СОГЛАСОВАНО

Директор

202

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

тид фионов Т.В.

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

День/н	Лень/неделя: Понедельник - 1 неделя с 7 до 11 лет													
No non	Попилановонна пнай начати битот	Macca	Пип	Пищевые вещества (г)	ia (r)	(com) He		Витами	Витамины (мг)		Мин	Минеральные вещества (мг)	вещества	Mr)
na ben		порции	Б	Ж	y	JL (KKAJI)	B1	C	А (мкг)	ম	Ca	I I	Mg	Fe
					Завтрак									
	Масло порционно	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001		40,000	0,100	2,400	3,000		0,020
173	Каша геркулесовая	200	5,419	4,963	26,729	173,711	0,148	886'0	23,200	0,436	107,408	154,730	44,312	1,054
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
	Батон	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055			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	8,000	26,000	5,600	0,440
	Итого за Завтрак	500,000	12,239	13,084	82,582	661,764	0,249	1,088	63,700	1,826	132,258	224,470	60,812	2,973
					Obed									
	Икра овощная	09	1,020	5,400	5,400	81,600	0,012	4,200		1,860	24,600	22,200	000'6	0,420
88/2011	1 Щи из свежей капусты на бульоне	200	1,614	4,665	9,351	86,012	0,067	20,455	164,551	1,967	27,283	44,011	18,542	0,723
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	1,900
348	Компот из сухофруктов	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	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	066'0	14,490	77,700	0,120	0,120		0600	21,900	37,500	12,000	0,840
	Итого за Обед	200,000	24,215	29,887	98,216	767,088	0,342	378,469	473,791	7,805	113,243	335,911	95,487	4,405
	Итого за Понедельник - 1 неделя с 7 до 11 лет	1 200,000	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
День/н	День/неделя: Вторник - 1 неделя с 7 до 11 лет													
No non	Попиченование иней пелени билен	Macca	Пип	Пищевые вещества (г)	:a (r)	(= 5) IIC		Витами	Витамины (мг)		Мин	Минеральные вещества (мг)	вещества (Mr)
are per		порции	Б	Ж	y	JIL (KKZJI)	B1	၁	A (MKF)	Э	Ca	P	Mg	Fe
					Завтрак									
	Печенье	50	3,900	069'L	34,645	220,000	0,040		5,500	1,750	14,500	45,000	10,000	1,050
181	Каша манная молочная	200	4,281	3,551	24,781	148,791	0,059	886'0	23,200	0,320	97,888	86,450	14,372	0,318
384	Какао из консервов "Какао со сгущенным молоком и сахаром"	200	2,460	2,250	16,380	95,610	0,030	0,390	9,000	090°0				
	Батон	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055			0,850	9,500	32,500	6,500	0,600
	Итого за Завтрак	500,000	14,141	13,991	98,806	574,401	0,184	1,378	37,700	2,980	121,888	163,950	30,872	1,968
					Обед									
47	Салат из квашеной капусты	09	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
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	06	14,084	8,796	12,735	187,761	0,146	3,000	16,500	2,602	31,110	135,520	57,470	1,508
128	Картофельное пюре	150	3,249	3,833	23,431	141,572	0,173	27,995	19,000	6/1'0	40,220	96,820	34,510	1,332
377	Чай с лимоном	180	0,236	0,055	12,165	50,758	0,002	1,700	0,580	800'0	6,550	9,120	4,880	0,880
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	066'0	14,490	77,700	0,120	0,120		0,090	21,900	37,500	12,000	0,840
	Итого за Обед	240,000	31,015	22,504	95,101	711,072	0,688	55,119	206,911	7,034	164,002	422,289	152,652	7,155
	Итого за Вторник - 1 неделя с 7 до 11 лет	1 240,000	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

День/нед	День/неделя: Среда - 1 неделя с 7 до 11 лет	Macca	Пиш	Пишевые вещества (г)	sa (r)			Витами	Витамины (мг)		Мин	Минеральные вещества (мг)	вещества	(ML)
№ peu.	Наименование дней недели, блюд	порини	Б	×	y	ЭЦ (ккал)	В1	С	А (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
					Завтрак									
279	Тефтели мясные с томатным соусом	120	14,292	15,450	15,154	256,292	0,080	4,138	84,130	5,002	27,020	148,850	44,300	1,791
173	Каша 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
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	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
	Итого за Завтрак	510,000	22,263	19,947	69,177	545,441	0,286	5,838	100,710	5,786	53,610	296,180	129,000	5,630
					Obed									
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
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
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	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	0,840
	Итого за Обед	705,000	26,253	42,056	112,859	939,905	0,293	378,124	525,351	3,606	94,160	180,559	54,984	3,901
	Итого за Среда - 1 неделя с 7 до 11 лет	1 215,000	48,516	62,003	182,036	1 485,346	0,579	383,962	626,061	9,392	147,770	476,739	183,984	9,531
День/не/	[ень/неделя: Четверг - 1 неделя с 7 до 11 лет													
No non	Наименование пией непепи бикл	Macca		Інщевые вещества (г)	_	ЭП (ккал)		Витами	Витамины (мг)	5	MHH	Минеральные вещества (МГ)	вещества	(MF)
ore peut		порции	ь.	×	Y		ВІ	(A (MKI)	Ε.	Ca	ī	STAI	re
					Завтрак									
	Масло порционно	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001		40,000	0,100	2,400	3,000		0,020
210	Омлет натуральный	150	25,717	27,354	4,565	367,581	0,158	0,871	492,900	2,032	187,650	421,030	32,040	4,///
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
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			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
	Итого за Завтрак	550,000	29,397	35,655	50,838	645,569	0,249	15,971	533,400	3,112	226,600	474,770	55,140	9,436
					Oñed									
52	Салат из свеклы отварной	60	0,870	3,055	5,104	51,330	0,012	5,800		1,378	21,460	25,000	12,760	0,812
96	Рассольник московский на бульоне	200	1,958	4,015	13,178	97,201	0,061	7,824	165,631	1,529	21,322	64,330	17,321	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		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	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	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	0,840
	Итого за Обед	700,000	22,221	25,275	89,050	673,337	0,442	393,473	214,351	6,540	111,102	343,910	96,766	3,332
	Итого за Четверг - 1 неделя с 7 до 11 лет	1 250,000	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

День/н	День/неделя: Пятница - 1 неделя с 7 до 11 лет						_							
No nen	Нэименование пвей непени били	Macca	Пип	Пищевые вещест	ества (г)	(=0.00) HE		Витами	Витамины (мг)		Мин	еральные	Минеральные вещества (мг)	(Mr)
mad atc		порции	Р	Ж	y	JUL (KRAJI)	B1	၁	A (MKF)	Э	Са	P	Mg	Fe
					Завтрак									
	Сыр порционный	20	5,200	5,220		68,800	900'0	0,160	46,000	0,100	200,000	128,000	000,6	0,200
174	Каша рисовая молочная с маслом	200	5,448	5,656	37,723	224,231	690'0	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	0,580	800'0	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
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
	Итого за Завтрак	500,000	16,724	11,651	996'88	529,779	0,165	3,095	81,580	1,420	343,830	333,570	57,200	2,530
					Обед			t.						
29	Винегрет овощной	09	616'0	4,109	4,920	60,630	0,038	6,100	160,450	1,849	11,900	26,760	12,095	0,464
103	Суп с вермишелью на бульонебульоне	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 рубленые из мяса	06	14,197	16,290	12,523	254,991	0,306	0,600	2,430	1,384	24,680	136,340	38,700	1,601
173	Каша 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
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,856
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	000'9	19,500	4,200	0,330
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	066'0	14,490	77,700	0,120	0,120		060'0	21,900	37,500	12,000	0,840
	Итого за Обед	740,000	29,019	28,081	128,68	730,101	0,711	11,924	350,211	5,086	94,792	386,369	155,657	7.209
	Итого за Пятница - 1 неделя с 7 до 11 лет	1 240,000	45,743	39,732	178,837	1 259,880	0,876	15,019	431,791	902'9	438,622	719,939	212.857	9.739
День/на	Цень/неделя: Понедельник - 2 неделя с 7 до 11 лет													
No ne	Наименование пней пенети биол	Macca	Пип	Пищевые вещест	(ества (г)	(= 0.101) HE		Витами	Витамины (мг)		Мин	еральные	Минеральные вещества (мг)	Mr)
Tad - 1.0		порции	Б	Ж	y	JIL (RRAJI)	B1	၁	А (мкг)	E	Ca	Ь	Mg	Fe
				e e	Завтрак									
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	1,358
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
338	Фрукт (яблоко)	150	009'0	0,600	14,700	70,500	0,045	15,000		0,300	24,000	16,500	13,500	3,300
	Итого за Завтрак	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
					Обед									
. 47	Салат из квашеной капусты	09	0,918	3,078	2,430	42,540	0,014	14,700		1,389	24,420	18,150	8,580	0,450
102	т	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	\neg	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						0,036
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	0000'9	19,500	4,200	0,330
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120		060'0	21,900	37,500	12,000	0,840
	Итого за Обед	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
	Итого за Понедельник - 2 неделя с 7 до 11 лет	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

			ş	349	202	268	101	32	5					376	173			ма рец.		День/нед					376	173	294	82	42			348		384	188		ле рец.	16	TCHP/HCT
atmoto su coco	Umaza za Obed	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб пшеничный	Компот из свежих яблок	Рожки отварные	Биточки мясные с томатным соусом	Суп картофельный с крупой	Canal no obcome of bapmon	Сапат на свехити отвершой	annote on onon-pure	Итого за Завтрак	Хлеб пшеничный	Батон	Чай с сахаром	Каша пшённая молочная	Масло порционно		нанменование днен педели, ознод	Пошента при попени блист	Тень/неделя: Среда - 2 неделя с 7 до 11 лет	Итого за Вторник - 2 неделя с 7 до 11 лет	Итого за Обед	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб пшеничный	Чай с сахаром	Каша гречневая вязкая	Шницель рубленый из мяса птицы	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	Салат картофельный с зеленым горошком		Итого за Завтрак	Сок 200 мл в инд.уп.	Батон	Кофейный напиток	Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком		панменование днеи недели, олюд	The state of the s	день/недели. эториих - 2 педели с / до тт лет
1 270 000	770.000	30	30	180	150	120	200	200	60		500,000	40	50	200	200	10		порции	Macca		1 350,000	740,000	30	30	180	150	90	200	60		610,000	200	40	200	170		порции	Macca	
13 100	30.999	2,550	2,280	0,144	6,414	14,539	17.570	4 202	0 870	2000	12,490	3,040	3,500	0,200	5,670	0,080		Б	Шиш		61,651	33,820	2,550	2,280	0,200	4,695	18,781	4,250	1,064		27,831		2,800	2,220	22,811		Б	Пиш	
44310	31.757	0,990	0,240	0,144	3,656	21,324	2,574	7 2 4 9	3.055		12,461	0,320	0,500	0,051	4,340	7,250		X	Инщевые вещества		35,493	19,639	0,990	0,240	0,051	4,122	5,364	4,716	4,156		15,854		0,400	2,250	13,204		×	Пищевые вещества (г)	
200 743	117,274	14,490	14,760	15,204	40,944	14,307	14,507	12 265	5.104	Obed	83,469	089,61	23,000	13,043	27,616	0,130	Завтрак	y	Ξ		192,953	89,397	14,490	14,760	12,045	21,180	10,822	10,076	6,024	Oõed	103,556	22,400	18,400	16,320	46,436	Завтрак	y	sa (г)	0.00
1 377 608	881,390	77,700	70,500	63,602	222,482	303,311	300311	86 465	51,330		496,308	94,000	110,000	53,388	172,820	66,100			TI (KKAJI)		1 344,126	671,155	77,700	70,500	49,398	140,401	167,955	99,121	66,080		672,971	90,000	88,000	94,500	400,471) TA (mman)	(nean) IIE	
0.030	0,672	0,120	0,033	110,0	0,099	0,000	0.313	0.084	0,012		0,258	0,044	0,055	0,001	0,157	0,001		B1			0,767	0,549	0,120	0,033	0,001	0,160	0,118	0,066	0,051		0,218	0,020	0,044	0,030	0,124		В1		
373.860	372,772	0,120		333,600		1,100	1 188	12 064	5,800		1,088			0,100	0,988			C	Витами	;	28,090	25,074	0,120		0,100			16,854	8,000		3,016	2,000		0,390	0,626		С	Витами	;
294.543	230,843				10,000	17,000	63 950	150 893			63,700			0,500	23,200	40,000		А (мкг)	Витамины (мг)	,	291,031	199,031			0,500	16,000	6,480	175,351	0,700		92,000			9,000	83,000		А (мкг)	Витамины (мг)	,
9.011	7,511	0,090	0,330	0,072	0,910	0,010	3 712	1.019	1,378		1,500	0,440	0,850		0,110	0,100		Œ.			8,581	6,729	0,090	0,330		0,336	2,146	1,997	1,830		1,852		0,680	0,060	1,112		E		
246.041	119,939	21,900	6,000	5,700	13,540	10.240	30 249	15.230	21,460		126,102	8,000	9,500	4,950	101,252	2,400		Ca	HIM	1	294,686	105,856	21,900	6,000	4,950	12,040	21,754	30,062	9,150		188,830		7,600		181,230		Ca	MHI	1
553.413	344,473	37,500	19,500	3,500	2060	52 160	142 219	63.134	25,000		208,940	26,000	32,500	8,240	139,200	3,000		P	неральны		750,796	409,876	37,500	19,500	8,240	112,210	141,877	61,769	28,780		340,920	14,000	26,000		300,920		P	еральные	
153,314	101,186	12,000	4,200	2,200	2,740	0.770	41.220	18,046	12,760		52,128	5,600	6,500	4,400	35,628			Mg	міннеральные вещества (мі)		247,572	191,542	12,000	4,200	4,400	74,220	66,400	18,942	11,380		56,030	8,000	5,200		42,830		Mg	Минеральные вещества (мг)	
9,193	6,360	0,840	0,330	0,220	0,557	0 004	1.735	0.822	0,812		2,833	0,440	0,600	0,859	0,914	0,020		не	(114)		11,944	7,419	0,840	0,330	0,856	2,516	1,449	0,980	0,448		4,525	2,800	0,480		1,245		Fe	(MF)	1

День/но	День/неделя: Четверг - 2 неделя с 7 до 11 лет													
Nongr	Ноименование пней пенени билен	Macca	Пип	Пищевые веществ	ества (г)	(2 one) HC		Витами	Витамины (мг)		Mm	неральные	Минеральные вещества (мг)	(Mr)
nad are		порции	Б	Ж	Å	JL (RRAJI)	B1	С	А (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
					Завтрак									
	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
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	1,508
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
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	089'61	94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
	Итого за Завтрак	510,000	22,262	13,506	80,480	534,180	0,267	6,100	33,000	3,672	58,940	269,810	100,490	3,584
					Обед									
	П	09	0,480	0,060	1,020	7,800	0,012	3,000	3,000	090,0	13,800	14,400	8,400	0,360
88/2011	 Щи из свежей капусты на бульоне 	200	1,614	4,665	9,351	86,012	0,067	20,455	164,551	1,967	27,283	44,011	18,542	0,723
289	Рагу овощное из птицы	200	15,513	18,352	20,118	306,751	0,191	24,293	454,320	3,068	36,610	197,240	47,420	2,479
348	Компот из сухофруктов	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	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	066'0	14,490	77,700	0,120	0,120		0,090	21,900	37,500	12,000	0,840
	Итого за Обед	700,000	22,671	24,307	78,002	623,358	0,428	398,048	621,871	5,763	113,063	319,491	95,467	4,924
	Итого за Четверг - 2 неделя с 7 до 11 лет	1 210,000	44,933	37,813	158,482	1 157,538	0,695	404,148	654,871	9,435	172,003	589,301	195,957	8,508
День/ни	Тень/неделя: Пятница - 2 неделя с 7 до 11 лет			*										
No non	Ноименование попа и попа и	Macca	Пип	Пищевые вещестн	(ества (г)	(2000) 116		Витамины (мг)	ны (мг)		Мин	неральные	Минеральные вещества (мг)	Mr)
and see		порции	В	Ж	y	JL (RRAJI)	B1	С	A (MKF)	E	Ca	Ь	Mg	Fe
					Завтрак									
209	Яйцо отварное	50	12,700	11,500	0,700	157,000	0,070		250,000	0,600	55,000	192,000	12,000	2,500
175	Каша молочная "Дружба"	200	5,833	6,708	33,771	219,471	0,128	1,209	38,600	0,159	122,650	149,720	35,510	0,796
377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,580	800'0	6,550	9,120	4,880	0,883
	Хлеб пшеничный	50	3,800	0,400	24,600	117,500	0,055		d.	0,550	10,000	32,500	7,000	0,550
	Итого за Завтрак	500,000	22,569	18,663	72,234	548,719	0,255	2,909	289,180	1,317	194,200	383,340	59,390	4,729
					Обед									
	Икра овощная	09	1,020	5,400	5,400	81,600	0,012	4,200		1,860	24,600	22,200	00006	0,420
103	Суп с вермишелью на бульонебульоне	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
229	Рыба, тушенная с овощами	120	19,384	868'91 .	1,331	198,755	0,133	1,856	192,618	2,440	52,783	279,816	828'99	1,079
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	1,332
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,856
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	066'0	14,490	77,700	0,120	0,120		0600	21,900	37,500	12,000	0,840
	Итого за Обед	770,000	32,861	169'62	81,410	900'969	0,525	39,275	382,949	5,996	163,775	509,895	141,030	5,459
	Итого за Пятница - 2 неделя с 7 до 11 лет	1 270,000	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

Возрастна	Возрастная группа с 7 до 11 лет	до 11 лет				1	,					
	Пиш	Пищевые вещества (г)	8a (F)	- (пежа) ПС		Витамины (мг)	(MT)		Мин	Минеральные вещества (мг)	вещества (12
	Б	Ж	У	OH (Man)	B1	С	А (мкг)	E	Ca	P	Mg	
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	1
Вторник - 1 неделя	45,156	36,495	193,907	1 285,473	0,872	56,497	244,611	10,014	285,890	586,239	183,524	1
Среда - 1 неделя	48,516	62,003	182,036	1 485,346	0,579	383,962	626,061	9,392	147,770	476,739	183,984	
Четверг - 1 неделя	51,618	60,930	139,888	1 318,906	0,691	409,444	747,751	9,652	337,702	818,680	151,906	1
Пятница - 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	
СРЕДНЕЕ за 1 неделю	45,497	48,426	175,093	1 322,778	0,722	248,896	517,541	9,039	291,097	632,396	177,714	1
Понедельник - 2 неделя	67,335	32,747	187,201	1 326,093	0,717	387,752	283,981	8,817	424,124	769,449	245,238	1
Вторник - 2 неделя	61,651	35,493	192,953	1 344,126	0,767	28,090	291,031	8,581	294,686	750,796	247,572	1
Среда - 2 неделя	43,489	44,218	200,743	1 377,698	0,930	373,860	294,543	9,011	246,041	553,413	153,314	1
Четверг - 2 неделя	44,933	37,813	158,482	1 157,538	0,695	404,148	654,871	9,435	172,003	589,301	195,957	1
Пятница - 2 неделя	55,430	48,354	153,644	1 244,725	0,780	42,184	672,129	7,313	357,975	893,235	200,420	1
СРЕДНЕЕ за 2 неделю	54,568	39,725	178,605	1 290,036	0,778	247,207	439,311	8,631	298,966	711,239	208,500	1
ИТОГО 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	
Норма СанПин	77	79	335	2 350	1,2	60	700	12	1 100	1 100	250	
Выполнение СанПиН, % от суточной нормы	65%	56%	53%	56%	63%	413%	68%	74%	27%	61%	77%	1
Возрастная группа с 7 до 11 лет	до 11 лет			•								
	Завтрак	Обед	Итого за день	0								
Понедельник - 1 неделя	500,000	700,000	1 200,000									
Вторник - 1 неделя	500,000	740,000	1 240,000									
Среда - 1 неделя	510,000	705,000	1 215,000	•								
Четверг - 1 неделя	550,000	700,000	1 250,000	•								
Пятница - 1 неделя	500,000	740,000	1 240,000									
Понедельник - 2 неделя	570,000	770,000	1 340,000	•								
Вторник - 2 неделя	610,000	740,000	1 350,000									
Среда - 2 неделя	500,000	770,000	1 270,000	•								
Четверг - 2 неделя	510,000	700,000	1 210,000	•								
Пятница - 2 неделя	500,000	770,000	1 270,000									
ИТОГО среднее за 2 недели	525	734	1 259									
Норма СанПин	500	700	1 200									

День/	День/неделя: Понедельник - 1 неделя с 11 лет и старше	16												
No nen	не Наименование пней печети бион	Macca	Пип	Пищевые веществ	ества (г)	(2000) HC		Витами	Витамины (мг)		Мин	Минеральные вещества (мг)	вещества	(Mr)
A ENC		порции	Р	Ж	ý	JIJ (KKAJI)	B1	၁	A (MKF)	Э	Са	l l	Mg	Fe
					Завтрак									
		10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001		40,000	0,100	2,400	3,000		0,020
173		250	6,773	6,203	33,461	217,338	0,185	1,235	29,000	0,545	134,444	193,450	55,401	1,320
376		200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,859
	Батон	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055			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	8,000	26,000	5,600	0,440
	Итого за Завтрак	550,000	13,593	14,324	118'68	540,826	0,286	1,335	69,500	1,935	159,294	263,190	106,17	3,239
					Obed									
		100	1,700	9,000	9,000	136,000	0,020	7,000		3,100	41,000	37,000	15,000	0,700
88		250	2,045	5,871	11,790	108,322	0,084	25,678	206,311	2,481	33,563	55,391	23,352	0,911
291	\neg	250	20,865	24,104	45,757	482,811	0,136	4,889	461,900	4,496	33,630	262,530	089'09	2,431
348	T	180	0,234		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			0,440	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
	Итого за Обед	860,000	31,284	40,615	123,810	999,328	6,449	387,907	668,211	10,885	152,863	437,761	125.537	5,794
	Итого за Понедельник - 1 неделя с 11 лет и старше	1 410,000	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
День/	День/неделя: Вторник - 1 неделя с 11 лет и старше													
No nen	Наименование лией нелепи блюл	Macca	Пип	Пищевые веществ	ества (г)	(House) HE		Витами	Витамины (мг)		Мин	Минеральные вещества (мг)	вещества	(Mr)
		порции	Б	Ж	y	JL (RRAJI)	B1	С	A (MKF)	E	Са	Ь	Mg	Fe
					Завтрак									
	T	50	3,900	7,690	34,645	220,000	0,040		5,500	1,750	14,500	45,000	10,000	1,050
181	1	250	5,351	4,438	30,557	184,313	0,073	1,235	29,000	0,400	122,544	108,100	17,976	0,398
384		200	2,460	2,250	16,380	95,610	0,030	0,390	9,000	090'0				
	Батон	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055			0,850	9,500	32,500	005'9	0,600
	Итого за Завтрак	550,000	15,211	14,878	104,582	609,923	961'0	1,625	43,500	3,060	146,544	185,600	34,476	2,048
!	Γ				Обед									
47	T	100	1,530	5,130	4,050	70,901	0,023	24,501		2,315	40,701	30,249	14,300	0,750
102		250	8,947	6,87.1	18,861	172,593	0,249	9,504	210,831	3,037	41,857	127,596	38,761	2,231
294	T	100	15,443	10,656	13,761	214,031	0,156	3,400	20,950	-3,091	33,260	149,040	63,160	1,639
128	T	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
377		180	0,236	0,055	12,165	50,758	0,002	1,700	0,580	0,008	6,550	9,120	4,880	0,880
	Хлео пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	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		0,120	29,200	50,000	16,000	1,120
	Итого за Обед	890,000	36,500	29,097	115,989	877,245	0,842	72,899	255,961	9,228	206,428	508,065	184,071	8,649
	Итого за Вторник - 1 неделя с 11 лет и старше	1 440,000	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

				348	259	96	52			338		376	210			№ peu.	5	День/не					349	392	82	40				377	173	279		Me bent	No.	День/нел
Итого за Четверг - 1 неделя с 11 лет и старше	Итого за Обед	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб пшеничный	Компот из сухофруктов	Жаркое по-домашнему	Рассольник московский на бульоне	Салат из свеклы отварной		Итого за Завтрак	Фрукт (яблоко)	Батон	Чай с сахаром	Омлет натуральный	Масло порционно		наименование днеи недели, олюд		День/неделя: Четверг - 1 неделя с 11 лет и старше	Итого за Среда - 1 неделя с 11 лет и старше	Итого за Обед	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб пшеничный	Компот из свежих яблок	Пельмени	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	Салат картофельный с морковью		Итого за Завтрак	Хлеб пшеничный	Чай с лимоном	Каша гречневая вязкая	Тефтели мясные с томатным соусом		написпование днен педели, оснод	Потторовно вней положно биол	День/неделя: Среда - 1 неделя с 11 лет и старше
1 460,000	860,000	40	40	180	250	250	100		600,000	. 150	40	200	200	10		порции	Macca		1 385,000	835,000	40	40	200	205	250	100		550,000	40	200	180	130		порции	Macca	
66,341	28,424	3,400	3,040	0,234	17,913	2,397	1,440		37,917	0,600	2,800	0,200	34,237	0,080		Б	Пии		56,039	31,591	3,400	3,040	0,160	16,044	4,665	4,282		24,448	3,040	0,236	5,585	15,587		Б	Пип	
78,238	33,179	1,320	0,320		21,220	5,228	5,091		45,059	0,600	0,400	0,051	36,758	7,250		×	Пищевые вещества (г)		70,655	49,210	1,320	0,320	0,160	35,629	5,916	5,865		21,445	0,320	0,055	5,078	15,992		×	Пищевые вещества (г)	
163,251	110,910	19,320	19,680	18,263	29,069	16,130	8,448	Ooeo	52,341	14,700	18,400	13,043	6,068	0,130	Завтрак	y	ва (г)		208,399	134,693	19,320	19,680	16,894	56,069	12,447	10,283	Obed	73,706	19,680	13,163	25,190	15,673	Завтрак	y	ва (г)	
1 627,148	856,759	103,600	94,000	74,595	377,529	121,765	85,270		770,389	70,500	88,000	53,388	492,401	66,100		JII (KKMJI)	("E23) HE		1 699,460	1 113,739	103,600	94,000	70,670	613,054	121,011	111,404		585,721	94,000	54,748	168,571	268,402			TI (KKAI)	
0,868	0,567	0,160	0,044	0,005	0,263	0,076	0,019		0,301	0,045	0,044	0,001	0,210	0,001		B1			0,718	0,399	0,160	0,044	0,012	0,001	0,081	0,101		0,319	0,044	0,002	0,190	0,083		B1		
422,913	406,656	0,160		350,180	36,937	9,779	9,600	0.000	16,237	15,000		0,100	1,157			С	Витами	1	392,842	387,254	0,160		354,000		21,177	11,917		5,588		1,700		3,888		С	Витами	
964,485	267,685				60,904	200,781	707 701		696,800			0,500	656,300	40,000		А (мкг)	Витамины (мг)		872,091	787,111				20,000	217,111	550,000		84,980		0,580	20,000	64,400		А (мкг)	Витамины (мг)	
12,759	8,825	0,120	0,440	0,248	3,700	2,013	2,296	2000	3,934	0,300	0,680		2,854	0,100		E			10,842	4,965	0,120	0,440	0,080	0,050	2,511	1,764		5,877	0,440	0,008	0,402	5,027		ম		
445,063	157,723	29,200	8,000	7,470	41,190	30,343	36,343	003 30	201,340	24,000	7,600	4,950	248,390	2,400		Ca	IHIM		175,244	120,294	29,200	8,000	6,400	14,448	36,662	25,584		54,950	8,000	6,550	13,680	26,720		Ca	Мин	
1 057,297	443,367	50,000	20,000	0,840	230,437	220,710	41,360	41 290	013,930	16,500	26,000	8,240	560,190	3,000		P	неральные		574,239	246,339	50,000	26,000	4,400	4,200	73,089	88,650		327,900	26,000	9,120	133,370	159,410		P	еральные	
192,294	126,634	16,000	3,000	4,900	1005	20,032	27,120	21 120	05,000	13,500	5,200	4,400	42,560			Mg	минеральные вещества (мг)		221,673	75,593	16,000	5,600	3,600	0,792	23,851	25,750		146,080	5,600	4,880	88,220	47,380		Mg	Минеральные вещества (мг)	The second secon
18,123	7,113	1,120	0,440	0,192	0,100	2 100	0 908	17/1	11,010	000,0	0,480	0,859	6,351	0,020		Fe	(MI)		11,195	4,984	1,120	0,440	0,919	0,114	1,194	1,197		6,211	0,440	0,883	2,987	1,901		Fe	(MIT)	,

День/на	День/неделя: Пятница - 1 неделя с 11 лет и старше						_							
No nen	Наименование пней нелети биол	Macca	Пип	Пищевые вещества (г)	3a (r)	(Lagran) IIIC		Витами	Витамины (мг)		Mm	Минеральные вещества (мг)	вещества	(Mr)
		порции	. В	Ж	y	JIL (KRAJI)	B1	C	А (мкг)	E	Са	Ь	Mg	Fe
					Завтрак									
	Сыр порционный	20	5,200	5,220		008'89	90000	0,160	46,000	0,100	200,000	128,000	9,000	0,200
174	Каша рисовая молочная	250	6,852	7,081	47,286	281,091	0,087	1,547	43,800	0,242	151,520	181,350	40,880	0,656
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
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
	Итого за Завтрак	550,000	18,128	13,076	98,529	586,639	0,183	3,407	90,380	1,470	373,670	370,470	65,560	2,659
					Oped									
67	Винстрет овощной	100	1,557	7,184	8,281	104,499	0,065	10,262	280,750	3,232	19,904	45,316	20,446	0,775
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
268	Котлеты рубленые из мяса	100	15,777	17,750	14,276	281,711	0,341	0,700	2,700	1,442	27,740	151,560	43,090	1.789
173	Каша гречневая вязкая	180	5,585	5,078	25,190	168,571	0,190	,	20,000	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	4,400	0,856
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	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		0,120	29,200	50,000	16,000	1,120
	Итого за Обед	890,000	34,111	35,033	111,272	899,360	0,865	17,526	514,781	7,220	118,836	467,225	190,307	8,676
	Итого за Пятница - 1 неделя с 11 лет и старше	1 440,000	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
День/н	Цень/неделя: Понедельник - 2 неделя с 11 лет и старше	e												
No neur	. Наименование пней непепи блюп	Macca	Пип	Пищевые вещества (г)	sa (r)	(= 0) HE		Витами	Витамины (мг)		Mm	Минеральные вещества (мг)	вещества	MF)
		нирфои	Б	Ж	Ŋ	JIT (KRAJI)	B1	၁	A (MRF)	¥	Ca	Ь	Mo	Тe
					Завтрак									
204	Рожки отварные с сыром	200	15,250	12,596	50,840	379,342	0,131	0,224	88,400	1,280	302,480	245.140	24 560	1 502
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
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
	Итого за Завтрак	290,000	19,090	13,567	98,263	597,230	0,221	15,324	88,900	2,020	339,430	295,880	48,060	6,101
į	,				Обед									
/ 4 /	Салат из квашенои 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	Т	250	8,947	6,871	18,861	172,593	0,249	9,504	210,831	3,037	41,857	127,596	38,761	2,231
290/330	T	130	35,691	6,911	1,552	211,151	0,109	0,028	20,500	2,196	22,020	262,440	130,010	2,155
171	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,841	5,290	39,938	226,971	0,052		20,000	069'0	10,000	98,250	32,220	6290
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240		350,000						0,036
	Хлео пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	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		0,120	29,200	50,000	16,000	1,120
	Amozo 3a Ubeo	920,000	57,647	25,896	115,953	936,456	0,637	384,193	251,331	8,798	151,778	594,535	236,891	7,411
	итого за понедельник - 2 неделя с 11 лет и старше	1 510,000	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

	7	٦		ပ္သ	2	2			T		1	\neg	ري ا		7	\neg	No		Ден			\Box		ω		2	<u></u>	4	\exists		32	7	33		7	мe beн.	100	День
		×				268 Б		52 C			×			173 K	N		№ рец.		ь/недел	Из		×					82 Бо				348 Co			188 3a		рец.		ь/недел
Итого за Среда - 2 неделя с 11 лет и старше	Итого за Обед	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб пшеничный	Компот из свежих яблок	Рожки отварные	Биточки мясные с томатным соусом	Суп картофельный с крупой	Салат из свеклы отварной		Итого за Завтрак	Хлеб пшеничный	Батон	Чай с сахаром	Каша пшённая молочная	Масло порционно		панменование днеи недели, олюд		День/неделя: Среда - 2 неделя с 11 лет и старше	Итого за Вторник - 2 неделя с 11 лет и старше	Итого за Обед	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб пшеничный	Чай с сахаром	Каша гречневая вязкая	Шницель рубленый из мяса птицы	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	Салат картофельный с зеленым горошком		Итого за Завтрак	Сок 200 мл в инд.уп.	Батон	Кофейный напиток	Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком		панменование дней недели, олюд	Пошента под подоли блист	День/неделя: Вторник - 2 неделя с 11 лет и старше
1 470,000	920,000	40	40	180	180	130	250	100		550,000	40	50	200	250	10		порции	Macca		1 530,000	890,000	40	40	180	180	100	250	100		640,000	200	40	200	200		порции	Macca	
50,371	36,463	3,400	3,040	0,144	7,742	16,119	4,578	1,440		13,908	3,040	3,500	0,200	7,088	0,080		Б	Пиш		71,531	39,568	3,400	3,040	0,200	5,585	20,901	4,665	1,777		31,963		2,800	2,220	26,943		Б	Пищ	
50,659	37,112	1,320	0,320	0,144	4,537	22,784	2,916	5,091		13,547	0,320	0,500	0,051	5,426	7,250		×	Пищевые вещества (г)		43,441	25,579	1,320	0,320	0,051	5,078	5,963	5,916	6,931	74	17,862		0,400	2,250	15,212		×	Пищевые вещества (г)	
234,036	143,662	19,320	19,680	15,204	49,417	16,260	15,333	8,448	Obed	90,374	19,680	23,000	13,043	34,521	0,130	Завтрак	Y	я (г)		221,456	110,986	19,320	19,680	12,045	25,190	12,243	12,447	10,061	Obed	110,470	22,400	18,400	16,320	53,350	Завтрак	y	а (г)	
1 597,055	1 057,541	103,600	94,000	63,602	269,652	336,031	105,386	85,270		539,514	94,000	110,000	53,388	216,026	66,100		OH (mman)	(neww) HE		1 570,626	834,505	103,600	94,000	49,398	168,571	187,661	121,011	110,264		736,121	90,000	88,000	94,500	463,621			(newa) IIE	
1,102	0,805	0,160	0,044	0,011	0,120	0,348	0,103	0,019		0,297	0,044	0,055	0,001	0,196	0,001		В1			0,934	0,694	0,160	0,044	0,001	0,190	0,132	0,081	0,086		0,240	0,020	0,044	0,030	0,146		B1		
381,063	379,728	0,160		353,600		1,288	15,080	9,600		1,335			0,100	1,235			С	Витами	1	37,896	34,796	0,160		0,100			21,177	13,359		3,100	2,000		0,390	0,710		С	Витамины (мг)	;
339,684	270,184				20,000	64,220	185,964			69,500			0,500	29,000	40,000		А (мкг)	Витамины (мг)		352,778	245,978			0,500	20,000	7,200	217,111	1,167		106,800			9,000	97,800		А (мкг)	ны (мг)	
10,592	9,064	0,120	0,440	0,072	1,100	3,770	1,266	2,296		1,528	0,440	0,850		0,138	0,100		E			10,812	8,914	0,120	0,440		0,402	2,389	2,511	3,052		1,898		0,680	0,060	1,158		Ħ		
303,745	152,330	29,200	8,000	5,760	21,860	33,309	18,681	35,520		151,415	8,000	9,500	4,950	126,565	2,400		Ca	ним		343,280	132,080	29,200	8,000	4,950	13,680	24,260	36,662	15,328		211,200		7,600		203,600		Ca	Мин	
660,834	417,094	50,000	26,000	3,900	3,000	137,438	/4,416	41,380		243,740	26,000	32,500	8,240	174,000	3,000		P	еральные		886,762	496,742	50,000	26,000	8,240	133,370	157,930	73,089	48,113		390,020	14,000	26,000		350,020		P	еральные	
186,805	125,770	16,000	5,000	5,240	2240	43,610	22,300	21,120	21 120	61,035	5,600	6,500	4,400	44,535			Mg	Минеральные вещества (МГ)		293,883	230,913	16,000	5,600	4,400	88,220	73,840	23,851	19,002		62,970	8,000	5,200		49,770		Mg	Минеральные вещества (мг)	
10,894	7,833	1,120	0,440	0,627	1,100	1,923	0,991	1,344		3,061	0,440	0,600	0,839	1,142	0,020		Fe	(MT)		13,708	8,961	1,120	0,440	0,856	2,987	1,615	1,194	0,749		4,747	2,800	0,480		1,467		Fe	(MT)	*

День/н	День/неделя: Четверг - 2 неделя с 11 лет и старше													
No nen	Нэименование пией пенепи биол	Macca	Пи	Пищевые вещест	ества (г)	(n easy) HE		Витами	Витамины (мг)		Мин	еральные	Минеральные вещества (мг)	(MF)
nad -10		порции	В	Ж	y	JIJ (BRAZI)	B1	О	A (MKF)	E	Са	P	Mg	Fe
					Завтрак									
	Горошек зеленый отварной	30	0,930	0,060	1,950	12,000	0,033	3,000		090'0	6,000	18,600	6,300	0,210
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	100	15,443	10,656	13,761	214,031	0,156	3,400	20,950	3,091	33,260	149,040	63,160	1,639
171	Каша рисовая рассытчатая	180	4,841	5,290	39,938	226,971	0,052		20,000	069'0	10,000	98,250	32,220	0,679
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
	Итого за Завтрак	550,000	24,454	16,377	88,372	960,390	0,286	6,500	41,450	4,281	62,210	300,130	111,680	3,827
					$O \hat{o} e \partial$									
	Огурцы 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	25,678	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	Компот из сухофруктов	180	0,234		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			0,440	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
	Итого за Обед	860,000	28,800	30,206	95,752	772,788	0,552	411,405	179,051	7,118	145,963	407,611	123,017	6,349
	Итого за Четверг - 2 неделя с 11 лет и старше	1 410,000	53,254	46,583	184,124	1 373,178	0,838	417,905	820,501	11,399	208,173	707,741	234,697	10,176
День/н	День/неделя: Пятница - 2 неделя с 11 лет и старше													
No ne	Пописы боли выполония в	Macca	Пиг	Пищевые вещест	ества (г)	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,		Витами	Витамины (мг)		Мин	еральные	Минеральные вещества (мг)	(MF)
and sic		порции	В	Ж	y	JU (KKAJI)	B1	၁	A (MKF)	Э	Ca	Ь	Mg	Fe
					Завтрак									
209	Яйцо отварное	50	12,700	11,500	0,700	157,000	0,070		250,000	0,600	55,000	192,000	12,000	2,500
175	Каша молочная "Дружба"	250	7,293	8,203	42,429	273,571	0,161	1,508	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	10,000	32,500	7,000	0,550
	Итого за Завтрак	550,000	24,029	20,158	80,892	602,819	0,288	3,208	297,780	1,354	223,630	420,490	68,260	4,925
					Обед									
	Икра овощная	100	1,700	9,000	0006	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	49,398	0,001	0,100	0,500		4,950	8,240	4,400	0,856
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
	Хлео 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
	Атого за Обед	920,000	38,333	37,541	102,156	872,782	0,645	49,261	448,951	8,172	204,022	676,009	169,231	6,613
	Итого за Пятница - 2 неделя с 11 лет и старше	1 470,000	62,362	57,699	183,048	1 475,601	0,933	52,469	746,731	9,526	427,652	1 021,439	237,491	11,538

Возрастная группа с 11 лег и старше Витамины (мг) Витамины (мг) Минеральные вещества (мг) Приедельник - 1 неделя В раз дальные вещества (х.) В раз дальные вещества (мг) В раз дальные вещества (мг) Минеральные вещества (мг) Минеральные вещества (мг) В раз дальные вещества (мг)
Page
Tiba (f) Y 2H (kkaji) B1 C A (mkr) E Ca P Mg 213,124 1540,154 0,735 389,242 737,711 12,820 312,157 700,951 197,438 220,571 1487,168 1,040 74,524 299,461 10,842 175,244 543,265 218,547 209,399 1699,460 0,718 392,282 272,091 10,842 175,244 574,239 221,673 209,801 1485,999 1,048 220,933 605,161 8,690 445,063 1057,297 192,294 203,029 1567,986 0,882 260,091 695,782 11,480 355,588 772,769 217,164 214,216 1533,686 0,882 399,517 340,231 10,818 491,208 890,415 284,951 271,456 1570,626 0,934 37,896 352,778 10,812 343,280 886,762 293,883 234,036 1597,055 1,102 381,063 339,884 10,592 303,745 660,834 186,805 184,124 1373,178 0,838 417,905 820,501 11,399 208,173 370,741 234,697 183,048 1475,601 0,933 52,469 746,731 9,526 427,652 1021,439 237,491 236,597 236,897 236,697 237,491 232,365 238,996 367,69 370,98
Y 2H (κκαл) B1 C A (мкг) E Ca P Mg 20,571 1487,168 1,040 74,524 299,461 12,288 352,972 693,665 218,547 20,871 1485,999 1,048 20,933 605,161 8,690 492,506 837,695 225,867 20,3021 1567,986 0,882 200,991 695,782 11,480 355,888 772,769 217,164 21,216 1533,686 0,858 399,517 340,231 10,818 491,208 886,762 293,883 21,456 1,570,626 0,934 37,896 352,778 10,812 343,280 886,762 293,883 21,424 1373,178 0,838 417,905 820,591 13,999 208,173 390,481 10,892 303,745 660,834 186,805 23,4036 1,475,601 0,933 52,469 746,731 9,526 427,652 1021,439 23,203 1,539,008 0,908 258,931 607,884 11,055 355,200 803,104 232,365 23,203 1,539,008 0,908 258,931 607,884 11,055 355,200 803,104 232,365 24% 57% 65% 370% 68% 79% 30% 67% 77% 24
Витамины (міг) Кинеральные вещества (мі ва С А (мікт) Е Са Р Мд 1,040 74,524 737,711 12,820 312,157 700,951 197,438 1,040 74,524 299,461 12,288 352,972 693,665 218,547 0,868 422,913 964,485 12,759 445,063 1057,297 192,294 1,048 20,933 605,161 8,690 492,506 837,695 225,867 0,882 260,091 695,782 11,480 355,588 772,769 217,164 0,882 260,091 695,782 11,480 355,588 772,769 217,164 0,882 260,091 695,782 11,480 355,588 772,769 217,164 0,882 260,091 352,778 10,818 491,208 880,762 293,883 0,934 37,896 352,778 10,819 343,280 886,762 293,883 0,933 417,905 820,
Витамины (мг) Минеральные вещества (мі С А (мкг) Е Са Р Мд 389,242 737,711 12,820 312,157 700,951 197,438 74,524 299,461 12,288 352,972 693,665 218,547 392,842 872,091 10,842 175,244 574,239 221,673 422,913 964,485 12,759 445,063 1.057,297 192,294 420,931 605,762 11,480 355,588 772,769 217,164 260,991 3695,782 11,480 355,588 772,769 217,164 399,517 340,231 10,818 491,208 890,415 284,951 37,965 352,778 10,812 343,280 886,762 293,883 31,963 339,84 10,592 303,745 660,834 186,805 417,905 820,501 11,399 208,173 707,741 234,697 52,469 746,731 9,526 427,652
Минеральные вещества (міг) A (мкг) E Ca P Mg 12 737,711 12,820 312,157 700,951 197,438 4 299,461 12,288 352,972 693,665 218,547 12 872,091 10,842 175,244 574,239 221,673 13 964,485 12,759 445,063 1057,297 192,294 14 695,782 11,480 355,588 772,769 217,164 10 695,782 11,480 355,588 772,769 217,164 17 340,231 10,818 491,208 890,415 284,951 6 352,778 10,812 343,280 886,762 293,883 53 339,684 10,592 303,745 660,834 186,805 95 746,731 9,526 427,652 1,021,439 237,491 9 746,731 9,526 427,652 1021,439 237,491 900 11,052
(мкг) E Ca P Mg 7,711 12,820 312,157 700,951 197,438 9,461 12,288 352,972 693,665 218,547 2,091 10,842 175,244 574,239 221,673 4,485 12,759 445,063 1057,297 192,294 5,782 11,480 355,588 772,769 217,164 6,731 10,812 343,280 886,762 293,883 9,684 10,592 303,745 660,834 186,805 0,501 11,399 208,173 707,741 234,697 0,585 10,629 354,812 323,438 247,565 9,985 10,629 354,812 833,438 247,565 9,985 10,629 354,812 833,438 247,565 9,985 10,629 354,812 833,438 247,565 9,985 10,629 354,812 833,438 247,565 9,985 10,629 354,812
Минеральные вещества (мі Са Р Мд 312,157 700,951 197,438 352,972 693,665 218,547 175,244 574,239 221,673 445,063 1 087,297 192,294 492,506 837,695 255,867 355,588 772,769 217,164 491,208 880,415 284,951 491,208 886,762 293,883 303,745 660,834 186,805 208,173 707,741 234,697 427,652 1 021,439 237,491 354,812 833,438 247,565 355,200 803,104 232,365 352,200 803,104 232,365 30% 67% 77%
пнеральные вещества (мі) Р Мд 700,951 197,438 693,665 218,547 574,239 221,673 1 057,297 192,294 837,695 255,867 772,769 217,164 890,415 284,951 886,762 293,883 660,834 186,805 707,741 234,697 1 021,439 237,491 833,438 247,565 833,104 232,365 1 200 300 67% 77%
Р Mg Fe 700,951 197,438 9,033 693,665 218,547 10,697 574,239 221,673 11,195 1 0,57,297 192,294 18,123 837,695 255,867 11,335 772,769 217,164 12,077 80,415 284,951 13,512 886,762 293,883 13,708 660,834 186,805 10,894 707,741 234,697 10,176 1 021,439 237,491 11,538 833,438 247,565 11,966 803,104 232,365 12,022 1 200 300 18 67% 77% 67%
вещества (мг) Мд Fe 197,438 9,033 218,547 10,697 221,673 11,195 192,294 118,123 255,867 11,335 -217,164 12,077 284,951 13,512 293,883 13,708 186,805 10,894 237,491 11,538 247,565 11,966 232,365 12,022 300 18 77% 67%
(MI) Fe 9,033 110,697 111,195 18,123 11,335 12,077 13,512 13,708 10,894 110,176 11,538 11,966 12,022 18 67%

Рецептуры блюд и показатели энергетической ценности указаны на основании "Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/под ред. М.П.Могильного. - М.:ДеЛи принт, 2007. - 628с." и ТИ по производству кулинарной продукции для питания дегей школьного возраста в организованных коллективах/ т.т. 1и2 Москва 2006)

Среда - 2 неделя
Четверг - 2 неделя
Пятница - 2 неделя
ИТОГО среднее за 2 недели
Норма СанПин

590,000 640,000 550,000 550,000 550,000

920,000 860,000 920,000 885 800

568 550

Среда - 1 неделя
Четверг - 1 неделя
Пятница - 1 неделя
Понедельник - 2 неделя

550,000

550,000 550,000 550,000 600,000

835,000 860,000 890,000

> 1 385,000 1 460,000

1 440,000

890,000

1 410,000 1 440,000

920,000 890,000

1 510,000 1 530,000 1 470,000

Вторник - 2 неделя

Вторник - 1 неделя

Понедельник - 1 неделя

^{*}Горошек зеленый используется как дополнительный гарнир, термически обработанный.

^{*}Химико-энергетические характеристики сыра зависят от наименования данного продукта

^{*}ООО "Межрегиональная 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).