

Сезон: весна  
Возрастная категория: 12 лет и старше.

Неделя: первая  
День: понедельник.

| № рец.            | Наименование блюда                  | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) |        |          | Энергет. Ценность, ккал | КДж     | Минеральные вещества (мг) |         |        |       | Витамины (мг) |        |        |       |
|-------------------|-------------------------------------|-----------------|----------------------|--------|----------|-------------------------|---------|---------------------------|---------|--------|-------|---------------|--------|--------|-------|
|                   |                                     |                 | Белки                | Жиры   | Углеводы |                         |         | Ca                        | P       | Mg     | Fe    | B1            | C      | A      | E     |
|                   | ЗАВТРАК                             |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |        |       |               |        |        |       |
| тк                | Котлета куриная с сыром             | 100             | 29.36                | 5.30   | 19.71    | 243.97                  | 1021.44 | 170.16                    | 277.67  | 100.76 | 1.90  | 0.11          | 2.36   | 115.89 | 0.89  |
| 302/04            | Каша пшенная вязкая                 | 180             | 4.26                 | 13.60  | 42.31    | 308.68                  | 1292.38 | 66.76                     | 3.93    | 0.29   | 0.07  | 0.00          | 0.00   | 65.20  | 0.18  |
| 686/04            | Чай с лимоном                       | 250             | 0.31                 | 0.03   | 25.89    | 105.03                  | 439.72  | 4.70                      | 2.15    | 1.18   | 0.14  | 0.00          | 1.80   | 0.00   | 0.23  |
| ГОСТ              | 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: |                                     | 560             | 36.21                | 19.17  | 102.71   | 728.15                  | 3048.63 | 247.62                    | 303.25  | 106.42 | 2.44  | 0.14          | 4.16   | 181.39 | 1.62  |
|                   | ОБЕД                                |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |        |       |               |        |        |       |
| 17/2008           | Салат из квашеной капусты           | 100             | 0.84                 | 4.86   | 3.72     | 61.98                   | 259.50  | 20.00                     | 19.20   | 7.86   | 0.72  | 0.02          | 10.30  | 6.00   | 2.40  |
| 138/04            | Суп картофельный с крупой с курицей | 250             | 9.10                 | 7.54   | 22.00    | 192.24                  | 804.86  | 28.38                     | 128.00  | 36.19  | 1.66  | 0.15          | 7.74   | 652.50 | 1.10  |
| тк                | Котлета "Крепыш"                    | 100             | 19.33                | 12.33  | 13.61    | 242.78                  | 1016.46 | 54.11                     | 129.52  | 55.33  | 1.87  | 0.16          | 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  |
| тк                | Напиток "Янтарный"                  | 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   | 0.00  |
| ГОСТ              | 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  |
| ГОСТ              | Хлеб дарницкий                      | 30              | 1.98                 | 0.33   | 13.17    | 63.57                   | 266.15  | 0.05                      | 0.00    | 0.00   | 0.42  | 0.05          | 0.47   | 14.10  | 1.17  |
| ИТОГО ЗА ОБЕД:    |                                     | 890             | 38.58                | 37.61  | 135.16   | 1033.48                 | 4326.95 | 150.35                    | 331.52  | 126.68 | 5.75  | 0.43          | 20.00  | 721.89 | 6.84  |
|                   | ПОЛДНИК                             |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |        |       |               |        |        |       |
| 806/08            | Коржик молочный                     | 75              | 4.83                 | 10.05  | 47.38    | 299.29                  | 1253.07 | 118.69                    | 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          | 88.20  | 0.00   | 0.30  |
| гост              | Йогурт фруктовый                    | 100             | 6.90                 | 8.60   | 24.70    | 203.80                  | 853.27  | 280.50                    | 163.50  | 15.00  | 5.50  | 0.03          | 0.00   | 69.00  | 0.50  |
| ИТОГО ПОЛДНИК     |                                     | 325             | 13.05                | 18.94  | 83.99    | 558.62                  | 2338.83 | 449.17                    | 246.43  | 42.29  | 6.59  | 0.89          | 88.30  | 78.77  | 11.09 |
|                   |                                     |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |        |       |               |        |        |       |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:    |                                     | 1775            | 87.84                | 75.72  | 321.86   | 2320.25                 | 9714.41 | 847.14                    | 881.20  | 275.39 | 14.78 | 1.46          | 112.45 | 982.05 | 19.55 |
|                   |                                     |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |        |       |               |        |        |       |
|                   | НОРМА                               | 1900.0          | 90.0                 | 92.0   | 383.0    | 2720.0                  |         | 1200.0                    | 1200.0  | 300.0  | 18.0  | 1.4           | 70.0   | 900.0  |       |
|                   | ОТКЛОНЕНИЕ                          | -125.00         | -2.16                | -16.28 | -61.14   | -399.75                 | 9714.41 | -352.86                   | -318.80 | -24.61 | -3.22 | 0.06          | 42.45  | 82.05  | 19.55 |

| Сезон: весна                           |                                         |                 |                      |        |          |                         |         | Неделя: первая            |         |        |       |               |        |         |       |
|----------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------|----------------------|--------|----------|-------------------------|---------|---------------------------|---------|--------|-------|---------------|--------|---------|-------|
| Возрастная категория: 12 лет и старше. |                                         |                 |                      |        |          |                         |         | День: вторник             |         |        |       |               |        |         |       |
| № рец.                                 | Наименование блюда                      | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) |        |          | Энергет. Ценности, ккал | КДж     | Минеральные вещества (мг) |         |        |       | Витамины (мг) |        |         |       |
|                                        |                                         |                 | Белки                | Жиры   | Углеводы |                         |         | Ca                        | P       | Mg     | Fe    | B1            | C      | A       | E     |
| ЗАВТРАК                                |                                         |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |        |       |               |        |         |       |
| тпк                                    | Сыр голландский порционно               | 15              | 3.71                 | 3.51   | 0.00     | 46.41                   | 194.31  | 207.00                    | 78.30   | 7.18   | 0.09  | 0.00          | 0.05   | 18.90   | 0.06  |
| 130/04                                 | Каша молочная рисовая с маслом          | 210             | 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  |
| 747/04                                 | Сосиска в тесте                         | 100             | 20.10                | 20.25  | 25.08    | 362.97                  | 1519.68 | 38.77                     | 187.10  | 24.30  | 2.95  | 0.10          | 0.00   | 4.50    | 1.46  |
| тпк                                    | Напиток яблочный                        | 200             | 0.06                 | 0.05   | 16.37    | 66.17                   | 277.04  | 2.69                      | 1.54    | 1.26   | 0.35  | 0.00          | 1.40   | 0.00    | 0.10  |
| ГОСТ                                   | 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:                      |                                         | 555             | 31.05                | 33.88  | 85.07    | 769.38                  | 3221.24 | 373.46                    | 404.74  | 62.47  | 4.15  | 0.18          | 1.67   | 71.92   | 2.05  |
| ОБЕД                                   |                                         |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |        |       |               |        |         |       |
| тпк                                    | Салат из отварной свеклы с раст. маслом | 100             | 1.31                 | 10.08  | 7.66     | 126.57                  | 529.94  | 34.04                     | 37.98   | 19.21  | 1.23  | 0.02          | 8.70   | 1.74    | 4.49  |
| 132/04                                 | Рассольник ленинградский со сметаной    | 250/10          | 2.95                 | 6.53   | 18.55    | 144.77                  | 606.12  | 216.73                    | 82.95   | 28.49  | 1.08  | 0.09          | 7.74   | 9.00    | 2.53  |
| тпк                                    | Колбаски куриные                        | 100             | 19.44                | 12.00  | 14.90    | 245.38                  | 1027.35 | 179.11                    | 181.89  | 28.69  | 2.19  | 0.08          | 0.28   | 32.00   | 0.66  |
| 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  |
| 153/08                                 | Компот из сухофруктов                   | 200             | 0.42                 | 0.02   | 30.87    | 125.34                  | 524.77  | 21.69                     | 14.04   | 5.59   | 1.20  | 0.00          | 0.60   | 0.00    | 0.02  |
| ГОСТ                                   | 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  |
| ГОСТ                                   | Хлеб дарницкий                          | 30              | 1.98                 | 0.33   | 13.17    | 63.57                   | 266.15  | 0.05                      | 0.00    | 0.00   | 0.42  | 0.05          | 0.47   | 14.10   | 1.17  |
| ИТОГО ЗА ОБЕД:                         |                                         | 905             | 33.97                | 35.75  | 124.30   | 954.82                  | 3997.64 | 473.52                    | 463.45  | 172.06 | 9.44  | 0.43          | 17.79  | 94.31   | 9.61  |
| ПОЛДНИК                                |                                         |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |        |       |               |        |         |       |
| 770/04                                 | Булочка дорожная                        | 100             | 6.85                 | 14.28  | 49.94    | 355.68                  | 1489.16 | 11.74                     | 50.13   | 9.04   | 0.71  | 0.08          | 0.00   | 0.00    | 7.59  |
| ГОСТ                                   | Апельсин                                | 200             | 1.76                 | 0.40   | 14.98    | 70.56                   | 295.42  | 33.32                     | 22.54   | 12.74  | 0.58  | 0.04          | 58.80  | 0.00    | 0.40  |
| 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  |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:                      |                                         | 500             | 8.71                 | 14.78  | 88.22    | 520.74                  | 2180.23 | 49.06                     | 72.67   | 22.18  | 1.29  | 0.12          | 60.30  | 1.30    | 7.99  |
|                                        |                                         |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |        |       |               |        |         |       |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                         |                                         | 1660.00         | 65.12                | 69.73  | 232.67   | 1818.70                 | 7614.54 | 850.98                    | 868.19  | 234.93 | 13.59 | 0.60          | 20.95  | 167.53  | 11.66 |
|                                        |                                         |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |        |       |               |        |         |       |
|                                        | НОРМА                                   | 1900.0          | 90.0                 | 92.0   | 383.0    | 2720.0                  |         | 1200.0                    | 1200.0  | 300.0  | 18.0  | 1.4           | 70.0   | 900.0   |       |
|                                        | ОТКЛОНЕНИЕ                              | -240.00         | -24.88               | -22.27 | -150.33  | -901.30                 | 7614.54 | -349.02                   | -331.81 | -65.07 | -4.41 | -0.80         | -49.05 | -732.47 | 11.66 |

| Сезон: весна                           |                                             |                 |                      |        |          |                         |         | Неделя: первая            |         |        |       |               |       |         |      |
|----------------------------------------|---------------------------------------------|-----------------|----------------------|--------|----------|-------------------------|---------|---------------------------|---------|--------|-------|---------------|-------|---------|------|
| Возрастная категория: 12 лет и старше. |                                             |                 |                      |        |          |                         |         | День: среда.              |         |        |       |               |       |         |      |
| № рец.                                 | Наименование блюда                          | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) |        |          | Энергет. Ценности, ккал | КДж     | Минеральные вещества (мг) |         |        |       | Витамины (мг) |       |         |      |
|                                        |                                             |                 | Белки                | Жиры   | Углеводы |                         |         | Ca                        | P       | Mg     | Fe    | B1            | C     | A       | E    |
| ЗАВТРАК                                |                                             |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |        |       |               |       |         |      |
| 17/2008                                | Салат из квашеной капусты                   | 50              | 0.42                 | 2.43   | 1.86     | 30.99                   | 129.75  | 10.00                     | 9.60    | 3.93   | 0.36  | 0.01          | 5.15  | 3.00    | 1.20 |
| тпк                                    | Фрикадельки мясные "по-ученически" с соусом | 100             | 16.70                | 19.10  | 8.44     | 273.00                  | 1143.00 | 26.81                     | 154.00  | 23.00  | 1.50  | 0.22          | 1.24  | 12.29   | 0.34 |
| 520/04                                 | Пюре картофельное                           | 180             | 4.86                 | 10.60  | 23.20    | 207.64                  | 869.35  | 50.90                     | 134.00  | 43.40  | 0.99  | 0.09          | 25.20 | 90.00   | 2.88 |
| 685/04                                 | Чай с сахаром                               | 200             | 0.18                 | 0.04   | 20.47    | 82.96                   | 347.34  | 0.59                      | 0.00    | 0.00   | 0.60  | 0.00          | 0.00  | 0.00    | 0.00 |
| ГОСТ                                   | 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:                      |                                             | 560             | 24.44                | 32.41  | 68.77    | 665.07                  | 2784.52 | 94.30                     | 317.10  | 74.53  | 3.78  | 0.36          | 31.59 | 105.59  | 4.75 |
| ОБЕД                                   |                                             |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |        |       |               |       |         |      |
| тпк                                    | Салат из маринованной капусты               | 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 |
| 140/04                                 | Суп картофельный с вермишелью               | 250             | 2.79                 | 2.24   | 18.74    | 106.28                  | 444.97  | 120.28                    | 157.46  | 24.34  | 0.98  | 0.09          | 7.11  | 500.00  | 0.85 |
| тпк                                    | Шницель "Школьный"                          | 100             | 14.32                | 8.83   | 12.54    | 186.91                  | 782.55  | 139.40                    | 126.70  | 29.44  | 1.96  | 0.20          | 0.20  | 0.00    | 0.10 |
| 302/04                                 | Каша пшеничная вязкая                       | 180             | 3.84                 | 12.24  | 38.08    | 277.82                  | 1163.19 | 6.08                      | 3.54    | 0.26   | 0.06  | 0.00          | 0.00  | 58.68   | 0.17 |
| тпк                                    | Напиток ягодный                             | 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 |
| ГОСТ                                   | 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 |
| ГОСТ                                   | Хлеб дарницкий                              | 30              | 1.98                 | 0.33   | 13.17    | 63.57                   | 266.15  | 0.05                      | 0.00    | 0.00   | 0.42  | 0.05          | 0.47  | 14.10   | 1.17 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД:                         |                                             | 890             | 26.09                | 24.08  | 123.08   | 813.40                  | 3405.53 | 292.82                    | 337.20  | 72.64  | 4.25  | 0.40          | 29.08 | 574.38  | 2.72 |
|                                        | ПОЛДНИК                                     |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |        |       |               |       |         |      |
| 645/04                                 | Кефир или ряженка                           | 200             | 5.64                 | 0.09   | 7.28     | 52.49                   | 219.77  | 321.80                    | 165.30  | 26.10  | 0.17  | 0.06          | 0.56  | 0.00    | 0.00 |
| ТТК                                    | Булочка с творогом                          | 80              | 11.78                | 2.51   | 28.72    | 184.59                  | 772.84  | 134.93                    | 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  | 4.00  | 0.02          | 4.00  | 0.00    | 0.80 |
| ИТОГО ПОЛДНИК                          |                                             | 480             | 18.18                | 3.12   | 54.74    | 319.76                  | 1338.77 | 490.13                    | 262.01  | 57.78  | 4.74  | 0.13          | 4.58  | 5.10    | 2.29 |
|                                        |                                             |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |        |       |               |       |         |      |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                         |                                             | 1930.00         | 68.71                | 59.61  | 246.59   | 1798.23                 | 7528.82 | 877.25                    | 916.31  | 204.95 | 12.77 | 0.88          | 65.25 | 685.07  | 9.76 |
|                                        |                                             |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |        |       |               |       |         |      |
|                                        | НОРМА                                       | 1900.0          | 90.0                 | 92.0   | 383.0    | 2720.0                  |         | 1200.0                    | 1200.0  | 300.0  | 18.0  | 1.4           | 70.0  | 900.0   |      |
|                                        | ОТКЛОНЕНИЕ                                  | 30.00           | -21.29               | -32.39 | -136.41  | -921.77                 | 7528.82 | -322.75                   | -283.69 | -95.05 | -5.23 | -0.52         | -4.75 | -214.93 | 9.76 |

| Сезон: весна                           |                                          |                 |                      |        |          | Неделя: первая          |         |                           |         |         |       |               |        |         |       |
|----------------------------------------|------------------------------------------|-----------------|----------------------|--------|----------|-------------------------|---------|---------------------------|---------|---------|-------|---------------|--------|---------|-------|
| Возрастная категория: 12 лет и старше. |                                          |                 |                      |        |          | День: четверг           |         |                           |         |         |       |               |        |         |       |
| № рец.                                 | Наименование блюда                       | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) |        |          | Энергет. Ценности, ккал | КДж     | Минеральные вещества (мг) |         |         |       | Витамины (мг) |        |         |       |
|                                        |                                          |                 | Белки                | Жиры   | Углеводы |                         |         | Ca                        | P       | Mg      | Fe    | B1            | C      | A       | E     |
| ЗАВТРАК                                |                                          |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |         |       |               |        |         |       |
| тк                                     | Котлета рыбная "Дружба"                  | 100             | 14.36                | 19.68  | 11.91    | 282.17                  | 1181.38 | 203.36                    | 224.83  | 45.16   | 1.09  | 0.20          | 1.48   | 17.56   | 0.12  |
| 332/04                                 | Макаронные изделия отварные              | 180             | 4.92                 | 8.88   | 28.94    | 215.36                  | 901.67  | 12.65                     | 35.64   | 6.29    | 0.66  | 0.04          | 0.00   | 35.91   | 0.87  |
| тк                                     | Сок фруктовый                            | 200             | 1.25                 | 0.25   | 25.60    | 109.65                  | 459.08  | 17.50                     | 17.50   | 10.00   | 3.50  | 0.03          | 5.00   | 0.00    | 0.00  |
| ГОСТ                                   | 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             | 22.81                | 29.05  | 81.25    | 677.66                  | 2837.21 | 239.51                    | 297.47  | 65.65   | 5.58  | 0.30          | 6.48   | 53.77   | 1.32  |
| ОБЕД                                   |                                          |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |         |       |               |        |         |       |
| табл                                   | Овощи свежие порциями                    | 100             | 0.80                 | 0.10   | 2.50     | 14.10                   | 59.03   | 23.00                     | 42.00   | 14.00   | 0.60  | 0.03          | 10.00  | 10.00   | 0.10  |
| 110/04                                 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250/10          | 1.96                 | 6.30   | 11.27    | 109.62                  | 458.96  | 38.10                     | 49.20   | 22.14   | 1.01  | 0.04          | 8.14   | 9.00    | 2.40  |
| 592/22                                 | Плов куриный                             | 200             | 17.60                | 26.00  | 23.20    | 397.20                  | 2165.41 | 135.60                    | 218.00  | 52.30   | 2.20  | 0.10          | 2.00   | 0.40    | 6.10  |
| тк                                     | Напиток яблочный                         | 200             | 0.06                 | 0.05   | 16.37    | 66.17                   | 277.04  | 2.69                      | 1.54    | 1.26    | 0.35  | 0.00          | 1.40   | 0.00    | 0.10  |
| ГОСТ                                   | 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  |
| ГОСТ                                   | Хлеб дарницкий                           | 30              | 1.98                 | 0.33   | 13.17    | 63.57                   | 266.15  | 0.05                      | 0.00    | 0.00    | 0.42  | 0.05          | 0.47   | 14.10   | 1.17  |
| ИТОГО ЗА ОБЕД:                         |                                          | 900             | 24.68                | 33.02  | 81.31    | 721.14                  | 3521.68 | 205.44                    | 330.24  | 93.90   | 4.91  | 0.26          | 22.01  | 33.80   | 10.20 |
|                                        | ПОЛДНИК                                  |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |         |       |               |        |         |       |
| 738/04                                 | Пирожок с мясом и луком                  | 75              | 15.07                | 8.63   | 31.57    | 264.23                  | 1106.28 | 92.02                     | 50.79   | 9.73    | 0.63  | 0.06          | 0.00   | 13.83   | 1.26  |
| ГОСТ                                   | Йогурт фруктовый                         | 150             | 6.90                 | 8.60   | 24.70    | 203.80                  | 853.27  | 250.00                    | 163.50  | 15.00   | 5.50  | 0.03          | 0.00   | 69.00   | 0.50  |
| ГОСТ                                   | 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 ПОЛДНИК                          |                                          | 375             | 22.54                | 17.76  | 69.65    | 528.60                  | 2213.14 | 363.14                    | 228.65  | 36.48   | 8.04  | 0.12          | 6.00   | 83.13   | 9.26  |
|                                        |                                          |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |         |       |               |        |         |       |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                         |                                          | 1785.00         | 70.03                | 79.83  | 232.21   | 1927.40                 | 8572.04 | 808.09                    | 856.36  | 196.03  | 18.53 | 0.68          | 34.49  | 170.70  | 20.78 |
|                                        |                                          |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |         |       |               |        |         |       |
|                                        | НОРМА                                    | 1900.0          | 90.0                 | 92.0   | 383.0    | 2720.0                  |         | 1200.0                    | 1200.0  | 300.0   | 18.0  | 1.4           | 70.0   | 900.0   |       |
|                                        | ОТКЛОНЕНИЕ                               | -115.00         | -19.97               | -12.17 | -150.79  | -792.60                 | 8572.04 | -391.91                   | -343.64 | -103.97 | 0.53  | -0.72         | -35.51 | -729.30 | 20.78 |

| Сезон: весна                           |                                     |                 |                      |       |          |                         |         | Неделя: первая            |         |        |       |               |        |         |       |
|----------------------------------------|-------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|----------|-------------------------|---------|---------------------------|---------|--------|-------|---------------|--------|---------|-------|
| Возрастная категория: 12 лет и старше. |                                     |                 |                      |       |          |                         |         | День: пятница.            |         |        |       |               |        |         |       |
| № рец.                                 | Наименование блюда                  | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергет. Ценности, ккал | КДж     | Минеральные вещества (мг) |         |        |       | Витамины (мг) |        |         |       |
|                                        |                                     |                 | Белки                | Жиры  | Углеводы |                         |         | Ca                        | P       | Mg     | Fe    | B1            | C      | A       | E     |
| ЗАВТРАК                                |                                     |                 |                      |       |          |                         |         |                           |         |        |       |               |        |         |       |
| табл                                   | Овощи свежие порциями               | 50              | 0.40                 | 0.05  | 1.25     | 7.05                    | 29.52   | 11.50                     | 21.00   | 7.00   | 0.30  | 0.02          | 5.00   | 5.00    | 0.05  |
| 523/22                                 | Бифштекс по-домашнему               | 100             | 15.90                | 23.27 | 13.77    | 327.28                  | 1383.69 | 30.37                     | 177.68  | 25.14  | 2.11  | 0.33          | 1.38   | 2.93    | 1.93  |
| 510/04                                 | Каша гречневая вязкая               | 180             | 4.92                 | 8.88  | 28.94    | 215.36                  | 901.67  | 12.65                     | 35.64   | 6.29   | 0.66  | 0.04          | 0.00   | 35.91   | 0.87  |
| 685/04                                 | Чай с сахаром                       | 200             | 0.18                 | 0.04  | 20.47    | 82.96                   | 347.34  | 0.59                      | 0.00    | 0.00   | 0.60  | 0.00          | 0.00   | 0.00    | 0.00  |
| ГОСТ                                   | 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:                      |                                     | 560             | 23.68                | 32.48 | 79.23    | 703.13                  | 2957.30 | 61.11                     | 253.82  | 42.63  | 4.00  | 0.42          | 6.38   | 44.14   | 3.18  |
| ОБЕД                                   |                                     |                 |                      |       |          |                         |         |                           |         |        |       |               |        |         |       |
| 78/04                                  | Икра из свеклы                      | 100             | 2.22                 | 7.70  | 9.88     | 115.75                  | 484.30  | 34.07                     | 55.03   | 54.36  | 1.53  | 0.03          | 3.27   | 3.80    | 0.00  |
| 139/04                                 | Суп картофельный с бобовыми (горох) | 250             | 1.49                 | 4.66  | 10.87    | 91.38                   | 382.59  | 121.86                    | 43.04   | 17.51  | 0.64  | 0.06          | 5.95   | 0.00    | 2.33  |
| тпк                                    | Котлета "Уральская"                 | 100             | 16.16                | 19.18 | 11.56    | 283.44                  | 914.66  | 35.90                     | 169.20  | 51.16  | 1.64  | 0.29          | 6.03   | 26.16   | 3.07  |
| 520/04                                 | Пюре картофельное                   | 180             | 3.58                 | 12.67 | 21.74    | 215.33                  | 901.54  | 45.37                     | 93.92   | 31.48  | 1.19  | 0.10          | 2.53   | 79.90   | 0.31  |
| тпк                                    | Напиток абрикосовый                 | 200             | 0.52                 | 0.03  | 20.10    | 82.75                   | 346.46  | 16.45                     | 14.60   | 10.50  | 0.37  | 0.01          | 0.40   | 58.30   | 0.00  |
| ГОСТ                                   | 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  |
| ГОСТ                                   | Хлеб дарницкий                      | 30              | 1.98                 | 0.33  | 13.17    | 63.57                   | 266.15  | 0.05                      | 0.00    | 0.00   | 0.42  | 0.05          | 0.47   | 14.10   | 1.17  |
| ИТОГО ЗА ОБЕД:                         |                                     | 890             | 28.22                | 44.81 | 102.12   | 922.70                  | 3590.78 | 259.70                    | 395.30  | 169.20 | 6.12  | 0.57          | 18.65  | 182.55  | 7.21  |
| ПОЛДНИК                                |                                     |                 |                      |       |          |                         |         |                           |         |        |       |               |        |         |       |
| тпк                                    | Яйцо вареное                        | 40              | 4.78                 | 4.05  | 0.25     | 56.57                   | 236.85  | 119.36                    | 66.82   | 4.18   | 0.87  | 0.02          | 0.00   | 60.00   | 0.24  |
| 645/04                                 | Кефир или ряженка                   | 200             | 5.64                 | 0.09  | 7.28     | 52.49                   | 219.77  | 321.80                    | 165.30  | 26.10  | 0.17  | 0.06          | 0.56   | 0.00    | 0.00  |
| ГОСТ                                   | 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 ПОЛДНИК                          |                                     | 440             | 13.36                | 5.12  | 48.69    | 294.28                  | 1232.09 | 456.84                    | 287.00  | 112.60 | 2.22  | 0.16          | 20.16  | 60.00   | 1.04  |
|                                        |                                     |                 |                      |       |          |                         |         |                           |         |        |       |               |        |         |       |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                         |                                     | 1890.00         | 68.16                | 82.41 | 230.04   | 1920.11                 | 7780.18 | 777.65                    | 936.12  | 324.44 | 12.34 | 1.15          | 45.19  | 286.69  | 11.43 |
|                                        |                                     |                 |                      |       |          |                         |         |                           |         |        |       |               |        |         |       |
|                                        | НОРМА                               | 1900.0          | 90.0                 | 92.0  | 383.0    | 2720.0                  |         | 1200.0                    | 1200.0  | 300.0  | 18.0  | 1.4           | 70.0   | 900.0   |       |
|                                        | ОТКЛОНЕНИЕ                          | -10.00          | -21.84               | -9.59 | -152.96  | -799.89                 | 7780.18 | -422.35                   | -263.88 | 24.44  | -5.66 | -0.25         | -24.81 | -613.31 | 11.43 |

[illegible]

[illegible]

| Сезон: весна                           |                                      |                 |                      |        |          |                         |         | Неделя: вторая            |         |        |       |               |        |         |      |
|----------------------------------------|--------------------------------------|-----------------|----------------------|--------|----------|-------------------------|---------|---------------------------|---------|--------|-------|---------------|--------|---------|------|
| Возрастная категория: 12 лет и старше. |                                      |                 |                      |        |          |                         |         | День: вторник             |         |        |       |               |        |         |      |
| № рец.                                 | Наименование блюда                   | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) |        |          | Энергет. Ценности, ккал | КДж     | Минеральные вещества (мг) |         |        |       | Витамины (мг) |        |         |      |
|                                        |                                      |                 | Белки                | Жиры   | Углеводы |                         |         | Ca                        | P       | Mg     | Fe    | B1            | C      | A       | E    |
| ЗАВТРАК                                |                                      |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |        |       |               |        |         |      |
| тпк                                    | Сыр голландский порционно            | 15              | 3.71                 | 3.51   | 0.00     | 46.41                   | 194.31  | 207.00                    | 78.30   | 7.18   | 0.09  | 0.00          | 0.05   | 18.90   | 0.06 |
| 119/08                                 | Каша молочная "Дружба" с маслом      | 210             | 7.15                 | 11.49  | 41.80    | 299.21                  | 1252.73 | 126.30                    | 169.00  | 43.39  | 1.03  | 0.14          | 0.51   | 78.44   | 0.26 |
| 177/08                                 | Сочень из песочного теста с творогом | 80              | 7.25                 | 12.70  | 28.25    | 256.26                  | 1072.92 | 40.05                     | 77.05   | 8.89   | 0.61  | 0.05          | 0.02   | 45.27   | 0.69 |
| ГОСТ                                   | Хлеб пшеничный                       | 50              | 3.80                 | 0.40   | 24.67    | 117.47                  | 491.81  | 10.00                     | 32.50   | 7.00   | 0.55  | 0.06          | 0.00   | 0.50    | 0.55 |
| тпк                                    | Компот из шиповника с лимоном        | 200             | 0.40                 | 0.15   | 23.04    | 102.58                  | 429.48  | 9.34                      | 3.24    | 2.54   | 0.88  | 0.01          | 102.80 | 81.84   | 0.39 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:                      |                                      | 555             | 22.30                | 28.25  | 117.76   | 821.93                  | 3441.25 | 392.69                    | 360.09  | 69.00  | 3.16  | 0.25          | 103.38 | 224.95  | 1.95 |
| ОБЕД                                   |                                      |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |        |       |               |        |         |      |
| тпк                                    | Салат из маринованной капусты        | 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 |
| 139/04                                 | Суп картофельный с бобовыми (горох)  | 250             | 1.49                 | 4.66   | 10.87    | 91.38                   | 382.59  | 11.86                     | 43.04   | 17.51  | 0.64  | 0.06          | 5.95   | 802.30  | 2.33 |
| тпк                                    | Котлета рыбная "Дружба"              | 100             | 14.36                | 19.68  | 11.91    | 282.17                  | 1181.38 | 203.36                    | 224.83  | 45.16  | 1.09  | 0.20          | 1.48   | 17.56   | 0.12 |
| 520/04                                 | Пюре картофельное                    | 180             | 3.58                 | 12.67  | 21.74    | 215.33                  | 901.54  | 45.37                     | 93.92   | 31.48  | 1.19  | 0.10          | 2.53   | 79.90   | 0.31 |
| тпк                                    | Напиток из сухофруктов               | 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 |
| ГОСТ                                   | 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 |
| ГОСТ                                   | Хлеб дарницкий                       | 30              | 1.98                 | 0.33   | 13.17    | 63.57                   | 266.15  | 0.05                      | 0.00    | 0.00   | 0.42  | 0.05          | 0.47   | 14.10   | 1.17 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД:                         |                                      | 890             | 24.56                | 37.78  | 98.25    | 831.26                  | 3480.31 | 287.64                    | 411.30  | 112.74 | 4.17  | 0.46          | 21.73  | 915.45  | 4.36 |
|                                        | ПОЛДНИК                              |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |        |       |               |        |         |      |
| ГОСТ                                   | Йогурт фруктовый                     | 150             | 6.90                 | 8.60   | 24.70    | 203.80                  | 853.27  | 250.00                    | 163.50  | 15.00  | 5.50  | 0.03          | 0.00   | 69.00   | 0.50 |
| ГОСТ                                   | Мандарин                             | 150             | 1.32                 | 0.29   | 11.91    | 55.53                   | 232.49  | 49.98                     | 33.81   | 19.11  | 0.44  | 0.06          | 88.20  | 0.00    | 0.30 |
| ИТОГО ПОЛДНИК                          |                                      | 300             | 8.22                 | 8.89   | 36.61    | 259.33                  | 1085.76 | 299.98                    | 197.31  | 34.11  | 5.94  | 0.09          | 88.20  | 69.00   | 0.80 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                         |                                      |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |        |       |               |        |         |      |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                         |                                      | 1745.00         | 55.09                | 74.92  | 252.61   | 1912.52                 | 8007.33 | 980.31                    | 968.70  | 215.85 | 13.26 | 0.80          | 213.31 | 1209.40 | 7.11 |
|                                        | НОРМА                                | 1900            | 90.0                 | 92.0   | 383.0    | 2720.0                  |         | 1200.0                    | 1200.0  | 300.0  | 18.0  | 1.4           | 70.0   | 900.0   |      |
|                                        | ОТКЛОНЕНИЕ                           | -155.00         | -34.91               | -17.08 | -130.39  | -807.48                 | 8007.33 | -219.69                   | -231.30 | -84.15 | -4.74 | -0.60         | 143.31 | 309.40  | 7.11 |

Сезон: весна

Неделя: вторая

Возрастная категория: 12 лет и старше. День: среда

День: среда

[illegible]

| Сезон: весна                           |                               |                 |                      |        |          |                         |         | Неделя: вторая            |         |         |       |               |        |         |      |
|----------------------------------------|-------------------------------|-----------------|----------------------|--------|----------|-------------------------|---------|---------------------------|---------|---------|-------|---------------|--------|---------|------|
| Возрастная категория: 12 лет и старше. |                               |                 |                      |        |          |                         |         | День: четверг.            |         |         |       |               |        |         |      |
| № рец.                                 | Наименование блюда            | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) |        |          | Энергет. Ценности, ккал | КДж     | Минеральные вещества (мг) |         |         |       | Витамины (мг) |        |         |      |
|                                        |                               |                 | Белки                | Жиры   | Углеводы |                         |         | Ca                        | P       | Mg      | Fe    | B1            | C      | A       | E    |
| ЗАВТРАК                                |                               |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |         |       |               |        |         |      |
| тпк                                    | Салат из маринованной капусты | 50              | 0.39                 | 0.05   | 1.23     | 6.92                    | 28.96   | 8.50                      | 15.00   | 7.00    | 0.25  | 0.01          | 4.90   | 0.00    | 0.05 |
| тпк                                    | Котлета куриная "Ряба"        | 100             | 18.40                | 15.80  | 13.00    | 267.70                  | 1120.81 | 19.28                     | 12.39   | 17.94   | 1.08  | 0.03          | 0.56   | 0.00    | 1.33 |
| 302/04                                 | Каша пшеничная вязкая         | 180             | 3.84                 | 12.24  | 38.08    | 277.82                  | 1163.19 | 6.08                      | 3.54    | 0.26    | 0.06  | 0.00          | 0.00   | 58.68   | 0.17 |
| 686/04                                 | Чай с лимоном                 | 250             | 0.31                 | 0.03   | 25.89    | 105.03                  | 439.72  | 4.70                      | 2.15    | 1.18    | 0.14  | 0.00          | 1.80   | 0.00    | 0.23 |
| ГОСТ                                   | 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:                      |                               | 610.00          | 25.22                | 28.36  | 92.99    | 727.95                  | 3047.76 | 44.56                     | 52.58   | 30.58   | 1.86  | 0.08          | 7.26   | 58.98   | 2.11 |
| ОБЕД                                   |                               |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |         |       |               |        |         |      |
| 78/04                                  | Икра из свеклы                | 100             | 2.22                 | 7.70   | 9.88     | 115.75                  | 484.30  | 34.07                     | 55.03   | 54.30   | 1.53  | 0.03          | 3.27   | 3.80    | 0.00 |
| 140/04                                 | Суп картофельный с вермишелью | 250             | 2.79                 | 2.24   | 18.74    | 106.28                  | 444.97  | 120.28                    | 157.46  | 24.34   | 0.98  | 0.09          | 7.11   | 500.00  | 0.85 |
| тпк                                    | Биточки шошлые                | 100             | 11.35                | 14.90  | 11.48    | 225.44                  | 943.89  | 156.12                    | 139.03  | 25.97   | 1.89  | 0.13          | 0.21   | 16.76   | 0.67 |
| 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 |
| 646/08                                 | 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 |
| ГОСТ                                   | 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 |
| ГОСТ                                   | Хлеб дарницкий                | 30              | 1.98                 | 0.33   | 13.17    | 63.57                   | 266.15  | 0.05                      | 0.00    | 0.00    | 0.42  | 0.05          | 0.47   | 14.10   | 1.17 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД:                         |                               | 890             | 24.64                | 37.69  | 129.58   | 954.16                  | 3994.57 | 329.82                    | 378.97  | 111.56  | 5.27  | 0.34          | 16.33  | 583.86  | 3.20 |
| ПОЛДНИК                                |                               |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |         |       |               |        |         |      |
| 693/04                                 | Шанежка наливная с яйцом      | 100             | 7.96                 | 2.81   | 44.74    | 236.09                  | 988.46  | 99.06                     | 70.97   | 10.03   | 0.94  | 0.07          | 0.00   | 16.20   | 1.12 |
| ГОСТ                                   | Творожок детский уп.          | 100             | 4.52                 | 8.32   | 25.30    | 203.80                  | 853.27  | 324.20                    | 183.50  | 15.00   | 4.50  | 0.30          | 0.00   | 69.00   | 0.50 |
| ГОСТ                                   | Сок яблочный                  | 200             | 1.25                 | 0.25   | 25.60    | 109.65                  | 459.08  | 17.50                     | 17.50   | 10.00   | 3.50  | 0.03          | 5.00   | 0.00    | 0.00 |
| ИТОГО ПОЛДНИК                          |                               | 400             | 13.73                | 11.38  | 95.64    | 236.09                  | 988.46  | 440.76                    | 271.97  | 35.03   | 8.94  | 0.40          | 5.00   | 85.20   | 1.62 |
|                                        |                               |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |         |       |               |        |         |      |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                         |                               | 1900.00         | 63.59                | 77.43  | 318.21   | 1918.20                 | 8030.80 | 815.15                    | 703.51  | 177.17  | 16.07 | 0.82          | 28.59  | 728.04  | 6.92 |
|                                        |                               |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |         |       |               |        |         |      |
|                                        | НОРМА                         | 1900.0          | 90.0                 | 92.0   | 383.0    | 2720.0                  |         | 1200.0                    | 1200.0  | 300.0   | 18.0  | 1.4           | 70.0   | 900.0   |      |
|                                        | ОТКЛОНЕНИЕ                    | 0.00            | -26.41               | -14.57 | -64.79   | -801.80                 | 8030.80 | -384.85                   | -496.49 | -122.83 | -1.93 | -0.58         | -41.41 | -171.96 | 6.92 |

Неделя: вторая

День: пятница.

| № рецеп.          | Наименование блюда                                        | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) |        |          | Энергет. Ценности, ккал | КДж     | Минеральные вещества (мг) |         |         |       | Витамины (мг) |       |         |       |
|-------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------|----------------------|--------|----------|-------------------------|---------|---------------------------|---------|---------|-------|---------------|-------|---------|-------|
|                   |                                                           |                 | Белки                | Жиры   | Углеводы |                         |         | Ca                        | P       | Mg      | Fe    | B1            | C     | A       | E     |
| ЗАВТРАК           |                                                           |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |         |       |               |       |         |       |
| тпк               | Тефтели по-деревенски                                     | 100             | 8.28                 | 14.63  | 10.80    | 207.99                  | 870.81  | 19.27                     | 105.61  | 20.09   | 1.01  | 0.18          | 1.83  | 0.01    | 0.09  |
| 520/04            | Пюре картофельное                                         | 180             | 4.86                 | 10.60  | 23.20    | 207.64                  | 869.35  | 50.90                     | 134.00  | 43.40   | 0.99  | 0.09          | 25.20 | 90.00   | 2.88  |
| тпк               | Сок фруктовый                                             | 200             | 1.25                 | 0.25   | 25.60    | 109.65                  | 459.08  | 17.50                     | 17.50   | 10.00   | 3.50  | 0.03          | 5.00  | 0.00    | 0.00  |
| ГОСТ              | 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: |                                                           | 550             | 16.67                | 25.72  | 74.40    | 595.76                  | 2494.33 | 93.67                     | 276.61  | 77.69   | 5.83  | 0.33          | 32.03 | 90.31   | 3.30  |
| ОБЕД              |                                                           |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |         |       |               |       |         |       |
| 17/2008           | Салат из квашеной капусты                                 | 100             | 0.84                 | 4.86   | 3.72     | 61.98                   | 259.50  | 20.00                     | 19.20   | 7.86    | 0.72  | 0.02          | 10.30 | 6.00    | 2.40  |
| 109/удм.бл.       | Пуштыё шыд (суп картофельный со взбитым яйцом с курицей ) | 250             | 9.18                 | 8.02   | 16.98    | 175.44                  | 734.54  | 144.07                    | 132.63  | 33.75   | 1.64  | 0.15          | 21.07 | 50.24   | 0.29  |
| ТТК               | Птица запеченая                                           | 100             | 14.20                | 9.35   | 0.69     | 143.71                  | 601.69  | 112.30                    | 14.60   | 14.60   | 0.90  | 0.10          | 1.06  | 5.60    | 0.30  |
| 510/04            | Каша гречневая вязкая                                     | 180             | 4.92                 | 8.88   | 28.94    | 215.36                  | 901.67  | 12.65                     | 35.64   | 6.29    | 0.66  | 0.04          | 0.00  | 35.91   | 0.87  |
| 685/04            | Чай с сахаром                                             | 200             | 0.18                 | 0.04   | 20.47    | 82.96                   | 347.34  | 0.59                      | 0.00    | 0.00    | 0.60  | 0.00          | 0.00  | 0.00    | 0.00  |
| ГОСТ              | 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  |
| ГОСТ              | Хлеб дарницкий                                            | 30              | 1.98                 | 0.33   | 13.17    | 63.57                   | 266.15  | 0.05                      | 0.00    | 0.00    | 0.42  | 0.05          | 0.47  | 14.10   | 1.17  |
| ИТОГО ЗА ОБЕД:    |                                                           | 900             | 33.58                | 31.72  | 98.77    | 813.50                  | 3405.97 | 295.67                    | 221.57  | 66.70   | 5.27  | 0.40          | 32.90 | 112.15  | 5.36  |
| ПОЛДНИК           |                                                           |                 |                      |        |          |                         |         |                           |         |         |       |               |       |         |       |
| ГОСТ              | Йогурт фруктовый                                          | 150             | 6.90                 | 8.60   | 24.70    | 203.80                  | 853.27  | 250.00                    | 163.50  | 15.00   | 5.50  | 0.03          | 0.00  | 69.00   | 0.50  |
| РКС               | 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  |
| ГОСТ              | Груша свежая                                              | 200             | 0.76                 | 0.52   | 18.74    | 82.68                   | 346.16  | 33.40                     | 27.84   | 20.88   | 4.00  | 0.02          | 4.00  | 0.00    | 0.80  |
| ИТОГО ПОЛДНИК     |                                                           | 450             | 16.93                | 19.67  | 108.25   | 677.75                  | 2837.60 | 326.50                    | 275.86  | 50.85   | 10.56 | 0.16          | 4.12  | 120.83  | 2.68  |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:    |                                                           | 1900.00         | 67.18                | 77.11  | 281.42   | 2087.01                 | 8737.89 | 715.84                    | 774.04  | 195.24  | 21.66 | 0.89          | 69.05 | 323.29  | 11.34 |
| НОРМА             |                                                           | 1900.0          | 90.0                 | 92.0   | 383.0    | 2720.0                  |         | 1200.0                    | 1200.0  | 300.0   | 18.0  | 1.4           | 70.0  | 900.0   |       |
| ОТКЛОНЕНИЕ        |                                                           | 0.00            | -22.82               | -14.89 | -101.58  | -632.99                 | 8737.89 | -484.16                   | -425.96 | -104.76 | 3.66  | -0.51         | -0.95 | -576.71 | 11.34 |

Неделя: вторая

День: суббота

[illegible]

При составлении меню были использованы следующие нормативные документы:

- 1. "Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах" Лапшина В.Т. (ред.)М.: Хлебпродинформ, 2004. — 640 с.
- 2. "Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников" Могильный М.П. (ред.)Сборник технических нормативов — М.: ДеЛи принт, 2005. — 628 с.
- 3. "Сборник рецептур 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     | В1            | С      | А       | Е      |
| 1                                                               | 87.84                | 75.72  | 321.86   | 2320.25                 | 9714.41  | 847.14                    | 881.20  | 275.39  | 14.78  | 1.46          | 112.45 | 982.05  | 19.55  |
| 2                                                               | 65.12                | 69.73  | 232.67   | 1818.70                 | 7614.54  | 850.98                    | 868.19  | 234.93  | 13.59  | 0.60          | 20.95  | 167.53  | 11.66  |
| 3                                                               | 68.71                | 59.61  | 246.59   | 1798.23                 | 7528.82  | 877.25                    | 916.31  | 204.95  | 12.77  | 0.88          | 65.25  | 685.07  | 9.76   |
| 4                                                               | 70.03                | 79.83  | 232.21   | 1927.40                 | 8572.04  | 808.09                    | 856.36  | 196.03  | 18.53  | 0.68          | 34.49  | 170.70  | 20.78  |
| 5                                                               | 68.16                | 82.41  | 230.04   | 1920.11                 | 7780.18  | 777.65                    | 936.12  | 324.44  | 12.34  | 1.15          | 45.19  | 286.69  | 11.43  |
| 6                                                               | 85.58                | 69.65  | 301.08   | 2133.50                 | 8932.55  | 663.93                    | 1099.07 | 305.02  | 19.58  | 1.78          | 170.71 | 994.84  | 10.66  |
| 7                                                               | 65.99                | 63.60  | 262.58   | 1886.18                 | 7897.07  | 730.36                    | 772.62  | 170.53  | 14.00  | 1.04          | 30.71  | 149.24  | 13.88  |
| 8                                                               | 55.09                | 74.92  | 252.61   | 1912.52                 | 8007.33  | 980.31                    | 968.70  | 215.85  | 13.26  | 0.80          | 213.31 | 1209.40 | 7.11   |
| 9                                                               | 60.11                | 56.25  | 279.87   | 1866.22                 | 7813.48  | 745.81                    | 704.95  | 286.22  | 8.90   | 1.02          | 50.64  | 1009.06 | 13.35  |
| 10                                                              | 63.59                | 77.43  | 318.21   | 1918.20                 | 8030.80  | 815.15                    | 703.51  | 177.17  | 16.07  | 0.82          | 28.59  | 728.04  | 6.92   |
| 11                                                              | 67.18                | 77.11  | 281.42   | 2087.01                 | 8737.89  | 715.84                    | 774.04  | 195.24  | 21.66  | 0.89          | 69.05  | 323.29  | 11.34  |
| 12                                                              | 88.30                | 60.71  | 331.78   | 2226.75                 | 9322.95  | 557.63                    | 919.01  | 262.10  | 17.62  | 1.00          | 53.37  | 635.68  | 15.58  |
| Итого за 12 дней                                                | 690.21               | 709.13 | 2677.73  | 19501.30                | 81891.21 | 7864.76                   | 8707.03 | 2390.53 | 143.82 | 10.25         | 772.29 | 6382.62 | 125.12 |
|                                                                 |                      |        |          |                         |          |                           |         |         |        |               |        |         |        |
| Среднее значение                                                | 69.02                | 70.91  | 267.77   | 1950.13                 | 8189.12  | 786.48                    | 870.70  | 239.05  | 14.38  | 1.02          | 77.23  | 638.26  | 12.51  |
| Суточная потребность                                            | 90.00                | 92.00  | 383.00   | 2720.00                 |          | 1200.00                   | 1200.00 | 300.00  | 18.00  | 1.40          | 70.00  | 900.00  |        |
| % от нормы                                                      | 76.69                | 77.08  | 69.91    | 71.70                   |          | 65.54                     | 72.56   | 79.68   | 79.90  | 73.21         | 110.33 | 70.92   |        |