

День: **понедельник**

Сезон: **осенний**

Неделя: **первая**

Возрастная категория: **12 лет и старше**

№ рецептуры	Наименование блюда.	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Кдж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
ЗАВТРАК															
тк	Биточки мясные "Малышок"	100	17.07	22.16	11.33	313.00	1310.47	49.68	199.86	29.51	2.38	0.27	1.62	4.17	2.70
302/04	Каша пшеничная вязкая	180	4.26	13.60	42.31	308.68	1292.38	61.76	3.93	0.29	0.07	0.00	0.00	65.20	0.18
686/04	Чай с сахаром и лимоном	200	0.25	0.02	20.71	84.02	351.77	3.76	1.72	0.94	0.11	0.00	1.44	0.00	0.18
тк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		510	23.86	36.02	89.15	776.18	3249.71	121.20	225.01	34.94	2.89	0.30	3.06	69.67	3.39
ОБЕД															
74/04	Икра овощная порциями (пром.пр.)	100	1.63	6.58	9.73	104.72	438.43	79.15	35.40	21.23	0.97	0.07	14.72	0.00	3.00
131/94	Суп картофельный	250	2.54	2.29	19.89	110.29	461.75	17.65	77.30	31.21	1.31	0.15	24.00	214.63	0.20
тк	Шницель "Школьный"	100	21.33	20.89	11.78	320.44	1341.64	47.50	230.00	32.78	3.10	0.10	0.10	5.00	1.20
510/04	Каша гречневая вязкая	180	5.59	6.55	24.35	178.71	748.22	15.89	127.10	85.88	2.99	0.16	0.00	37.17	0.42
705/04	Напиток из шиповника	200	0.64	0.25	26.95	112.61	471.48	11.09	2.96	2.96	0.57	0.01	80.00	0.00	0.76
тк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
тк	Хлеб Дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	17.15	77.42	23.03	1.92	0.09	0.00	0.70	0.00
ИТОГО ЗА ОБЕД		890	35.99	37.13	120.67	960.82	4022.76	194.43	569.68	201.29	11.19	0.61	118.82	257.80	5.91
ПОЛДНИК															
гост	Апельсин свежий	100	0.88	0.20	7.94	37.08	155.25	33.32	22.54	12.74	0.29	0.04	28.80	0.00	0.20
гост	Йогурт фруктовый	150	6.90	8.60	24.70	203.80	853.27	150.00	163.50	15.00	5.50	0.03	0.00	69.00	0.50
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	7.78	8.80	32.64	240.88	1008.52	183.32	186.04	27.74	5.79	0.07	28.80	69.00	0.70
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			67.63	81.95	242.46	1977.88	8280.98	498.95	980.73	263.97	19.87	0.98	150.68	396.46	10.00
НОРМА			90.00	92.00	383.00	2720.00		1200.00	1200.00	300.00	18.00	1.40	70.00	900.00	
ОТКЛОНЕНИЕ			-22.37	-10.05	-140.54	-742.12	8280.98	-701.05	-219.27	-36.03	1.87	-0.42	80.68	-503.54	

День: **вторник**
Неделя: **первая**

Сезон: **осенний**
Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры	Наименование блюда.	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Кдж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
ЗАВТРАК															
130/04	Каша молочная рисовая с маслом	200/10	4.90	9.83	28.82	223.35	935.12	119.00	118.30	25.53	0.43	0.04	0.22	48.22	0.10
639/04	Компот из смеси сухофруктов	200	0.42	0.02	30.87	125.34	524.77	21.69	14.04	5.59	1.20	0.00	0.16	0.00	0.59
тк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
177/08	Сочни из песочного теста с творогом	100	9.06	15.87	35.31	320.31	1341.07	50.06	96.31	11.10	0.75	0.05	0.03	56.58	0.89
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		540	16.66	25.96	109.80	739.48	3096.05	196.75	248.15	46.42	2.71	0.12	0.41	105.10	1.91
ОБЕД															
тк	Салат "Огонёк" из моркови с кукурузой*	100	1.31	10.08	7.66	126.57	529.94	64.04	37.98	19.21	1.23	0.02	8.70	1.74	4.49
148/04	Суп крестьянский с крупой и сметаной	250/10	2.46	6.27	13.44	120.03	502.54	134.63	69.15	19.52	0.74	0.06	8.01	44.50	0.32
460/04	Котлета, рубленая из курицы	100	14.60	23.25	12.89	319.21	1336.47	35.13	128.30	20.98	1.61	0.06	0.44	10.66	5.08
332/04	Макаронные изделия отварные	180	3.83	12.24	38.09	277.84	1163.26	6.08	3.54	0.26	0.00	0.00	0.00	48.90	0.14
тк	Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	27.30	111.28	465.91	6.91	3.42	4.09	0.92	0.01	1.60	0.00	0.01
тк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
тк	Хлеб Дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	17.15	77.42	23.03	1.92	0.09	0.00	0.70	0.00
ИТОГО ЗА ОБЕД		770	26.62	52.57	127.35	861.99	4559.35	269.94	339.31	91.29	6.75	0.27	18.75	106.80	10.37
ПОЛДНИК															
гост	Груша свежая	200	0.76	0.52	18.74	82.68	346.16	33.40	27.84	20.88	1.20	0.02	4.00	0.00	0.80
686/04	Сок фруктовый	200	1.00	0.20	20.20	86.60	362.58	14.00	14.00	8.00	2.80	0.02	4.00	0.00	0.20
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		400	1.76	0.72	38.94	169.28	708.74	47.40	41.84	28.88	4.00	0.04	8.00	0.00	1.00
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1710	45.04	79.25	276.09	1770.75	8364.15	514.09	629.30	166.59	13.46	0.43	27.16	211.90	13.28
НОРМА			90.00	92.00	383.00	2720.00		1200.00	1200.00	300.00	18.00	1.40	70.00	900.00	
ОТКЛОНЕНИЕ			-44.96	-12.75	-106.91	-949.25	8364.15	-685.91	-570.71	-133.41	-4.54	-0.97	-42.84	-688.10	
	* Салат из свежей моркови с сахаром	100	1.30	10.08	25.73	111.62	0.00	24.93	30.00	34.80	0.70	0.07	1.92	0.00	2.00

День: среда

Сезон: осенний

Неделя: первая

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры	Наименование блюда.	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Кдж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
ЗАВТРАК															
271/17	Котлеты домашние	100	12.16	23.22	9.16	294.24	1231.94	17.59	120.00	17.87	1.91	0.15	0.22	0.05	2.63
520/04	Пюре картофельное	180	3.52	2.96	21.65	127.33	533.11	45.37	93.92	31.48	1.19	0.10	2.53	79.90	0.31
628/04	Чай с сахаром	200	0.18	0.04	20.47	82.96	347.34	0.59	0.00	0.00	0.06	0.00	0.00	0.00	0.00
тк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		510	18.13	26.47	66.07	575.02	2407.48	69.55	233.42	53.54	3.49	0.28	2.75	80.25	3.28
ОБЕД															
табл	Овощи свежие порциями	100	0.78	0.10	2.45	13.83	57.92	37.00	30.00	14.00	0.50	0.03	9.80	0.00	0.10
139/04	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	6.75	6.00	27.00	189.00	791.31	149.25	173.75	48.25	3.50	0.20	8.75	1250.00	1.00
тк	Тефтели по-деревенски	100	8.28	14.63	10.80	207.99	870.81	119.27	105.61	20.09	1.01	0.18	1.83	0.01	0.09
302/04	Каша пшеничная вязкая	180	5.14	6.12	28.44	189.38	792.91	71.46	138.84	49.92	1.98	0.23	0.00	47.20	0.26
156/08	Напиток лимонный	200	0.19	0.04	23.42	94.80	396.91	7.22	4.40	2.49	0.12	0.01	5.28	0.00	0.04
тк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
тк	Хлеб Дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	17.15	77.42	23.03	1.92	0.09	0.00	0.70	0.00
ИТОГО ЗА ОБЕД		890	25.40	27.46	120.08	829.06	3471.10	407.35	549.52	161.98	9.36	0.77	25.66	1298.21	1.82
ПОЛДНИК															
тк	Яйцо вареное	40	4.78	4.05	0.25	56.57	236.85	19.36	66.82	4.18	0.87	0.02	0.00	60.00	0.24
тк	Булочка "Творожная"	80	11.80	5.60	46.80	284.80	1192.40	14.73	49.38	9.14	0.85	0.06	0.02	8.22	1.03
686/04	Чай с сахаром и лимоном	200	0.25	0.02	20.71	84.02	351.77	3.76	1.72	0.94	0.11	0.00	1.44	0.00	0.18
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		320	16.83	9.67	67.76	425.39	1781.02	37.85	117.92	14.26	1.83	0.08	1.46	68.22	1.45
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1720	60.36	63.60	253.91	1829.46	7659.60	514.75	900.86	229.78	14.68	1.13	29.87	1446.67	6.55
НОРМА			90.00	92.00	383.00	2720.00		1200.00	1200.00	300.00	18.00	1.40	70.00	900.00	
ОТКЛОНЕНИЕ			-29.64	-28.40	-129.09	-890.54	7659.60	-685.25	-299.14	-70.22	-3.32	-0.28	-40.13	546.67	

День: **суббота**

Неделя: **первая**

Сезон: **осенний**

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры	Наименование блюда.	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Кдж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	В1	С	А	Е
ЗАВТРАК															
413/04	Колбасные изделия отварные	100	15.91	9.87	13.97	208.31	872.16	43.78	140.78	32.71	2.18	0.10	0.04	0.00	3.47
332/04	Макаронные изделия отварные	180	3.83	12.24	38.09	277.84	1163.26	6.08	3.54	0.26	0.00	0.00	0.00	48.90	0.14
686/04	Сок фруктовый	200	1.00	0.20	20.20	86.60	362.58	14.00	14.00	8.00	2.80	0.02	4.00	0.00	0.20
тк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		510	23.02	22.55	87.06	643.23	2693.08	69.86	177.82	45.17	5.31	0.15	4.04	49.20	4.14
ОБЕД															
49/2007	Салат витаминный	100	8.28	6.80	24.73	193.27	809.17	74.82	121.45	42.78	3.48	0.27	18.95	0.27	5.82
тк	Суп пшеничный с помидорами	250	2.49	5.83	15.34	123.73	518.01	124.00	66.70	26.65	0.96	0.11	8.25	0.00	1.13
394/04	Тефтели рыбные	100/50	5.54	7.65	15.91	154.65	647.49	117.70	80.31	24.54	0.98	0.06	2.66	0.63	3.63
333/04	Бобовые отварные	180	18.73	7.31	42.37	313.36	110.10	110.10	169.10	93.04	5.97	0.54	0.00	41.30	0.74
154/04	Компот из кураги	200	1.22	0.07	29.77	124.59	521.63	35.73	31.76	22.84	0.75	0.02	0.40	0.00	1.38
тк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
тк	Хлеб Дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	17.15	77.42	23.03	1.92	0.09	0.00	0.70	0.00
ИТОГО ЗА ОБЕД		770	40.52	28.23	156.09	1043.64	3167.64	485.50	566.24	237.08	14.40	1.12	30.26	43.20	13.02
ПОЛДНИК															
тк	Булочка с творогом	80	11.78	2.51	28.72	184.59	772.84	64.93	68.87	10.80	0.57	0.05	0.02	5.10	1.49
гост	Груша свежая	200	0.76	0.52	18.74	82.68	346.16	33.40	27.84	20.88	1.20	0.02	4.00	0.00	0.80
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		280	12.54	3.03	47.46	267.27	1119.01	98.33	96.71	31.68	1.77	0.07	4.02	5.10	2.29
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1560	76.0819	53.8017	290.608	1954.1428	6979.73	653.6844	840.768	313.934	21.47	1.3452	38.324	97.4967	19.45
НОРМА			90.00	92.00	383.00	2720.00		1200.00	1200.00	300.00	18.00	1.40	70.00	900.00	
ОТКЛОНЕНИЕ			-13.92	-38.20	-92.39	-765.86	6979.73	-546.32	-359.23	13.93	3.47	-0.05	-31.68	-802.50	

День: **понедельник**

Сезон: **осенний**

Неделя: **вторая**

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры	Наименование блюда.	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Кдж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
ЗАВТРАК															
тк	Биточки школьные	100	19.50	12.33	13.62	243.49	1019.44	54.11	185.08	55.41	1.87	0.17	1.09	0.09	1.70
332/04	Макаронные изделия отварные	180	3.83	12.24	38.09	277.84	1163.26	6.08	3.54	0.26	0.00	0.00	0.00	48.90	0.14
628/04	Чай с сахаром	200	0.18	0.04	20.47	82.96	347.34	0.59	0.00	0.00	0.06	0.00	0.00	0.00	0.00
тк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		510	25.79	24.85	86.98	674.77	2825.12	66.78	208.12	59.87	2.26	0.20	1.09	49.29	2.17
ОБЕД															
74/04	Икра овощная пром.пр.	100	1.63	6.58	9.73	104.72	438.43	75.15	35.40	21.23	0.97	0.07	14.72	0.00	3.00
139/04	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	6.75	6.00	27.00	189.00	791.31	149.25	173.75	48.25	3.50	0.20	8.75	1250.00	1.00
452/04	Котлеты особые	100	10.21	13.41	10.33	202.90	849.50	79.40	125.13	23.37	1.70	0.11	0.19	15.09	0.60
302/04	Каша пшеничная вязкая	180	5.14	6.12	28.44	189.38	792.91	71.46	138.84	49.92	1.98	0.23	0.00	47.20	0.26
тк	Напиток вишневый	200	0.10	0.10	23.30	94.50	395.65	4.00	0.00	0.40	0.00	0.00	11.50	1.30	0.00
тк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
тк	Хлеб Дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	17.15	77.42	23.03	1.92	0.09	0.00	0.70	0.00
ИТОГО ЗА ОБЕД		890	28.09	32.79	126.77	914.55	3829.04	412.41	570.04	170.40	10.40	0.73	35.15	1314.58	5.19
ПОЛДНИК															
806/08	Коржик молочный	75	4.83	10.05	47.38	299.29	1253.07	58.69	49.12	8.18	0.65	0.80	0.10	9.77	10.29
ГОСТ	Мандарин	150	1.32	0.29	11.91	55.53	232.49	49.98	33.81	19.11	0.44	0.06	38.20	0.00	0.30
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		225	6.15	10.34	59.29	354.82	1485.56	108.67	82.93	27.29	1.09	0.86	38.30	9.77	10.59
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1625	60.03	67.98	273.04	1944.14	8139.72	587.86	861.09	257.57	13.74	1.79	74.54	1373.64	17.95
НОРМА			90.00	92.00	383.00	2720.00		1200.00	1200.00	300.00	18.00	1.40	70.00	900.00	
ОТКЛОНЕНИЕ		1625	-29.97	-24.02	-109.96	-775.86	8139.72	-612.14	-338.91	-42.43	-4.26	0.39	4.54	473.64	

День: среда

Сезон: осенний

Неделя: вторая

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры	Наименование блюда.	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Кдж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	В1	C	A	E	
ЗАВТРАК																
тпк	Котлеты "Сочные"	100	18.55	10.02	9.35	201.72	844.58	35.62	196.03	36.76	2.37	0.08	0.66	41.33	1.37	
510/04	Каша гречневая вязкая	180	5.59	6.55	24.35	178.71	748.22	15.89	127.10	85.88	2.99	0.16	0.00	37.17	0.42	
тпк	Напиток янтарный	200	0.29	0.04	18.23	74.44	311.67	9.57	8.11	5.88	0.36	0.01	0.90	29.50	0.29	
тпк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		570	26.71	16.85	66.73	525.35	2199.55	67.08	350.74	132.72	6.05	0.29	1.56	108.30	2.41	
ОБЕД																
43/04	Салат из свежей капусты	100	1.58	4.88	5.03	70.42	294.82	48.28	28.62	15.70	0.63	0.02	41.23	0.00	2.33	
132/04	Рассольник ленинградский со смет	250/10	0.50	1.55	1.80	23.15	96.92	87.75	17.48	8.93	0.83	0.00	2.10	0.70	0.10	
тпк	Колбаски куриные	100	19.44	12.00	14.90	245.38	1027.35	73.56	175.42	28.69	1.37	0.08	0.28	0.00	0.00	
332/04	Макаронные изделия отварные	180	3.83	12.24	38.09	277.84	1163.26	6.08	3.54	0.26	0.00	0.00	0.00	48.90	0.14	
631/04	Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	27.30	111.28	465.91	6.91	3.42	4.09	0.92	0.01	1.60	0.00	0.01	
тпк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33	
тпк	Хлеб Дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	17.15	77.42	23.03	1.92	0.09	0.00	0.70	0.00	
ИТОГО ЗА ОБЕД		770	29.78	31.40	115.09	862.11	3609.50	245.73	325.39	84.89	6.00	0.23	45.21	50.60	2.91	
ПОЛДНИК																
гост	Бублик с маком	100	8.10	6.20	56.00	312.20	1307.12	39.00	98.00	38.00	1.90	0.17	0.10	9.77	2.50	
гост	Апельсин свежий	200	1.80	0.40	16.20	75.60	316.52	68.00	46.00	26.00	3.80	0.08	12.00	16.00	0.40	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	9.90	6.60	72.20	387.80	1623.64	107.00	144.00	64.00	5.70	0.25	12.10	25.77	2.90	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1640	66.38	54.85	254.02	1775.27	7432.70	419.81	820.14	281.62	17.75	0.76	58.87	184.67	8.22
НОРМА																
ОТКЛОНЕНИЕ			1640	-23.62	-37.15	-128.98	-944.73	7432.70	-780.19	-379.86	-18.38	-0.25	-0.64	-11.13	-715.33	

День: **четверг**

Сезон: **осенний**

Неделя: **вторая**

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры	Наименование блюда.	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Кдж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
ЗАВТРАК															
ттк	Колобки мясные	90	18.54	7.55	13.63	196.63	823.25	54.54	54.54	32.65	2.10	0.10	5.12	27.16	0.25
302/04	Каша пшеничная вязкая	150	4.28	5.10	23.70	157.82	660.76	59.55	115.70	41.60	1.65	0.19	0.00	39.33	0.22
ттк	Напиток вишневый	200	0.10	0.10	23.30	94.50	395.65	4.00	0.00	0.40	0.00	0.00	11.50	1.30	0.00
ттк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		470	25.20	12.99	75.43	519.43	2174.75	124.09	189.74	78.85	4.08	0.32	16.62	68.09	0.80
ОБЕД															
табл	Овощи свежие порциями	100	0.78	0.10	2.45	13.83	57.92	17.00	30.00	14.00	0.50	0.03	9.80	0.00	0.10
110/04	Борщ с капустой и картофелем со смет	250/10	9.98	7.54	14.13	164.24	687.63	44.88	135.00	36.75	2.63	0.08	12.63	1050.00	0.26
451/04	Биточки рубленные	100	21.33	20.89	11.78	320.44	1341.64	37.50	230.00	32.78	3.10	0.10	0.10	5.00	1.20
302/04	Каша пшеничная вязкая	180	4.26	13.60	42.31	308.68	1292.38	61.76	3.93	0.29	0.07	0.00	0.00	65.20	0.18
639/04	Компот из смеси сухофруктов	200	0.42	0.02	30.87	125.34	524.77	21.69	14.04	5.59	1.20	0.00	0.16	0.00	0.59
ттк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
ттк	Хлеб Дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	17.15	77.42	23.03	1.92	0.09	0.00	0.70	0.00
ИТОГО ЗА ОБЕД		770	41.03	42.72	129.50	1066.59	4465.58	205.98	509.89	116.64	9.75	0.33	22.69	1121.20	2.66
ПОЛДНИК															
ттк	Кефир с сахаром	200/10	5.64	0.09	10.65	65.97	276.20	221.80	165.30	26.10	0.17	0.06	0.56	0.00	0.00
ттк	Плюшка московская	100	9.27	10.55	64.81	391.27	1638.17	43.10	84.52	14.97	1.06	0.11	0.12	51.83	1.38
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		310	14.91	10.64	75.46	457.24	1914.37	264.90	249.82	41.07	1.23	0.17	0.68	51.83	1.38
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1550	81.14	66.35	280.39	2043.26	8554.70	594.97	949.45	236.56	15.06	0.82	39.99	1241.12	4.84
НОРМА			90.00	92.00	383.00	2720.00		1200.00	1200.00	300.00	18.00	1.40	70.00	900.00	
ОТКЛОНЕНИЕ			-8.86	-25.65	-102.61	-676.74	8554.70	-605.04	-250.55	-63.44	-2.95	-0.58	-30.02	341.12	

День: **пятница**

Сезон: **осенний**

Неделя: **вторая**

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры	Наименование блюда.	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Кдж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
ЗАВТРАК															
тпк	Пагу из птицы	200	11.20	13.20	37.00	312.00	1306.28	22.50	110.00	10.70	0.10	0.01	3.70	10.30	2.70
686/04	Сок фруктовый	200	1.00	0.20	20.20	86.60	362.58	14.00	14.00	8.00	2.80	0.02	4.00	0.00	0.20
тпк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		430	14.48	13.64	72.00	469.08	1963.94	42.50	143.50	22.90	3.23	0.06	7.70	10.60	3.23
ОБЕД															
06/удм.бл	Салат "Тазалык"	100	1.30	10.20	8.80	137.30	574.85	30.75	24.90	11.90	0.43	0.03	34.31	14.10	4.67
124/04	Ши из св. капусты с картофелем со смет.	250/10	0.98	0.13	3.06	17.29	72.40	21.25	37.50	17.50	0.63	0.03	12.25	0.00	0.13
75/08	Котлета детская	100	15.09	11.23	10.06	201.68	844.38	71.69	144.88	24.16	1.74	0.10	0.20	40.00	2.96
332/04	Макаронные изделия отварные	180	3.83	12.24	38.09	277.84	1163.26	6.08	3.54	0.26	0.00	0.00	0.00	48.90	0.14
158/08	Напиток "Здоровье"	200	0.10	0.10	23.30	94.50	395.65	4.00	0.00	0.40	0.00	0.00	1.50	1.30	0.00
тпк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
тпк	Хлеб Дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	17.15	77.42	23.03	1.92	0.09	0.00	0.70	0.00
ИТОГО ЗА ОБЕД		760	25.56	34.47	111.28	862.66	3611.78	156.92	307.74	81.45	5.05	0.28	48.26	105.30	8.22
ПОЛДНИК															
гост	Йогурт фруктовый	150	6.90	8.60	24.70	203.80	853.27	150.00	163.50	15.00	5.50	0.03	0.00	69.00	0.50
тпк	Банан свежий	200	2.94	0.98	41.16	185.22	775.48	15.68	54.88	82.32	1.18	0.08	19.60	0.00	0.80
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		350	9.84	9.58	65.86	389.02	1628.75	165.68	218.38	97.32	6.68	0.11	19.60	69.00	1.30
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1540	49.88	57.69	249.14	1720.76	7204.48	365.10	669.62	201.67	14.96	0.46	75.56	184.90	12.75
НОРМА			90.00	92.00	383.00	2720.00		1200.00	1200.00	300.00	18.00	1.40	70.00	900.00	
ОТКЛОНЕНИЕ			-40.12	-34.31	-133.86	-999.24	7204.48	-834.90	-530.38	-98.33	-3.04	-0.94	5.56	-715.10	

День: **суббота**

Сезон: **осенний**

Неделя: **вторая**

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры	Наименование блюда.	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Кдж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	B ₁	C	A	E
ЗАВТРАК															
тк	Плов детский (2вариант)	200	21.65	14.23	42.83	385.99	1616.06	123.08	246.85	80.86	2.71	0.14	6.09	78.80	12.45
628/04	Чай с сахаром	200	0.18	0.04	20.47	82.96	347.34	0.59	0.00	0.00	0.06	0.00	0.00	0.00	0.00
тк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		430	24.11	14.51	78.10	539.43	2258.49	129.67	266.35	85.06	3.10	0.17	6.09	79.10	12.78
ОБЕД															
тк	Салат "Венгерский"	100	6.86	7.23	5.32	113.79	476.42	21.96	36.36	25.15	0.70	0.06	41.45	99.15	3.51
тк	Уха ростовская	250/10	7.21	4.36	18.10	140.49	588.21	43.61	146.74	46.22	1.54	0.17	6.63	56.38	0.41
312/04	Крупеник со сметанным соусом	250	13.50	13.75	36.75	324.75	1359.66	227.50	236.25	87.25	2.81	0.17	1.50	112.50	2.63
156/08	Напиток лимонный	200	0.19	0.04	23.42	94.80	396.91	7.22	4.40	2.49	0.12	0.01	5.28	0.00	0.04
тк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
тк	Хлеб Дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	17.15	77.42	23.03	1.92	0.09	0.00	0.70	0.00
ИТОГО ЗА ОБЕД		780	32.02	25.95	111.56	807.88	3382.44	323.44	520.67	188.34	7.43	0.53	54.86	269.03	6.92
ПОЛДНИК															
тк	Сдоба выборгская	100	7.39	4.98	58.83	309.70	1296.65	26.37	65.16	13.32	0.99	0.09	0.02	19.48	1.31
тк	Яблоко свежее	150	0.57	0.53	13.38	60.57	253.59	21.12	14.36	11.75	1.91	0.03	6.00	0.30	7.50
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	7.96	5.51	72.21	370.27	1550.25	47.49	79.52	25.07	2.90	0.12	6.02	19.78	8.81
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1460	64.09	45.97	261.87	1717.58	7191.17	500.60	866.54	298.47	13.43	0.83	66.97	367.91	28.51
НОРМА			90.00	92.00	383.00	2720.00		1200.00	1200.00	300.00	18.00	1.40	70.00	900.00	
ОТКЛОНЕНИЕ			-25.91	-46.03	-121.13	-1002.42	7191.17	-699.40	-333.46	-1.53	-4.57	-0.57	-3.03	-532.10	

При составлении меню были использованы следующие нормативные документы:

1. "Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах" Лапшина В.Т. (ред.)М.: Хлебпродинформ, 2004. — 640 с.
2. "Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников" Могильный М.П. (ред.)Сборник технических нормативов — М.: ДеЛи принт, 2005. — 628 с.
3. "Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях" / Под редакцией Могильного М.П., Тутельяна В.А. 544с,2017 г.
4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

Сводная таблица расчета химического состава блюд по дням недели

День	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценности, ккал	КДж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
	Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
1	67.63	81.95	242.46	1977.88	8280.98	798.30	980.73	263.97	19.87	0.98	150.68	396.46	10.00
2	45.04	79.25	276.09	1770.75	8364.15	714.50	629.30	166.59	13.46	0.43	27.16	211.90	13.28
3	60.36	63.60	253.91	1829.46	7659.60	715.30	900.86	229.78	14.68	1.13	29.87	1446.67	6.55
4	57.48	74.69	257.05	1930.26	8081.63	701.44	866.84	263.55	9.23	1.00	59.72	841.68	11.13
5	65.97	69.32	219.10	1764.12	7386.00	797.20	934.73	248.71	20.90	0.70	149.51	1412.47	13.60
6	76.08	53.80	290.61	1954.14	6979.73	753.50	840.77	313.93	21.47	1.35	38.32	97.50	19.45
7	60.03	67.98	273.04	1944.14	8139.72	878.63	861.09	257.57	13.74	1.79	74.54	1373.64	17.95
8	72.49	59.48	269.23	1665.65	6973.76	735.04	1131.99	242.78	15.70	0.89	102.79	935.37	11.25
9	66.38	54.85	254.02	1775.27	7432.70	723.90	820.14	281.62	17.75	0.76	58.87	184.67	8.22
10	81.14	66.35	280.39	2043.26	8554.70	794.56	949.45	236.56	15.06	0.82	39.99	1241.12	4.84
11	49.88	57.69	249.14	1720.76	7204.48	856.20	669.62	201.67	14.96	0.46	75.56	184.90	12.75
12	64.09	45.97	261.87	1717.58	7191.17	700.69	866.54	298.47	13.43	0.83	66.97	367.91	28.51
итого за 12 дней	766.58	774.91	3126.91	22093.27	92248.61	9169.26	10452.04	3005.20	190.25	11.13	873.99	8694.28	157.53
Среднее значение	63.88	64.58	260.58	1841.11	7687.38	764.11	871.00	250.43	15.85	0.93	72.83	724.52	13.13
Суточная потребность	90.00	92.00	383.00	2720.00		1200.00	1200	300.0	18.0	1.40	70.0	900	
% от суточной потребности	71.0	70.2	68.0	67.7		63.7	72.6	83.5	88.1	66.3	104.0	80.5	