

СОГЛАСОВАНО

Начальник лагеря

Гришук / Гришук В.В.
" 02 " июня 2025г.

СОГЛАСОВАНО

Директор ООО
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

Аверьянов А.А.
" 02 " июня 2025г.

УТВЕРЖДЕНО
Генеральный директор ООО
"Межрегиональная кейтеринговая компания"
Аверьянов А.А.
" 02 " июня 2025г.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

и основные показатели пищевой и энергетической ценности приготовляемых блюд для горячего питания детей, находящихся в школьном лагере с дневным пребыванием в общеобразовательных учреждениях Республики Мордовия.

Дневные рационы: Периоды - 1 неделя с 7 до 11 лет														
№ реч.	Наименование	Масса порции	Пшеничные вещества (г)			ЭЦ (ккал)		Витамины (мг)		Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У			В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Fe
Итого за 1 неделю														
204	Максимальное издается отпаривание с гарниром	180	13 662	10 997	45 802	338 752	0,119	0 200	77 500	1 150	270 910	219 550	72 000	1 138
276	Чай с сахаром	200	0 200	0 051	13 043	53 388	0,001	0 100	0 500	0 440	4 950	8 240	4 400	0 859
338	Хлеб пшеничный	40	3 040	0 730	19 680	94 000	0 044	15 000	0 000	0 300	24 000	16 500	13 500	3 300
	Фрукты (белые)	150	0 650	0 600	14 700	70 500	0 045	15 000	78 000	1 690	307 860	270 290	45 500	5 937
Итого за 1 неделю														
71	Нердкая мякоть	60	0 540	0 090	1 710	10 500	0 027	5 600	63 901	0 240	9 200	16 000	10 200	0 420
103	Сметана (жирная)	100	0 100	0 010	3 000	15 000	0 001	7 604	20 000	0 650	14 441	4 200	8 100	1 815
262	Хлеб пшеничный	185	14 448	32 479	50 400	55 054	0 001	350 044	1 600	0 020	1 457	0 900	0 778	0 067
349	Колбаса (свиная)	200	0 030	0 010	13 813	55 467	0 001	0 120	0 120	0 120	6 000	19 500	4 200	0 330
	Хлеб пшеничный	30	2 380	0 240	14 760	70 800	0 033	0 120	0 000	0 000	21 900	37 500	12 000	0 840
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2 550	0 090	14 490	77 700	0 120	387 668	256 422	5 166	86 907	181 669	58 982	3 586
	Итого за 1 неделю	705 000	27 542	39 271	119 312	909 462	0 482	387 668	334 422	5 056	394 767	454 959	104 572	9 543
Итого за Периоды - 1 неделя с 7 до 11 лет														
1 275 000			45 074	51 239	205 647	1 466 102	0 591							
Дневные рационы: Витаминизация - 1 неделя с 7 до 11 лет														
№ реч.	Наименование	Масса порции	Пшеничные вещества (г)			ЭЦ (ккал)		Витамины (мг)		Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У			В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Fe
Итого за 1 неделю														
14	Мясо (говядина)	10	0 080	0 010	0 130	66 100	0 001	0 001	40 000	0 100	2 400	3 000	0 070	0 070
	Печенье	50	3 500	7 600	34 645	220 000	0 040	5 500	5 500	1 750	14 500	45 000	10 000	1 050
175	Каша манная "Лунка"	200	5 833	6 708	33 771	219 471	0 128	1 209	38 600	0 159	127 650	149 720	35 510	0 796
384	Кефирный напиток	200	2 220	2 250	16 320	94 500	0 050	0 390	9 000	0 060	7 600	26 000	5 200	0 480
	Безе	40	2 800	0 800	18 400	88 000	0 044	1 399	93 100	2 749	177 150	224 720	58 770	2 446
	Итого за 1 неделю	500 000	14 832	24 298	101 266	686 071	0 243	7 999	93 100	2 749	177 150	224 720	58 770	2 446
Итого за 1 неделю														
71	Фрукты (красные)	60	0 520	0 060	1 140	6 060	0 018	4 200	18 001	0 650	10 200	18 001	8 400	0 300
103	Сметана (жирная)	200	4 128	2 279	9 953	76 481	0 053	5 000	100 851	0 899	13 371	45 000	10 000	0 899
262	Хлеб пшеничный	90	23 402	13 676	0 483	225 169	0 131	0 884	3 174	1 127	14 280	212 425	24 174	0 953
128	Картофельное пюре	180	3 249	3 833	23 431	141 572	0 173	27 995	19 000	0 179	40 770	96 820	34 510	1 332
342	Каша ассорти	180	0 198	0 054	12 552	57 240	0 072	350 000	0 000	0 220	4 000	13 000	2 800	0 270
	Хлеб пшеничный	20	1 320	0 160	9 840	47 000	0 080	0 080	0 000	0 060	14 600	23 000	8 000	0 560
	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1 390	0 660	9 660	51 800	0 080	0 000	0 000	0 000	14 600	23 000	8 000	0 560
	Итого за 1 неделю	220 000	34 667	20 221	67 039	606 022	0 477	387 672	211 000	2 749	96 627	141 115	47 936	4 013
	Итого за 1 неделю	1 220 000	49 500	45 020	170 325	1 294 113	0 720	389 472	304 106	5 493	243 772	634 835	136 636	6 579
Дневные рационы: Среды - 1 неделя с 7 до 11 лет														
№ реч.	Наименование	Масса порции	Пшеничные вещества (г)			ЭЦ (ккал)		Витамины (мг)		Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У			В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Fe
Итого за 1 неделю														
186	Запеченная рыба с гарниром и суповым молоком	170	22 811	13 204	46 436	409 471	0 124	0 676	83 000	1 112	181 230	300 970	47 830	1 245
277	Чай с лимоном	200	0 216	0 055	13 163	54 748	0 002	1 700	0 840	0 008	6 550	9 120	4 880	0 883
338	Хлеб пшеничный	40	3 040	0 730	19 680	94 000	0 044	0 040	0 400	0 440	8 000	26 000	5 600	0 440
	Фрукты (белые)	150	0 650	0 600	14 700	70 500	0 045	0 300	24 000	0 300	24 000	16 500	13 500	3 300
	Итого за 1 неделю	500 000	26 447	14 179	93 979	675 719	0 215	17 126	83 480	1 660	215 780	353 540	66 810	5 668
Итого за 1 неделю														
71	Помидоры свежие порционные	60	0 660	0 120	2 380	14 400	0 076	15 000	109 801	0 430	8 400	15 600	10 200	0 540
82/2011	Шиповник (листья) на булгуре	200	4 314	4 240	9 351	96 812	0 074	20 555	175 351	1 997	28 753	62 011	18 542	0 673
268	Каша (рис) с маслом	90	12 739	20 245	12 415	288 741	0 106	1 066	16 000	0 565	26 440	134 720	20 340	1 655
304	Пюре из яблок с маслом	150	17 283	4 101	36 178	250 691	0 668	3 600	16 000	0 180	90 800	80 470	3 137	0 540
	Сок в аскорбиновой	180	0 990	0 480	21 960	91 800	0 018	0 000	0 000	0 000	4 000	12 600	7 200	0 270
	Хлеб пшеничный	20	1 320	0 160	9 840	47 000	0 072	0 000	0 000	0 060	14 600	23 000	8 000	0 560
	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1 390	0 660	9 660	51 800	0 080	0 000	0 000	0 000	14 600	23 000	8 000	0 560
	Итого за 1 неделю	220 000	34 667	20 221	67 039	606 022	0 477	387 672	211 000	2 749	96 627	141 115	47 936	4 013
	Итого за 1 неделю	1 280 000	65 893	44 885	195 613	1 468 963	1 359	57 547	403 633	6 579	393 293	664 171	216 024	15 293

[illegible]

День/неделя: Воскресенье - 1 неделя с 7 по 11 лет

№ рецеп.	Наименование диеты/недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		Б	Ж	У	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Fe
181	Суп с курицей и овощами	200	4,305	5,716	24,820	168,671				0,059	0,968	33,300	0,150	98,668	87,350	14,172
384	Карфель запеченный	200	2,230	2,250	16,320	91,500				0,039	0,900	9,000	0,040	8,000	26,000	5,600
338	Фрукт (сезонный)	150	0,600	0,100	14,700	70,500				0,044	15,000	0,300	0,300	24,000	13,500	3,000
	Итого за 3 недели	550,000	10,665	8,866	73,580	427,671				0,178	16,778	44,200	0,149	110,668	129,850	22,472
71	Полноценная сбалансированная диета	60	0,660	0,120	2,380	14,400				0,036	15,000	109,801	0,120	11,400	17,000	0,540
108	Суп с курицей и овощами	200	6,973	7,194	19,759	170,992				0,101	9,240	206,300	2,720	27,214	85,297	17,806
259	Жирное мясо-костный бульон	240	17,195	20,170	27,906	365,416				0,253	26,460	58,464	1,538	39,542	238,892	2,984
349	Компот из фруктов	180	0,144	0,144	15,264	65,662				0,011	353,600		0,072	5,760	3,240	0,827
	Хлеб пшеничный	20	1,500	0,160	9,940	51,800				0,027	0,000		0,220	4,000	13,000	2,600
	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,700	0,660	9,660	51,800				0,027	0,000		0,060	14,000	25,000	8,000
	Итого за 3 недели	750,000	28,192	28,648	84,539	710,210				0,589	471,350	374,544	0,550	79,246	272,444	39,637
	Итого за Воскресенье - 1 неделя с 7 по 11 лет	1 310,000	38,857	37,644	160,159	1 137,881				0,681	492,758	418,365	1,098	230,114	384,694	121,485

День/неделя: Понедельник - 2 неделя с 1 по 11 лет

№ рецеп.	Наименование диеты/недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		Б	Ж	У	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Fe
210	Омлет натуральный	150	25,717	27,554	4,565	267,381				0,158	0,871	492,900	2,072	187,650	421,030	4,777
376	Чай с сахаром	600	0,700	0,051	1,950	35,883				0,001	0,100	0,500	0,440	8,000	26,000	5,600
318	Хлеб пшеничный	40	3,600	0,120	19,800	70,500				0,044	15,000		0,300	24,000	13,500	3,000
	Итого за 3 недели	550,000	28,517	28,225	51,888	388,468				0,243	15,971	493,400	2,772	224,600	471,770	55,440
71	Полноценная сбалансированная диета	60	0,620	0,060	1,140	6,000				0,018	4,200	18,001	0,060	10,500	18,001	0,500
80/101	Шашлык из свинины	200	4,314	4,780	9,531	96,812				0,074	20,455	175,531	1,997	28,383	52,011	8,460
268	Батиска с овощами	150	13,082	2,780	14,399	343,063				0,313	1,674	80,421	3,696	32,409	140,600	22,860
381	Пюре из фруктов с сахаром	150	0,183	0,183	26,128	250,691				0,008	16,000	0,565	0,018	90,800	248,700	80,470
349	Компот из фруктов	180	0,073	0,160	9,940	49,832				0,001	350,040	1,571	0,018	1,311	0,891	0,700
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,940	51,800				0,027	0,000		0,220	4,000	13,000	2,600
	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,700	0,660	9,660	51,800				0,027	0,000		0,060	14,000	25,000	8,000
	Итого за 3 недели	750,000	28,246	25,119	72,553	445,898				0,116	376,149	392,394	0,616	181,177	369,281	41,772
	Итого за Понедельник - 2 неделя с 1 по 11 лет	1 280,000	67,903	63,835	144,841	1 431,367				1,864	390,430	764,694	1,938	406,933	973,973	197,312

День/неделя: Вторник - 3 неделя с 1 по 11 лет

№ рецеп.	Наименование диеты/недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		Б	Ж	У	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Fe
15	Сыр (жирный)	15	3,900	3,915	1,280	14,400				0,036	15,000	109,801	0,120	11,400	17,000	0,540
175	Каша овсяная "Дружба"	200	5,833	6,708	33,771	219,471				0,128	0,170	24,500	0,075	150,000	96,000	6,710
384	Каша из риса с сахаром	200	2,460	2,250	16,320	91,500				0,039	0,900	9,000	0,040	122,500	149,730	35,510
348	Сыр 200 мг в масле	40	2,800	0,400	18,400	88,000				0,044	0,090		0,680	7,600	26,000	5,200
	Итого за 3 недели	655,000	14,993	12,273	69,951	399,371				0,227	2,000	82,100	0,874	269,250	285,720	55,660
71	Полноценная сбалансированная диета	60	0,620	0,170	2,380	14,400				0,036	15,000	109,801	0,120	11,400	17,000	0,540
102	Суп гороховый на бульоне	200	7,600	5,170	22,820	180,241				0,200	7,604	170,811	2,436	33,802	105,679	31,012
249	Рыба, запеченная в масле	90	15,565	13,902	2,217	140,241				0,100	0,048	183,801	0,524	98,004	248,884	2,966
128	Картофельное пюре	150	3,250	3,813	24,431	141,527				0,173	0,995	19,000	0,179	40,270	98,420	34,510
342	Компот ассорти	180	0,198	0,014	12,532	57,240				0,027	350,000		0,220	4,000	13,000	2,600
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,940	51,800				0,027	0,000		0,060	14,000	25,000	8,000
	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,700	0,660	9,660	51,800				0,027	0,000		0,060	14,000	25,000	8,000
	Итого за 3 недели	750,000	28,246	25,119	72,553	445,898				0,116	376,149	392,394	0,616	181,177	369,281	41,772
	Итого за Вторник - 3 неделя с 1 по 11 лет	1 375,000	45,983	37,514	166,021	1 181,819				0,938	405,046	565,533	4,813	479,336	788,713	176,568

Дни/неделя: Среды - 2 неделя с 7 по 11 лет

№ реп.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У	Б	Ж	У	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe	
<i>Завтрак</i>																	
174	Каша рисовая, молочная	200	5,456	6,381	37,736	230,941			0,669	1,235	39,000	0,102	121,930	144,750	31,520	0,529	
384	Корбидный напиток	200	2,740	2,250	16,320	91,500			0,030	0,500	9,000	0,040	8,000	26,000	5,600	0,440	
338	Хлеб пшеничный	40	3,640	0,720	13,680	70,500			0,040	13,680		0,040	24,000	13,500	3,300	0,300	
<i>Полдник</i>																	
338	Фрукты (блюда)	500,000	11,116	9,551	88,416	409,416			0,108	16,625	48,000	1,002	153,920	182,250	51,620	4,769	
<i>Обед</i>																	
71	Нарезка овощей	60	0,340	0,050	1,210	10,500			0,027	9,600	63,001	0,240	9,300	16,800	10,200	0,420	
103	Суп с вермишелью на бульоне	200	4,178	2,279	9,953	76,481			0,053	3,084	170,831	1,097	13,372	45,819	10,012	0,602	
392	Пельмени	185	14,444	32,479	90,469	55,054			0,081	0,050	20,000	0,050	14,448	4,200	0,792	0,114	
377	Чай с пшеницей	200	0,236	0,055	13,163	54,748			0,002	1,700	0,500	0,008	6,550	9,120	4,800	0,883	
30	Хлеб пшеничный	30	2,240	0,240	14,760	70,500			0,033	0,130		0,002	21,900	37,500	17,000	0,840	
30	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2,550	0,090	10,950	84,082			0,236	16,424	255,312	1,415	71,520	112,619	42,114	2,169	
30	Хлеб пшеничный	30	2														

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

№ реч.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭН (ккал)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		С	А	В1	С	А	В1	С	А	В1	С	А
<i>Итого за неделю</i>																	
188	Запеканка рисовая с творогом и фруктами	170	22,811	13,384	46,436	400,471	0,124	0,626	83,000	1,112	181,230	300,920	42,830	1,245			
377	Чай с лимоном	700	0,236	0,055	13,163	54,148	0,002	1,900	0,580								
40	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,370	19,680	91,000	0,044	0,044	0,440								
338	Фрукт (яблоко)	150	9,680	0,600	4,400	15,600	0,140	15,600									
560,000			26,087	14,179	91,279	618,219	0,213	17,236	85,500	1,660	271,260	352,440	66,410	5,668			
<i>Итого за неделю</i>																	
71	Нарезка овощей	60	0,540	0,090	1,710	10,100	0,027	9,600	63,901	0,240	9,900	16,900	10,700	0,420			
96	Рисовый суп с курицей и овощами	200	4,658	4,090	13,178	108,001	0,069	7,824	176,431	1,559	27,872	82,320	17,321	0,821			
260	Суп из овощей	90	12,859	3,460	27,040	270,430	0,062	3,559	52,270	2,884	20,069	124,148	17,399	1,407			
171	Каша рисовая рассыпчатая	150	4,008	4,279	33,072	187,031	0,043		16,000	0,570	8,800	81,450	26,720	0,567			
342	Омлет курица	180	0,198	0,554	13,545	37,340	0,032	350,000									
380	Хлеб пшеничный	180	0,198	0,198	9,840	31,600	0,032										
20	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,700	0,660	9,660	51,600	0,080	0,080	0,800	0,060	14,600	25,000	8,000	0,560			
776,000			25,661	26,714	84,472	682,002	0,061	771,141	806,552	5,554	78,671	147,718	81,440	4,681			
Итого за Субботу - 2 неделя с 7 до 11 лет		1 200,000	52,150	40,913	177,451	1 201,721	0,518	388,469	392,132	7,993	299,451	695,268	148,650	9,899			

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

№ реч.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭН (ккал)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		С	А	В1	С	А	В1	С	А	В1	С	А
<i>Итого за неделю</i>																	
3	Булочки с сахаром	60	8,042	5,462	18,400	137,070	0,040	0,161	46,568	0,261	209,200	155,024	14,722	0,827			
175	Булочки с сахаром	200	5,833	6,708	33,711	219,421	0,128	1,299	38,600	0,159	122,650	149,720	35,510	0,986			
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,848	0,001	0,100	0,500								
560,000			14,075	12,221	64,854	309,339	0,233	1,470	85,168	1,380	341,800	318,964	59,782	2,777			
<i>Итого за неделю</i>																	
102	Суп гороховый на бульоне	60	1,070	5,400	5,400	81,600	0,012	4,200									
293	Пюре картофельное (пюре)	90	2,402	1,676	4,831	275,249	0,131	7,604	179,831	2,436	37,807	105,679	31,012	1,815			
378	Картофельное пюре	180	0,659	0,659	2,402	9,600	0,030	0,030	0,300	0,177	14,280	212,475	24,171	0,983			
389	Хлеб пшеничный	180	0,659	0,659	2,402	9,600	0,030	0,030	0,300	0,177	14,280	212,475	24,171	0,983			
20	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	49,600	0,027	0,027	0,270	0,018	1,313	0,981	0,700	0,061			
776,000			5,281	8,946	27,073	366,069	0,226	12,061	199,542	2,623	62,367	147,526	57,965	3,757			
Итого за Воскресенье - 2 неделя с 7 до 11 лет		1 200,000	14,075	12,221	64,854	309,339	0,233	1,470	85,168	1,380	341,800	318,964	59,782	2,777			

День/неделя: Понедельник - 3 неделя с 7 до 11 лет

№ реч.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭН (ккал)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		С	А	В1	С	А	В1	С	А	В1	С	А
<i>Итого за неделю</i>																	
204	Макаронные изделия отварные с сыром	180	13,692	10,997	45,892	338,252	0,119	0,200	77,400	1,150	270,910	219,550	22,090	1,358			
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,848	0,001	0,100	0,500								
40	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,370	19,680	91,000	0,044	0,044	0,440								
338	Фрукт (яблоко)	150	9,680	0,600	4,400	15,600	0,140	15,600									
576,000			17,512	11,648	91,515	356,640	0,299	15,400	78,000	1,690	307,660	279,890	45,890	5,937			
<i>Итого за неделю</i>																	
71	Омлет курица	60	0,420	0,660	1,140	6,000	0,018	0,018	0,180	0,060	10,900	18,001	8,400	0,360			
102	Суп гороховый на бульоне	60	0,420	0,660	1,140	6,000	0,018	0,018	0,180	0,060	10,900	18,001	8,400	0,360			
204	Макаронные изделия отварные с сыром	200	17,719	22,115	12,115	338,252	0,366	1,066	18,900	1,266	28,400	134,220	30,540	1,555			
173	Каша рисовая вязкая	180	0,990	0,180	21,600	140,401	0,160	0,160	1,600	0,336	12,600	12,600	7,200	2,516			
20	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	49,600	0,027	0,027	0,270	0,018	1,313	0,981	0,700	0,061			
776,000			26,242	28,206	86,148	792,821	0,657	13,970	223,732	3,371	81,002	361,150	131,002	6,893			
Итого за Понедельник - 3 неделя с 7 до 11 лет		1 200,000	43,774	40,714	179,463	1 259,463	0,666	29,370	301,732	5,211	388,862	631,640	176,592	12,500			

День/неделя: Вторник - 3 неделя с 7 до 11 лет

№ рел.	Наименование дней недели, блока	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
Завтрак														
209	Ябло отварное, 1 шт	50	12,700	11,500	0,700	157,600	0,070	250,000	0,600	0,600	55,000	192,600	12,600	2,500
173	Курица отварная	6,515	5,694	27,655	192,650	101,972	0,157	0,988	35,200	0,140 *	101,972	35,628	0,970	0,970
384	Курица из консервов "Курица со съезженными мясом и маслом"	200	2,400	2,250	0,900	95,610	0,070	0,390	9,000	0,060	10,000	32,500	7,000	0,550
	Хлеб пшеничный	50	3,800	24,600	117,500	157,500	0,055	0,390	0,390	0,390	10,000	32,500	7,000	0,550
	Итого за Завтрак	500,000	24,654	69,335	560,760	6,112	1,718	294,200	1,350	166,972	374,600	110,200	3,979	3,979
Обед														
71	Нарезка овощей	60	0,340	0,090	1,710	10,500	0,027	9,600	63,901	0,240	9,300	16,800	10,200	0,420
89/2011	Пш в салат, капуста на Булуне	200	4,314	4,740	9,351	96,812	0,074	20,455	175,351	1,997	28,783	62,011	18,542	0,873
392	Пш в салат	185	14,444	22,429	30,459	355,034	0,081	20,455	20,000	0,600	14,444	4,700	10,118	0,118
349	Хлеб пшеничный	30	2,300	0,300	0,300	70,500	0,055	0,390	0,390	0,390	6,000	18,500	4,200	0,310
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,280	0,240	0,240	70,500	0,053	0,390	0,390	0,390	6,000	18,500	4,200	0,310
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,500	0,900	14,900	77,200	0,120	0,120	21,900	0,000	21,900	37,500	12,600	0,410
	Итого за Обед	700,000	24,288	38,649	107,674	861,276	0,267	38,553	259,352	2,287	86,811	144,111	49,334	5,496
	Итого за Вторник - 3 неделя с 7 до 11 лет	1,205,000	48,942	59,314	177,009	1,432,996	0,579	88,553	553,452	4,437	253,803	500,711	103,962	7,466

День/неделя: Среда - 3 неделя с 7 до 11 лет

№ рел.	Наименование дней недели, блок	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
Завтрак														
268	Булочка мясная с топпингом соусом	120	13,082	25,780	14,399	343,063	0,313	1,674	80,421	3,606	32,400	140,600	72,660	1,789
175	Курица отварная, 1 шт	150	4,695	4,122	140,401	0,160	0,130	16,000	0,336	0,336	17,210	117,210	74,270	2,516
377	Хлеб с дрожжами	200	0,236	0,015	13,163	54,748	0,002	1,700	0,560	0,008	6,550	9,813	4,880	0,883
	Хлеб пшеничный	40	3,600	0,530	19,680	0,044	0,044	0,440	0,440	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
	Итого за Завтрак	510,000	21,653	30,277	68,472	632,212	0,519	3,372	97,001	4,489	58,999	287,930	197,560	5,618
Обед														
102	Суп гороховый на бульоне	60	1,620	5,400	5,400	81,600	0,012	4,200	1,700	1,800	24,000	22,200	9,000	0,420
291	Плов на масле птицы	200	7,608	5,512	15,090	140,241	0,200	7,604	170,831	2,256	33,802	105,679	31,012	1,815
342	Хлеб пшеничный	20	1,320	0,160	0,160	47,000	0,022	0,300	0,300	0,300	3,000	13,000	2,800	0,220
	Хлеб пшеничный	20	1,320	0,160	0,160	47,000	0,022	0,300	0,300	0,300	3,000	13,000	2,800	0,220
	Хлеб ржанозитовый	20	1,500	0,600	9,600	51,800	0,000	0,000	0,000	0,000	4,000	13,000	3,000	0,500
	Хлеб ржанозитовый	20	1,500	0,600	9,600	51,800	0,000	0,000	0,000	0,000	4,000	13,000	3,000	0,500
	Итого за Обед	720,000	31,556	21,896	82,641	829,897	0,440	36,600	541,919	8,548	104,188	412,808	107,019	5,371
	Итого за Среда - 3 неделя с 7 до 11 лет	1,230,000	53,009	64,373	164,106	1,462,109	0,959	36,974	638,920	13,028	167,187	700,838	214,579	10,959

День/неделя: Четверг - 3 неделя с 7 до 11 лет

№ рецепта	Наименование диеты недели, блока	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
Завтрак														
15	Сыр (горючий)	15	3,500	3,915	0,120	2,780	0,036	0,120	34,500	0,075	150,000	96,000	6,750	0,150
175	Курица отварная "Польше"	200	5,833	6,398	33,771	10,076	0,128	1,269	38,600	0,159	122,650	149,720	35,510	0,796
384	Кофе/линей напиток	200	2,720	16,570	0,030	0,030	0,030	0,900	9,000	0,060				
338	Салат	40	2,800	0,400	13,400	88,000	0,044	0,044	0,680	0,680	7,600	36,600	3,200	0,400
376	Фрукты (яблоко)	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	15,000	0,300	0,300	24,000	16,500	13,500	3,300
Итого за Завтрак		605,000	15,433	15,873	83,191	324,071	0,252	16,719	82,100	1,774	284,250	66,969	4,776	
Обед														
71	Пшеничные оладьи с корицей	60	0,660	0,120	2,780	14,400	0,036	15,000	109,801	0,420	8,400	15,600	12,000	0,510
82	Булочка с сахаром и корицей	200	1,550	4,411	10,076	81,871	0,074	16,854	164,551	1,907	78,562	43,769	18,842	0,810
175	Курица отварная	90	2,533	23,861	8,750	3,454	0,216	0,781	33,647	0,958	83,647	256,122	33,666	2,133
384	Курица отварная	150	4,095	4,122	21,180	140,401	0,160	16,000	0,336	1,710	12,040	172,120	74,220	2,516
376	Чай с сахаром	180	0,051	12,015	0,000	49,508	0,001	0,100	0,500	0,500	4,950	8,240	4,400	0,558
376	Хлеб пшеничный	20	1,320	0,160	0,160	47,000	0,022	0,300	0,300	0,300	3,000	13,000	2,800	0,220
376	Хлеб ржаной	20	1,660	0,160	0,160	47,000	0,022	0,300	0,300	0,300	3,000	13,000	2,800	0,220
376	Хлеб ржаной	20	1,660	0,160	0,160	47,000	0,022	0,300	0,300	0,300	3,000	13,000	2,800	0,220
Итого за Обед		720,000	14,278	46,572	33,771	324,071	0,373	32,125	417,992	2,861	154,199	473,941	153,428	7,657
Итого за Четверг - 2 неделя с 11 до 15 лет		1,325,000	29,631	62,445	116,931	648,142	0,625	49,834	499,392	9,235	463,449	762,101	214,388	12,383

Депиляция: Пятница - 3 недели с 7 до 11 лет

№ реч.	Наименование дней недели, блок	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	Б	Ж	У	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
Завтрак																
188	Закусочная рисовая с творогом и куриными котлетами	170	22,811	13,204	46,436	400,471	0,124	83,000	0,026	83,000	1,112	181,730	300,970	42,830	1,245	
376	Чай с сахаром	200	0,000	0,000	0,000	53,388	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	4,950	8,240	4,000	0,859
301	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,000	0,044	0,000	0,040	8,000	26,000	5,600	0,440	
348	Сыр 200 мл в пакете	200	26,851	13,575	101,559	657,839	0,189	83,400	0,000	83,400	1,532	194,180	349,160	60,830	2,800	5,544
Питие на Завтрак																
71	Нарезка овощей	60	0,540	0,090	1,710	10,500	0,027	63,900	0,027	63,900	0,340	9,800	16,800	10,300	0,200	
102	Суп с вермишелью на бульоне	200	4,178	2,279	9,953	76,481	0,053	170,831	0,053	170,831	1,097	13,322	45,819	10,042	0,602	
293	Панкейки, запеченный (только)	90	23,402	13,676	4,483	225,349	0,131	3,124	0,131	3,124	1,127	14,280	212,475	24,174	0,983	
304	Пюре из картофеля с маслом	150	17,783	4,101	26,128	250,691	0,088	16,000	0,088	16,000	0,465	90,890	248,790	80,470	5,137	
337	Вяленый	180	21,762	0,160	9,840	47,000	0,022	0,000	0,022	0,000	0,018	1,980	0,340	0,045	0,045	
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	47,000	0,022	0,000	0,022	0,000	0,220	13,000	2,800	0,200		
	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,790	0,660	9,660	51,800	0,080	0,000	0,080	0,000	0,160	14,600	25,000	8,000	0,560	
	Питие на Обед	220,000	48,623	28,666	89,516	249,911	0,927	15,721	0,927	15,721	253,666	8,322	148,172	564,414	136,326	2,867
	Итого за Пятницу - 3 недели с 7 до 11 лет	1,330,000	74,674	34,541	191,895	1,387,790	1,110	18,300	1,110	18,300	337,406	4,979	342,552	912,574	197,856	13,311
Депиляция: Суббота - 3 недели с 7 до 11 лет																
№ реч.	Наименование дней недели, блок	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	Б	Ж	У	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
Завтрак																
181	Каша манная молочная	200	4,305	5,746	24,870	168,621	0,059	9,988	0,059	9,988	0,340	98,608	87,150	14,372	0,374	
377	Чай с сахаром	200	0,000	0,000	0,000	53,388	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	4,950	8,240	4,000	0,883
338	Хлеб пшеничный	200	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,000	0,044	0,000	0,040	8,000	26,000	5,600	0,440	
338	Фрукты (яблоки)	150	8,441	6,491	72,503	285,500	0,045	15,000	0,045	15,000	0,300	24,000	16,500	13,500	3,300	
	Питие на Завтрак	390,000	8,441	6,491	72,503	285,500	0,045	15,000	0,045	15,000	0,300	24,000	16,500	13,500	3,300	
Обед																
71	Омлет с сосисками порционными	60	0,020	0,060	1,140	6,660	0,018	4,300	0,018	4,300	0,060	10,200	18,601	8,400	0,300	
101	Суп картофельный с грибами	200	4,202	2,248	12,765	86,465	0,084	12,064	0,084	12,064	1,019	15,230	63,134	18,046	0,872	
268	Рыба запеченная	90	19,666	17,436	3,496	213,526	0,132	0,563	0,132	0,563	2,613	49,580	275,150	62,895	0,989	
128	Картофельное пюре	150	3,749	3,833	23,431	141,572	0,073	27,993	0,073	27,993	0,179	40,220	96,870	34,510	1,332	
349	Желе из сухофруктов	180	0,027	0,009	12,435	49,932	0,001	350,040	1,521	0,018	1,211	0,018	1,311	0,891	0,700	0,061
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	47,000	0,022	0,000	0,022	0,000	0,220	13,000	2,800	0,200		
	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,790	0,660	9,660	51,800	0,080	0,000	0,080	0,000	0,160	14,600	25,000	8,000	0,560	
	Питие на Обед	720,000	38,784	24,506	72,502	311,800	0,000	39,000	0,000	39,000	0,000	14,600	25,000	8,000	0,560	
	Итого за Субботу - 3 недели с 7 до 11 лет	1,310,000	38,965	31,207	144,630	984,164	0,640	412,630	0,640	412,630	236,445	5,887	272,429	630,366	133,783	2,931
Депиляция: Воскресенье - 3 недели с 7 до 11 лет																
№ реч.	Наименование дней недели, блок	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	Б	Ж	У	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
Завтрак																
14	Масло (подсолнечное)	10	0,080	7,210	0,120	66,100	0,001	0,000	0,001	0,000	0,000	0,100	2,400	3,000	0,020	
50	Рисовый	50	3,900	7,090	34,643	220,000	0,040	0,000	0,040	0,000	0,000	0,100	14,500	45,000	10,000	1,000
172	Булочка молочная	200	6,115	27,655	192,650	192,650	0,157	6,088	0,157	6,088	0,140	101,972	140,100	35,678	0,970	
376	Чай с сахаром	200	0,000	0,000	0,000	53,388	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	4,950	8,240	4,000	0,859
	Питие на Завтрак	500,000	12,674	21,906	91,873	620,138	0,242	1,088	0,242	1,088	0,242	2,679	191,422	222,140	55,328	5,579
Обед																
71	Помидоры свежие порционные	60	0,660	0,120	2,280	14,400	0,036	15,000	0,036	15,000	109,801	0,270	8,400	15,600	12,000	0,540
108	Суп с клецками на курином бульоне	200	6,973	7,194	19,740	170,992	0,101	9,240	0,101	9,240	206,300	2,270	27,214	88,392	17,896	1,174
294	Пшеница-рубчатая из муки пшеницы	90	16,370	18,486	11,616	280,763	0,175	1,426	0,175	1,426	35,440	2,653	29,106	150,848	19,044	1,732
202	Салат из овощей	150	3,643	3,643	96,008	198,871	0,087	350,000	0,087	350,000	0,000	0,000	14,330	46,370	8,380	0,853
342	Салат из овощей	180	0,198	0,074	57,240	57,240	0,032	0,000	0,032	0,000	0,270	4,800	13,000	2,800	0,016	
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,160	9,840	47,000	0,022	0,000	0,022	0,000	0,000	1,820	0,340	0,045		
	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,790	0,660	9,660	51,800	0,080	0,000	0,080	0,000	0,060	14,600	25,000	8,000	0,560	
	Питие на Обед	720,000	33,664	36,118	101,795	820,516	0,641	375,246	0,641	375,246	287,541	5,888	97,630	379,100	64,170	5,915
	Итого за Воскресенье - 3 недели с 7 до 11 лет	1,320,000	45,238	52,244	195,538	1,440,654	0,694	376,834	0,694	376,834	468,241	8,558	229,072	561,520	123,548	8,444

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	Mg	Fe		
Понедельник - 1 неделя	45,074	51,239	203,647	1 466,102	0,591	382,668	-301 424	5,056	394,767	454,959	104,572	9,543			
Вторник - 1 неделя	49,501	45,019	170,735	1 294,113	0,720	389,272	-301 106	5,079	333,772	634,835	138,636	6,379			
Среда - 1 неделя	65,933	44,885	188,976	1 440,963	0,713	57,547	-400,632	6,018	393,253	864,171	216,152	15,393			
Четверг - 1 неделя	54,025	48,253	168,921	1 331,456	0,713	261,555	-477,433	8,937	284,388	714,551	180,014	9,998			
Пятница - 1 неделя	52,440	53,674	162,559	1 309,574	0,955	380,954	345,372	10,465	407,915	614,900	179,984	11,179			
Суббота - 1 неделя	34,848	43,467	155,291	1 160,986	0,551	49,758	418,765	7,700	230,124	504,694	132,055	10,169			
Воскресенье - 1 неделя	38,257	37,544	160,159	1 137,831	0,681	249,758	781,397	7,191	307,566	652,992	197,312	18,116			
Понедельник - 2 неделя	48,591	46,297	173,796	1 308,218	0,726	392,420	-414,694	9,388	406,793	979,973	176,768	10,246			
Вторник - 2 неделя	67,903	63,835	144,541	1 431,267	0,838	405,046	-565,533	4,813	479,356	788,713	176,768	10,246			
Среда - 2 неделя	35,544	45,634	164,021	1 334,434	0,424	33,049	-303,312	2,817	225,440	330,189	93,124	9,522			
Четверг - 2 неделя	48,950	51,858	156,118	1 286,340	0,642	406,686	-853,469	8,147	167,438	550,751	140,238	7,452			
Пятница - 2 неделя	41,544	50,830	205,905	1 445,212	0,733	32,908	-480,301	9,147	235,076	555,722	134,774	8,824			
Суббота - 2 неделя	55,231	40,913	177,451	1 301,721	0,518	358,469	-400,632	7,393	299,451	815,049	169,978	9,899			
Воскресенье - 2 неделя	49,629	47,516	161,233	1 261,703	0,442	391,783	-720,994	7,280	372,292	677,590	151,766	10,380			
Понедельник - 3 неделя	43,774	40,174	179,463	1 259,463	0,466	292,909	-520,632	7,603	377,292	677,590	151,766	10,380			
Вторник - 3 неделя	53,009	64,373	164,106	1 445,996	0,519	29,270	-301,732	5,211	388,862	631,440	176,593	12,450			
Среда - 3 неделя	48,342	59,311	156,512	1 402,465	0,825	388,553	-553,452	4,137	253,803	509,011	203,962	10,959			
Четверг - 3 неделя	74,674	51,541	134,639	984,764	1,110	369,474	-638,920	13,678	167,187	790,838	214,579	10,959			
Пятница - 3 неделя	38,985	31,807	144,620	1 440,654	0,694	49,034	-499,392	9,235	462,449	762,161	171,917	10,592			
Суббота - 3 неделя	45,534	51,744	195,578	1 320,660	0,813	18,200	-337,406	8,879	342,532	912,574	197,056	9,231			
Воскресенье - 3 неделя	50,676	47,849	172,629	1 316,602	0,792	412,630	-236,445	8,558	279,772	561,520	233,248	8,444			
ИТОГО Средне-3 недели	49,632	46,954	172,629	1 316,602	0,792	378,854	-453,727	7,188	302,918	672,673	171,947	10,592			
Всего за 3 недели	77	79	335	2 350	1,2	232,82	-455,619	7,237	312,962	667,575	162,011	10,179			

Возрастная группа с 7 до 11 лет									
	Завтрак	Обед	Итого за день						
Понедельник - 1 неделя	570,000	705,000	1 275,000						
Вторник - 1 неделя	500,000	720,000	1 220,000						
Среда - 1 неделя	560,000	720,000	1 280,000						
Четверг - 1 неделя	500,000	720,000	1 220,000						
Пятница - 1 неделя	510,000	750,000	1 260,000						
Суббота - 1 неделя	655,000	750,000	1 405,000						
Воскресенье - 1 неделя	590,000	720,000	1 310,000						
Понедельник - 2 неделя	510,000	720,000	1 230,000						
Вторник - 2 неделя	555,000	720,000	1 275,000						
Среда - 2 неделя	500,000	705,000	1 205,000						
Четверг - 2 неделя	510,000	720,000	1 230,000						
Пятница - 2 неделя	560,000	720,000	1 280,000						
Суббота - 2 неделя	500,000	720,000	1 220,000						
Воскресенье - 2 неделя	570,000	720,000	1 290,000						
Понедельник - 3 неделя	500,000	705,000	1 205,000						
Вторник - 3 неделя	510,000	720,000	1 230,000						
Среда - 3 неделя	605,000	720,000	1 325,000						
Четверг - 3 неделя	500,000	720,000	1 220,000						
Пятница - 3 неделя	500,000	720,000	1 220,000						
Суббота - 3 неделя	550,000	720,000	1 270,000						
Воскресенье - 3 неделя	584	722	1 306						
Итого Средне за 3 недели	500	700	1 200						

№ реч.	Дельта/дельта: Чигир - 1 иелани в 11 лет и старше	Наименование дельта иелани, биол	Пшеничные вещества (г)		ЭЦ (ккал)	Витамини (мг)		Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
209	Иелни откурате, 1 иел	50	12,700	11,500	0,700	153,000	0,070	250,000	0,600	55,000	192,000	12,000	2,500
210	Иелни откурате, 1 иел	250	6,800	7,800	287,701	0,087	9,000	0,232	151,760	181,000	40,800	0,658	
214	Иелни откурате, 1 иел	200	2,400	14,500	95,410	0,030	0,000	0,550	7,000	37,500	7,000	2,708	
334	Иелни откурате, 1 иел	50	3,000	21,250	117,500	0,055	1,937	806,800	1,462	216,300	59,800	0,708	
344	Иелни откурате, 1 иел	550,000	25,870	88,770	657,811	0,245	1,937	806,800	1,462	216,300	59,800	0,708	
354	Иелни откурате, 1 иел	100	0,900	0,150	7,850	0,085	16,000	106,500	0,600	28,000	17,000	0,708	
364	Иелни откурате, 1 иел	100	5,077	5,303	17,505	0,085	9,779	217,581	2,405	37,843	98,710	22,032	
374	Иелни откурате, 1 иел	180	18,189	20,631	31,403	0,139	1,584	20,000	0,202	13,370	82,720	2,987	
384	Иелни откурате, 1 иел	180	5,585	5,078	16,857	0,085	9,779	217,581	2,405	37,843	98,710	22,032	
394	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
404	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
414	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
424	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
434	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
444	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
454	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
464	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
474	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
484	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
494	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
504	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
514	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
524	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
534	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
544	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
554	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
564	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
574	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
584	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
594	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
604	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
614	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
624	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
634	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
644	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
654	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
664	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
674	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
684	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
694	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
704	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
714	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
724	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
734	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
744	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
754	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
764	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
774	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
784	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
794	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
804	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
814	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
824	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
834	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
844	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
854	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
864	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
874	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
884	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
894	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
904	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
914	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
924	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
934	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
944	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
954	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
964	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
974	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
984	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
994	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
1004	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
1014	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
1024	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
1034	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
1044	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
1054	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
1064	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
1074	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
1084	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
1094	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
1104	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
1114	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
1124	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
1134	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
1144	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
1154	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
1164	Иелни откурате, 1 иел	180	0,176	0,240	14,760	0,006	5,600	0,202	0,006	13,370	1,600	0,150	
1174	Иелни откурате,												

Дети/неделя: Воскресенье - 1 неделя с 11 лет и старше										Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
№ реп.	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)			В1	А (мкг)			Е	Са			Р	Мг			Fe
			Б	Ж	У	Б	Ж	У		С	А	А (мкг)		Са	Р	Мг		Fe			
Итого за Воскресенье - 1 неделя с 11 лет и старше										Итого за неделю					Итого за неделю						
181	Каша манная молочная	250	5,379	6,976	30,602	307,448			0,074	1,235	43,000	0,435	123,384	109,150	17,976	0,405					
384	Хлеб пшеничный	200	2,220	2,720	16,320	94,500			0,040	0,390	9,000	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440					
338	Фрукт (белый)	150	0,600	0,600	14,700	70,500			0,044	15,000	0,300	0,300	24,000	16,500	13,500	3,300					
Итого за Запеканку										Итого за неделю					Итого за неделю						
71	Пюре картофеля с куриными	100	1,100	0,700	3,300	24,000			0,060	25,000	183,002	0,700	14,000	26,000	20,000	0,900					
108	Суп с клецками из куриного бульона	250	8,041	8,974	24,686	217,810			0,125	11,550	255,175	2,707	33,643	105,000	22,370	1,410					
259	Жареное мясо-рыбное	280	20,061	23,765	79,537	422,816			0,295	41,370	68,207	4,151	46,133	267,040	63,813	3,482					
349	Хлеб пшеничный	180	0,144	0,144	15,204	63,802			0,011	3,530	0,072	0,072	5,760	3,560	4,200	0,340					
30	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,900	14,400	77,700			0,120	0,000	0,000	0,000	21,000	37,500	12,000	0,840					
870,000	Итого за Пюре и Хлеб	870,000	24,176	105,197	469,658	6,641	431,640	6,110	177,456	459,990	125,623	7,409	11,954								
1 510,000	Итого за Воскресенье - 1 неделя с 11 лет и старше	1 510,000	45,415	44,459	186,799	1 336,106			0,837	448,365	568,384	9,345	282,820	611,640	162,659	11,954					
Дети/неделя: Понедельник - 2 неделя с 11 лет и старше										Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
№ реп.	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)			В1	А (мкг)			Е	Са			Р	Мг			Fe
			Б	Ж	У	Б	Ж	У		С	А	А (мкг)		Са	Р	Мг		Fe			
Итого за Понедельник - 2 неделя с 11 лет и старше										Итого за неделю					Итого за неделю						
210	Омлет из курицы	250	31,213	34,718	6,048	402,401			0,210	1,157	656,300	2,854	248,300	560,100	42,560	6,351					
376	Чай с сахаром	200	0,000	0,051	13,043	53,388			0,044	0,100	0,500	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440					
338	Фрукт (белый)	150	0,600	0,600	14,700	70,500			0,045	15,000	0,300	0,300	24,000	16,500	13,500	3,300					
Итого за Запеканку										Итого за неделю					Итого за неделю						
71	Омлет с курицей порционными	100	0,700	0,100	1,900	11,000			0,030	0,000	0,000	0,000	21,000	37,500	14,000	0,500					
88	Шашлык из свинины	250	5,392	5,925	11,666	121,006			0,093	25,567	219,181	2,698	35,577	105,000	23,210	1,931					
268	Ветчина нарезанная с томатным соусом	130	14,500	2,713	16,140	77,735			0,128	1,828	180,600	3,753	35,537	77,500	23,124	1,891					
304	Пюре из овощей с сыром	180	0,054	0,018	17,894	51,984			0,010	0,079	2,042	0,037	2,623	1,782	1,400	0,085					
349	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	12,560	70,500			0,033	0,000	0,000	0,000	21,000	37,500	12,000	0,840					
900,000	Итого за Пюре и Хлеб	900,000	25,550	9,990	14,950	177,900			0,120	0,120	177,900	0,000	21,000	37,500	12,000	0,840					
1 490,000	Итого за Понедельник - 2 неделя с 11 лет и старше	1 490,000	46,717	40,874	115,276	1 067,678			1,553	34,994	354,744	7,485	217,509	620,383	176,304	16,888					
Дети/неделя: Вторник - 2 неделя с 11 лет и старше										Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
№ реп.	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)			В1	А (мкг)			Е	Са			Р	Мг			Fe
			Б	Ж	У	Б	Ж	У		С	А	А (мкг)		Са	Р	Мг		Fe			
Итого за Вторник - 2 неделя с 11 лет и старше										Итого за неделю					Итого за неделю						
15	Сыр (брынза)	15	3,900	3,915	8,203	42,429			0,005	0,120	34,500	0,075	150,000	96,000	6,750	0,150					
175	Сметанная "Дружба"	250	2,293	8,203	16,380	95,610			0,161	1,508	47,200	0,196	152,000	186,870	44,380	0,992					
384	Батон	200	2,460	0,400	18,400	88,000			0,044	0,390	9,000	0,060	7,600	26,000	5,200	0,480					
348	Сыр (Сухой) в виде стл.	200	22,400			90,000			0,070	2,000		0,080	14,000	8,000	2,800						
Итого за Вторник										Итого за неделю					Итого за неделю						
71	Пюре картофеля порционными	100	1,100	0,300	3,300	24,000			0,060	25,000	183,000	0,700	14,000	26,000	20,000	0,900					
102	Суп картофельный с бульоном	250	8,947	6,871	18,861	177,503			0,249	9,904	210,831	3,037	41,857	177,506	38,561	2,231					
249	Картофель с овощами	100	17,795	2,465	20,559	90,499			0,112	0,720	204,271	0,882	108,961	271,138	36,651	2,210					
128	Картофельное пюре	180	3,904	4,745	28,152	171,362			0,308	33,634	23,600	0,317	46,860	116,600	41,370	1,899					
242	Конфит ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240			0,035	350,000		0,130	6,000	18,000	4,200	0,500					
30	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	12,560	70,500			0,033	0,000	0,000	0,000	21,000	37,500	12,000	0,840					
870,000	Итого за Пюре и Хлеб	870,000	26,274	26,531	77,894	278,894			0,642	418,278	621,704	4,636	216,578	609,994	172,882	8,156					
1 575,000	Итого за Вторник - 2 неделя с 11 лет и старше	1 575,000	52,727	53,521	94,687	1 717,675			1,942	432,996	712,404	5,967	549,258	923,864	212,912	12,578					

Депь/депелет: Среда - 2 недели с 11 лет и старше															
№ рел.	Наименование дией недели, блонд	Масса поршин	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)		Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe	
Запасные															
174	Калы жолкыа жолкыа	250	6,860	47,279	7,806	287,781	0,087	1,547	47,800	0,252	131,760	21,650	40,840	0,638	
180	Медерейи жолкыа	200	2,220	94,200	2,220	94,200	0,070	0,300	9,000	0,060	8,000	26,000	5,400	0,440	
384	Медерейи жолкыа	40	0,320	19,640	0,320	19,640	0,044	0,050	1,500	0,040	24,000	13,500	13,500	3,300	
384	Фурей (белок)	150	0,600	70,500	0,600	14,700	0,035	0,100	16,877	0,032	182,269	224,150	59,880	4,498	
Питово за Запасные															
71	Наркыа жолкыа	100	0,800	0,150	2,850	17,500	0,045	16,000	106,500	0,400	15,500	28,000	17,000	0,200	
103	Сут с жолкыа на булуне	200	4,557	3,730	12,480	97,551	0,064	6,304	21,831	1,584	13,862	21,551	17,551	0,112	
202	Пешкыа	300	16,044	35,629	56,069	613,054	0,001	0,000	20,000	0,050	14,448	9,120	4,880	0,883	
397	Хаб-реалыи	800	0,236	0,055	54,748	70,500	0,002	1,700	0,580	0,330	6,000	19,500	4,200	0,340	
397	Хаб-реалыи	30	7,240	0,240	14,760	70,500	0,033	0,120	0,000	0,090	21,000	37,500	17,000	0,840	
397	Хаб-реалыи	30	2,550	0,990	14,800	77,000	0,048	0,120	217,911	2,462	293,530	375,809	51,403	7,974	
Питово за Обед															
415,000	Хаб-реалыи	40,394	26,462	40,394	11,617	97,000	0,285	24,224	394,711	3,514	260,260	375,809	51,403	7,974	
Питово за Среда - 2 недели с 11 лет и старше															
Депь/депелет: Четверг - 2 недели с 11 лет и старше															
№ рел.	Наименование дией недели, блонд	Масса поршин	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)		Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe	
Запасные															
279	Таркыа жолкыа с жолкыа суркыа	120	13,859	21,272	15,545	308,402	0,083	4,464	83,920	0,108	29,740	157,480	25,620	1,965	
384	Медерейи жолкыа суркыа	180	7,742	4,577	49,417	269,652	0,120	0,120	21,860	0,550	9,120	4,880	1,188		
377	Чай с жолкыа	250	0,736	0,055	13,163	24,148	0,044	1,700	0,580	0,400	8,000	256,510	47,240	4,776	
Питово за Четверг															
534,000	Хаб-реалыи	40	3,040	0,320	19,640	276,802	0,044	6,164	104,500	6,556	65,680	256,510	47,240	4,776	
Питово за Вечер															
71	Огурыи селкыа поршинкыа	100	0,700	0,100	11,000	0,920	0,030	7,000	29,999	0,100	16,900	29,999	14,000	0,500	
82	Керейи селкыа поршинкыа	250	4,665	5,916	12,847	121,011	0,081	21,177	217,111	0,235	21,650	21,650	23,831	1,194	
189	Керейи селкыа поршинкыа	280	21,770	25,624	28,166	429,474	0,083	34,011	429,474	0,083	34,011	429,474	66,301	3,471	
249	Керейи селкыа поршинкыа	180	0,077	0,009	12,433	49,952	0,001	350,040	1,521	0,018	1,311	0,891	0,709	0,061	
397	Хаб-реалыи	30	7,240	0,240	14,760	70,500	0,033	0,120	0,000	0,090	21,000	37,500	17,000	0,840	
397	Хаб-реалыи	30	2,550	0,990	14,800	77,000	0,048	0,120	217,911	2,462	293,530	375,809	51,403	7,974	
Питово за Обед															
470,000	Хаб-реалыи	40,394	26,462	40,394	11,617	97,000	0,285	24,224	394,711	3,514	260,260	375,809	51,403	7,974	
Питово за Четверг - 2 недели с 11 лет и старше															
Депь/депелет: Пятница - 2 недели с 11 лет и старше															
№ рел.	Наименование дией недели, блонд	Масса поршин	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)		Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe	
Запасные															
14	Пешкыа (свином)	10	0,080	0,730	0,130	66,100	0,001	0,000	0,000	0,100	2,400	3,000	0,020	0,020	
150	Пешкыа	5	3,900	7,690	34,645	230,000	0,080	1,235	43,600	0,173	14,500	45,600	10,000	1,050	
173	Калы табылгы жолкыа	250	7,116	2,963	13,643	53,388	0,001	0,100	9,500	0,240	4,950	8,240	4,000	0,859	
376	Чай с калыа	200	0,800	0,400	18,400	88,000	0,044	0,040	0,600	0,600	7,600	26,000	4,700	0,558	
Питово за Пятница															
534,000	Хаб-реалыи	40,394	23,354	160,784	666,649	666,649	0,282	1,135	89,600	2,262	156,855	273,739	64,173	3,558	
Питово за Суббота															
71	Наркыа жолкыа поршинкыа	100	1,100	0,200	2,800	24,000	0,060	21,000	131,000	0,300	14,000	26,000	20,000	0,900	
104	Сут с калыа на курчум булуне	250	8,011	8,974	24,686	211,040	0,152	4,100	55,175	2,262	33,643	105,900	27,770	1,430	
294	Калыа рубленый на змет пытыа	100	12,473	19,731	11,541	232,621	0,104	1,300	54,000	3,058	145,740	27,760	27,760	1,749	
202	Сыгартыа откыраа	180	6,543	0,160	21,960	91,800	0,018	3,600	16,000	0,055	16,730	55,020	9,980	1,013	
397	Сук в аспортии	30	2,780	0,240	14,760	70,500	0,033	0,120	0,000	0,090	21,000	37,500	17,000	0,840	
397	Хаб-реалыи	30	2,550	0,990	14,800	77,000	0,048	0,120	217,911	2,462	293,530	375,809	51,403	7,974	
Питово за Суббота															
870,000	Хаб-реалыи	34,177	156,395	999,445	6,616	416,600	0,616	416,600	508,677	107,108	402,150	121,000	107,108	6,802	
Питово за Пятница - 2 недели с 11 лет и старше															
1 420,000	Хаб-реалыи	48,273	57,363	237,979	1 657,093	1 657,093	0,808	45,925	597,677	10,283	286,308	659,640	165,645	10,640	

Депь/неделю: Суббота - 2 неделя с 11 лет и старше																			
№ реч.	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)			Витаминные (мг)								Минеральные вещества (мг)		
№ реч.	Наименование	Масса порции	Б	Ж	У	Б	Ж	У	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe			
Итого за 2 недели с 11 лет и старше																			
188	Закусочная рисовая с говядиной и куриными мясными	200	26,943	15,212	53,350	466,621	0,146	0,710	97,600	1,158	205,600	350,020	49,770	1,467	0,883	0,883			
189	Чай с мятой	200	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,580	0,008	0,008	9,120	4,800	0,883	0,883	0,883			
190	Хлеб пшеничный	40	3,640	0,320	19,680	94,000	0,044	0,040	0,040	0,040	0,040	0,040	0,040	0,040	0,040	0,040			
191	Хлеб пшеничный	150	0,600	0,040	14,700	70,500	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045			
192	Фрукт (яблоко)	500,000	16,419	16,419	16,419	16,419	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045			
Итого за 2 недели с 11 лет и старше																			
193	Нарезанная курица	100	0,900	0,150	2,840	17,500	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045			
194	Рисовая каша	100	5,000	5,000	16,130	132,565	0,083	9,779	217,581	2,045	37,843	98,710	27,052	1,058	1,058	1,058			
195	Хлеб пшеничный	100	14,171	18,666	3,731	238,509	0,068	4,084	57,800	2,064	21,859	132,108	18,619	1,557	1,557	1,557			
196	Бездрожжевой хлеб	100	4,841	5,290	39,938	226,971	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052			
197	Бездрожжевой хлеб	180	0,198	0,054	12,552	57,240	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
198	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
199	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
200	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
Итого за 2 недели с 11 лет и старше																			
201	Нарезанная курица	100	0,900	0,150	2,840	17,500	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045			
202	Рисовая каша	100	5,000	5,000	16,130	132,565	0,083	9,779	217,581	2,045	37,843	98,710	27,052	1,058	1,058	1,058			
203	Хлеб пшеничный	100	14,171	18,666	3,731	238,509	0,068	4,084	57,800	2,064	21,859	132,108	18,619	1,557	1,557	1,557			
204	Бездрожжевой хлеб	100	4,841	5,290	39,938	226,971	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052			
205	Бездрожжевой хлеб	180	0,198	0,054	12,552	57,240	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
206	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
207	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
Итого за 2 недели с 11 лет и старше																			
208	Нарезанная курица	100	0,900	0,150	2,840	17,500	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045			
209	Рисовая каша	100	5,000	5,000	16,130	132,565	0,083	9,779	217,581	2,045	37,843	98,710	27,052	1,058	1,058	1,058			
210	Хлеб пшеничный	100	14,171	18,666	3,731	238,509	0,068	4,084	57,800	2,064	21,859	132,108	18,619	1,557	1,557	1,557			
211	Бездрожжевой хлеб	100	4,841	5,290	39,938	226,971	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052			
212	Бездрожжевой хлеб	180	0,198	0,054	12,552	57,240	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
213	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
214	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
Итого за 2 недели с 11 лет и старше																			
215	Нарезанная курица	100	0,900	0,150	2,840	17,500	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045			
216	Рисовая каша	100	5,000	5,000	16,130	132,565	0,083	9,779	217,581	2,045	37,843	98,710	27,052	1,058	1,058	1,058			
217	Хлеб пшеничный	100	14,171	18,666	3,731	238,509	0,068	4,084	57,800	2,064	21,859	132,108	18,619	1,557	1,557	1,557			
218	Бездрожжевой хлеб	100	4,841	5,290	39,938	226,971	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052			
219	Бездрожжевой хлеб	180	0,198	0,054	12,552	57,240	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
220	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
221	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
Итого за 2 недели с 11 лет и старше																			
222	Нарезанная курица	100	0,900	0,150	2,840	17,500	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045			
223	Рисовая каша	100	5,000	5,000	16,130	132,565	0,083	9,779	217,581	2,045	37,843	98,710	27,052	1,058	1,058	1,058			
224	Хлеб пшеничный	100	14,171	18,666	3,731	238,509	0,068	4,084	57,800	2,064	21,859	132,108	18,619	1,557	1,557	1,557			
225	Бездрожжевой хлеб	100	4,841	5,290	39,938	226,971	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052			
226	Бездрожжевой хлеб	180	0,198	0,054	12,552	57,240	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
227	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
228	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
Итого за 2 недели с 11 лет и старше																			
229	Нарезанная курица	100	0,900	0,150	2,840	17,500	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045			
230	Рисовая каша	100	5,000	5,000	16,130	132,565	0,083	9,779	217,581	2,045	37,843	98,710	27,052	1,058	1,058	1,058			
231	Хлеб пшеничный	100	14,171	18,666	3,731	238,509	0,068	4,084	57,800	2,064	21,859	132,108	18,619	1,557	1,557	1,557			
232	Бездрожжевой хлеб	100	4,841	5,290	39,938	226,971	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052			
233	Бездрожжевой хлеб	180	0,198	0,054	12,552	57,240	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
234	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
235	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
Итого за 2 недели с 11 лет и старше																			
236	Нарезанная курица	100	0,900	0,150	2,840	17,500	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045			
237	Рисовая каша	100	5,000	5,000	16,130	132,565	0,083	9,779	217,581	2,045	37,843	98,710	27,052	1,058	1,058	1,058			
238	Хлеб пшеничный	100	14,171	18,666	3,731	238,509	0,068	4,084	57,800	2,064	21,859	132,108	18,619	1,557	1,557	1,557			
239	Бездрожжевой хлеб	100	4,841	5,290	39,938	226,971	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052			
240	Бездрожжевой хлеб	180	0,198	0,054	12,552	57,240	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
241	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
242	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
Итого за 2 недели с 11 лет и старше																			
243	Нарезанная курица	100	0,900	0,150	2,840	17,500	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045			
244	Рисовая каша	100	5,000	5,000	16,130	132,565	0,083	9,779	217,581	2,045	37,843	98,710	27,052	1,058	1,058	1,058			
245	Хлеб пшеничный	100	14,171	18,666	3,731	238,509	0,068	4,084	57,800	2,064	21,859	132,108	18,619	1,557	1,557	1,557			
246	Бездрожжевой хлеб	100	4,841	5,290	39,938	226,971	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052			
247	Бездрожжевой хлеб	180	0,198	0,054	12,552	57,240	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
248	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
249	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
Итого за 2 недели с 11 лет и старше																			
250	Нарезанная курица	100	0,900	0,150	2,840	17,500	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045	0,045			
251	Рисовая каша	100	5,000	5,000	16,130	132,565	0,083	9,779	217,581	2,045	37,843	98,710	27,052	1,058	1,058	1,058			
252	Хлеб пшеничный	100	14,171	18,666	3,731	238,509	0,068	4,084	57,800	2,064	21,859	132,108	18,619	1,557	1,557	1,557			
253	Бездрожжевой хлеб	100	4,841	5,290	39,938	226,971	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052	0,052			
254	Бездрожжевой хлеб	180	0,198	0,054	12,552	57,240	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013			
255	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,0						

[illegible]

День/неделя: Пятница - 3 неделя с 11 лет и старше

№ реч.	Наименование диеты, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)								
			Б	Ж	У	Б	Ж	У	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Мг	Мг	Мг	Мг	Мг
Итого за Пятница																				
148	Закусочная рисовая с творогом и сухими грибами	200	26,943	15,212	53,350	26,943	15,212	53,350	0,146	0,210	97,800	1,158	201,600	350,020	49,770	1,467	0,020	0,020	0,020	0,020
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	0,200	0,051	13,043	0,001	0,100	0,000	0,000	4,500	8,240	4,400	0,859	0,000	0,000	0,000	0,000
348	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,530	19,480	3,040	0,530	19,480	0,070	2,000	0,000	0,440	8,000	14,000	8,000	2,800	0,000	0,000	0,000	0,000
640,000	Итого за Пятница	640,000	30,183	15,582	85,873	30,183	15,582	85,873	0,217	2,310	97,800	1,598	216,550	399,260	62,770	5,166	0,020	0,020	0,020	0,020
Итого за Суббота																				
71	Нарезка овощей	100	0,000	0,150	2,850	0,000	0,150	2,850	0,045	16,000	106,500	0,400	15,500	28,000	17,000	0,700	0,000	0,000	0,000	0,000
103	Суп с вермишелью на курином бульоне	250	4,552	3,330	17,480	4,552	3,330	17,480	0,064	6,304	210,811	1,584	15,362	52,739	12,551	0,709	0,000	0,000	0,000	0,000
293	Цыпленок жареный (только)	100	26,003	15,196	0,537	26,003	15,196	0,537	0,145	0,438	3,327	1,733	15,867	238,094	28,861	1,092	0,000	0,000	0,000	0,000
304	Пюре из свежих овощей с маслом	180	20,741	5,060	43,566	20,741	5,060	43,566	0,730	0,396	20,000	0,618	108,000	298,500	36,500	6,159	0,000	0,000	0,000	0,000
357	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	2,280	0,240	14,760	0,033	0,500	0,000	0,130	6,000	19,500	4,200	0,330	0,000	0,000	0,000	0,000
30	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,550	0,090	14,900	2,550	0,090	14,900	0,170	0,120	3,000	0,090	21,000	37,500	12,000	0,840	0,000	0,000	0,000	0,000
1 510,000	Итого за Суббота	1 510,000	57,626	24,972	110,235	57,626	24,972	110,235	1,177	21,258	340,838	4,515	184,899	672,803	169,672	9,875	0,000	0,000	0,000	0,000
Итого за Пятница - 3 неделя с 11 лет и старше																				
181	Котлетная котлетка	250	5,320	6,521	30,603	5,320	6,521	30,603	0,074	1,735	43,000	0,552	123,384	199,150	17,976	0,405	0,000	0,000	0,000	0,000
337	Чай с сахаром	200	0,256	0,055	13,163	0,256	0,055	13,163	0,002	1,709	0,000	0,000	8,000	16,500	5,600	0,400	0,000	0,000	0,000	0,000
338	Борщ (объем)	150	0,600	0,320	14,700	0,600	0,320	14,700	0,045	15,000	0,000	0,300	24,000	16,500	13,500	3,300	0,000	0,000	0,000	0,000
640,000	Итого за Суббота	640,000	6,176	6,896	58,466	6,176	6,896	58,466	0,161	17,935	43,580	1,183	161,834	160,770	11,956	5,028	0,000	0,000	0,000	0,000
Итого за Воскресенье																				
71	Овощи свежие порционные	100	0,700	0,100	1,900	0,700	0,100	1,900	0,030	7,000	29,000	0,100	16,999	29,999	14,000	0,500	0,000	0,000	0,000	0,000
103	Суп картофельный с грибами	250	4,578	2,916	13,333	4,578	2,916	13,333	0,103	15,000	185,961	1,766	18,681	74,416	22,500	0,991	0,000	0,000	0,000	0,000
176	Чай с сахаром	40	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
338	Борщ (объем)	180	3,064	4,215	28,152	3,064	4,215	28,152	0,296	31,634	23,000	0,712	36,460	108,010	69,930	1,101	0,000	0,000	0,000	0,000
30	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	2,280	0,240	14,760	0,033	0,500	0,000	0,130	6,000	19,500	4,200	0,330	0,000	0,000	0,000	0,000
30	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,550	0,090	14,900	2,550	0,090	14,900	0,170	0,120	3,000	0,090	21,000	37,500	12,000	0,840	0,000	0,000	0,000	0,000
1 510,000	Итого за Воскресенье	1 510,000	25,818	27,824	91,263	25,818	27,824	91,263	0,643	406,499	353,582	4,606	166,511	584,176	164,760	5,112	0,000	0,000	0,000	0,000
Итого за Воскресенье - 3 неделя с 11 лет и старше																				
14	Мясной (карпаччио)	10	0,000	7,750	0,130	0,000	7,750	0,130	0,001	0,000	40,000	0,100	2,000	3,000	10,000	0,020	0,000	0,000	0,000	0,000
176	Печенье	50	3,900	7,063	34,645	3,900	7,063	34,645	0,040	1,235	43,000	0,733	127,405	175,050	44,535	1,149	0,000	0,000	0,000	0,000
338	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	0,200	0,051	13,043	0,001	0,100	0,000	0,000	4,500	8,240	4,400	0,859	0,000	0,000	0,000	0,000
376	Борщ	40	2,800	0,400	18,400	2,800	0,400	18,400	0,044	0,600	0,000	0,000	7,600	26,000	5,200	0,480	0,000	0,000	0,000	0,000
390,000	Итого за Воскресенье	390,000	14,896	23,551	106,214	14,896	23,551	106,214	0,282	1,315	89,000	2,783	156,835	237,290	64,135	3,558	0,000	0,000	0,000	0,000
Итого за Воскресенье - 3 неделя с 11 лет и старше																				
71	Пюре из овощей порционных	100	1,100	0,300	3,800	1,100	0,300	3,800	0,060	24,000	183,007	0,700	14,000	26,000	20,000	0,900	0,000	0,000	0,000	0,000
108	Суп с клецками на курином бульоне	250	8,011	8,021	24,686	8,011	8,021	24,686	0,125	11,500	255,175	2,592	37,425	131,710	37,425	1,500	0,000	0,000	0,000	0,000
293	Шницель из свиной вырезки	100	18,189	20,651	12,907	18,189	20,651	12,907	0,139	1,584	61,000	2,403	32,420	167,630	21,160	1,925	0,000	0,000	0,000	0,000
342	Салат из овощей	180	6,743	3,094	43,058	6,743	3,094	43,058	0,104	16,000	0,000	0,000	16,230	55,020	9,980	0,036	0,000	0,000	0,000	0,000
30	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	2,280	0,240	14,760	0,033	0,500	0,000	0,130	6,000	19,500	4,200	0,330	0,000	0,000	0,000	0,000
30	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,550	0,090	14,900	2,550	0,090	14,900	0,170	0,120	3,000	0,090	21,000	37,500	12,000	0,840	0,000	0,000	0,000	0,000
1 420,000	Итого за Воскресенье	1 420,000	29,107	24,063	116,253	29,107	24,063	116,253	0,881	38,254	315,277	7,245	121,113	411,640	89,710	6,471	0,000	0,000	0,000	0,000
Итого за Воскресенье - 3 неделя с 11 лет и старше																				
14	Мясной (карпаччио)	10	0,000	7,750	0,130	0,000	7,750	0,130	0,001	0,000	40,000	0,100	2,000	3,000	10,000	0,020	0,000	0,000	0,000	0,000
176	Печенье	50	3,900	7,063	34,645	3,900	7,063	34,645	0,040	1,235	43,000	0,733	127,405	175,050	44,535	1,149	0,000	0,000	0,000	0,000
338	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	0,200	0,051	13,043	0,001	0,100	0,000	0,000	4,500	8,240	4,400	0,859	0,000	0,000	0,000	0,000
376	Борщ	40	2,800	0,400	18,400	2,800	0,400	18,400	0,044	0,600	0,000	0,000	7,600	26,000	5,200	0,480	0,000	0,000	0,000	0,000
390,000	Итого за Воскресенье	390,000	14,896	23,551	106,214	14,896	23,551	106,214	0,282	1,315	89,000	2,783	156,835	237,290	64,135	3,558	0,000	0,000	0,000	0,000
Итого за Воскресенье - 3 неделя с 11 лет и старше																				

Возрастная группа с 11 лет и старше				ЭЦ (ккал)				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
	Пищевые вещества (г)		У	Ж	Б	Ж	У	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe
	Б	Ж													
Понедельник - 1 неделя	49,41	57,48	218,106	196,795	1 604,044	0,670	390,932	427,921	5,947	440,592	513,666	171,891	17,889	170,562	7,638
Вторник - 1 неделя	56,480	50,448	196,795	196,795	1 604,044	0,670	390,932	427,921	5,947	440,592	513,666	171,891	17,889	170,562	7,638
Среда - 1 неделя	78,029	54,388	225,101	169,237	1 604,044	0,670	390,932	427,921	5,947	440,592	513,666	171,891	17,889	170,562	7,638
Четверг - 1 неделя	60,657	54,388	197,682	1 928,588	0,858	35,020	712,761	7,160	7,160	384,940	834,908	214,170	11,698	9,789	11,698
Пятница - 1 неделя	43,445	51,712	179,254	1 928,588	0,858	35,020	712,761	7,160	7,160	384,940	834,908	214,170	11,698	9,789	11,698
Суббота - 1 неделя	43,445	51,712	179,254	1 928,588	0,858	35,020	712,761	7,160	7,160	384,940	834,908	214,170	11,698	9,789	11,698
Воскресенье - 1 неделя	43,445	51,712	179,254	1 928,588	0,858	35,020	712,761	7,160	7,160	384,940	834,908	214,170	11,698	9,789	11,698
СРЕДНЕЕ за 2 недели	56,256	52,787	199,319	1 336,106	0,837	448,265	507,646	8,434	363,245	766,534	195,756	11,738	11,738	11,738	11,738
Понедельник - 2 неделя	84,294	77,803	168,717	1 336,106	0,837	448,265	507,646	8,434	363,245	766,534	195,756	11,738	11,738	11,738	11,738
Вторник - 2 неделя	52,727	43,321	194,687	1 336,106	0,837	448,265	507,646	8,434	363,245	766,534	195,756	11,738	11,738	11,738	11,738
Среда - 2 неделя	39,282	51,370	211,811	1 336,106	0,837	448,265	507,646	8,434	363,245	766,534	195,756	11,738	11,738	11,738	11,738
Четверг - 2 неделя	56,819	59,133	225,099	1 336,106	0,837	448,265	507,646	8,434	363,245	766,534	195,756	11,738	11,738	11,738	11,738
Пятница - 2 неделя	60,856	57,383	225,099	1 336,106	0,837	448,265	507,646	8,434	363,245	766,534	195,756	11,738	11,738	11,738	11,738
Суббота - 2 неделя	58,034	55,312	205,544	1 336,106	0,837	448,265	507,646	8,434	363,245	766,534	195,756	11,738	11,738	11,738	11,738
Воскресенье - 2 неделя	58,034	55,312	205,544	1 336,106	0,837	448,265	507,646	8,434	363,245	766,534	195,756	11,738	11,738	11,738	11,738
СРЕДНЕЕ за 2 недели	63,402	65,307	192,995	1 336,106	0,837	448,265	507,646	8,434	363,245	766,534	195,756	11,738	11,738	11,738	11,738
Понедельник - 3 неделя	63,402	65,307	192,995	1 336,106	0,837	448,265	507,646	8,434	363,245	766,534	195,756	11,738	11,738	11,738	11,738
Вторник - 3 неделя	63,402	65,307	192,995	1 336,106	0,837	448,265	507,646	8,434	363,245	766,534	195,756	11,738	11,738	11,738	11,738
Среда - 3 неделя	63,402	65,307	192,995	1 336,106	0,837	448,265	507,646	8,434	363,245	766,534	195,756	11,738	11,738	11,738	11,738
Четверг - 3 неделя	63,402	65,307	192,995	1 336,106	0,837	448,265	507,646	8,434	363,245	766,534	195,756	11,738	11,738	11,738	11,738
Пятница - 3 неделя	63,402	65,307	192,995	1 336,106	0,837	448,265	507,646	8,434	363,245	766,534	195,756	11,738	11,738	11,738	11,738
Суббота - 3 неделя	63,402	65,307	192,995	1 336,106	0,837	448,265	507,646	8,434	363,245	766,534	195,756	11,738	11,738	11,738	11,738
Воскресенье - 3 неделя	63,402	65,307	192,995	1 336,106	0,837	448,265	507,646	8,434	363,245	766,534	195,756	11,738	11,738	11,738	11,738
СРЕДНЕЕ за 3 недели	63,402	65,307	192,995	1 336,106	0,837	448,265	507,646	8,434	363,245	766,534	195,756	11,738	11,738	11,738	11,738
Нормы СанПин	90	92	383	2 720	1,4	70	900	14	1 400	1 400	1 400	300	18	18	18

Возрастная группа с 11 лет и старше				ЭЦ (ккал)				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
	Пищевые вещества (г)		У	Ж	Б	Ж	У	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe
	Б	Ж													
Понедельник - 1 неделя	596,000	815,000	1 405,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000
Вторник - 1 неделя	596,000	815,000	1 405,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000
Среда - 1 неделя	596,000	815,000	1 405,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000
Четверг - 1 неделя	596,000	815,000	1 405,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000
Пятница - 1 неделя	596,000	815,000	1 405,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000
Суббота - 1 неделя	596,000	815,000	1 405,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000
Воскресенье - 1 неделя	596,000	815,000	1 405,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000
Понедельник - 2 неделя	596,000	815,000	1 405,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000
Вторник - 2 неделя	596,000	815,000	1 405,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000
Среда - 2 неделя	596,000	815,000	1 405,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000
Четверг - 2 неделя	596,000	815,000	1 405,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000
Пятница - 2 неделя	596,000	815,000	1 405,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000
Суббота - 2 неделя	596,000	815,000	1 405,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000
Воскресенье - 2 неделя	596,000	815,000	1 405,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000
Понедельник - 3 неделя	596,000	815,000	1 405,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000
Вторник - 3 неделя	596,000	815,000	1 405,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000
Среда - 3 неделя	596,000	815,000	1 405,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000
Четверг - 3 неделя	596,000	815,000	1 405,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000
Пятница - 3 неделя	596,000	815,000	1 405,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000
Суббота - 3 неделя	596,000	815,000	1 405,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000
Воскресенье - 3 неделя	596,000	815,000	1 405,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000	1 420,000
СРЕДНЕЕ за 3 недели	596	866	1 462	1 462	1 462	1 462	1 462	1 462	1 462	1 462	1 462	1 462	1 462	1 462	1 462
Нормы СанПин	550	800	1 350	1 350	1 350	1 350	1 350	1 350	1 350	1 350	1 350	300	18	18	18