79	15.33	65.15	458.85	0.23	29.17	2.01	0.09	304.97	307.06	146.58	2.19	
Ужин														
Салат из белокачанной капусты с морковью и яблоками	69	1.17	7.49	6.31	99.13	0.03	17.53	3.42	0.21	33.32	33.38	19.61	1.00	25
или Маринад овощной*	69	1.41	9.30	8.43	124.36	0.07	9.82	4.51	0.00	34.98	54.19	32.92	0.76	113
Рыба, запеченная в панировке (50/20)	70	7.10	5.87	9.23	115.91	0.18	2.03	1.36	0.05	26.52	175.17	27.89	1.07	90
Картофельное пюре	58	1.69	2.59	13.42	83.95	0.07	10.99	0.09	0.02	30.94	50.10	15.30	0.51	105
Фасоль стручковая запеченная	115	2.88	4.82	3.74	67.82	0.12	22.49	2.30	0.00	77.33	51.05	29.59	1.27	112
Напиток ягодный	230	0.29	0.16	19.95	84.47	0.01	27.60	0.26	0.00	12.13	9.89	6.90	0.39	138
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	18	2.38	0.43	15.06	64.08	0.06	0.00	0.50	0.00	12.60	56.88	16.92	1.40	159
Итого	577	15.69	23.16	69.41	538.80	0.50	72.93	9.02	0.07	194.15	395.70	129.05	5.36	
2 ужин														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	121.90	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Итого	230	7.16	8.18	10.48	121.90	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		103.92	96.46	400.41	3001.15	1.84	167.58	18.31	0.56	1584.78	2008.87	565.86	21.27	
<b>Суточная потребность</b>		62.10	69.00	300.15	2070.00	1.04	57.50	11.50	0.58	1035.00	920.00	230.00	11.50	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		167.35	139.80	133.40	144.98	178.12	291.44	159.17	96.65	153.12	218.36	246.03	184.98	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 3-7 лет (изолятор)														
Вторая неделя														
Среда														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Суп молочный с крупой	219	5.67	5.84	19.85	155.79	0.08	2.10	0.08	0.05	196.63	166.94	29.59	0.32	3
Чай с молоком	207	2.91	3.31	30.69	182.74	0.05	1.36	0.00	0.03	125.29	93.69	14.78	0.18	141
Масло сливочное (порциями)	9	0.08	5.45	0.10	49.58	0.00	0.00	0.08	0.05	1.80	2.25	0.00	0.03	18
Сыр (порциями)	42	9.74	12.39	0.00	152.88	0.01	0.29	0.21	0.12	136.27	210.00	14.70	0.42	19
Хлеб пшеничный	35	2.69	0.26	15.62	66.76	0.04	0.00	0.35	0.00	7.09	21.05	4.51	0.36	ГП
Итого	512	21.09	27.26	66.26	607.74	0.17	3.75	0.72	0.25	467.07	493.93	63.57	1.31	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	29	0.15	0.00	17.40	58.73	0.00	0.00	0.00	0.00	4.35	2.18	1.45	0.36	ГП
Итого	259	0.38	0.23	43.62	173.73	0.00	23.00	1.84	0.00	64.15	96.48	35.95	4.04	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Салат Витаминный со сладким перцем	69	1.22	9.27	8.87	124.52	0.03	54.56	4.30	0.21	28.44	28.24	16.43	0.52	35
или Салат "Степной" из разных овощей*	69	1.87	6.66	8.67	148.82	0.08	13.27	3.12	0.00	31.06	53.14	22.25	0.81	30
Уха Ростовская	230	6.83	4.65	13.59	263.73	0.16	28.19	0.84	0.02	34.02	107.53	34.88	1.30	66
Котлеты куриные	70	9.80	12.60	7.88	289.50	0.63	1.12	0.77	0.04	36.98	99.05	13.23	0.77	67
Картофель, запеченный дольками	173	4.04	5.99	22.25	223.93	0.24	39.73	2.48	0.00	26.93	117.16	46.20	1.85	108
Компот из облепихи	230	0.41	1.86	37.55	170.53	1.73	69.00	1.73	0.00	8.66	3.11	10.35	0.60	144
Хлеб пшеничный	30	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
Хлеб ржаной	23	1.52	0.28	9.62	40.94	0.04	0.00	0.32	0.00	8.05	36.34	10.81	0.90	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	29	3.85	0.50	23.16	98.83	0.07	0.00	0.63	0.00	14.23	54.80	14.79	1.21	159
Итого	837	26.91	34.92	116.73	1212.56	2.87	193.79	10.77	0.27	170.75	421.46	139.37	6.41	

\*с 1 января по 30 июня

<b>Полдник</b>														
Молоко кипяченое	230	6.67	5.75	11.04	124.20	0.09	2.99	0.00	0.05	276.00	207.00	32.20	0.23	116
Пирожок печеный из дрожжевого теста с картофельным фаршем	60	1.94	3.89	23.46	203.84	0.08	6.36	0.88	0.02	15.28	48.23	10.67	0.68	151
Фрукты	236	0.92	0.92	22.67	108.21	0.09	25.18	1.01	0.00	20.15	70.51	105.76	1.51	ГП
Итого	526	9.53	10.56	57.17	436.25	0.26	34.53	1.89	0.07	311.43	325.74	148.63	2.42	
<b>Ужин</b>														
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	69	0.97	0.13	3.31	19.08	0.06	72.57	0.47	0.00	12.20	22.52	12.82	0.60	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	69	0.66	0.07	1.79	11.39	0.01	6.90	0.28	0.01	11.39	20.36	10.01	0.48	29
Пельмени мясные отварные	230	21.39	20.47	44.57	378.42	0.16	2.67	2.90	0.07	50.55	220.69	28.82	2.90	87
Сметана	35	0.95	3.50	1.37	41.65	0.01	0.18	0.11	0.02	31.50	21.70	3.50	0.04	165
Напиток из шиповника	207	0.70	0.29	27.54	135.11	0.01	207.00	0.78	0.00	13.23	3.52	3.52	0.70	133
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	18	2.38	0.43	15.06	64.08	0.06	0.00	0.50	0.00	12.60	56.88	16.92	1.40	159
Итого	576	26.32	24.81	91.43	636.56	0.30	282.41	4.74	0.09	119.73	323.73	65.11	5.60	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	121.90	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Баранки, сушки, бублики	41	3.28	2.58	24.60	70.29	0.07	0.00	0.59	0.00	9.84	36.31	7.15	0.59	ГП
Итого	271	10.44	10.75	35.08	192.19	0.15	1.79	0.59	0.08	316.51	279.09	42.92	0.85	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		94.66	108.54	410.29	3259.03	3.76	539.28	20.55	0.76	1449.65	1940.42	495.56	20.64	
<b>Суточная потребность</b>		62.10	69.00	300.15	2070.00	1.04	57.50	11.50	0.58	1035.00	920.00	230.00	11.50	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		152.43	157.30	136.69	157.44	363.37	937.87	178.73	131.75	140.06	210.92	215.46	179.45	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 3-7 лет (изолятор)														
Вторая неделя														
Четверг														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша "Янтарная"	219	9.30	10.51	41.64	299.67	0.27	3.67	0.84	0.06	176.68	264.49	78.43	2.29	1
Кофейный напиток с молоком	230	5.75	5.41	46.98	264.20	0.12	2.69	0.09	0.05	254.63	239.66	51.43	0.71	115
Масло сливочное (порциями)	9	0.08	5.45	0.10	49.58	0.00	0.00	0.08	0.05	1.80	2.25	0.00	0.03	18
Колбаса (порциями)	13	1.86	1.44	0.02	20.42	0.01	0.00	0.05	0.00	2.84	25.76	2.60	0.43	17
Хлеб пшеничный	35	2.69	0.26	15.62	66.76	0.04	0.00	0.35	0.00	7.09	21.05	4.51	0.36	ГП
Итого	506	19.67	23.07	104.37	700.64	0.43	6.36	1.41	0.16	443.03	553.22	136.96	3.82	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Вафли , печенье, пряники	29	3.62	5.68	14.50	47.91	0.05	0.00	0.00	0.00	9.66	29.00	6.26	0.48	ГП
Итого	259	3.85	5.91	40.72	162.91	0.05	23.00	1.84	0.00	69.46	123.30	40.76	4.16	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Салат из свеклы с сыром и чесноком	69	3.39	9.22	7.37	98.95	0.02	8.44	2.97	0.02	114.31	82.62	21.78	1.28	32
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом	230	1.93	6.20	9.04	136.03	0.07	34.13	0.33	0.02	54.40	81.32	25.29	1.17	57
Тефтели мясные с рисом	70	6.98	8.70	3.85	290.39	0.15	8.82	0.45	0.01	29.04	110.31	16.30	1.32	71
Соус томатный с овощами	58	0.85	2.99	5.16	51.62	0.02	5.08	0.21	0.02	8.70	13.34	6.35	0.31	163
Макаронные изделия отварные (перья)	150	8.86	6.84	56.50	283.28	0.14	0.00	1.28	0.03	17.12	72.00	12.80	1.30	101
Компот из смеси сухофруктов	207	0.64	0.00	32.69	137.28	0.01	0.59	0.12	0.01	65.90	22.66	8.82	1.82	129
Хлеб пшеничный	30	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
Хлеб ржаной	23	1.52	0.28	9.62	40.94	0.04	0.00	0.32	0.00	8.05	36.34	10.81	0.90	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	29	3.85	0.50	23.16	98.83	0.07	0.00	0.63	0.00	14.23	54.80	14.79	1.21	159
Итого	849	27.26	34.52	141.21	1113.59	0.50	58.26	6.01	0.12	325.19	448.62	109.61	8.58	

<b>Полдник</b>														
Фрукты	236	0.92	0.92	22.67	108.21	0.09	25.18	1.01	0.00	20.15	70.51	105.76	1.51	ГП
Расстегай с рыбой	60	3.83	4.92	21.09	209.22	0.07	15.26	0.91	0.02	27.90	44.55	10.12	0.66	154
Чай с лимоном	207	0.05	0.00	26.98	110.07	0.00	1.67	0.01	0.00	2.73	1.35	0.75	0.15	140
Итого	503	4.80	5.84	70.74	427.50	0.16	42.11	1.93	0.02	50.78	116.41	116.63	2.32	
<b>Ужин</b>														
Салат из красной фасоли с морковью	69	7.10	4.29	13.04	112.44	0.22	20.96	2.09	0.00	59.57	147.69	44.48	1.91	38
Картофельная запеканка с мясом или субпродуктами	173	19.61	21.45	25.25	328.79	0.47	28.51	1.60	0.05	31.86	266.84	57.09	3.45	75
Напиток из малины и смородины	230	0.31	0.16	19.91	84.35	0.01	38.81	0.23	0.00	13.63	12.08	9.14	0.48	146
Хлеб пшеничный	30	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	35	4.65	0.65	28.17	120.16	0.09	0.00	0.79	0.00	18.39	73.55	20.36	1.68	159
Итого	537	31.63	26.55	86.22	645.11	0.79	88.29	4.72	0.05	123.38	499.95	131.03	7.51	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	121.90	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Итого	230	7.16	8.18	10.48	121.90	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		94.37	104.07	453.73	3171.64	2.01	219.81	15.91	0.42	1318.50	1984.27	570.77	26.65	
<b>Суточная потребность</b>		62.10	69.00	300.15	2070.00	1.04	57.50	11.50	0.58	1035.00	920.00	230.00	11.50	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		151.97	150.82	151.17	153.22	193.82	382.27	138.36	73.46	127.39	215.68	248.16	231.77	



Дети 3-7 лет (изолятор)														
Вторая неделя														
Пятница														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша "Боярская"	219	9.21	9.92	42.17	301.52	0.23	1.84	0.21	0.06	188.43	225.54	53.84	1.36	5
Какао с молоком	207	6.41	5.28	36.23	185.44	0.08	2.43	0.01	0.05	229.67	194.79	43.68	1.18	114
Колбаса (порциями)	13	1.86	1.44	0.02	20.42	0.01	0.00	0.05	0.00	2.84	25.76	2.60	0.43	17
Яйца вареные	40	5.10	4.60	0.30	63.00	0.03	0.00	0.20	0.10	22.00	77.00	5.00	1.00	145
Хлеб пшеничный	35	2.69	0.26	15.62	66.76	0.04	0.00	0.35	0.00	7.09	21.05	4.51	0.36	ГП
Итого	514	25.26	21.51	94.34	637.14	0.39	4.27	0.82	0.20	450.02	544.14	109.62	4.33	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Фрукты	236	0.92	0.92	22.67	108.21	0.09	25.18	1.01	0.00	20.15	70.51	105.76	1.51	ГП
Итого	466	1.15	1.15	48.89	223.21	0.09	48.18	2.85	0.00	79.95	164.81	140.26	5.19	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	69	1.47	9.29	8.83	79.12	0.03	25.58	4.14	0.05	40.48	29.44	15.64	0.55	24
или Салат овощной с зеленым горошком*	69	1.93	5.64	7.21	66.80	0.07	7.31	2.29	0.01	14.67	46.51	17.32	0.64	40
Суп из овощей с фасолью	230	10.64	6.43	19.57	191.65	0.33	31.45	3.13	0.00	89.36	221.55	66.72	2.85	61
Печень, запеченная с луком	92	20.77	15.19	11.94	268.80	0.37	48.70	6.21	8.90	44.82	367.61	24.22	7.94	77
Картофель, запеченный из отварного	173	7.70	13.62	40.98	260.86	0.31	50.37	4.37	0.03	135.12	205.41	62.37	2.45	109
Кисель из смородины	230	0.30	0.12	31.60	130.61	0.01	57.50	0.21	0.00	13.83	14.80	8.91	0.45	119
Хлеб пшеничный	30	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
Хлеб ржаной	23	1.52	0.28	9.62	40.94	0.04	0.00	0.32	0.00	8.05	36.34	10.81	0.90	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	29	3.85	0.50	23.16	98.83	0.07	0.00	0.63	0.00	14.23	54.80	14.79	1.21	159
Итого	859	45.49	45.21	139.52	1047.08	1.14	214.80	18.71	8.98	359.33	905.19	196.14	15.62	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Компот из груш с лимоном	230	0.30	0.18	29.12	121.53	0.01	6.10	0.24	0.00	14.84	10.97	7.87	1.44	124
Сырники из творога со сгущенным молоком (180/20)	200	37.63	19.71	36.99	362.37	0.22	0.96	0.82	0.14	325.28	251.76	48.61	1.25	12
<b>Итого</b>	<b>430</b>	<b>37.93</b>	<b>19.89</b>	<b>66.11</b>	<b>483.90</b>	<b>0.23</b>	<b>7.06</b>	<b>1.06</b>	<b>0.14</b>	<b>340.12</b>	<b>262.73</b>	<b>56.48</b>	<b>2.69</b>	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с картофелем и луком	58	4.78	7.70	5.16	83.03	0.03	5.89	2.30	0.01	36.23	86.39	34.43	0.81	51
Куриное филе в сметанном соусе	81	2.03	6.91	2.53	115.74	0.08	6.87	3.12	0.05	36.42	127.84	16.14	1.10	85
Каша перловая рассыпчатая с овощами	150	4.70	6.54	32.42	207.73	0.08	5.45	3.30	0.00	37.05	103.77	24.24	1.08	99
Напиток яблочный	230	0.12	0.12	30.36	123.64	0.01	2.88	0.06	0.00	5.43	3.16	2.59	0.71	137
Хлеб пшеничный	23	2.29	0.22	13.34	57.03	0.03	0.00	0.30	0.00	6.05	17.98	3.85	0.31	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	29	4.62	0.64	28.01	119.47	0.09	0.00	0.79	0.00	18.29	73.13	20.24	1.67	159
<b>Итого</b>	<b>577</b>	<b>16.23</b>	<b>21.91</b>	<b>98.46</b>	<b>649.47</b>	<b>0.30</b>	<b>21.09</b>	<b>9.57</b>	<b>0.06</b>	<b>133.42</b>	<b>394.44</b>	<b>97.70</b>	<b>5.38</b>	
<b>2 ужин</b>														
Вафли , печенье, пряники	29	3.62	5.68	14.50	47.91	0.05	0.00	0.00	0.00	9.66	29.00	6.26	0.48	ГП
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	121.90	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
<b>Итого</b>	<b>259</b>	<b>10.78</b>	<b>13.86</b>	<b>24.98</b>	<b>169.81</b>	<b>0.13</b>	<b>1.79</b>	<b>0.00</b>	<b>0.08</b>	<b>316.33</b>	<b>271.78</b>	<b>42.04</b>	<b>0.74</b>	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		136.83	123.53	472.29	3210.61	2.28	297.18	33.01	9.46	1679.18	2543.09	642.24	33.94	
<b>Суточная потребность</b>		62.10	69.00	300.15	2070.00	1.04	57.50	11.50	0.58	1035.00	920.00	230.00	11.50	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		220.35	179.03	157.35	155.10	219.89	516.84	287.07	1645.85	162.24	276.42	279.24	295.17	

Дети 3-7 лет (изолятор)														
Вторая неделя														
Суббота														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Вареники с картофелем и маслом	219	10.51	9.64	63.07	280.04	0.21	1.29	6.16	0.03	30.97	185.45	30.75	1.46	88
Кофейный напиток с молоком	230	5.75	5.41	46.98	264.20	0.12	2.69	0.09	0.05	254.63	239.66	51.43	0.71	115
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	69	0.62	0.10	1.97	12.08	0.03	11.04	0.28	0.00	10.70	19.32	11.73	0.48	39
или Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства*	69	1.31	6.14	5.31	82.11	0.01	4.83	2.14	0.00	28.29	25.53	10.35	0.48	147
Хлеб пшеничный	35	2.69	0.26	15.62	66.76	0.04	0.00	0.35	0.00	7.09	21.05	4.51	0.36	ГП
Итого	553	19.57	15.41	127.63	623.08	0.39	15.02	6.87	0.08	303.39	465.48	98.42	3.02	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Вафли , печенье, пряники	29	3.62	5.68	14.50	47.91	0.05	0.00	0.00	0.00	9.66	29.00	6.26	0.48	ГП
Итого	259	3.85	5.91	40.72	162.91	0.05	23.00	1.84	0.00	69.46	123.30	40.76	4.16	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Салат Обжорка	69	2.84	2.56	3.22	72.61	0.05	3.90	0.26	0.01	26.35	54.31	18.16	0.71	37
Солянка из птицы	230	5.07	13.42	21.63	268.47	0.08	15.32	0.53	0.02	31.86	79.95	19.35	1.30	52
Капуста тушеная со свиной	230	12.17	11.49	14.46	308.78	0.36	106.47	2.96	0.00	127.50	170.14	55.19	2.54	81
Компот из кураги	207	2.07	1.08	25.89	151.27	0.02	0.83	1.14	0.00	33.90	30.22	21.74	0.75	121
Хлеб пшеничный	30	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
Хлеб ржаной	23	1.52	0.28	9.62	40.94	0.04	0.00	0.32	0.00	8.05	36.34	10.81	0.90	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	29	3.85	0.50	23.16	98.83	0.07	0.00	0.63	0.00	14.23	54.80	14.79	1.21	159
Итого	801	26.75	29.12	91.79	917.17	0.59	127.71	5.55	0.03	255.33	401.01	132.71	6.69	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
Фрукты	236	0.92	0.92	22.67	108.21	0.09	25.18	1.01	0.00	20.15	70.51	105.76	1.51	ГП
Молоко кипяченое	230	6.67	5.75	11.04	124.20	0.09	2.99	0.00	0.05	276.00	207.00	32.20	0.23	116
Итого	566	17.99	11.67	44.31	361.41	0.28	28.67	1.11	0.08	460.15	497.51	160.96	2.14	
<b>Ужин</b>														
Пекинская капуста с огурцом и сыром	69	4.19	10.58	2.60	95.93	0.02	21.91	2.97	0.03	149.36	91.52	15.88	0.56	42
или Маринад овощной*	69	1.41	9.30	8.43	124.36	0.07	9.82	4.51	0.00	34.98	54.19	32.92	0.76	113
Рыба, тушеная в сметанном соусе	81	15.33	10.03	3.98	129.15	0.17	5.68	3.32	0.02	39.52	118.87	30.86	0.73	93
Картофельное пюре	173	3.75	6.25	25.30	172.99	0.20	29.74	0.22	0.03	52.60	111.76	37.76	1.41	105
Чай с сахаром	207	0.21	0.00	20.69	82.74	0.00	0.00	0.00	0.00	12.60	8.28	6.21	0.85	139
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	18	2.60	0.43	36.64	150.42	0.06	0.00	0.50	0.00	25.75	65.52	23.40	2.29	159
Итого	565	23.02	26.01	73.04	543.11	0.50	45.25	8.54	0.06	151.96	348.40	124.21	5.11	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	121.90	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Итого	230	7.16	8.18	10.48	121.90	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		98.35	96.29	387.97	2729.59	1.89	241.44	23.91	0.33	1546.96	2078.48	592.84	21.38	
<b>Суточная потребность</b>		62.10	69.00	300.15	2070.00	1.04	57.50	11.50	0.58	1035.00	920.00	230.00	11.50	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		158.37	139.55	129.26	131.86	182.44	419.90	207.91	57.27	149.46	225.92	257.75	185.88	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 3-7 лет (изолятор)														
Вторая неделя														
Воскресенье														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Омлет с сыром	219	19.84	29.27	4.16	328.34	0.10	1.16	0.75	0.37	134.94	209.55	30.21	2.44	16
Чай с молоком	207	2.91	3.31	30.69	182.74	0.05	1.36	0.00	0.03	125.29	93.69	14.78	0.18	141
Масло сливочное (порциями)	9	0.08	5.45	0.10	49.58	0.00	0.00	0.08	0.05	1.80	2.25	0.00	0.03	18
Горошек консервированный	69	5.35	0.35	11.21	69.00	0.20	1.04	0.35	0.00	34.50	106.95	36.23	1.21	21
Хлеб пшеничный	35	2.69	0.26	15.62	66.76	0.04	0.00	0.35	0.00	7.09	21.05	4.51	0.36	ГП
Итого	539	30.86	38.64	61.79	696.41	0.38	3.56	1.52	0.45	303.62	433.49	85.72	4.22	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	29	0.15	0.00	17.40	58.73	0.00	0.00	0.00	0.00	4.35	2.18	1.45	0.36	ГП
Итого	259	0.38	0.23	43.62	173.73	0.00	23.00	1.84	0.00	64.15	96.48	35.95	4.04	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Салат из моркови с сыром и чесноком	69	3.24	4.63	5.80	120.77	0.06	4.16	3.20	0.02	106.93	91.62	34.07	0.69	33
Суп картофельный с бобовыми и копченостями	230	10.29	11.47	23.37	275.22	0.49	27.09	0.91	0.02	76.13	166.73	68.49	4.46	54
Рыба, запеченная под маринадом	81	5.36	8.94	4.47	166.95	0.15	4.95	3.25	0.01	24.57	138.93	25.42	0.64	95
Рис отварной	130	5.12	3.24	53.92	206.26	0.06	0	0.33	0.02	11.76	111.28	36.7	0.77	103
Компот из брусники (клюквы)	230	0.24	0.17	26.93	112.23	0.00	5.18	0.35	0.00	9.35	5.52	2.42	0.22	123
Хлеб пшеничный	35	2.33	0.23	13.54	57.86	0.03	0.00	0.30	0.00	6.14	18.25	3.91	0.31	ГП
Хлеб ржаной	23	1.52	0.28	9.62	40.94	0.04	0.00	0.32	0.00	8.05	36.34	10.81	0.90	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	29	3.85	0.50	23.16	98.83	0.07	0.00	0.63	0.00	14.23	54.80	14.79	1.21	159
Итого	810	28.89	29.02	141.23	998.11	0.84	42.58	8.69	0.08	264.53	580.66	185.42	8.16	

<b>Полдник</b>														
Фрукты	236	0.92	0.92	22.67	108.21	0.09	25.18	1.01	0.00	20.15	70.51	105.76	1.51	ГП
Блинчики с ягодной начинкой	55	3.15	3.50	19.82	257.10	0.55	0.20	0.49	0.06	36.85	76.39	9.47	0.99	156
Напиток ягодный	230	0.29	0.16	19.95	84.47	0.01	27.60	0.26	0.00	12.13	9.89	6.90	0.39	138
Итого	521	4.36	4.58	62.44	449.78	0.65	52.98	1.77	0.06	69.13	156.79	122.13	2.89	
<b>Ужин</b>														
Салат из картофеля с рыбой	69	6.26	6.00	6.83	78.89	0.10	9.55	2.29	0.01	14.86	77.84	18.14	0.58	47
Печень говяжья по-строгановски	81	9.67	10.06	0.75	151.47	0.15	9.41	0.58	7.76	16.98	121.97	10.28	3.68	84
Макаронные изделия отварные (рожки)	150	8.86	6.84	56.50	283.28	0.14	0.00	1.28	0.03	17.12	72.00	12.80	1.30	101
Компот Витаминный	207	4.50	1.22	25.73	160.01	0.03	104.33	1.53	0.00	39.95	31.98	23.49	1.04	126
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	18	2.38	0.43	15.06	64.08	0.06	0.00	0.50	0.00	12.60	56.88	16.92	1.40	159
Итого	542	31.60	24.54	104.45	657.06	0.49	123.28	6.17	7.81	101.15	359.10	81.16	7.95	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	121.90	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Итого	230	7.16	8.18	10.48	121.90	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	
Норма соли на весь день	5 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		103.24	105.18	424.00	3096.99	2.45	247.19	19.99	8.48	1109.25	1869.29	546.16	27.54	
<b>Суточная потребность</b>		62.10	69.00	300.15	2070.00	1.04	57.50	11.50	0.58	1035.00	920.00	230.00	11.50	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		166.25	152.44	141.26	149.61	236.34	429.90	173.82	1474.57	107.17	203.18	237.46	239.46	

Средние показатели пищевых веществ, энергетической ценности, витаминов и минеральных веществ												
	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
	Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
<b>Итого за 14 дней</b>	1444.73	1488.95	6028.97	43014.44	30.75	4182.08	303.23	24.19	18876.00	27702.69	8906.06	429.54
<b>Среднее значение</b>	103.19	106.35	430.64	3072.46	2.20	298.72	21.66	1.73	1348.29	1978.76	636.15	30.68
<b>Соотношение Б:Ж:У</b>	1.0	1.0	4.0						1.0	1.5		
<b>Суточная потребность +15%</b>	62.10	69.00	300.15	2070.00	1.04	57.50	11.50	0.58	1035.00	920.00	230.00	11.50
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>	166.18	154.14	143.48	148.43	212.25	519.51	188.34	300.53	130.27	215.08	276.59	266.80

Приложение № 1 к  
дополнительному соглашению №2  
от «10» марта 2023г  
к Государственному контракту на производство горячего  
питания от 23.12.2022г №4.131.2023

Приложение №2  
к Контракту на производство горячего  
питания от 23.12.2022г №4.131.2023

**ПРИМЕРНОЕ ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

Дети 7-11 лет (основное меню)														
Первая неделя														
Понедельник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша рисовая молочная жидкая	200	5.62	7.55	34.27	208.27	0.07	1.50	0.19	0.05	145.09	153.90	32.28	0.49	2
Какао с молоком	190	5.88	4.85	33.25	173.38	0.08	2.22	0.01	0.04	210.81	178.79	40.09	1.08	114
Масло сливочное (порциями)	11	0.10	6.65	0.12	60.60	0.00	0.00	0.10	0.04	2.20	2.75	0.00	0.02	18
Колбаса (порциями)	40	6.15	4.80	0.08	67.65	0.02	0.00	0.17	0.00	9.43	85.69	8.61	1.44	17
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
Итого	521	23.57	24.58	102.58	658.68	0.27	3.72	1.39	0.13	388.16	498.61	101.52	4.71	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Вафли , печенье, пряники	30	3.12	4.90	31.25	103.75	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
Итого	230	3.32	5.10	54.05	203.75	0.04	20.00	1.60	0.00	60.33	107.00	35.40	3.61	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	100	1.05	0.14	3.6	20.74	0.06	78.88	0.51	0	13.26	24.48	13.94	0.65	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	100	0.95	0.10	2.60	16.50	0.01	10.00	0.40	0.01	16.50	29.50	14.50	0.70	29
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	250	5.78	6.79	16.46	365.00	0.10	30.08	0.38	0.03	62.30	103.36	34.30	1.78	56
Биточки рыбные	100	9.12	8.57	7.93	246.48	0.20	0.91	1.49	0.05	44.51	92.11	29.71	0.91	94
Рагу из овощей	200	3.59	10.65	12.19	284.25	0.18	75.60	4.09	0.02	51.98	38.82	37.20	1.28	110
или Овощи запеченные	200	3.71	11.31	22.45	207.68	0.20	174.53	5.61	0.00	59.77	95.05	44.23	1.80	111



Компот из свежих ягод	200	0.25	0.14	23.34	97.39	0.01	24.00	0.23	0.00	10.73	8.60	6.00	0.36	122
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	40	2.65	0.48	16.73	71.20	0.07	0.00	0.56	0.00	14.00	63.20	18.80	1.56	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	7.25	0.93	43.50	185.65	0.13	0.00	1.16	0.00	26.15	99.29	26.53	2.18	159
Итого	960	27.69	27.27	110.01	1214.41	0.69	210.47	7.89	0.10	226.93	376.66	150.68	7.31	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Фрукты	239	0.94	0.94	22.93	109.98	0.09	25.81	1.04	0.00	20.65	72.27	108.41	1.55	ГП
Кекс Творожный	100	10.20	14.96	52.50	306.18	0.08	0.14	0.66	0.12	60.26	112.30	11.78	0.92	150
Молоко кипяченое	200	5.80	5.00	9.60	108.00	0.08	2.60	0.00	0.04	240.00	180.00	28.00	0.20	116
Итого	539	16.94	20.90	85.03	524.16	0.25	28.55	1.70	0.16	320.91	364.57	148.19	2.67	
<b>Ужин</b>														
Салат Столичный	100	12.03	10.52	7.30	152.89	0.12	10.12	0.29	0.04	31.08	132.89	24.04	1.38	41
Говядина, тушенная с черносливом	100	6.09	21.98	6.69	169.65	0.07	5.06	2.83	0.02	23.77	172.15	28.06	2.31	73
Каша гречневая рассыпчатая	150	8.62	7.32	38.92	155.71	0.29	0	0.61	0.03	15.28	138.1	202.64	4.57	97
Чай с лимоном	200	0.04	0.00	26.07	106.34	0.00	1.61	0.01	0.00	2.63	1.30	0.72	0.14	140
Хлеб пшеничный	30	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	30	4.29	0.59	25.93	110.63	0.08	0.00	0.72	0.00	16.58	65.45	17.96	1.48	159
Итого	610	31.07	40.41	104.91	695.22	0.56	16.79	4.46	0.09	89.34	509.89	273.42	9.88	
<b>2 ужин</b>														
Баранки, сушки, бублики	35	2.80	2.20	21.00	70.00	0.06	0.00	0.50	0.00	8.40	31.00	6.10	0.50	ГП
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Итого	235	9.03	9.31	30.11	201.11	0.13	1.56	0.50	0.07	275.07	242.11	37.21	0.73	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		111.63	127.57	486.69	3497.32	1.95	281.09	17.53	0.55	1360.73	2098.83	746.41	28.90	
<b>Суточная потребность</b>		77.00	79.00	335.00	2350.00	1.20	60.00	10.00	0.70	1100.00	1100.00	250.00	12.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		144.97	161.48	145.28	148.82	162.21	468.48	175.35	78.57	123.70	190.80	298.57	240.86	

Дети 7-11 лет (основное меню)														
Первая неделя														
Вторник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Вареники с картофелем и маслом	200	9.6	8.8	57.6	276.8	0.19	1.18	5.62	0.03	133.55	169.36	28.08	1.34	88
Чай с молоком	190	2.81	3.20	35.64	182.94	0.04	1.31	0.00	0.03	121.24	90.52	14.28	0.20	141
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	100	0.90	0.15	2.85	17.50	0.05	16.00	0.40	0.00	15.50	28.00	17.00	0.70	39
или Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства*	100	1.90	8.90	7.70	119.00	0.02	7.00	3.10	0.00	41.00	37.00	15.00	0.70	147
Колбаса (порциями)	40	6.15	4.80	0.08	67.65	0.02	0.00	0.17	0.00	9.43	85.69	8.61	1.44	17
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
Итого	610	26.28	26.43	135.88	795.17	0.37	9.49	9.81	0.06	325.85	460.05	86.51	5.36	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Вафли , печенье, пряники	30	3.12	4.90	31.25	103.75	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
Итого	230	3.32	5.10	54.05	203.75	0.04	20.00	1.60	0.00	60.33	107.00	35.40	3.61	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Салат из картофеля с рыбой	100	9.06	8.70	9.90	154.34	0.15	13.84	3.32	0.01	21.54	112.82	26.28	0.84	47
Суп Шахтерский	250	7.17	6.29	24.25	275.10	0.14	20.75	0.44	0.02	35.24	49.19	42.02	1.68	55
Котлеты мясо-картофельные полыновски	100	13.67	22.06	9.76	272.46	0.27	10.38	2.31	0.01	27.4	165.65	27.87	2.14	69
Капуста тушеная	200	5.03	5.28	15.32	192.08	0.1	113.9	2.61	0	132.02	89.91	45.52	1.77	102
Компот из смеси сухофруктов	190	0.59	0.00	30.01	126.00	0.01	0.54	0.11	0.01	60.48	20.79	8.10	1.67	129
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	40	2.65	0.48	16.73	71.20	0.07	0.00	0.56	0.00	14.00	63.20	18.80	1.56	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	7.25	0.93	43.50	185.65	0.13	0.00	1.16	0.00	26.15	99.29	26.53	2.18	159
Итого	950	43.42	43.31	135.73	1220.53	0.81	160.41	9.98	0.05	320.83	547.65	179.32	10.43	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Компот из груш с лимоном	200	0.26	0.16	25.32	105.68	0.01	5.30	0.21	0.00	12.90	9.54	6.84	1.25	124
Слойка с повидлом	85	3.83	9.78	37.91	205.00	0.10	0.06	1.16	0.05	19.19	66.03	10.50	1.02	155
Фрукты	239	3.87	1.28	54.20	234.95	0.09	25.81	1.04	0.00	20.65	72.27	108.41	1.55	ГП
Итого	524	7.96	11.22	117.43	545.63	0.20	31.17	2.41	0.05	52.74	147.84	125.75	3.82	
<b>Ужин</b>														
Салат Витаминный с яблоком	100	1.10	10.10	10.60	138.00	0.04	15.40	4.60	0.23	30.00	29.00	18.00	0.90	26
или Салат из красной фасоли с морковью*	100	7.71	4.66	14.18	122.21	0.24	22.79	2.27	0.0	64.75	160.54	48.35	2.07	38
Рыба, запеченная в молочном соусе	100	17.94	10.94	4.23	157.27	0.19	1.43	2.34	0.03	67.99	200.6	30.36	0.59	91
Картофель отварной	180	3.66	6.52	29.44	191.48	0.22	36	0.26	0.03	19.92	106.8	41.4	1.64	107
Кисель из брусники (клюквы)	200	0.15	0.10	32.28	131.72	0.00	3.00	0.20	0.00	8.18	7.82	1.40	0.16	117
Хлеб пшеничный	60	4.30	0.42	24.99	106.82	0.06	0.00	0.56	0.00	11.34	33.68	7.21	0.57	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	50	6.28	0.78	37.54	160.22	0.11	0.00	0.98	0.00	21.84	81.08	21.31	1.74	159
Итого	670	35.74	23.00	117.67	762.90	0.76	63.22	6.05	0.06	182.68	556.84	142.82	6.20	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Итого	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		122.96	116.18	569.87	3659.08	2.25	285.85	29.84	0.29	1209.10	2030.49	600.90	29.65	
<b>Суточная потребность</b>		77.00	79.00	335.00	2350.00	1.20	60.00	10.00	0.70	1100.00	1100.00	250.00	12.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		159.69	147.06	170.11	155.71	187.71	476.41	298.45	41.43	109.92	184.59	240.36	247.09	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 7-11 лет (основное меню)														
Первая неделя														
Среда														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным (180/20)	200	13.75	12.86	30.78	270.53	0.16	0.82	0.50	0.11	270.56	228.23	39.20	1.00	11
Какао с молоком	190	5.88	4.85	33.25	173.38	0.08	2.22	0.01	0.04	210.81	178.79	40.09	1.08	114
Масло сливочное (порциями)	11	0.10	6.65	0.12	60.60	0.00	0.00	0.10	0.04	2.20	2.75	0.00	0.02	18
Сыр (порциями)	37	8.58	10.92	0.00	134.68	0.01	0.26	0.19	0.10	325.60	185.00	12.95	0.37	19
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
Итого	518	34.13	36.02	99.01	787.97	0.35	3.30	1.72	0.29	829.80	672.25	112.78	4.15	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	30	0.15	0.00	18.00	72.75	0.00	0.00	0.00	0.00	4.50	2.25	1.50	0.38	ГП
Итого	230	0.35	0.20	40.80	172.75	0.00	20.00	1.60	0.00	56.50	84.25	31.50	3.58	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	100	1.05	0.14	3.6	20.74	0.06	78.88	0.51	0	13.26	24.48	13.94	0.65	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	100	0.95	0.10	2.60	16.50	0.01	10.00	0.40	0.01	16.50	29.50	14.50	0.70	29
Уха Ростовская	250	7.42	5.05	14.77	256.91	0.18	30.64	0.91	0.03	36.98	116.87	37.91	1.41	66
Котлеты Домашние	100	15.27	20.4	27.07	353.23	0.23	4.76	2.57	0.06	102.54	194.84	27.83	1.77	68
Овощное соте с морковью	200	5.32	10.31	24.88	244.52	0.27	141.67	1.28	0.05	98.36	146.77	76.63	2.47	104
Чай с сахаром	200	0.20	0.00	19.99	79.94	0.00	0.00	0.00	0.00	12.18	8.00	6.00	0.82	139
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	40	2.65	0.48	16.73	71.20	0.07	0.00	0.56	0.00	14.00	63.20	18.80	1.56	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	7.25	0.93	43.50	185.65	0.13	0.00	1.16	0.00	26.15	99.29	26.53	2.18	159
Итого	960	37.16	36.88	136.80	1155.89	0.88	256.95	6.46	0.14	307.47	600.25	191.84	9.45	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустным фаршем	100	6.39	8.20	35.15	240.37	0.11	25.44	1.51	0.04	46.50	74.25	16.86	1.10	152
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	25.57	104.36	0.01	12.00	0.04	0.00	7.52	4.60	2.60	0.13	130
Фрукты	239	3.87	1.28	54.20	234.95	0.09	25.81	1.04	0.00	20.65	72.27	108.41	1.55	ГП
<b>Итого</b>	<b>539</b>	<b>10.44</b>	<b>9.52</b>	<b>114.92</b>	<b>579.68</b>	<b>0.21</b>	<b>63.25</b>	<b>2.59</b>	<b>0.04</b>	<b>74.67</b>	<b>151.12</b>	<b>127.87</b>	<b>2.78</b>	
<b>Ужин</b>														
Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1.60	10.10	9.60	86.00	0.04	27.80	4.50	0.13	44.00	32.00	17.00	0.60	23
или Винегрет овощной*	100	1.36	4.29	6.41	113.59	0.05	10.15	2.01	0	25.95	38.33	15.75	0.68	31
Сердце (печень) в соусе сметанном с томатом и луком	100	21.4	9.41	4.55	219.99	0.35	9.53	0.71	0.05	34.95	166.75	25.8	4.63	83
Картофельное пюре	200	4.33	7.23	29.25	199.99	0.23	34.39	0.25	0.04	60.81	129.20	43.65	1.63	105
Напиток из шиповника	190	0.65	0.27	25.28	124.01	0.01	190.00	0.72	0.00	12.14	3.23	3.23	0.65	133
Хлеб пшеничный	30	2.30	0.23	13.39	57.23	0.03	0.00	0.30	0.00	6.08	18.05	3.86	0.31	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	30	4.29	0.59	25.93	110.63	0.08	0.00	0.72	0.00	16.58	65.45	17.96	1.48	159
<b>Итого</b>	<b>650</b>	<b>32.27</b>	<b>27.60</b>	<b>94.61</b>	<b>740.62</b>	<b>0.71</b>	<b>261.72</b>	<b>6.90</b>	<b>0.22</b>	<b>168.48</b>	<b>396.63</b>	<b>107.64</b>	<b>8.99</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Баранки, сушки, бублики	40	3.20	2.60	24.40	90.00	0.06	0.00	0.64	0.00	9.60	36.40	7.20	0.64	ГП
<b>Итого</b>	<b>240</b>	<b>9.43</b>	<b>9.71</b>	<b>33.51</b>	<b>221.11</b>	<b>0.13</b>	<b>1.56</b>	<b>0.64</b>	<b>0.07</b>	<b>276.27</b>	<b>247.51</b>	<b>38.31</b>	<b>0.87</b>	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		123.79	119.92	519.66	3658.01	2.29	606.78	19.91	0.76	1713.18	2152.00	609.93	29.81	
<b>Суточная потребность</b>		77.00	79.00	335.00	2350.00	1.20	60.00	10.00	0.70	1100.00	1100.00	250.00	12.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		160.76	151.80	155.12	155.66	190.70	1011.30	199.08	108.57	155.74	195.64	243.97	248.40	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 7-11 лет (основное меню)														
Первая неделя														
Четверг														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Каша манная молочная жидкая	200	6.67	7.72	31.66	193.49	0.53	1.53	0.54	0.05	171.73	218.36	32.70	0.74	4
Кофейный напиток с молоком	200	5.00	4.70	40.85	229.74	0.10	2.34	0.08	0.04	221.42	208.40	44.72	0.62	115
Колбаса (порциями)	40	6.15	4.80	0.08	67.65	0.02	0.00	0.17	0.00	9.43	85.69	8.61	1.44	17
Яйца вареные	40	5.10	4.60	0.30	63.00	0.03	0.00	0.20	0.10	22.00	77.00	5.00	1.00	145
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
Итого	570	29.51	22.63	112.21	721.73	0.79	3.87	2.01	0.19	447.23	672.94	112.86	5.59	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Вафли , печенье, пряники	30	3.12	4.90	31.25	103.75	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	155
Итого	230	3.32	5.10	54.05	203.75	0.04	20.00	1.60	0.00	60.33	107.00	35.40	3.61	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Кукуруза с яйцом и рыбой	100	15.37	9.38	3.65	200.68	0.14	3.14	3.80	0.06	51.71	223.54	66.49	1.51	43
Суп картофельный с фрикадельками	250	3.89	6.07	28.67	282.20	0.23	39.31	0.45	0.03	46.51	116.65	46.09	1.85	63
Плов из свинины	200	15.26	10.81	30.84	413.87	0.10	5.60	0.69	0.03	34.34	112.85	49.03	2.22	78
Компот из изюма	190	5.13	0.65	19.11	155.90	0.05	0.00	0.15	0.00	23.37	36.77	11.97	0.91	120
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	40	2.65	0.48	16.73	71.20	0.07	0.00	0.56	0.00	14.00	63.20	18.80	1.56	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	7.25	0.93	43.50	185.65	0.13	0.00	1.16	0.00	26.15	99.29	26.53	2.18	159
Итого	850	47.55	27.89	128.76	1253.20	0.66	49.05	6.28	0.12	200.08	599.10	203.11	8.82	

<b>Полдник</b>														
Фрукты	239	3.87	1.28	54.20	234.95	0.09	25.81	1.04	0.00	20.65	72.27	108.41	1.55	ГП
Бисквит морковный	100	5.01	18.14	45.78	306.58	0.08	1.30	0.85	0.11	25.94	65.59	16.05	0.91	149
Компот из смородины чёрной	200	0.30	0.12	17.16	73.05	0.01	60.00	0.21	0.00	11.25	9.90	9.30	0.44	127
Итого	539	9.18	19.54	117.14	614.58	0.18	87.11	2.10	0.11	57.84	147.76	133.76	2.90	
<b>Ужин</b>														
Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	3.69	10.03	8.01	107.55	0.02	9.17	3.22	0.03	124.25	89.80	23.67	1.39	32
Поджарка из рыбы	100	9.80	12.07	5.56	133.79	0.25	10.61	4.19	0.02	48.13	103.16	34.14	0.98	92
Картофель, запеченный из отварного	180	8.02	14.17	42.64	271.42	0.32	52.40	4.55	0.04	140.59	213.72	64.90	2.54	109
Компот из яблок с лимоном	200	0.26	0.21	31.06	129.62	0.02	7.80	0.11	0.00	11.58	7.04	5.34	1.22	125
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	50	6.59	0.81	39.32	167.85	0.11	0.00	1.02	0.00	22.65	83.49	21.83	1.79	159
Итого	670	28.36	37.29	126.59	810.23	0.72	79.98	13.09	0.09	347.20	497.21	149.88	7.92	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Баранки, сушки, бублики	40	3.20	2.60	24.40	136.00	0.06	0.00	0.64	0.00	9.60	36.40	7.20	0.64	ГП
Итого	240	9.43	9.71	33.51	267.11	0.13	1.56	0.64	0.07	276.27	247.51	38.31	0.87	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		127.36	122.16	572.27	3870.60	2.53	241.57	25.71	0.58	1388.95	2271.52	673.30	29.69	
<b>Суточная потребность</b>		77.00	79.00	335.00	2350.00	1.20	60.00	10.00	0.70	1100.00	1100.00	250.00	12.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		165.40	154.64	170.83	164.71	210.88	402.61	257.15	82.86	126.27	206.50	269.32	247.45	



Дети 7-11 лет (основное меню)														
Первая неделя														
Пятница														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Вареники с картофелем и маслом	200	9.6	8.8	57.6	276.8	0.19	1.18	5.62	0.03	133.55	169.36	28.08	1.34	88
Чай с сахаром	200	0.20	0.00	19.99	79.94	0.00	0.00	0.00	0.00	12.18	8.00	6.00	0.82	139
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	100	0.90	0.15	2.85	17.50	0.05	16.00	0.40	0.00	15.50	28.00	17.00	0.70	39
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	100	0.95	0.10	2.60	16.50	0.01	10.00	0.40	0.01	16.50	29.50	14.50	0.70	29
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
Итого	580	16.52	9.69	115.30	523.02	0.34	17.18	6.94	0.03	181.86	282.84	71.62	4.54	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Вафли , печенье, пряники	30	3.12	4.90	31.25	103.75	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
Итого	230	3.32	5.10	54.05	203.75	0.04	20.00	1.60	0.00	60.33	107.00	35.40	3.61	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Кукуруза консервированная	100	3.67	0.67	18.70	96.86	0.03	8.02	0.05	0.00	70.14	68.47	21.71	0.60	22
Рассольник Ленинградский с мясом	250	5.30	6.06	15.85	164.67	0.12	17.17	0.32	0.02	23.98	41.70	28.39	1.33	59
Котлеты Особые	100	14.91	13.18	21.36	264.31	0.13	5.79	0.85	0.04	57.08	161.63	24.93	1.95	70
Соус томатный с овощами	50	0.73	2.58	4.45	44.50	0.02	4.38	0.18	0.02	7.50	11.50	5.47	0.27	163
Картофельное пюре	200	4.33	7.23	29.25	199.99	0.23	34.39	0.25	0.04	60.81	129.20	43.65	1.63	105
Фрукты	239	3.87	1.28	54.20	234.95	0.09	25.81	1.04	0.00	20.65	72.27	108.41	1.55	ГП
Компот Витаминный	190	4.13	1.12	23.61	146.87	0.03	95.76	1.40	0.00	36.67	29.36	21.57	0.95	126
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	40	2.65	0.48	16.73	71.20	0.07	0.00	0.56	0.00	14.00	63.20	18.80	1.56	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	7.25	0.93	43.50	185.65	0.13	0.00	1.16	0.00	26.15	99.29	26.53	2.18	159
Итого	1239	44.84	33.10	213.92	1352.70	0.79	192.32	5.28	0.12	320.98	623.42	283.65	10.60	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Напиток лимонный	200	0.14	0.02	25.43	105.19	0.01	6.40	0.03	0.00	7.15	3.52	1.92	0.17	131
Сырники с морковью с молоком сгущенным (180/20)	200	29.97	13.96	34.71	307.44	0.19	2.52	0.79	0.09	223.63	327.75	47.79	1.31	14
<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>30.11</b>	<b>13.98</b>	<b>60.14</b>	<b>412.63</b>	<b>0.20</b>	<b>8.92</b>	<b>0.82</b>	<b>0.09</b>	<b>230.78</b>	<b>331.27</b>	<b>49.71</b>	<b>1.48</b>	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с луком	100	7.14	15.72	3.75	140.83	0.03	3.15	3.73	0.03	69.75	93.12	61.96	1.29	48
Свинина, тушенная с овощами	200	15.57	22.87	19.19	350.85	0.65	73.86	3.01	0.00	39.34	239.03	61.76	2.98	80
Напиток из облепихи	200	0.12	0.54	21.53	91.99	0.50	20.00	0.50	0.00	2.83	0.90	3.00	0.21	136
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	50	6.59	0.81	39.32	167.85	0.11	0.00	1.02	0.00	22.65	83.49	21.83	1.79	159
<b>Итого</b>	<b>590</b>	<b>29.42</b>	<b>39.94</b>	<b>83.79</b>	<b>751.52</b>	<b>1.29</b>	<b>97.01</b>	<b>8.26</b>	<b>0.03</b>	<b>134.57</b>	<b>416.54</b>	<b>148.55</b>	<b>6.27</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>6.23</b>	<b>7.11</b>	<b>9.11</b>	<b>131.11</b>	<b>0.07</b>	<b>1.56</b>	<b>0.00</b>	<b>0.07</b>	<b>266.67</b>	<b>211.11</b>	<b>31.11</b>	<b>0.23</b>	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		130.45	108.92	536.31	3374.72	2.73	336.99	22.90	0.34	1195.19	1972.18	620.04	26.73	
<b>Суточная потребность</b>		77.00	79.00	335.00	2350.00	1.20	60.00	10.00	0.70	1100.00	1100.00	250.00	12.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		169.41	137.87	160.09	143.61	227.87	561.65	228.98	48.57	108.65	179.29	248.01	222.76	

Дети 7-11 лет (основное меню)														
Первая неделя														
Суббота														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша Рябчик	200	8.20	8.22	43.22	280.34	0.18	1.47	0.36	0.06	145.93	190.71	120.87	2.09	6
Чай с молоком	190	2.81	3.20	35.64	182.94	0.04	1.31	0.00	0.03	121.24	90.52	14.28	0.20	141
Масло сливочное (порциями)	11	0.10	6.65	0.12	60.60	0.00	0.00	0.10	0.04	2.20	2.75	0.00	0.02	18
Фрукты	239	0.94	0.94	22.93	109.98	0.09	25.81	1.04	0.00	20.65	72.27	108.41	1.55	ГП
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
Итого	720	17.87	19.75	136.77	782.64	0.42	28.59	2.42	0.13	310.65	433.73	264.10	5.54	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Вафли , печенье, пряники	30	3.12	4.90	31.25	103.75	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	155
Итого	230	3.32	5.10	54.05	203.75	0.04	20.00	1.60	0.00	60.33	107.00	35.40	3.61	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Салат "Степной" из разных овощей	100	2.03	7.23	9.42	161.76	0.09	14.42	3.39	0	33.76	57.76	24.19	0.87	30
Свекольник с мясом	250	5.23	5.65	17.32	175.88	0.11	23.70	0.39	0.02	63.20	68.12	38.75	2.11	58
Гуляш из говядины	100	15.11	21.39	4.47	255.62	0.26	4.86	2.65	0.03	22.20	168.87	22.98	2.42	72
Картофель, запеченный дольками	180	4.20	6.23	23.15	232.99	0.25	41.34	2.58	0.00	28.02	121.90	48.07	1.92	108
Компот из смеси сухофруктов	190	0.59	0.00	30.01	126.00	0.01	0.54	0.11	0.01	60.48	20.79	8.10	1.67	129
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	40	2.65	0.48	16.73	71.20	0.07	0.00	0.56	0.00	14.00	63.20	18.80	1.56	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	7.25	0.93	43.50	185.65	0.13	0.00	1.16	0.00	26.15	99.29	26.53	2.18	159
Итого	930	35.06	41.48	130.86	1152.80	0.86	85.86	10.31	0.06	251.81	546.73	171.62	11.32	

<b>Полдник</b>														
Напиток из брусники (клюквы)	200	0.21	0.15	17.43	73.65	0.00	4.50	0.30	0.00	7.95	4.80	2.10	0.17	134
Коржик молочный	100	6.77	12.83	47.20	331.10	0.10	0.10	3.92	0.02	25.62	67.13	10.40	0.85	148
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>17.38</b>	<b>17.98</b>	<b>75.23</b>	<b>533.75</b>	<b>0.20</b>	<b>5.10</b>	<b>4.32</b>	<b>0.05</b>	<b>197.57</b>	<b>291.93</b>	<b>35.50</b>	<b>1.42</b>	
<b>Ужин</b>														
Пекинская капуста с горошком и чесноком	100	2.07	5.12	5.02	75.10	0.05	29.47	2.32	0.00	39.91	38.56	16.56	0.61	20
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	100	0.95	0.10	2.60	16.50	0.01	10.00	0.40	0.01	16.50	29.50	14.50	0.70	29
Птица запеченная	90	11.00	11.39	0.31	120.21	0.13	2.77	1.22	0.05	26.41	129.82	26.40	1.79	86
Овощи запеченные	200	3,71	11.31	22.45	207.68	0.20	174.53	5.61	0.00	59.77	95.05	44.23	1.80	111
Кисель из смородины	200	0.26	0.10	27.48	113.57	0.01	50.00	0.18	0.00	12.03	12.87	7.75	0.39	119
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	50	6.59	0.81	39.32	167.85	0.11	0.00	1.02	0.00	22.65	83.49	21.83	1.79	159
<b>Итого</b>	<b>680</b>	<b>18.80</b>	<b>23.71</b>	<b>92.16</b>	<b>625.81</b>	<b>0.46</b>	<b>237.30</b>	<b>8.43</b>	<b>0.06</b>	<b>137.36</b>	<b>350.73</b>	<b>114.71</b>	<b>6.47</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>6.23</b>	<b>7.11</b>	<b>9.11</b>	<b>131.11</b>	<b>0.07</b>	<b>1.56</b>	<b>0.00</b>	<b>0.07</b>	<b>266.67</b>	<b>211.11</b>	<b>31.11</b>	<b>0.23</b>	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Мg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		98.67	115.13	498.18	3429.86	2.04	378.41	27.08	0.37	1224.39	1941.23	652.43	28.58	
<b>Суточная потребность</b>		77.00	79.00	335.00	2350.00	1.20	60.00	10.00	0.70	1100.00	1100.00	250.00	12.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		128.14	145.73	148.71	145.95	170.37	630.68	270.78	52.86	111.31	176.48	260.97	238.17	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 7-11 лет (основное меню)														
Первая неделя														
Воскресенье														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Омлет натуральный	190	15.45	22.74	5.11	287.44	0.10	1.15	0.73	0.32	167.87	277.28	24.66	2.66	15
Кукуруза консервированная	65	2.39	0.44	12.16	62.96	0.02	5.21	0.04	0.00	45.59	44.51	14.11	0.39	22
Какао с молоком	190	5.88	4.85	33.25	173.38	0.08	2.22	0.01	0.04	210.81	178.79	40.09	1.08	114
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
Итого	525	29.54	28.77	85.38	672.56	0.30	8.58	1.70	0.36	444.90	578.06	99.40	5.81	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	30	0.15	0.00	18.00	72.75	0.00	0.00	0.00	0.00	4.50	2.25	1.50	0.38	ГП
Итого	230	0.35	0.20	40.80	172.75	0.00	20.00	1.60	0.00	56.50	84.25	31.50	3.58	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Салат из колбасы	100	8.86	8.20	12.21	119.89	0.08	4.12	0.63	0.05	168.85	164.64	31.55	1.63	36
Куриный суп с макаронными изделиями и зеленым горошком	250	6.08	5.98	18.22	185.00	0.16	18.62	0.41	0.03	29.35	94.55	27.08	1.16	53
Поджарка из свинины	100	16.88	37.49	2.61	425.04	0.63	13.08	4.94	0.00	41.33	206.65	31.78	2.33	82
Рис отварной	150	3.94	3.58	41.38	196.80	0.04	0.00	0.27	0.02	5.47	85.00	27.92	0.57	103
Компот из апельсинов с яблоками	200	0.48	0.20	32.13	135.04	0.03	27.00	0.14	0.00	19.18	12.50	7.90	0.86	128
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	40	2.65	0.48	16.73	71.20	0.07	0.00	0.56	0.00	14.00	63.20	18.80	1.56	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	7.25	0.93	43.50	185.65	0.13	0.00	1.16	0.00	26.15	99.29	26.53	2.18	159
Итого	910	44.14	56.43	153.04	1262.32	1.08	63.82	7.58	0.10	308.33	672.63	155.76	8.88	

<b>Полдник</b>														
Молоко кипяченое	200	5.80	5.00	9.60	108.00	0.08	2.60	0.00	0.04	240.00	180.00	28.00	0.20	116
Олады	50	3.00	2.75	18.00	142.50	0.06	0.37	1.76	0.01	41.74	52.93	8.78	0.42	157
Молоко сгущенное	30	2.16	2.56	16.66	98.40	0.02	0.30	0.06	0.06	92.10	65.70	10.20	0.06	164
Фрукты	239	3.87	1.28	54.20	234.95	0.09	25.81	1.04	0.00	20.65	72.27	108.41	1.55	ГП
Итого	519	14.83	11.59	98.46	583.85	0.26	29.08	2.85	0.11	394.49	370.90	155.38	2.23	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с зеленым горошком и луком	100	7.00	19.18	4.17	201.21	0.05	3.24	4.39	0.02	61.95	177.96	54.46	1.19	49
Жаркое по-домашнему	200	17.22	10.52	12.87	204.44	0.20	27.93	0.57	0.02	37.61	124.32	45.35	3.03	74
Напиток из облепихи	200	0.12	0.54	21.53	91.99	0.50	20.00	0.50	0.00	2.83	0.90	3.00	0.21	136
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	50	6.59	0.81	39.32	167.85	0.11	0.00	1.02	0.00	22.65	83.49	21.83	1.79	159
Итого	590	30.93	31.05	77.89	665.49	0.86	51.17	6.48	0.04	125.04	386.67	124.64	6.22	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Итого	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		126.03	135.14	464.68	3488.07	2.57	174.21	20.21	0.68	1595.92	2303.61	597.78	26.94	
<b>Суточная потребность</b>		77.00	79.00	335.00	2350.00	1.20	60.00	10.00	0.70	1100.00	1100.00	250.00	12.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		163.67	171.07	138.71	148.43	214.03	290.35	202.13	97.14	145.08	209.42	239.11	224.46	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 7-11 лет (основное меню)														
Вторая неделя														
Понедельник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Вареники с картофелем и маслом	200	9.6	8.8	57.6	276.8	0.19	1.18	5.62	0.03	133.55	169.36	28.08	1.34	88
Сметана	20	0.81	3.00	1.17	35.70	0.01	0.15	0.09	0.02	27.00	18.60	3.00	0.03	165
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	100	0.90	0.15	2.85	17.50	0.05	16.00	0.40	0.00	15.50	28.00	17.00	0.70	39
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	100	0.95	0.10	2.60	16.50	0.01	10.00	0.40	0.01	16.50	29.50	14.50	0.70	29
Чай с лимоном	200	0.04	0.00	26.07	106.34	0.00	1.61	0.01	0.00	2.63	1.30	0.72	0.14	140
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
Итого	710	18.89	12.86	129.61	620.69	0.37	28.94	7.54	0.06	217.83	330.25	85.13	4.70	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Итого	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Морская капуста с яйцом	100	8.69	11.52	16.46	144.91	0.24	10.79	7.94	0.09	235.89	156.04	924.18	87.22	34
Суп рисовый с мясом	250	7.17	6.29	24.25	131.28	0.14	20.75	0.44	0.02	35.24	49.19	42.02	1.68	62
Бефстроганов из говядины	100	11.5	15.2	3.14	295.44	0.09	4.96	2.43	0.03	37.45	128.05	27.63	2.78	76
Макаронные изделия отварные (рожки)	150	8.86	6.84	56.50	283.28	0.14	0.00	1.28	0.03	17.12	72.00	12.80	1.30	101
Компот из кураги	180	1.80	0.94	22.51	131.54	0.02	0.72	0.99	0.00	29.48	26.28	18.90	0.65	121
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	40	2.65	0.48	16.73	71.20	0.07	0.00	0.56	0.00	14.00	63.20	18.80	1.56	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	7.25	0.93	43.50	185.65	0.13	0.00	1.16	0.00	26.15	99.29	26.53	2.18	159
Итого	890	45.92	41.77	169.35	1187.00	0.77	38.22	14.27	0.17	399.33	540.85	1055.06	95.96	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Напиток клюквенный	200	0.10	0.04	20.70	85.40	0.00	3.00	0.20	0.00	3.40	2.20	3.00	0.18	145
Фрукты	239	3.87	1.28	54.20	234.95	0.09	25.81	1.04	0.00	20.65	72.27	108.41	1.55	ГП
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
<b>Итого</b>	<b>539</b>	<b>14.37</b>	<b>6.32</b>	<b>85.50</b>	<b>449.35</b>	<b>0.19</b>	<b>29.31</b>	<b>1.34</b>	<b>0.03</b>	<b>188.05</b>	<b>294.47</b>	<b>134.41</b>	<b>2.13</b>	
<b>Ужин</b>														
Горошек консервированный	100	3.10	0.20	6.50	40.00	0.11	0.60	0.20	0.00	20.00	62.00	21.00	0.70	21
Рагу из птицы	180	17.52	17.14	14.75	232.85	0.19	21.36	0.70	0.05	42.45	195.09	42.02	2.06	89
Компот из смородины чёрной	200	0.30	0.12	17.16	73.05	0.01	60.00	0.21	0.00	11.25	9.90	9.30	0.44	127
Слойка с повидлом	85	3.83	9.78	37.91	205.00	0.10	0.06	1.16	0.05	19.19	66.03	10.50	1.02	155
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	50	6.59	0.81	39.32	167.85	0.11	0.00	1.02	0.00	22.65	83.49	21.83	1.79	159
<b>Итого</b>	<b>655</b>	<b>31.34</b>	<b>28.05</b>	<b>115.64</b>	<b>718.75</b>	<b>0.52</b>	<b>82.02</b>	<b>3.29</b>	<b>0.10</b>	<b>115.54</b>	<b>416.51</b>	<b>104.65</b>	<b>6.01</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Вафли , печенье, пряники	30	3.12	4.90	31.25	123.75	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
<b>Итого</b>	<b>230</b>	<b>9.35</b>	<b>12.01</b>	<b>40.36</b>	<b>254.86</b>	<b>0.11</b>	<b>1.56</b>	<b>0.00</b>	<b>0.07</b>	<b>275.00</b>	<b>236.11</b>	<b>36.51</b>	<b>0.64</b>	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		120.08	101.21	563.27	3330.65	1.96	200.05	28.04	0.43	1247.75	1900.19	1445.74	112.62	
<b>Суточная потребность</b>		77.00	79.00	335.00	2350.00	1.20	60.00	10.00	0.70	1100.00	1100.00	250.00	12.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		155.94	128.12	168.14	141.73	163.70	333.41	280.38	61.43	113.43	172.74	578.30	938.53	



Дети 7-11 лет (основное меню)														
Вторая неделя														
Вторник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Запеканка из творога с молоком сгущенным или джемом (180/20)	200	26.86	17.80	33.89	255.21	0.19	0.95	0.61	0.16	315.36	248.63	46.02	1.28	10
Какао с молоком	190	5.88	4.85	33.25	173.38	0.08	2.22	0.01	0.04	210.81	178.79	40.09	1.08	114
Колбаса (порциями)	40	6.15	4.80	0.08	67.65	0.02	0.00	0.17	0.00	9.43	85.69	8.61	1.44	17
Масло сливочное (порциями)	11	0.10	6.65	0.12	60.60	0.00	0.00	0.10	0.04	2.20	2.75	0.00	0.02	18
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	40	2.65	0.48	16.73	71.20	0.07	0.00	0.56	0.00	14.00	63.20	18.80	1.56	ГП
Итого	531	45.48	34.95	106.38	723.42	0.41	3.17	1.95	0.24	561.93	609.14	119.96	5.89	
<b>2 завтрак</b>														
Вафли , печенье, пряники	30	3.12	4.90	31.25	103.75	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	155
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Итого	230	3.32	5.10	54.05	203.75	0.04	20.00	1.60	0.00	60.33	107.00	35.40	3.61	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Винегрет овощной	100	1.36	4.29	6.41	113.59	0.05	10.15	2.01	0	25.95	38.33	15.75	0.68	31
Солянка Домашняя	250	6.35	8.47	10.42	390.5	0.1	19.17	0.66	0.02	39.89	100.1	24.23	1.63	60
Плов по-узбекски из говядины	200	16.97	27.56	46.03	473.83	0.48	6.55	0.89	0.04	44.19	264.33	65.73	2.44	79
Кисель из брусники (клюквы)	200	0.15	0.10	32.28	131.72	0.00	3.00	0.20	0.00	8.18	7.82	1.40	0.16	117
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	40	2.65	0.48	16.73	71.20	0.07	0.00	0.56	0.00	14.00	63.20	18.80	1.56	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	7.25	0.93	43.50	185.65	0.13	0.00	1.16	0.00	26.15	99.29	26.53	2.18	159
Итого	860	32.73	41.40	141.63	1310.19	0.77	39.87	4.95	0.06	162.36	519.87	136.64	7.24	

<b>Полдник</b>														
Молоко кипяченое	200	5.80	5.00	9.60	108.00	0.08	2.60	0.00	0.04	240.00	180.00	28.00	0.20	116
Бисквит "Прага" с бананом	100	6.40	17.32	62.88	282.88	0.10	2.00	2.00	0.08	17.64	59.10	17.24	0.90	153
Фрукты	239	3.87	1.28	54.20	234.95	0.09	25.81	1.04	0.00	20.65	72.27	108.41	1.55	ГП
Итого	539	16.07	23.60	126.68	625.83	0.27	30.41	3.04	0.12	278.29	311.37	153.65	2.65	
<b>Ужин</b>														
Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	100	1.28	8.13	6.86	107.75	0.03	19.05	3.71	0.22	36.21	36.29	21.31	1.09	25
или Маринад овощной*	100	1.54	10.11	9.16	135.17	0.07	10.68	4.90	0.00	38.03	58.90	35.79	0.82	113
Рыба, запеченная в панировке	100	14.43	8.38	13.19	165.58	0.25	2.90	1.94	0.07	37.88	250.24	39.84	1.53	90
Картофельное пюре	115	1.95	3.25	13.17	90.00	0.10	15.48	0.12	0.02	27.37	58.14	19.65	0.73	105
Фасоль стручковая запеченная	100	2.50	4.19	3.25	58.97	0.10	19.56	2.00	0.00	67.24	44.39	25.73	1.10	112
Напиток ягодный	200	0.25	0.14	17.35	73.45	0.01	24.00	0.23	0.00	10.55	8.60	6.00	0.34	138
Хлеб пшеничный	60	4.30	0.42	24.99	106.82	0.06	0.00	0.56	0.00	11.34	33.68	7.21	0.57	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	50	6.28	0.78	37.54	160.22	0.11	0.00	0.98	0.00	21.84	81.08	21.31	1.74	159
Итого	645	26.69	24.87	91.36	655.97	0.60	80.99	8.98	0.31	201.09	478.74	133.84	6.53	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Итого	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		130.52	137.04	529.21	3650.26	2.16	176.00	20.51	0.80	1530.67	2237.23	610.59	26.15	
<b>Суточная потребность</b>		77.00	79.00	335.00	2350.00	1.20	60.00	10.00	0.70	1100.00	1100.00	250.00	12.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		169.51	173.46	157.97	155.33	179.96	293.33	205.15	114.29	139.15	203.38	244.24	217.92	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 7-11 лет (основное меню)														
Вторая неделя														
Среда														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Суп молочный с крупой	200	6.15	6.34	21.53	168.95	0.09	2.28	0.09	0.05	213.24	181.04	32.09	0.35	3
Чай с молоком	190	2.81	3.20	35.64	182.94	0.04	1.31	0.00	0.03	121.24	90.52	14.28	0.20	141
Масло сливочное (порциями)	11	0.10	6.65	0.12	60.60	0.00	0.00	0.10	0.04	2.20	2.75	0.00	0.02	18
Сыр (порциями)	37	8.58	10.92	0.00	134.68	0.01	0.26	0.19	0.10	325.60	185.00	12.95	0.37	19
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
Итого	528	24.23	27.92	96.61	546.07	0.25	3.85	1.40	0.22	684.93	542.80	81.15	2.73	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	30	0.15	0.00	18.00	72.75	0.00	0.00	0.00	0.00	4.50	2.25	1.50	0.38	ГП
Итого	230	0.35	0.20	40.80	172.75	0.00	20.00	1.60	0.00	56.50	84.25	31.50	3.58	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Салат Витаминный со сладким перцем	100	1.32	10.08	9.64	135.35	0.04	59.3	4.68	0.22	30.91	30.7	17.86	0.56	35
или Салат "Степной" из разных овощей*	100	2.03	7.23	9.42	111.76	0.09	14.42	3.39	0	33.76	57.76	24.19	0.87	30
Уха Ростовская	250	7.42	5.05	14.77	256.91	0.18	30.64	0.91	0.03	36.98	116.87	37.91	1.41	66
Котлеты куриные	100	14	18.13	11.27	385.71	0.9	1.6	1.1	0.06	51.4	141.5	18.9	1.1	67
Картофель, запеченный дольками	180	4.20	6.23	23.15	232.99	0.25	41.34	2.58	0.00	28.02	121.90	48.07	1.92	108
Компот из облепихи	200	0.36	1.62	32.65	148.29	1.50	60.00	1.50	0.00	7.53	2.70	9.00	0.52	144
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	40	2.65	0.48	16.73	71.20	0.07	0.00	0.56	0.00	14.00	63.20	18.80	1.56	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	7.25	0.93	43.50	185.65	0.13	0.00	1.16	0.00	26.15	99.29	26.53	2.18	159
Итого	940	35.20	42.09	137.97	1359.80	3.01	193.88	11.96	0.31	198.99	522.96	161.27	7.84	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Фрукты	239	3.87	1.28	54.20	234.95	0.09	25.81	1.04	0.00	20.65	72.27	108.41	1.55	ГП
Пирожок печеный из дрожжевого теста с картофельным фаршем	100	3.24	6.49	39.10	289.73	0.14	10.60	1.47	0.03	25.46	80.39	17.79	1.14	151
Молоко кипяченое	200	5.80	5.00	9.60	108.00	0.08	2.60	0.00	0.04	240.00	180.00	28.00	0.20	116
<b>Итого</b>	<b>539</b>	<b>12.91</b>	<b>12.77</b>	<b>102.90</b>	<b>632.68</b>	<b>0.31</b>	<b>39.01</b>	<b>2.51</b>	<b>0.07</b>	<b>286.11</b>	<b>332.66</b>	<b>154.20</b>	<b>2.89</b>	
<b>Ужин</b>														
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	100	1.05	0.14	3.6	20.74	0.06	78.88	0.51	0	13.26	24.48	13.94	0.65	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	100	0.95	0.10	2.60	16.50	0.01	10.00	0.40	0.01	16.50	29.50	14.50	0.70	29
Пельмени мясные отварные	190	17.67	16.91	36.82	312.61	0.13	2.2	2.39	0.06	41.76	182.31	23.81	2.39	87
Сметана	30	0.81	3	1.17	35.7	0.01	0.15	0.09	0.02	27	18.6	3	0.03	165
Напиток из шиповника	190	0.65	0.27	25.28	124.01	0.01	190.00	0.72	0.00	12.14	3.23	3.23	0.65	133
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	45	5.82	0.74	34.86	148.78	0.10	0.00	0.92	0.00	20.63	77.48	20.54	1.68	159
<b>Итого</b>	<b>590</b>	<b>25.90</b>	<b>21.02</b>	<b>100.73</b>	<b>637.60</b>	<b>0.26</b>	<b>202.35</b>	<b>4.52</b>	<b>0.09</b>	<b>118.03</b>	<b>311.12</b>	<b>65.08</b>	<b>5.45</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Баранки, сушки, бублики	35	2.80	2.20	21.00	70.00	0.06	0.00	0.50	0.00	8.40	31.00	6.10	0.50	ГП
<b>Итого</b>	<b>235</b>	<b>9.03</b>	<b>9.31</b>	<b>30.11</b>	<b>201.11</b>	<b>0.13</b>	<b>1.56</b>	<b>0.50</b>	<b>0.07</b>	<b>275.07</b>	<b>242.11</b>	<b>37.21</b>	<b>0.73</b>	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		107.63	113.31	509.13	3550.00	3.96	460.65	22.49	0.76	1619.63	2035.90	530.40	23.21	
<b>Суточная потребность</b>		77.00	79.00	335.00	2350.00	1.20	60.00	10.00	0.70	1100.00	1100.00	250.00	12.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		139.78	143.43	151.98	151.06	330.37	767.75	224.88	108.57	147.24	185.08	212.16	193.38	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 7-11 лет (основное меню)														
Вторая неделя														
Четверг														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша "Янтарная"	200	8.07	9.12	36.13	259.99	0.23	3.18	0.73	0.05	153.28	229.47	68.04	1.99	1
Кофейный напиток с молоком	200	5.00	4.70	40.85	229.74	0.10	2.34	0.08	0.04	221.42	208.40	44.72	0.62	115
Колбаса (порциями)	40	6.15	4.80	0.08	67.65	0.02	0.00	0.17	0.00	9.43	85.69	8.61	1.44	17
Масло сливочное (порциями)	11	0.10	6.65	0.12	60.60	0.00	0.00	0.10	0.04	2.20	2.75	0.00	0.02	18
Хлеб пшеничный	60	4.30	0.42	24.99	106.82	0.06	0.00	0.56	0.00	11.34	33.68	7.21	0.57	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
Итого	541	25.60	26.05	114.71	778.20	0.46	5.52	2.06	0.13	408.17	607.39	142.68	5.81	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Вафли , печенье, пряники	30	3.12	4.90	31.25	103.75	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
Итого	230	3.32	5.10	54.05	203.75	0.04	20.00	1.60	0.00	60.33	107.00	35.40	3.61	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	3.69	10.03	8.01	107.55	0.02	9.17	3.22	0.03	124.25	89.80	23.67	1.39	32
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом	250	2.10	6.74	9.83	142.86	0.08	37.10	0.36	0.03	59.12	88.39	27.49	1.28	57
Тефтели мясные с рисом	100	8.19	14.57	11.50	310.56	0.14	11.55	0.62	0.04	31.22	96.65	18.75	1.32	71
Соус томатный с овощами	50	0.73	2.58	4.45	44.50	0.02	4.38	0.18	0.02	7.50	11.50	5.47	0.27	163
Макаронные изделия отварные (перья)	150	8.86	6.84	56.50	283.28	0.14	0.00	1.28	0.03	17.12	72.00	12.80	1.30	101
Компот из смеси сухофруктов	190	0.59	0.00	30.01	126.00	0.01	0.54	0.11	0.01	60.48	20.79	8.10	1.67	129
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	40	2.65	0.48	16.73	71.20	0.07	0.00	0.56	0.00	14.00	63.20	18.80	1.56	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	7.25	0.93	43.50	185.65	0.13	0.00	1.16	0.00	26.15	99.29	26.53	2.18	159
Итого	950	32.06	41.74	166.79	1215.30	0.55	63.74	6.96	0.16	343.84	488.42	125.81	9.56	

<b>Полдник</b>														
Фрукты	239	0.94	0.94	22.93	109.98	0.09	25.81	1.04	0.00	20.65	72.27	108.41	1.55	ГП
Расстегай с рыбой	100	6.39	8.20	35.15	240.37	0.11	25.44	1.51	0.04	46.50	74.25	16.86	1.10	154
Чай с лимоном	200	0.04	0.00	26.07	106.34	0.00	1.61	0.01	0.00	2.63	1.30	0.72	0.14	140
Итого	539	7.37	9.14	84.15	456.69	0.20	52.86	2.56	0.04	69.78	147.82	125.99	2.79	
<b>Ужин</b>														
Салат из красной фасоли с морковью	100	7.71	4.66	14.18	122.21	0.24	22.79	2.27	0	64.75	160.54	48.35	2.07	38
Картофельная запеканка с мясом или субпродуктами	200	22.67	38.13	29.19	355.86	0.55	32.96	1.85	0.05	36.83	308.48	66.00	3.99	75
Напиток из малины и смородины	200	0.27	0.14	17.31	73.35	0.01	33.75	0.20	0.00	11.85	10.50	7.95	0.42	146
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	50	6.59	0.81	39.32	167.85	0.11	0.00	1.02	0.00	22.65	83.49	21.83	1.79	159
Итого	590	37.24	43.74	100.00	719.27	0.91	89.50	5.34	0.05	136.08	563.01	144.13	8.27	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Итого	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		111.83	132.88	528.82	3504.32	2.23	233.18	18.51	0.45	1284.87	2124.76	605.11	30.26	
<b>Суточная потребность</b>		77.00	79.00	335.00	2350.00	1.20	60.00	10.00	0.70	1100.00	1100.00	250.00	12.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		145.23	168.20	157.86	149.12	186.05	388.63	185.15	64.29	116.81	193.16	242.04	252.19	

Дети 7-11 лет (основное меню)														
Вторая неделя														
Пятница														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша "Боярская"	200	7.99	8.61	36.59	261.59	0.20	1.60	0.18	0.05	163.48	195.67	46.71	1.18	5
Какао с молоком	190	5.88	4.85	33.25	173.38	0.08	2.22	0.01	0.04	210.81	178.79	40.09	1.08	114
Колбаса (порциями)	40	6.15	4.80	0.08	67.65	0.02	0.00	0.17	0.00	9.43	85.69	8.61	1.44	17
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
Итого	510	25.84	18.99	104.78	651.40	0.40	3.82	1.28	0.09	404.35	537.63	115.95	5.38	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Фрукты	239	0.94	0.94	22.93	109.98	0.09	25.81	1.04	0.00	20.65	72.27	108.41	1.55	ГП
Итого	439	1.14	1.14	45.73	209.98	0.09	45.81	2.64	0.00	72.65	154.27	138.41	4.75	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	100	1.60	10.10	9.60	86.00	0.04	27.80	4.50	0.05	44.00	32.00	17.00	0.60	24
или Салат овощной с зеленым горошком*	100	2.8	8.16	10.45	96.81	0.1	10.6	3.31	0.02	21.26	67.4	25.1	0.93	40
Суп из овощей с фасолью	250	11.56	6.99	21.28	183.31	0.36	34.19	3.4	0	97.13	240.81	72.53	3.1	61
Печень, запеченная с луком	100	22.57	16.51	12.97	292.18	0.40	52.94	6.75	9.68	48.71	399.57	26.33	8.63	77
Картофель, запеченный из отварного	180	8.02	14.17	42.64	271.42	0.32	52.40	4.55	0.04	140.59	213.72	64.90	2.54	109
Кисель из смородины	200	0.26	0.10	27.48	113.57	0.01	50.00	0.18	0.00	12.03	12.87	7.75	0.39	119
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	40	2.65	0.48	16.73	71.20	0.07	0.00	0.56	0.00	14.00	63.20	18.80	1.56	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	7.25	0.93	43.50	185.65	0.13	0.00	1.16	0.00	26.15	99.29	26.53	2.18	159
Итого	940	53.11	46.91	161.31	1157.84	1.33	201.13	19.38	9.74	363.87	1043.66	226.14	17.92	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Компот из груш с лимоном	200	0.26	0.16	25.32	105.68	0.01	5.30	0.21	0.00	12.90	9.54	6.84	1.25	124
Сырники из творога со сгущенным молоком (180/20)	200	37.63	19.71	36.99	362.37	0.22	0.96	0.82	0.14	325.28	251.76	48.61	1.25	12
<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>37.89</b>	<b>19.87</b>	<b>62.31</b>	<b>468.05</b>	<b>0.23</b>	<b>6.26</b>	<b>1.03</b>	<b>0.14</b>	<b>338.18</b>	<b>261.30</b>	<b>55.45</b>	<b>2.50</b>	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с картофелем и луком	100	8.23	13.29	8.90	103.17	0.07	10.15	3.95	0.02	62.45	148.94	59.36	1.40	51
Куриное филе в сметанном соусе	90	5.11	20.53	2.82	157.17	0.09	7.64	3.47	0.05	40.46	142.05	17.94	1.22	85
Каша перловая рассыпчатая с овощами	150	4.70	6.54	32.42	207.73	0.08	5.45	3.30	0.00	37.05	103.77	24.24	1.08	99
Напиток яблочный	200	0.10	0.10	26.40	107.51	0.01	2.50	0.05	0.00	4.72	2.75	2.25	0.62	137
Хлеб пшеничный	60	4.30	0.42	24.99	106.82	0.06	0.00	0.56	0.00	11.34	33.68	7.21	0.57	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	50	6.28	0.78	37.54	160.22	0.11	0.00	0.98	0.00	21.84	81.08	21.31	1.74	159
<b>Итого</b>	<b>540</b>	<b>24.42</b>	<b>41.24</b>	<b>108.08</b>	<b>735.80</b>	<b>0.36</b>	<b>25.74</b>	<b>11.75</b>	<b>0.07</b>	<b>166.52</b>	<b>478.59</b>	<b>125.10</b>	<b>6.06</b>	
<b>2 ужин</b>														
Вафли , печенье, пряники	30	3.12	4.90	31.25	123.75	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
<b>Итого</b>	<b>230</b>	<b>9.35</b>	<b>12.01</b>	<b>40.36</b>	<b>254.86</b>	<b>0.11</b>	<b>1.56</b>	<b>0.00</b>	<b>0.07</b>	<b>275.00</b>	<b>236.11</b>	<b>36.51</b>	<b>0.64</b>	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		151.76	140.16	522.57	3477.93	2.52	284.32	36.07	10.11	1620.57	2711.56	697.55	37.25	
<b>Суточная потребность</b>		77.00	79.00	335.00	2350.00	1.20	60.00	10.00	0.70	1100.00	1100.00	250.00	12.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		197.09	177.42	155.99	148.00	210.21	473.86	360.75	1444.29	147.32	246.51	279.02	310.42	



Дети 7-11 лет (основное меню)														
Вторая неделя														
Суббота														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Вареники с картофелем и маслом	200	9.6	8.8	57.6	276.8	0.19	1.18	5.62	0.03	133.55	169.36	28.08	1.34	88
Кофейный напиток с молоком	200	5.00	4.70	40.85	229.74	0.10	2.34	0.08	0.04	221.42	208.40	44.72	0.62	115
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	100	0.90	0.15	2.85	17.50	0.05	16.00	0.40	0.00	15.50	28.00	17.00	0.70	39
или Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства*	100	1.90	8.90	7.70	119.00	0.02	7.00	3.10	0.00	41.00	37.00	15.00	0.70	147
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
Итого	580	21.32	14.39	136.16	672.82	0.44	19.52	7.02	0.07	391.10	483.24	110.34	4.34	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Вафли , печенье, пряники	30	3.12	4.90	31.25	103.75	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
Итого	230	3.32	5.10	54.05	203.75	0.04	20.00	1.60	0.00	60.33	107.00	35.40	3.61	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Салат Обжорка	100	4.11	3.71	4.66	135.24	0.07	5.65	0.38	0.01	38.18	78.71	26.31	1.03	37
Солянка из птицы	250	5.29	14.00	22.57	280.14	0.08	15.98	0.55	0.02	33.24	83.42	20.19	1.36	52
Капуста тушеная со свиной	200	10.58	9.99	12.57	308.50	0.31	92.58	2.57	0.00	110.87	147.95	47.99	2.21	81
Компот из кураги	180	1.80	0.94	22.51	131.54	0.02	0.72	0.99	0.00	29.48	26.28	18.90	0.65	121
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	40	2.65	0.48	16.73	71.20	0.07	0.00	0.56	0.00	14.00	63.20	18.80	1.56	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	7.25	0.93	43.50	185.65	0.13	0.00	1.16	0.00	26.15	99.29	26.53	2.18	159
Итого	840	29.68	29.62	108.80	1055.97	0.62	115.93	5.68	0.03	255.92	445.65	142.92	7.58	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
Фрукты	239	3.87	1.28	54.20	234.95	0.09	25.81	1.04	0.00	20.65	72.27	108.41	1.55	ГП
Молоко кипяченое	200	5.80	5.00	9.60	108.00	0.08	2.60	0.00	0.04	240.00	180.00	28.00	0.20	116
Итого	539	20.07	11.28	74.40	471.95	0.27	28.91	1.14	0.07	424.65	472.27	159.41	2.15	
<b>Ужин</b>														
Пекинская капуста с огурцом и сыром	100	4.55	11.50	2.83	104.27	0.03	23.81	3.23	0.04	162.35	99.47	17.26	0.61	42
или Маринад овощной*	100	1.54	10.11	9.16	135.17	0.07	10.68	4.9	0	38.03	58.9	35.79	0.82	113
Рыба, тушенная в сметанном соусе	100	18.93	12.39	4.91	129.44	0.21	7.01	4.1	0.03	48.79	146.76	38.1	0.9	93
Картофельное пюре	200	4.33	7.23	29.25	199.99	0.23	34.39	0.25	0.04	60.81	129.20	43.65	1.63	105
Чай с сахаром	200	0.20	0.00	19.99	79.94	0.00	0.00	0.00	0.00	12.18	8.00	6.00	0.82	139
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	50	6.59	0.81	39.32	167.85	0.11	0.00	1.02	0.00	22.65	83.49	21.83	1.79	159
Итого	690	34.60	31.93	96.30	681.49	0.58	65.21	8.60	0.11	306.78	466.92	126.84	5.75	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Итого	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		115.23	99.43	478.83	3217.08	2.02	251.13	24.04	0.35	1705.45	2186.19	606.01	23.65	
<b>Суточная потребность</b>		77.00	79.00	335.00	2350.00	1.20	60.00	10.00	0.70	1100.00	1100.00	250.00	12.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		149.65	125.86	142.93	136.90	168.70	418.55	240.38	50.00	155.04	198.74	242.40	197.09	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 7-11 лет (основное меню)														
Вторая неделя														
Воскресенье														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Омлет с сыром	190	17.21	25.39	3.61	284.86	0.09	1.01	0.65	0.32	117.07	181.80	26.21	2.12	16
Чай с молоком	190	2.81	3.20	35.64	182.94	0.04	1.31	0.00	0.03	121.24	90.52	14.28	0.20	141
Масло сливочное (порциями)	11	0.10	6.65	0.12	60.60	0.00	0.00	0.10	0.04	2.20	2.75	0.00	0.02	18
Горошек консервированный	100	3.10	0.20	6.50	40.00	0.11	0.60	0.20	0.00	20.00	62.00	21.00	0.70	21
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
Итого	571	29.04	36.18	80.73	717.18	0.34	2.92	1.87	0.39	281.14	414.55	82.03	4.72	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	30	0.15	0.00	18.00	72.75	0.00	0.00	0.00	0.00	4.50	2.25	1.50	0.38	ГП
Итого	230	0.35	0.20	40.80	172.75	0.00	20.00	1.60	0.00	56.50	84.25	31.50	3.58	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Салат из моркови с сыром и чесноком	100	3.52	5.04	6.30	131.27	0.06	4.52	3.48	0.03	116.23	99.59	37.04	0.75	33
Суп картофельный с бобовыми и копченостями	250	10.74	11.96	24.38	287.18	0.52	28.27	0.95	0.02	79.44	173.98	71.47	4.66	54
Рыба, запеченная под маринадом	100	6.61	11.04	5.51	163.26	0.18	6.11	4.01	0.02	30.33	171.52	31.39	0.79	95
Рис отварной	150	3.94	3.58	41.38	196.80	0.04	0.00	0.27	0.02	5.47	85.00	27.92	0.57	103
Компот из брусники (кюквы)	200	0.21	0.15	23.42	97.59	0.00	4.50	0.30	0.00	8.13	4.80	2.10	0.19	123
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	40	2.65	0.48	16.73	71.20	0.07	0.00	0.56	0.00	14.00	63.20	18.80	1.56	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	7.25	0.93	43.50	185.65	0.13	0.00	1.16	0.00	26.15	99.29	26.53	2.18	159
Итого	910	32.92	32.75	147.48	1076.65	0.94	44.40	10.20	0.09	283.75	644.18	199.45	9.29	

<b>Полдник</b>														
Фрукты	239	0.94	0.94	22.93	109.98	0.09	25.81	1.04	0.00	20.65	72.27	108.41	1.55	ГП
Блинчики с ягодной начинкой	55	3.15	3.50	19.82	257.10	0.55	0.20	0.49	0.06	36.85	76.39	9.47	0.99	156
Напиток ягодный	200	0.25	0.14	17.35	73.45	0.01	24.00	0.23	0.00	10.55	8.60	6.00	0.34	138
Итого	494	4.34	4.58	60.10	440.53	0.65	50.01	1.76	0.06	68.05	157.26	123.88	2.88	
<b>Ужин</b>														
Салат из картофеля с рыбой	100	9.06	8.70	9.90	154.34	0.15	13.84	3.32	0.01	21.54	112.82	26.28	0.84	47
Печень говяжья по-строгановски	100	11.94	12.41	0.93	142.67	0.18	11.61	0.72	9.59	20.95	150.59	12.68	4.54	84
Макаронные изделия отварные (рожки)	150	8.86	6.84	56.50	283.28	0.14	0.00	1.28	0.03	17.12	72.00	12.80	1.30	101
Компот Витаминный	190	4.13	1.12	23.61	146.87	0.03	95.76	1.40	0.00	36.67	29.36	21.57	0.95	126
Хлеб пшеничный	60	4.61	0.45	26.78	114.45	0.06	0.00	0.60	0.00	12.15	36.09	7.73	0.62	ГП
Хлеб ржаной	30	1.99	0.36	12.55	53.40	0.05	0.00	0.42	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	50	6.59	0.81	39.32	167.85	0.11	0.00	1.02	0.00	22.65	83.49	21.83	1.79	159
Итого	630	40.58	29.88	130.26	740.67	0.61	121.21	7.74	9.63	118.93	448.26	95.16	9.42	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Итого	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		113.47	110.70	468.48	3278.89	2.61	240.10	23.17	10.24	1075.04	1959.61	563.12	30.11	
<b>Суточная потребность</b>		77.00	79.00	335.00	2350.00	1.20	60.00	10.00	0.70	1100.00	1100.00	250.00	12.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		147.36	140.12	139.85	139.53	217.87	400.16	231.68	1462.86	97.73	178.15	225.25	250.88	

Средние показатели пищевых веществ, энергетической ценности, витаминов и минеральных веществ												
	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
	Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
<b>Итого за 14 дней</b>	1691.38	1679.74	7247.96	48986.80	33.85	4150.32	336.03	26.71	19771.47	29925.30	9559.31	483.55
<b>Среднее значение</b>	120.81	119.98	517.71	3499.06	2.42	296.45	24.00	1.91	1412.25	2137.52	682.81	34.54
<b>Соотношение Б:Ж:У</b>	1.0	1.0	4.0						1.0	1.5		
<b>Суточная потребность</b>	77.00	79.00	335.00	2350.00	1.20	60.00	10.00	0.70	1100.00	1100.00	250.00	12.00
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>	156.90	151.88	154.54	148.90	201.47	494.09	240.02	272.55	128.39	194.32	273.12	287.83

Дети 7-11 лет (каникулярное меню)														
Первая неделя														
Понедельник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша рисовая молочная жидкая	220	6.18	8.31	37.70	229.10	0.08	1.65	0.21	0.06	159.60	169.29	35.51	0.54	2
Какао с молоком	209	6.47	5.34	36.58	190.72	0.09	2.44	0.01	0.04	231.89	196.67	44.10	1.19	114
Масло сливочное (порциями)	13	0.12	7.86	0.14	71.62	0.00	0.00	0.12	0.05	2.60	3.25	0.00	0.02	18
Колбаса (порциями)	44	6.77	5.28	0.09	74.42	0.02	0.00	0.18	0.00	10.37	94.26	9.47	1.58	17
Хлеб пшеничный	55	4.22	0.41	24.54	104.91	0.06	0.00	0.55	0.00	11.14	33.08	7.08	0.56	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
Итого	574	25.94	27.59	112.84	729.50	0.30	4.09	1.53	0.15	427.15	548.69	111.67	5.19	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Вафли , печенье, пряники	33	3.43	5.39	34.38	114.13	0.04	0.00	0.00	0.00	9.16	27.50	5.94	0.45	ГП
Итого	253	3.65	5.61	59.46	224.13	0.04	22.00	1.76	0.00	66.36	117.70	38.94	3.97	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	110	1.16	0.15	3.96	22.81	0.07	86.77	0.56	0.00	14.59	26.93	15.33	0.72	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	110	1.05	0.11	2.86	18.15	0.01	11.00	0.44	0.01	18.15	32.45	15.95	0.77	29
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	275	6.36	7.47	18.11	401.50	0.11	33.09	0.42	0.03	68.53	113.70	37.73	1.96	56
Биточки рыбные	120	12.94	10.28	9.52	272.98	0.24	1.09	1.79	0.06	53.41	110.53	35.65	1.09	94
Рагу из овощей	220	3.95	11.72	13.41	312.68	0.20	83.16	4.50	0.02	57.18	42.70	40.92	1.41	110
или Овощи запеченные	220	4.08	12.44	24.70	228.45	0.22	191.98	6.17	0.00	65.75	104.56	48.65	1.98	111
Компот из свежих ягод	220	0.28	0.15	25.67	107.13	0.01	26.40	0.25	0.00	11.80	9.46	6.60	0.40	122
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	44	2.91	0.53	18.40	78.32	0.07	0.00	0.62	0.00	15.40	69.52	20.68	1.72	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	61	8.04	1.03	48.25	205.90	0.14	0.00	1.29	0.00	29.00	110.12	29.42	2.41	159
Итого	1066	33.37	30.85	121.81	1337.70	0.78	231.61	8.83	0.12	254.07	423.54	168.71	8.12	

\*с 1 января по 30 июня

<b>Полдник</b>														
Фрукты	263	1.03	1.03	25.23	121.02	0.10	28.40	1.14	0.00	22.73	79.53	119.30	1.70	ГП
Кекс Творожный	100	10.20	14.96	52.50	306.18	0.08	0.14	0.66	0.12	60.26	112.30	11.78	0.92	150
Молоко кипяченое	220	6.38	5.50	10.56	118.80	0.09	2.86	0.00	0.04	264.00	198.00	30.80	0.22	116
Итого	583	17.61	21.49	88.29	546.00	0.27	31.40	1.80	0.16	346.99	389.83	161.88	2.84	
<b>Ужин</b>														
Салат Столичный	110	13.23	11.57	8.03	168.18	0.13	11.13	0.32	0.04	34.19	146.18	26.44	1.52	41
Говядина, тушенная с черносливом	110	6.70	24.18	7.36	186.62	0.08	5.57	3.11	0.02	26.15	189.37	30.87	2.54	73
Каша гречневая рассыпчатая	165	9.48	8.05	42.81	171.28	0.32	0.00	0.67	0.03	16.81	151.91	222.90	5.03	97
Чай с лимоном	220	0.04	0.00	28.68	116.97	0.00	1.77	0.01	0.00	2.89	1.43	0.79	0.15	140
Хлеб пшеничный	33	2.53	0.25	14.73	62.95	0.03	0.00	0.33	0.00	6.68	19.85	4.25	0.34	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	33	4.72	0.64	28.53	121.69	0.09	0.00	0.79	0.00	18.23	71.99	19.76	1.63	159
Итого	671	34.18	44.45	115.40	764.74	0.62	18.47	4.91	0.10	98.27	560.87	300.76	10.87	
<b>2 ужин</b>														
Баранки, сушки, бублики	39	3.12	2.45	23.40	78.00	0.07	0.00	0.56	0.00	9.36	34.54	6.80	0.56	ГП
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Итого	259	9.97	10.27	33.42	222.22	0.14	1.72	0.56	0.08	302.70	266.76	41.02	0.81	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		124.72	140.26	531.23	3824.29	2.15	309.28	19.39	0.60	1495.54	2307.39	822.98	31.80	
<b>Суточная потребность</b>		84.70	86.90	368.50	2585.00	1.32	66.00	11.00	0.77	1210.00	1210.00	275.00	13.20	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		147.25	161.40	144.16	147.94	163.19	468.61	176.26	78.09	123.60	190.69	299.27	240.91	

Дети 7-11 лет (каникулярное меню)														
Первая неделя														
Вторник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Вареники с картофелем и маслом	220	10.56	9.68	63.36	304.48	0.21	1.30	6.18	0.03	146.91	186.30	30.89	1.47	88
Чай с молоком	209	3.09	3.52	39.20	201.23	0.04	1.44	0.00	0.03	133.36	99.57	15.71	0.22	141
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	110	0.99	0.17	3.14	19.25	0.06	17.60	0.44	0.00	17.05	30.80	18.70	0.77	39
или Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства*	110	2.09	9.79	8.47	130.90	0.02	7.70	3.41	0.00	45.10	40.70	16.50	0.77	147
Колбаса (порциями)	44	6.77	5.28	0.09	74.42	0.02	0.00	0.18	0.00	10.37	94.26	9.47	1.58	17
Хлеб пшеничный	55	4.22	0.41	24.54	104.91	0.06	0.00	0.55	0.00	11.14	33.08	7.08	0.56	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
Итого	671	28.91	29.08	149.46	874.68	0.41	10.44	10.79	0.07	358.43	506.05	95.16	5.90	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Вафли , печенье, пряники	33	3.43	5.39	34.38	114.13	0.04	0.00	0.00	0.00	9.16	27.50	5.94	0.45	ГП
Итого	253	3.65	5.61	59.46	224.13	0.04	22.00	1.76	0.00	66.36	117.70	38.94	3.97	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Салат из картофеля с рыбой	110	9.97	9.57	10.89	169.77	0.17	15.22	3.65	0.01	23.69	124.10	28.91	0.92	47
Суп Шахтерский	275	7.89	6.92	26.68	302.61	0.15	22.83	0.48	0.02	38.76	54.11	46.22	1.85	55
Котлеты мясо-картофельные польновски	100	13.67	22.06	9.76	272.46	0.27	10.38	2.31	0.01	27.40	165.65	27.87	2.14	69
Капуста тушеная	220	5.53	5.81	16.85	211.29	0.11	125.29	2.87	0.00	145.22	98.90	50.07	1.95	102
Компот из смеси сухофруктов	209	0.65	0.00	33.01	138.60	0.01	0.59	0.12	0.01	66.53	22.87	8.91	1.84	129
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	44	2.91	0.53	18.40	78.32	0.07	0.00	0.62	0.00	15.40	69.52	20.68	1.72	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	61	8.04	1.03	48.25	205.90	0.14	0.00	1.29	0.00	29.00	110.12	29.42	2.41	159
Итого	1035	46.40	45.44	148.33	1315.34	0.86	175.41	10.75	0.05	350.17	585.85	194.46	11.25	
*с 1 января по 30 июня														



<b>Полдник</b>														
Компот из груш с лимоном	220	0.29	0.18	27.85	116.25	0.01	5.83	0.23	0.00	14.19	10.49	7.52	1.38	124
Слойка с повидлом	85	3.83	9.78	37.91	205.00	0.10	0.06	1.16	0.05	19.19	66.03	10.50	1.02	155
Фрукты	263	4.26	1.41	59.65	258.54	0.10	28.40	1.14	0.00	22.73	79.53	119.30	1.70	ГП
Итого	568	8.38	11.37	125.41	579.79	0.21	34.29	2.53	0.05	56.11	156.05	137.32	4.10	
<b>Ужин</b>														
Салат Витаминный с яблоком	110	1.21	11.11	11.66	151.80	0.04	16.94	5.06	0.25	33.00	31.90	19.80	0.99	26
или Салат из красной фасоли с морковью*	110	8.48	5.13	15.60	134.43	0.26	25.07	2.50	0.00	71.23	176.59	53.19	2.28	38
Рыба, запеченная в молочном соусе	110	19.73	12.03	4.65	173.00	0.21	1.57	2.57	0.03	74.79	220.66	33.40	0.65	91
Картофель отварной	198	4.03	7.17	32.38	210.63	0.24	39.60	0.29	0.03	21.91	117.48	45.54	1.80	107
Кисель из брусники (клюквы)	220	0.17	0.11	35.51	144.89	0.00	3.30	0.22	0.00	9.00	8.60	1.54	0.18	117
Хлеб пшеничный	66	4.73	0.46	27.49	117.50	0.06	0.00	0.62	0.00	12.47	37.05	7.93	0.63	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	6.91	0.86	41.29	176.24	0.12	0.00	1.08	0.00	24.02	89.19	23.44	1.92	159
Итого	737	39.32	25.30	129.43	839.19	0.83	69.54	6.66	0.07	200.95	612.53	157.10	6.82	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Итого	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		133.51	124.61	622.11	3977.35	2.44	313.40	32.48	0.31	1325.36	2210.40	657.20	32.30	
<b>Суточная потребность</b>		84.70	86.90	368.50	2585.00	1.32	66.00	11.00	0.77	1210.00	1210.00	275.00	13.20	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		157.63	143.40	168.82	153.86	184.91	474.85	295.30	40.65	109.53	182.68	238.98	244.70	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 7-11 лет (каникулярное меню)														
Первая неделя														
Среда														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным (198/22)	220	15.13	14.15	33.86	297.58	0.18	0.90	0.55	0.12	297.62	251.05	43.12	1.10	11
Какао с молоком	209	6.47	5.34	36.58	190.72	0.09	2.44	0.01	0.04	231.89	196.67	44.10	1.19	114
Масло сливочное (порциями)	13	0.12	7.86	0.14	71.62	0.00	0.00	0.12	0.05	2.60	3.25	0.00	0.02	18
Сыр (порциями)	41	9.51	12.10	0.00	149.24	0.01	0.29	0.21	0.11	360.80	205.00	14.35	0.41	19
Хлеб пшеничный	55	4.22	0.41	24.54	104.91	0.06	0.00	0.55	0.00	11.14	33.08	7.08	0.56	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
Итого	571	37.62	40.25	108.92	872.81	0.39	3.63	1.90	0.32	915.59	741.19	124.16	4.57	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	33	0.17	0.00	19.80	80.03	0.00	0.00	0.00	0.00	4.95	2.48	1.65	0.41	ГП
Итого	253	0.39	0.22	44.88	190.03	0.00	22.00	1.76	0.00	62.15	92.68	34.65	3.93	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	110	1.16	0.15	3.96	22.81	0.07	86.77	0.56	0.00	14.59	26.93	15.33	0.72	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	110	1.05	0.11	2.86	18.15	0.01	11.00	0.44	0.01	18.15	32.45	15.95	0.77	29
Уха Ростовская	275	8.16	5.56	16.25	282.60	0.20	33.70	1.00	0.03	40.68	128.56	41.70	1.55	66
Котлеты Домашние	100	15.27	20.40	27.07	353.23	0.23	4.76	2.57	0.06	102.54	194.84	27.83	1.77	68
Овощное сое с морковью	220	5.85	11.34	27.37	268.97	0.30	155.84	1.41	0.06	108.20	161.45	84.29	2.72	104
Чай с сахаром	220	0.22	0.00	21.99	87.93	0.00	0.00	0.00	0.00	13.40	8.80	6.60	0.90	139
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	44	2.91	0.53	18.40	78.32	0.07	0.00	0.62	0.00	15.40	69.52	20.68	1.72	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	61	8.04	1.03	48.25	205.90	0.14	0.00	1.29	0.00	29.00	110.12	29.42	2.41	159
Итого	1046	39.35	38.53	147.78	1236.16	0.94	282.17	6.85	0.15	327.96	640.79	208.24	10.21	

\*с 1 января по 30 июня

Полдник														
Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустным фаршем	100	6.39	8.20	35.15	240.37	0.11	25.44	1.51	0.04	46.50	74.25	16.86	1.10	152
Напиток апельсиновый	220	0.20	0.04	28.13	114.80	0.01	13.20	0.04	0.00	8.27	5.06	2.86	0.14	130
Фрукты	263	4.26	1.41	59.65	258.54	0.10	28.40	1.14	0.00	22.73	79.53	119.30	1.70	ГП
Итого	583	10.85	9.66	122.92	613.71	0.22	67.04	2.70	0.04	77.50	158.84	139.02	2.95	
Ужин														
Салат из белокочанной капусты с морковью	110	1.76	11.11	10.56	94.60	0.04	30.58	4.95	0.14	48.40	35.20	18.70	0.66	23
или Винегрет овощной*	110	1.50	4.72	7.05	124.95	0.06	11.17	2.21	0.00	28.55	42.16	17.33	0.75	31
Сердце (печень) в соусе сметанном с томатом и луком	110	23.54	10.35	5.01	241.99	0.39	10.48	0.78	0.06	38.45	183.43	28.38	5.09	83
Картофельное пюре	220	4.76	7.95	32.18	219.99	0.25	37.83	0.28	0.04	66.89	142.12	48.02	1.79	105
Напиток из шиповника	209	0.72	0.30	27.81	136.41	0.01	209.00	0.79	0.00	13.35	3.55	3.55	0.72	133
Хлеб пшеничный	33	2.53	0.25	14.73	62.95	0.03	0.00	0.33	0.00	6.68	19.85	4.25	0.34	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	33	4.72	0.64	28.53	121.69	0.09	0.00	0.79	0.00	18.23	71.99	19.76	1.63	159
Итого	715	35.50	30.35	104.07	814.68	0.78	287.89	7.59	0.24	185.32	436.29	118.41	9.89	
2 ужин														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Баранки, сушки, бублики	44	3.52	2.86	26.84	99.00	0.07	0.00	0.70	0.00	10.56	40.04	7.92	0.70	ГП
Итого	264	10.37	10.68	36.86	243.22	0.15	1.72	0.70	0.08	303.90	272.26	42.14	0.96	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		134.08	129.69	565.44	3970.60	2.48	664.45	21.50	0.83	1872.43	2342.05	666.61	32.51	
<b>Суточная потребность</b>		84.70	86.90	368.50	2585.00	1.32	66.00	11.00	0.77	1210.00	1210.00	275.00	13.20	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		158.30	149.24	153.44	153.60	188.13	1006.74	195.47	107.80	154.75	193.56	242.40	246.27	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 7-11 лет (каникулярное меню)														
Первая неделя														
Четверг														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Каша манная молочная жидкая	220	8.34	9.65	39.58	241.86	0.66	1.91	0.68	0.06	214.66	272.95	40.88	0.93	4
Кофейный напиток с молоком	220	5.50	5.17	44.94	252.71	0.11	2.57	0.09	0.04	243.56	229.24	49.19	0.68	115
Колбаса (порциями)	44	6.77	5.28	0.09	74.42	0.02	0.00	0.18	0.00	10.37	94.26	9.47	1.58	17
Яйца вареные	40	5.10	4.60	0.30	63.00	0.03	0.00	0.20	0.10	22.00	77.00	5.00	1.00	145
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
Итого	623	32.96	25.59	128.15	816.62	0.95	4.48	2.27	0.20	515.51	765.29	128.55	6.16	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Вафли , печенье, пряники	33	3.43	5.39	34.38	114.13	0.04	0.00	0.00	0.00	9.16	27.50	5.94	0.45	155
Итого	253	3.65	5.61	59.46	224.13	0.04	22.00	1.76	0.00	66.36	117.70	38.94	3.97	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Кукуруза с яйцом и рыбой	110	16.91	10.32	4.02	220.75	0.15	3.45	4.18	0.07	56.88	245.89	73.14	1.66	43
Суп картофельный с фрикадельками	275	4.28	6.68	31.54	310.42	0.25	43.24	0.50	0.03	51.16	128.32	50.70	2.04	63
Плов из свинины	220	16.79	11.89	33.92	455.26	0.11	6.16	0.76	0.03	37.77	124.14	53.93	2.44	78
Компот из изюма	209	5.64	0.72	21.02	171.49	0.06	0.00	0.17	0.00	25.71	40.45	13.17	1.00	120
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	44	2.91	0.53	18.40	78.32	0.07	0.00	0.62	0.00	15.40	69.52	20.68	1.72	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	61	8.04	1.03	48.25	205.90	0.14	0.00	1.29	0.00	29.00	110.12	29.42	2.41	159
Итого	935	52.31	30.68	141.64	1378.52	0.72	53.96	6.91	0.13	220.09	659.01	223.42	9.70	

<b>Полдник</b>														
Фрукты	263	4.26	1.41	59.65	258.54	0.10	28.40	1.14	0.00	22.73	79.53	119.30	1.70	ГП
Бисквит морковный	100	5.01	18.14	45.78	306.58	0.08	1.30	0.85	0.11	25.94	65.59	16.05	0.91	149
Компот из смородины чёрной	220	0.33	0.13	18.88	80.36	0.01	66.00	0.23	0.00	12.38	10.89	10.23	0.48	127
Итого	583	9.60	19.68	124.30	645.48	0.19	95.70	2.22	0.11	61.04	156.01	145.58	3.10	
<b>Ужин</b>														
Салат из свеклы с сыром и чесноком	110	4.06	11.03	8.81	118.31	0.02	10.09	3.54	0.03	136.68	98.78	26.04	1.53	32
Поджарка из рыбы	110	10.78	13.28	6.12	147.17	0.28	11.67	4.61	0.02	52.94	113.48	37.55	1.08	92
Картофель, запеченный из отварного	198	8.82	15.59	46.90	298.56	0.35	57.64	5.01	0.04	154.65	235.09	71.39	2.79	109
Компот из яблок с лимоном	220	0.29	0.23	34.17	142.58	0.02	8.58	0.12	0.00	12.74	7.74	5.87	1.34	125
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	7.25	0.89	43.25	184.64	0.12	0.00	1.12	0.00	24.92	91.84	24.01	1.96	159
Итого	737	31.20	41.02	139.25	891.25	0.79	87.98	14.40	0.10	381.92	546.93	164.86	8.71	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Баранки, сушки, бублики	44	3.52	2.86	26.84	149.60	0.07	0.00	0.70	0.00	10.56	40.04	7.92	0.70	ГП
Итого	264	10.37	10.68	36.86	293.82	0.15	1.72	0.70	0.08	303.90	272.26	42.14	0.96	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		140.08	133.26	629.66	4249.82	2.85	265.83	28.27	0.62	1548.82	2517.20	743.48	32.59	
<b>Суточная потребность</b>		84.70	86.90	368.50	2585.00	1.32	66.00	11.00	0.77	1210.00	1210.00	275.00	13.20	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		165.39	153.35	170.87	164.40	215.88	402.78	256.98	80.78	128.00	208.03	270.36	246.88	

Дети 7-11 лет (каникулярное меню)														
Первая неделя														
Пятница														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Вареники с картофелем и маслом	220	10.56	9.68	63.36	304.48	0.21	1.30	6.18	0.03	146.91	186.30	30.89	1.47	88
Чай с сахаром	220	0.22	0.00	21.99	87.93	0.00	0.00	0.00	0.00	13.40	8.80	6.60	0.90	139
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	110	0.99	0.17	3.14	19.25	0.06	17.60	0.44	0.00	17.05	30.80	18.70	0.77	39
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	110	1.05	0.11	2.86	18.15	0.01	11.00	0.44	0.01	18.15	32.45	15.95	0.77	29
Хлеб пшеничный	55	4.22	0.41	24.54	104.91	0.06	0.00	0.55	0.00	11.14	33.08	7.08	0.56	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
Итого	638	18.18	10.65	126.83	575.32	0.38	18.90	7.63	0.03	200.04	311.12	78.78	5.00	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Вафли , печенье, пряники	33	3.43	5.39	34.38	114.13	0.04	0.00	0.00	0.00	9.16	27.50	5.94	0.45	ГП
Итого	253	3.65	5.61	59.46	224.13	0.04	22.00	1.76	0.00	66.36	117.70	38.94	3.97	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Кукуруза консервированная	110	4.04	0.74	20.57	106.55	0.03	8.82	0.06	0.00	77.15	75.32	23.88	0.66	22
Рассольник Ленинградский с мясом	275	5.83	6.67	17.44	181.14	0.13	18.89	0.35	0.02	26.38	45.87	31.23	1.46	59
Котлеты Особые	100	14.91	13.18	21.36	264.31	0.13	5.79	0.85	0.04	57.08	161.63	24.93	1.95	70
Соус томатный с овощами	55	0.80	2.84	4.90	48.95	0.02	4.82	0.20	0.02	8.25	12.65	6.02	0.30	163
Картофельное пюре	220	4.76	7.95	32.18	219.99	0.25	37.83	0.28	0.04	66.89	142.12	48.02	1.79	105
Фрукты	263	4.26	1.41	59.65	258.54	0.10	28.40	1.14	0.00	22.73	79.53	119.30	1.70	ГП
Компот Витаминный	209	4.54	1.23	25.97	161.56	0.03	105.34	1.54	0.00	40.34	32.30	23.73	1.05	126
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	44	2.91	0.53	18.40	78.32	0.07	0.00	0.62	0.00	15.40	69.52	20.68	1.72	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	61	8.04	1.03	48.25	205.90	0.14	0.00	1.29	0.00	29.00	110.12	29.42	2.41	159
Итого	1353	47.84	35.10	233.20	1461.64	0.86	210.98	5.72	0.13	347.38	669.63	309.57	11.47	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Напиток лимонный	220	0.15	0.02	27.97	115.71	0.01	7.04	0.03	0.00	7.87	3.87	2.11	0.19	131
Сырники с морковью с молоком сгущенным (180/20)	200	29.97	13.96	34.71	307.44	0.19	2.52	0.79	0.09	223.63	327.75	47.79	1.31	14
Итого	420	30.12	13.98	62.68	423.15	0.20	9.56	0.82	0.09	231.50	331.62	49.90	1.50	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с луком	110	7.85	17.29	4.13	154.91	0.03	3.47	4.10	0.03	76.73	102.43	68.16	1.42	48
Свинина, тушеная с овощами	220	17.13	25.16	21.11	385.94	0.72	81.25	3.31	0.00	43.27	262.93	67.94	3.28	80
Напиток из облепихи	220	0.13	0.59	23.68	101.19	0.55	22.00	0.55	0.00	3.11	0.99	3.30	0.23	136
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	7.25	0.89	43.25	184.64	0.12	0.00	1.12	0.00	24.92	91.84	24.01	1.96	159
Итого	649	32.36	43.93	92.17	826.67	1.42	106.71	9.09	0.03	148.03	458.19	163.40	6.89	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Итого	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		139.01	117.10	584.35	3655.12	2.98	369.87	25.02	0.36	1286.65	2120.49	674.81	29.08	
<b>Суточная потребность</b>		84.70	86.90	368.50	2585.00	1.32	66.00	11.00	0.77	1210.00	1210.00	275.00	13.20	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		164.12	134.75	158.58	141.40	225.45	560.41	227.50	46.88	106.33	175.25	245.39	220.29	

Дети 7-11 лет (каникулярное меню)														
Первая неделя														
Суббота														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша Рябчик	220	9.02	9.04	47.54	308.37	0.20	1.62	0.40	0.07	160.52	209.78	132.96	2.30	6
Чай с молоком	209	3.09	3.52	39.20	201.23	0.04	1.44	0.00	0.03	133.36	99.57	15.71	0.22	141
Масло сливочное (порциями)	13	0.12	7.86	0.14	71.62	0.00	0.00	0.12	0.05	2.60	3.25	0.00	0.02	18
Фрукты	263	1.03	1.03	25.23	121.02	0.10	28.40	1.14	0.00	22.73	79.53	119.30	1.70	ГП
Хлеб пшеничный	55	4.22	0.41	24.54	104.91	0.06	0.00	0.55	0.00	11.14	33.08	7.08	0.56	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
Итого	793	19.67	22.26	150.46	865.90	0.46	31.46	2.67	0.15	341.90	477.36	290.55	6.10	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Вафли , печенье, пряники	33	3.43	5.39	34.38	114.13	0.04	0.00	0.00	0.00	9.16	27.50	5.94	0.45	155
Итого	253	3.65	5.61	59.46	224.13	0.04	22.00	1.76	0.00	66.36	117.70	38.94	3.97	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Салат "Степной" из разных овощей	110	2.23	7.95	10.36	177.94	0.10	15.86	3.73	0.00	37.14	63.54	26.61	0.96	30
Свекольник с мясом	275	5.75	6.22	19.05	193.47	0.12	26.07	0.43	0.02	69.52	74.93	42.63	2.32	58
Гуляш из говядины	110	16.62	23.53	4.92	281.18	0.29	5.35	2.92	0.03	24.42	185.76	25.28	2.66	72
Картофель, запеченный дольками	198	4.62	6.85	25.47	256.29	0.28	45.47	2.84	0.00	30.82	134.09	52.88	2.11	108
Компот из смеси сухофруктов	209	0.65	0.00	33.01	138.60	0.01	0.59	0.12	0.01	66.53	22.87	8.91	1.84	129
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	44	2.91	0.53	18.40	78.32	0.07	0.00	0.62	0.00	15.40	69.52	20.68	1.72	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	61	8.04	1.03	48.25	205.90	0.14	0.00	1.29	0.00	29.00	110.12	29.42	2.41	159
Итого	1023	38.57	45.63	143.95	1268.08	0.94	94.45	11.34	0.07	276.99	601.40	188.78	12.45	



<b>Полдник</b>														
Напиток из брусники (клюквы)	220	0.23	0.17	19.17	81.02	0.00	4.95	0.33	0.00	8.75	5.28	2.31	0.19	134
Коржик молочный	100	6.77	12.83	47.20	331.10	0.10	0.10	3.92	0.02	25.62	67.13	10.40	0.85	148
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
Итого	420	17.40	18.00	76.97	541.12	0.20	5.55	4.35	0.05	198.37	292.41	35.71	1.44	
<b>Ужин</b>														
Пекинская капуста с горошком и чесноком	110	2.28	5.63	5.52	82.61	0.06	32.42	2.55	0.00	43.90	42.42	18.22	0.67	20
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	110	1.05	0.11	2.86	18.15	0.01	11.00	0.44	0.01	18.15	32.45	15.95	0.77	29
Птица запеченная	99	12.10	12.53	0.34	132.23	0.14	3.05	1.34	0.06	29.05	142.80	29.04	1.97	86
Овощи запеченные	220	4.08	12.44	24.70	228.45	0.22	191.98	6.17	0.00	65.75	104.56	48.65	1.98	111
Кисель из смородины	220	0.29	0.11	30.23	124.93	0.01	55.00	0.20	0.00	13.23	14.16	8.53	0.43	119
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	7.25	0.89	43.25	184.64	0.12	0.00	1.12	0.00	24.92	91.84	24.01	1.96	159
Итого	748	24.76	26.08	101.38	688.39	0.51	261.03	9.27	0.07	151.10	385.80	126.18	7.11	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Итого	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Мg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		110.91	125.40	542.24	3731.83	2.23	416.20	29.39	0.41	1328.06	2106.89	714.37	31.32	
<b>Суточная потребность</b>		84.70	86.90	368.50	2585.00	1.32	66.00	11.00	0.77	1210.00	1210.00	275.00	13.20	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		130.94	144.30	147.15	144.36	168.85	630.61	267.21	52.63	109.76	174.12	259.77	237.24	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 7-11 лет (каникулярное меню)														
Первая неделя														
Воскресенье														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Омлет натуральный	190	15.45	22.74	5.11	287.44	0.10	1.15	0.73	0.32	167.87	277.28	24.66	2.66	15
Кукуруза консервированная	72	2.65	0.49	13.47	69.74	0.02	5.77	0.04	0.00	50.50	49.30	15.63	0.43	22
Какао с молоком	209	6.47	5.34	36.58	190.72	0.09	2.44	0.01	0.04	231.89	196.67	44.10	1.19	114
Хлеб пшеничный	55	4.22	0.41	24.54	104.91	0.06	0.00	0.55	0.00	11.14	33.08	7.08	0.56	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
Итого	559	30.97	29.37	93.50	711.55	0.32	9.36	1.80	0.36	472.95	608.47	106.98	6.13	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	33	0.17	0.00	19.80	80.03	0.00	0.00	0.00	0.00	4.95	2.48	1.65	0.41	ГП
Итого	253	0.39	0.22	44.88	190.03	0.00	22.00	1.76	0.00	62.15	92.68	34.65	3.93	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Салат из колбасы	110	9.75	9.02	13.43	131.88	0.09	4.53	0.69	0.06	185.74	181.10	34.71	1.79	36
Куриный суп с макаронными изделиями и зеленым горошком	275	6.69	6.58	20.04	203.50	0.18	20.48	0.45	0.03	32.29	104.01	29.79	1.28	53
Поджарка из свинины	110	18.57	41.24	2.87	467.54	0.69	14.39	5.43	0.00	45.46	227.32	34.96	2.56	82
Рис отварной	150	3.94	3.58	41.38	196.80	0.04	0.00	0.27	0.02	5.47	85.00	27.92	0.57	103
Компот из апельсинов с яблоками	220	0.53	0.22	35.34	148.54	0.03	29.70	0.15	0.00	21.10	13.75	8.69	0.95	128
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	44	2.91	0.53	18.40	78.32	0.07	0.00	0.62	0.00	15.40	69.52	20.68	1.72	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	61	8.04	1.03	48.25	205.90	0.14	0.00	1.29	0.00	29.00	110.12	29.42	2.41	159
Итого	986	48.16	61.72	164.21	1368.87	1.18	70.20	8.31	0.11	338.62	731.39	168.54	9.71	

<b>Полдник</b>														
Молоко кипяченое	220	6.38	5.50	10.56	118.80	0.09	2.86	0.00	0.04	264.00	198.00	30.80	0.22	116
Оладьи	75	4.50	4.13	27.00	213.75	0.09	0.56	2.63	0.02	62.60	79.39	13.16	0.63	157
Молоко сгущенное	33	2.38	2.81	18.32	108.24	0.03	0.33	0.07	0.07	101.31	72.27	11.22	0.07	164
Фрукты	263	4.26	1.41	59.65	258.54	0.10	28.40	1.14	0.00	22.73	79.53	119.30	1.70	ГП
Итого	591	17.52	13.85	115.53	699.33	0.31	32.15	3.84	0.13	450.64	429.19	174.48	2.62	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с зеленым горошком и луком	110	7.70	21.10	4.59	221.33	0.06	3.56	4.83	0.02	68.15	195.76	59.91	1.31	49
Жаркое по-домашнему	220	18.94	11.57	14.16	224.88	0.22	30.72	0.63	0.02	41.37	136.75	49.89	3.33	74
Напиток из облепихи	220	0.13	0.59	23.68	101.19	0.55	22.00	0.55	0.00	3.11	0.99	3.30	0.23	136
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	7.25	0.89	43.25	184.64	0.12	0.00	1.12	0.00	24.92	91.84	24.01	1.96	159
Итого	649	34.02	34.16	85.68	732.04	0.95	56.29	7.13	0.04	137.54	425.34	137.10	6.84	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Итого	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		137.91	147.13	513.82	3846.04	2.84	191.71	22.84	0.72	1755.24	2519.29	655.97	29.48	
<b>Суточная потребность</b>		84.70	86.90	368.50	2585.00	1.32	66.00	11.00	0.77	1210.00	1210.00	275.00	13.20	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		162.82	169.31	139.44	148.78	214.81	290.48	207.61	93.25	145.06	208.21	238.53	223.32	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 7-11 лет (каникулярное меню)														
Вторая неделя														
Понедельник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Вареники с картофелем и маслом	220	10.56	9.68	63.36	304.48	0.21	1.30	6.18	0.03	146.91	186.30	30.89	1.47	88
Сметана	22	0.89	3.30	1.29	39.27	0.01	0.17	0.10	0.02	29.70	20.46	3.30	0.03	165
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	110	0.99	0.17	3.14	19.25	0.06	17.60	0.44	0.00	17.05	30.80	18.70	0.77	39
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	110	1.05	0.11	2.86	18.15	0.01	11.00	0.44	0.01	18.15	32.45	15.95	0.77	29
Чай с лимоном	220	0.04	0.00	28.68	116.97	0.00	1.77	0.01	0.00	2.89	1.43	0.79	0.15	140
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
Итого	781	20.78	14.15	142.57	682.76	0.41	31.83	8.29	0.07	239.61	363.28	93.64	5.16	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Итого	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Морская капуста с яйцом	110	9.56	12.67	18.11	159.40	0.26	11.87	8.73	0.10	259.48	171.64	1016.60	95.94	34
Суп рисовый с мясом	275	7.89	6.92	26.68	144.41	0.15	22.83	0.48	0.02	38.76	54.11	46.22	1.85	62
Бефстроганов из говядины	110	12.65	16.72	3.45	324.98	0.10	5.46	2.67	0.03	41.20	140.86	30.39	3.06	76
Макаронные изделия отварные (рожки)	165	9.75	7.52	62.15	311.61	0.15	0.00	1.41	0.03	18.83	79.20	14.08	1.43	101
Компот из кураги	198	1.98	1.03	24.76	144.69	0.02	0.79	1.09	0.00	32.43	28.91	20.79	0.72	121
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	44	2.91	0.53	18.40	78.32	0.07	0.00	0.62	0.00	15.40	69.52	20.68	1.72	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	61	8.04	1.03	48.25	205.90	0.14	0.00	1.29	0.00	29.00	110.12	29.42	2.41	159
Итого	979	50.52	45.95	186.29	1305.70	0.84	42.04	15.70	0.19	439.26	594.94	1160.56	105.55	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Напиток клюквенный	220	0.11	0.04	22.77	93.94	0.00	3.30	0.22	0.00	3.74	2.42	3.30	0.20	145
Фрукты	263	4.26	1.41	59.65	258.54	0.10	28.40	1.14	0.00	22.73	79.53	119.30	1.70	ГП
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
Итого	583	14.77	6.46	93.02	481.48	0.20	32.20	1.46	0.03	190.47	301.95	145.60	2.30	
<b>Ужин</b>														
Горошек консервированный	110	3.41	0.22	7.15	44.00	0.12	0.66	0.22	0.00	22.00	68.20	23.10	0.77	21
Рагу из птицы	198	19.27	18.85	16.23	256.14	0.21	23.50	0.77	0.06	46.70	214.60	46.22	2.27	89
Компот из смородины чёрной	220	0.33	0.13	18.88	80.36	0.01	66.00	0.23	0.00	12.38	10.89	10.23	0.48	127
Слойка с повидлом	85	3.83	9.78	37.91	205.00	0.10	0.06	1.16	0.05	19.19	66.03	10.50	1.02	155
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	7.25	0.89	43.25	184.64	0.12	0.00	1.12	0.00	24.92	91.84	24.01	1.96	159
Итого	712	34.09	29.88	123.41	770.13	0.56	90.22	3.50	0.11	125.18	451.56	114.06	6.50	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Вафли , печенье, пряники	33	3.43	5.39	34.38	136.13	0.04	0.00	0.00	0.00	9.16	27.50	5.94	0.45	ГП
Итого	253	10.29	13.21	44.40	280.35	0.12	1.72	0.00	0.08	302.50	259.72	40.16	0.70	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		130.66	109.86	614.77	3630.41	2.14	220.01	30.72	0.47	1354.22	2061.64	1587.01	123.74	
<b>Суточная потребность</b>		84.70	86.90	368.50	2585.00	1.32	66.00	11.00	0.77	1210.00	1210.00	275.00	13.20	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		154.26	126.42	166.83	140.44	162.19	333.35	279.24	60.39	111.92	170.38	577.10	937.46	

Дети 7-11 лет (каникулярное меню)														
Вторая неделя														
Вторник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Запеканка из творога с молоком сгущенным или джемом (198/22)	220	29.55	19.58	37.28	280.73	0.21	1.05	0.67	0.18	346.90	273.49	50.62	1.41	10
Какао с молоком	209	6.47	5.34	36.58	190.72	0.09	2.44	0.01	0.04	231.89	196.67	44.10	1.19	114
Колбаса (порциями)	44	6.77	5.28	0.09	74.42	0.02	0.00	0.18	0.00	10.37	94.26	9.47	1.58	17
Масло сливочное (порциями)	13	0.12	7.86	0.14	71.62	0.00	0.00	0.12	0.05	2.60	3.25	0.00	0.02	18
Хлеб пшеничный	55	4.22	0.41	24.54	104.91	0.06	0.00	0.55	0.00	11.14	33.08	7.08	0.56	ГП
Хлеб ржаной	44	2.91	0.53	18.40	78.32	0.07	0.00	0.62	0.00	15.40	69.52	20.68	1.72	ГП
Итого	585	50.03	38.99	117.03	800.71	0.45	3.49	2.15	0.27	618.30	670.27	131.95	6.48	
2 завтрак														
Вафли , печенье, пряники	33	3.43	5.39	34.38	114.13	0.04	0.00	0.00	0.00	9.16	27.50	5.94	0.45	155
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Итого	253	3.65	5.61	59.46	224.13	0.04	22.00	1.76	0.00	66.36	117.70	38.94	3.97	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Винегрет овощной	110	1.50	4.72	7.05	124.95	0.06	11.17	2.21	0.00	28.55	42.16	17.33	0.75	31
Солянка Домашняя	275	6.99	9.32	11.46	429.55	0.11	21.09	0.73	0.02	43.88	110.11	26.65	1.79	60
Плов по-узбекски из говядины	220	18.67	30.32	50.63	521.21	0.53	7.21	0.98	0.04	48.61	290.76	72.30	2.68	79
Кисель из брусники (клюквы)	220	0.17	0.11	35.51	144.89	0.00	3.30	0.22	0.00	9.00	8.60	1.54	0.18	117
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	44	2.91	0.53	18.40	78.32	0.07	0.00	0.62	0.00	15.40	69.52	20.68	1.72	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	61	8.04	1.03	48.25	205.90	0.14	0.00	1.29	0.00	29.00	110.12	29.42	2.41	159
Итого	946	36.01	45.54	155.80	1441.21	0.84	43.86	5.45	0.07	178.60	571.86	150.30	7.96	

<b>Полдник</b>														
Молоко кипяченое	220	6.38	5.50	10.56	118.80	0.09	2.86	0.00	0.04	264.00	198.00	30.80	0.22	116
Бисквит "Прага" с бананом	100	6.40	17.32	62.88	282.88	0.10	2.00	2.00	0.08	17.64	59.10	17.24	0.90	153
Фрукты	263	4.26	1.41	59.65	258.54	0.10	28.40	1.14	0.00	22.73	79.53	119.30	1.70	ГП
Итого	583	17.04	24.23	133.09	660.22	0.29	33.26	3.14	0.12	304.37	336.63	167.34	2.82	
<b>Ужин</b>														
Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	110	1.41	8.94	7.55	118.53	0.03	20.96	4.08	0.24	39.83	39.92	23.44	1.20	25
или Маринад овощной*	110	1.69	11.12	10.08	148.69	0.08	11.75	5.39	0.00	41.83	64.79	39.37	0.90	113
Рыба, запеченная в панировке	100	14.43	8.38	13.19	165.58	0.25	2.90	1.94	0.07	37.88	250.24	39.84	1.53	90
Картофельное пюре	127	2.15	3.59	14.54	99.39	0.11	17.10	0.13	0.02	30.23	64.21	21.70	0.81	105
Фасоль стручковая запеченная	110	2.75	4.61	3.58	64.87	0.11	21.52	2.20	0.00	73.96	48.83	28.30	1.21	112
Напиток ягодный	220	0.28	0.15	19.09	80.80	0.01	26.40	0.25	0.00	11.61	9.46	6.60	0.37	138
Хлеб пшеничный	66	4.73	0.46	27.49	117.50	0.06	0.00	0.62	0.00	12.47	37.05	7.93	0.63	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	6.91	0.86	41.29	176.24	0.12	0.00	1.08	0.00	24.02	89.19	23.44	1.92	159
Итого	766	27.93	26.53	99.23	705.40	0.63	88.87	9.68	0.33	217.53	501.85	143.33	7.04	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Итого	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Мg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		141.51	148.73	574.62	3975.89	2.34	193.19	22.18	0.87	1678.49	2430.53	666.07	28.53	
<b>Суточная потребность</b>		84.70	86.90	368.50	2585.00	1.32	66.00	11.00	0.77	1210.00	1210.00	275.00	13.20	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		167.07	171.15	155.93	153.81	177.35	292.71	201.65	112.77	138.72	200.87	242.21	216.12	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 7-11 лет (каникулярное меню)														
Вторая неделя														
Среда														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Суп молочный с крупой	220	6.77	6.97	23.68	185.85	0.10	2.51	0.10	0.06	234.56	199.14	35.30	0.39	3
Чай с молоком	209	3.09	3.52	39.20	201.23	0.04	1.44	0.00	0.03	133.36	99.57	15.71	0.22	141
Масло сливочное (порциями)	13	0.12	7.86	0.14	71.62	0.00	0.00	0.12	0.05	2.60	3.25	0.00	0.02	18
Сыр (порциями)	41	9.51	12.10	0.00	149.24	0.01	0.29	0.21	0.11	360.80	205.00	14.35	0.41	19
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
Итого	582	26.73	31.34	106.28	606.73	0.28	4.24	1.55	0.25	756.24	598.81	89.36	3.00	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	33	0.17	0.00	19.80	80.03	0.00	0.00	0.00	0.00	4.95	2.48	1.65	0.41	ГП
Итого	253	0.39	0.22	44.88	190.03	0.00	22.00	1.76	0.00	62.15	92.68	34.65	3.93	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Салат Витаминный со сладким перцем	110	1.45	11.09	10.60	148.89	0.04	65.23	5.15	0.24	34.00	33.77	19.65	0.62	35
или Салат "Степной" из разных овощей*	110	2.23	7.95	10.36	122.94	0.10	15.86	3.73	0.00	37.14	63.54	26.61	0.96	30
Уха Ростовская	275	8.16	5.56	16.25	282.60	0.20	33.70	1.00	0.03	40.68	128.56	41.70	1.55	66
Котлеты куриные	100	14.00	18.13	11.27	385.71	0.90	1.60	1.10	0.06	51.40	141.50	18.90	1.10	67
Картофель, запеченный дольками	198	4.62	6.85	25.47	256.29	0.28	45.47	2.84	0.00	30.82	134.09	52.88	2.11	108
Компот из облепихи	220	0.40	1.78	35.92	163.12	1.65	66.00	1.65	0.00	8.28	2.97	9.90	0.57	144
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	44	2.91	0.53	18.40	78.32	0.07	0.00	0.62	0.00	15.40	69.52	20.68	1.72	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	61	8.04	1.03	48.25	205.90	0.14	0.00	1.29	0.00	29.00	110.12	29.42	2.41	159
Итого	1024	37.32	44.49	150.64	1457.21	3.22	213.11	13.05	0.34	213.75	561.11	175.50	8.51	
*с 1 января по 30 июня														



<b>Полдник</b>														
Фрукты	263	4.26	1.41	59.65	258.54	0.10	28.40	1.14	0.00	22.73	79.53	119.30	1.70	ГП
Пирожок печеный из дрожжевого теста с картофельным фаршем	100	3.24	6.49	39.10	289.73	0.14	10.60	1.47	0.03	25.46	80.39	17.79	1.14	151
Молоко кипяченое	220	6.38	5.50	10.56	118.80	0.09	2.86	0.00	0.04	264.00	198.00	30.80	0.22	116
Итого	583	13.88	13.40	109.31	667.07	0.33	41.86	2.61	0.07	312.19	357.92	167.89	3.06	
<b>Ужин</b>														
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	110	1.16	0.15	3.96	22.81	0.07	86.77	0.56	0.00	14.59	26.93	15.33	0.72	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	110	1.05	0.11	2.86	18.15	0.01	11.00	0.44	0.01	18.15	32.45	15.95	0.77	29
Пельмени мясные отварные	209	19.44	18.60	40.50	343.87	0.14	2.42	2.63	0.07	45.94	200.54	26.19	2.63	87
Сметана	33	0.89	3.30	1.29	39.27	0.01	0.17	0.10	0.02	29.70	20.46	3.30	0.03	165
Напиток из шиповника	209	0.72	0.30	27.81	136.41	0.01	209.00	0.79	0.00	13.35	3.55	3.55	0.72	133
Хлеб пшеничный	55	4.22	0.41	24.54	104.91	0.06	0.00	0.55	0.00	11.14	33.08	7.08	0.56	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	50	6.47	0.82	38.73	165.31	0.11	0.00	1.02	0.00	22.92	86.08	22.82	1.87	159
Итого	649	28.49	23.12	110.80	701.35	0.29	222.59	4.97	0.10	129.83	342.23	71.59	6.00	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Баранки, сушки, бублики	39	3.12	2.45	23.40	78.00	0.07	0.00	0.56	0.00	9.36	34.54	6.80	0.56	ГП
Итого	259	9.97	10.27	33.42	222.22	0.14	1.72	0.56	0.08	302.70	266.76	41.02	0.81	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		116.79	122.84	555.34	3844.61	4.26	505.51	24.50	0.83	1776.86	2219.50	580.00	25.31	
<b>Суточная потребность</b>		84.70	86.90	368.50	2585.00	1.32	66.00	11.00	0.77	1210.00	1210.00	275.00	13.20	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		137.88	141.36	150.70	148.73	322.56	765.92	222.70	107.93	146.85	183.43	210.91	191.78	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 7-11 лет (каникулярное меню)														
Вторая неделя														
Четверг														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша "Янтарная"	220	8.88	10.03	39.74	285.99	0.25	3.50	0.80	0.06	168.61	252.42	74.84	2.19	1
Кофейный напиток с молоком	220	5.50	5.17	44.94	252.71	0.11	2.57	0.09	0.04	243.56	229.24	49.19	0.68	115
Колбаса (порциями)	44	6.77	5.28	0.09	74.42	0.02	0.00	0.18	0.00	10.37	94.26	9.47	1.58	17
Масло сливочное (порциями)	13	0.12	7.86	0.14	71.62	0.00	0.00	0.12	0.05	2.60	3.25	0.00	0.02	18
Хлеб пшеничный	66	4.73	0.46	27.49	117.50	0.06	0.00	0.62	0.00	12.47	37.05	7.93	0.63	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
Итого	596	28.17	29.20	126.19	860.98	0.51	6.07	2.27	0.15	449.17	668.36	156.95	6.40	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Вафли , печенье, пряники	33	3.43	5.39	34.38	114.13	0.04	0.00	0.00	0.00	9.16	27.50	5.94	0.45	ГП
Итого	253	3.65	5.61	59.46	224.13	0.04	22.00	1.76	0.00	66.36	117.70	38.94	3.97	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Салат из свеклы с сыром и чесноком	110	4.06	11.03	8.81	118.31	0.02	10.09	3.54	0.03	136.68	98.78	26.04	1.53	32
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом	275	2.31	7.41	10.81	157.15	0.09	40.81	0.40	0.03	65.03	97.23	30.24	1.41	57
Тефтели мясные с рисом	100	8.19	14.57	11.50	310.56	0.14	11.55	0.62	0.04	31.22	96.65	18.75	1.32	71
Соус томатный с овощами	55	0.80	2.84	4.90	48.95	0.02	4.82	0.20	0.02	8.25	12.65	6.02	0.30	163
Макаронные изделия отварные (перья)	165	9.75	7.52	62.15	311.61	0.15	0.00	1.41	0.03	18.83	79.20	14.08	1.43	101
Компот из смеси сухофруктов	209	0.65	0.00	33.01	138.60	0.01	0.59	0.12	0.01	66.53	22.87	8.91	1.84	129
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	44	2.91	0.53	18.40	78.32	0.07	0.00	0.62	0.00	15.40	69.52	20.68	1.72	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	61	8.04	1.03	48.25	205.90	0.14	0.00	1.29	0.00	29.00	110.12	29.42	2.41	159
Итого	1035	34.45	44.46	182.32	1305.77	0.59	68.96	7.59	0.17	375.10	527.60	136.51	10.38	

<b>Полдник</b>														
Фрукты	263	1.03	1.03	25.23	121.02	0.10	28.40	1.14	0.00	22.73	79.53	119.30	1.70	ГП
Расстегай с рыбой	100	6.39	8.20	35.15	240.37	0.11	25.44	1.51	0.04	46.50	74.25	16.86	1.10	154
Чай с лимоном	220	0.04	0.00	28.68	116.97	0.00	1.77	0.01	0.00	2.89	1.43	0.79	0.15	140
Итого	583	7.47	9.23	89.06	478.37	0.21	55.61	2.66	0.04	72.12	155.21	136.95	2.96	
<b>Ужин</b>														
Салат из красной фасоли с морковью	110	8.48	5.13	15.60	134.43	0.26	25.07	2.50	0.00	71.23	176.59	53.19	2.28	38
Картофельная запеканка с мясом или субпродуктами	220	24.94	41.94	32.11	391.45	0.61	36.26	2.04	0.06	40.51	339.33	72.60	4.39	75
Напиток из малины и смородины	220	0.30	0.15	19.04	80.69	0.01	37.13	0.22	0.00	13.04	11.55	8.75	0.46	146
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	7.25	0.89	43.25	184.64	0.12	0.00	1.12	0.00	24.92	91.84	24.01	1.96	159
Итого	649	40.97	48.11	110.00	791.20	1.00	98.45	5.87	0.06	149.69	619.31	158.54	9.09	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Итого	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		121.56	144.43	577.05	3804.66	2.43	252.81	20.16	0.49	1405.78	2320.40	662.10	33.05	
<b>Суточная потребность</b>		84.70	86.90	368.50	2585.00	1.32	66.00	11.00	0.77	1210.00	1210.00	275.00	13.20	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		143.52	166.21	156.60	147.18	184.16	383.04	183.29	63.67	116.18	191.77	240.77	250.37	

Дети 7-11 лет (каникулярное меню)														
Вторая неделя														
Пятница														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша "Боярская"	220	8.79	9.47	40.25	287.75	0.22	1.76	0.20	0.06	179.83	215.24	51.38	1.30	5
Какао с молоком	209	6.47	5.34	36.58	190.72	0.09	2.44	0.01	0.04	231.89	196.67	44.10	1.19	114
Колбаса (порциями)	44	6.77	5.28	0.09	74.42	0.02	0.00	0.18	0.00	10.37	94.26	9.47	1.58	17
Яйца вареные	40	5.10	4.60	0.30	63.00	0.03	0.00	0.20	0.10	22.00	77.00	5.00	1.00	145
Хлеб пшеничный	55	4.22	0.41	24.54	104.91	0.06	0.00	0.55	0.00	11.14	33.08	7.08	0.56	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
Итого	601	33.53	25.49	115.55	779.53	0.47	4.20	1.60	0.20	466.78	668.39	132.54	6.92	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Фрукты	263	1.03	1.03	25.23	121.02	0.10	28.40	1.14	0.00	22.73	79.53	119.30	1.70	ГП
Итого	483	1.25	1.25	50.31	231.02	0.10	50.40	2.90	0.00	79.93	169.73	152.30	5.22	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	110	1.76	11.11	10.56	94.60	0.04	30.58	4.95	0.06	48.40	35.20	18.70	0.66	24
или Салат овощной с зеленым горошком*	110	3.08	8.98	11.50	106.49	0.11	11.66	3.64	0.02	23.39	74.14	27.61	1.02	40
Суп из овощей с фасолью	275	12.72	7.69	23.41	201.64	0.40	37.61	3.74	0.00	106.84	264.89	79.78	3.41	61
Печень, запеченная с луком	110	24.83	18.16	14.27	321.40	0.44	58.23	7.43	10.65	53.58	439.53	28.96	9.49	77
Картофель, запеченный из отварного	198	8.82	15.59	46.90	298.56	0.35	57.64	5.01	0.04	154.65	235.09	71.39	2.79	109
Кисель из смородины	220	0.29	0.11	30.23	124.93	0.01	55.00	0.20	0.00	13.23	14.16	8.53	0.43	119
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	44	2.91	0.53	18.40	78.32	0.07	0.00	0.62	0.00	15.40	69.52	20.68	1.72	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	61	8.04	1.03	48.25	205.90	0.14	0.00	1.29	0.00	29.00	110.12	29.42	2.41	159
Итого	1034	58.42	51.60	177.44	1273.62	1.46	221.24	21.32	10.71	400.26	1148.03	248.75	19.71	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Компот из груш с лимоном	220	0.29	0.18	27.85	116.25	0.01	5.83	0.23	0.00	14.19	10.49	7.52	1.38	124
Сырники из творога со сгущенным молоком (270/30)	300	56.45	29.57	55.49	543.55	0.33	1.43	1.23	0.21	487.92	377.63	72.91	1.88	12
Итого	520	56.74	29.75	83.34	659.80	0.34	7.26	1.46	0.21	502.11	388.12	80.43	3.26	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с картофелем и луком	110	9.05	14.62	9.79	113.49	0.08	11.17	4.35	0.02	68.70	163.83	65.30	1.54	51
Куриное филе в сметанном соусе	99	5.62	22.58	3.10	172.89	0.10	8.40	3.82	0.06	44.51	156.26	19.73	1.34	85
Каша перловая рассыпчатая с овощами	165	5.17	7.19	35.66	228.50	0.09	6.00	3.63	0.00	40.76	114.15	26.66	1.19	99
Напиток яблочный	220	0.11	0.11	29.04	118.26	0.01	2.75	0.06	0.00	5.19	3.03	2.48	0.68	137
Хлеб пшеничный	66	4.73	0.46	27.49	117.50	0.06	0.00	0.62	0.00	12.47	37.05	7.93	0.63	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	6.91	0.86	41.29	176.24	0.12	0.00	1.08	0.00	24.02	89.19	23.44	1.92	159
Итого	693	26.87	45.36	118.88	809.38	0.39	28.31	12.93	0.08	183.17	526.45	137.61	6.67	
<b>2 ужин</b>														
Вафли , печенье, пряники	33	3.43	5.39	34.38	136.13	0.04	0.00	0.00	0.00	9.16	27.50	5.94	0.45	ГП
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Итого	253	10.29	13.21	44.40	280.35	0.12	1.72	0.00	0.08	302.50	259.72	40.16	0.70	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		187.09	166.67	589.93	4033.71	2.89	313.14	40.21	11.28	1934.75	3160.44	791.79	42.48	
<b>Суточная потребность</b>		84.70	86.90	368.50	2585.00	1.32	66.00	11.00	0.77	1210.00	1210.00	275.00	13.20	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		220.89	191.79	160.09	156.04	219.16	474.45	365.55	1464.55	159.90	261.19	287.92	321.82	

Дети 7-11 лет (каникулярное меню)														
Вторая неделя														
Суббота														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Вареники с картофелем и маслом	220	10.56	9.68	63.36	304.48	0.21	1.30	6.18	0.03	146.91	186.30	30.89	1.47	88
Кофейный напиток с молоком	220	5.50	5.17	44.94	252.71	0.11	2.57	0.09	0.04	243.56	229.24	49.19	0.68	115
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	110	0.99	0.17	3.14	19.25	0.06	17.60	0.44	0.00	17.05	30.80	18.70	0.77	39
или Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства*	110	2.09	9.79	8.47	130.90	0.02	7.70	3.41	0.00	45.10	40.70	16.50	0.77	147
Хлеб пшеничный	55	4.22	0.41	24.54	104.91	0.06	0.00	0.55	0.00	11.14	33.08	7.08	0.56	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
Итого	638	23.46	15.82	149.77	740.10	0.49	21.47	7.72	0.08	430.20	531.56	121.37	4.78	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Вафли , печенье, пряники	33	3.43	5.39	34.38	114.13	0.04	0.00	0.00	0.00	9.16	27.50	5.94	0.45	ГП
Итого	253	3.65	5.61	59.46	224.13	0.04	22.00	1.76	0.00	66.36	117.70	38.94	3.97	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Салат Обжорка	110	4.52	4.08	5.13	148.76	0.08	6.22	0.42	0.01	42.00	86.58	28.94	1.13	37
Солянка из птицы	275	5.82	15.40	24.83	308.15	0.09	17.58	0.61	0.02	36.56	91.76	22.21	1.50	52
Капуста тушеная со свиной	220	11.64	10.99	13.83	339.35	0.34	101.84	2.83	0.00	121.96	162.75	52.79	2.43	81
Компот из кураги	198	1.98	1.03	24.76	144.69	0.02	0.79	1.09	0.00	32.43	28.91	20.79	0.72	121
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	44	2.91	0.53	18.40	78.32	0.07	0.00	0.62	0.00	15.40	69.52	20.68	1.72	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	61	8.04	1.03	48.25	205.90	0.14	0.00	1.29	0.00	29.00	110.12	29.42	2.41	159
Итого	924	32.65	32.58	119.68	1161.57	0.68	127.52	6.25	0.03	281.51	490.22	157.21	8.33	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
Фрукты	263	4.26	1.41	59.65	258.54	0.10	28.40	1.14	0.00	22.73	79.53	119.30	1.70	ГП
Молоко кипяченое	220	6.38	5.50	10.56	118.80	0.09	2.86	0.00	0.04	264.00	198.00	30.80	0.22	116
Итого	583	21.04	11.91	80.81	506.34	0.29	31.76	1.24	0.07	450.73	497.53	173.10	2.32	
<b>Ужин</b>														
Пекинская капуста с огурцом и сыром	110	5.01	12.65	3.11	114.70	0.03	26.19	3.55	0.04	178.59	109.42	18.99	0.67	42
или Маринад овощной*	110	1.69	11.12	10.08	148.69	0.08	11.75	5.39	0.00	41.83	64.79	39.37	0.90	113
Рыба, тушеная в сметанном соусе	110	20.82	13.63	5.40	142.38	0.23	7.71	4.51	0.03	53.67	161.44	41.91	0.99	93
Картофельное пюре	220	4.76	7.95	32.18	219.99	0.25	37.83	0.28	0.04	66.89	142.12	48.02	1.79	105
Чай с сахаром	220	0.22	0.00	21.99	87.93	0.00	0.00	0.00	0.00	13.40	8.80	6.60	0.90	139
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	7.25	0.89	43.25	184.64	0.12	0.00	1.12	0.00	24.92	91.84	24.01	1.96	159
Итого	759	38.06	35.12	105.93	749.64	0.64	71.73	9.46	0.12	337.46	513.61	139.52	6.32	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Итого	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		125.71	108.87	525.67	3525.99	2.22	276.20	26.43	0.38	1859.60	2382.84	664.35	25.98	
<b>Суточная потребность</b>		84.70	86.90	368.50	2585.00	1.32	66.00	11.00	0.77	1210.00	1210.00	275.00	13.20	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		148.42	125.28	142.65	136.40	167.95	418.49	240.30	49.61	153.69	196.93	241.58	196.79	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 7-11 лет (каникулярное меню)														
Вторая неделя														
Воскресенье														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Омлет с сыром	190	17.21	25.39	3.61	284.86	0.09	1.01	0.65	0.32	117.07	181.80	26.21	2.12	16
Чай с молоком	209	3.09	3.52	39.20	201.23	0.04	1.44	0.00	0.03	133.36	99.57	15.71	0.22	141
Масло сливочное (порциями)	13	0.12	7.86	0.14	71.62	0.00	0.00	0.12	0.05	2.60	3.25	0.00	0.02	18
Горошек консервированный	110	3.41	0.22	7.15	44.00	0.12	0.66	0.22	0.00	22.00	68.20	23.10	0.77	21
Хлеб пшеничный	55	4.22	0.41	24.54	104.91	0.06	0.00	0.55	0.00	11.14	33.08	7.08	0.56	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
Итого	610	30.24	37.80	88.45	765.36	0.37	3.11	2.00	0.40	297.72	438.04	87.61	4.98	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	33	0.17	0.00	19.80	80.03	0.00	0.00	0.00	0.00	4.95	2.48	1.65	0.41	ГП
Итого	253	0.39	0.22	44.88	190.03	0.00	22.00	1.76	0.00	62.15	92.68	34.65	3.93	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Салат из моркови с сыром и чесноком	110	3.87	5.54	6.93	144.40	0.07	4.97	3.83	0.03	127.85	109.55	40.74	0.83	33
Суп картофельный с бобовыми и копченостями	275	11.81	13.16	26.82	315.90	0.57	31.10	1.05	0.02	87.38	191.38	78.62	5.13	54
Рыба, запеченная под маринадом	110	7.27	12.14	6.06	179.59	0.20	6.72	4.41	0.02	33.36	188.67	34.53	0.87	95
Рис отварной	150	3.94	3.58	41.38	196.80	0.04	0.00	0.27	0.02	5.47	85.00	27.92	0.57	103
Компот из брусники (клюквы)	220	0.23	0.17	25.76	107.35	0.00	4.95	0.33	0.00	8.94	5.28	2.31	0.21	123
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	44	2.91	0.53	18.40	78.32	0.07	0.00	0.62	0.00	15.40	69.52	20.68	1.72	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	61	8.04	1.03	48.25	205.90	0.14	0.00	1.29	0.00	29.00	110.12	29.42	2.41	159
Итого	986	35.82	35.67	158.09	1164.64	1.03	48.84	11.19	0.10	311.58	700.10	216.60	10.16	



<b>Полдник</b>														
Фрукты	263	1.03	1.03	25.23	121.02	0.10	28.40	1.14	0.00	22.73	79.53	119.30	1.70	ГП
Блинчики с ягодной начинкой	110	6.30	7.00	39.64	514.20	1.10	0.40	0.98	0.12	73.70	152.78	18.94	1.98	156
Напиток ягодный	220	0.28	0.15	19.09	80.80	0.01	26.40	0.25	0.00	11.61	9.46	6.60	0.37	138
Итого	593	7.61	8.19	83.96	716.02	1.21	55.20	2.38	0.12	108.03	241.77	144.84	4.06	
<b>Ужин</b>														
Салат из картофеля с рыбой	110	9.97	9.57	10.89	169.77	0.17	15.22	3.65	0.01	23.69	124.10	28.91	0.92	47
Печень говяжья по-строгановски	110	13.13	13.65	1.02	156.94	0.20	12.77	0.79	10.55	23.05	165.65	13.95	4.99	84
Макаронные изделия отварные (рожки)	165	9.75	7.52	62.15	311.61	0.15	0.00	1.41	0.03	18.83	79.20	14.08	1.43	101
Компот Витаминный	209	4.54	1.23	25.97	161.56	0.03	105.34	1.54	0.00	40.34	32.30	23.73	1.05	126
Хлеб пшеничный	66	5.07	0.50	29.45	125.90	0.07	0.00	0.66	0.00	13.37	39.70	8.50	0.68	ГП
Хлеб ржаной	33	2.18	0.40	13.80	58.74	0.06	0.00	0.46	0.00	11.55	52.14	15.51	1.29	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	55	7.25	0.89	43.25	184.64	0.12	0.00	1.12	0.00	24.92	91.84	24.01	1.96	159
Итого	693	44.64	32.87	143.29	814.74	0.67	133.33	8.51	10.59	130.82	493.09	104.67	10.36	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Итого	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		125.54	122.56	528.69	3795.00	3.36	264.20	25.84	11.29	1203.64	2197.89	622.58	33.74	
<b>Суточная потребность</b>		84.70	86.90	368.50	2585.00	1.32	66.00	11.00	0.77	1210.00	1210.00	275.00	13.20	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		148.22	141.04	143.47	146.81	254.38	400.30	234.94	1465.88	99.47	181.64	226.39	255.61	

Средние показатели пищевых веществ, энергетической ценности, витаминов и минеральных веществ												
	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
	Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
<b>Итого за 14 дней</b>	1869.09	1841.41	7954.92	53865.33	37.61	4555.80	368.94	29.45	21825.43	32896.95	10509.35	531.90
<b>Среднее значение</b>	133.51	131.53	568.21	3847.52	2.69	325.41	26.35	2.10	1558.96	2349.78	750.67	37.99
<b>Соотношение Б:Ж:У</b>	1.0	1.0	4.0						1.0	1.5		
<b>Суточная потребность +10%</b>	84.70	86.90	368.50	2585.00	1.32	66.00	11.00	0.77	1210.00	1210.00	275.00	13.20
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>	157.62	151.36	154.19	148.84	203.50	493.05	239.57	273.21	128.84	194.20	272.97	287.83

Дети 7-11 лет (изолятор)														
Первая неделя														
Понедельник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша рисовая молочная жидкая	230	6.46	8.68	39.41	239.51	0.08	1.73	0.22	0.06	166.85	176.99	37.12	0.56	2
Какао с молоком	219	6.78	5.59	38.33	199.84	0.09	2.56	0.01	0.05	242.99	206.08	46.21	1.24	114
Масло сливочное (порциями)	14	0.13	8.46	0.15	77.13	0.00	0.00	0.13	0.05	2.80	3.50	0.00	0.03	18
Колбаса (порциями)	46	7.07	5.52	0.09	77.80	0.03	0.00	0.19	0.00	10.84	98.54	9.90	1.66	17
Хлеб пшеничный	58	4.45	0.44	25.88	110.64	0.06	0.00	0.58	0.00	11.75	34.89	7.47	0.59	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
Итого	602	27.21	29.11	118.50	767.21	0.32	4.28	1.62	0.15	447.48	575.29	117.15	5.45	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Вафли , печенье, пряники	35	3.64	5.72	36.46	121.04	0.05	0.00	0.00	0.00	9.72	29.17	6.30	0.48	ГП
Итого	265	3.87	5.95	62.68	236.04	0.05	23.00	1.84	0.00	69.52	123.47	40.80	4.16	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	115	1.21	0.16	4.14	23.85	0.07	90.71	0.59	0.00	15.25	28.15	16.03	0.75	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	115	1.09	0.12	2.99	18.98	0.01	11.50	0.46	0.01	18.98	33.93	16.68	0.81	29
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	288	6.66	7.82	18.96	420.48	0.12	34.65	0.44	0.03	71.77	119.07	39.51	2.05	56
Биточки рыбные	120	12.94	10.28	9.52	272.98	0.24	1.09	1.79	0.06	53.41	110.53	35.65	1.09	94
Рагу из овощей	230	4.13	12.25	14.02	326.89	0.21	86.94	4.70	0.02	59.78	44.64	42.78	1.47	110
или Овощи запеченные	230	4.27	13.01	25.82	238.83	0.23	200.71	6.45	0.00	68.74	109.31	50.86	2.07	111
Компот из свежих ягод	230	0.29	0.16	26.84	112.00	0.01	27.60	0.26	0.00	12.34	9.89	6.90	0.41	122
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	46	3.05	0.55	19.24	81.88	0.08	0.00	0.64	0.00	16.10	72.68	21.62	1.79	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	64	8.44	1.08	50.62	216.03	0.15	0.00	1.35	0.00	30.43	115.54	30.87	2.53	159
Итого	1110	34.34	31.80	127.10	1387.57	0.80	242.19	9.15	0.12	264.22	438.47	174.98	8.46	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Фрукты	275	1.08	1.08	26.38	126.55	0.11	29.70	1.19	0.00	23.77	83.16	124.74	1.78	ГП
Кекс Творожный	100	10.20	14.96	52.50	306.18	0.08	0.14	0.66	0.12	60.26	112.30	11.78	0.92	150
Молоко кипяченое	230	6.67	5.75	11.04	124.20	0.09	2.99	0.00	0.05	276.00	207.00	32.20	0.23	116
Итого	605	17.95	21.79	89.92	556.93	0.28	32.83	1.85	0.17	360.03	402.46	168.72	2.93	
<b>Ужин</b>														
Салат Столичный	115	13.83	12.10	8.40	175.82	0.14	11.64	0.33	0.05	35.74	152.82	27.65	1.59	41
Говядина, тушеная с черносливом	115	7.00	25.28	7.69	195.10	0.08	5.82	3.25	0.02	27.34	197.97	32.27	2.66	73
Каша гречневая рассыпчатая	173	9.94	8.44	44.89	179.59	0.33	0.00	0.70	0.03	17.62	159.28	233.71	5.27	97
Чай с лимоном	230	0.05	0.00	29.98	122.29	0.00	1.85	0.01	0.00	3.02	1.50	0.83	0.16	140
Хлеб пшеничный	35	2.69	0.26	15.62	66.76	0.04	0.00	0.35	0.00	7.09	21.05	4.51	0.36	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	35	5.00	0.68	30.26	129.06	0.09	0.00	0.84	0.00	19.34	76.35	20.96	1.72	159
Итого	703	35.83	46.50	121.21	801.86	0.65	19.31	5.14	0.10	103.06	587.92	315.41	11.40	
<b>2 ужин</b>														
Баранки, сушки, бублики	41	3.28	2.58	24.60	82.00	0.07	0.00	0.59	0.00	9.84	36.31	7.15	0.59	ГП
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Итого	271	10.44	10.75	35.08	232.78	0.15	1.79	0.59	0.08	316.51	279.09	42.92	0.85	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		129.65	145.90	554.49	3982.39	2.24	323.41	20.19	0.62	1560.81	2406.70	859.98	33.24	
<b>Суточная потребность</b>		88.55	90.85	385.25	2702.50	1.38	69.00	11.50	0.81	1265.00	1265.00	287.50	13.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		146.41	160.60	143.93	147.36	162.55	468.71	175.60	77.29	123.38	190.25	299.12	240.90	

Дети 7-11 лет (изолятор)														
Первая неделя														
Вторник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Вареники с картофелем и маслом	230	11.04	10.12	66.24	318.32	0.22	1.36	6.46	0.03	153.58	194.76	32.29	1.54	88
Чай с молоком	219	3.24	3.69	41.08	210.86	0.05	1.51	0.00	0.03	139.75	104.34	16.46	0.23	141
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	115	1.04	0.17	3.28	20.13	0.06	18.40	0.46	0.00	17.83	32.20	19.55	0.81	39
или Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства*	115	2.19	10.24	8.86	136.85	0.02	8.05	3.57	0.00	47.15	42.55	17.25	0.81	147
Колбаса (порциями)	46	7.07	5.52	0.09	77.80	0.03	0.00	0.19	0.00	10.84	98.54	9.90	1.66	17
Хлеб пшеничный	58	4.45	0.44	25.88	110.64	0.06	0.00	0.58	0.00	11.75	34.89	7.47	0.59	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
Итого	703	30.30	30.42	156.78	916.76	0.43	10.92	11.29	0.07	375.32	530.38	99.82	6.19	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Вафли , печенье, пряники	35	3.64	5.72	36.46	121.04	0.05	0.00	0.00	0.00	9.72	29.17	6.30	0.48	ГП
Итого	265	3.87	5.95	62.68	236.04	0.05	23.00	1.84	0.00	69.52	123.47	40.80	4.16	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Салат из картофеля с рыбой	115	10.42	10.01	11.39	177.49	0.17	15.92	3.82	0.01	24.77	129.74	30.22	0.97	47
Суп Шахтерский	288	8.26	7.25	27.94	316.92	0.16	23.90	0.51	0.02	40.60	56.67	48.41	1.94	55
Котлеты мясо-картофельные польновски	100	13.67	22.06	9.76	272.46	0.27	10.38	2.31	0.01	27.40	165.65	27.87	2.14	69
Капуста тушеная	230	5.78	6.07	17.62	220.89	0.12	130.99	3.00	0.00	151.82	103.40	52.35	2.04	102
Компот из смеси сухофруктов	219	0.68	0.00	34.59	145.23	0.01	0.62	0.13	0.01	69.71	23.96	9.34	1.92	129
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	46	3.05	0.55	19.24	81.88	0.08	0.00	0.64	0.00	16.10	72.68	21.62	1.79	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	64	8.44	1.08	50.62	216.03	0.15	0.00	1.35	0.00	30.43	115.54	30.87	2.53	159
Итого	1079	47.93	46.51	154.91	1364.37	0.89	183.01	11.13	0.06	365.97	605.60	202.29	11.68	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Компот из груш с лимоном	230	0.30	0.18	29.12	121.53	0.01	6.10	0.24	0.00	14.84	10.97	7.87	1.44	124
Слойка с повидлом	85	3.83	9.78	37.91	205.00	0.10	0.06	1.16	0.05	19.19	66.03	10.50	1.02	155
Фрукты	275	4.45	1.48	62.37	270.34	0.11	29.70	1.19	0.00	23.77	83.16	124.74	1.78	ГП
Итого	590	8.58	11.44	129.40	596.87	0.22	35.85	2.60	0.05	57.79	160.16	143.10	4.24	
<b>Ужин</b>														
Салат Витаминный с яблоком	115	1.27	11.62	12.19	158.70	0.05	17.71	5.29	0.26	34.50	33.35	20.70	1.04	26
или Салат из красной фасоли с морковью*	115	8.87	5.36	16.31	140.54	0.28	26.21	2.61	0.00	74.46	184.62	55.60	2.38	38
Рыба, запеченная в молочном соусе	115	20.63	12.58	4.86	180.86	0.22	1.64	2.69	0.03	78.19	230.69	34.91	0.68	91
Картофель отварной	207	4.21	7.50	33.86	220.20	0.25	41.40	0.30	0.03	22.91	122.82	47.61	1.89	107
Кисель из брусники (клюквы)	230	0.17	0.12	37.12	151.48	0.00	3.45	0.23	0.00	9.41	8.99	1.61	0.18	117
Хлеб пшеничный	69	4.94	0.48	28.74	122.84	0.06	0.00	0.64	0.00	13.04	38.74	8.29	0.66	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	58	7.29	0.90	43.54	185.86	0.12	0.00	1.14	0.00	25.33	94.06	24.72	2.02	159
Итого	771	41.14	26.46	135.53	878.23	0.87	72.70	6.96	0.07	210.26	641.16	164.48	7.15	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Итого	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		138.99	128.95	649.77	4143.05	2.54	327.27	33.82	0.32	1385.53	2303.55	686.27	33.69	
<b>Суточная потребность</b>		88.55	90.85	385.25	2702.50	1.38	69.00	11.50	0.81	1265.00	1265.00	287.50	13.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		156.97	141.94	168.66	153.30	183.97	474.31	294.11	40.33	109.53	182.10	238.70	244.14	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 7-11 лет (изолятор)														
Первая неделя														
Среда														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным (230/35)	265	21.12	19.75	47.29	411.46	0.24	1.26	0.77	0.17	415.65	350.61	60.22	1.53	11
Какао с молоком	219	6.78	5.59	38.33	199.84	0.09	2.56	0.01	0.05	242.99	206.08	46.21	1.24	114
Масло сливочное (порциями)	14	0.13	8.46	0.15	77.13	0.00	0.00	0.13	0.05	2.80	3.50	0.00	0.03	18
Сыр (порциями)	43	9.97	12.69	0.00	156.52	0.01	0.30	0.22	0.12	378.40	215.00	15.05	0.43	19
Хлеб пшеничный	58	4.45	0.44	25.88	110.64	0.06	0.00	0.58	0.00	11.75	34.89	7.47	0.59	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
Итого	634	44.76	47.35	126.28	1017.89	0.46	4.12	2.20	0.39	1063.83	865.37	145.40	5.19	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	35	0.18	0.00	21.00	84.88	0.00	0.00	0.00	0.00	5.25	2.63	1.75	0.44	ГП
Итого	265	0.41	0.23	47.22	199.88	0.00	23.00	1.84	0.00	65.05	96.93	36.25	4.12	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	115	1.21	0.16	4.14	23.85	0.07	90.71	0.59	0.00	15.25	28.15	16.03	0.75	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	115	1.09	0.12	2.99	18.98	0.01	11.50	0.46	0.01	18.98	33.93	16.68	0.81	29
Уха Ростовская	288	8.55	5.82	17.02	295.96	0.21	35.30	1.05	0.03	42.60	134.63	43.67	1.62	66
Котлеты Домашние	100	15.27	20.40	27.07	353.23	0.23	4.76	2.57	0.06	102.54	194.84	27.83	1.77	68
Овощное соте с морковью	230	6.12	11.86	28.61	281.20	0.31	162.92	1.47	0.06	113.11	168.79	88.12	2.84	104
Чай с сахаром	230	0.23	0.00	22.99	91.93	0.00	0.00	0.00	0.00	14.01	9.20	6.90	0.94	139
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	46	3.05	0.55	19.24	81.88	0.08	0.00	0.64	0.00	16.10	72.68	21.62	1.79	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	64	8.44	1.08	50.62	216.03	0.15	0.00	1.35	0.00	30.43	115.54	30.87	2.53	159
Итого	1090	40.49	39.36	153.44	1277.55	0.98	294.89	7.05	0.15	339.18	661.80	216.66	10.61	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустным фаршем	100	6.39	8.20	35.15	240.37	0.11	25.44	1.51	0.04	46.50	74.25	16.86	1.10	152
Напиток апельсиновый	230	0.21	0.05	29.41	120.01	0.01	13.80	0.05	0.00	8.65	5.29	2.99	0.15	130
Фрукты	275	4.45	1.48	62.37	270.34	0.11	29.70	1.19	0.00	23.77	83.16	124.74	1.78	ГП
Итого	605	11.05	9.72	126.92	630.72	0.23	68.94	2.75	0.04	78.91	162.70	144.59	3.03	
<b>Ужин</b>														
Салат из белокочанной капусты с морковью	115	1.84	11.62	11.04	98.90	0.05	31.97	5.18	0.15	50.60	36.80	19.55	0.69	23
или Винегрет овощной*	115	1.56	4.93	7.37	130.63	0.06	11.67	2.31	0.00	29.84	44.08	18.11	0.78	31
Сердце (печень) в соусе сметанном с томатом и луком	115	24.61	10.82	5.23	252.99	0.40	10.96	0.82	0.06	40.19	191.76	29.67	5.32	83
Картофельное пюре	230	4.98	8.31	33.64	229.99	0.26	39.55	0.29	0.05	69.93	148.58	50.20	1.87	105
Напиток из шиповника	219	0.75	0.31	29.14	142.94	0.01	219.00	0.83	0.00	13.99	3.72	3.72	0.75	133
Хлеб пшеничный	35	2.69	0.26	15.62	66.76	0.04	0.00	0.35	0.00	7.09	21.05	4.51	0.36	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	35	5.00	0.68	30.26	129.06	0.09	0.00	0.84	0.00	19.34	76.35	20.96	1.72	159
Итого	749	37.18	31.74	109.30	853.88	0.82	301.48	7.95	0.25	194.05	457.22	124.10	10.36	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Баранки, сушки, бублики	46	3.68	2.99	28.06	103.50	0.07	0.00	0.74	0.00	11.04	41.86	8.28	0.74	ГП
Итого	276	10.84	11.17	38.54	254.28	0.15	1.79	0.74	0.08	317.71	284.64	44.06	1.00	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		144.74	139.58	601.71	4234.19	2.64	694.22	22.52	0.91	2058.74	2528.65	711.05	34.31	
<b>Суточная потребность</b>		88.55	90.85	385.25	2702.50	1.38	69.00	11.50	0.81	1265.00	1265.00	287.50	13.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		163.46	153.63	156.19	156.68	191.49	1006.11	195.86	113.24	162.75	199.89	247.32	248.62	
*с 1 января по 30 июня														



Дети 7-11 лет (изолятор)														
Первая неделя														
Четверг														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Каша манная молочная жидкая	230	7.67	8.88	36.41	222.51	0.61	1.76	0.62	0.06	197.49	251.11	37.61	0.85	4
Кофейный напиток с молоком	230	5.75	5.41	46.98	264.20	0.12	2.69	0.09	0.05	254.63	239.66	51.43	0.71	115
Колбаса (порциями)	46	7.07	5.52	0.09	77.80	0.03	0.00	0.19	0.00	10.84	98.54	9.90	1.66	17
Яйца вареные	40	5.10	4.60	0.30	63.00	0.03	0.00	0.20	0.10	22.00	77.00	5.00	1.00	145
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
Итого	650	33.21	25.34	129.20	821.43	0.91	4.45	2.28	0.20	511.19	763.12	129.27	6.29	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Вафли , печенье, пряники	35	3.64	5.72	36.46	121.04	0.05	0.00	0.00	0.00	9.72	29.17	6.30	0.48	155
Итого	265	3.87	5.95	62.68	236.04	0.05	23.00	1.84	0.00	69.52	123.47	40.80	4.16	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Кукуруза с яйцом и рыбой	115	17.68	10.79	4.20	230.78	0.16	3.61	4.37	0.07	59.47	257.07	76.46	1.74	43
Суп картофельный с фрикадельками	288	4.48	6.99	33.03	325.09	0.26	45.29	0.52	0.03	53.58	134.38	53.10	2.13	63
Плов из свинины	230	17.55	12.43	35.47	475.95	0.12	6.44	0.79	0.03	39.49	129.78	56.38	2.55	78
Компот из изюма	219	5.91	0.75	22.03	179.70	0.06	0.00	0.17	0.00	26.94	42.38	13.80	1.05	120
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	46	3.05	0.55	19.24	81.88	0.08	0.00	0.64	0.00	16.10	72.68	21.62	1.79	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	64	8.44	1.08	50.62	216.03	0.15	0.00	1.35	0.00	30.43	115.54	30.87	2.53	159
Итого	979	54.74	32.09	148.33	1442.90	0.76	56.54	7.22	0.14	231.15	689.80	233.84	10.15	

<b>Полдник</b>														
Фрукты	275	4.45	1.48	62.37	270.34	0.11	29.70	1.19	0.00	23.77	83.16	124.74	1.78	ГП
Бисквит морковный	100	5.01	18.14	45.78	306.58	0.08	1.30	0.85	0.11	25.94	65.59	16.05	0.91	149
Компот из смородины чёрной	230	0.35	0.14	19.73	84.01	0.01	69.00	0.24	0.00	12.94	11.39	10.70	0.51	127
Итого	605	9.81	19.76	127.88	660.93	0.20	100.00	2.29	0.11	62.64	160.13	151.48	3.20	
<b>Ужин</b>														
Салат из свеклы с сыром и чесноком	115	4.24	11.53	9.21	123.68	0.02	10.55	3.70	0.03	142.89	103.27	27.22	1.60	32
Поджарка из рыбы	115	11.27	13.88	6.39	153.86	0.29	12.20	4.82	0.02	55.35	118.63	39.26	1.13	92
Картофель, запеченный из отварного	207	9.22	16.30	49.04	312.13	0.37	60.26	5.23	0.05	161.68	245.78	74.64	2.92	109
Компот из яблок с лимоном	230	0.30	0.24	35.72	149.06	0.02	8.97	0.13	0.00	13.32	8.10	6.14	1.40	125
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	58	7.65	0.94	45.61	194.71	0.13	0.00	1.18	0.00	26.27	96.85	25.32	2.07	159
Итого	771	32.65	42.89	145.79	932.65	0.83	91.98	15.06	0.10	399.46	572.58	172.59	9.12	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Баранки, сушки, бублики	46	3.68	2.99	28.06	156.40	0.07	0.00	0.74	0.00	11.04	41.86	8.28	0.74	ГП
Итого	276	10.84	11.17	38.54	307.18	0.15	1.79	0.74	0.08	317.71	284.64	44.06	1.00	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		145.12	137.19	652.43	4401.13	2.90	277.75	29.43	0.64	1591.66	2593.73	772.04	33.92	
<b>Суточная потребность</b>		88.55	90.85	385.25	2702.50	1.38	69.00	11.50	0.81	1265.00	1265.00	287.50	13.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		163.88	151.00	169.35	162.85	209.94	402.54	255.93	78.95	125.82	205.04	268.54	245.81	

Дети 7-11 лет (изолятор)														
Первая неделя														
Пятница														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Вареники с картофелем и маслом	230	11.04	10.12	66.24	318.32	0.22	1.36	6.46	0.03	153.58	194.76	32.29	1.54	88
Чай с сахаром	230	0.23	0.00	22.99	91.93	0.00	0.00	0.00	0.00	14.01	9.20	6.90	0.94	139
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	115	1.04	0.17	3.28	20.13	0.06	18.40	0.46	0.00	17.83	32.20	19.55	0.81	39
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	115	1.09	0.12	2.99	18.98	0.01	11.50	0.46	0.01	18.98	33.93	16.68	0.81	29
Хлеб пшеничный	58	4.45	0.44	25.88	110.64	0.06	0.00	0.58	0.00	11.75	34.89	7.47	0.59	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
Итого	668	19.07	11.15	133.03	603.31	0.39	19.76	7.99	0.03	209.41	326.35	82.66	5.25	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Вафли , печенье, пряники	35	3.64	5.72	36.46	121.04	0.05	0.00	0.00	0.00	9.72	29.17	6.30	0.48	ГП
Итого	265	3.87	5.95	62.68	236.04	0.05	23.00	1.84	0.00	69.52	123.47	40.80	4.16	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Кукуруза консервированная	115	4.22	0.77	21.51	111.39	0.03	9.22	0.06	0.00	80.66	78.74	24.97	0.69	22
Рассольник Ленинградский с мясом	288	6.11	6.98	18.26	189.70	0.14	19.78	0.37	0.02	27.62	48.04	32.71	1.53	59
Котлеты Особые	100	14.91	13.18	21.36	264.31	0.13	5.79	0.85	0.04	57.08	161.63	24.93	1.95	70
Соус томатный с овощами	58	0.85	2.99	5.16	51.62	0.02	5.08	0.21	0.02	8.70	13.34	6.35	0.31	163
Картофельное пюре	230	4.98	8.31	33.64	229.99	0.26	39.55	0.29	0.05	69.93	148.58	50.20	1.87	105
Фрукты	275	4.45	1.48	62.37	270.34	0.11	29.70	1.19	0.00	23.77	83.16	124.74	1.78	ГП
Компот Витаминный	219	4.76	1.29	27.21	169.29	0.03	110.38	1.61	0.00	42.27	33.84	24.86	1.10	126
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	46	3.05	0.55	19.24	81.88	0.08	0.00	0.64	0.00	16.10	72.68	21.62	1.79	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	64	8.44	1.08	50.62	216.03	0.15	0.00	1.35	0.00	30.43	115.54	30.87	2.53	159
Итого	1412	49.40	36.14	243.12	1518.01	0.89	220.69	5.95	0.13	361.70	693.51	322.85	11.92	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Напиток лимонный	230	0.16	0.02	29.24	120.97	0.01	7.36	0.03	0.00	8.22	4.05	2.21	0.20	131
Сырники с морковью с молоком сгущенным (180/20)	200	29.97	13.96	34.71	307.44	0.19	2.52	0.79	0.09	223.63	327.75	47.79	1.31	14
Итого	430	30.13	13.98	63.95	428.41	0.20	9.88	0.82	0.09	231.85	331.80	50.00	1.51	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с луком	115	8.21	18.08	4.31	161.95	0.03	3.62	4.29	0.03	80.21	107.09	71.25	1.48	48
Свинина, тушеная с овощами	230	17.91	26.30	22.07	403.48	0.75	84.94	3.46	0.00	45.24	274.88	71.02	3.43	80
Напиток из облепихи	230	0.14	0.62	24.76	105.79	0.58	23.00	0.58	0.00	3.25	1.04	3.45	0.24	136
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	58	7.65	0.94	45.61	194.71	0.13	0.00	1.18	0.00	26.27	96.85	25.32	2.07	159
Итого	679	33.87	45.94	96.57	865.14	1.49	111.56	9.51	0.03	154.93	479.81	171.06	7.22	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Итого	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		143.50	121.33	609.83	3801.69	3.10	386.69	26.11	0.37	1334.08	2197.72	703.14	30.32	
<b>Суточная потребность</b>		88.55	90.85	385.25	2702.50	1.38	69.00	11.50	0.81	1265.00	1265.00	287.50	13.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		162.06	133.55	158.29	140.67	224.67	560.42	227.08	46.18	105.46	173.73	244.57	219.70	

Дети 7-11 лет (изолятор)														
Первая неделя														
Суббота														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша Рябчик	230	9.43	9.45	49.70	322.39	0.21	1.69	0.41	0.07	167.82	219.32	139.00	2.40	6
Чай с молоком	219	3.24	3.69	41.08	210.86	0.05	1.51	0.00	0.03	139.75	104.34	16.46	0.23	141
Масло сливочное (порциями)	14	0.13	8.46	0.15	77.13	0.00	0.00	0.13	0.05	2.80	3.50	0.00	0.03	18
Фрукты	275	1.08	1.08	26.38	126.55	0.11	29.70	1.19	0.00	23.77	83.16	124.74	1.78	ГП
Хлеб пшеничный	58	4.45	0.44	25.88	110.64	0.06	0.00	0.58	0.00	11.75	34.89	7.47	0.59	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
Итого	831	20.65	23.54	157.84	909.86	0.48	32.90	2.81	0.15	358.13	500.50	304.12	6.40	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Вафли , печенье, пряники	35	3.64	5.72	36.46	121.04	0.05	0.00	0.00	0.00	9.72	29.17	6.30	0.48	155
Итого	265	3.87	5.95	62.68	236.04	0.05	23.00	1.84	0.00	69.52	123.47	40.80	4.16	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Салат "Степной" из разных овощей	115	2.33	8.31	10.83	186.02	0.10	16.58	3.90	0.00	38.82	66.42	27.82	1.00	30
Свекольник с мясом	288	6.02	6.51	19.95	202.61	0.13	27.30	0.45	0.02	72.81	78.47	44.64	2.43	58
Гуляш из говядины	115	17.38	24.60	5.14	293.96	0.30	5.59	3.05	0.03	25.53	194.20	26.43	2.78	72
Картофель, запеченный дольками	207	4.83	7.16	26.62	267.94	0.29	47.54	2.97	0.00	32.22	140.19	55.28	2.21	108
Компот из смеси сухофруктов	219	0.68	0.00	34.59	145.23	0.01	0.62	0.13	0.01	69.71	23.96	9.34	1.92	129
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	46	3.05	0.55	19.24	81.88	0.08	0.00	0.64	0.00	16.10	72.68	21.62	1.79	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	64	8.44	1.08	50.62	216.03	0.15	0.00	1.35	0.00	30.43	115.54	30.87	2.53	159
Итого	1071	40.37	47.72	150.76	1327.15	0.99	98.84	11.86	0.07	290.77	629.43	197.61	13.03	

<b>Полдник</b>														
Напиток из брусники (кюквы)	230	0.24	0.17	20.04	84.70	0.00	5.18	0.35	0.00	9.14	5.52	2.42	0.20	134
Коржик молочный	100	6.77	12.83	47.20	331.10	0.10	0.10	3.92	0.02	25.62	67.13	10.40	0.85	148
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
Итого	430	17.41	18.00	77.84	544.80	0.20	5.78	4.37	0.05	198.76	292.65	35.82	1.45	
<b>Ужин</b>														
Пекинская капуста с горошком и чесноком	115	2.38	5.89	5.77	86.37	0.06	33.89	2.67	0.00	45.90	44.34	19.04	0.70	20
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	115	1.09	0.12	2.99	18.98	0.01	11.50	0.46	0.01	18.98	33.93	16.68	0.81	29
Птица запеченная	104	12.71	13.16	0.36	138.91	0.15	3.20	1.41	0.06	30.52	150.01	30.51	2.07	86
Овощи запеченные	230	4.27	13.01	25.82	238.83	0.23	200.71	6.45	0.00	68.74	109.31	50.86	2.07	111
Кисель из смородины	230	0.30	0.12	31.60	130.61	0.01	57.50	0.21	0.00	13.83	14.80	8.91	0.45	119
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	58	7.65	0.94	45.61	194.71	0.13	0.00	1.18	0.00	26.27	96.85	25.32	2.07	159
Итого	783	25.98	27.34	106.20	721.24	0.53	272.91	9.71	0.07	158.29	404.85	132.29	7.46	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Итого	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		115.44	130.72	565.79	3889.87	2.33	435.21	30.58	0.42	1382.13	2193.67	746.41	32.76	
<b>Суточная потребность</b>		88.55	90.85	385.25	2702.50	1.38	69.00	11.50	0.81	1265.00	1265.00	287.50	13.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		130.37	143.88	146.86	143.94	168.52	630.75	265.90	52.59	109.26	173.41	259.62	237.40	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 7-11 лет (изолятор)														
Первая неделя														
Воскресенье														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Омлет натуральный	190	15.45	22.74	5.11	287.44	0.10	1.15	0.73	0.32	167.87	277.28	24.66	2.66	15
Кукуруза консервированная	75	2.76	0.51	14.03	72.65	0.02	6.01	0.05	0.00	52.60	51.36	16.28	0.45	22
Какао с молоком	219	6.78	5.59	38.33	199.84	0.09	2.56	0.01	0.05	242.99	206.08	46.21	1.24	114
Хлеб пшеничный	58	4.45	0.44	25.88	110.64	0.06	0.00	0.58	0.00	11.75	34.89	7.47	0.59	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
Итого	577	31.75	29.69	97.99	732.86	0.33	9.72	1.86	0.37	487.46	624.90	111.07	6.31	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	35	0.18	0.00	21.00	84.88	0.00	0.00	0.00	0.00	5.25	2.63	1.75	0.44	ГП
Итого	265	0.41	0.23	47.22	199.88	0.00	23.00	1.84	0.00	65.05	96.93	36.25	4.12	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Салат из колбасы	115	10.19	9.43	14.04	137.87	0.09	4.74	0.72	0.06	194.18	189.34	36.28	1.87	36
Куриный суп с макаронными изделиями и зеленым горошком	288	7.00	6.89	20.99	213.12	0.18	21.45	0.47	0.03	33.81	108.92	31.20	1.34	53
Поджарка из свинины	115	19.41	43.11	3.00	488.80	0.72	15.04	5.68	0.00	47.53	237.65	36.55	2.68	82
Рис отварной	150	3.94	3.58	41.38	196.80	0.04	0.00	0.27	0.02	5.47	85.00	27.92	0.57	103
Компот из апельсинов с яблоками	230	0.55	0.23	36.95	155.30	0.03	31.05	0.16	0.00	22.06	14.38	9.09	0.99	128
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	46	3.05	0.55	19.24	81.88	0.08	0.00	0.64	0.00	16.10	72.68	21.62	1.79	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	64	8.44	1.08	50.62	216.03	0.15	0.00	1.35	0.00	30.43	115.54	30.87	2.53	159
Итого	1025	50.22	64.37	169.98	1423.26	1.23	73.48	8.68	0.11	354.72	761.46	175.13	10.13	

<b>Полдник</b>														
Молоко кипяченое	230	6.67	5.75	11.04	124.20	0.09	2.99	0.00	0.05	276.00	207.00	32.20	0.23	116
Оладьи	75	4.50	4.13	27.00	213.75	0.09	0.56	2.63	0.02	62.60	79.39	13.16	0.63	157
Молоко сгущенное	35	2.52	2.98	19.43	114.80	0.03	0.35	0.07	0.07	107.45	76.65	11.90	0.07	164
Фрукты	275	4.45	1.48	62.37	270.34	0.11	29.70	1.19	0.00	23.77	83.16	124.74	1.78	ГП
Итого	615	18.14	14.33	119.84	723.09	0.32	33.59	3.90	0.13	469.82	446.20	182.00	2.71	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с зеленым горошком и луком	115	8.05	22.06	4.80	231.39	0.06	3.73	5.05	0.02	71.24	204.65	62.63	1.37	49
Жаркое по-домашнему	230	19.80	12.10	14.80	235.11	0.23	32.12	0.66	0.02	43.25	142.97	52.15	3.48	74
Напиток из облепихи	230	0.14	0.62	24.76	105.79	0.58	23.00	0.58	0.00	3.25	1.04	3.45	0.24	136
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	58	7.65	0.94	45.61	194.71	0.13	0.00	1.18	0.00	26.27	96.85	25.32	2.07	159
Итого	679	35.60	35.71	89.78	766.20	0.99	58.85	7.46	0.05	143.97	445.46	143.57	7.17	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Итого	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		143.29	152.52	535.29	3996.07	2.96	200.43	23.73	0.74	1827.68	2617.73	683.79	30.71	
<b>Суточная потребность</b>		88.55	90.85	385.25	2702.50	1.38	69.00	11.50	0.81	1265.00	1265.00	287.50	13.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		161.82	167.88	138.94	147.87	214.31	290.48	206.37	91.39	144.48	206.93	237.84	222.50	
*с 1 января по 30 июня														



Дети 7-11 лет (изолятор)														
Вторая неделя														
Понедельник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Вареники с картофелем и маслом	230	11.04	10.12	66.24	318.32	0.22	1.36	6.46	0.03	153.58	194.76	32.29	1.54	88
Сметана	23	0.93	3.45	1.35	41.06	0.01	0.17	0.10	0.02	31.05	21.39	3.45	0.03	165
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	115	1.04	0.17	3.28	20.13	0.06	18.40	0.46	0.00	17.83	32.20	19.55	0.81	39
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	115	1.09	0.12	2.99	18.98	0.01	11.50	0.46	0.01	18.98	33.93	16.68	0.81	29
Чай с лимоном	230	0.05	0.00	29.98	122.29	0.00	1.85	0.01	0.00	3.02	1.50	0.83	0.16	140
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
Итого	817	21.76	14.80	149.26	714.68	0.43	33.28	8.68	0.07	250.68	380.58	98.13	5.42	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Итого	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Морская капуста с яйцом	115	9.99	13.25	18.93	166.65	0.28	12.41	9.13	0.10	271.27	179.45	1062.81	100.30	34
Суп рисовый с мясом	288	8.26	7.25	27.94	151.23	0.16	23.90	0.51	0.02	40.60	56.67	48.41	1.94	62
Бефстроганов из говядины	115	13.23	17.48	3.61	339.76	0.10	5.70	2.79	0.03	43.07	147.26	31.77	3.20	76
Макаронные изделия отварные (рожки)	173	10.22	7.89	65.16	326.72	0.16	0.00	1.48	0.03	19.75	83.04	14.76	1.50	101
Компот из кураги	207	2.07	1.08	25.89	151.27	0.02	0.83	1.14	0.00	33.90	30.22	21.74	0.75	121
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	46	3.05	0.55	19.24	81.88	0.08	0.00	0.64	0.00	16.10	72.68	21.62	1.79	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	64	8.44	1.08	50.62	216.03	0.15	0.00	1.35	0.00	30.43	115.54	30.87	2.53	159
Итого	1025	52.89	48.07	195.14	1367.00	0.88	44.04	16.42	0.20	460.26	622.82	1213.59	110.36	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Напиток клюквенный	230	0.12	0.05	23.81	98.21	0.00	3.45	0.23	0.00	3.91	2.53	3.45	0.21	145
Фрукты	275	4.45	1.48	62.37	270.34	0.11	29.70	1.19	0.00	23.77	83.16	124.74	1.78	ГП
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
<b>Итого</b>	<b>605</b>	<b>14.97</b>	<b>6.52</b>	<b>96.77</b>	<b>497.55</b>	<b>0.21</b>	<b>33.65</b>	<b>1.52</b>	<b>0.03</b>	<b>191.68</b>	<b>305.69</b>	<b>151.19</b>	<b>2.39</b>	
<b>Ужин</b>														
Горошек консервированный	115	3.57	0.23	7.48	46.00	0.13	0.69	0.23	0.00	23.00	71.30	24.15	0.81	21
Рагу из птицы	207	20.15	19.71	16.96	267.78	0.22	24.56	0.81	0.06	48.82	224.35	48.32	2.37	89
Компот из смородины чёрной	230	0.35	0.14	19.73	84.01	0.01	69.00	0.24	0.00	12.94	11.39	10.70	0.51	127
Слойка с повидлом	85	3.83	9.78	37.91	205.00	0.10	0.06	1.16	0.05	19.19	66.03	10.50	1.02	155
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	58	7.65	0.94	45.61	194.71	0.13	0.00	1.18	0.00	26.27	96.85	25.32	2.07	159
<b>Итого</b>	<b>741</b>	<b>35.50</b>	<b>30.80</b>	<b>127.51</b>	<b>796.70</b>	<b>0.59</b>	<b>94.31</b>	<b>3.62</b>	<b>0.11</b>	<b>130.17</b>	<b>469.87</b>	<b>119.00</b>	<b>6.77</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Вафли , печенье, пряники	35	3.64	5.72	36.46	144.38	0.05	0.00	0.00	0.00	9.72	29.17	6.30	0.48	ГП
<b>Итого</b>	<b>265</b>	<b>10.80</b>	<b>13.89</b>	<b>46.93</b>	<b>295.15</b>	<b>0.13</b>	<b>1.79</b>	<b>0.00</b>	<b>0.08</b>	<b>316.39</b>	<b>271.94</b>	<b>42.08</b>	<b>0.74</b>	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		136.15	114.31	641.84	3786.09	2.23	230.08	32.08	0.48	1408.97	2145.20	1658.49	129.37	
<b>Суточная потребность</b>		88.55	90.85	385.25	2702.50	1.38	69.00	11.50	0.81	1265.00	1265.00	287.50	13.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		153.75	125.82	166.60	140.10	161.79	333.45	278.93	59.96	111.38	169.58	576.86	937.43	

Дети 7-11 лет (изолятор)														
Вторая неделя														
Вторник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Запеканка из творога с молоком сгущенным или джемом (200/30)	230	30.89	20.47	38.97	293.49	0.22	1.09	0.70	0.18	362.66	285.92	52.92	1.47	10
Какао с молоком	219	6.78	5.59	38.33	199.84	0.09	2.56	0.01	0.05	242.99	206.08	46.21	1.24	114
Колбаса (порциями)	46	7.07	5.52	0.09	77.80	0.03	0.00	0.19	0.00	10.84	98.54	9.90	1.66	17
Масло сливочное (порциями)	14	0.13	8.46	0.15	77.13	0.00	0.00	0.13	0.05	2.80	3.50	0.00	0.03	18
Хлеб пшеничный	58	4.45	0.44	25.88	110.64	0.06	0.00	0.58	0.00	11.75	34.89	7.47	0.59	ГП
Хлеб ржаной	46	3.05	0.55	19.24	81.88	0.08	0.00	0.64	0.00	16.10	72.68	21.62	1.79	ГП
Итого	613	52.36	41.03	122.66	840.77	0.47	3.65	2.26	0.28	647.14	701.61	138.12	6.79	
2 завтрак														
Вафли , печенье, пряники	35	3.64	5.72	36.46	121.04	0.05	0.00	0.00	0.00	9.72	29.17	6.30	0.48	155
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Итого	265	3.87	5.95	62.68	236.04	0.05	23.00	1.84	0.00	69.52	123.47	40.80	4.16	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Винегрет овощной	115	1.56	4.93	7.37	130.63	0.06	11.67	2.31	0.00	29.84	44.08	18.11	0.78	31
Солянка Домашняя	288	7.32	9.76	12.00	449.86	0.12	22.08	0.76	0.02	45.95	115.32	27.91	1.88	60
Плов по-узбекски из говядины	230	19.52	31.69	52.93	544.90	0.55	7.53	1.02	0.05	50.82	303.98	75.59	2.81	79
Кисель из брусники (клюквы)	230	0.17	0.12	37.12	151.48	0.00	3.45	0.23	0.00	9.41	8.99	1.61	0.18	117
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	46	3.05	0.55	19.24	81.88	0.08	0.00	0.64	0.00	16.10	72.68	21.62	1.79	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	64	8.44	1.08	50.62	216.03	0.15	0.00	1.35	0.00	30.43	115.54	30.87	2.53	159
Итого	990	37.69	47.63	163.05	1508.24	0.88	45.94	5.70	0.07	187.69	598.55	157.33	8.33	

<b>Полдник</b>														
Молоко кипяченое	230	6.67	5.75	11.04	124.20	0.09	2.99	0.00	0.05	276.00	207.00	32.20	0.23	116
Бисквит "Прага" с бананом	100	6.40	17.32	62.88	282.88	0.10	2.00	2.00	0.08	17.64	59.10	17.24	0.90	153
Фрукты	275	4.45	1.48	62.37	270.34	0.11	29.70	1.19	0.00	23.77	83.16	124.74	1.78	ГП
Итого	605	17.52	24.55	136.29	677.42	0.30	34.69	3.19	0.13	317.41	349.26	174.18	2.91	
<b>Ужин</b>														
Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	115	1.47	9.35	7.89	123.91	0.03	21.91	4.27	0.25	41.64	41.73	24.51	1.25	25
или Маринад овощной*	115	1.77	11.63	10.53	155.45	0.08	12.28	5.64	0.00	43.73	67.74	41.16	0.94	113
Рыба, запеченная в панировке	100	14.43	8.38	13.19	165.58	0.25	2.90	1.94	0.07	37.88	250.24	39.84	1.53	90
Картофельное пюре	133	2.26	3.76	15.23	104.09	0.12	17.90	0.14	0.02	31.65	67.24	22.73	0.84	105
Фасоль стручковая запеченная	115	2.88	4.82	3.74	67.82	0.12	22.49	2.30	0.00	77.33	51.05	29.59	1.27	112
Напиток ягодный	230	0.29	0.16	19.95	84.47	0.01	27.60	0.26	0.00	12.13	9.89	6.90	0.39	138
Хлеб пшеничный	69	4.94	0.48	28.74	122.84	0.06	0.00	0.64	0.00	13.04	38.74	8.29	0.66	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	58	7.29	0.90	43.54	185.86	0.12	0.00	1.14	0.00	25.33	94.06	24.72	2.02	159
Итого	797	28.58	27.37	103.38	731.01	0.65	92.80	10.04	0.35	225.93	514.19	148.30	7.31	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Итого	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		147.19	154.70	598.53	4144.26	2.43	201.88	23.03	0.90	1754.35	2529.86	694.51	29.76	
<b>Суточная потребность</b>		88.55	90.85	385.25	2702.50	1.38	69.00	11.50	0.81	1265.00	1265.00	287.50	13.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		166.22	170.28	155.36	153.35	176.42	292.57	200.26	112.13	138.68	199.99	241.57	215.66	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 7-11 лет (изолятор)														
Вторая неделя														
Среда														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Суп молочный с крупой	230	7.07	7.29	24.76	194.29	0.10	2.62	0.10	0.06	245.23	208.20	36.90	0.40	3
Чай с молоком	219	3.24	3.69	41.08	210.86	0.05	1.51	0.00	0.03	139.75	104.34	16.46	0.23	141
Масло сливочное (порциями)	14	0.13	8.46	0.15	77.13	0.00	0.00	0.13	0.05	2.80	3.50	0.00	0.03	18
Сыр (порциями)	43	9.97	12.69	0.00	156.52	0.01	0.30	0.22	0.12	378.40	215.00	15.05	0.43	19
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
Итого	610	28.02	33.07	111.42	638.43	0.29	4.43	1.63	0.26	792.39	627.84	93.75	3.16	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	35	0.18	0.00	21.00	84.88	0.00	0.00	0.00	0.00	5.25	2.63	1.75	0.44	ГП
Итого	265	0.41	0.23	47.22	199.88	0.00	23.00	1.84	0.00	65.05	96.93	36.25	4.12	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Салат Витаминный со сладким перцем	115	1.52	11.59	11.09	155.65	0.05	68.20	5.38	0.25	35.55	35.31	20.54	0.64	35
или Салат "Степной" из разных овощей*	115	2.33	8.31	10.83	128.52	0.10	16.58	3.90	0.00	38.82	66.42	27.82	1.00	30
Уха Ростовская	288	8.55	5.82	17.02	295.96	0.21	35.30	1.05	0.03	42.60	134.63	43.67	1.62	66
Котлеты куриные	100	14.00	18.13	11.27	385.71	0.90	1.60	1.10	0.06	51.40	141.50	18.90	1.10	67
Картофель, запеченный дольками	207	4.83	7.16	26.62	267.94	0.29	47.54	2.97	0.00	32.22	140.19	55.28	2.21	108
Компот из облепихи	230	0.41	1.86	37.55	170.53	1.73	69.00	1.73	0.00	8.66	3.11	10.35	0.60	144
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	46	3.05	0.55	19.24	81.88	0.08	0.00	0.64	0.00	16.10	72.68	21.62	1.79	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	64	8.44	1.08	50.62	216.03	0.15	0.00	1.35	0.00	30.43	115.54	30.87	2.53	159
Итого	1067	38.43	45.70	157.16	1507.17	3.33	222.83	13.59	0.35	222.10	580.91	182.85	8.86	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Фрукты	275	4.45	1.48	62.37	270.34	0.11	29.70	1.19	0.00	23.77	83.16	124.74	1.78	ГП
Пирожок печеный из дрожжевого теста с картофельным фаршем	100	3.24	6.49	39.10	289.73	0.14	10.60	1.47	0.03	25.46	80.39	17.79	1.14	151
Молоко кипяченое	230	6.67	5.75	11.04	124.20	0.09	2.99	0.00	0.05	276.00	207.00	32.20	0.23	116
Итого	605	14.36	13.72	112.51	684.27	0.34	43.29	2.66	0.08	325.23	370.55	174.73	3.15	
<b>Ужин</b>														
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	115	1.21	0.16	4.14	23.85	0.07	90.71	0.59	0.00	15.25	28.15	16.03	0.75	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	115	1.09	0.12	2.99	18.98	0.01	11.50	0.46	0.01	18.98	33.93	16.68	0.81	29
Пельмени мясные отварные	250	23.25	22.25	48.45	411.33	0.17	2.89	3.14	0.08	54.95	239.88	31.33	3.14	87
Сметана	35	0.95	3.50	1.37	41.65	0.01	0.18	0.11	0.02	31.50	21.70	3.50	0.04	165
Напиток из шиповника	219	0.75	0.31	29.14	142.94	0.01	219.00	0.83	0.00	13.99	3.72	3.72	0.75	133
Хлеб пшеничный	58	4.45	0.44	25.88	110.64	0.06	0.00	0.58	0.00	11.75	34.89	7.47	0.59	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	52	6.73	0.85	40.28	171.92	0.12	0.00	1.06	0.00	23.83	89.53	23.73	1.94	159
Итого	712	32.81	27.03	122.46	787.83	0.32	233.57	5.61	0.11	143.41	389.42	79.14	6.69	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Баранки, сушки, бублики	41	3.28	2.58	24.60	82.00	0.07	0.00	0.59	0.00	9.84	36.31	7.15	0.59	ГП
Итого	271	10.44	10.75	35.08	232.78	0.15	1.79	0.59	0.08	316.51	279.09	42.92	0.85	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		124.47	130.50	585.84	4050.35	4.43	528.92	25.92	0.88	1864.69	2344.73	609.64	26.83	
<b>Суточная потребность</b>		88.55	90.85	385.25	2702.50	1.38	69.00	11.50	0.81	1265.00	1265.00	287.50	13.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		140.57	143.64	152.07	149.87	320.97	766.55	225.43	108.95	147.41	185.35	212.05	194.41	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 7-11 лет (изоляция)														
Вторая неделя														
Четверг														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша "Янтарная"	230	9.28	10.49	41.55	298.99	0.26	3.66	0.84	0.06	176.27	263.89	78.25	2.29	1
Кофейный напиток с молоком	230	5.75	5.41	46.98	264.20	0.12	2.69	0.09	0.05	254.63	239.66	51.43	0.71	115
Колбаса (порциями)	46	7.07	5.52	0.09	77.80	0.03	0.00	0.19	0.00	10.84	98.54	9.90	1.66	17
Масло сливочное (порциями)	14	0.13	8.46	0.15	77.13	0.00	0.00	0.13	0.05	2.80	3.50	0.00	0.03	18
Хлеб пшеничный	69	4.94	0.48	28.74	122.84	0.06	0.00	0.64	0.00	13.04	38.74	8.29	0.66	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
Итого	624	29.49	30.78	132.14	903.26	0.53	6.35	2.38	0.15	469.84	699.63	164.32	6.71	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Вафли , печенье, пряники	35	3.64	5.72	36.46	121.04	0.05	0.00	0.00	0.00	9.72	29.17	6.30	0.48	ГП
Итого	265	3.87	5.95	62.68	236.04	0.05	23.00	1.84	0.00	69.52	123.47	40.80	4.16	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Салат из свеклы с сыром и чесноком	115	4.24	11.53	9.21	123.68	0.02	10.55	3.70	0.03	142.89	103.27	27.22	1.60	32
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом	288	2.42	7.76	11.32	164.57	0.09	42.74	0.41	0.03	68.11	101.83	31.67	1.47	57
Тефтели мясные с рисом	100	8.19	14.57	11.50	310.56	0.14	11.55	0.62	0.04	31.22	96.65	18.75	1.32	71
Соус томатный с овощами	58	0.85	2.99	5.16	51.62	0.02	5.08	0.21	0.02	8.70	13.34	6.35	0.31	163
Макаронные изделия отварные (перья)	173	10.22	7.89	65.16	326.72	0.16	0.00	1.48	0.03	19.75	83.04	14.76	1.50	101
Компот из смеси сухофруктов	219	0.68	0.00	34.59	145.23	0.01	0.62	0.13	0.01	69.71	23.96	9.34	1.92	129
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	46	3.05	0.55	19.24	81.88	0.08	0.00	0.64	0.00	16.10	72.68	21.62	1.79	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	64	8.44	1.08	50.62	216.03	0.15	0.00	1.35	0.00	30.43	115.54	30.87	2.53	159
Итого	1080	35.72	45.88	190.57	1353.76	0.61	71.74	7.92	0.18	392.04	548.27	142.19	10.81	

<b>Полдник</b>														
Фрукты	275	1.08	1.08	26.38	126.55	0.11	29.70	1.19	0.00	23.77	83.16	124.74	1.78	ГП
Расстегай с рыбой	100	6.39	8.20	35.15	240.37	0.11	25.44	1.51	0.04	46.50	74.25	16.86	1.10	154
Чай с лимоном	230	0.05	0.00	29.98	122.29	0.00	1.85	0.01	0.00	3.02	1.50	0.83	0.16	140
Итого	605	7.52	9.28	91.51	489.21	0.22	56.99	2.72	0.04	73.29	158.90	142.43	3.04	
<b>Ужин</b>														
Салат из красной фасоли с морковью	115	8.87	5.36	16.31	140.54	0.28	26.21	2.61	0.00	74.46	184.62	55.60	2.38	38
Картофельная запеканка с мясом или субпродуктами	230	26.07	43.85	33.57	409.24	0.63	37.90	2.13	0.06	42.35	354.75	75.90	4.59	75
Напиток из малины и смородины	230	0.31	0.16	19.91	84.35	0.01	38.81	0.23	0.00	13.63	12.08	9.14	0.48	146
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	58	7.65	0.94	45.61	194.71	0.13	0.00	1.18	0.00	26.27	96.85	25.32	2.07	159
Итого	679	42.86	50.31	115.21	828.05	1.05	102.93	6.15	0.06	156.67	648.25	165.98	9.52	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Итого	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		126.62	150.37	602.59	3961.10	2.53	262.79	21.01	0.51	1468.03	2421.30	691.49	34.51	
<b>Суточная потребность</b>		88.55	90.85	385.25	2702.50	1.38	69.00	11.50	0.81	1265.00	1265.00	287.50	13.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		142.99	165.51	156.42	146.57	183.60	380.86	182.68	63.45	116.05	191.41	240.52	250.07	



Дети 7-11 лет (изолятор)														
Вторая неделя														
Пятница														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша "Боярская"	230	9.19	9.90	42.08	300.83	0.23	1.84	0.21	0.06	188.00	225.02	53.72	1.36	5
Какао с молоком	219	6.78	5.59	38.33	199.84	0.09	2.56	0.01	0.05	242.99	206.08	46.21	1.24	114
Колбаса (порциями)	46	7.07	5.52	0.09	77.80	0.03	0.00	0.19	0.00	10.84	98.54	9.90	1.66	17
Яйца вареные	40	5.10	4.60	0.30	63.00	0.03	0.00	0.20	0.10	22.00	77.00	5.00	1.00	145
Хлеб пшеничный	58	4.45	0.44	25.88	110.64	0.06	0.00	0.58	0.00	11.75	34.89	7.47	0.59	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
Итого	628	34.91	26.46	121.31	814.40	0.50	4.40	1.68	0.20	487.83	696.83	138.74	7.22	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Фрукты	275	1.08	1.08	26.38	126.55	0.11	29.70	1.19	0.00	23.77	83.16	124.74	1.78	ГП
Итого	505	1.31	1.31	52.60	241.55	0.11	52.70	3.03	0.00	83.57	177.46	159.24	5.46	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	115	1.84	11.62	11.04	98.90	0.05	31.97	5.18	0.06	50.60	36.80	19.55	0.69	24
или Салат овощной с зеленым горошком*	115	3.22	9.38	12.02	111.33	0.12	12.19	3.81	0.02	24.45	77.51	28.87	1.07	40
Суп из овощей с фасолью	288	13.32	8.05	24.51	211.17	0.41	39.39	3.92	0.00	111.89	277.41	83.55	3.57	61
Печень, запеченная с луком	115	25.96	18.99	14.92	336.01	0.46	60.88	7.76	11.13	56.02	459.51	30.28	9.92	77
Картофель, запеченный из отварного	207	9.22	16.30	49.04	312.13	0.37	60.26	5.23	0.05	161.68	245.78	74.64	2.92	109
Кисель из смородины	230	0.30	0.12	31.60	130.61	0.01	57.50	0.21	0.00	13.83	14.80	8.91	0.45	119
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	46	3.05	0.55	19.24	81.88	0.08	0.00	0.64	0.00	16.10	72.68	21.62	1.79	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	64	8.44	1.08	50.62	216.03	0.15	0.00	1.35	0.00	30.43	115.54	30.87	2.53	159
Итого	1082	61.14	53.96	185.70	1332.63	1.53	231.42	22.30	11.20	419.54	1201.19	260.35	20.62	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Компот из груш с лимоном	230	0.30	0.18	29.12	121.53	0.01	6.10	0.24	0.00	14.84	10.97	7.87	1.44	124
Сырники из творога со сгущенным молоком (270/30)	300	56.45	29.57	55.49	543.55	0.33	1.43	1.23	0.21	487.92	377.63	72.91	1.88	12
<b>Итого</b>	<b>530</b>	<b>56.75</b>	<b>29.75</b>	<b>84.61</b>	<b>665.08</b>	<b>0.34</b>	<b>7.53</b>	<b>1.47</b>	<b>0.21</b>	<b>502.76</b>	<b>388.60</b>	<b>80.78</b>	<b>3.32</b>	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с картофелем и луком	115	9.46	15.28	10.24	118.65	0.08	11.67	4.54	0.02	71.82	171.28	68.26	1.61	51
Куриное филе в сметанном соусе	104	5.90	23.72	3.26	181.62	0.10	8.83	4.01	0.06	46.75	164.15	20.73	1.41	85
Каша перловая рассыпчатая с овощами	173	5.42	7.54	37.39	239.58	0.09	6.29	3.81	0.00	42.73	119.68	27.96	1.25	99
Напиток яблочный	230	0.12	0.12	30.36	123.64	0.01	2.88	0.06	0.00	5.43	3.16	2.59	0.71	137
Хлеб пшеничный	69	4.94	0.48	28.74	122.84	0.06	0.00	0.64	0.00	13.04	38.74	8.29	0.66	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	58	7.29	0.90	43.54	185.86	0.12	0.00	1.14	0.00	25.33	94.06	24.72	2.02	159
<b>Итого</b>	<b>726</b>	<b>28.16</b>	<b>47.57</b>	<b>124.62</b>	<b>848.63</b>	<b>0.41</b>	<b>29.66</b>	<b>13.55</b>	<b>0.08</b>	<b>192.02</b>	<b>552.31</b>	<b>144.28</b>	<b>7.00</b>	
<b>2 ужин</b>														
Вафли , печенье, пряники	35	3.64	5.72	36.46	144.38	0.05	0.00	0.00	0.00	9.72	29.17	6.30	0.48	ГП
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
<b>Итого</b>	<b>265</b>	<b>10.80</b>	<b>13.89</b>	<b>46.93</b>	<b>295.15</b>	<b>0.13</b>	<b>1.79</b>	<b>0.00</b>	<b>0.08</b>	<b>316.39</b>	<b>271.94</b>	<b>42.08</b>	<b>0.74</b>	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		193.07	172.95	615.78	4197.44	3.01	327.49	42.03	11.78	2002.10	3288.33	825.47	44.36	
<b>Суточная потребность</b>		88.55	90.85	385.25	2702.50	1.38	69.00	11.50	0.81	1265.00	1265.00	287.50	13.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		218.04	190.37	159.84	155.32	218.34	474.63	365.49	1462.84	158.27	259.95	287.12	321.44	

Дети 7-11 лет (изолятор)														
Вторая неделя														
Суббота														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Вареники с картофелем и маслом	230	11.04	10.12	66.24	318.32	0.22	1.36	6.46	0.03	153.58	194.76	32.29	1.54	88
Кофейный напиток с молоком	230	5.75	5.41	46.98	264.20	0.12	2.69	0.09	0.05	254.63	239.66	51.43	0.71	115
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	115	1.04	0.17	3.28	20.13	0.06	18.40	0.46	0.00	17.83	32.20	19.55	0.81	39
или Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства*	115	2.19	10.24	8.86	136.85	0.02	8.05	3.57	0.00	47.15	42.55	17.25	0.81	147
Хлеб пшеничный	58	4.45	0.44	25.88	110.64	0.06	0.00	0.58	0.00	11.75	34.89	7.47	0.59	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
Итого	668	24.59	16.55	157.01	775.58	0.51	22.45	8.09	0.08	450.04	556.81	127.19	5.02	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Вафли , печенье, пряники	35	3.64	5.72	36.46	121.04	0.05	0.00	0.00	0.00	9.72	29.17	6.30	0.48	ГП
Итого	265	3.87	5.95	62.68	236.04	0.05	23.00	1.84	0.00	69.52	123.47	40.80	4.16	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Салат Обжорка	115	4.73	4.27	5.36	155.53	0.08	6.50	0.44	0.01	43.91	90.52	30.26	1.18	37
Солянка из птицы	288	6.09	16.13	26.00	322.72	0.09	18.41	0.63	0.02	38.29	96.10	23.26	1.57	52
Капуста тушенная со свиной	230	12.17	11.49	14.46	354.78	0.36	106.47	2.96	0.00	127.50	170.14	55.19	2.54	81
Компот из кураги	207	2.07	1.08	25.89	151.27	0.02	0.83	1.14	0.00	33.90	30.22	21.74	0.75	121
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	46	3.05	0.55	19.24	81.88	0.08	0.00	0.64	0.00	16.10	72.68	21.62	1.79	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	64	8.44	1.08	50.62	216.03	0.15	0.00	1.35	0.00	30.43	115.54	30.87	2.53	159
Итого	967	34.18	34.09	125.32	1215.67	0.71	133.40	6.53	0.03	295.27	513.16	164.54	8.72	

\*с 1 января по 30 июня

<b>Полдник</b>														
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
Фрукты	275	4.45	1.48	62.37	270.34	0.11	29.70	1.19	0.00	23.77	83.16	124.74	1.78	ГП
Молоко кипяченое	230	6.67	5.75	11.04	124.20	0.09	2.99	0.00	0.05	276.00	207.00	32.20	0.23	116
Итого	605	21.52	12.23	84.01	523.54	0.30	33.19	1.29	0.08	463.77	510.16	179.94	2.41	
<b>Ужин</b>														
Пекинская капуста с огурцом и сыром	115	5.23	13.23	3.25	119.91	0.03	27.38	3.71	0.05	186.70	114.39	19.85	0.70	42
или Маринад овощной*	115	1.77	11.63	10.53	155.45	0.08	12.28	5.64	0.00	43.73	67.74	41.16	0.94	113
Рыба, тушеная в сметанном соусе	115	21.77	14.25	5.65	148.86	0.24	8.06	4.72	0.03	56.11	168.77	43.82	1.04	93
Картофельное пюре	230	4.98	8.31	33.64	229.99	0.26	39.55	0.29	0.05	69.93	148.58	50.20	1.87	105
Чай с сахаром	230	0.23	0.00	22.99	91.93	0.00	0.00	0.00	0.00	14.01	9.20	6.90	0.94	139
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	58	7.65	0.94	45.61	194.71	0.13	0.00	1.18	0.00	26.27	96.85	25.32	2.07	159
Итого	794	39.82	36.73	110.96	784.60	0.67	74.99	9.90	0.13	352.97	537.75	146.10	6.63	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Итого	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		131.15	113.72	550.45	3686.21	2.32	288.82	27.65	0.40	1938.24	2484.13	694.34	27.20	
<b>Суточная потребность</b>		88.55	90.85	385.25	2702.50	1.38	69.00	11.50	0.81	1265.00	1265.00	287.50	13.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		148.11	125.18	142.88	136.40	167.87	418.58	240.45	49.45	153.22	196.37	241.51	197.10	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 7-11 лет (изолятор)														
Вторая неделя														
Воскресенье														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Омлет с сыром	190	17.21	25.39	3.61	284.86	0.09	1.01	0.65	0.32	117.07	181.80	26.21	2.12	16
Чай с молоком	219	3.24	3.69	41.08	210.86	0.05	1.51	0.00	0.03	139.75	104.34	16.46	0.23	141
Масло сливочное (порциями)	14	0.13	8.46	0.15	77.13	0.00	0.00	0.13	0.05	2.80	3.50	0.00	0.03	18
Горошек консервированный	115	3.57	0.23	7.48	46.00	0.13	0.69	0.23	0.00	23.00	71.30	24.15	0.81	21
Хлеб пшеничный	58	4.45	0.44	25.88	110.64	0.06	0.00	0.58	0.00	11.75	34.89	7.47	0.59	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
Итого	631	30.91	38.63	92.84	791.78	0.38	3.21	2.08	0.41	306.61	451.12	90.74	5.14	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	35	0.18	0.00	21.00	84.88	0.00	0.00	0.00	0.00	5.25	2.63	1.75	0.44	ГП
Итого	265	0.41	0.23	47.22	199.88	0.00	23.00	1.84	0.00	65.05	96.93	36.25	4.12	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Салат из моркови с сыром и чесноком	115	4.05	5.80	7.25	150.96	0.07	5.20	4.00	0.03	133.66	114.53	42.60	0.86	33
Суп картофельный с бобовыми и копченостями	288	12.37	13.78	28.09	330.83	0.60	32.57	1.09	0.02	91.51	200.42	82.33	5.37	54
Рыба, запеченная под маринадом	115	7.60	12.70	6.34	187.75	0.21	7.03	4.61	0.02	34.88	197.25	36.10	0.91	95
Рис отварной	150	3.94	3.58	41.38	196.80	0.04	0.00	0.27	0.02	5.47	85.00	27.92	0.57	103
Компот из брусники (клюквы)	230	0.24	0.17	26.93	112.23	0.00	5.18	0.35	0.00	9.35	5.52	2.42	0.22	123
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	46	3.05	0.55	19.24	81.88	0.08	0.00	0.64	0.00	16.10	72.68	21.62	1.79	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	64	8.44	1.08	50.62	216.03	0.15	0.00	1.35	0.00	30.43	115.54	30.87	2.53	159
Итого	1025	37.32	37.15	163.60	1209.95	1.07	51.17	11.69	0.10	326.55	728.90	225.47	10.61	

<b>Полдник</b>														
Фрукты	275	1.08	1.08	26.38	126.55	0.11	29.70	1.19	0.00	23.77	83.16	124.74	1.78	ГП
Блинчики с ягодной начинкой	110	6.30	7.00	39.64	514.20	1.10	0.40	0.98	0.12	73.70	152.78	18.94	1.98	156
Напиток ягодный	230	0.29	0.16	19.95	84.47	0.01	27.60	0.26	0.00	12.13	9.89	6.90	0.39	138
Итого	615	7.67	8.24	85.98	725.21	1.22	57.70	2.44	0.12	109.60	245.83	150.58	4.15	
<b>Ужин</b>														
Салат из картофеля с рыбой	115	10.42	10.01	11.39	177.49	0.17	15.92	3.82	0.01	24.77	129.74	30.22	0.97	47
Печень говяжья по-строгановски	115	13.73	14.27	1.07	164.07	0.21	13.35	0.83	11.03	24.09	173.18	14.58	5.22	84
Макаронные изделия отварные (рожки)	173	10.22	7.89	65.16	326.72	0.16	0.00	1.48	0.03	19.75	83.04	14.76	1.50	101
Компот Витаминный	219	4.76	1.29	27.21	169.29	0.03	110.38	1.61	0.00	42.27	33.84	24.86	1.10	126
Хлеб пшеничный	69	5.30	0.52	30.79	131.62	0.07	0.00	0.69	0.00	13.97	41.50	8.88	0.71	ГП
Хлеб ржаной	35	2.32	0.42	14.64	62.30	0.06	0.00	0.49	0.00	12.25	55.30	16.45	1.37	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	58	7.65	0.94	45.61	194.71	0.13	0.00	1.18	0.00	26.27	96.85	25.32	2.07	159
Итого	726	46.74	34.39	150.26	853.99	0.70	139.64	8.92	11.07	137.10	516.61	109.76	10.85	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Итого	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	
Норма соли на весь день	6 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		130.21	126.82	550.37	3931.59	3.46	276.51	26.97	11.78	1251.58	2282.16	648.57	35.14	
<b>Суточная потребность</b>		88.55	90.85	385.25	2702.50	1.38	69.00	11.50	0.81	1265.00	1265.00	287.50	13.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		147.05	139.59	142.86	145.48	250.65	400.74	234.48	1463.49	98.94	180.41	225.59	254.62	

Средние показатели пищевых веществ, энергетической ценности, витаминов и минеральных веществ												
	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
	Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
<b>Итого за 14 дней</b>	1949.60	1919.56	8314.70	56205.41	39.12	4761.47	385.08	30.75	22828.60	34337.45	10985.18	556.11
<b>Среднее значение</b>	139.26	137.11	593.91	4014.67	2.79	340.11	27.51	2.20	1630.61	2452.67	784.66	39.72
<b>Соотношение Б:Ж:У</b>	1.0	1.0	4.0						1.0	1.5		
<b>Суточная потребность +15%</b>	88.55	90.85	385.25	2702.50	1.38	69.00	11.50	0.81	1265.00	1265.00	287.50	13.80
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>	157.26	150.92	154.16	148.55	202.51	492.91	239.18	272.87	128.90	193.89	272.92	287.84

Дети 12 лет и старше (основное меню)														
Первая неделя														
Понедельник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша рисовая молочная жидкая	220	7.03	9.44	42.84	260.34	0.09	1.88	0.24	0.06	181.36	192.38	40.35	0.61	2
Какао с молоком	200	6.19	5.10	35.00	182.50	0.08	2.34	0.01	0.04	221.90	188.20	42.20	1.14	114
Масло сливочное (порциями)	15	0.14	9.07	0.16	82.64	0.00	0.00	0.14	0.05	3.00	3.75	0.00	0.03	18
Колбаса (порциями)	36	5.55	4.33	0.07	61.05	0.02	0.00	0.15	0.00	8.51	77.33	7.77	1.30	17
Хлеб пшеничный	45	3.45	0.34	20.08	85.84	0.05	0.00	0.45	0.00	9.11	27.07	5.79	0.46	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
Итого	566	25.67	28.88	119.06	761.36	0.32	4.22	1.69	0.15	441.38	567.73	119.61	5.49	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Вафли , печенье, пряники	30	3.12	4.90	31.25	123.75	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
Итого	230	3.32	5.10	54.05	223.75	0.04	20.00	1.60	0.00	60.33	107.00	35.40	3.61	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	150	1.58	0.21	5.40	31.11	0.09	118.32	0.77	0.00	19.89	36.72	20.91	0.98	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	150	1.43	0.15	3.90	24.75	0.02	15.00	0.60	0.02	24.75	44.25	21.75	1.05	29
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	300	6.80	7.36	23.62	388.10	0.16	22.80	0.42	0.02	33.36	117.14	34.24	1.80	56
Биточки рыбные	120	12.94	10.28	9.52	272.98	0.24	1.09	1.79	0.06	53.41	110.53	35.65	1.09	94
Рагу из овощей	230	4.13	12.25	14.02	308.89	0.21	86.94	4.70	0.02	59.78	44.64	42.78	1.47	110
или Овощи запеченные	230	4.27	13.01	25.82	238.83	0.23	200.71	6.45	0	68.74	109.31	50.86	2.07	111
Компот из свежих ягод	200	0.25	0.14	23.34	97.39	0.01	24.00	0.23	0.00	10.73	8.60	6.00	0.36	122
Хлеб пшеничный	100	7.68	0.75	44.63	190.75	0.10	0.00	1.00	0.00	20.25	60.15	12.88	1.03	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	80	10.99	1.35	65.54	279.75	0.19	0.00	1.70	0.00	37.75	139.15	36.38	2.98	159
Итого	1160	37.34	31.64	144.43	1393.12	0.91	254.15	9.64	0.10	232.92	466.78	178.96	8.83	

\*с 1 января по 30 июня



<b>Полдник</b>														
Фрукты	236	3.84	1.27	53.75	232.62	0.09	25.59	1.03	0.00	20.48	71.66	107.49	1.54	ГП
Кекс Творожный	100	10.20	14.96	52.50	306.18	0.08	0.14	0.66	0.12	60.26	112.30	11.78	0.92	150
Молоко кипяченое	200	5.80	5.00	9.60	108.00	0.08	2.60	0.00	0.04	240.00	180.00	28.00	0.20	116
Итого	536	19.84	21.23	115.85	646.80	0.25	28.33	1.69	0.16	320.74	363.96	147.27	2.66	
<b>Ужин</b>														
Салат Столичный	150	18.05	15.78	10.95	189.34	0.18	15.18	0.44	0.06	46.62	199.34	36.06	2.07	41
Говядина, тушеная с черносливом	100	6.09	21.98	6.69	169.65	0.07	5.06	2.83	0.02	23.77	172.15	28.06	2.31	73
Каша гречневая рассыпчатая	180	10.34	8.78	46.7	186.85	0.35	0.00	0.73	0.04	18.34	165.72	243.17	5.48	97
Чай с лимоном	200	0.04	0.00	26.07	106.34	0.00	1.61	0.01	0.00	2.63	1.30	0.72	0.14	140
Хлеб пшеничный	75	5.76	0.56	33.47	123.06	0.08	0.00	0.75	0.00	15.19	45.11	9.66	0.77	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	70	9.07	1.16	54.38	212.06	0.16	0.00	1.45	0.00	32.69	124.11	33.16	2.72	159
Итого	755	43.59	47.70	144.79	864.24	0.76	21.85	5.46	0.12	124.05	662.62	341.17	12.72	
<b>2 ужин</b>														
Баранки, сушки, бублики	40	3.20	2.60	24.40	136.00	0.06	0.00	0.64	0.00	9.60	36.40	7.20	0.64	ГП
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Итого	240	9.43	9.71	33.51	267.11	0.13	1.56	0.64	0.07	276.27	247.51	38.31	0.87	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		139.18	144.26	611.68	4156.39	2.41	330.11	20.72	0.60	1455.69	2415.60	860.72	34.17	
<b>Суточная потребность</b>		90.00	92.00	383.00	2720.00	1.40	70.00	12.00	0.90	1200.00	1200.00	300.00	18.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		154.64	156.81	159.71	152.81	172.33	471.59	172.63	67.17	121.31	201.30	286.91	189.82	

Дети 12 лет и старше (основное меню)														
Первая неделя														
Вторник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Вареники с картофелем и маслом	250	12.00	11.00	72.00	346.00	0.24	1.48	7.02	0.04	166.94	211.70	35.10	1.68	88
Чай с молоком	200	2.81	3.20	35.64	182.94	0.04	1.31	0.00	0.03	121.24	90.52	14.28	0.20	141
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	100	0.90	0.15	2.85	17.50	0.05	16.00	0.40	0.00	15.50	28.00	17.00	0.70	39
или Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства*	100	1.9	8.9	7.7	119	0.02	7	3.1	0	41	37	15	0.7	147
Колбаса (порциями)	36	5.55	4.33	0.07	61.05	0.02	0.00	0.15	0.00	8.51	77.33	7.77	1.30	17
Хлеб пшеничный	45	3.45	0.34	20.08	85.84	0.05	0.00	0.45	0.00	9.11	27.07	5.79	0.46	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
Итого	681	28.02	19.62	151.55	782.33	0.48	18.79	8.72	0.07	338.80	513.62	103.44	6.29	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Вафли , печенье, пряники	30	3.12	4.90	31.25	123.75	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
Итого	230	3.32	5.10	54.05	223.75	0.04	20.00	1.60	0.00	60.33	107.00	35.40	3.61	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Салат из картофеля с рыбой	150	13.59	13.05	14.85	171.51	0.23	20.76	4.98	0.02	32.31	169.23	39.42	1.26	47
Суп Шахтерский	300	8.6	7.55	29.1	310.10	0.17	24.9	0.53	0.02	42.29	59.03	50.42	2.02	55
Котлеты мясо-картофельные полыновски	100	13.67	22.06	9.76	272.46	0.27	10.38	2.31	0.01	27.4	165.65	27.87	2.14	69
Капуста тушеная	230	5.78	6.07	17.62	211.89	0.12	130.99	3.00	0.00	151.82	103.4	52.35	2.04	102
Компот из смеси сухофруктов	200	0.66	0.00	36.33	151.97	0.01	0.60	0.12	0.01	67.29	23.10	9.00	1.87	129
Хлеб пшеничный	100	7.68	0.75	44.63	190.75	0.10	0.00	1.00	0.00	20.25	60.15	12.88	1.03	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	80	10.99	1.35	65.54	279.75	0.19	0.00	1.70	0.00	37.75	139.15	36.38	2.98	159
Итого	1140	53.94	50.13	176.19	1412.58	1.00	188.63	12.67	0.06	376.86	669.56	218.44	12.46	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Компот из груш с лимоном	200	0.26	0.16	25.32	105.68	0.01	5.30	0.21	0.00	12.90	9.54	6.84	1.25	124
Слойка с повидлом	85	3.83	9.78	37.91	205.00	0.10	0.06	1.16	0.05	19.19	66.03	10.50	1.02	155
Фрукты	236	3.84	1.27	53.75	232.62	0.09	25.59	1.03	0.00	20.48	71.66	107.49	1.54	ГП
Итого	521	7.93	11.21	116.98	543.30	0.20	30.95	2.40	0.05	52.57	147.23	124.83	3.81	
<b>Ужин</b>														
Салат Витаминный с яблоком	150	1.65	15.15	15.90	207.00	0.06	23.10	6.90	0.35	45.00	43.50	27.00	1.35	26
или Салат из красной фасоли с морковью*	150	11.56	6.99	21.27	133.3	0.36	34.18	3.4	0	97.12	240.8	72.52	3.105	38
Рыба, запеченная в молочном соусе	120	21.53	13.15	5.1	188.71	0.22	1.68	2.81	0.06	81.58	240.71	36.43	0.71	91
Картофель отварной	230	2.42	4.46	19.47	127.99	0.14	23.8	0.17	0.02	13.22	70.67	27.37	1.08	107
Кисель из брусники (клюквы)	200	0.15	0.10	32.28	131.72	0.00	3.00	0.20	0.00	8.18	7.82	1.40	0.16	117
Хлеб пшеничный	75	5.76	0.56	33.47	123.06	0.08	0.00	0.75	0.00	15.19	45.11	9.66	0.77	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	70	9.07	1.16	54.38	212.06	0.16	0.00	1.45	0.00	32.69	124.11	33.16	2.72	159
Итого	825	44.73	25.86	132.50	793.78	0.88	62.66	8.03	0.08	232.79	684.11	170.88	7.77	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Итого	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		144.16	119.03	640.37	3886.85	2.67	322.59	33.42	0.33	1328.02	2332.63	684.10	34.17	
<b>Суточная потребность</b>		90.00	92.00	383.00	2720.00	1.40	70.00	12.00	0.90	1200.00	1200.00	300.00	18.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		160.18	129.38	167.20	142.90	190.61	460.84	278.50	36.67	110.67	194.39	228.03	189.81	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 12 лет и старше (основное меню)														
Первая неделя														
Среда														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным (200/30)	230	18.33	17.14	41.04	357.12	0.21	1.09	0.67	0.15	360.75	304.30	52.27	1.33	11
Какао с молоком	200	6.19	5.10	35.00	182.50	0.08	2.34	0.01	0.04	221.90	188.20	42.20	1.14	114
Масло сливочное (порциями)	15	0.14	9.07	0.16	82.64	0.00	0.00	0.14	0.05	3.00	3.75	0.00	0.03	18
Сыр (порциями)	18	4.18	5.31	0.00	65.52	0.01	0.13	0.09	0.05	158.40	90.00	6.30	0.18	19
Хлеб пшеничный	45	3.45	0.34	20.08	85.84	0.05	0.00	0.45	0.00	9.11	27.07	5.79	0.46	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
Итого	558	35.60	37.56	117.19	862.61	0.43	3.56	2.06	0.29	770.66	692.32	130.06	5.09	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	30	0.15	0.00	18.00	72.75	0.00	0.00	0.00	0.00	4.50	2.25	1.50	0.38	ГП
Итого	230	0.35	0.20	40.80	172.75	0.00	20.00	1.60	0.00	56.50	84.25	31.50	3.58	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	150	1.58	0.21	5.40	31.11	0.09	118.32	0.77	0.00	19.89	36.72	20.91	0.98	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	150	1.43	0.15	3.90	24.75	0.02	15.00	0.60	0.02	24.75	44.25	21.75	1.05	29
Уха Ростовская	300	8.90	6.06	17.72	283.49	0.22	36.77	1.09	0.04	44.38	140.24	45.49	1.69	66
Котлеты Домашние	100	15.27	20.4	27.07	353.23	0.23	4.76	2.57	0.06	102.54	194.84	27.83	1.77	68
Овощное соте с морковью	230	6.12	11.85	28.61	276.7	0.31	162.92	1.47	0.06	113.11	168.79	88.12	2.84	104
Чай с сахаром	200	0.20	0.00	19.99	79.94	0.00	0.00	0.00	0.00	12.18	8.00	6.00	0.82	139
Хлеб пшеничный	100	7.68	0.75	44.63	190.75	0.10	0.00	1.00	0.00	20.25	60.15	12.88	1.03	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	80	10.99	1.35	65.54	279.75	0.19	0.00	1.70	0.00	37.75	139.15	36.38	2.98	159
Итого	1140	43.71	39.92	167.32	1319.12	1.05	323.77	7.63	0.16	347.85	697.74	227.73	11.23	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	25.57	104.36	0.01	12.00	0.04	0.00	7.52	4.60	2.60	0.13	130
Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустным фаршем	100	6.39	8.20	35.15	240.37	0.11	25.44	1.51	0.04	46.50	74.25	16.86	1.10	152
Фрукты	236	3.84	1.27	53.75	232.62	0.09	25.59	1.03	0.00	20.48	71.66	107.49	1.54	ГП
Итого	536	10.41	9.51	114.47	577.35	0.21	63.03	2.58	0.04	74.50	150.51	126.95	2.77	
<b>Ужин</b>														
Салат из белокочанной капусты с морковью	150	2.40	15.15	14.40	129.00	0.06	41.70	6.75	0.20	66.00	48.00	25.50	0.90	23
или Винегрет овощной*	150	2.04	6.43	9.61	125.39	0.08	15.23	3.01	0.00	38.92	57.50	23.62	1.02	31
Сердце (печень) в соусе сметанном с томатом и луком	100	21.4	9.41	4.55	219.99	0.35	9.53	0.71	0.05	34.95	166.75	25.8	4.63	83
Картофельное пюре	230	4.98	8.31	33.64	229.99	0.26	39.55	0.29	0.05	69.93	148.58	50.20	1.87	105
Напиток из шиповника	200	0.68	0.28	26.61	130.54	0.01	200.00	0.76	0.00	12.78	3.40	3.40	0.68	133
Хлеб пшеничный	35	2.69	0.26	15.62	66.76	0.04	0.00	0.35	0.00	7.09	21.05	4.51	0.36	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	45	6.00	0.86	36.53	155.76	0.12	0.00	1.05	0.00	24.59	100.05	28.01	2.31	159
Итого	765	35.10	25.29	110.94	861.67	0.82	264.31	5.82	0.10	181.17	476.28	131.03	10.51	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Баранки, сушки, бублики	40	3.20	2.60	24.40	136.00	0.06	0.00	0.64	0.00	9.60	36.40	7.20	0.64	ГП
Итого	240	9.43	9.71	33.51	267.11	0.13	1.56	0.64	0.07	276.27	247.51	38.31	0.87	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		134.59	122.19	584.22	4060.62	2.64	676.23	20.33	0.66	1706.95	2348.61	685.58	34.03	
<b>Суточная потребность</b>		90.00	92.00	383.00	2720.00	1.40	70.00	12.00	0.90	1200.00	1200.00	300.00	18.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		149.54	132.82	152.54	149.29	188.76	966.04	169.38	73.84	142.25	195.72	228.53	189.07	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 12 лет и старше (основное меню)														
Первая неделя														
Четверг														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Каша манная молочная жидкая	220	8.34	9.65	39.58	241.86	0.66	1.91	0.68	0.06	214.66	272.95	40.88	0.93	4
Кофейный напиток с молоком	200	5.00	4.70	40.85	229.74	0.10	2.34	0.08	0.04	221.42	208.40	44.72	0.62	115
Яйца вареные	40	5.10	4.60	0.30	63.00	0.03	0.00	0.20	0.10	22.00	77.00	5.00	1.00	145
Колбаса (порциями)	36	5.55	4.33	0.07	61.05	0.02	0.00	0.15	0.00	8.51	77.33	7.77	1.30	17
Хлеб пшеничный	45	3.45	0.34	20.08	85.84	0.05	0.00	0.45	0.00	9.11	27.07	5.79	0.46	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
Итого	591	30.75	24.22	121.79	770.49	0.94	4.25	2.26	0.20	493.20	741.75	127.66	6.26	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Вафли , печенье, пряники	30	3.12	4.90	31.25	123.75	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
Итого	230	3.32	5.10	54.05	223.75	0.04	20.00	1.60	0.00	60.33	107.00	35.40	3.61	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Кукуруза с яйцом и рыбой	150	23.06	14.07	5.48	241.02	0.21	4.71	5.70	0.09	77.57	335.31	99.74	2.27	43
Суп картофельный с фрикадельками	300	4.67	7.28	34.4	302.64	0.28	47.17	0.54	0.04	55.81	139.98	55.31	2.22	63
Плов из свинины	200	15.26	10.81	30.84	413.87	0.10	5.60	0.69	0.03	34.34	112.85	49.03	2.22	78
Компот из изюма	200	5.40	0.69	20.11	164.10	0.05	0.00	0.15	0.00	24.60	38.70	12.60	0.96	120
Хлеб пшеничный	100	7.68	0.75	44.63	190.75	0.10	0.00	1.00	0.00	20.25	60.15	12.88	1.03	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	80	10.99	1.35	65.54	279.75	0.19	0.00	1.70	0.00	37.75	139.15	36.38	2.98	159
Итого	1010	60.03	34.25	159.36	1416.28	0.84	58.48	8.81	0.16	248.07	775.99	256.06	10.80	

<b>Полдник</b>														
Фрукты	236	3.84	1.27	53.75	232.62	0.09	25.59	1.03	0.00	20.48	71.66	107.49	1.54	ГП
Бисквит морковный	100	5.01	18.14	45.78	306.58	0.08	1.30	0.85	0.11	25.94	65.59	16.05	0.91	149
Компот из смородины чёрной	200	0.30	0.12	17.16	73.05	0.01	60.00	0.21	0.00	11.25	9.90	9.30	0.44	127
Итого	536	9.15	19.53	116.69	612.25	0.18	86.89	2.09	0.11	57.67	147.15	132.84	2.89	
<b>Ужин</b>														
Салат из свеклы с сыром и чесноком	150	5.54	15.05	12.02	161.33	0.03	13.76	4.83	0.05	186.38	134.70	35.51	2.09	32
Поджарка из рыбы	120	13.07	16.10	7.41	158.39	0.33	14.15	5.59	0.03	64.17	137.55	45.52	1.30	92
Картофель, запеченный из отварного	230	10.25	18.11	54.48	286.81	0.41	66.96	5.81	0.05	179.64	273.09	82.93	3.25	109
Компот из яблок с лимоном	200	0.26	0.21	31.06	129.62	0.02	7.80	0.11	0.00	11.58	7.04	5.34	1.22	125
Хлеб пшеничный	75	5.76	0.56	33.47	123.06	0.08	0.00	0.75	0.00	15.19	45.11	9.66	0.77	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	70	9.07	1.16	54.38	212.06	0.16	0.00	1.45	0.00	32.69	124.11	33.16	2.72	159
Итого	825	38.19	50.63	159.35	948.21	0.95	102.67	17.79	0.13	474.46	676.49	202.46	10.58	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Баранки, сушки, бублики	40	3.20	2.60	24.40	136.00	0.06	0.00	0.64	0.00	9.60	36.40	7.20	0.64	ГП
Итого	240	9.43	9.71	33.51	267.11	0.13	1.56	0.64	0.07	276.27	247.51	38.31	0.87	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		150.86	143.44	644.74	4238.09	3.08	273.85	33.19	0.67	1610.00	2695.89	792.73	35.00	
<b>Суточная потребность</b>		90.00	92.00	383.00	2720.00	1.40	70.00	12.00	0.90	1200.00	1200.00	300.00	18.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		167.63	155.92	168.34	155.81	220.19	391.21	276.58	74.44	134.17	224.66	264.24	194.44	

Дети 12 лет и старше (основное меню)														
Первая неделя														
Пятница														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Вареники с картофелем и маслом	250	12.00	11.00	72.00	346.00	0.24	1.48	7.02	0.04	166.94	211.70	35.10	1.68	88
Чай с сахаром	200	0.20	0.00	19.99	79.94	0.00	0.00	0.00	0.00	12.18	8.00	6.00	0.82	139
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	100	0.90	0.15	2.85	17.50	0.05	16.00	0.40	0.00	15.50	28.00	17.00	0.70	39
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	100	0.95	0.10	2.60	16.50	0.01	10.00	0.40	0.01	16.50	29.50	14.50	0.70	29
Хлеб пшеничный	45	3.45	0.34	20.08	85.84	0.05	0.00	0.45	0.00	9.11	27.07	5.79	0.46	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
Итого	645	19.86	12.09	135.83	618.28	0.42	17.48	8.57	0.04	221.23	353.77	87.39	5.61	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Вафли , печенье, пряники	30	3.12	4.90	31.25	123.75	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
Итого	230	3.32	5.10	54.05	223.75	0.04	20.00	1.60	0.00	60.33	107.00	35.40	3.61	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Кукуруза консервированная	150	5.51	1.01	28.05	145.29	0.05	12.03	0.08	0.00	105.21	102.71	32.57	0.90	22
Рассольник Ленинградский с мясом	300	6.36	7.27	19.02	167.67	0.14	20.60	0.38	0.02	28.78	50.04	34.07	1.60	59
Котлеты Особые	100	14.91	13.18	21.36	264.31	0.13	5.79	0.85	0.04	57.08	161.63	24.93	1.95	70
Соус томатный с овощами	50	0.73	2.58	4.45	44.50	0.02	4.38	0.18	0.02	7.50	11.50	5.47	0.27	163
Картофельное пюре	230	4.98	8.31	33.64	229.99	0.26	39.55	0.29	0.05	69.93	148.58	50.20	1.87	105
Компот Витаминный	200	4.34	1.18	24.85	154.60	0.03	100.80	1.48	0.00	38.60	30.90	22.70	1.00	126
Фрукты	236	3.84	1.27	53.75	232.62	0.09	25.59	1.03	0.00	20.48	71.66	107.49	1.54	ГП
Хлеб пшеничный	100	7.68	0.75	44.63	190.75	0.10	0.00	1.00	0.00	20.25	60.15	12.88	1.03	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	80	10.99	1.35	65.54	279.75	0.19	0.00	1.70	0.00	37.75	139.15	36.38	2.98	159
Итого	1426	52.30	36.20	253.64	1533.63	0.92	209.74	6.02	0.13	383.33	726.17	316.81	12.25	

\*с 1 января по 30 июня\*



<b>Полдник</b>														
Напиток лимонный	200	0.14	0.02	25.43	105.19	0.01	6.40	0.03	0.00	7.15	3.52	1.92	0.17	131
Сырники с морковью с молоком сгущенным (200/30)	230	34.47	16.05	39.92	457.06	0.22	2.90	0.91	0.10	257.17	376.91	54.96	1.51	14
<b>Итого</b>	<b>430</b>	<b>34.61</b>	<b>16.07</b>	<b>65.35</b>	<b>562.25</b>	<b>0.23</b>	<b>9.30</b>	<b>0.94</b>	<b>0.10</b>	<b>264.32</b>	<b>380.43</b>	<b>56.88</b>	<b>1.68</b>	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с луком	150	10.71	23.58	5.63	211.25	0.05	4.73	5.60	0.05	104.63	139.68	92.94	1.94	48
Свинина, тушенная с овощами	220	17.13	25.16	21.11	275.94	0.72	81.25	3.31	0.00	43.27	262.93	67.94	3.28	80
Напиток из облепихи	200	0.12	0.54	21.53	91.99	0.50	20.00	0.50	0.00	2.83	0.90	3.00	0.21	136
Хлеб пшеничный	75	5.76	0.56	33.47	123.06	0.08	0.00	0.75	0.00	15.19	45.11	9.66	0.77	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	70	9.07	1.16	54.38	212.06	0.16	0.00	1.45	0.00	32.69	124.11	33.16	2.72	159
<b>Итого</b>	<b>695</b>	<b>37.03</b>	<b>50.44</b>	<b>102.65</b>	<b>791.24</b>	<b>1.43</b>	<b>105.98</b>	<b>10.86</b>	<b>0.05</b>	<b>183.42</b>	<b>527.62</b>	<b>197.04</b>	<b>8.15</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>6.23</b>	<b>7.11</b>	<b>9.11</b>	<b>131.11</b>	<b>0.07</b>	<b>1.56</b>	<b>0.00</b>	<b>0.07</b>	<b>266.67</b>	<b>211.11</b>	<b>31.11</b>	<b>0.23</b>	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эв/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		153.35	127.01	620.63	3860.26	3.11	364.06	27.99	0.39	1379.30	2306.10	724.63	31.53	
<b>Суточная потребность</b>		90.00	92.00	383.00	2720.00	1.40	70.00	12.00	0.90	1200.00	1200.00	300.00	18.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		170.39	138.06	162.04	141.92	222.04	520.09	233.25	43.33	114.94	192.18	241.54	175.17	

Дети 12 лет и старше (основное меню)														
Первая неделя														
Суббота														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша Рябчик	220	9.02	9.04	47.54	308.37	0.2	1.62	0.4	0.07	160.52	209.78	132.96	2.3	6
Чай с молоком	200	2.81	3.20	35.64	182.94	0.04	1.31	0.00	0.03	121.24	90.52	14.28	0.20	141
Масло сливочное (порциями)	15	0.14	9.07	0.16	82.64	0.00	0.00	0.14	0.05	3.00	3.75	0.00	0.03	18
Фрукты	236	3.84	1.27	53.75	232.62	0.09	25.59	1.03	0.00	20.48	71.66	107.49	1.54	ГП
Хлеб пшеничный	45	3.45	0.34	20.08	85.84	0.05	0.00	0.45	0.00	9.11	27.07	5.79	0.46	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
Итого	766	22.57	23.52	178.08	981.40	0.46	28.52	2.72	0.15	331.85	481.78	284.02	6.47	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Вафли , печенье, пряники	30	3.12	4.90	31.25	123.75	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
Итого	230	3.32	5.10	54.05	223.75	0.04	20.00	1.60	0.00	60.33	107.00	35.40	3.61	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Салат "Степной" из разных овощей	150	3.05	10.85	14.13	167.64	0.14	21.63	5.09	0.00	50.64	86.64	36.29	1.31	30
Свекольник с мясом	300	6.28	6.78	20.78	205.06	0.13	28.44	0.47	0.02	75.84	81.74	46.50	2.53	58
Гуляш из говядины	100	15.11	21.39	4.47	255.62	0.26	4.86	2.65	0.03	22.20	168.87	22.98	2.42	72
Картофель, запеченный дольками	230	5.37	7.96	29.58	241.04	0.32	52.82	3.30	0.00	35.80	155.76	61.42	2.45	108
Компот из смеси сухофруктов	200	0.66	0.00	36.33	151.97	0.01	0.60	0.12	0.01	67.29	23.10	9.00	1.87	129
Хлеб пшеничный	100	7.68	0.75	44.63	190.75	0.10	0.00	1.00	0.00	20.25	60.15	12.88	1.03	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	80	10.99	1.35	65.54	279.75	0.19	0.00	1.70	0.00	37.75	139.15	36.38	2.98	159
Итого	1140	42.11	48.38	173.82	1315.98	1.06	109.35	13.36	0.06	307.52	665.26	215.57	13.71	

<b>Полдник</b>														
Напиток из брусники (клюквы)	200	0.21	0.15	17.43	73.65	0.00	4.50	0.30	0.00	7.95	4.80	2.10	0.17	134
Коржик молочный	100	6.77	12.83	47.20	331.10	0.10	0.10	3.92	0.02	25.62	67.13	10.40	0.85	148
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>17.38</b>	<b>17.98</b>	<b>75.23</b>	<b>687.26</b>	<b>0.20</b>	<b>5.10</b>	<b>4.32</b>	<b>0.05</b>	<b>197.57</b>	<b>291.93</b>	<b>35.50</b>	<b>1.42</b>	
<b>Ужин</b>														
Пекинская капуста с горошком и чесноком	150	3.11	7.68	7.53	112.65	0.08	44.21	3.48	0.00	59.87	57.84	24.84	0.92	20
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	150	1.43	0.15	3.90	24.75	0.02	15.00	0.60	0.02	24.75	44.25	21.75	1.05	29
Птица запеченная	100	12.22	12.65	0.34	144.68	0.14	3.08	1.35	0.06	29.34	144.24	29.33	1.99	86
Овощи запеченные	230	4.27	13.01	25.82	238.83	0.23	200.71	6.45	0.00	68.74	109.31	50.86	2.07	111
Кисель из смородины	200	0.26	0.10	27.48	113.57	0.01	50.00	0.18	0.00	12.03	12.87	7.75	0.39	119
Хлеб пшеничный	75	5.76	0.56	33.47	123.06	0.08	0.00	0.75	0.00	15.19	45.11	9.66	0.77	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	70	9.07	1.16	54.38	212.06	0.16	0.00	1.45	0.00	32.69	124.11	33.16	2.72	159
<b>Итого</b>	<b>805</b>	<b>22.98</b>	<b>27.07</b>	<b>111.92</b>	<b>733.89</b>	<b>0.56</b>	<b>268.79</b>	<b>10.03</b>	<b>0.08</b>	<b>167.55</b>	<b>434.78</b>	<b>142.85</b>	<b>8.22</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>6.23</b>	<b>7.11</b>	<b>9.11</b>	<b>131.11</b>	<b>0.07</b>	<b>1.56</b>	<b>0.00</b>	<b>0.07</b>	<b>266.67</b>	<b>211.11</b>	<b>31.11</b>	<b>0.23</b>	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Мg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		114.58	129.16	602.20	4073.40	2.39	433.32	32.03	0.41	1331.49	2191.86	744.45	33.66	
<b>Суточная потребность</b>		90.00	92.00	383.00	2720.00	1.40	70.00	12.00	0.90	1200.00	1200.00	300.00	18.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		127.31	140.39	157.23	149.76	170.61	619.03	266.88	46.06	110.96	182.66	248.15	186.99	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 12 лет и старше (основное меню)														
Первая неделя														
Воскресенье														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Омлет натуральный	200	16.26	23.94	5.38	302.57	0.11	1.21	0.77	0.34	176.70	291.87	25.96	2.80	15
Кукуруза консервированная	100	3.67	0.67	18.7	96.86	0.03	8.02	0.05	0	70.14	68.47	21.71	0.6	22
Какао с молоком	200	6.19	5.10	35.00	182.50	0.08	2.34	0.01	0.04	221.90	188.20	42.20	1.14	114
Хлеб пшеничный	45	3.45	0.34	20.08	85.84	0.05	0.00	0.45	0.00	9.11	27.07	5.79	0.46	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
Итого	595	32.88	30.65	100.07	756.77	0.35	11.57	1.98	0.38	495.35	654.61	119.16	6.95	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	30	0.15	0.00	18.00	72.75	0.00	0.00	0.00	0.00	4.50	2.25	1.50	0.38	ГП
Итого	230	0.35	0.20	40.80	172.75	0.00	20.00	1.60	0.00	56.50	84.25	31.50	3.58	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Салат из колбасы	150	13.29	12.30	18.32	179.84	0.12	6.18	0.95	0.08	253.28	246.96	47.33	2.45	36
Куриный суп с макаронными изделиями и зеленым горошком	300	7.30	7.18	21.86	220.00	0.19	22.34	0.49	0.04	35.22	113.46	32.50	1.39	53
Поджарка из свинины	100	16.88	37.49	2.61	425.04	0.63	13.08	4.94	0.00	41.33	206.65	31.78	2.33	82
Рис отварной	180	4.73	4.3	49.65	236.16	0.05	0	0.32	0.02	6.56	102	33.5	0.68	103
Компот из апельсинов с яблоками	200	0.48	0.20	32.13	135.04	0.03	27.00	0.14	0.00	19.18	12.50	7.90	0.86	128
Хлеб пшеничный	100	7.68	0.75	44.63	190.75	0.10	0.00	1.00	0.00	20.25	60.15	12.88	1.03	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	80	10.99	1.35	65.54	279.75	0.19	0.00	1.70	0.00	37.75	139.15	36.38	2.98	159
Итого	1090	54.32	62.87	193.10	1490.73	1.22	69.60	8.57	0.14	411.32	830.72	192.39	10.84	

<b>Полдник</b>														
Молоко кипяченое	200	5.80	5.00	9.60	108.00	0.08	2.60	0.00	0.04	240.00	180.00	28.00	0.20	116
Олады	50	3.00	2.75	18.00	142.50	0.06	0.37	1.76	0.01	41.74	52.93	8.78	0.42	157
Молоко сгущенное	10	0.72	0.85	5.55	32.80	0.01	0.10	0.02	0.02	30.70	21.90	3.40	0.02	164
Фрукты	236	3.84	1.27	53.75	232.62	0.09	25.59	1.03	0.00	20.48	71.66	107.49	1.54	ГП
Итого	496	13.36	9.87	86.90	515.92	0.24	28.66	2.80	0.07	332.91	326.49	147.67	2.18	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с зеленым горошком и луком	150	10.5	28.77	6.26	241.82	0.08	4.86	6.59	0.03	92.93	266.94	81.69	1.79	49
Жаркое по-домашнему	220	18.94	11.57	14.16	224.88	0.22	30.72	0.63	0.02	41.37	136.75	49.89	3.33	74
Напиток из облепихи	200	0.12	0.54	21.53	91.99	0.50	20.00	0.50	0.00	2.83	0.90	3.00	0.21	136
Хлеб пшеничный	75	5.76	0.56	33.47	123.06	0.08	0.00	0.75	0.00	15.19	45.11	9.66	0.77	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	70	9.07	1.16	54.38	212.06	0.16	0.00	1.45	0.00	32.69	124.11	33.16	2.72	159
Итого	695	38.63	42.04	96.33	770.75	0.96	55.58	9.17	0.05	169.82	528.70	167.74	8.05	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Итого	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		145.76	152.74	526.30	3838.03	2.84	186.97	24.12	0.71	1732.57	2635.88	689.56	31.82	
<b>Суточная потребность</b>		90.00	92.00	383.00	2720.00	1.40	70.00	12.00	0.90	1200.00	1200.00	300.00	18.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		161.96	166.03	137.42	141.10	202.61	267.10	201.04	78.89	144.38	219.66	229.85	176.75	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 12 лет и старше (основное меню)														
Вторая неделя														
Понедельник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Вареники с картофелем и маслом	250	12.00	11.00	72.00	346.00	0.24	1.48	7.02	0.04	166.94	211.70	35.10	1.68	88
Сметана	30	0.81	3.00	1.17	35.70	0.01	0.15	0.09	0.02	27.00	18.60	3.00	0.03	165
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	100	0.90	0.15	2.85	17.50	0.05	16.00	0.40	0.00	15.50	28.00	17.00	0.70	39
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	100	0.95	0.10	2.60	16.50	0.01	10.00	0.40	0.01	16.50	29.50	14.50	0.70	29
Чай с лимоном	200	0.04	0.00	26.07	106.34	0.00	1.61	0.01	0.00	2.63	1.30	0.72	0.14	140
Хлеб пшеничный	45	3.45	0.34	20.08	85.84	0.05	0.00	0.45	0.00	9.11	27.07	5.79	0.46	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
Итого	775	21.46	15.19	145.68	696.88	0.44	29.24	9.07	0.07	255.18	395.17	99.61	5.66	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Итого	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Морская капуста с яйцом	150	13.04	17.28	24.69	217.37	0.36	16.19	11.91	0.14	353.84	234.06	1386.27	130.83	34
Суп рисовый с мясом	300	8.60	7.55	29.10	157.54	0.17	24.90	0.53	0.02	42.29	59.03	50.42	2.02	62
Бефстроганов из говядины	100	11.5	15.2	3.14	295.44	0.09	4.96	2.43	0.03	37.45	128.05	27.63	2.78	76
Макаронные изделия отварные (рожки)	180	10.55	9.94	67.13	400.42	0.16	0	1.55	0.05	20.93	86.25	15.2	1.54	101
Компот из кураги	200	2.00	1.04	28.00	158.12	0.02	0.80	1.10	0.00	32.84	29.20	21.00	0.73	121
Хлеб пшеничный	100	7.68	0.75	44.63	190.75	0.10	0.00	1.00	0.00	20.25	60.15	12.88	1.03	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	80	10.99	1.35	65.54	279.75	0.19	0.00	1.70	0.00	37.75	139.15	36.38	2.98	159
Итого	1090	57.33	52.41	220.59	1523.54	1.00	47.85	19.25	0.24	543.10	685.74	1539.90	141.03	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Напиток клеквенный	200	0.10	0.04	20.70	85.40	0.00	3.00	0.20	0.00	3.40	2.20	3.00	0.18	145
Фрукты	236	3.84	1.27	53.75	232.62	0.09	25.59	1.03	0.00	20.48	71.66	107.49	1.54	ГП
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
<b>Итого</b>	<b>546</b>	<b>25.89</b>	<b>11.80</b>	<b>91.88</b>	<b>600.53</b>	<b>0.21</b>	<b>29.24</b>	<b>1.70</b>	<b>3.66</b>	<b>181.07</b>	<b>297.72</b>	<b>135.64</b>	<b>2.53</b>	
<b>Ужин</b>														
Горошек консервированный	100	3.10	0.20	6.50	40.00	0.11	0.60	0.20	0.00	20.00	62.00	21.00	0.70	21
Рагу из птицы	200	19.47	19.04	16.39	258.72	0.21	23.73	0.78	0.05	47.17	216.77	46.69	2.29	89
Компот из смородины чёрной	200	0.30	0.12	17.16	73.05	0.01	60.00	0.21	0.00	11.25	9.90	9.30	0.44	127
Слойка с повидлом	85	3.83	9.78	37.91	205.00	0.10	0.06	1.16	0.05	19.19	66.03	10.50	1.02	155
Хлеб пшеничный	75	5.76	0.56	33.47	123.06	0.08	0.00	0.75	0.00	15.19	45.11	9.66	0.77	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	70	9.07	1.16	54.38	212.06	0.16	0.00	1.45	0.00	32.69	124.11	33.16	2.72	159
<b>Итого</b>	<b>610</b>	<b>32.67</b>	<b>30.10</b>	<b>125.84</b>	<b>748.83</b>	<b>0.48</b>	<b>83.79</b>	<b>3.60</b>	<b>0.10</b>	<b>110.30</b>	<b>416.81</b>	<b>99.65</b>	<b>6.47</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Вафли , печенье, пряники	30	3.12	4.90	31.25	123.75	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
<b>Итого</b>	<b>230</b>	<b>9.35</b>	<b>12.01</b>	<b>40.36</b>	<b>254.86</b>	<b>0.11</b>	<b>1.56</b>	<b>0.00</b>	<b>0.07</b>	<b>275.00</b>	<b>236.11</b>	<b>36.51</b>	<b>0.64</b>	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		146.89	121.71	647.14	3924.64	2.24	211.68	35.22	4.14	1416.65	2113.55	1941.31	159.52	
<b>Суточная потребность</b>		90.00	92.00	383.00	2720.00	1.40	70.00	12.00	0.90	1200.00	1200.00	300.00	18.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		163.21	132.30	168.97	144.29	159.90	302.40	293.50	460.00	118.05	176.13	647.10	886.22	

Дети 12 лет и старше (основное меню)														
Вторая неделя														
Вторник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Запеканка из творога с молоком сгущенным или джемом (200/30)	230	35.81	23.73	45.19	340.28	0.25	1.26	0.81	0.21	420.48	331.50	61.36	1.71	10
Какао с молоком	200	6.19	5.10	35.00	182.50	0.08	2.34	0.01	0.04	221.90	188.20	42.20	1.14	114
Колбаса (порциями)	36	5.55	4.33	0.07	61.05	0.02	0.00	0.15	0.00	8.51	77.33	7.77	1.30	17
Масло сливочное (порциями)	15	0.14	9.07	0.16	82.64	0.00	0.00	0.14	0.05	3.00	3.75	0.00	0.03	18
Хлеб пшеничный	45	3.45	0.34	20.08	85.84	0.05	0.00	0.45	0.00	9.11	27.07	5.79	0.46	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
Итого	576	54.45	43.17	121.41	841.30	0.48	3.60	2.26	0.30	680.50	706.85	140.62	6.59	
<b>2 завтрак</b>														
Вафли , печенье, пряники	30	3.12	4.90	31.25	123.75	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Итого	230	3.32	5.10	54.05	223.75	0.04	20.00	1.60	0.00	60.33	107.00	35.40	3.61	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Винегрет овощной	150	2.04	6.43	9.61	125.39	0.08	15.23	3.01	0.00	38.92	57.50	23.62	1.02	31
Солянка Домашняя	300	7.62	10.16	12.50	403.40	0.12	23.00	0.79	0.02	47.87	120.12	29.08	1.96	60
Плов по-узбекски из говядины	200	16.97	27.56	46.03	473.83	0.48	6.55	0.89	0.04	44.19	264.33	65.73	2.44	79
Кисель из брусники (клюквы)	200	0.15	0.10	32.28	131.72	0.00	3.00	0.20	0.00	8.18	7.82	1.40	0.16	117
Хлеб пшеничный	100	7.68	0.75	44.63	190.75	0.10	0.00	1.00	0.00	20.25	60.15	12.88	1.03	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	80	10.99	1.35	65.54	279.75	0.19	0.00	1.70	0.00	37.75	139.15	36.38	2.98	159
Итого	1010	38.42	45.65	168.95	1428.99	0.88	48.78	6.62	0.06	194.91	598.92	159.21	8.71	



<b>Полдник</b>														
Молоко кипяченое	200	5.80	5.00	9.60	108.00	0.08	2.60	0.00	0.04	240.00	180.00	28.00	0.20	116
Бисквит "Прага" с бананом	100	6.40	17.32	62.88	282.88	0.10	2.00	2.00	0.08	17.64	59.10	17.24	0.90	153
Фрукты	236	3.84	1.27	53.75	232.62	0.09	25.59	1.03	0.00	20.48	71.66	107.49	1.54	ГП
<b>Итого</b>	<b>536</b>	<b>16.04</b>	<b>23.59</b>	<b>126.23</b>	<b>623.50</b>	<b>0.27</b>	<b>30.19</b>	<b>3.03</b>	<b>0.12</b>	<b>278.12</b>	<b>310.76</b>	<b>152.73</b>	<b>2.64</b>	
<b>Ужин</b>														
Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	150	1.92	12.20	10.29	161.63	0.05	28.58	5.57	0.33	54.32	54.44	31.97	1.64	25
или Маринад овощной*	150	2.31	15.17	13.74	202.76	0.11	16.02	7.35	0	57.05	88.35	53.69	1.23	113
Рыба, запеченная в панировке	120	19.32	10.06	15.83	198.70	0.30	3.48	2.33	0.08	45.46	300.29	47.81	1.84	90
Картофельное пюре	115	1.95	3.25	13.17	90.00	0.10	15.48	0.12	0.02	27.37	58.14	19.65	0.73	105
Фасоль стручковая запеченная	115	2.88	4.82	3.74	67.82	0.12	22.49	2.30	0.00	77.33	51.05	29.59	1.27	112
Напиток ягодный	200	0.25	0.14	17.35	73.45	0.01	24.00	0.23	0.00	10.55	8.60	6.00	0.34	138
Хлеб пшеничный	75	5.76	0.56	33.47	123.06	0.08	0.00	0.75	0.00	15.19	45.11	9.66	0.77	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	70	9.07	1.16	54.38	212.06	0.16	0.00	1.45	0.00	32.69	124.11	33.16	2.72	159
<b>Итого</b>	<b>825</b>	<b>35.39</b>	<b>31.63</b>	<b>114.76</b>	<b>803.66</b>	<b>0.74</b>	<b>94.03</b>	<b>12.00</b>	<b>0.43</b>	<b>247.72</b>	<b>596.63</b>	<b>168.18</b>	<b>8.54</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>6.23</b>	<b>7.11</b>	<b>9.11</b>	<b>131.11</b>	<b>0.07</b>	<b>1.56</b>	<b>0.00</b>	<b>0.07</b>	<b>266.67</b>	<b>211.11</b>	<b>31.11</b>	<b>0.23</b>	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		153.84	156.25	594.50	4052.32	2.48	198.16	25.51	0.98	1728.25	2531.27	687.25	30.31	
<b>Суточная потребность</b>		90.00	92.00	383.00	2720.00	1.40	70.00	12.00	0.90	1200.00	1200.00	300.00	18.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		170.93	169.84	155.22	148.98	177.04	283.09	212.55	109.39	144.02	210.94	229.08	168.37	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 12 лет и старше (основное меню)														
Вторая неделя														
Среда														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Суп молочный с крупой	220	6.77	6.97	23.68	185.85	0.10	2.51	0.10	0.06	234.56	199.14	35.30	0.39	3
Чай с молоком	200	2.81	3.20	35.64	182.94	0.04	1.31	0.00	0.03	121.24	90.52	14.28	0.20	141
Масло сливочное (порциями)	15	0.14	9.07	0.16	82.64	0.00	0.00	0.14	0.05	3.00	3.75	0.00	0.03	18
Сыр (порциями)	18	4.18	5.31	0.00	65.52	0.01	0.13	0.09	0.05	158.40	90.00	6.30	0.18	19
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
Итого	553	21.04	25.53	102.71	701.32	0.28	3.95	1.53	0.19	544.83	492.49	85.82	3.25	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	30	0.15	0.00	18.00	72.75	0.00	0.00	0.00	0.00	4.50	2.25	1.50	0.38	ГП
Итого	230	0.35	0.20	40.80	172.75	0.00	20.00	1.60	0.00	56.50	84.25	31.50	3.58	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Салат Витаминный со сладким перцем	150	1.98	15.12	14.46	203.03	0.06	88.95	7.02	0.33	46.37	46.05	26.79	0.84	35
или Салат "Степной" из разных овощей*	150	3.05	10.85	14.13	167.64	0.14	21.63	5.09	0.00	50.64	86.64	36.29	1.31	30
Уха Ростовская	300	8.90	6.06	17.72	283.49	0.22	36.77	1.09	0.04	44.38	140.24	45.49	1.69	66
Котлеты куриные	100	14	18.13	11.27	385.71	0.9	1.6	1.1	0.06	51.4	141.5	18.9	1.1	67
Картофель, запеченный дольками	230	5.37	7.96	29.58	241.04	0.32	52.82	3.30	0.00	35.80	155.76	61.42	2.45	108
Компот из облепихи	200	0.36	1.62	32.65	148.29	1.50	60.00	1.50	0.00	7.53	2.70	9.00	0.52	144
Хлеб пшеничный	100	7.68	0.75	44.63	190.75	0.10	0.00	1.00	0.00	20.25	60.15	12.88	1.03	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	80	10.99	1.35	65.54	279.75	0.19	0.00	1.70	0.00	37.75	139.15	36.38	2.98	159
Итого	1140	43.32	46.02	173.88	1520.82	3.28	173.82	13.81	0.10	245.50	675.99	210.48	10.20	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Фрукты	236	3.84	1.27	53.75	232.62	0.09	25.59	1.03	0.00	20.48	71.66	107.49	1.54	ГП
Молоко кипяченое	200	5.80	5.00	9.60	108.00	0.08	2.60	0.00	0.04	240.00	180.00	28.00	0.20	116
Пирожок печеный из дрожжевого теста с картофельным фаршем	100	3.24	6.49	39.10	289.73	0.14	10.60	1.47	0.03	25.46	80.39	17.79	1.14	151
<b>Итого</b>	<b>536</b>	<b>12.88</b>	<b>12.76</b>	<b>102.45</b>	<b>630.35</b>	<b>0.31</b>	<b>38.79</b>	<b>2.50</b>	<b>0.07</b>	<b>285.94</b>	<b>332.05</b>	<b>153.28</b>	<b>2.88</b>	
<b>Ужин</b>														
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	150	1.58	0.21	5.40	31.11	0.09	118.32	0.77	0.00	19.89	36.72	20.91	0.98	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	150	1.43	0.15	3.90	24.75	0.02	15.00	0.60	0.02	24.75	44.25	21.75	1.05	29
Пельмени мясные отварные	200	18.6	17.8	38.76	329.06	0.14	2.32	2.52	0.06	43.96	191.9	25.06	2.52	87
Сметана	30	0.81	3	1.17	35.7	0.01	0.15	0.09	0.02	27	18.6	3	0.03	165
Напиток из шиповника	200	0.68	0.28	26.61	130.54	0.01	200.00	0.76	0.00	12.78	3.40	3.40	0.68	133
Хлеб пшеничный	35	2.69	0.26	15.62	66.76	0.04	0.00	0.35	0.00	7.09	21.05	4.51	0.36	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	45	6.00	0.86	36.53	155.76	0.12	0.00	1.05	0.00	24.59	100.05	28.01	2.31	159
<b>Итого</b>	<b>665</b>	<b>27.52</b>	<b>22.09</b>	<b>106.97</b>	<b>675.81</b>	<b>0.30</b>	<b>217.47</b>	<b>5.02</b>	<b>0.10</b>	<b>133.08</b>	<b>358.20</b>	<b>81.22</b>	<b>6.59</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Баранки, сушки, бублики	40	3.20	2.60	24.40	136.00	0.06	0.00	0.64	0.00	9.60	36.40	7.20	0.64	ГП
<b>Итого</b>	<b>240</b>	<b>9.43</b>	<b>9.71</b>	<b>33.51</b>	<b>267.11</b>	<b>0.13</b>	<b>1.56</b>	<b>0.64</b>	<b>0.07</b>	<b>276.27</b>	<b>247.51</b>	<b>38.31</b>	<b>0.87</b>	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		114.53	116.31	560.31	3968.16	4.31	455.59	25.09	0.53	1542.12	2190.49	600.60	27.36	
<b>Суточная потребность</b>		90.00	92.00	383.00	2720.00	1.40	70.00	12.00	0.90	1200.00	1200.00	300.00	18.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		127.25	126.43	146.29	145.89	307.61	650.84	209.12	58.84	128.51	182.54	200.20	151.99	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 12 лет и старше (основное меню)														
Вторая неделя														
Четверг														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша "Янтарная"	220	8.88	10.03	39.74	285.99	0.25	3.5	0.8	0.06	168.61	252.42	74.84	2.19	1
Кофейный напиток с молоком	200	5.00	4.70	40.85	229.74	0.10	2.34	0.08	0.04	221.42	208.40	44.72	0.62	115
Колбаса (порциями)	36	5.55	4.33	0.07	61.05	0.02	0.00	0.15	0.00	8.51	77.33	7.77	1.30	17
Масло сливочное (порциями)	15	0.14	9.07	0.16	82.64	0.00	0.00	0.14	0.05	3.00	3.75	0.00	0.03	18
Хлеб пшеничный	45	3.45	0.34	20.08	85.84	0.05	0.00	0.45	0.00	9.11	27.07	5.79	0.46	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
Итого	566	26.33	29.07	121.81	834.25	0.50	5.84	2.32	0.15	428.15	647.97	156.62	6.55	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Вафли , печенье, пряники	30	3.12	4.90	31.25	123.75	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
Итого	230	3.32	5.10	54.05	223.75	0.04	20.00	1.60	0.00	60.33	107.00	35.40	3.61	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Салат из свеклы с сыром и чесноком	150	5.54	15.05	12.02	161.33	0.03	13.76	4.83	0.05	186.38	134.70	35.51	2.09	32
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом	300	2.52	8.09	11.80	147.43	0.10	44.52	0.43	0.04	70.94	106.07	32.99	1.54	57
Тефтели мясные с рисом	100	8.19	14.57	11.50	310.56	0.14	11.55	0.62	0.04	31.22	96.65	18.75	1.32	71
Соус томатный с овощами	50	0.73	2.58	4.45	44.50	0.02	4.38	0.18	0.02	7.50	11.50	5.47	0.27	163
Макаронные изделия отварные (перья)	180	10.55	9.94	67.13	400.42	0.16	0	1.55	0.05	20.93	86.25	15.2	1.54	101
Компот из смеси сухофруктов	200	0.66	0.00	36.33	151.97	0.01	0.60	0.12	0.01	67.29	23.10	9.00	1.87	129
Хлеб пшеничный	100	7.68	0.75	44.63	190.75	0.10	0.00	1.00	0.00	20.25	60.15	12.88	1.03	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	80	10.99	1.35	65.54	279.75	0.19	0.00	1.70	0.00	37.75	139.15	36.38	2.98	159
Итого	1140	39.83	51.63	211.76	1421.86	0.66	75.81	9.46	0.21	440.01	607.42	156.30	11.76	

<b>Полдник</b>														
Фрукты	236	3.84	1.27	53.75	232.62	0.09	25.59	1.03	0.00	20.48	71.66	107.49	1.54	ГП
Расстегай с рыбой	100	6.39	8.20	35.15	240.37	0.11	25.44	1.51	0.04	46.50	74.25	16.86	1.10	154
Чай с лимоном	200	0.04	0.00	26.07	106.34	0.00	1.61	0.01	0.00	2.63	1.30	0.72	0.14	140
Итого	536	10.27	9.47	114.97	579.33	0.20	52.64	2.55	0.04	69.61	147.21	125.07	2.78	
<b>Ужин</b>														
Салат из красной фасоли с морковью	150	11.56	6.99	21.27	133.3	0.36	34.18	3.4	0.0	97.12	240.8	72.52	3.105	38
Картофельная запеканка с мясом или субпродуктами	220	24.94	41.94	32.11	391.45	0.61	36.26	2.04	0.06	40.51	339.33	72.60	4.39	75
Напиток из малины и смородины	200	0.27	0.14	17.31	73.35	0.01	33.75	0.20	0.00	11.85	10.50	7.95	0.42	146
Хлеб пшеничный	75	5.76	0.56	33.47	123.06	0.08	0.00	0.75	0.00	15.19	45.11	9.66	0.77	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	70	9.07	1.16	54.38	212.06	0.16	0.00	1.45	0.00	32.69	124.11	33.16	2.72	159
Итого	695	45.84	50.23	125.07	810.16	1.14	104.19	7.09	0.06	182.17	714.74	186.23	10.63	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Итого	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		131.81	152.61	636.76	4000.47	2.61	260.04	23.02	0.53	1446.94	2435.45	690.73	35.55	
<b>Суточная потребность</b>		90.00	92.00	383.00	2720.00	1.40	70.00	12.00	0.90	1200.00	1200.00	300.00	18.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		146.45	165.88	166.26	147.08	186.33	371.49	191.80	59.39	120.58	202.95	230.24	197.51	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 12 лет и старше (основное меню)														
Вторая неделя														
Пятница														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша "Боярская"	220	8.79	9.47	40.25	287.75	0.22	1.76	0.2	0.06	179.83	215.24	51.38	1.3	5
Какао с молоком	200	6.19	5.10	35.00	182.50	0.08	2.34	0.01	0.04	221.90	188.20	42.20	1.14	114
Колбаса (порциями)	36	5.55	4.33	0.07	61.05	0.02	0.00	0.15	0.00	8.51	77.33	7.77	1.30	17
Хлеб пшеничный	45	3.45	0.34	20.08	85.84	0.05	0.00	0.45	0.00	9.11	27.07	5.79	0.46	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
Итого	551	27.29	19.84	116.31	706.14	0.45	4.10	1.51	0.10	436.85	586.84	130.64	6.15	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Фрукты	236	3.84	1.27	53.75	232.62	0.09	25.59	1.03	0.00	20.48	71.66	107.49	1.54	ГП
Итого	436	4.04	1.47	76.55	332.62	0.09	45.59	2.63	0.00	72.48	153.66	137.49	4.74	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	150	2.40	15.15	14.40	129.00	0.06	41.70	6.75	0.08	66.00	48.00	25.50	0.90	24
или Салат овощной с зеленым горошком*	150	4.2	12.24	15.68	145.22	0.15	15.9	4.97	0.03	31.89	101.1	37.65	1.4	40
Суп из овощей с фасолью	300	14.45	8.74	26.6	229.14	0.45	42.74	4.25	0	121.41	301.01	90.66	3.88	61
Печень, запеченная с луком	100	22.57	16.51	12.97	292.18	0.40	52.94	6.75	9.68	48.71	399.57	26.33	8.63	77
Картофель, запеченный из отварного	230	10.25	18.11	54.48	286.81	0.41	66.96	5.81	0.05	179.64	273.09	82.93	3.25	109
Кисель из смородины	200	0.26	0.10	27.48	113.57	0.01	50.00	0.18	0.00	12.03	12.87	7.75	0.39	119
Хлеб пшеничный	100	7.68	0.75	44.63	190.75	0.10	0.00	1.00	0.00	20.25	60.15	12.88	1.03	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	80	10.99	1.35	65.54	279.75	0.19	0.00	1.70	0.00	37.75	139.15	36.38	2.98	159
Итого	1140	61.57	60.01	204.46	1345.35	1.53	255.34	25.47	9.81	483.54	1183.69	272.55	20.18	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Компот из груш с лимоном	200	0.26	0.16	25.32	105.68	0.01	5.30	0.21	0.00	12.90	9.54	6.84	1.25	124
Сырники из творога со сгущенным молоком (200/30)	230	43.28	22.67	42.54	416.72	0.25	1.10	0.94	0.16	374.07	289.52	55.90	1.44	12
<b>Итого</b>	<b>430</b>	<b>43.54</b>	<b>22.83</b>	<b>67.86</b>	<b>522.40</b>	<b>0.26</b>	<b>6.40</b>	<b>1.15</b>	<b>0.16</b>	<b>386.97</b>	<b>299.06</b>	<b>62.74</b>	<b>2.69</b>	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с картофелем и луком	150	10.29	16.61	11.13	178.96	0.09	12.69	4.94	0.03	78.06	186.18	74.20	1.75	51
Куриное филе в сметанном соусе	100	6.79	22.81	3.13	185.74	0.10	8.49	3.86	0.05	44.96	157.83	19.93	1.35	85
Каша перловая рассыпчатая с овощами	180	5.64	7.85	38.90	249.28	0.10	6.54	3.96	0.00	44.46	124.52	29.09	1.30	99
Напиток яблочный	200	0.10	0.10	26.40	107.51	0.01	2.50	0.05	0.00	4.72	2.75	2.25	0.62	137
Хлеб пшеничный	75	5.76	0.56	33.47	123.06	0.08	0.00	0.75	0.00	15.19	45.11	9.66	0.77	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	70	9.07	1.16	54.38	212.06	0.16	0.00	1.45	0.00	32.69	124.11	33.16	2.72	159
<b>Итого</b>	<b>755</b>	<b>31.89</b>	<b>48.53</b>	<b>133.94</b>	<b>933.55</b>	<b>0.46</b>	<b>30.22</b>	<b>14.26</b>	<b>0.08</b>	<b>204.89</b>	<b>595.39</b>	<b>158.63</b>	<b>7.74</b>	
<b>2 ужин</b>														
Вафли , печенье, пряники	30	3.12	4.90	31.25	123.75	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
<b>Итого</b>	<b>230</b>	<b>9.35</b>	<b>12.01</b>	<b>40.36</b>	<b>254.86</b>	<b>0.11</b>	<b>1.56</b>	<b>0.00</b>	<b>0.07</b>	<b>275.00</b>	<b>236.11</b>	<b>36.51</b>	<b>0.64</b>	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		177.67	164.69	639.47	4094.92	2.90	343.21	45.02	10.22	1859.73	3054.75	798.56	42.13	
<b>Суточная потребность</b>		90.00	92.00	383.00	2720.00	1.40	70.00	12.00	0.90	1200.00	1200.00	300.00	18.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		197.41	179.01	166.96	150.55	207.04	490.30	375.16	1135.56	154.98	254.56	266.19	234.06	

Дети 12 лет и старше (основное меню)														
Вторая неделя														
Суббота														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Вареники с картофелем и маслом	250	12.00	11.00	72.00	346.00	0.24	1.48	7.02	0.04	166.94	211.70	35.10	1.68	88
Кофейный напиток с молоком	200	5.00	4.70	40.85	229.74	0.10	2.34	0.08	0.04	221.42	208.40	44.72	0.62	115
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	100	0.90	0.15	2.85	17.50	0.05	16.00	0.40	0.00	15.50	28.00	17.00	0.70	39
или Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства*	100	1.90	8.90	7.70	119.00	0.02	7.00	3.10	0.00	41.00	37.00	15.00	0.70	147
Хлеб пшеничный	45	3.45	0.34	20.08	85.84	0.05	0.00	0.45	0.00	9.11	27.07	5.79	0.46	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
Итого	745	26.56	25.69	164.39	887.08	0.54	26.82	11.75	0.08	471.47	591.17	141.11	6.11	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Вафли , печенье, пряники	30	3.12	4.90	31.25	123.75	0.04	0.00	0.00	0.00	8.33	25.00	5.40	0.41	ГП
Итого	230	3.32	5.10	54.05	223.75	0.04	20.00	1.60	0.00	60.33	107.00	35.40	3.61	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Салат Обжорка	150	6.17	5.57	6.99	157.86	0.11	8.48	0.57	0.02	57.27	118.07	39.47	1.55	37
Солянка из птицы	300	6.35	16.8	27.08	336.17	0.1	19.17	0.66	0.02	39.89	100.1	24.23	1.63	52
Капуста тушеная со свиной	220	11.64	21.99	13.83	270.35	0.34	101.84	2.83	0.00	121.96	162.75	52.79	2.43	81
Компот из кураги	200	2.00	1.04	28.00	158.12	0.02	0.80	1.10	0.00	32.84	29.20	21.00	0.73	121
Хлеб пшеничный	100	7.68	0.75	44.63	190.75	0.10	0.00	1.00	0.00	20.25	60.15	12.88	1.03	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	80	10.99	1.35	65.54	279.75	0.19	0.00	1.70	0.00	37.75	139.15	36.38	2.98	159
Итого	1030	37.80	46.80	144.43	1217.15	0.77	131.29	6.89	0.04	307.71	559.27	176.87	9.47	
*с 1 января по 30 июня														



<b>Полдник</b>														
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
Фрукты	236	3.84	1.27	53.75	232.62	0.09	25.59	1.03	0.00	20.48	71.66	107.49	1.54	ГП
Молоко кипяченое	200	5.80	5.00	9.60	108.00	0.08	2.60	0.00	0.04	240.00	180.00	28.00	0.20	116
Итого	546	31.59	16.76	80.78	623.13	0.29	28.84	1.50	3.70	417.67	475.52	160.64	2.55	
<b>Ужин</b>														
Пекинская капуста с огурцом и сыром	150	6.83	17.25	4.25	156.41	0.05	35.72	4.85	0.06	243.53	149.21	25.89	0.92	42
или Маринад овощной*	150	2.31	15.17	13.74	202.76	0.11	16.02	7.35	0	57.05	88.35	53.69	1.23	202
Рыба, тушенная в сметанном соусе	120	15.79	10.00	3.97	139.17	0.18	5.87	3.43	0.02	37.38	120.80	31.60	0.76	93
Картофельное пюре	230	4.98	8.31	33.64	229.99	0.26	39.55	0.29	0.05	69.93	148.58	50.20	1.87	105
Чай с сахаром	200	0.20	0.00	19.99	79.94	0.00	0.00	0.00	0.00	12.18	8.00	6.00	0.82	139
Хлеб пшеничный	75	5.76	0.56	33.47	123.06	0.08	0.00	0.75	0.00	15.19	45.11	9.66	0.77	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	70	9.07	1.16	54.38	212.06	0.16	0.00	1.45	0.00	32.69	124.11	33.16	2.72	159
Итого	825	36.87	36.72	116.23	817.57	0.65	81.14	10.02	0.13	395.71	550.70	146.85	7.09	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Итого	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		142.36	138.18	568.98	3899.79	2.36	289.65	31.76	4.02	1919.56	2494.77	691.98	29.05	
<b>Суточная потребность</b>		90.00	92.00	383.00	2720.00	1.40	70.00	12.00	0.90	1200.00	1200.00	300.00	18.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		158.18	150.20	148.56	143.37	168.47	413.79	264.66	446.67	159.96	207.90	230.66	161.39	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 12 лет и старше (основное меню)														
Вторая неделя														
Воскресенье														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Омлет с сыром	200	19.89	28.35	4.76	346.82	0.11	1.24	0.80	0.36	363.93	212.00	31.27	2.72	16
Чай с молоком	200	2.81	3.20	35.64	182.94	0.04	1.31	0.00	0.03	121.24	90.52	14.28	0.20	141
Масло сливочное (порциями)	15	0.14	9.07	0.16	82.64	0.00	0.00	0.14	0.05	3.00	3.75	0.00	0.03	18
Горошек консервированный	100	3.10	0.20	6.50	40.00	0.11	0.60	0.20	0.00	20.00	62.00	21.00	0.70	21
Хлеб пшеничный	45	3.45	0.34	20.08	85.84	0.05	0.00	0.45	0.00	9.11	27.07	5.79	0.46	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
Итого	610	32.70	41.76	88.05	827.23	0.39	3.15	2.29	0.44	534.78	474.34	95.84	6.06	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0.20	0.20	22.80	100.00	0.00	20.00	1.60	0.00	52.00	82.00	30.00	3.20	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	30	0.15	0.00	18.00	72.75	0.00	0.00	0.00	0.00	4.50	2.25	1.50	0.38	ГП
Итого	230	0.35	0.20	40.80	172.75	0.00	20.00	1.60	0.00	56.50	84.25	31.50	3.58	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	10	0.65	0.05	2.99	14.90	0.01	1.00	0.03	0.00	18.00	10.00	3.00	0.15	50
Салат из моркови с сыром и чесноком	150	5.28	7.56	9.45	196.91	0.09	6.78	5.22	0.05	174.35	149.39	55.56	1.13	33
Суп картофельный с бобовыми и копченостями	300	12.89	14.35	29.26	344.62	0.62	33.92	1.14	0.02	95.33	208.78	85.76	5.59	54
Рыба, запеченная под маринадом	120	12.14	14.71	7.36	177.67	0.24	8.15	5.34	0.04	40.44	228.68	41.84	1.06	95
Рис отварной	180	4.73	4.3	49.65	236.16	0.05	0	0.32	0.02	6.56	102	33.5	0.68	103
Компот из брусники (кюквы)	200	0.21	0.15	23.42	97.59	0.00	4.50	0.30	0.00	8.13	4.80	2.10	0.19	123
Хлеб пшеничный	100	7.68	0.75	44.63	190.75	0.10	0.00	1.00	0.00	20.25	60.15	12.88	1.03	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	80	10.99	1.35	65.54	279.75	0.19	0.00	1.70	0.00	37.75	139.15	36.38	2.98	159
Итого	1110	46.89	42.47	187.67	1347.60	1.20	54.35	14.05	0.13	380.56	842.80	258.14	11.78	

<b>Полдник</b>														
Фрукты	236	3.84	1.27	53.75	232.62	0.09	25.59	1.03	0.00	20.48	71.66	107.49	1.54	ГП
Блинчики с ягодной начинкой	55	3.15	3.50	19.82	257.10	0.55	0.20	0.49	0.06	36.85	76.39	9.47	0.99	156
Напиток ягодный	200	0.25	0.14	17.35	73.45	0.01	24.00	0.23	0.00	10.55	8.60	6.00	0.34	138
Итого	491	7.24	4.91	90.92	563.17	0.65	49.79	1.75	0.06	67.88	156.65	122.96	2.87	
<b>Ужин</b>														
Салат из картофеля с рыбой	150	13.59	13.05	14.85	171.51	0.23	20.76	4.98	0.02	32.31	169.23	39.42	1.26	47
Печень говяжья по-строгановски	100	11.94	12.41	0.93	142.67	0.18	11.61	0.72	9.59	20.95	150.59	12.68	4.54	84
Макаронные изделия отварные (рожки)	180	10.55	9.94	67.13	400.42	0.16	0	1.55	0.05	20.93	86.25	15.2	1.54	101
Компот Витаминный	200	4.34	1.18	24.85	154.60	0.03	100.80	1.48	0.00	38.60	30.90	22.70	1.00	126
Хлеб пшеничный	75	5.76	0.56	33.47	123.06	0.08	0.00	0.75	0.00	15.19	45.11	9.66	0.77	ГП
Хлеб ржаной	50	3.31	0.60	20.91	89.00	0.09	0.00	0.70	0.00	17.50	79.00	23.50	1.95	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	70	9.07	1.16	54.38	212.06	0.16	0.00	1.45	0.00	32.69	124.11	33.16	2.72	159
Итого	755	49.49	37.74	162.14	767.08	0.76	133.17	10.18	9.66	145.48	561.08	123.16	11.06	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	142
Итого	200	6.23	7.11	9.11	131.11	0.07	1.56	0.00	0.07	266.67	211.11	31.11	0.23	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		142.89	134.19	578.68	3808.95	3.07	262.02	29.87	10.36	1451.87	2330.23	662.71	35.56	
<b>Суточная потребность</b>		90.00	92.00	383.00	2720.00	1.40	70.00	12.00	0.90	1200.00	1200.00	300.00	18.00	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		158.77	145.86	151.09	140.03	219.19	374.31	248.88	1151.62	120.99	194.19	220.90	197.57	

Средние показатели пищевых веществ, энергетической ценности, витаминов и минеральных веществ												
	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
	Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
<b>Итого за 14 дней</b>	1992.48	1921.80	8456.00	55862.86	39.10	4607.48	407.27	34.58	21909.14	34077.08	11254.85	593.85
<b>Среднее значение</b>	142.32	137.27	604.00	3990.20	2.79	329.11	29.09	2.47	1564.94	2434.08	803.92	42.42
<b>Соотношение Б:Ж:У</b>	1.0	1.0	4.0						1.0	1.6		
<b>Суточная потребность</b>	90.00	92.00	383.00	2720.00	1.40	70.00	12.00	0.90	1200.00	1200.00	300.00	18.00
<b>процент удовлетворения суточной потребности</b>	158.13	149.21	157.70	146.70	199.48	470.15	242.42	274.42	130.41	202.84	267.97	235.65

Дети 12 лет и старше (каникулярное меню)														
Первая неделя														
Понедельник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша рисовая молочная жидкая	242	7.73	10.38	47.12	286.37	0.10	2.07	0.26	0.07	199.50	211.62	44.39	0.67	2
Какао с молоком	220	6.81	5.61	38.50	200.75	0.09	2.57	0.01	0.04	244.09	207.02	46.42	1.25	114
Масло сливочное (порциями)	18	0.16	10.88	0.20	99.16	0.00	0.00	0.16	0.07	3.60	4.50	0.00	0.03	18
Колбаса (порциями)	40	6.17	4.81	0.08	67.83	0.02	0.00	0.17	0.00	9.46	85.92	8.63	1.44	17
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
Итого	625	28.35	32.72	131.21	847.40	0.35	4.64	1.88	0.18	486.02	626.04	131.73	6.06	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Вафли , печенье, пряники	33	3.43	5.39	34.38	136.13	0.04	0.00	0.00	0.00	9.16	27.50	5.94	0.45	ГП
Итого	253	3.65	5.61	59.46	246.13	0.04	22.00	1.76	0.00	66.36	117.70	38.94	3.97	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	165	1.74	0.23	5.94	34.22	0.10	130.15	0.85	0.00	21.88	40.39	23.00	1.08	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	165	1.57	0.17	4.29	27.23	0.02	16.50	0.66	0.02	27.23	48.68	23.93	1.16	29
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	330	7.48	8.10	25.98	426.91	0.18	25.08	0.46	0.02	36.70	128.85	37.66	1.98	56
Биточки рыбные	120	12.94	10.28	9.52	272.98	0.24	1.09	1.79	0.06	53.41	110.53	35.65	1.09	94
Рагу из овощей	253	4.54	13.48	15.42	339.78	0.23	95.63	5.17	0.02	65.76	49.10	47.06	1.62	110
или Овощи запеченные	253	4.70	14.31	28.40	262.71	0.25	220.78	7.10	0.00	75.61	120.24	55.95	2.28	111
Компот из свежих ягод	220	0.28	0.15	25.67	107.13	0.01	26.40	0.25	0.00	11.80	9.46	6.60	0.40	122
Хлеб пшеничный	110	8.44	0.83	49.09	209.83	0.11	0.00	1.10	0.00	22.28	66.17	14.16	1.13	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	88	12.08	1.49	72.09	307.73	0.20	0.00	1.87	0.00	41.53	153.07	40.01	3.27	159
Итого	1264	39.77	33.78	157.92	1505.13	0.97	279.46	10.43	0.10	250.87	502.41	193.29	9.60	

\*с 1 января по 30 июня

<b>Полдник</b>														
Фрукты	260	4.23	1.40	59.21	256.28	0.10	28.19	1.13	0.00	22.56	78.95	118.42	1.69	ГП
Кекс Творожный	100	10.20	14.96	52.50	306.18	0.08	0.14	0.66	0.12	60.26	112.30	11.78	0.92	150
Молоко кипяченое	220	6.38	5.50	10.56	118.80	0.09	2.86	0.00	0.04	264.00	198.00	30.80	0.22	116
Итого	580	20.81	21.86	122.27	681.26	0.27	31.19	1.79	0.16	346.82	389.25	161.00	2.83	
<b>Ужин</b>														
Салат Столичный	165	19.86	17.36	12.05	208.27	0.20	16.70	0.48	0.07	51.28	219.27	39.67	2.28	41
Говядина, тушенная с черносливом	110	6.70	24.18	7.36	186.62	0.08	5.57	3.11	0.02	26.15	189.37	30.87	2.54	73
Каша гречневая рассыпчатая	198	11.37	9.66	51.37	205.54	0.39	0.00	0.80	0.04	20.17	182.29	267.49	6.03	97
Чай с лимоном	220	0.04	0.00	28.68	116.97	0.00	1.77	0.01	0.00	2.89	1.43	0.79	0.15	140
Хлеб пшеничный	83	6.37	0.62	37.04	136.19	0.08	0.00	0.83	0.00	16.81	49.92	10.69	0.85	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	77	9.97	1.28	59.82	233.27	0.18	0.00	1.60	0.00	35.96	136.52	36.47	2.99	159
Итого	831	47.98	52.48	159.49	951.49	0.84	24.04	6.01	0.13	136.55	729.19	375.35	14.00	
<b>2 ужин</b>														
Баранки, сушки, бублики	44	3.52	2.86	26.84	149.60	0.07	0.00	0.70	0.00	10.56	40.04	7.92	0.70	ГП
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Итого	264	10.37	10.68	36.86	293.82	0.15	1.72	0.70	0.08	303.90	272.26	42.14	0.96	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		150.94	157.13	667.20	4525.22	2.62	363.04	22.57	0.65	1590.52	2636.83	942.44	37.41	
<b>Суточная потребность</b>		99.00	101.20	421.30	2992.00	1.54	77.00	13.20	0.99	1320.00	1320.00	330.00	19.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		152.47	155.26	158.37	151.24	170.34	471.48	170.98	65.90	120.49	199.76	285.59	188.95	

Дети 12 лет и старше (каникулярное меню)														
Первая неделя														
Вторник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Вареники с картофелем и маслом	275	13.20	12.10	79.20	380.60	0.26	1.63	7.72	0.04	183.63	232.87	38.61	1.85	88
Чай с молоком	220	3.09	3.52	39.20	201.23	0.04	1.44	0.00	0.03	133.36	99.57	15.71	0.22	141
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	110	0.99	0.17	3.14	19.25	0.06	17.60	0.44	0.00	17.05	30.80	18.70	0.77	39
или Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства*	110	2.09	9.79	8.47	130.90	0.02	7.70	3.41	0.00	45.10	40.70	16.50	0.77	147
Колбаса (порциями)	40	6.17	4.81	0.08	67.83	0.02	0.00	0.17	0.00	9.46	85.92	8.63	1.44	17
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
Итого	750	30.93	21.63	166.93	862.19	0.53	20.67	9.60	0.08	372.88	566.14	113.94	6.94	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Вафли , печенье, пряники	33	3.43	5.39	34.38	136.13	0.04	0.00	0.00	0.00	9.16	27.50	5.94	0.45	ГП
Итого	253	3.65	5.61	59.46	246.13	0.04	22.00	1.76	0.00	66.36	117.70	38.94	3.97	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Салат из картофеля с рыбой	165	14.95	14.36	16.34	188.66	0.25	22.84	5.48	0.02	35.54	186.15	43.36	1.39	47
Суп Шахтерский	330	9.46	8.31	32.01	341.11	0.19	27.39	0.58	0.02	46.52	64.93	55.46	2.22	55
Котлеты мясо-картофельные полыновски	100	13.67	22.06	9.76	272.46	0.27	10.38	2.31	0.01	27.40	165.65	27.87	2.14	69
Капуста тушеная	253	6.36	6.68	19.38	233.08	0.13	144.09	3.30	0.00	167.00	113.74	57.59	2.24	102
Компот из смеси сухофруктов	220	0.73	0.00	39.96	167.17	0.01	0.66	0.13	0.01	74.02	25.41	9.90	2.06	129
Хлеб пшеничный	110	8.44	0.83	49.09	209.83	0.11	0.00	1.10	0.00	22.28	66.17	14.16	1.13	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	88	12.08	1.49	72.09	307.73	0.20	0.00	1.87	0.00	41.53	153.07	40.01	3.27	159
Итого	1244	57.96	52.94	192.83	1526.59	1.07	206.46	13.71	0.07	411.81	719.95	237.49	13.49	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Компот из груш с лимоном	220	0.29	0.18	27.85	116.25	0.01	5.83	0.23	0.00	14.19	10.49	7.52	1.38	124
Слойка с повидлом	85	3.83	9.78	37.91	205.00	0.10	0.06	1.16	0.05	19.19	66.03	10.50	1.02	155
Фрукты	260	4.23	1.40	59.21	256.28	0.10	28.19	1.13	0.00	22.56	78.95	118.42	1.69	ГП
Итого	565	8.34	11.36	124.97	577.52	0.21	34.08	2.53	0.05	55.94	155.47	136.45	4.09	
<b>Ужин</b>														
Салат Витаминный с яблоком	165	1.82	16.67	17.49	227.70	0.07	25.41	7.59	0.39	49.50	47.85	29.70	1.49	26
или Салат из красной фасоли с морковью*	165	12.72	7.69	23.40	146.63	0.40	37.60	3.74	0.00	106.83	264.88	79.77	3.42	38
Рыба, запеченная в молочном соусе	132	23.68	14.47	5.61	207.58	0.24	1.85	3.09	0.07	89.74	264.78	40.07	0.78	91
Картофель отварной	253	2.66	4.91	21.42	140.79	0.15	26.18	0.19	0.02	14.54	77.74	30.11	1.19	107
Кисель из брусники (клюквы)	220	0.17	0.11	35.51	144.89	0.00	3.30	0.22	0.00	9.00	8.60	1.54	0.18	117
Хлеб пшеничный	83	6.37	0.62	37.04	136.19	0.08	0.00	0.83	0.00	16.81	49.92	10.69	0.85	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	77	9.97	1.28	59.82	233.27	0.18	0.00	1.60	0.00	35.96	136.52	36.47	2.99	159
Итого	908	49.24	28.45	145.97	873.98	0.97	68.93	8.84	0.09	256.17	752.82	188.03	8.56	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Итого	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		156.97	127.81	700.18	4230.64	2.90	353.85	36.43	0.36	1456.49	2544.31	749.07	37.29	
<b>Суточная потребность</b>		99.00	101.20	421.30	2992.00	1.54	77.00	13.20	0.99	1320.00	1320.00	330.00	19.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		158.56	126.29	166.19	141.40	188.30	459.54	275.97	36.06	110.34	192.75	226.99	188.35	
*с 1 января по 30 июня														



Дети 12 лет и старше (каникулярное меню)														
Первая неделя														
Среда														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным (220/33)	253	20.16	18.85	45.14	392.83	0.23	1.20	0.74	0.17	396.83	334.73	57.50	1.46	11
Какао с молоком	220	6.81	5.61	38.50	200.75	0.09	2.57	0.01	0.04	244.09	207.02	46.42	1.25	114
Масло сливочное (порциями)	18	0.16	10.88	0.20	99.16	0.00	0.00	0.16	0.07	3.60	4.50	0.00	0.03	18
Сыр (порциями)	21	4.88	6.20	0.00	76.44	0.01	0.15	0.11	0.06	184.80	105.00	7.35	0.21	19
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
Итого	617	39.49	42.58	129.15	962.46	0.47	3.92	2.29	0.33	858.69	768.23	143.55	5.62	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	33	0.17	0.00	19.80	80.03	0.00	0.00	0.00	0.00	4.95	2.48	1.65	0.41	ГП
Итого	253	0.39	0.22	44.88	190.03	0.00	22.00	1.76	0.00	62.15	92.68	34.65	3.93	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	165	1.74	0.23	5.94	34.22	0.10	130.15	0.85	0.00	21.88	40.39	23.00	1.08	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	165	1.57	0.17	4.29	27.23	0.02	16.50	0.66	0.02	27.23	48.68	23.93	1.16	29
Уха Ростовская	330	9.79	6.67	19.49	311.84	0.24	40.45	1.20	0.04	48.82	154.26	50.04	1.86	66
Котлеты Домашние	100	15.27	20.40	27.07	353.23	0.23	4.76	2.57	0.06	102.54	194.84	27.83	1.77	68
Овощное соте с морковью	253	6.73	13.04	31.47	304.37	0.34	179.21	1.62	0.07	124.42	185.67	96.93	3.12	104
Чай с сахаром	220	0.22	0.00	21.99	87.93	0.00	0.00	0.00	0.00	13.40	8.80	6.60	0.90	139
Хлеб пшеничный	110	8.44	0.83	49.09	209.83	0.11	0.00	1.10	0.00	22.28	66.17	14.16	1.13	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	88	12.08	1.49	72.09	307.73	0.20	0.00	1.87	0.00	41.53	153.07	40.01	3.27	159
Итого	1244	46.55	41.87	181.34	1415.71	1.13	355.67	8.14	0.17	372.38	748.03	247.71	12.17	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Напиток апельсиновый	220	0.20	0.04	28.13	114.80	0.01	13.20	0.04	0.00	8.27	5.06	2.86	0.14	130
Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустным фаршем	100	6.39	8.20	35.15	240.37	0.11	25.44	1.51	0.04	46.50	74.25	16.86	1.10	152
Фрукты	260	4.23	1.40	59.21	256.28	0.10	28.19	1.13	0.00	22.56	78.95	118.42	1.69	ГП
Итого	580	10.82	9.65	122.49	611.44	0.22	66.83	2.69	0.04	77.33	158.26	138.14	2.93	
<b>Ужин</b>														
Салат из белокочанной капусты с морковью	165	2.64	16.67	15.84	141.90	0.07	45.87	7.43	0.22	72.60	52.80	28.05	0.99	23
или Винегрет овощной*	165	2.24	7.07	10.57	137.93	0.09	16.75	3.31	0.00	42.81	63.25	25.98	1.12	31
Сердце (печень) в соусе сметанном с томатом и луком	110	23.54	10.35	5.01	241.99	0.39	10.48	0.78	0.06	38.45	183.43	28.38	5.09	83
Картофельное пюре	253	5.48	9.14	37.00	252.99	0.29	43.51	0.32	0.06	76.92	163.44	55.22	2.06	105
Напиток из шиповника	220	0.75	0.31	29.27	143.59	0.01	220.00	0.84	0.00	14.06	3.74	3.74	0.75	133
Хлеб пшеничный	39	2.99	0.29	17.40	74.39	0.04	0.00	0.39	0.00	7.90	23.46	5.02	0.40	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	50	6.66	0.96	40.59	173.07	0.13	0.00	1.17	0.00	27.32	111.17	31.12	2.57	159
Итого	842	38.64	27.83	122.26	948.79	0.90	290.74	6.41	0.11	199.39	524.21	144.19	11.56	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Баранки, сушки, бублики	44	3.52	2.86	26.84	149.60	0.07	0.00	0.70	0.00	10.56	40.04	7.92	0.70	ГП
Итого	264	10.37	10.68	36.86	293.82	0.15	1.72	0.70	0.08	303.90	272.26	42.14	0.96	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Мg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		146.26	132.82	636.98	4422.25	2.87	740.89	21.98	0.73	1873.84	2563.66	750.39	37.18	
<b>Суточная потребность</b>		99.00	101.20	421.30	2992.00	1.54	77.00	13.20	0.99	1320.00	1320.00	330.00	19.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		147.73	131.25	151.19	147.80	186.67	962.19	166.53	73.72	141.96	194.22	227.39	187.76	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 12 лет и старше (каникулярное меню)														
Первая неделя														
Четверг														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Каша манная молочная жидкая	242	9.17	10.62	43.54	266.05	0.73	2.10	0.75	0.07	236.13	300.25	44.97	1.02	4
Кофейный напиток с молоком	220	5.50	5.17	44.94	252.71	0.11	2.57	0.09	0.04	243.56	229.24	49.19	0.68	115
Яйца вареные	40	5.10	4.60	0.30	63.00	0.03	0.00	0.20	0.10	22.00	77.00	5.00	1.00	145
Колбаса (порциями)	40	6.17	4.81	0.08	67.83	0.02	0.00	0.17	0.00	9.46	85.92	8.63	1.44	17
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
Итого	647	33.42	26.23	134.16	842.87	1.03	4.68	2.47	0.21	540.52	809.38	140.08	6.81	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Вафли , печенье, пряники	33	3.43	5.39	34.38	136.13	0.04	0.00	0.00	0.00	9.16	27.50	5.94	0.45	ГП
Итого	253	3.65	5.61	59.46	246.13	0.04	22.00	1.76	0.00	66.36	117.70	38.94	3.97	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Кукуруза с яйцом и рыбой	165	25.37	15.48	6.03	265.12	0.23	5.18	6.27	0.10	85.33	368.84	109.71	2.50	43
Суп картофельный с фрикадельками	330	5.14	8.01	37.84	332.90	0.31	51.89	0.59	0.04	61.39	153.98	60.84	2.44	63
Плов из свинины	220	16.79	11.89	33.92	455.26	0.11	6.16	0.76	0.03	37.77	124.14	53.93	2.44	78
Компот из изюма	220	5.94	0.76	22.12	180.51	0.06	0.00	0.17	0.00	27.06	42.57	13.86	1.06	120
Хлеб пшеничный	110	8.44	0.83	49.09	209.83	0.11	0.00	1.10	0.00	22.28	66.17	14.16	1.13	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	88	12.08	1.49	72.09	307.73	0.20	0.00	1.87	0.00	41.53	153.07	40.01	3.27	159
Итого	1111	66.03	37.68	175.29	1557.91	0.92	64.33	9.69	0.18	272.88	853.59	281.66	11.87	

<b>Полдник</b>														
Фрукты	260	4.23	1.40	59.21	256.28	0.10	28.19	1.13	0.00	22.56	78.95	118.42	1.69	ГП
Бисквит морковный	100	5.01	18.14	45.78	306.58	0.08	1.30	0.85	0.11	25.94	65.59	16.05	0.91	149
Компот из смородины чёрной	220	0.33	0.13	18.88	80.36	0.01	66.00	0.23	0.00	12.38	10.89	10.23	0.48	127
Итого	580	9.57	19.67	123.87	643.21	0.19	95.49	2.22	0.11	60.88	155.43	144.70	3.09	
<b>Ужин</b>														
Салат из свеклы с сыром и чесноком	165	6.09	16.56	13.22	177.46	0.03	15.14	5.31	0.06	205.02	148.17	39.06	2.30	32
Поджарка из рыбы	132	14.38	17.71	8.15	174.23	0.36	15.57	6.15	0.03	70.59	151.31	50.07	1.43	92
Картофель, запеченный из отварного	253	11.28	19.92	59.93	315.49	0.45	73.66	6.39	0.06	197.60	300.40	91.22	3.58	109
Компот из яблок с лимоном	220	0.29	0.23	34.17	142.58	0.02	8.58	0.12	0.00	12.74	7.74	5.87	1.34	125
Хлеб пшеничный	83	6.37	0.62	37.04	136.19	0.08	0.00	0.83	0.00	16.81	49.92	10.69	0.85	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	77	9.97	1.28	59.82	233.27	0.18	0.00	1.60	0.00	35.96	136.52	36.47	2.99	159
Итого	908	42.04	55.70	175.51	1043.85	1.05	112.94	19.57	0.14	522.00	744.44	222.77	11.64	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Баранки, сушки, бублики	44	3.52	2.86	26.84	149.60	0.07	0.00	0.70	0.00	10.56	40.04	7.92	0.70	ГП
Итого	264	10.37	10.68	36.86	293.82	0.15	1.72	0.70	0.08	303.90	272.26	42.14	0.96	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		165.08	155.57	705.14	4627.79	3.38	301.15	36.42	0.72	1766.54	2952.80	870.29	38.34	
<b>Суточная потребность</b>		99.00	101.20	421.30	2992.00	1.54	77.00	13.20	0.99	1320.00	1320.00	330.00	19.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		166.75	153.73	167.37	154.67	219.56	391.10	275.89	72.32	133.83	223.70	263.72	193.62	

Дети 12 лет и старше (каникулярное меню)														
Первая неделя														
Пятница														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Вареники с картофелем и маслом	275	13.20	12.10	79.20	380.60	0.26	1.63	7.72	0.04	183.63	232.87	38.61	1.85	88
Чай с сахаром	220	0.22	0.00	21.99	87.93	0.00	0.00	0.00	0.00	13.40	8.80	6.60	0.90	139
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	110	0.99	0.17	3.14	19.25	0.06	17.60	0.44	0.00	17.05	30.80	18.70	0.77	39
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	110	1.05	0.11	2.86	18.15	0.01	11.00	0.44	0.01	18.15	32.45	15.95	0.77	29
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
Итого	710	21.89	13.30	149.64	681.06	0.46	19.23	9.43	0.04	243.46	389.45	96.20	6.18	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Вафли , печенье, пряники	33	3.43	5.39	34.38	136.13	0.04	0.00	0.00	0.00	9.16	27.50	5.94	0.45	ГП
Итого	253	3.65	5.61	59.46	246.13	0.04	22.00	1.76	0.00	66.36	117.70	38.94	3.97	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Кукуруза консервированная	165	6.06	1.11	30.86	159.82	0.06	13.23	0.09	0.00	115.73	112.98	35.83	0.99	22
Рассольник Ленинградский с мясом	330	7.00	8.00	20.92	184.44	0.15	22.66	0.42	0.02	31.66	55.04	37.48	1.76	59
Котлеты Особые	100	14.91	13.18	21.36	264.31	0.13	5.79	0.85	0.04	57.08	161.63	24.93	1.95	70
Соус томатный с овощами	55	0.80	2.84	4.90	48.95	0.02	4.82	0.20	0.02	8.25	12.65	6.02	0.30	163
Картофельное пюре	253	5.48	9.14	37.00	252.99	0.29	43.51	0.32	0.06	76.92	163.44	55.22	2.06	105
Компот Витаминный	220	4.77	1.30	27.34	170.06	0.03	110.88	1.63	0.00	42.46	33.99	24.97	1.10	126
Фрукты	260	4.23	1.40	59.21	256.28	0.10	28.19	1.13	0.00	22.56	78.95	118.42	1.69	ГП
Хлеб пшеничный	110	8.44	0.83	49.09	209.83	0.11	0.00	1.10	0.00	22.28	66.17	14.16	1.13	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	88	12.08	1.49	72.09	307.73	0.20	0.00	1.87	0.00	41.53	153.07	40.01	3.27	159
Итого	1559	56.05	38.51	276.96	1660.96	1.00	230.18	6.54	0.14	415.99	782.75	346.17	13.28	
*с 1 января по 30 июня*														

<b>Полдник</b>														
Напиток лимонный	220	0.15	0.02	27.97	115.71	0.01	7.04	0.03	0.00	7.87	3.87	2.11	0.19	131
Сырники с морковью с молоком сгущенным (200/30)	230	34.47	16.05	39.92	457.06	0.22	2.90	0.91	0.10	257.17	376.91	54.96	1.51	14
Итого	450	34.62	16.07	67.89	572.77	0.23	9.94	0.94	0.10	265.04	380.78	57.07	1.70	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с луком	165	11.78	25.94	6.19	232.38	0.06	5.20	6.16	0.06	115.09	153.65	102.23	2.13	48
Свинина, тушенная с овощами	242	18.84	27.68	23.22	303.53	0.79	89.38	3.64	0.00	47.60	289.22	74.73	3.61	80
Напиток из облепихи	220	0.13	0.59	23.68	101.19	0.55	22.00	0.55	0.00	3.11	0.99	3.30	0.23	136
Хлеб пшеничный	83	6.37	0.62	37.04	136.19	0.08	0.00	0.83	0.00	16.81	49.92	10.69	0.85	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	77	9.97	1.28	59.82	233.27	0.18	0.00	1.60	0.00	35.96	136.52	36.47	2.99	159
Итого	765	40.77	55.49	113.14	871.19	1.57	116.58	11.95	0.06	201.86	580.69	216.80	8.97	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Итого	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эв/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		163.83	136.80	677.10	4176.32	3.39	399.64	30.62	0.42	1486.04	2483.58	789.41	34.35	
<b>Суточная потребность</b>		99.00	101.20	421.30	2992.00	1.54	77.00	13.20	0.99	1320.00	1320.00	330.00	19.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		165.49	135.18	160.72	139.58	219.85	519.01	232.00	41.92	112.58	188.15	239.22	173.48	

Дети 12 лет и старше (каникулярное меню)														
Первая неделя														
Суббота														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша Рябчик	242	9.92	9.94	52.29	339.21	0.22	1.78	0.44	0.08	176.57	230.76	146.26	2.53	6
Чай с молоком	220	3.09	3.52	39.20	201.23	0.04	1.44	0.00	0.03	133.36	99.57	15.71	0.22	141
Масло сливочное (порциями)	18	0.16	10.88	0.20	99.16	0.00	0.00	0.16	0.07	3.60	4.50	0.00	0.03	18
Фрукты	260	4.23	1.40	59.21	256.28	0.10	28.19	1.13	0.00	22.56	78.95	118.42	1.69	ГП
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
<b>Итого</b>	<b>845</b>	<b>24.88</b>	<b>26.78</b>	<b>196.22</b>	<b>1089.16</b>	<b>0.51</b>	<b>31.42</b>	<b>3.01</b>	<b>0.18</b>	<b>365.47</b>	<b>530.75</b>	<b>312.67</b>	<b>7.13</b>	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Вафли , печенье, пряники	33	3.43	5.39	34.38	136.13	0.04	0.00	0.00	0.00	9.16	27.50	5.94	0.45	ГП
<b>Итого</b>	<b>253</b>	<b>3.65</b>	<b>5.61</b>	<b>59.46</b>	<b>246.13</b>	<b>0.04</b>	<b>22.00</b>	<b>1.76</b>	<b>0.00</b>	<b>66.36</b>	<b>117.70</b>	<b>38.94</b>	<b>3.97</b>	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Салат "Степной" из разных овощей	165	3.36	11.94	15.54	184.40	0.15	23.79	5.60	0.00	55.70	95.30	39.92	1.44	30
Свекольник с мясом	330	6.91	7.46	22.86	225.57	0.14	31.28	0.52	0.02	83.42	89.91	51.15	2.78	58
Гуляш из говядины	110	16.62	23.53	4.92	281.18	0.29	5.35	2.92	0.03	24.42	185.76	25.28	2.66	72
Картофель, запеченный дольками	253	5.91	8.76	32.54	265.14	0.35	58.10	3.63	0.00	39.38	171.34	67.56	2.70	108
Компот из смеси сухофруктов	220	0.73	0.00	39.96	167.17	0.01	0.66	0.13	0.01	74.02	25.41	9.90	2.06	129
Хлеб пшеничный	110	8.44	0.83	49.09	209.83	0.11	0.00	1.10	0.00	22.28	66.17	14.16	1.13	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	88	12.08	1.49	72.09	307.73	0.20	0.00	1.87	0.00	41.53	153.07	40.01	3.27	159
<b>Итого</b>	<b>1254</b>	<b>46.32</b>	<b>53.22</b>	<b>191.20</b>	<b>1447.58</b>	<b>1.16</b>	<b>120.29</b>	<b>14.70</b>	<b>0.07</b>	<b>338.27</b>	<b>731.79</b>	<b>237.12</b>	<b>15.08</b>	

<b>Полдник</b>														
Напиток из брусники (клюквы)	220	0.23	0.17	19.17	81.02	0.00	4.95	0.33	0.00	8.75	5.28	2.31	0.19	134
Коржик молочный	100	6.77	12.83	47.20	331.10	0.10	0.10	3.92	0.02	25.62	67.13	10.40	0.85	148
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
<b>Итого</b>	<b>420</b>	<b>17.40</b>	<b>18.00</b>	<b>76.97</b>	<b>694.63</b>	<b>0.20</b>	<b>5.55</b>	<b>4.35</b>	<b>0.05</b>	<b>198.37</b>	<b>292.41</b>	<b>35.71</b>	<b>1.44</b>	
<b>Ужин</b>														
Пекинская капуста с горошком и чесноком	165	3.42	8.45	8.28	123.92	0.09	48.63	3.83	0.00	65.86	63.62	27.32	1.01	20
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	165	1.57	0.17	4.29	27.23	0.02	16.50	0.66	0.02	27.23	48.68	23.93	1.16	29
Птица запеченная	110	13.44	13.92	0.37	159.15	0.15	3.39	1.49	0.07	32.27	158.66	32.26	2.19	86
Овощи запеченные	253	4.70	14.31	28.40	262.71	0.25	220.78	7.10	0.00	75.61	120.24	55.95	2.28	111
Кисель из смородины	220	0.29	0.11	30.23	124.93	0.01	55.00	0.20	0.00	13.23	14.16	8.53	0.43	119
Хлеб пшеничный	83	6.37	0.62	37.04	136.19	0.08	0.00	0.83	0.00	16.81	49.92	10.69	0.85	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	77	9.97	1.28	59.82	233.27	0.18	0.00	1.60	0.00	35.96	136.52	36.47	2.99	159
<b>Итого</b>	<b>886</b>	<b>30.01</b>	<b>29.78</b>	<b>123.33</b>	<b>808.10</b>	<b>0.62</b>	<b>295.67</b>	<b>11.04</b>	<b>0.09</b>	<b>184.40</b>	<b>478.56</b>	<b>157.20</b>	<b>9.05</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
<b>Итого</b>	<b>220</b>	<b>6.85</b>	<b>7.82</b>	<b>10.02</b>	<b>144.22</b>	<b>0.08</b>	<b>1.72</b>	<b>0.00</b>	<b>0.08</b>	<b>293.34</b>	<b>232.22</b>	<b>34.22</b>	<b>0.25</b>	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Мg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		129.11	141.21	657.20	4429.81	2.61	476.64	34.85	0.46	1446.21	2383.43	815.86	36.91	
<b>Суточная потребность</b>		99.00	101.20	421.30	2992.00	1.54	77.00	13.20	0.99	1320.00	1320.00	330.00	19.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		130.42	139.54	155.99	148.06	169.39	619.01	264.03	46.11	109.56	180.56	247.23	186.43	
*с 1 января по 30 июня														



Дети 12 лет и старше (каникулярное меню)														
Первая неделя														
Воскресенье														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Омлет натуральный	200	16.26	23.94	5.38	302.57	0.11	1.21	0.77	0.34	176.70	291.87	25.96	2.80	15
Кукуруза консервированная	110	4.04	0.74	20.57	106.55	0.03	8.82	0.06	0.00	77.15	75.32	23.88	0.66	22
Какао с молоком	220	6.81	5.61	38.50	200.75	0.09	2.57	0.01	0.04	244.09	207.02	46.42	1.25	114
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
Итого	635	34.58	31.32	109.76	803.14	0.37	12.61	2.11	0.38	527.32	691.18	128.55	7.37	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	33	0.17	0.00	19.80	80.03	0.00	0.00	0.00	0.00	4.95	2.48	1.65	0.41	ГП
Итого	253	0.39	0.22	44.88	190.03	0.00	22.00	1.76	0.00	62.15	92.68	34.65	3.93	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Салат из колбасы	165	14.62	13.53	20.15	197.82	0.13	6.80	1.05	0.09	278.61	271.66	52.06	2.70	36
Куриный суп с макаронными изделиями и зеленым горошком	330	8.03	7.90	24.05	242.00	0.21	24.57	0.54	0.04	38.74	124.81	35.75	1.53	53
Поджарка из свинины	110	18.57	41.24	2.87	467.54	0.69	14.39	5.43	0.00	45.46	227.32	34.96	2.56	82
Рис отварной	198	5.20	4.73	54.62	259.78	0.06	0.00	0.35	0.02	7.22	112.20	36.85	0.75	103
Компот из апельсинов с яблоками	220	0.53	0.22	35.34	148.54	0.03	29.70	0.15	0.00	21.10	13.75	8.69	0.95	128
Хлеб пшеничный	110	8.44	0.83	49.09	209.83	0.11	0.00	1.10	0.00	22.28	66.17	14.16	1.13	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	88	12.08	1.49	72.09	307.73	0.20	0.00	1.87	0.00	41.53	153.07	40.01	3.27	159
Итого	1199	59.75	69.16	212.40	1639.80	1.34	76.56	9.43	0.15	452.45	913.79	211.62	11.92	

<b>Полдник</b>														
Молоко кипяченое	220	6.38	5.50	10.56	118.80	0.09	2.86	0.00	0.04	264.00	198.00	30.80	0.22	116
Олады	75	4.50	4.13	27.00	213.75	0.09	0.56	2.63	0.02	62.60	79.39	13.16	0.63	157
Молоко сгущенное	11	0.79	0.94	6.11	36.08	0.01	0.11	0.02	0.02	33.77	24.09	3.74	0.02	164
Фрукты	260	4.23	1.40	59.21	256.28	0.10	28.19	1.13	0.00	22.56	78.95	118.42	1.69	ГП
Итого	566	15.90	11.96	102.88	624.91	0.29	31.72	3.79	0.08	382.93	380.43	166.12	2.56	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с зеленым горошком и луком	165	11.55	31.65	6.89	266.00	0.09	5.35	7.25	0.03	102.22	293.63	89.86	1.97	49
Жаркое по-домашнему	242	20.83	12.73	15.58	247.37	0.24	33.79	0.69	0.02	45.51	150.43	54.88	3.66	74
Напиток из облепихи	220	0.13	0.59	23.68	101.19	0.55	22.00	0.55	0.00	3.11	0.99	3.30	0.23	136
Хлеб пшеничный	83	6.37	0.62	37.04	136.19	0.08	0.00	0.83	0.00	16.81	49.92	10.69	0.85	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	77	9.97	1.28	59.82	233.27	0.18	0.00	1.60	0.00	35.96	136.52	36.47	2.99	159
Итого	765	42.53	46.25	106.18	848.65	1.06	61.14	10.09	0.06	186.90	581.87	184.57	8.86	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Итого	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		160.00	166.74	586.13	4250.74	3.13	205.74	27.17	0.75	1905.09	2892.17	759.74	34.90	
<b>Суточная потребность</b>		99.00	101.20	421.30	2992.00	1.54	77.00	13.20	0.99	1320.00	1320.00	330.00	19.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		161.61	164.76	139.12	142.07	203.53	267.19	205.86	75.86	144.33	219.10	230.22	176.25	

Дети 12 лет и старше (каникулярное меню)														
Вторая неделя														
Понедельник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Вареники с картофелем и маслом	275	13.20	12.10	79.20	380.60	0.26	1.63	7.72	0.04	183.63	232.87	38.61	1.85	88
Сметана	33	0.89	3.30	1.29	39.27	0.01	0.17	0.10	0.02	29.70	20.46	3.30	0.03	165
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	110	0.99	0.17	3.14	19.25	0.06	17.60	0.44	0.00	17.05	30.80	18.70	0.77	39
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	110	1.05	0.11	2.86	18.15	0.01	11.00	0.44	0.01	18.15	32.45	15.95	0.77	29
Чай с лимоном	220	0.04	0.00	28.68	116.97	0.00	1.77	0.01	0.00	2.89	1.43	0.79	0.15	140
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
Итого	853	23.65	16.71	160.47	767.52	0.48	32.16	9.98	0.08	280.80	434.99	109.64	6.23	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Итого	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Морская капуста с яйцом	165	14.34	19.01	27.16	239.11	0.40	17.81	13.10	0.15	389.22	257.47	1524.90	143.91	34
Суп рисовый с мясом	330	9.46	8.31	32.01	173.29	0.19	27.39	0.58	0.02	46.52	64.93	55.46	2.22	62
Бефстроганов из говядины	110	12.65	16.72	3.45	324.98	0.10	5.46	2.67	0.03	41.20	140.86	30.39	3.06	76
Макаронные изделия отварные (рожки)	198	11.61	10.93	73.84	440.46	0.18	0.00	1.71	0.06	23.02	94.88	16.72	1.69	101
Компот из кураги	220	2.20	1.14	30.80	173.93	0.02	0.88	1.21	0.00	36.12	32.12	23.10	0.80	121
Хлеб пшеничный	110	8.44	0.83	49.09	209.83	0.11	0.00	1.10	0.00	22.28	66.17	14.16	1.13	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	88	12.08	1.49	72.09	307.73	0.20	0.00	1.87	0.00	41.53	153.07	40.01	3.27	159
Итого	1199	63.06	57.65	242.64	1675.89	1.09	52.64	21.18	0.26	597.41	754.31	1693.88	155.13	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Напиток клеквенный	220	0.11	0.04	22.77	93.94	0.00	3.30	0.22	0.00	3.74	2.42	3.30	0.20	145
Фрукты	260	4.23	1.40	59.21	256.28	0.10	28.19	1.13	0.00	22.56	78.95	118.42	1.69	ГП
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>14.74</b>	<b>6.45</b>	<b>92.58</b>	<b>479.22</b>	<b>0.20</b>	<b>31.99</b>	<b>1.45</b>	<b>0.03</b>	<b>190.30</b>	<b>301.37</b>	<b>144.72</b>	<b>2.29</b>	
<b>Ужин</b>														
Горошек консервированный	110	3.41	0.22	7.15	44.00	0.12	0.66	0.22	0.00	22.00	68.20	23.10	0.77	21
Рагу из птицы	260	25.31	24.75	21.31	336.34	0.27	30.85	1.01	0.07	61.32	281.80	60.70	2.98	89
Компот из смородины чёрной	220	0.33	0.13	18.88	80.36	0.01	66.00	0.23	0.00	12.38	10.89	10.23	0.48	127
Слойка с повидлом	85	3.83	9.78	37.91	205.00	0.10	0.06	1.16	0.05	19.19	66.03	10.50	1.02	155
Хлеб пшеничный	83	6.37	0.62	37.04	136.19	0.08	0.00	0.83	0.00	16.81	49.92	10.69	0.85	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	77	9.97	1.28	59.82	233.27	0.18	0.00	1.60	0.00	35.96	136.52	36.47	2.99	159
<b>Итого</b>	<b>703</b>	<b>39.48</b>	<b>35.95</b>	<b>138.13</b>	<b>855.78</b>	<b>0.56</b>	<b>96.91</b>	<b>4.01</b>	<b>0.12</b>	<b>128.94</b>	<b>495.55</b>	<b>117.96</b>	<b>7.48</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Вафли , печенье, пряники	33	3.43	5.39	34.38	136.13	0.04	0.00	0.00	0.00	9.16	27.50	5.94	0.45	ГП
<b>Итого</b>	<b>253</b>	<b>10.29</b>	<b>13.21</b>	<b>44.40</b>	<b>280.35</b>	<b>0.12</b>	<b>1.72</b>	<b>0.00</b>	<b>0.08</b>	<b>302.50</b>	<b>259.72</b>	<b>40.16</b>	<b>0.70</b>	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		151.43	130.18	703.31	4168.75	2.46	237.42	38.38	0.56	1557.16	2336.13	2139.37	175.35	
<b>Суточная потребность</b>		99.00	101.20	421.30	2992.00	1.54	77.00	13.20	0.99	1320.00	1320.00	330.00	19.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		152.96	128.64	166.94	139.33	159.98	308.33	290.73	56.87	117.97	176.98	648.29	885.61	

Дети 12 лет и старше (каникулярное меню)														
Вторая неделя														
Вторник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Запеканка из творога с молоком сгущенным или джемом (220/33)	253	39.39	26.10	49.71	374.31	0.28	1.39	0.89	0.23	462.53	364.65	67.50	1.88	10
Какао с молоком	220	6.81	5.61	38.50	200.75	0.09	2.57	0.01	0.04	244.09	207.02	46.42	1.25	114
Колбаса (порциями)	40	6.17	4.81	0.08	67.83	0.02	0.00	0.17	0.00	9.46	85.92	8.63	1.44	17
Масло сливочное (порциями)	18	0.16	10.88	0.20	99.16	0.00	0.00	0.16	0.07	3.60	4.50	0.00	0.03	18
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
Итого	636	60.01	48.44	133.80	935.33	0.53	3.96	2.50	0.34	749.05	779.07	154.84	7.27	
2 завтрак														
Вафли , печенье, пряники	33	3.43	5.39	34.38	136.13	0.04	0.00	0.00	0.00	9.16	27.50	5.94	0.45	ГП
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Итого	253	3.65	5.61	59.46	246.13	0.04	22.00	1.76	0.00	66.36	117.70	38.94	3.97	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Винегрет овощной	165	2.24	7.07	10.57	137.93	0.09	16.75	3.31	0.00	42.81	63.25	25.98	1.12	31
Солянка Домашняя	330	8.38	11.18	13.75	443.74	0.13	25.30	0.87	0.02	52.66	132.13	31.99	2.16	60
Плов по-узбекски из говядины	220	18.67	30.32	50.63	521.21	0.53	7.21	0.98	0.04	48.61	290.76	72.30	2.68	79
Кисель из брусники (клюквы)	220	0.17	0.11	35.51	144.89	0.00	3.30	0.22	0.00	9.00	8.60	1.54	0.18	117
Хлеб пшеничный	110	8.44	0.83	49.09	209.83	0.11	0.00	1.10	0.00	22.28	66.17	14.16	1.13	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	88	12.08	1.49	72.09	307.73	0.20	0.00	1.87	0.00	41.53	153.07	40.01	3.27	159
Итого	1111	42.26	50.22	185.84	1571.89	0.96	53.66	7.28	0.07	214.40	658.81	175.13	9.58	

<b>Полдник</b>														
Молоко кипяченое	220	6.38	5.50	10.56	118.80	0.09	2.86	0.00	0.04	264.00	198.00	30.80	0.22	116
Бисквит "Прага" с бананом	100	6.40	17.32	62.88	282.88	0.10	2.00	2.00	0.08	17.64	59.10	17.24	0.90	153
Фрукты	260	4.23	1.40	59.21	256.28	0.10	28.19	1.13	0.00	22.56	78.95	118.42	1.69	ГП
<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>17.01</b>	<b>24.22</b>	<b>132.65</b>	<b>657.96</b>	<b>0.29</b>	<b>33.05</b>	<b>3.13</b>	<b>0.12</b>	<b>304.20</b>	<b>336.05</b>	<b>166.46</b>	<b>2.81</b>	
<b>Ужин</b>														
Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	165	2.11	13.42	11.32	177.79	0.06	31.44	6.13	0.36	59.75	59.88	35.17	1.80	25
или Маринад овощной*	165	2.54	16.69	15.11	223.04	0.12	17.62	8.09	0.00	62.76	97.19	59.06	1.35	113
Рыба, запеченная в панировке	180	28.98	15.09	23.75	298.05	0.45	5.22	3.50	0.12	68.19	450.44	71.72	2.76	90
Картофельное пюре	127	2.15	3.59	14.54	99.39	0.11	17.10	0.13	0.02	30.23	64.21	21.70	0.81	105
Фасоль стручковая запеченная	127	3.18	5.32	4.13	74.90	0.13	24.84	2.54	0.00	85.40	56.38	32.68	1.40	112
Напиток ягодный	220	0.28	0.15	19.09	80.80	0.01	26.40	0.25	0.00	11.61	9.46	6.60	0.37	138
Хлеб пшеничный	83	6.37	0.62	37.04	136.19	0.08	0.00	0.83	0.00	16.81	49.92	10.69	0.85	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	77	9.97	1.28	59.82	233.27	0.18	0.00	1.60	0.00	35.96	136.52	36.47	2.99	159
<b>Итого</b>	<b>957</b>	<b>46.71</b>	<b>38.86</b>	<b>132.86</b>	<b>965.02</b>	<b>0.94</b>	<b>104.99</b>	<b>14.15</b>	<b>0.51</b>	<b>291.23</b>	<b>777.19</b>	<b>204.40</b>	<b>10.14</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
<b>Итого</b>	<b>220</b>	<b>6.85</b>	<b>7.82</b>	<b>10.02</b>	<b>144.22</b>	<b>0.08</b>	<b>1.72</b>	<b>0.00</b>	<b>0.08</b>	<b>293.34</b>	<b>232.22</b>	<b>34.22</b>	<b>0.25</b>	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		176.49	175.17	654.63	4520.54	2.84	219.38	28.83	1.11	1918.58	2901.04	773.98	34.02	
<b>Суточная потребность</b>		99.00	101.20	421.30	2992.00	1.54	77.00	13.20	0.99	1320.00	1320.00	330.00	19.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		178.27	173.09	155.38	151.09	184.34	284.90	218.38	112.38	145.35	219.78	234.54	171.83	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 12 лет и старше (каникулярное меню)														
Вторая неделя														
Среда														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Суп молочный с крупой	242	7.44	7.67	26.05	204.43	0.11	2.76	0.11	0.06	258.02	219.06	38.83	0.42	3
Чай с молоком	220	3.09	3.52	39.20	201.23	0.04	1.44	0.00	0.03	133.36	99.57	15.71	0.22	141
Масло сливочное (порциями)	18	0.16	10.88	0.20	99.16	0.00	0.00	0.16	0.07	3.60	4.50	0.00	0.03	18
Сыр (порциями)	21	4.88	6.20	0.00	76.44	0.01	0.15	0.11	0.06	184.80	105.00	7.35	0.21	19
Хлеб пшеничный	55	4.22	0.41	24.54	104.91	0.06	0.00	0.55	0.00	11.14	33.08	7.08	0.56	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
Итого	611	23.44	29.34	113.00	784.08	0.31	4.35	1.70	0.22	610.17	548.11	94.82	3.59	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	33	0.17	0.00	19.80	80.03	0.00	0.00	0.00	0.00	4.95	2.48	1.65	0.41	ГП
Итого	253	0.39	0.22	44.88	190.03	0.00	22.00	1.76	0.00	62.15	92.68	34.65	3.93	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Салат Витаминный со сладким перцем	165	2.18	16.63	15.91	223.33	0.07	97.85	7.72	0.36	51.01	50.66	29.47	0.92	35
или Салат "Степной" из разных овощей*	165	3.36	11.94	15.54	184.40	0.15	23.79	5.60	0.00	55.70	95.30	39.92	1.44	30
Уха Ростовская	330	9.79	6.67	19.49	311.84	0.24	40.45	1.20	0.04	48.82	154.26	50.04	1.86	66
Котлеты куриные	100	14.00	18.13	11.27	385.71	0.90	1.60	1.10	0.06	51.40	141.50	18.90	1.10	67
Картофель, запеченный дольками	253	5.91	8.76	32.54	265.14	0.35	58.10	3.63	0.00	39.38	171.34	67.56	2.70	108
Компот из облепихи	220	0.40	1.78	35.92	163.12	1.65	66.00	1.65	0.00	8.28	2.97	9.90	0.57	144
Хлеб пшеничный	110	8.44	0.83	49.09	209.83	0.11	0.00	1.10	0.00	22.28	66.17	14.16	1.13	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	88	12.08	1.49	72.09	307.73	0.20	0.00	1.87	0.00	41.53	153.07	40.01	3.27	159
Итого	1244	46.25	48.81	190.14	1634.33	3.51	191.04	15.08	0.10	264.91	729.44	229.63	11.10	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Фрукты	260	4.23	1.40	59.21	256.28	0.10	28.19	1.13	0.00	22.56	78.95	118.42	1.69	ГП
Молоко кипяченое	220	6.38	5.50	10.56	118.80	0.09	2.86	0.00	0.04	264.00	198.00	30.80	0.22	116
Пирожок печеный из дрожжевого теста с картофельным фаршем	100	3.24	6.49	39.10	289.73	0.14	10.60	1.47	0.03	25.46	80.39	17.79	1.14	151
<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>13.85</b>	<b>13.39</b>	<b>108.87</b>	<b>664.81</b>	<b>0.33</b>	<b>41.65</b>	<b>2.60</b>	<b>0.07</b>	<b>312.02</b>	<b>357.34</b>	<b>167.01</b>	<b>3.05</b>	
<b>Ужин</b>														
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	165	1.74	0.23	5.94	34.22	0.10	130.15	0.85	0.00	21.88	40.39	23.00	1.08	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	165	1.57	0.17	4.29	27.23	0.02	16.50	0.66	0.02	27.23	48.68	23.93	1.16	29
Пельмени мясные отварные	220	20.46	19.58	42.64	361.97	0.15	2.55	2.77	0.07	48.36	211.09	27.57	2.77	87
Сметана	33	0.89	3.30	1.29	39.27	0.01	0.17	0.10	0.02	29.70	20.46	3.30	0.03	165
Напиток из шиповника	220	0.75	0.31	29.27	143.59	0.01	220.00	0.84	0.00	14.06	3.74	3.74	0.75	133
Хлеб пшеничный	39	2.99	0.29	17.40	74.39	0.04	0.00	0.39	0.00	7.90	23.46	5.02	0.40	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	50	6.66	0.96	40.59	173.07	0.13	0.00	1.17	0.00	27.32	111.17	31.12	2.57	159
<b>Итого</b>	<b>732</b>	<b>30.31</b>	<b>24.31</b>	<b>117.89</b>	<b>744.35</b>	<b>0.33</b>	<b>239.22</b>	<b>5.53</b>	<b>0.11</b>	<b>146.49</b>	<b>394.32</b>	<b>89.40</b>	<b>7.25</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Баранки, сушки, бублики	44	3.52	2.86	26.84	149.60	0.07	0.00	0.70	0.00	10.56	40.04	7.92	0.70	ГП
<b>Итого</b>	<b>264</b>	<b>10.37</b>	<b>10.68</b>	<b>36.86</b>	<b>293.82</b>	<b>0.15</b>	<b>1.72</b>	<b>0.70</b>	<b>0.08</b>	<b>303.90</b>	<b>272.26</b>	<b>42.14</b>	<b>0.96</b>	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Мg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		124.59	126.75	611.63	4311.41	4.63	499.98	27.37	0.58	1699.64	2394.15	657.66	29.89	
<b>Суточная потребность</b>		99.00	101.20	421.30	2992.00	1.54	77.00	13.20	0.99	1320.00	1320.00	330.00	19.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		125.85	125.25	145.18	144.10	300.95	649.32	207.38	58.82	128.76	181.37	199.29	150.97	
*с 1 января по 30 июня														



Дети 12 лет и старше (каникулярное меню)														
Вторая неделя														
Четверг														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша "Янтарная"	242	9.77	11.03	43.71	314.59	0.28	3.85	0.88	0.07	185.47	277.66	82.32	2.41	1
Кофейный напиток с молоком	220	5.50	5.17	44.94	252.71	0.11	2.57	0.09	0.04	243.56	229.24	49.19	0.68	115
Колбаса (порциями)	40	6.17	4.81	0.08	67.83	0.02	0.00	0.17	0.00	9.46	85.92	8.63	1.44	17
Масло сливочное (порциями)	18	0.16	10.88	0.20	99.16	0.00	0.00	0.16	0.07	3.60	4.50	0.00	0.03	18
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
Итого	625	29.08	32.93	134.24	927.57	0.55	6.42	2.57	0.18	471.46	714.30	172.44	7.23	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Вафли , печенье, пряники	33	3.43	5.39	34.38	136.13	0.04	0.00	0.00	0.00	9.16	27.50	5.94	0.45	ГП
Итого	253	3.65	5.61	59.46	246.13	0.04	22.00	1.76	0.00	66.36	117.70	38.94	3.97	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Салат из свеклы с сыром и чесноком	165	6.09	16.56	13.22	177.46	0.03	15.14	5.31	0.06	205.02	148.17	39.06	2.30	32
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом	330	2.77	8.90	12.98	162.17	0.11	48.97	0.47	0.04	78.03	116.68	36.29	1.69	57
Тефтели мясные с рисом	100	8.19	14.57	11.50	310.56	0.14	11.55	0.62	0.04	31.22	96.65	18.75	1.32	71
Соус томатный с овощами	55	0.80	2.84	4.90	48.95	0.02	4.82	0.20	0.02	8.25	12.65	6.02	0.30	163
Макаронные изделия отварные (перья)	198	11.61	10.93	73.84	440.46	0.18	0.00	1.71	0.06	23.02	94.88	16.72	1.69	101
Компот из смеси сухофруктов	220	0.73	0.00	39.96	167.17	0.01	0.66	0.13	0.01	74.02	25.41	9.90	2.06	129
Хлеб пшеничный	110	8.44	0.83	49.09	209.83	0.11	0.00	1.10	0.00	22.28	66.17	14.16	1.13	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	88	12.08	1.49	72.09	307.73	0.20	0.00	1.87	0.00	41.53	153.07	40.01	3.27	159
Итого	1244	42.99	55.34	231.78	1532.99	0.71	82.24	10.34	0.23	480.89	658.50	170.05	12.80	

<b>Полдник</b>														
Фрукты	260	4.23	1.40	59.21	256.28	0.10	28.19	1.13	0.00	22.56	78.95	118.42	1.69	ГП
Расстегай с рыбой	100	6.39	8.20	35.15	240.37	0.11	25.44	1.51	0.04	46.50	74.25	16.86	1.10	154
Чай с лимоном	220	0.04	0.00	28.68	116.97	0.00	1.77	0.01	0.00	2.89	1.43	0.79	0.15	140
Итого	580	10.66	9.60	123.04	613.62	0.21	55.40	2.66	0.04	71.96	154.63	136.07	2.95	
<b>Ужин</b>														
Салат из красной фасоли с морковью	165	12.72	7.69	23.40	146.63	0.40	37.60	3.74	0.00	106.83	264.88	79.77	3.42	38
Картофельная запеканка с мясом или субпродуктами	242	27.43	46.13	35.32	430.60	0.67	39.89	2.24	0.07	44.56	373.26	79.86	4.83	75
Напиток из малины и смородины	220	0.30	0.15	19.04	80.69	0.01	37.13	0.22	0.00	13.04	11.55	8.75	0.46	146
Хлеб пшеничный	83	6.37	0.62	37.04	136.19	0.08	0.00	0.83	0.00	16.81	49.92	10.69	0.85	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	77	9.97	1.28	59.82	233.27	0.18	0.00	1.60	0.00	35.96	136.52	36.47	2.99	159
Итого	765	50.46	55.26	137.80	892.00	1.25	114.61	7.80	0.07	200.49	786.52	204.91	11.70	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Итого	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		143.69	166.56	696.33	4356.53	2.85	282.39	25.13	0.59	1584.49	2663.86	756.63	38.90	
<b>Суточная потребность</b>		99.00	101.20	421.30	2992.00	1.54	77.00	13.20	0.99	1320.00	1320.00	330.00	19.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		145.14	164.58	165.28	145.61	184.79	366.74	190.39	59.14	120.04	201.81	229.28	196.44	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 12 лет и старше (каникулярное меню)														
Вторая неделя														
Пятница														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша "Боярская"	242	9.67	10.42	44.28	316.53	0.24	1.94	0.22	0.07	197.81	236.76	56.52	1.43	5
Какао с молоком	220	6.81	5.61	38.50	200.75	0.09	2.57	0.01	0.04	244.09	207.02	46.42	1.25	114
Колбаса (порциями)	40	6.17	4.81	0.08	67.83	0.02	0.00	0.17	0.00	9.46	85.92	8.63	1.44	17
Яйца вареные	40	5.10	4.60	0.30	63.00	0.03	0.00	0.20	0.10	22.00	77.00	5.00	1.00	145
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
Итого	647	35.22	26.47	128.47	841.38	0.53	4.51	1.87	0.21	502.73	723.68	148.86	7.79	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Фрукты	260	4.23	1.40	59.21	256.28	0.10	28.19	1.13	0.00	22.56	78.95	118.42	1.69	ГП
Итого	480	4.45	1.62	84.29	366.28	0.10	50.19	2.89	0.00	79.76	169.15	151.42	5.21	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	165	2.64	16.67	15.84	141.90	0.07	45.87	7.43	0.09	72.60	52.80	28.05	0.99	24
или Салат овощной с зеленым горошком*	165	4.62	13.46	17.25	159.74	0.17	17.49	5.47	0.03	35.08	111.21	41.42	1.54	40
Суп из овощей с фасолью	330	15.90	9.61	29.26	252.05	0.50	47.01	4.68	0.00	133.55	331.11	99.73	4.27	61
Печень, запеченная с луком	110	24.83	18.16	14.27	321.40	0.44	58.23	7.43	10.65	53.58	439.53	28.96	9.49	77
Картофель, запеченный из отварного	253	11.28	19.92	59.93	315.49	0.45	73.66	6.39	0.06	197.60	300.40	91.22	3.58	109
Кисель из смородины	220	0.29	0.11	30.23	124.93	0.01	55.00	0.20	0.00	13.23	14.16	8.53	0.43	119
Хлеб пшеничный	110	8.44	0.83	49.09	209.83	0.11	0.00	1.10	0.00	22.28	66.17	14.16	1.13	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	88	12.08	1.49	72.09	307.73	0.20	0.00	1.87	0.00	41.53	153.07	40.01	3.27	159
Итого	1254	67.72	66.01	224.90	1479.89	1.68	280.87	28.02	10.79	531.89	1302.06	299.80	22.19	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Компот из груш с лимоном	220	0.29	0.18	27.85	116.25	0.01	5.83	0.23	0.00	14.19	10.49	7.52	1.38	124
Сырники из творога со сгущенным молоком (270/30)	300	56.45	29.57	55.49	543.55	0.33	1.43	1.23	0.21	487.92	377.63	72.91	1.88	12
<b>Итого</b>	<b>520</b>	<b>56.74</b>	<b>29.75</b>	<b>83.34</b>	<b>659.80</b>	<b>0.34</b>	<b>7.26</b>	<b>1.46</b>	<b>0.21</b>	<b>502.11</b>	<b>388.12</b>	<b>80.43</b>	<b>3.26</b>	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с картофелем и луком	165	11.32	18.27	12.24	196.86	0.10	13.96	5.43	0.03	85.87	204.80	81.62	1.93	51
Куриное филе в сметанном соусе	110	7.47	25.09	3.44	204.31	0.11	9.34	4.25	0.06	49.46	173.61	21.92	1.49	85
Каша перловая рассыпчатая с овощами	198	6.20	8.64	42.79	274.21	0.11	7.19	4.36	0.00	48.91	136.97	32.00	1.43	99
Напиток яблочный	220	0.11	0.11	29.04	118.26	0.01	2.75	0.06	0.00	5.19	3.03	2.48	0.68	137
Хлеб пшеничный	83	6.37	0.62	37.04	136.19	0.08	0.00	0.83	0.00	16.81	49.92	10.69	0.85	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	77	9.97	1.28	59.82	233.27	0.18	0.00	1.60	0.00	35.96	136.52	36.47	2.99	159
<b>Итого</b>	<b>831</b>	<b>35.11</b>	<b>53.39</b>	<b>147.56</b>	<b>1027.73</b>	<b>0.51</b>	<b>33.24</b>	<b>15.69</b>	<b>0.09</b>	<b>225.48</b>	<b>655.23</b>	<b>174.55</b>	<b>8.52</b>	
<b>2 ужин</b>														
Вафли , печенье, пряники	33	3.43	5.39	34.38	136.13	0.04	0.00	0.00	0.00	9.16	27.50	5.94	0.45	ГП
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
<b>Итого</b>	<b>253</b>	<b>10.29</b>	<b>13.21</b>	<b>44.40</b>	<b>280.35</b>	<b>0.12</b>	<b>1.72</b>	<b>0.00</b>	<b>0.08</b>	<b>302.50</b>	<b>259.72</b>	<b>40.16</b>	<b>0.70</b>	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		209.53	190.45	712.95	4655.42	3.27	377.79	49.93	11.38	2144.48	3497.97	895.23	47.67	
<b>Суточная потребность</b>		99.00	101.20	421.30	2992.00	1.54	77.00	13.20	0.99	1320.00	1320.00	330.00	19.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		211.64	188.19	169.23	155.60	212.65	490.64	378.26	1149.09	162.46	265.00	271.28	240.74	

Дети 12 лет и старше (каникулярное меню)														
Вторая неделя														
Суббота														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Вареники с картофелем и маслом	275	13.20	12.10	79.20	380.60	0.26	1.63	7.72	0.04	183.63	232.87	38.61	1.85	88
Кофейный напиток с молоком	220	5.50	5.17	44.94	252.71	0.11	2.57	0.09	0.04	243.56	229.24	49.19	0.68	115
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	110	0.99	0.17	3.14	19.25	0.06	17.60	0.44	0.00	17.05	30.80	18.70	0.77	39
или Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства*	110	2.09	9.79	8.47	130.90	0.02	7.70	3.41	0.00	45.10	40.70	16.50	0.77	147
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
Итого	820	29.26	28.26	181.05	976.74	0.59	29.50	12.93	0.09	518.72	650.59	155.29	6.73	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Вафли , печенье, пряники	33	3.43	5.39	34.38	136.13	0.04	0.00	0.00	0.00	9.16	27.50	5.94	0.45	ГП
Итого	253	3.65	5.61	59.46	246.13	0.04	22.00	1.76	0.00	66.36	117.70	38.94	3.97	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Салат Обжорка	165	6.79	6.13	7.69	173.65	0.12	9.33	0.63	0.02	63.00	129.88	43.42	1.71	37
Солянка из птицы	330	6.99	18.48	29.79	369.79	0.11	21.09	0.73	0.02	43.88	110.11	26.65	1.79	52
Капуста тушеная со свиной	242	12.80	24.19	15.21	297.39	0.37	112.02	3.11	0.00	134.16	179.03	58.07	2.67	81
Компот из кураги	220	2.20	1.14	30.80	173.93	0.02	0.88	1.21	0.00	36.12	32.12	23.10	0.80	121
Хлеб пшеничный	110	8.44	0.83	49.09	209.83	0.11	0.00	1.10	0.00	22.28	66.17	14.16	1.13	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	88	12.08	1.49	72.09	307.73	0.20	0.00	1.87	0.00	41.53	153.07	40.01	3.27	159
Итого	1133	41.57	51.48	158.87	1338.87	0.84	144.42	7.58	0.04	338.48	615.20	194.55	10.41	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
Фрукты	260	4.23	1.40	59.21	256.28	0.10	28.19	1.13	0.00	22.56	78.95	118.42	1.69	ГП
Молоко кипяченое	220	6.38	5.50	10.56	118.80	0.09	2.86	0.00	0.04	264.00	198.00	30.80	0.22	116
Итого	590	32.56	17.39	87.20	657.59	0.31	31.70	1.60	3.70	443.75	500.81	174.37	2.72	
<b>Ужин</b>														
Пекинская капуста с огурцом и сыром	165	7.51	18.98	4.68	172.05	0.06	39.29	5.34	0.07	267.88	164.13	28.48	1.01	42
или Маринад овощной*	165	2.54	16.69	15.11	223.04	0.12	17.62	8.09	0.00	62.76	97.19	59.06	1.35	202
Рыба, тушенная в сметанном соусе	132	17.37	11.00	4.37	153.09	0.20	6.46	3.77	0.02	41.12	132.88	34.76	0.84	93
Картофельное пюре	253	5.48	9.14	37.00	252.99	0.29	43.51	0.32	0.06	76.92	163.44	55.22	2.06	105
Чай с сахаром	220	0.22	0.00	21.99	87.93	0.00	0.00	0.00	0.00	13.40	8.80	6.60	0.90	139
Хлеб пшеничный	83	6.37	0.62	37.04	136.19	0.08	0.00	0.83	0.00	16.81	49.92	10.69	0.85	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	77	9.97	1.28	59.82	233.27	0.18	0.00	1.60	0.00	35.96	136.52	36.47	2.99	159
Итого	908	40.59	40.40	128.07	900.15	0.72	89.25	11.03	0.14	435.38	606.07	161.60	7.80	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Итого	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		154.49	150.96	624.67	4263.69	2.58	318.59	34.90	4.06	2096.03	2722.58	758.97	31.89	
<b>Суточная потребность</b>		99.00	101.20	421.30	2992.00	1.54	77.00	13.20	0.99	1320.00	1320.00	330.00	19.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		156.05	149.17	148.27	142.50	167.77	413.76	264.40	409.70	158.79	206.26	229.99	161.04	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 12 лет и старше (каникулярное меню)														
Вторая неделя														
Воскресенье														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Омлет с сыром	200	19.89	28.35	4.76	346.82	0.11	1.24	0.80	0.36	363.93	212.00	31.27	2.72	16
Чай с молоком	220	3.09	3.52	39.20	201.23	0.04	1.44	0.00	0.03	133.36	99.57	15.71	0.22	141
Масло сливочное (порциями)	18	0.16	10.88	0.20	99.16	0.00	0.00	0.16	0.07	3.60	4.50	0.00	0.03	18
Горошек консервированный	110	3.41	0.22	7.15	44.00	0.12	0.66	0.22	0.00	22.00	68.20	23.10	0.77	21
Хлеб пшеничный	50	3.84	0.38	22.31	95.38	0.05	0.00	0.50	0.00	10.13	30.08	6.44	0.51	ГП
Хлеб ржаной	60	3.97	0.72	25.09	106.80	0.10	0.00	0.84	0.00	21.00	94.80	28.20	2.34	ГП
Итого	658	34.36	44.07	98.71	893.39	0.43	3.34	2.52	0.46	554.02	509.15	104.72	6.60	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	220	0.22	0.22	25.08	110.00	0.00	22.00	1.76	0.00	57.20	90.20	33.00	3.52	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	33	0.17	0.00	19.80	80.03	0.00	0.00	0.00	0.00	4.95	2.48	1.65	0.41	ГП
Итого	253	0.39	0.22	44.88	190.03	0.00	22.00	1.76	0.00	62.15	92.68	34.65	3.93	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	11	0.72	0.06	3.29	16.39	0.01	1.10	0.03	0.00	19.80	11.00	3.30	0.17	50
Салат из моркови с сыром и чесноком	165	5.81	8.32	10.40	216.60	0.10	7.46	5.74	0.06	191.79	164.33	61.12	1.24	33
Суп картофельный с бобовыми и копченостями	330	14.18	15.79	32.19	379.08	0.68	37.31	1.25	0.02	104.86	229.66	94.34	6.15	54
Рыба, запеченная под маринадом	132	13.35	16.18	8.10	195.44	0.26	8.97	5.87	0.04	44.48	251.55	46.02	1.17	95
Рис отварной	198	5.20	4.73	54.62	259.78	0.06	0.00	0.35	0.02	7.22	112.20	36.85	0.75	103
Компот из брусники (клюквы)	220	0.23	0.17	25.76	107.35	0.00	4.95	0.33	0.00	8.94	5.28	2.31	0.21	123
Хлеб пшеничный	110	8.44	0.83	49.09	209.83	0.11	0.00	1.10	0.00	22.28	66.17	14.16	1.13	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	88	12.08	1.49	72.09	307.73	0.20	0.00	1.87	0.00	41.53	153.07	40.01	3.27	159
Итого	1221	51.57	46.72	206.43	1482.36	1.31	59.79	15.46	0.14	418.62	927.08	283.95	12.95	

<b>Полдник</b>														
Фрукты	260	4.23	1.40	59.21	256.28	0.10	28.19	1.13	0.00	22.56	78.95	118.42	1.69	ГП
Блинчики с ягодной начинкой	110	6.30	7.00	39.64	514.20	1.10	0.40	0.98	0.12	73.70	152.78	18.94	1.98	156
Напиток ягодный	220	0.28	0.15	19.09	80.80	0.01	26.40	0.25	0.00	11.61	9.46	6.60	0.37	138
Итого	590	10.80	8.56	117.94	851.27	1.21	54.99	2.37	0.12	107.87	241.19	143.96	4.05	
<b>Ужин</b>														
Салат из картофеля с рыбой	165	14.95	14.36	16.34	188.66	0.25	22.84	5.48	0.02	35.54	186.15	43.36	1.39	47
Печень говяжья по-строгановски	110	13.13	13.65	1.02	156.94	0.20	12.77	0.79	10.55	23.05	165.65	13.95	4.99	84
Макаронные изделия отварные (рожки)	198	11.61	10.93	73.84	440.46	0.18	0.00	1.71	0.06	23.02	94.88	16.72	1.69	101
Компот Витаминный	220	4.77	1.30	27.34	170.06	0.03	110.88	1.63	0.00	42.46	33.99	24.97	1.10	126
Хлеб пшеничный	83	6.37	0.62	37.04	136.19	0.08	0.00	0.83	0.00	16.81	49.92	10.69	0.85	ГП
Хлеб ржаной	55	3.64	0.66	23.00	97.90	0.09	0.00	0.77	0.00	19.25	86.90	25.85	2.15	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	77	9.97	1.28	59.82	233.27	0.18	0.00	1.60	0.00	35.96	136.52	36.47	2.99	159
Итого	831	54.47	41.52	178.58	844.61	0.84	146.49	11.20	10.63	160.13	617.49	135.54	12.17	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	142
Итого	220	6.85	7.82	10.02	144.22	0.08	1.72	0.00	0.08	293.34	232.22	34.22	0.25	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		158.45	148.90	656.56	4405.88	3.87	288.32	33.31	11.42	1596.12	2619.80	737.03	39.95	
<b>Суточная потребность</b>		99.00	101.20	421.30	2992.00	1.54	77.00	13.20	0.99	1320.00	1320.00	330.00	19.80	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		160.05	147.14	155.84	147.26	251.24	374.44	252.34	1153.99	120.92	198.47	223.34	201.76	



Средние показатели пищевых веществ, энергетической ценности, витаминов и минеральных веществ												
	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
	Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
<b>Итого за 14 дней</b>	2190.87	2107.05	9290.01	61344.97	43.42	5064.81	447.89	33.78	24121.24	37592.31	12396.07	654.04
<b>Среднее значение</b>	156.49	150.50	663.57	4381.78	3.10	361.77	31.99	2.41	1722.95	2685.17	885.43	46.72
<b>Соотношение Б:Ж:У</b>	1.0	1.0	4.0						1.0	1.6		
<b>Суточная потребность +10%</b>	99.00	101.20	421.30	2992.00	1.54	77.00	13.20	0.99	1320.00	1320.00	330.00	19.80
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>	158.07	148.72	157.51	146.45	201.38	469.83	242.37	243.70	130.53	203.42	268.31	235.95

Дети 12 лет и старше (изолятор)														
Первая неделя														
Понедельник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша рисовая молочная жидкая	253	8.08	10.86	49.27	299.39	0.10	2.16	0.28	0.07	208.56	221.24	46.40	0.70	2
Какао с молоком	230	7.12	5.87	40.25	209.88	0.09	2.69	0.01	0.05	255.19	216.43	48.53	1.31	114
Масло сливочное (порциями)	20	0.18	12.09	0.22	110.18	0.00	0.00	0.18	0.07	4.00	5.00	0.00	0.04	18
Колбаса (порциями)	42	6.48	5.05	0.08	71.23	0.02	0.00	0.18	0.00	9.93	90.22	9.07	1.52	17
Хлеб пшеничный	52	3.99	0.39	23.21	99.19	0.05	0.00	0.52	0.00	10.53	31.28	6.70	0.53	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
Итого	655	29.69	34.95	137.28	893.10	0.37	4.85	1.98	0.19	508.51	655.80	137.95	6.36	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Вафли , печенье, пряники	35	3.64	5.72	36.46	144.38	0.05	0.00	0.00	0.00	9.72	29.17	6.30	0.48	ГП
Итого	265	3.87	5.95	62.68	259.38	0.05	23.00	1.84	0.00	69.52	123.47	40.80	4.16	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	173	1.82	0.24	6.23	35.88	0.10	136.46	0.89	0.00	22.94	42.35	24.12	1.13	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	173	1.65	0.17	4.50	28.55	0.02	17.30	0.69	0.02	28.55	51.04	25.09	1.21	29
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	345	7.82	8.46	27.16	446.32	0.18	26.22	0.48	0.02	38.36	134.71	39.38	2.07	56
Биточки рыбные	120	12.94	10.28	9.52	272.98	0.24	1.09	1.79	0.06	53.41	110.53	35.65	1.09	94
Рагу из овощей	265	4.76	14.11	16.15	355.90	0.24	100.17	5.42	0.02	68.88	51.43	49.29	1.69	110
или Овощи запеченные	265	4.92	14.99	29.75	275.17	0.27	231.25	7.43	0.00	79.20	125.94	58.60	2.39	111
Компот из свежих ягод	230	0.29	0.16	26.84	112.00	0.01	27.60	0.26	0.00	12.34	9.89	6.90	0.41	122
Хлеб пшеничный	115	8.83	0.86	51.32	219.36	0.12	0.00	1.15	0.00	23.29	69.17	14.81	1.18	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	92	12.63	1.55	75.37	321.71	0.21	0.00	1.96	0.00	43.41	160.02	41.83	3.42	159
Итого	1318	41.07	34.88	165.07	1563.55	1.01	292.74	10.84	0.11	261.12	521.73	201.00	10.02	

\*с 1 января по 30 июня

<b>Полдник</b>														
Фрукты	272	4.42	1.47	61.94	268.10	0.11	29.49	1.19	0.00	23.60	82.59	123.89	1.77	ГП
Кекс Творожный	100	10.20	14.96	52.50	306.18	0.08	0.14	0.66	0.12	60.26	112.30	11.78	0.92	150
Молоко кипяченое	230	6.67	5.75	11.04	124.20	0.09	2.99	0.00	0.05	276.00	207.00	32.20	0.23	116
Итого	602	21.29	22.18	125.48	698.48	0.28	32.62	1.85	0.17	359.86	401.89	167.87	2.92	
<b>Ужин</b>														
Салат Столичный	173	20.82	18.20	12.63	218.37	0.21	17.51	0.51	0.07	53.77	229.91	41.59	2.39	41
Говядина, тушенная с черносливом	115	7.00	25.28	7.69	195.10	0.08	5.82	3.25	0.02	27.34	197.97	32.27	2.66	73
Каша гречневая рассыпчатая	207	11.89	10.10	53.71	214.88	0.40	0.00	0.84	0.05	21.09	190.58	279.65	6.30	97
Чай с лимоном	230	0.05	0.00	29.98	122.29	0.00	1.85	0.01	0.00	3.02	1.50	0.83	0.16	140
Хлеб пшеничный	87	6.68	0.65	38.82	142.75	0.09	0.00	0.87	0.00	17.62	52.33	11.20	0.89	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	81	10.49	1.35	62.92	245.39	0.19	0.00	1.68	0.00	37.82	143.62	38.37	3.15	159
Итого	870	50.28	54.92	167.09	996.63	0.88	25.18	6.29	0.14	143.14	763.92	392.79	14.66	
<b>2 ужин</b>														
Баранки, сушки, бублики	46	3.68	2.99	28.06	156.40	0.07	0.00	0.74	0.00	11.04	41.86	8.28	0.74	ГП
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Итого	276	10.84	11.17	38.54	307.18	0.15	1.79	0.74	0.08	317.71	284.64	44.06	1.00	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		157.05	164.04	696.13	4718.32	2.73	380.19	23.53	0.68	1659.85	2751.45	984.47	39.12	
<b>Суточная потребность</b>		103.50	105.80	440.45	3128.00	1.61	80.50	13.80	1.04	1380.00	1380.00	345.00	20.70	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		151.74	155.05	158.05	150.84	169.76	472.29	170.53	65.55	120.28	199.38	285.35	188.98	

Дети 12 лет и старше (изолятор)														
Первая неделя														
Вторник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Вареники с картофелем и маслом	288	13.82	12.67	82.94	398.59	0.28	1.70	8.09	0.05	192.31	243.88	40.44	1.94	88
Чай с молоком	230	3.23	3.68	40.99	210.38	0.05	1.51	0.00	0.03	139.43	104.10	16.42	0.23	141
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	115	1.04	0.17	3.28	20.13	0.06	18.40	0.46	0.00	17.83	32.20	19.55	0.81	39
или Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства*	115	2.19	10.24	8.86	136.85	0.02	8.05	3.57	0.00	47.15	42.55	17.25	0.81	147
Колбаса (порциями)	42	6.48	5.05	0.08	71.23	0.02	0.00	0.18	0.00	9.93	90.22	9.07	1.52	17
Хлеб пшеничный	52	3.99	0.39	23.21	99.19	0.05	0.00	0.52	0.00	10.53	31.28	6.70	0.53	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
Итого	785	32.40	22.66	174.75	902.75	0.55	21.61	10.05	0.08	390.32	593.31	119.43	7.28	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Вафли , печенье, пряники	35	3.64	5.72	36.46	144.38	0.05	0.00	0.00	0.00	9.72	29.17	6.30	0.48	ГП
Итого	265	3.87	5.95	62.68	259.38	0.05	23.00	1.84	0.00	69.52	123.47	40.80	4.16	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Салат из картофеля с рыбой	173	15.67	15.05	17.13	197.81	0.27	23.94	5.74	0.02	37.26	195.18	45.46	1.45	47
Суп Шахтерский	345	9.89	8.68	33.47	356.62	0.20	28.64	0.61	0.02	48.63	67.88	57.98	2.32	55
Котлеты мясо-картофельные польновски	100	13.67	22.06	9.76	272.46	0.27	10.38	2.31	0.01	27.40	165.65	27.87	2.14	69
Капуста тушеная	265	6.66	6.99	20.30	244.13	0.14	150.92	3.46	0.00	174.92	119.13	60.32	2.35	102
Компот из смеси сухофруктов	230	0.76	0.00	41.78	174.77	0.01	0.69	0.14	0.01	77.38	26.57	10.35	2.15	129
Хлеб пшеничный	115	8.83	0.86	51.32	219.36	0.12	0.00	1.15	0.00	23.29	69.17	14.81	1.18	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	92	12.63	1.55	75.37	321.71	0.21	0.00	1.96	0.00	43.41	160.02	41.83	3.42	159
Итого	1298	60.10	54.41	201.60	1586.27	1.11	215.77	14.26	0.07	430.79	747.23	247.65	14.04	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Компот из груш с лимоном	230	0.30	0.18	29.12	121.53	0.01	6.10	0.24	0.00	14.84	10.97	7.87	1.44	124
Слойка с повидлом	85	3.83	9.78	37.91	205.00	0.10	0.06	1.16	0.05	19.19	66.03	10.50	1.02	155
Фрукты	272	4.42	1.47	61.94	268.10	0.11	29.49	1.19	0.00	23.60	82.59	123.89	1.77	ГП
<b>Итого</b>	<b>587</b>	<b>8.55</b>	<b>11.43</b>	<b>128.97</b>	<b>594.64</b>	<b>0.22</b>	<b>35.65</b>	<b>2.59</b>	<b>0.05</b>	<b>57.63</b>	<b>159.59</b>	<b>142.25</b>	<b>4.23</b>	
<b>Ужин</b>														
Салат Витаминный с яблоком	173	1.90	17.47	18.34	238.74	0.07	26.64	7.96	0.40	51.90	50.17	31.14	1.56	26
или Салат из красной фасоли с морковью*	173	13.33	8.06	24.53	153.74	0.42	39.42	3.92	0.00	112.01	277.72	83.64	3.58	38
Рыба, запеченная в молочном соусе	138	24.76	15.12	5.87	217.02	0.25	1.93	3.23	0.07	93.82	276.82	41.89	0.82	91
Картофель отварной	265	2.79	5.14	22.43	147.47	0.16	27.42	0.20	0.02	15.23	81.42	31.54	1.24	107
Кисель из брусники (клюквы)	230	0.17	0.12	37.12	151.48	0.00	3.45	0.23	0.00	9.41	8.99	1.61	0.18	117
Хлеб пшеничный	87	6.68	0.65	38.82	142.75	0.09	0.00	0.87	0.00	17.62	52.33	11.20	0.89	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	81	10.49	1.35	62.92	245.39	0.19	0.00	1.68	0.00	37.82	143.62	38.37	3.15	159
<b>Итого</b>	<b>951</b>	<b>51.57</b>	<b>29.79</b>	<b>153.03</b>	<b>915.69</b>	<b>1.02</b>	<b>72.22</b>	<b>9.26</b>	<b>0.09</b>	<b>268.38</b>	<b>788.93</b>	<b>197.14</b>	<b>8.98</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
<b>Итого</b>	<b>230</b>	<b>7.16</b>	<b>8.18</b>	<b>10.48</b>	<b>150.78</b>	<b>0.08</b>	<b>1.79</b>	<b>0.00</b>	<b>0.08</b>	<b>306.67</b>	<b>242.78</b>	<b>35.78</b>	<b>0.26</b>	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		163.65	132.41	731.50	4409.50	3.02	370.05	38.00	0.37	1523.32	2655.30	783.05	38.95	
<b>Суточная потребность</b>		103.50	105.80	440.45	3128.00	1.61	80.50	13.80	1.04	1380.00	1380.00	345.00	20.70	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		158.12	125.15	166.08	140.97	187.68	459.69	275.35	35.82	110.39	192.41	226.97	188.16	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 12 лет и старше (изолятор)														
Первая неделя														
Среда														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным (230/35)	265	21.12	19.75	47.29	411.46	0.24	1.26	0.77	0.17	415.65	350.61	60.22	1.53	11
Какао с молоком	230	7.12	5.87	40.25	209.88	0.09	2.69	0.01	0.05	255.19	216.43	48.53	1.31	114
Масло сливочное (порциями)	20	0.18	12.09	0.22	110.18	0.00	0.00	0.18	0.07	4.00	5.00	0.00	0.04	18
Сыр (порциями)	22	5.11	6.49	0.00	80.08	0.01	0.16	0.11	0.06	193.60	110.00	7.70	0.22	19
Хлеб пшеничный	52	3.99	0.39	23.21	99.19	0.05	0.00	0.52	0.00	10.53	31.28	6.70	0.53	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
Итого	647	41.36	45.28	135.21	1014.03	0.50	4.11	2.41	0.35	899.26	804.95	150.41	5.89	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	35	0.18	0.00	21.00	84.88	0.00	0.00	0.00	0.00	5.25	2.63	1.75	0.44	ГП
Итого	265	0.41	0.23	47.22	199.88	0.00	23.00	1.84	0.00	65.05	96.93	36.25	4.12	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	173	1.82	0.24	6.23	35.88	0.10	136.46	0.89	0.00	22.94	42.35	24.12	1.13	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	173	1.65	0.17	4.50	28.55	0.02	17.30	0.69	0.02	28.55	51.04	25.09	1.21	29
Уха Ростовская	345	10.24	6.97	20.38	326.01	0.25	42.29	1.25	0.05	51.04	161.28	52.31	1.94	66
Котлеты Домашние	100	15.27	20.40	27.07	353.23	0.23	4.76	2.57	0.06	102.54	194.84	27.83	1.77	68
Овощное соте с морковью	265	7.05	13.65	32.96	318.81	0.36	187.71	1.69	0.07	130.32	194.48	101.53	3.27	104
Чай с сахаром	230	0.23	0.00	22.99	91.93	0.00	0.00	0.00	0.00	14.01	9.20	6.90	0.94	139
Хлеб пшеничный	115	8.83	0.86	51.32	219.36	0.12	0.00	1.15	0.00	23.29	69.17	14.81	1.18	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	92	12.63	1.55	75.37	321.71	0.21	0.00	1.96	0.00	43.41	160.02	41.83	3.42	159
Итого	1298	48.05	42.88	188.79	1466.34	1.17	372.42	8.40	0.18	386.03	774.95	258.36	12.68	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Напиток апельсиновый	230	0.21	0.05	29.41	120.01	0.01	13.80	0.05	0.00	8.65	5.29	2.99	0.15	130
Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустным фаршем	100	6.39	8.20	35.15	240.37	0.11	25.44	1.51	0.04	46.50	74.25	16.86	1.10	152
Фрукты	272	4.42	1.47	61.94	268.10	0.11	29.49	1.19	0.00	23.60	82.59	123.89	1.77	ГП
Итого	602	11.02	9.71	126.50	628.49	0.23	68.73	2.74	0.04	78.75	162.13	143.74	3.02	
<b>Ужин</b>														
Салат из белокачанной капусты с морковью	173	2.77	17.47	16.61	148.78	0.07	48.09	7.79	0.23	76.12	55.36	29.41	1.04	23
или Винегрет овощной*	173	2.35	7.42	11.08	144.62	0.09	17.57	3.47	0.00	44.89	66.32	27.24	1.18	31
Сердце (печень) в соусе сметанном с томатом и луком	115	24.61	10.82	5.23	252.99	0.40	10.96	0.82	0.06	40.19	191.76	29.67	5.32	83
Картофельное пюре	265	5.74	9.57	38.76	264.99	0.30	45.57	0.33	0.06	80.57	171.19	57.84	2.15	105
Напиток из шиповника	230	0.78	0.32	30.60	150.12	0.01	230.00	0.87	0.00	14.70	3.91	3.91	0.78	133
Хлеб пшеничный	41	3.15	0.31	18.30	78.21	0.04	0.00	0.41	0.00	8.30	24.66	5.28	0.42	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	52	6.93	1.00	42.21	179.99	0.14	0.00	1.21	0.00	28.41	115.62	32.36	2.67	159
Итого	882	40.47	29.14	128.23	994.16	0.95	304.09	6.72	0.12	208.95	549.48	151.20	12.12	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Баранки, сушки, бублики	46	3.68	2.99	28.06	156.40	0.07	0.00	0.74	0.00	11.04	41.86	8.28	0.74	ГП
Итого	276	10.84	11.17	38.54	307.18	0.15	1.79	0.74	0.08	317.71	284.64	44.06	1.00	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		152.15	138.41	664.49	4610.08	3.00	774.15	22.85	0.76	1955.76	2673.08	784.01	38.83	
<b>Суточная потребность</b>		103.50	105.80	440.45	3128.00	1.61	80.50	13.80	1.04	1380.00	1380.00	345.00	20.70	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		147.01	130.82	150.87	147.38	186.04	961.67	165.56	73.76	141.72	193.70	227.25	187.59	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 12 лет и старше (изолятор)														
Первая неделя														
Четверг														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Каша манная молочная жидкая	253	9.59	11.10	45.52	278.14	0.76	2.20	0.78	0.07	246.86	313.89	47.01	1.07	4
Кофейный напиток с молоком	230	5.75	5.41	46.98	264.20	0.12	2.69	0.09	0.05	254.63	239.66	51.43	0.71	115
Яйца вареные	40	5.10	4.60	0.30	63.00	0.03	0.00	0.20	0.10	22.00	77.00	5.00	1.00	145
Колбаса (порциями)	42	6.48	5.05	0.08	71.23	0.02	0.00	0.18	0.00	9.93	90.22	9.07	1.52	17
Хлеб пшеничный	52	3.99	0.39	23.21	99.19	0.05	0.00	0.52	0.00	10.53	31.28	6.70	0.53	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
Итого	675	34.75	27.24	140.34	879.00	1.08	4.89	2.58	0.22	564.25	843.69	146.46	7.09	
2 завтрак														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Вафли , печенье, пряники	35	3.64	5.72	36.46	144.38	0.05	0.00	0.00	0.00	9.72	29.17	6.30	0.48	ГП
Итого	265	3.87	5.95	62.68	259.38	0.05	23.00	1.84	0.00	69.52	123.47	40.80	4.16	
Обед														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Кукуруза с яйцом и рыбой	173	26.60	16.23	6.32	277.98	0.24	5.43	6.57	0.10	89.46	386.72	115.03	2.62	43
Суп картофельный с фрикадельками	345	5.37	8.37	39.56	348.04	0.32	54.25	0.62	0.05	64.18	160.98	63.61	2.55	63
Плов из свинины	230	17.55	12.43	35.47	475.95	0.12	6.44	0.79	0.03	39.49	129.78	56.38	2.55	78
Компот из изюма	230	6.21	0.79	23.13	188.72	0.06	0.00	0.17	0.00	28.29	44.51	14.49	1.10	120
Хлеб пшеничный	115	8.83	0.86	51.32	219.36	0.12	0.00	1.15	0.00	23.29	69.17	14.81	1.18	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	92	12.63	1.55	75.37	321.71	0.21	0.00	1.96	0.00	43.41	160.02	41.83	3.42	159
Итого	1163	69.17	39.44	183.64	1631.16	0.96	67.32	10.16	0.18	286.61	894.80	295.18	12.45	



<b>Полдник</b>														
Фрукты	272	4.42	1.47	61.94	268.10	0.11	29.49	1.19	0.00	23.60	82.59	123.89	1.77	ГП
Бисквит морковный	100	5.01	18.14	45.78	306.58	0.08	1.30	0.85	0.11	25.94	65.59	16.05	0.91	149
Компот из смородины чёрной	230	0.35	0.14	19.73	84.01	0.01	69.00	0.24	0.00	12.94	11.39	10.70	0.51	127
Итого	602	9.78	19.75	127.46	658.69	0.20	99.79	2.28	0.11	62.48	159.57	150.63	3.19	
<b>Ужин</b>														
Салат из свеклы с сыром и чесноком	173	6.39	17.36	13.86	186.07	0.03	15.87	5.57	0.06	214.96	155.35	40.95	2.41	32
Поджарка из рыбы	138	15.03	18.52	8.52	182.15	0.38	16.27	6.43	0.03	73.80	158.18	52.35	1.50	92
Картофель, запеченный из отварного	265	11.81	20.87	62.77	330.46	0.47	77.15	6.69	0.06	206.98	314.65	95.55	3.74	109
Компот из яблок с лимоном	230	0.30	0.24	35.72	149.06	0.02	8.97	0.13	0.00	13.32	8.10	6.14	1.40	125
Хлеб пшеничный	87	6.68	0.65	38.82	142.75	0.09	0.00	0.87	0.00	17.62	52.33	11.20	0.89	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	81	10.49	1.35	62.92	245.39	0.19	0.00	1.68	0.00	37.82	143.62	38.37	3.15	159
Итого	951	44.05	58.33	183.95	1093.73	1.10	118.26	20.50	0.15	546.96	780.25	233.45	12.21	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Баранки, сушки, бублики	46	3.68	2.99	28.06	156.40	0.07	0.00	0.74	0.00	11.04	41.86	8.28	0.74	ГП
Итого	276	10.84	11.17	38.54	307.18	0.15	1.79	0.74	0.08	317.71	284.64	44.06	1.00	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		172.46	161.87	736.60	4829.12	3.54	315.05	38.10	0.74	1847.54	3086.40	910.58	40.09	
<b>Суточная потребность</b>		103.50	105.80	440.45	3128.00	1.61	80.50	13.80	1.04	1380.00	1380.00	345.00	20.70	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		166.62	153.00	167.24	154.38	219.59	391.37	276.06	71.46	133.88	223.65	263.94	193.69	

Дети 12 лет и старше (изолятор)														
Первая неделя														
Пятница														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Вареники с картофелем и маслом	288	13.82	12.67	82.94	398.59	0.28	1.70	8.09	0.05	192.31	243.88	40.44	1.94	88
Чай с сахаром	230	0.23	0.00	22.99	91.93	0.00	0.00	0.00	0.00	14.01	9.20	6.90	0.94	139
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	115	1.04	0.17	3.28	20.13	0.06	18.40	0.46	0.00	17.83	32.20	19.55	0.81	39
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	115	1.09	0.12	2.99	18.98	0.01	11.50	0.46	0.01	18.98	33.93	16.68	0.81	29
Хлеб пшеничный	52	3.99	0.39	23.21	99.19	0.05	0.00	0.52	0.00	10.53	31.28	6.70	0.53	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
Итого	743	22.92	13.93	156.67	713.08	0.48	20.10	9.88	0.05	254.98	408.20	100.84	6.48	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Вафли , печенье, пряники	35	3.64	5.72	36.46	144.38	0.05	0.00	0.00	0.00	9.72	29.17	6.30	0.48	ГП
Итого	265	3.87	5.95	62.68	259.38	0.05	23.00	1.84	0.00	69.52	123.47	40.80	4.16	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Кукуруза консервированная	173	6.35	1.16	32.35	167.57	0.06	13.87	0.09	0.00	121.34	118.46	37.56	1.04	22
Рассольник Ленинградский с мясом	345	7.31	8.36	21.87	192.82	0.16	23.69	0.44	0.02	33.10	57.55	39.18	1.84	59
Котлеты Особые	100	14.91	13.18	21.36	264.31	0.13	5.79	0.85	0.04	57.08	161.63	24.93	1.95	70
Соус томатный с овощами	58	0.85	2.99	5.16	51.62	0.02	5.08	0.21	0.02	8.70	13.34	6.35	0.31	163
Картофельное пюре	265	5.74	9.57	38.76	264.99	0.30	45.57	0.33	0.06	80.57	171.19	57.84	2.15	105
Компот Витаминный	230	4.99	1.36	28.58	177.79	0.03	115.92	1.70	0.00	44.39	35.54	26.11	1.15	126
Фрукты	272	4.42	1.47	61.94	268.10	0.11	29.49	1.19	0.00	23.60	82.59	123.89	1.77	ГП
Хлеб пшеничный	115	8.83	0.86	51.32	219.36	0.12	0.00	1.15	0.00	23.29	69.17	14.81	1.18	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	92	12.63	1.55	75.37	321.71	0.21	0.00	1.96	0.00	43.41	160.02	41.83	3.42	159
Итого	1628	58.02	39.72	289.19	1727.68	1.04	240.62	6.81	0.14	433.97	813.10	361.52	13.84	
*с 1 января по 30 июня*														

<b>Полдник</b>														
Напиток лимонный	230	0.16	0.02	29.24	120.97	0.01	7.36	0.03	0.00	8.22	4.05	2.21	0.20	131
Сырники с морковью с молоком сгущенным (200/30)	230	34.47	16.05	39.92	457.06	0.22	2.90	0.91	0.10	257.17	376.91	54.96	1.51	14
<b>Итого</b>	<b>460</b>	<b>34.63</b>	<b>16.07</b>	<b>69.16</b>	<b>578.03</b>	<b>0.23</b>	<b>10.26</b>	<b>0.94</b>	<b>0.10</b>	<b>265.39</b>	<b>380.96</b>	<b>57.17</b>	<b>1.71</b>	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с луком	173	12.35	27.20	6.49	243.64	0.06	5.46	6.46	0.06	120.67	161.10	107.19	2.24	48
Свинина, тушеная с овощами	253	19.70	28.93	24.28	317.33	0.83	93.44	3.81	0.00	49.76	302.37	78.13	3.77	80
Напиток из облепихи	230	0.14	0.62	24.76	105.79	0.58	23.00	0.58	0.00	3.25	1.04	3.45	0.24	136
Хлеб пшеничный	87	6.68	0.65	38.82	142.75	0.09	0.00	0.87	0.00	17.62	52.33	11.20	0.89	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	81	10.49	1.35	62.92	245.39	0.19	0.00	1.68	0.00	37.82	143.62	38.37	3.15	159
<b>Итого</b>	<b>801</b>	<b>42.71</b>	<b>58.10</b>	<b>118.61</b>	<b>912.75</b>	<b>1.65</b>	<b>121.89</b>	<b>12.52</b>	<b>0.06</b>	<b>211.61</b>	<b>608.47</b>	<b>227.23</b>	<b>9.40</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
<b>Итого</b>	<b>230</b>	<b>7.16</b>	<b>8.18</b>	<b>10.48</b>	<b>150.78</b>	<b>0.08</b>	<b>1.79</b>	<b>0.00</b>	<b>0.08</b>	<b>306.67</b>	<b>242.78</b>	<b>35.78</b>	<b>0.26</b>	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		169.31	141.94	706.79	4341.69	3.53	417.67	31.99	0.43	1542.14	2576.97	823.33	35.85	
<b>Суточная потребность</b>		103.50	105.80	440.45	3128.00	1.61	80.50	13.80	1.04	1380.00	1380.00	345.00	20.70	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		163.59	134.16	160.47	138.80	219.19	518.84	231.84	41.36	111.75	186.74	238.65	173.17	

Дети 12 лет и старше (изолятор)														
Первая неделя														
Суббота														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша Рябчик	253	10.37	10.40	54.67	354.63	0.23	1.86	0.46	0.08	184.60	241.25	152.90	2.65	6
Чай с молоком	230	3.23	3.68	40.99	210.38	0.05	1.51	0.00	0.03	139.43	104.10	16.42	0.23	141
Масло сливочное (порциями)	20	0.18	12.09	0.22	110.18	0.00	0.00	0.18	0.07	4.00	5.00	0.00	0.04	18
Фрукты	272	4.42	1.47	61.94	268.10	0.11	29.49	1.19	0.00	23.60	82.59	123.89	1.77	ГП
Хлеб пшеничный	52	3.99	0.39	23.21	99.19	0.05	0.00	0.52	0.00	10.53	31.28	6.70	0.53	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
Итого	885	26.04	28.72	205.28	1145.72	0.53	32.86	3.16	0.19	382.46	555.85	327.17	7.48	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Вафли , печенье, пряники	35	3.64	5.72	36.46	144.38	0.05	0.00	0.00	0.00	9.72	29.17	6.30	0.48	ГП
Итого	265	3.87	5.95	62.68	259.38	0.05	23.00	1.84	0.00	69.52	123.47	40.80	4.16	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Салат "Степной" из разных овощей	173	3.52	12.51	16.30	193.34	0.16	24.95	5.87	0.00	58.40	99.92	41.85	1.51	30
Свекольник с мясом	345	7.22	7.80	23.90	235.82	0.15	32.71	0.54	0.02	87.22	94.00	53.48	2.91	58
Гуляш из говядины	115	17.38	24.60	5.14	293.96	0.30	5.59	3.05	0.03	25.53	194.20	26.43	2.78	72
Картофель, запеченный дольками	265	6.19	9.17	34.08	277.72	0.37	60.86	3.80	0.00	41.25	179.46	70.77	2.82	108
Компот из смеси сухофруктов	230	0.76	0.00	41.78	174.77	0.01	0.69	0.14	0.01	77.38	26.57	10.35	2.15	129
Хлеб пшеничный	115	8.83	0.86	51.32	219.36	0.12	0.00	1.15	0.00	23.29	69.17	14.81	1.18	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	92	12.63	1.55	75.37	321.71	0.21	0.00	1.96	0.00	43.41	160.02	41.83	3.42	159
Итого	1313	48.51	55.70	200.36	1516.09	1.22	125.99	15.40	0.07	354.97	766.97	248.54	15.80	

<b>Полдник</b>														
Напиток из брусники (клюквы)	230	0.24	0.17	20.04	84.70	0.00	5.18	0.35	0.00	9.14	5.52	2.42	0.20	134
Коржик молочный	100	6.77	12.83	47.20	331.10	0.10	0.10	3.92	0.02	25.62	67.13	10.40	0.85	148
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
<b>Итого</b>	<b>430</b>	<b>17.41</b>	<b>18.00</b>	<b>77.84</b>	<b>698.31</b>	<b>0.20</b>	<b>5.78</b>	<b>4.37</b>	<b>0.05</b>	<b>198.76</b>	<b>292.65</b>	<b>35.82</b>	<b>1.45</b>	
<b>Ужин</b>														
Пекинская капуста с горошком и чесноком	173	3.59	8.86	8.68	129.92	0.09	50.99	4.01	0.00	69.05	66.71	28.65	1.06	20
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	173	1.65	0.17	4.50	28.55	0.02	17.30	0.69	0.02	28.55	51.04	25.09	1.21	29
Птица запеченная	115	14.05	14.55	0.39	166.38	0.16	3.54	1.55	0.07	33.74	165.88	33.73	2.29	86
Овощи запеченные	265	4.92	14.99	29.75	275.17	0.27	231.25	7.43	0.00	79.20	125.94	58.60	2.39	111
Кисель из смородины	230	0.30	0.12	31.60	130.61	0.01	57.50	0.21	0.00	13.83	14.80	8.91	0.45	119
Хлеб пшеничный	87	6.68	0.65	38.82	142.75	0.09	0.00	0.87	0.00	17.62	52.33	11.20	0.89	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	81	10.49	1.35	62.92	245.39	0.19	0.00	1.68	0.00	37.82	143.62	38.37	3.15	159
<b>Итого</b>	<b>928</b>	<b>31.44</b>	<b>31.17</b>	<b>129.32</b>	<b>846.70</b>	<b>0.65</b>	<b>309.59</b>	<b>11.57</b>	<b>0.09</b>	<b>193.24</b>	<b>501.63</b>	<b>164.79</b>	<b>9.49</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
<b>Итого</b>	<b>230</b>	<b>7.16</b>	<b>8.18</b>	<b>10.48</b>	<b>150.78</b>	<b>0.08</b>	<b>1.79</b>	<b>0.00</b>	<b>0.08</b>	<b>306.67</b>	<b>242.78</b>	<b>35.78</b>	<b>0.26</b>	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		134.43	147.72	685.96	4616.97	2.72	499.02	36.33	0.48	1505.62	2483.34	852.89	38.63	
<b>Суточная потребность</b>		103.50	105.80	440.45	3128.00	1.61	80.50	13.80	1.04	1380.00	1380.00	345.00	20.70	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		129.89	139.62	155.74	147.60	169.17	619.90	263.24	46.31	109.10	179.95	247.21	186.61	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 12 лет и старше (изолятор)														
Первая неделя														
Воскресенье														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Омлет натуральный	200	16.26	23.94	5.38	302.57	0.11	1.21	0.77	0.34	176.70	291.87	25.96	2.80	15
Кукуруза консервированная	115	4.22	0.77	21.51	111.39	0.03	9.22	0.06	0.00	80.66	78.74	24.97	0.69	22
Какао с молоком	230	7.12	5.87	40.25	209.88	0.09	2.69	0.01	0.05	255.19	216.43	48.53	1.31	114
Хлеб пшеничный	52	3.99	0.39	23.21	99.19	0.05	0.00	0.52	0.00	10.53	31.28	6.70	0.53	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
Итого	655	35.43	31.66	114.60	826.26	0.39	13.12	2.17	0.39	543.38	709.96	133.41	7.60	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	35	0.18	0.00	21.00	84.88	0.00	0.00	0.00	0.00	5.25	2.63	1.75	0.44	ГП
Итого	265	0.41	0.23	47.22	199.88	0.00	23.00	1.84	0.00	65.05	96.93	36.25	4.12	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Салат из колбасы	173	15.33	14.19	21.13	207.42	0.14	7.13	1.10	0.09	292.12	284.83	54.59	2.83	36
Куриный суп с макаронными изделиями и зеленым горошком	345	8.40	8.26	25.14	253.00	0.22	25.69	0.56	0.05	40.50	130.48	37.38	1.60	53
Поджарка из свинины	115	19.41	43.11	3.00	488.80	0.72	15.04	5.68	0.00	47.53	237.65	36.55	2.68	82
Рис отварной	207	5.44	4.95	57.10	271.58	0.06	0.00	0.37	0.02	7.54	117.30	38.53	0.78	103
Компот из апельсинов с яблоками	230	0.55	0.23	36.95	155.30	0.03	31.05	0.16	0.00	22.06	14.38	9.09	0.99	128
Хлеб пшеничный	115	8.83	0.86	51.32	219.36	0.12	0.00	1.15	0.00	23.29	69.17	14.81	1.18	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	92	12.63	1.55	75.37	321.71	0.21	0.00	1.96	0.00	43.41	160.02	41.83	3.42	159
Итого	1255	62.57	72.35	222.48	1716.57	1.40	80.11	9.87	0.16	474.94	957.44	221.79	12.50	

<b>Полдник</b>														
Молоко кипяченое	230	6.67	5.75	11.04	124.20	0.09	2.99	0.00	0.05	276.00	207.00	32.20	0.23	116
Оладьи	75	4.50	4.13	27.00	213.75	0.09	0.56	2.63	0.02	62.60	79.39	13.16	0.63	157
Молоко сгущенное	12	0.86	1.02	6.66	39.36	0.01	0.12	0.02	0.02	36.84	26.28	4.08	0.02	164
Фрукты	272	4.42	1.47	61.94	268.10	0.11	29.49	1.19	0.00	23.60	82.59	123.89	1.77	ГП
Итого	589	16.46	12.36	106.65	645.41	0.30	33.16	3.84	0.09	399.05	395.26	173.33	2.65	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с зеленым горошком и луком	173	12.11	33.18	7.22	278.90	0.09	5.61	7.60	0.03	107.18	307.87	94.22	2.06	49
Жаркое по-домашнему	253	21.78	13.31	16.28	258.61	0.25	35.33	0.72	0.02	47.58	157.26	57.37	3.83	74
Напиток из облепихи	230	0.14	0.62	24.76	105.79	0.58	23.00	0.58	0.00	3.25	1.04	3.45	0.24	136
Хлеб пшеничный	87	6.68	0.65	38.82	142.75	0.09	0.00	0.87	0.00	17.62	52.33	11.20	0.89	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	81	10.49	1.35	62.92	245.39	0.19	0.00	1.68	0.00	37.82	143.62	38.37	3.15	159
Итого	801	44.55	48.46	111.34	889.29	1.11	63.93	10.58	0.06	195.93	610.14	193.50	9.29	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Итого	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		166.57	173.24	612.76	4428.20	3.27	215.12	28.30	0.77	1985.01	3012.50	794.05	36.42	
<b>Суточная потребность</b>		103.50	105.80	440.45	3128.00	1.61	80.50	13.80	1.04	1380.00	1380.00	345.00	20.70	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		160.94	163.74	139.12	141.57	203.23	267.23	205.10	74.43	143.84	218.30	230.16	175.92	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 12 лет и старше (изолятор)														
Вторая неделя														
Понедельник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Вареники с картофелем и маслом	288	13.82	12.67	82.94	398.59	0.28	1.70	8.09	0.05	192.31	243.88	40.44	1.94	88
Сметана	35	0.95	3.50	1.37	41.65	0.01	0.18	0.11	0.02	31.50	21.70	3.50	0.04	165
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	115	1.04	0.17	3.28	20.13	0.06	18.40	0.46	0.00	17.83	32.20	19.55	0.81	39
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	115	1.09	0.12	2.99	18.98	0.01	11.50	0.46	0.01	18.98	33.93	16.68	0.81	29
Чай с лимоном	230	0.05	0.00	29.98	122.29	0.00	1.85	0.01	0.00	3.02	1.50	0.83	0.16	140
Хлеб пшеничный	52	3.99	0.39	23.21	99.19	0.05	0.00	0.52	0.00	10.53	31.28	6.70	0.53	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
Итого	893	24.77	17.55	168.02	804.06	0.51	33.63	10.46	0.08	294.47	456.12	114.94	6.54	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Итого	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Морская капуста с яйцом	173	15.04	19.93	28.48	250.70	0.42	18.67	13.74	0.16	408.10	269.95	1598.83	150.89	34
Суп рисовый с мясом	345	9.89	8.68	33.47	181.17	0.20	28.64	0.61	0.02	48.63	67.88	57.98	2.32	62
Бефстроганов из говядины	115	13.23	17.48	3.61	339.76	0.10	5.70	2.79	0.03	43.07	147.26	31.77	3.20	76
Макаронные изделия отварные (рожки)	207	12.13	11.43	77.20	460.48	0.18	0.00	1.78	0.06	24.07	99.19	17.48	1.77	101
Компот из кураги	230	2.30	1.20	32.20	181.84	0.02	0.92	1.27	0.00	37.77	33.58	24.15	0.84	121
Хлеб пшеничный	115	8.83	0.86	51.32	219.36	0.12	0.00	1.15	0.00	23.29	69.17	14.81	1.18	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	92	12.63	1.55	75.37	321.71	0.21	0.00	1.96	0.00	43.41	160.02	41.83	3.42	159
Итого	1255	66.03	60.34	254.11	1754.43	1.15	55.13	22.19	0.28	626.82	790.67	1775.89	162.64	
*с 1 января по 30 июня														



<b>Полдник</b>														
Напиток клюквенный	230	0.12	0.05	23.81	98.21	0.00	3.45	0.23	0.00	3.91	2.53	3.45	0.21	145
Фрукты	272	4.42	1.47	61.94	268.10	0.11	29.49	1.19	0.00	23.60	82.59	123.89	1.77	ГП
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
<b>Итого</b>	<b>602</b>	<b>14.94</b>	<b>6.51</b>	<b>96.35</b>	<b>495.31</b>	<b>0.21</b>	<b>33.44</b>	<b>1.52</b>	<b>0.03</b>	<b>191.51</b>	<b>305.12</b>	<b>150.34</b>	<b>2.38</b>	
<b>Ужин</b>														
Горошек консервированный	115	3.57	0.23	7.48	46.00	0.13	0.69	0.23	0.00	23.00	71.30	24.15	0.81	21
Рагу из птицы	260	25.31	24.75	21.31	336.34	0.27	30.85	1.01	0.07	61.32	281.80	60.70	2.98	89
Компот из смородины чёрной	230	0.35	0.14	19.73	84.01	0.01	69.00	0.24	0.00	12.94	11.39	10.70	0.51	127
Слойка с повидлом	85	3.83	9.78	37.91	205.00	0.10	0.06	1.16	0.05	19.19	66.03	10.50	1.02	155
Хлеб пшеничный	87	6.68	0.65	38.82	142.75	0.09	0.00	0.87	0.00	17.62	52.33	11.20	0.89	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	81	10.49	1.35	62.92	245.39	0.19	0.00	1.68	0.00	37.82	143.62	38.37	3.15	159
<b>Итого</b>	<b>720</b>	<b>40.00</b>	<b>36.02</b>	<b>142.03</b>	<b>871.34</b>	<b>0.57</b>	<b>99.91</b>	<b>4.10</b>	<b>0.12</b>	<b>131.37</b>	<b>503.19</b>	<b>120.35</b>	<b>7.66</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Вафли , печенье, пряники	35	3.64	5.72	36.46	144.38	0.05	0.00	0.00	0.00	9.72	29.17	6.30	0.48	ГП
<b>Итого</b>	<b>265</b>	<b>10.80</b>	<b>13.89</b>	<b>46.93</b>	<b>295.15</b>	<b>0.13</b>	<b>1.79</b>	<b>0.00</b>	<b>0.08</b>	<b>316.39</b>	<b>271.94</b>	<b>42.08</b>	<b>0.74</b>	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		156.78	134.54	733.66	4335.29	2.56	246.91	40.10	0.58	1620.36	2421.34	2238.10	183.63	
<b>Суточная потребность</b>		103.50	105.80	440.45	3128.00	1.61	80.50	13.80	1.04	1380.00	1380.00	345.00	20.70	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		151.48	127.16	166.57	138.60	158.99	306.72	290.55	56.32	117.42	175.46	648.72	887.12	

Дети 12 лет и старше (изолятор)														
Вторая неделя														
Вторник														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Запеканка из творога с молоком сгущенным или джемом (230/35)	265	41.26	27.34	52.07	392.06	0.29	1.45	0.93	0.24	484.47	381.95	70.70	1.97	10
Какао с молоком	230	7.12	5.87	40.25	209.88	0.09	2.69	0.01	0.05	255.19	216.43	48.53	1.31	114
Колбаса (порциями)	42	6.48	5.05	0.08	71.23	0.02	0.00	0.18	0.00	9.93	90.22	9.07	1.52	17
Масло сливочное (порциями)	20	0.18	12.09	0.22	110.18	0.00	0.00	0.18	0.07	4.00	5.00	0.00	0.04	18
Хлеб пшеничный	52	3.99	0.39	23.21	99.19	0.05	0.00	0.52	0.00	10.53	31.28	6.70	0.53	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
Итого	667	62.87	51.43	140.08	985.77	0.55	4.14	2.63	0.36	784.41	816.51	162.25	7.63	
<b>2 завтрак</b>														
Вафли , печенье, пряники	35	3.64	5.72	36.46	144.38	0.05	0.00	0.00	0.00	9.72	29.17	6.30	0.48	ГП
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Итого	265	3.87	5.95	62.68	259.38	0.05	23.00	1.84	0.00	69.52	123.47	40.80	4.16	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Винегрет овощной	173	2.35	7.42	11.08	144.62	0.09	17.57	3.47	0.00	44.89	66.32	27.24	1.18	31
Солянка Домашняя	345	8.76	11.68	14.38	463.91	0.14	26.45	0.91	0.02	55.05	138.14	33.44	2.25	60
Плов по-узбекски из говядины	230	19.52	31.69	52.93	544.90	0.55	7.53	1.02	0.05	50.82	303.98	75.59	2.81	79
Кисель из брусники (клюквы)	230	0.17	0.12	37.12	151.48	0.00	3.45	0.23	0.00	9.41	8.99	1.61	0.18	117
Хлеб пшеничный	115	8.83	0.86	51.32	219.36	0.12	0.00	1.15	0.00	23.29	69.17	14.81	1.18	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	92	12.63	1.55	75.37	321.71	0.21	0.00	1.96	0.00	43.41	160.02	41.83	3.42	159
Итого	1163	44.25	52.53	194.68	1645.39	1.01	56.20	7.63	0.07	225.35	690.24	183.55	10.04	

Полдник														
Молоко кипяченое	230	6.67	5.75	11.04	124.20	0.09	2.99	0.00	0.05	276.00	207.00	32.20	0.23	116
Бисквит "Прага" с бананом	100	6.40	17.32	62.88	282.88	0.10	2.00	2.00	0.08	17.64	59.10	17.24	0.90	153
Фрукты	272	4.42	1.47	61.94	268.10	0.11	29.49	1.19	0.00	23.60	82.59	123.89	1.77	ГП
Итого	602	17.49	24.54	135.86	675.18	0.30	34.48	3.19	0.13	317.24	348.69	173.33	2.90	
Ужин														
Салат из белокачанной капусты с морковью и яблоками	173	2.21	14.07	11.87	186.41	0.06	32.96	6.42	0.38	62.65	62.79	36.87	1.89	25
или Маринад овощной*	173	2.66	17.50	15.85	233.85	0.13	18.48	8.48	0.00	65.80	101.90	61.92	1.42	113
Рыба, запеченная в панировке	180	28.98	15.09	23.75	298.05	0.45	5.22	3.50	0.12	68.19	450.44	71.72	2.76	90
Картофельное пюре	133	2.26	3.76	15.23	104.09	0.12	17.90	0.14	0.02	31.65	67.24	22.73	0.84	105
Фасоль стручковая запеченная	133	3.33	5.57	4.33	78.44	0.14	26.01	2.66	0.00	89.43	59.04	34.22	1.47	112
Напиток ягодный	230	0.29	0.16	19.95	84.47	0.01	27.60	0.26	0.00	12.13	9.89	6.90	0.39	138
Хлеб пшеничный	87	6.68	0.65	38.82	142.75	0.09	0.00	0.87	0.00	17.62	52.33	11.20	0.89	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	81	10.49	1.35	62.92	245.39	0.19	0.00	1.68	0.00	37.82	143.62	38.37	3.15	159
Итого	994	47.58	40.00	138.20	997.45	0.96	109.70	14.66	0.52	301.98	793.36	210.90	10.51	
2 ужин														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Итого	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		183.23	182.63	681.97	4713.95	2.95	229.31	29.96	1.16	2005.17	3015.05	806.60	35.50	
<b>Суточная потребность</b>		103.50	105.80	440.45	3128.00	1.61	80.50	13.80	1.04	1380.00	1380.00	345.00	20.70	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		177.03	172.61	154.84	150.70	183.11	284.86	217.07	112.07	145.30	218.48	233.80	171.51	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 12 лет и старше (изолятор)														
Вторая неделя														
Среда														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Суп молочный с крупой	253	7.78	8.02	27.24	213.72	0.11	2.88	0.11	0.06	269.75	229.02	40.59	0.44	3
Чай с молоком	230	3.23	3.68	40.99	210.38	0.05	1.51	0.00	0.03	139.43	104.10	16.42	0.23	141
Масло сливочное (порциями)	20	0.18	12.09	0.22	110.18	0.00	0.00	0.18	0.07	4.00	5.00	0.00	0.04	18
Сыр (порциями)	22	5.11	6.49	0.00	80.08	0.01	0.16	0.11	0.06	193.60	110.00	7.70	0.22	19
Хлеб пшеничный	58	4.45	0.44	25.88	110.64	0.06	0.00	0.58	0.00	11.75	34.89	7.47	0.59	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
Итого	641	24.59	31.41	118.58	828.24	0.33	4.55	1.80	0.23	638.82	574.64	99.44	3.79	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	35	0.18	0.00	21.00	84.88	0.00	0.00	0.00	0.00	5.25	2.63	1.75	0.44	ГП
Итого	265	0.41	0.23	47.22	199.88	0.00	23.00	1.84	0.00	65.05	96.93	36.25	4.12	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Салат Витаминный со сладким перцем	173	2.28	17.44	16.68	234.16	0.07	102.59	8.10	0.38	53.48	53.11	30.90	0.97	35
или Салат "Степной" из разных овощей*	173	3.52	12.51	16.30	193.34	0.16	24.95	5.87	0.00	58.40	99.92	41.85	1.51	30
Уха Ростовская	345	10.24	6.97	20.38	326.01	0.25	42.29	1.25	0.05	51.04	161.28	52.31	1.94	66
Котлеты куриные	100	14.00	18.13	11.27	385.71	0.90	1.60	1.10	0.06	51.40	141.50	18.90	1.10	67
Картофель, запеченный дольками	265	6.19	9.17	34.08	277.72	0.37	60.86	3.80	0.00	41.25	179.46	70.77	2.82	108
Компот из облепихи	230	0.41	1.86	37.55	170.53	1.73	69.00	1.73	0.00	8.66	3.11	10.35	0.60	144
Хлеб пшеничный	115	8.83	0.86	51.32	219.36	0.12	0.00	1.15	0.00	23.29	69.17	14.81	1.18	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	92	12.63	1.55	75.37	321.71	0.21	0.00	1.96	0.00	43.41	160.02	41.83	3.42	159
Итого	1298	47.80	50.27	198.74	1693.80	3.63	199.89	15.75	0.11	275.94	758.08	239.85	11.60	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Фрукты	272	4.42	1.47	61.94	268.10	0.11	29.49	1.19	0.00	23.60	82.59	123.89	1.77	ГП
Молоко кипяченое	230	6.67	5.75	11.04	124.20	0.09	2.99	0.00	0.05	276.00	207.00	32.20	0.23	116
Пирожок печеный из дрожжевого теста с картофельным фаршем	100	3.24	6.49	39.10	289.73	0.14	10.60	1.47	0.03	25.46	80.39	17.79	1.14	151
<b>Итого</b>	<b>602</b>	<b>14.33</b>	<b>13.71</b>	<b>112.08</b>	<b>682.03</b>	<b>0.34</b>	<b>43.08</b>	<b>2.66</b>	<b>0.08</b>	<b>325.06</b>	<b>369.98</b>	<b>173.88</b>	<b>3.14</b>	
<b>Ужин</b>														
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	173	1.82	0.24	6.23	35.88	0.10	136.46	0.89	0.00	22.94	42.35	24.12	1.13	28
или Овощное ассорти 15 (помидоры солёные, огурцы солёные)*	173	1.65	0.17	4.50	28.55	0.02	17.30	0.69	0.02	28.55	51.04	25.09	1.21	29
Пельмени мясные отварные	250	23.25	22.25	48.45	411.33	0.18	2.90	3.15	0.08	54.95	239.88	31.33	3.15	87
Сметана	35	0.95	3.50	1.37	41.65	0.01	0.18	0.11	0.02	31.50	21.70	3.50	0.04	165
Напиток из шиповника	230	0.78	0.32	30.60	150.12	0.01	230.00	0.87	0.00	14.70	3.91	3.91	0.78	133
Хлеб пшеничный	41	3.15	0.31	18.30	78.21	0.04	0.00	0.41	0.00	8.30	24.66	5.28	0.42	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	52	6.93	1.00	42.21	179.99	0.14	0.00	1.21	0.00	28.41	115.62	32.36	2.67	159
<b>Итого</b>	<b>787</b>	<b>33.61</b>	<b>27.25</b>	<b>127.47</b>	<b>813.09</b>	<b>0.36</b>	<b>250.38</b>	<b>6.04</b>	<b>0.12</b>	<b>158.29</b>	<b>432.82</b>	<b>96.36</b>	<b>7.86</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Баранки, сушки, бублики	46	3.68	2.99	28.06	156.40	0.07	0.00	0.74	0.00	11.04	41.86	8.28	0.74	ГП
<b>Итого</b>	<b>276</b>	<b>10.84</b>	<b>11.17</b>	<b>38.54</b>	<b>307.18</b>	<b>0.15</b>	<b>1.79</b>	<b>0.74</b>	<b>0.08</b>	<b>317.71</b>	<b>284.64</b>	<b>44.06</b>	<b>1.00</b>	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		131.59	134.03	642.62	4524.22	4.82	522.69	28.82	0.62	1780.87	2517.09	689.84	31.50	
<b>Суточная потребность</b>		103.50	105.80	440.45	3128.00	1.61	80.50	13.80	1.04	1380.00	1380.00	345.00	20.70	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		127.14	126.68	145.90	144.64	299.21	649.31	208.86	59.47	129.05	182.40	199.95	152.17	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 12 лет и старше (изолятор)														
Вторая неделя														
Четверг														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша "Янтарная"	253	10.21	11.53	45.70	328.89	0.29	4.03	0.92	0.07	193.90	290.28	86.07	2.52	1
Кофейный напиток с молоком	230	5.75	5.41	46.98	264.20	0.12	2.69	0.09	0.05	254.63	239.66	51.43	0.71	115
Колбаса (порциями)	42	6.48	5.05	0.08	71.23	0.02	0.00	0.18	0.00	9.93	90.22	9.07	1.52	17
Масло сливочное (порциями)	20	0.18	12.09	0.22	110.18	0.00	0.00	0.18	0.07	4.00	5.00	0.00	0.04	18
Хлеб пшеничный	52	3.99	0.39	23.21	99.19	0.05	0.00	0.52	0.00	10.53	31.28	6.70	0.53	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
Итого	655	30.45	35.17	140.44	976.93	0.58	6.72	2.70	0.19	493.29	748.08	180.51	7.58	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Вафли , печенье, пряники	35	3.64	5.72	36.46	144.38	0.05	0.00	0.00	0.00	9.72	29.17	6.30	0.48	ГП
Итого	265	3.87	5.95	62.68	259.38	0.05	23.00	1.84	0.00	69.52	123.47	40.80	4.16	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Салат из свеклы с сыром и чесноком	173	6.39	17.36	13.86	186.07	0.03	15.87	5.57	0.06	214.96	155.35	40.95	2.41	32
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом	345	2.90	9.30	13.57	169.54	0.12	51.20	0.49	0.05	81.58	121.98	37.94	1.77	57
Тефтели мясные с рисом	100	8.19	14.57	11.50	310.56	0.14	11.55	0.62	0.04	31.22	96.65	18.75	1.32	71
Соус томатный с овощами	58	0.85	2.99	5.16	51.62	0.02	5.08	0.21	0.02	8.70	13.34	6.35	0.31	163
Макаронные изделия отварные (перья)	207	12.13	11.43	77.20	460.48	0.18	0.00	1.78	0.06	24.07	99.19	17.48	1.77	101
Компот из смеси сухофруктов	230	0.76	0.00	41.78	174.77	0.01	0.69	0.14	0.01	77.38	26.57	10.35	2.15	129
Хлеб пшеничный	115	8.83	0.86	51.32	219.36	0.12	0.00	1.15	0.00	23.29	69.17	14.81	1.18	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	92	12.63	1.55	75.37	321.71	0.21	0.00	1.96	0.00	43.41	160.02	41.83	3.42	159
Итого	1298	44.66	57.27	242.24	1590.28	0.73	85.59	10.81	0.24	503.10	685.89	177.48	13.36	

<b>Полдник</b>														
Фрукты	272	4.42	1.47	61.94	268.10	0.11	29.49	1.19	0.00	23.60	82.59	123.89	1.77	ГП
Расстегай с рыбой	100	6.39	8.20	35.15	240.37	0.11	25.44	1.51	0.04	46.50	74.25	16.86	1.10	154
Чай с лимоном	230	0.05	0.00	29.98	122.29	0.00	1.85	0.01	0.00	3.02	1.50	0.83	0.16	140
<b>Итого</b>	<b>602</b>	<b>10.86</b>	<b>9.67</b>	<b>127.07</b>	<b>630.76</b>	<b>0.22</b>	<b>56.79</b>	<b>2.71</b>	<b>0.04</b>	<b>73.13</b>	<b>158.34</b>	<b>141.58</b>	<b>3.03</b>	
<b>Ужин</b>														
Салат из красной фасоли с морковью	173	13.33	8.06	24.53	153.74	0.42	39.42	3.92	0.00	112.01	277.72	83.64	3.58	38
Картофельная запеканка с мясом или субпродуктами	253	28.68	48.23	36.93	450.17	0.70	41.70	2.35	0.07	46.59	390.23	83.49	5.05	75
Напиток из малины и смородины	230	0.31	0.16	19.91	84.35	0.01	38.81	0.23	0.00	13.63	12.08	9.14	0.48	146
Хлеб пшеничный	87	6.68	0.65	38.82	142.75	0.09	0.00	0.87	0.00	17.62	52.33	11.20	0.89	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	81	10.49	1.35	62.92	245.39	0.19	0.00	1.68	0.00	37.82	143.62	38.37	3.15	159
<b>Итого</b>	<b>801</b>	<b>52.84</b>	<b>57.80</b>	<b>144.44</b>	<b>934.25</b>	<b>1.31</b>	<b>119.93</b>	<b>8.18</b>	<b>0.07</b>	<b>210.14</b>	<b>824.00</b>	<b>214.73</b>	<b>12.27</b>	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
<b>Итого</b>	<b>230</b>	<b>7.16</b>	<b>8.18</b>	<b>10.48</b>	<b>150.78</b>	<b>0.08</b>	<b>1.79</b>	<b>0.00</b>	<b>0.08</b>	<b>306.67</b>	<b>242.78</b>	<b>35.78</b>	<b>0.26</b>	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		149.85	174.03	727.35	4542.38	2.97	293.82	26.24	0.61	1655.85	2782.55	790.88	40.66	
<b>Суточная потребность</b>		103.50	105.80	440.45	3128.00	1.61	80.50	13.80	1.04	1380.00	1380.00	345.00	20.70	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		144.78	164.49	165.14	145.22	184.42	364.99	190.15	59.24	119.99	201.63	229.24	196.40	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 12 лет и старше (изолятор)														
Вторая неделя														
Пятница														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Каша "Боярская"	253	10.11	10.89	46.29	330.91	0.25	2.02	0.23	0.07	206.80	247.53	59.09	1.50	5
Какао с молоком	230	7.12	5.87	40.25	209.88	0.09	2.69	0.01	0.05	255.19	216.43	48.53	1.31	114
Колбаса (порциями)	42	6.48	5.05	0.08	71.23	0.02	0.00	0.18	0.00	9.93	90.22	9.07	1.52	17
Яйца вареные	40	5.10	4.60	0.30	63.00	0.03	0.00	0.20	0.10	22.00	77.00	5.00	1.00	145
Хлеб пшеничный	52	3.99	0.39	23.21	99.19	0.05	0.00	0.52	0.00	10.53	31.28	6.70	0.53	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
Итого	675	36.63	27.49	134.38	877.44	0.55	4.72	1.95	0.22	524.75	754.09	155.64	8.12	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Фрукты	272	4.42	1.47	61.94	268.10	0.11	29.49	1.19	0.00	23.60	82.59	123.89	1.77	ГП
Итого	502	4.65	1.70	88.16	383.10	0.11	52.49	3.03	0.00	83.40	176.89	158.39	5.45	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	173	2.77	17.47	16.61	148.78	0.07	48.09	7.79	0.09	76.12	55.36	29.41	1.04	24
или Салат овощной с зеленым горошком*	173	4.84	14.12	18.08	167.49	0.17	18.34	5.73	0.03	36.78	116.60	43.42	1.61	40
Суп из овощей с фасолью	345	16.62	10.05	30.59	263.51	0.52	49.15	4.89	0.00	139.62	346.16	104.26	4.46	61
Печень, запеченная с луком	115	25.96	18.99	14.92	336.01	0.46	60.88	7.76	11.13	56.02	459.51	30.28	9.92	77
Картофель, запеченный из отварного	265	11.81	20.87	62.77	330.46	0.47	77.15	6.69	0.06	206.98	314.65	95.55	3.74	109
Кисель из смородины	230	0.30	0.12	31.60	130.61	0.01	57.50	0.21	0.00	13.83	14.80	8.91	0.45	119
Хлеб пшеничный	115	8.83	0.86	51.32	219.36	0.12	0.00	1.15	0.00	23.29	69.17	14.81	1.18	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	92	12.63	1.55	75.37	321.71	0.21	0.00	1.96	0.00	43.41	160.02	41.83	3.42	159
Итого	1313	70.90	69.11	235.65	1549.84	1.76	293.98	29.33	11.28	557.76	1363.29	314.08	23.24	
*с 1 января по 30 июня														



<b>Полдник</b>														
Компот из груш с лимоном	230	0.30	0.18	29.12	121.53	0.01	6.10	0.24	0.00	14.84	10.97	7.87	1.44	124
Сырники из творога со сгущенным молоком (270/30)	300	56.45	29.57	55.49	543.55	0.33	1.43	1.23	0.21	487.92	377.63	72.91	1.88	12
<b>Итого</b>	<b>530</b>	<b>56.75</b>	<b>29.75</b>	<b>84.61</b>	<b>665.08</b>	<b>0.34</b>	<b>7.53</b>	<b>1.47</b>	<b>0.21</b>	<b>502.76</b>	<b>388.60</b>	<b>80.78</b>	<b>3.32</b>	
<b>Ужин</b>														
Сельдь с картофелем и луком	173	11.87	19.16	12.84	206.40	0.10	14.64	5.70	0.03	90.03	214.73	85.58	2.02	51
Куриное филе в сметанном соусе	115	7.81	26.23	3.60	213.60	0.12	9.76	4.44	0.06	51.70	181.50	22.92	1.55	85
Каша перловая рассыпчатая с овощами	207	6.49	9.03	44.74	286.67	0.12	7.52	4.55	0.00	51.13	143.20	33.45	1.50	99
Напиток яблочный	230	0.12	0.12	30.36	123.64	0.01	2.88	0.06	0.00	5.43	3.16	2.59	0.71	137
Хлеб пшеничный	87	6.68	0.65	38.82	142.75	0.09	0.00	0.87	0.00	17.62	52.33	11.20	0.89	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	81	10.49	1.35	62.92	245.39	0.19	0.00	1.68	0.00	37.82	143.62	38.37	3.15	159
<b>Итого</b>	<b>870</b>	<b>36.79</b>	<b>55.88</b>	<b>154.61</b>	<b>1076.30</b>	<b>0.53</b>	<b>34.80</b>	<b>16.43</b>	<b>0.09</b>	<b>236.21</b>	<b>686.56</b>	<b>183.00</b>	<b>8.93</b>	
<b>2 ужин</b>														
Вафли , печенье, пряники	35	3.64	5.72	36.46	144.38	0.05	0.00	0.00	0.00	9.72	29.17	6.30	0.48	ГП
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
<b>Итого</b>	<b>265</b>	<b>10.80</b>	<b>13.89</b>	<b>46.93</b>	<b>295.15</b>	<b>0.13</b>	<b>1.79</b>	<b>0.00</b>	<b>0.08</b>	<b>316.39</b>	<b>271.94</b>	<b>42.08</b>	<b>0.74</b>	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		216.53	197.83	744.34	4846.92	3.41	395.30	52.21	11.88	2221.26	3641.38	933.95	49.80	
<b>Суточная потребность</b>		103.50	105.80	440.45	3128.00	1.61	80.50	13.80	1.04	1380.00	1380.00	345.00	20.70	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		209.21	186.98	169.00	154.95	211.96	491.05	378.34	1147.78	160.96	263.87	270.71	240.57	

Дети 12 лет и старше (изолятор)														
Вторая неделя														
Суббота														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Вареники с картофелем и маслом	288	13.82	12.67	82.94	398.59	0.28	1.70	8.09	0.05	192.31	243.88	40.44	1.94	88
Кофейный напиток с молоком	230	5.75	5.41	46.98	264.20	0.12	2.69	0.09	0.05	254.63	239.66	51.43	0.71	115
Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	115	1.04	0.17	3.28	20.13	0.06	18.40	0.46	0.00	17.83	32.20	19.55	0.81	39
или Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства*	115	2.19	10.24	8.86	136.85	0.02	8.05	3.57	0.00	47.15	42.55	17.25	0.81	147
Хлеб пшеничный	52	3.99	0.39	23.21	99.19	0.05	0.00	0.52	0.00	10.53	31.28	6.70	0.53	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
Итого	858	30.62	29.57	189.51	1022.20	0.62	30.85	13.54	0.09	542.75	681.21	162.62	7.05	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Вафли , печенье, пряники	35	3.64	5.72	36.46	144.38	0.05	0.00	0.00	0.00	9.72	29.17	6.30	0.48	ГП
Итого	265	3.87	5.95	62.68	259.38	0.05	23.00	1.84	0.00	69.52	123.47	40.80	4.16	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Салат Обжорка	173	7.12	6.42	8.06	182.07	0.13	9.78	0.66	0.02	66.05	136.17	45.52	1.79	37
Солянка из птицы	345	7.30	19.32	31.14	386.60	0.12	22.05	0.76	0.02	45.87	115.12	27.86	1.87	52
Капуста тушеная со свиной	253	13.39	25.29	15.90	310.90	0.39	117.12	3.25	0.00	140.25	187.16	60.71	2.79	81
Компот из кураги	230	2.30	1.20	32.20	181.84	0.02	0.92	1.27	0.00	37.77	33.58	24.15	0.84	121
Хлеб пшеничный	115	8.83	0.86	51.32	219.36	0.12	0.00	1.15	0.00	23.29	69.17	14.81	1.18	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	92	12.63	1.55	75.37	321.71	0.21	0.00	1.96	0.00	43.41	160.02	41.83	3.42	159
Итого	1186	43.55	53.85	166.47	1401.88	0.88	151.06	7.93	0.05	355.13	644.84	203.91	10.92	
*с 1 января по 30 июня														

<b>Полдник</b>														
Творожная масса в мелкоштучной упаковке	100	10.40	5.00	10.60	129.00	0.10	0.50	0.10	0.03	164.00	220.00	23.00	0.40	ГП
или Сырники из творога с джемом (повидлом) 100/10	110	21.95	10.49	17.43	282.51	0.12	0.65	0.47	3.66	157.19	223.86	25.15	0.81	13
Фрукты	272	4.42	1.47	61.94	268.10	0.11	29.49	1.19	0.00	23.60	82.59	123.89	1.77	ГП
Молоко кипяченое	230	6.67	5.75	11.04	124.20	0.09	2.99	0.00	0.05	276.00	207.00	32.20	0.23	116
Итого	612	33.04	17.71	90.41	674.81	0.32	33.13	1.66	3.71	456.79	513.45	181.24	2.81	
<b>Ужин</b>														
Пекинская капуста с огурцом и сыром	173	7.88	19.90	4.90	180.39	0.06	41.20	5.59	0.07	280.87	172.09	29.86	1.06	42
или Маринад овощной*	173	2.66	17.50	15.85	233.85	0.13	18.48	8.48	0.00	65.80	101.90	61.92	1.42	202
Рыба, тушеная в сметанном соусе	138	18.16	11.50	4.57	160.05	0.21	6.75	3.94	0.02	42.99	138.92	36.34	0.87	93
Картофельное пюре	265	5.74	9.57	38.76	264.99	0.30	45.57	0.33	0.06	80.57	171.19	57.84	2.15	105
Чай с сахаром	230	0.23	0.00	22.99	91.93	0.00	0.00	0.00	0.00	14.01	9.20	6.90	0.94	139
Хлеб пшеничный	87	6.68	0.65	38.82	142.75	0.09	0.00	0.87	0.00	17.62	52.33	11.20	0.89	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	81	10.49	1.35	62.92	245.39	0.19	0.00	1.68	0.00	37.82	143.62	38.37	3.15	159
Итого	951	42.52	42.32	134.29	943.35	0.75	93.52	11.55	0.15	456.35	635.37	169.40	8.19	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Итого	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		160.77	157.57	653.85	4452.40	2.70	333.35	36.52	4.07	2187.22	2841.11	793.74	33.39	
<b>Суточная потребность</b>		103.50	105.80	440.45	3128.00	1.61	80.50	13.80	1.04	1380.00	1380.00	345.00	20.70	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		155.34	148.93	148.45	142.34	167.76	414.10	264.64	393.67	158.49	205.88	230.07	161.30	
*с 1 января по 30 июня														

Дети 12 лет и старше (изолятор)														
Вторая неделя														
Воскресенье														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
Омлет с сыром	200	19.89	28.35	4.76	346.82	0.11	1.24	0.80	0.36	363.93	212.00	31.27	2.72	16
Чай с молоком	230	3.23	3.68	40.99	210.38	0.05	1.51	0.00	0.03	139.43	104.10	16.42	0.23	141
Масло сливочное (порциями)	20	0.18	12.09	0.22	110.18	0.00	0.00	0.18	0.07	4.00	5.00	0.00	0.04	18
Горошек консервированный	115	3.57	0.23	7.48	46.00	0.13	0.69	0.23	0.00	23.00	71.30	24.15	0.81	21
Хлеб пшеничный	52	3.99	0.39	23.21	99.19	0.05	0.00	0.52	0.00	10.53	31.28	6.70	0.53	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
Итого	675	34.70	45.44	100.90	915.81	0.43	3.44	2.54	0.47	561.19	515.32	105.80	6.59	
<b>2 завтрак</b>														
Соки овощные, фруктовые и ягодные	230	0.23	0.23	26.22	115.00	0.00	23.00	1.84	0.00	59.80	94.30	34.50	3.68	143
Кондитерские изделия (мармелад, зефир, пастила)	35	0.18	0.00	21.00	84.88	0.00	0.00	0.00	0.00	5.25	2.63	1.75	0.44	ГП
Итого	265	0.41	0.23	47.22	199.88	0.00	23.00	1.84	0.00	65.05	96.93	36.25	4.12	
<b>Обед</b>														
Лук репчатый или чеснок (порциями)	12	0.78	0.06	3.59	17.88	0.01	1.20	0.04	0.00	21.60	12.00	3.60	0.18	50
Салат из моркови с сыром и чесноком	173	6.09	8.72	10.90	227.10	0.10	7.82	6.02	0.06	201.08	172.30	64.08	1.30	33
Суп картофельный с бобовыми и копченостями	345	14.82	16.50	33.65	396.31	0.71	39.01	1.31	0.02	109.63	240.10	98.62	6.43	54
Рыба, запеченная под маринадом	138	13.96	16.92	8.46	204.32	0.28	9.37	6.14	0.05	46.51	262.98	48.12	1.22	95
Рис отварной	207	5.44	4.95	57.10	271.58	0.06	0.00	0.37	0.02	7.54	117.30	38.53	0.78	103
Компот из брусники (клюквы)	230	0.24	0.17	26.93	112.23	0.00	5.18	0.35	0.00	9.35	5.52	2.42	0.22	123
Хлеб пшеничный	115	8.83	0.86	51.32	219.36	0.12	0.00	1.15	0.00	23.29	69.17	14.81	1.18	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	92	12.63	1.55	75.37	321.71	0.21	0.00	1.96	0.00	43.41	160.02	41.83	3.42	159
Итого	1278	54.00	48.87	216.20	1552.03	1.38	62.58	16.18	0.15	439.30	971.01	297.43	13.57	

<b>Полдник</b>														
Фрукты	272	4.42	1.47	61.94	268.10	0.11	29.49	1.19	0.00	23.60	82.59	123.89	1.77	ГП
Блинчики с ягодной начинкой	110	6.30	7.00	39.64	514.20	1.10	0.40	0.98	0.12	73.70	152.78	18.94	1.98	156
Напиток ягодный	230	0.29	0.16	19.95	84.47	0.01	27.60	0.26	0.00	12.13	9.89	6.90	0.39	138
Итого	612	11.01	8.63	121.54	866.77	1.22	57.49	2.43	0.12	109.44	245.26	149.73	4.14	
<b>Ужин</b>														
Салат из картофеля с рыбой	173	15.67	15.05	17.13	197.81	0.27	23.94	5.74	0.02	37.26	195.18	45.46	1.45	47
Печень говяжья по-строгановски	115	13.73	14.27	1.07	164.07	0.21	13.35	0.83	11.03	24.09	173.18	14.58	5.22	84
Макаронные изделия отварные (рожки)	207	12.13	11.43	77.20	460.48	0.18	0.00	1.78	0.06	24.07	99.19	17.48	1.77	101
Компот Витаминный	230	4.99	1.36	28.58	177.79	0.03	115.92	1.70	0.00	44.39	35.54	26.11	1.15	126
Хлеб пшеничный	87	6.68	0.65	38.82	142.75	0.09	0.00	0.87	0.00	17.62	52.33	11.20	0.89	ГП
Хлеб ржаной	58	3.84	0.70	24.26	103.24	0.10	0.00	0.81	0.00	20.30	91.64	27.26	2.26	ГП
или Сухарики из пшеничного и ржаного хлеба	81	10.49	1.35	62.92	245.39	0.19	0.00	1.68	0.00	37.82	143.62	38.37	3.15	159
Итого	870	57.05	43.46	187.05	884.27	0.88	153.21	11.74	11.11	167.73	647.05	142.09	12.75	
<b>2 ужин</b>														
Кисломолочный напиток	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	142
Итого	230	7.16	8.18	10.48	150.78	0.08	1.79	0.00	0.08	306.67	242.78	35.78	0.26	
Норма соли на весь день	8 г.													
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	
<b>Итого за день</b>		164.33	154.80	683.39	4569.53	3.99	301.51	34.74	11.93	1649.38	2718.34	767.07	41.43	
<b>Суточная потребность</b>		103.50	105.80	440.45	3128.00	1.61	80.50	13.80	1.04	1380.00	1380.00	345.00	20.70	
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		158.77	146.32	155.16	146.08	247.53	374.55	251.71	1152.32	119.52	196.98	222.34	200.14	

Средние показатели пищевых веществ, энергетической ценности, витаминов и минеральных веществ												
	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
	Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Mg	Fe
Итого за 14 дней	2278.70	2195.05	9701.41	63938.57	45.20	5294.15	467.68	35.08	25139.34	39175.90	12952.56	683.79
Среднее значение	162.76	156.79	692.96	4567.04	3.23	378.15	33.41	2.51	1795.67	2798.28	925.18	48.84
Соотношение Б:Ж:У	1.0	1.0	4.0						1.0	1.6		
Суточная потребность +15%	103.50	105.80	440.45	3128.00	1.61	80.50	13.80	1.04	1380.00	1380.00	345.00	20.70
Процент удовлетворения суточной потребности	157.26	148.19	157.33	146.01	200.55	469.76	242.07	242.11	130.12	202.77	268.17	235.95

Директор

Директор

\_\_\_\_\_ О.Ф. Снежина  
м.п.

\_\_\_\_\_ В.П. Полякова  
м.п.