

СОГЛАСОВАНО

Директор Ильин Сергей Николаевич  
Руководитель отдела питания  
Ильин Александр Сергеевич  
«1» июля 2024г.

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"  
Ильин Сергей Николаевич  
«1» июля  
Фонов Т.В.  
2024г.

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

День/неделя: Понедельник - 1 неделя с 7 до 11 лет

№ рел.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витаминный (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe				
173	Масло подсолнечное	10	0,080	7,250	0,150	66,100	0,001	0,988	40,000	0,100	2,400	3,000	0,020					
376	Каша геркулесовая	200	5,419	4,963	26,729	173,711	0,148	0,988	23,200	0,436	107,408	154,730	44,312					
	Чай с сахаром	200	0,200	0,031	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	4,950	8,240	4,000	0,859					
	Батон	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055	0,044	0,440	8,000	26,000	6,500	0,600					
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,044	0,440	8,000	26,000	6,500	0,440					
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>500,000</i>	<i>12,239</i>	<i>13,084</i>	<i>82,582</i>	<i>497,199</i>	<i>0,249</i>	<i>1,088</i>	<i>63,700</i>	<i>1,826</i>	<i>132,258</i>	<i>224,470</i>	<i>60,812</i>					
	Икра овощная	60	1,020	5,400	5,400	81,600	0,012	4,200	1,860	24,600	22,200	9,000	0,420					
88/2011	Шницель из свинины с картофелем на бульоне	200	1,614	4,665	9,331	86,012	0,067	20,455	1,967	27,283	44,011	18,542	0,725					
291	Плов из мяса птицы	200	16,517	18,592	35,952	376,681	0,105	3,514	309,240	3,310	25,990	205,860	46,840					
348	Компот из сухофруктов	180	0,234	0,240	18,263	74,595	0,005	3,501,180	0,248	7,470	6,840	4,905	0,192					
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	0,330	0,090	6,000	19,500	4,200	0,330					
	Хлеб ржанно-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840					
	<i>Итого за Обед</i>	<i>700,000</i>	<i>24,215</i>	<i>29,887</i>	<i>98,216</i>	<i>767,088</i>	<i>0,342</i>	<i>378,469</i>	<i>473,791</i>	<i>7,805</i>	<i>113,243</i>	<i>335,911</i>	<i>95,487</i>					
	<i>Итого за Понедельник - 1 неделя с 7 до 11 лет</i>	<i>1 200,000</i>	<i>36,454</i>	<i>42,971</i>	<i>180,798</i>	<i>1 264,287</i>	<i>0,591</i>	<i>379,557</i>	<i>537,491</i>	<i>9,631</i>	<i>245,501</i>	<i>560,381</i>	<i>156,299</i>					

№ рел.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витаминный (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe				
181	Печенье	50	3,900	7,690	34,645	220,000	0,040	0,988	5,500	1,750	14,500	43,000	10,000					
	Какао из консервов "Какао со сгущенным молоком и сахаром"	200	4,281	3,531	24,781	148,791	0,059	0,390	23,200	0,320	97,888	86,450	14,372					
384	Какао из консервов "Какао со сгущенным молоком и сахаром"	200	2,460	2,230	16,380	95,610	0,030	0,390	9,000	0,060								
	Батон	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055	0,044	0,440	8,000	26,000	6,500	0,600					
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>500,000</i>	<i>14,141</i>	<i>13,991</i>	<i>98,806</i>	<i>574,401</i>	<i>0,184</i>	<i>1,378</i>	<i>37,700</i>	<i>2,980</i>	<i>121,888</i>	<i>163,950</i>	<i>30,872</i>					
47	Салат из квашеной капусты	60	0,918	3,078	2,430	42,540	0,014	14,700	1,389	24,420	18,150	8,580	0,450					
102	Суп гороховый на курином бульоне	200	7,698	5,512	15,090	140,241	0,200	7,604	170,831	2,436	33,802	105,679	31,012					
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	90	14,084	8,796	12,735	187,761	0,146	3,000	16,500	2,602	31,110	135,520	57,470					
128	Картофельное пюре	150	3,249	3,833	23,431	141,572	0,173	27,995	19,000	0,179	40,220	96,820	34,510					
377	Чай с лимоном	180	0,236	0,055	12,165	50,738	0,002	1,700	0,580	9,120	6,000	19,500	4,200					
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	0,330	0,090	6,000	19,500	4,200	0,330					
	Хлеб ржанно-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840					
	<i>Итого за Обед</i>	<i>740,000</i>	<i>31,015</i>	<i>22,504</i>	<i>95,101</i>	<i>711,072</i>	<i>0,688</i>	<i>55,119</i>	<i>206,911</i>	<i>7,034</i>	<i>164,002</i>	<i>422,289</i>	<i>152,652</i>					
	<i>Итого за Вторник - 1 неделя с 7 до 11 лет</i>	<i>1 240,000</i>	<i>45,156</i>	<i>36,495</i>	<i>193,907</i>	<i>1 285,473</i>	<i>0,872</i>	<i>56,497</i>	<i>244,611</i>	<i>10,014</i>	<i>285,890</i>	<i>586,239</i>	<i>183,524</i>					

День/неделя: Среда - 1 неделя с 7 до 11 лет

№ рецеп.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витаминный (мг)							
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
279	Тертые мясные с томатным соусом	120	14,292	15,450	15,134	256,292	0,080	4,138	84,130	5,002	27,020	148,850	44,300	1,791
173	Капша гречневая вязкая	150	4,695	4,122	21,180	140,401	0,160	1,700	16,000	0,336	12,040	112,210	74,220	2,516
377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	0,580	0,008	0,008	6,550	9,120	4,880	8,83
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,440	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440	0,440
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>510,000</i>	<i>22,263</i>	<i>19,947</i>	<i>69,177</i>	<i>543,441</i>	<i>0,286</i>	<i>5,838</i>	<i>100,710</i>	<i>5,786</i>	<i>53,610</i>	<i>296,180</i>	<i>129,000</i>	<i>5,630</i>

*Обед*

40	Салат картофельный с морковью	60	2,569	3,521	6,170	66,860	0,061	7,150	330,000	1,059	15,350	53,190	15,450	0,718
82	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	200	4,250	4,716	10,076	99,121	0,066	16,854	175,351	1,997	30,062	61,769	18,942	0,980
392	Пельмени	185	14,444	32,429	50,469	555,054	0,001	20,000	0,050	14,448	4,200	0,792	0,114	0,114
349	Компот из свежих яблок	200	0,160	0,160	16,894	70,670	0,012	3,54,000	0,080	6,400	4,400	3,600	0,919	0,919
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	0,590	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	0,330
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840	0,840
	<i>Итого за Обед</i>	<i>705,000</i>	<i>26,253</i>	<i>42,056</i>	<i>112,859</i>	<i>939,405</i>	<i>0,293</i>	<i>378,124</i>	<i>525,351</i>	<i>3,606</i>	<i>94,160</i>	<i>180,559</i>	<i>54,984</i>	<i>3,901</i>
	<i>Итого за Среда - 1 неделя с 7 до 11 лет</i>	<i>1 215,000</i>	<i>48,516</i>	<i>62,003</i>	<i>182,036</i>	<i>1 485,346</i>	<i>0,579</i>	<i>383,962</i>	<i>626,061</i>	<i>9,392</i>	<i>147,770</i>	<i>476,739</i>	<i>183,984</i>	<i>9,531</i>

День/неделя: Четверг - 1 неделя с 7 до 11 лет

№ рецеп.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витаминный (мг)							
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
	<i>Завтрак</i>													
210	Масло порционное	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001	0,871	40,000	0,100	2,400	3,000	0,020	0,020
210	Омлет натуральный	150	23,717	27,354	4,565	367,381	0,138	0,100	492,900	2,052	187,650	421,030	32,040	4,777
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044	15,000	0,500	24,000	16,500	13,500	3,300	3,300
338	Фрукт (яблоко)	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	15,971	533,400	3,112	474,770	55,140	9,436	9,436
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>550,000</i>	<i>29,397</i>	<i>33,655</i>	<i>50,838</i>	<i>645,569</i>	<i>0,249</i>	<i>15,971</i>	<i>533,400</i>	<i>3,112</i>	<i>474,770</i>	<i>55,140</i>	<i>9,436</i>	<i>9,436</i>

*Обед*

52	Салат из свежих отварной	60	0,870	3,055	5,104	51,350	0,012	5,800	1,378	21,460	25,000	12,760	0,812	0,812
96	Расоляник московский на бульоне	200	1,958	4,015	13,178	97,201	0,061	7,824	165,631	1,529	21,322	64,330	17,521	0,671
259	Жаркое по-домашнему	200	14,329	16,975	23,255	302,011	0,211	29,549	48,720	2,965	32,950	190,740	45,580	2,487
348	Компот из сухофруктов	180	0,234	0,234	18,263	74,595	0,005	3,50,180	0,248	7,470	6,840	4,905	0,192	0,192
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	0,330	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	0,330
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840	0,840
	<i>Итого за Обед</i>	<i>700,000</i>	<i>22,221</i>	<i>23,275</i>	<i>89,050</i>	<i>673,337</i>	<i>0,442</i>	<i>393,473</i>	<i>214,351</i>	<i>6,540</i>	<i>111,102</i>	<i>343,910</i>	<i>96,766</i>	<i>5,332</i>
	<i>Итого за Четверг - 1 неделя с 7 до 11 лет</i>	<i>1 250,000</i>	<i>51,618</i>	<i>60,930</i>	<i>139,888</i>	<i>1 318,906</i>	<i>0,691</i>	<i>409,444</i>	<i>747,751</i>	<i>9,652</i>	<i>337,702</i>	<i>818,680</i>	<i>151,906</i>	<i>14,768</i>

День/неделя: Пятница - 1 неделя с 7 до 11 лет

№ реп.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Мг	Мг	Fe		
<i>Завтрак</i>																		
174	Сыр порционный	20	5,200	5,220		68,800	0,006	0,160	46,000	0,100	200,000	128,000	9,000	0,200				
174	Каша рисовая Молочная с маслом	200	5,448	5,656	37,723	224,231	0,069	1,235	35,000	0,192	121,680	144,450	32,520	0,527				
377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,380	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883				
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044		0,680	7,600	26,000	5,200	0,480	0,883				
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044		0,440	8,000	26,000	5,600	0,440	0,440				
<i>Итого за Завтрак</i>																		
		500,000	16,724	11,651	88,966	529,779	0,165	3,095	81,580	1,420	343,830	333,570	57,200	2,530				
<i>Обед</i>																		
67	Винегрет овощной	60	0,919	4,109	4,970	60,630	0,038	6,100	160,450	1,849	11,900	26,760	12,095	0,464				
103	Суп с вермишелью на бульоне/бульоне	200	4,178	2,279	9,953	76,481	0,053	5,004	170,831	1,097	13,322	45,819	10,042	0,602				
268	Котлеты Рулетные из мяса	90	14,197	16,290	12,523	254,991	0,306	0,600	2,450	1,384	24,680	136,340	38,700	1,601				
173	Каша Гречневая всякая	150	4,695	4,122	21,180	140,401	0,160		16,000	0,336	12,040	112,210	74,220	2,516				
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,300		4,950	8,240	4,400	0,856				
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	0,120	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	0,840				
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,290	14,490	71,700	0,120	0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	12,000	0,840				
<i>Итого за Обед</i>																		
		740,000	29,019	28,081	89,871	730,101	0,711	11,924	350,211	5,086	94,792	386,369	155,657	7,209				
<i>Итого за Пятница - 1 неделя с 7 до 11 лет</i>																		
		1 240,000	45,743	39,732	178,837	1 259,880	0,876	15,019	431,791	6,506	438,622	719,939	212,857	9,739				

День/неделя: Понедельник - 2 неделя с 7 до 11 лет

№ реп.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Мг	Fe			
<i>Завтрак</i>																		
204	Рожки отварные с сыром	180	13,692	10,997	45,892	338,752	0,119	0,200	77,500	1,150	270,910	219,550	22,090	1,338				
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,859				
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044		0,440	8,000	26,000	5,600	0,440	0,440				
338	Фрукт (яблоко)	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	15,000	0,300	24,000	16,500	13,500	3,300	3,300				
<i>Итого за Завтрак</i>																		
		570,000	17,532	11,968	93,315	556,640	0,209	15,300	78,000	1,890	307,860	270,290	45,590	5,957				
<i>Обед</i>																		
47	Салат из квашеной капусты	60	0,918	3,078	2,430	42,540	0,014	14,700		1,389	24,420	18,150	8,580	0,450				
102	Суп гороховый на курином бульоне	200	7,698	5,512	15,090	140,241	0,200	7,604	170,831	2,436	33,802	105,679	31,012	1,815				
290/330	Грудки куриные, тушеные в светяном соусе	120	32,151	6,626	1,492	194,201	0,098	0,028	19,150	2,112	21,262	236,880	117,136	1,948				
171	Каша рисовая рассыпчатая	150	4,008	4,279	33,072	187,031	0,043		16,000	0,570	8,880	81,450	26,720	0,567				
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240		350,000		0,330	6,000	19,500	4,200	0,330				
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	12,000	0,840				
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,290	14,490	71,700	0,120	0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	12,000	0,840				
<i>Итого за Обед</i>																		
		770,000	49,803	20,779	93,886	769,453	0,508	372,452	205,981	6,927	116,264	499,159	199,648	5,986				
<i>Итого за Понедельник - 2 неделя с 7 до 11 лет</i>																		
		1 340,000	67,335	32,747	187,201	1 326,093	0,717	387,752	283,981	8,817	424,124	769,449	245,238	11,943				



День/неделя: Вторник - 2 неделя с 7 до 11 лет		Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
№ реп.	Наименование дней недели, блюдо		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Мг	Fe			
<i>Завтрак</i>																		
188	Запеканка рисовая с творогом и ступеным молоком	170	22,811	13,204	46,436	400,471	0,124	0,626	83,000	1,112	181,230	300,920	42,830	1,245				
384	Кофейный напиток	200	2,220	2,250	16,320	94,500	0,030	0,390	9,000	0,060	7,600	26,000	5,200	0,480				
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044		0,680		14,000	8,000	2,800	2,800				
348	Сок 200 мл в инд.уп.	200			22,400	90,000	0,020	2,000										
<i>Итого за Завтрак</i>																		
		610,000	27,831	15,854	103,556	672,971	0,218	3,016	92,000	1,852	188,830	340,920	56,030	4,525				
<i>Обед</i>																		
42	Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,064	4,156	6,024	66,080	0,051	8,000	0,700	1,830	9,150	28,780	11,380	0,448				
82	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	200	4,250	4,716	10,076	99,121	0,066	16,854	175,331	1,997	30,062	61,769	18,942	0,980				
294	Шницель рубленый из мяса птицы	90	18,781	5,664	10,822	167,955	0,118		6,480	2,146	21,734	141,877	66,400	1,449				
173	Капша Гречневая вязкая	150	4,695	4,122	21,180	140,401	0,160	16,000	0,336	12,040	112,210	74,220	2,516	0,856				
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,500	4,950	8,240	3,960	4,400	0,856				
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033		0,330	6,000	19,500	19,500	4,200	0,330				
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,350	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	4,840	0,840				
<i>Итого за Обед</i>																		
		740,000	33,820	19,639	89,397	671,155	0,549	23,074	199,031	6,729	105,856	409,876	191,542	7,419				
<i>Итого за Вторник - 2 неделя с 7 до 11 лет</i>																		
		1 350,000	61,651	35,493	192,953	1 344,126	0,767	28,090	291,031	8,581	294,686	750,796	247,572	11,944				
День/неделя: Среда - 2 неделя с 7 до 11 лет																		
№ реп.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Мг	Fe			
<i>Завтрак</i>																		
173	Масло порционное	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001	0,988	40,000	0,100	2,400	3,000	35,628	0,914				
376	Капша пшеница молочная	200	5,670	4,340	27,616	172,820	0,157	0,988	23,200	0,110	101,252	139,200	35,628	0,914				
	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	4,950	8,240	4,400	0,859	0,859				
	Батон	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055			9,500	32,500	5,600	6,500	0,600				
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044		0,440	8,000	26,000	5,600	0,440	0,440				
<i>Итого за Завтрак</i>																		
		500,000	12,490	12,461	83,469	496,508	0,258	1,088	63,700	1,500	126,102	208,940	52,128	2,833				
<i>Обед</i>																		
52	Салат из свежих отварной	60	0,870	3,055	5,104	51,330	0,012	5,800		1,378	21,460	25,000	12,760	0,812				
101	Суп картофельный с крупой	200	4,202	2,348	12,265	86,465	0,084	12,064	150,893	1,019	15,230	63,134	18,046	0,822				
268	Выпечка мясные с томатным соусом	120	14,539	21,324	14,507	309,311	0,313	1,188	63,950	3,712	30,249	142,219	41,220	1,735				
202	Рожки отварные	150	6,414	3,656	40,944	222,482	0,099		16,000	0,910	19,340	53,160	9,720	0,994				
349	Компот из свежих яблок	180	0,144	0,144	15,204	63,602	0,011	353,600		0,072	5,760	3,960	3,240	0,827				
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033		0,330	6,000	19,500	12,000	4,200	0,330				
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	4,840	0,840				
<i>Итого за Обед</i>																		
		770,000	30,999	31,737	117,274	881,390	0,672	372,772	220,843	7,511	119,939	344,473	101,186	6,360				
<i>Итого за Среда - 2 неделя с 7 до 11 лет</i>																		
		1 270,000	43,489	44,218	200,743	1 377,698	0,930	373,860	294,543	9,011	246,041	553,413	153,314	9,193				

День/неделя: Четверг - 2 неделя с 7 до 11 лет

№ реп.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe		
<i>Завтрак</i>															
294	Горошек зеленый отварной	30	0,930	0,060	12,000	0,033	3,000	0,060	6,000	18,600	6,300	0,210			
171	Котлеты рубленные из мяса птицы	90	14,084	8,796	187,761	0,146	3,000	2,692	31,110	135,520	57,470	1,308			
376	Каша рисовая рассыпчатая	150	4,008	4,279	33,072	0,043	16,000	0,570	8,880	81,450	26,720	0,567			
	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	0,001	0,100	0,500	4,950	8,240	4,400	0,859			
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	0,044	19,680	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440			
	<i>Итого за завтрак</i>	<i>510,000</i>	<i>22,262</i>	<i>13,306</i>	<i>80,480</i>	<i>0,267</i>	<i>6,100</i>	<i>3,672</i>	<i>58,940</i>	<i>269,810</i>	<i>100,490</i>	<i>3,584</i>			
<i>Обед</i>															
88/2011	Оруды соевые порционные	60	0,480	0,060	1,020	0,012	3,000	0,060	13,800	14,400	8,400	0,360			
289	Щи из свежей капусты на бульоне	200	1,614	4,665	86,012	0,067	20,455	1,967	27,283	44,011	18,542	0,723			
348	Рагу овощное из птицы	200	13,513	18,352	20,118	0,191	24,293	45,420	3,068	36,610	197,240 *	47,420	2,479		
	Комлот из сухofруктов	180	0,234	18,263	74,595	0,005	350,180	0,248	7,470	6,840	4,905	0,192			
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	0,033	0,330	0,990	6,000	19,500	4,200	0,330			
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	0,120	0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840			
	<i>Итого за Обед</i>	<i>700,000</i>	<i>22,671</i>	<i>24,307</i>	<i>78,002</i>	<i>0,428</i>	<i>398,048</i>	<i>621,871</i>	<i>5,763</i>	<i>113,063</i>	<i>319,491</i>	<i>95,667</i>	<i>4,924</i>		
	<i>Итого за Четверг - 2 неделя с 7 до 11 лет</i>	<i>1 210,000</i>	<i>44,933</i>	<i>37,813</i>	<i>158,482</i>	<i>0,695</i>	<i>404,148</i>	<i>654,871</i>	<i>9,435</i>	<i>172,003</i>	<i>589,301</i>	<i>195,957</i>	<i>8,508</i>		
<i>День/неделя: Пятница - 2 неделя с 7 до 11 лет</i>															
№ реп.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe		
<i>Завтрак</i>															
209	Яйно отварное	50	12,700	11,500	0,700	0,070	1,209	38,600	0,159	12,650	149,720	35,510	0,296		
175	Каша молочная "Дружба"	200	5,833	6,708	33,771	0,128	1,700	0,580	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883		
377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	0,002	0,550	10,000	32,500	7,000	0,550				
	Хлеб пшеничный	50	3,800	0,400	24,600	0,055	0,550	1,317	194,200	383,340	59,390	4,729			
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>500,000</i>	<i>22,569</i>	<i>18,663</i>	<i>72,234</i>	<i>0,255</i>	<i>2,209</i>	<i>288,180</i>	<i>1,317</i>	<i>194,200</i>	<i>383,340</i>	<i>59,390</i>	<i>4,729</i>		
<i>Обед</i>															
103	Икра овощная	60	1,020	5,400	81,600	0,012	4,200	1,860	24,600	22,200	9,000	0,120			
229	Суп с вермишелью на бульонегульоне	200	4,178	2,279	9,953	0,053	5,004	1,097	13,322	45,819	10,042	0,602			
128	Рыба, тушеная с овощами	120	19,384	16,898	1,331	0,133	1,856	192,618	2,440	52,783	279,816	66,878	1,079		
376	Картофельное пюре	150	3,249	3,833	23,431	0,173	27,995	0,179	40,220	96,820	34,510	1,332			
	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	0,001	0,100	0,500	4,950	8,240	4,400	0,856			
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	0,033	0,330	0,990	6,000	19,500	4,200	0,330			
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	0,120	0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840			
	<i>Итого за Обед</i>	<i>770,000</i>	<i>32,861</i>	<i>29,691</i>	<i>81,410</i>	<i>0,525</i>	<i>39,275</i>	<i>382,949</i>	<i>5,996</i>	<i>163,775</i>	<i>509,895</i>	<i>141,030</i>	<i>5,459</i>		
	<i>Итого за Пятница - 2 неделя с 7 до 11 лет</i>	<i>1 270,000</i>	<i>55,430</i>	<i>48,354</i>	<i>153,644</i>	<i>0,780</i>	<i>42,184</i>	<i>672,129</i>	<i>7,313</i>	<i>357,975</i>	<i>893,235</i>	<i>200,420</i>	<i>10,188</i>		

Возрастная группа с 7 до 11 лет

	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)										Минеральные вещества (мг)										
	Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe					
Понедельник - 1 неделя	36,454	42,971	180,798	1 264,287	0,591	379,557	537,491	9,631	245,501	560,381	156,299	7,378	45,156	36,495	193,907	1 285,473	0,872	56,497	244,611	10,014	285,890	586,239	183,524	9,123	
Вторник - 1 неделя	48,516	62,003	182,036	1 485,346	0,579	383,962	626,061	9,392	147,700	476,739	183,984	9,531	51,618	60,930	139,888	1 318,906	0,691	409,444	747,751	9,652	337,702	818,680	151,906	14,768	
Среда - 1 неделя	45,743	39,732	178,837	1 259,880	0,876	15,019	431,791	6,506	438,622	719,939	212,857	9,739	45,497	48,426	175,093	1 322,778	0,722	248,896	517,541	9,039	291,097	632,396	177,714	10,108	
СРЕДНЕЕ за 1 неделю	67,335	32,747	187,201	1 326,093	0,717	387,752	283,981	8,817	424,124	769,449	245,238	11,943	Вторник - 2 недели	43,489	44,218	200,743	1 157,538	0,695	404,148	294,543	9,435	172,003	589,301	195,957	8,508
Среда - 2 недели	44,933	37,813	158,482	1 377,698	0,930	373,860	294,543	9,011	246,041	553,413	153,314	9,193	Четверг - 2 недели	55,430	48,354	153,644	1 244,725	0,780	42,184	672,129	7,313	357,975	893,235	200,420	10,188
Четверг - 2 недели	54,568	39,725	178,605	1 290,036	0,778	247,207	439,311	8,631	298,966	711,239	208,500	10,355	СРЕДНЕЕ за 2 недели	50,033	44,076	176,849	1 306,407	0,750	248,052	478,426	8,835	295,032	671,818	193,107	10,232
ИТОГО среднее за 2 недели	77	79	335	2 350	1,2	60	700	12	1 100	1 100	250	12	Норма СанПиН	65%	56%	53%	56%	63%	60	700	12	1 100	1 100	250	85%
Выполнение СанПиН, % от суточной нормы	65%	56%	53%	56%	63%	41,3%	68%	74%	27%	61%	77%	85%	Возрастная группа с 7 до 11 лет												
Завтрак				Итого за день																					
Понедельник - 1 неделя	500,000	700,000	1 200,000	1 200,000																					
Вторник - 1 неделя	500,000	740,000	1 240,000	1 240,000																					
Среда - 1 неделя	510,000	705,000	1 215,000	1 215,000																					
Четверг - 1 неделя	550,000	700,000	1 250,000	1 250,000																					
Пятница - 1 неделя	500,000	740,000	1 240,000	1 240,000																					
Понедельник - 2 недели	570,000	770,000	1 340,000	1 340,000																					
Вторник - 2 недели	610,000	740,000	1 350,000	1 350,000																					
Среда - 2 недели	500,000	770,000	1 270,000	1 270,000																					
Четверг - 2 недели	510,000	700,000	1 210,000	1 210,000																					
Пятница - 2 недели	500,000	770,000	1 270,000	1 270,000																					
ИТОГО среднее за 2 недели	525	734	1 239	1 239																					
Норма СанПиН	500	700	1 200	1 200																					

День/неделя: Понедельник - 1 неделя с 11 лет и старше															
№ респ.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe	
<i>Завтрак</i>															
173	Масло порционное	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001	40,000	0,100	2,400	3,000	0,020			
173	Каша геркулесовая	250	6,773	6,203	33,461	217,338	0,185	1,235	0,545	134,444	193,450	55,401	1,320		
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	4,350	8,240	4,400	0,859		
	Батон	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055	0,500	0,850	9,500	32,500	6,500	0,600		
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,440	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440		
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>550,000</i>	<i>13,593</i>	<i>14,324</i>	<i>89,314</i>	<i>540,826</i>	<i>0,266</i>	<i>1,335</i>	<i>69,500</i>	<i>159,294</i>	<i>263,190</i>	<i>71,901</i>	<i>3,239</i>		
<i>Обед</i>															
88	Икра овошная	100	1,700	9,000	9,000	136,000	0,020	7,000	3,100	41,000	37,000	15,000	0,700		
291	Щи из свежей капусты на бульоне	250	2,045	5,871	11,790	108,322	0,084	23,678	2,481	33,563	35,391	23,352	0,911		
348	Плов из мяса птицы	250	20,865	24,104	45,757	482,811	0,136	4,889	4,496	33,630	262,530	60,680	2,431		
	Компот из сухофруктов	180	0,234		18,263	74,595	0,005	330,180	0,248	7,470	6,840	4,905	0,192		
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,440	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440		
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160	0,160	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120		
	<i>Итого за Обед</i>	<i>860,000</i>	<i>31,284</i>	<i>40,615</i>	<i>123,810</i>	<i>999,328</i>	<i>0,449</i>	<i>387,907</i>	<i>10,885</i>	<i>152,863</i>	<i>437,761</i>	<i>123,537</i>	<i>5,794</i>		
	<i>Итого за Понедельник - 1 неделя с 11 лет и старше</i>	<i>1 410,000</i>	<i>44,877</i>	<i>54,939</i>	<i>213,124</i>	<i>1 540,154</i>	<i>0,735</i>	<i>389,242</i>	<i>12,820</i>	<i>312,157</i>	<i>700,951</i>	<i>197,438</i>	<i>9,033</i>		
День/неделя: Вторник - 1 неделя с 11 лет и старше															
№ респ.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe	
<i>Завтрак</i>															
	Печенье	50	3,900	7,690	34,645	220,000	0,040	5,500	1,750	14,500	45,000	10,000	1,050		
181	Каша манная молочная	250	5,351	4,438	30,557	184,313	0,073	1,235	0,400	122,544	108,100	17,976	0,398		
384	Какао из консервов "Какао со сгущенным молоком и ватон"	200	2,460	2,250	16,380	95,610	0,030	0,390	0,060	9,500	32,500	6,500	0,600		
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>550,000</i>	<i>15,211</i>	<i>14,878</i>	<i>104,582</i>	<i>609,923</i>	<i>0,198</i>	<i>1,625</i>	<i>43,500</i>	<i>146,544</i>	<i>183,600</i>	<i>34,476</i>	<i>2,048</i>		
<i>Обед</i>															
47	Салат из квашеной капусты	100	1,530	5,130	4,050	70,901	0,023	24,501	2,315	40,701	30,249	14,300	0,750		
102	Суп гороховый на курином бульоне	250	8,947	172,593	18,861	172,593	0,249	9,504	3,037	41,857	127,596	38,761	2,231		
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	100	15,443	10,656	13,761	214,031	0,156	3,400	3,091	33,260	149,040	63,160	1,639		
128	Картофельное пюре	180	3,904	4,745	28,152	171,362	0,208	33,634	0,217	46,860	116,060	41,370	1,589		
377	Чай с лимонном	180	0,236	0,055	12,165	50,758	0,002	1,700	0,008	6,550	9,120	4,880	0,880		
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,440	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440		
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160	0,160	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120		
	<i>Итого за Обед</i>	<i>890,000</i>	<i>36,500</i>	<i>29,097</i>	<i>115,989</i>	<i>877,245</i>	<i>0,842</i>	<i>72,899</i>	<i>235,961</i>	<i>206,428</i>	<i>508,065</i>	<i>184,071</i>	<i>8,649</i>		
	<i>Итого за Вторник - 1 неделя с 11 лет и старше</i>	<i>1 440,000</i>	<i>51,711</i>	<i>43,975</i>	<i>220,571</i>	<i>1 487,168</i>	<i>1,040</i>	<i>74,524</i>	<i>12,288</i>	<i>352,972</i>	<i>693,665</i>	<i>218,547</i>	<i>10,697</i>		

День/неделя: Среда - 1 неделя с 11 лет и старше														
№ реп.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
279	Тертые мясные с томатным соусом	130	15,587	15,992	15,673	268,402	0,083	3,888	64,400	5,027	26,720	159,410	47,380	1,901
173	Каша гречневая вязкая	180	5,585	5,078	25,190	168,571	0,190	20,000	20,000	0,402	13,680	133,370	88,220	2,987
377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,380	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,320	0,044	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
	<i>Итого за Завтрак</i>													
		550,000	24,448	21,445	73,706	585,221	0,319	5,588	84,980	5,677	54,950	327,900	146,080	6,211
					<i>Обед</i>									
40	Салат картофельный с морковью	100	4,282	5,865	10,283	111,404	0,101	11,917	550,000	1,764	25,584	88,650	25,750	1,197
82	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	250	4,665	5,916	12,447	121,011	0,081	21,177	217,111	2,511	36,662	73,089	23,851	1,194
392	Пельмени	205	16,044	33,629	56,069	613,054	0,001	0,050	20,000	0,080	14,448	4,200	0,792	0,114
349	Компот из свежих яблок	200	0,160	0,160	16,894	70,670	0,012	354,000	0,080	6,400	4,400	3,600	0,919	0,919
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,320	0,044	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160	0,160	0,160	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120
	<i>Итого за Обед</i>													
		835,000	31,591	49,210	134,693	1 113,739	0,399	387,254	787,111	4,965	120,294	246,339	75,593	4,984
		1 385,000	56,039	70,655	208,399	1 699,460	0,718	392,842	872,091	10,842	175,244	574,239	221,673	11,195
	<i>День/неделя: Четверг - 1 неделя с 11 лет и старше</i>													
№ реп.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
					<i>Завтрак</i>									
210	Масло порционное	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001	40,000	0,100	2,400	3,000	0,020	0,020	
210	Омлет натуральный	200	34,237	36,738	6,068	492,401	0,210	1,157	656,300	2,854	248,390	560,190	42,560	6,351
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	0,080	4,950	8,240	4,400	0,859
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044	0,680	7,600	0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
338	Фрукт (яблоко)	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	15,000	0,300	24,000	16,500	13,500	3,300	3,300
	<i>Итого за Завтрак</i>													
		600,000	37,917	43,059	52,341	770,389	0,307	16,257	696,800	3,934	287,340	613,930	65,660	11,010
					<i>Обед</i>									
52	Салат из свежих овощей	100	1,440	5,091	8,448	83,270	0,019	9,600	2,296	35,520	41,380	21,120	1,344	
96	Расолыник московский на бульоне	250	2,397	5,228	16,130	121,765	0,076	9,779	206,781	2,015	36,343	80,710	22,032	0,908
259	Жаркое по-домашнему	250	17,913	21,220	29,069	377,529	0,263	36,937	60,904	3,706	41,190	238,437	56,977	3,109
348	Компот из сухофруктов	180	0,234	0,320	18,263	74,595	0,005	350,180	0,248	7,470	6,840	4,905	0,192	
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,160	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160	0,160	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120	
	<i>Итого за Обед</i>													
		860,000	28,424	33,179	110,910	856,759	0,567	406,656	267,685	8,825	157,723	443,367	126,634	7,113
		1 460,000	66,341	78,238	163,251	1 627,148	0,868	422,913	964,485	12,759	445,063	1 057,297	192,294	18,123





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

№ реп.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe						
188	Запеканка рисовая с творогом и ступенным молоком	200	26,943	15,212	53,350	463,621	0,146	0,710	97,800	1,158	203,600	350,020	49,770	1,467						
384	Кофейный напиток	200	2,220	2,250	16,320	94,500	0,020	0,390	9,000	0,060	7,600	26,000	5,200	0,480						
348	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044	0,044	0,000	0,020	2,000	14,000	8,000	2,800						
	Сок 200 мл в нд.уп.	200			22,400	90,000														
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>640,000</i>	<i>31,963</i>	<i>17,862</i>	<i>110,470</i>	<i>736,121</i>	<i>0,240</i>	<i>3,100</i>	<i>106,800</i>	<i>1,898</i>	<i>211,200</i>	<i>390,020</i>	<i>62,970</i>	<i>4,747</i>						
					<i>Обед</i>															
42	Салат картофельный с зеленым горошком	100	1,777	6,931	10,061	110,264	0,086	13,359	1,167	3,052	15,328	48,113	19,002	0,749						
82	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	250	4,665	5,916	12,447	121,011	0,081	21,177	2,171	2,511	36,662	73,089	23,851	1,194						
294	Шницель рубленый из мяса птицы	100	20,901	5,963	12,243	187,661	0,132	7,200	2,389	24,260	157,980	73,840	73,840	1,615						
173	Капша Пречневая вязка	180	5,585	5,078	25,190	168,571	0,190	20,000	0,402	0,402	13,680	133,370	88,220	2,987						
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,500	4,950	8,240	5,600	4,400	0,856						
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,600	0,440	8,600	26,000	5,600	5,600	0,440						
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160	0,160	0,160	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120						
	<i>Итого за Обед</i>	<i>890,000</i>	<i>39,568</i>	<i>25,579</i>	<i>110,986</i>	<i>834,505</i>	<i>0,694</i>	<i>34,796</i>	<i>245,978</i>	<i>8,914</i>	<i>132,080</i>	<i>496,742</i>	<i>230,913</i>	<i>8,961</i>						
					<i>Ужин</i>															
	<i>Итого за Вторник - 2 недели с 11 лет и старше</i>	<i>1 530,000</i>	<i>71,531</i>	<i>43,441</i>	<i>221,456</i>	<i>1 570,626</i>	<i>0,934</i>	<i>37,896</i>	<i>352,778</i>	<i>10,812</i>	<i>343,280</i>	<i>886,762</i>	<i>293,883</i>	<i>13,708</i>						

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

№ реп.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe						
173	Масло порционное	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001	1,235	40,000	0,100	2,400	3,000	0,020							
173	Капша пшеничная молочная	250	7,088	5,426	34,521	216,026	0,196	29,000	0,138	126,565	174,000	44,535	1,142							
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	4,950	8,240	5,600	0,859							
	Батон	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055			9,500	32,500	6,500	0,600							
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,440	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440							
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>550,000</i>	<i>13,908</i>	<i>13,547</i>	<i>90,374</i>	<i>539,514</i>	<i>0,297</i>	<i>1,335</i>	<i>69,500</i>	<i>1,528</i>	<i>151,415</i>	<i>243,740</i>	<i>61,035</i>	<i>3,061</i>						
					<i>Обед</i>															
52	Салат из свежих отварной	100	1,440	5,091	8,448	85,270	0,019	9,600	2,296	35,520	41,380	21,120	1,344							
101	Суп картофельный с крутой	250	4,578	2,916	15,333	105,386	0,103	15,080	185,964	1,266	18,681	74,416	22,560	0,991						
268	Выпечка мясные с томатным соусом	130	16,119	22,784	16,260	336,031	0,348	1,288	64,220	3,770	33,309	157,438	45,610	1,923						
202	Рожки отварные	180	7,742	4,537	49,417	269,652	0,120	20,000	1,100	21,860	63,900	11,640	1,188							
349	Компот из свежих яблок	180	0,144	0,144	15,204	63,602	0,011	353,600	0,072	5,760	3,960	3,240	0,827							
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,440	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440							
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160	0,160	0,160	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120						
	<i>Итого за Обед</i>	<i>920,000</i>	<i>36,463</i>	<i>37,112</i>	<i>143,662</i>	<i>1 057,541</i>	<i>0,805</i>	<i>379,728</i>	<i>270,184</i>	<i>9,064</i>	<i>152,330</i>	<i>417,094</i>	<i>125,770</i>	<i>7,833</i>						
					<i>Ужин</i>															
	<i>Итого за Среда - 2 недели с 11 лет и старше</i>	<i>1 470,000</i>	<i>50,371</i>	<i>50,659</i>	<i>234,036</i>	<i>1 597,055</i>	<i>1,102</i>	<i>381,063</i>	<i>339,684</i>	<i>10,592</i>	<i>303,745</i>	<i>660,834</i>	<i>186,805</i>	<i>10,894</i>						

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

№ реп.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe	Ca	Р	Мг	Fe		
294	Горошек зеленый отварной	30	0,930	0,060	1,950	12,000	0,033	3,000	0,060	6,000	18,600	6,300	0,210							
171	Котлеты рубленные из мяса птицы	100	15,443	10,656	13,761	214,031	0,156	3,400	20,950	0,091	33,260	149,040	63,160	1,639						
376	Каши рисовая рассыпчатая	180	4,841	5,290	39,938	226,971	0,052	0,100	20,000	0,690	10,000	98,250	32,220	0,679						
	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,839						
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,160		0,440	8,000	26,000	5,600	0,440						
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>550,000</i>	<i>24,454</i>	<i>16,377</i>	<i>88,372</i>	<i>600,390</i>	<i>0,286</i>	<i>6,500</i>	<i>41,450</i>	<i>4,287</i>	<i>62,210</i>	<i>300,130</i>	<i>111,680</i>	<i>3,827</i>						
	Ордын солёные порционные	100	0,800	0,100	1,700	13,000	0,020	5,000	5,000	0,100	23,000	24,000	14,000	0,600						
88	Щи из свежей капусты на бульоне	250	2,045	5,871	11,790	108,322	0,084	23,678	206,311	2,481	33,563	55,391	23,352	0,911						
289	Рагу овощное из птицы	250	19,281	22,595	24,999	379,271	0,239	30,387	567,740	3,729	44,730	245,380	59,160	3,086						
348	Комлот из сухофруктов	180	0,234	18,263	74,595	94,000	0,005	350,180		0,248	7,470	6,840	4,905	0,192						
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,160		0,440	8,000	26,000	5,600	0,440						
	Хлеб ржанно-пшеничный	40	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160	0,160		0,120	29,200	50,000	16,000	1,120						
	<i>Итого за Обед</i>	<i>860,000</i>	<i>28,800</i>	<i>30,206</i>	<i>95,752</i>	<i>772,788</i>	<i>0,552</i>	<i>411,405</i>	<i>779,651</i>	<i>7,118</i>	<i>145,963</i>	<i>407,611</i>	<i>123,017</i>	<i>6,349</i>						
	<i>Итого за Четверг - 2 неделя с 11 лет и старше</i>	<i>1 410,000</i>	<i>53,254</i>	<i>46,583</i>	<i>184,124</i>	<i>1 573,178</i>	<i>0,838</i>	<i>417,905</i>	<i>820,501</i>	<i>11,399</i>	<i>208,173</i>	<i>707,741</i>	<i>234,697</i>	<i>10,176</i>						

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

№ реп.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe	Ca	Р	Мг	Fe		
209	Ябло отварное	50	12,700	11,500	0,700	157,000	0,070	1,508	250,000	0,600	55,000	192,000	12,000	2,500						
175	Каши молочная "Дружба"	250	7,293	8,203	42,429	273,571	0,161	47,200	0,196	152,080	186,870	44,380	0,992							
377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,580	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883						
	Хлеб пшеничный	50	3,800	0,400	24,600	117,500	0,055	0,550		0,550	10,000	32,500	7,000	0,550						
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>550,000</i>	<i>24,029</i>	<i>20,158</i>	<i>80,892</i>	<i>602,819</i>	<i>0,288</i>	<i>3,208</i>	<i>297,780</i>	<i>1,354</i>	<i>223,630</i>	<i>420,490</i>	<i>68,260</i>	<i>4,925</i>						
	Икра овощная	100	1,700	9,000	9,000	136,000	0,020	7,000	3,100	41,000	37,000	15,000	0,700							
103	Суп с вермишелью на бульоне	250	4,552	3,330	12,480	97,581	0,064	6,304	210,831	1,584	15,362	52,739	12,551	0,709						
229	Рыба, тушенная с овощами	130	21,537	18,775	1,479	220,841	0,148	2,063	214,020	2,711	58,650	310,910	74,310	1,199						
128	Картофельное пюре	180	3,904	4,745	28,152	171,362	0,208	33,634	23,600	0,217	46,860	116,060	41,370	1,589						
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,598	0,001	0,100	0,500	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440						
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,160		0,120	29,200	50,000	16,000	1,120						
	Хлеб ржанно-пшеничный	40	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160	0,160		0,172	204,022	609,949	169,231	6,613						
	<i>Итого за Обед</i>	<i>920,000</i>	<i>38,333</i>	<i>37,541</i>	<i>102,156</i>	<i>872,282</i>	<i>0,645</i>	<i>49,261</i>	<i>448,951</i>	<i>8,172</i>	<i>102,1439</i>	<i>237,491</i>	<i>11,538</i>							
	<i>Итого за Пятница - 2 неделя с 11 лет и старше</i>	<i>1 470,000</i>	<i>62,362</i>	<i>57,699</i>	<i>183,048</i>	<i>1 475,601</i>	<i>0,933</i>	<i>52,469</i>	<i>746,731</i>	<i>9,526</i>	<i>427,652</i>	<i>1 021,439</i>	<i>237,491</i>	<i>11,538</i>						

Возрастная группа с 11 лет и старше												
	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							
	Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
Понедельник - 1 неделя	44,877	54,939	213,124	1 540,154	0,735	389,242	737,711	12,820	312,157	700,951	197,438	9,033
Вторник - 1 неделя	51,711	43,975	220,571	1 487,168	1,040	74,524	299,461	12,288	352,972	693,665	218,547	10,697
Среда - 1 неделя	56,039	70,655	208,399	1 699,460	0,718	392,842	872,091	10,842	175,244	574,239	221,673	11,195
Четверг - 1 неделя	66,341	78,238	163,251	1 627,148	0,868	422,913	964,485	12,759	445,063	1 057,297	192,294	18,123
Пятница - 1 неделя	52,239	48,109	209,801	1 485,999	1,048	20,933	605,161	8,690	492,506	837,695	255,867	11,335
<b>СРЕДНЕЕ за 1 неделю</b>	54,241	59,183	203,029	1 567,986	0,882	260,091	695,782	11,480	355,588	772,769	217,164	12,077
Понедельник - 2 неделя	76,737	39,463	214,216	1 533,686	0,858	399,517	340,231	10,818	491,208	890,415	284,951	13,512
Вторник - 2 неделя	71,531	43,441	221,456	1 570,626	0,934	37,896	352,778	10,812	343,280	886,762	293,883	13,708
Среда - 2 неделя	50,371	50,659	234,036	1 597,055	1,102	381,063	339,684	10,592	303,745	660,834	186,805	10,894
Четверг - 2 неделя	53,254	46,583	184,124	1 475,601	0,838	417,905	820,501	11,399	208,173	707,741	234,697	10,176
Пятница - 2 неделя	62,362	57,699	183,048	1 373,178	0,933	52,469	746,731	9,526	427,652	1 021,439	237,491	11,538
<b>СРЕДНЕЕ за 2 недели</b>	62,851	47,569	207,376	1 510,029	0,933	257,770	519,985	10,629	354,812	833,438	247,565	11,966
<b>ИТОГО среднее за 2 недели</b>	58,546	53,376	205,203	1 539,008	0,908	238,931	607,884	11,055	353,200	803,104	232,365	12,022
<b>Норма СанПиН</b>	90	92	383	2 720	1,4	70	900	14	1 200	1 200	300	18
<b>Выполнение СанПиН, % от суточной нормы</b>	65%	58%	54%	57%	65%	370%	68%	79%	30%	67%	77%	67%
<b>Возрастная группа с 11 лет и старше</b>												
	Завтрак		Обед		Итого за день							
Понедельник - 1 неделя	550,000	860,000	1 410,000									
Вторник - 1 неделя	550,000	890,000	1 440,000									
Среда - 1 неделя	550,000	835,000	1 385,000									
Четверг - 1 неделя	600,000	860,000	1 460,000									
Пятница - 1 неделя	550,000	890,000	1 440,000									
Понедельник - 2 неделя	590,000	920,000	1 510,000									
Вторник - 2 неделя	640,000	890,000	1 530,000									
Среда - 2 неделя	550,000	920,000	1 470,000									
Четверг - 2 неделя	550,000	860,000	1 410,000									
Пятница - 2 неделя	550,000	920,000	1 470,000									
<b>ИТОГО среднее за 2 недели</b>	568	885	1 453									
<b>Норма СанПиН</b>	550	800	1 350									

Рецептуры блюд и показатели энергетической ценности указаны на основании "Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/год ред. М.П.Могильного. - М. Делта принт, 2007. - 628с." и ТИ по производству кулинарной продукции для питания детей школьного возраста в организованных коллективах/ т. 142 Москва 2006)

\* Грошек зеленый используется как дополнительный гарнир, термически обработанный

\* Химико-энергетические характеристики сыра зависят от наименования данного продукта

\* ООО "Международная кейтеринговая компания" оставляет за собой право на внесение изменений в меню без изменения стоимости меню (замена в меню осуществляется на равноценные по стоимости и пищевой ценности продукты).