

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества						Витамины			
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	С, мг	В1, мг	В2, мг
	Меню №6															
	Дети 12 лет и старше															
	1 неделя															
	Понедельник															
	Завтрак															
117	Каша из хлопьев овсяных молочная жидкая	150	4,87	5,94	20,12	153,42	162,88	100,39	35,42	130,37	0,81	28,84	7,21	0,43	0,10	0,12
709	Оладьи	100	10,05	7,59	42,18	277,23	222,56	150,76	24,09	158,24	0,89	12,70	7,77	0,67	0,11	0,21
903	Молоко сгущенное	25	2,35	1,54	17,57	93,54	110,39	97,64	10,35	69,73	0,06	2,16	0,92	0,14	0,02	0,06
608	Какао с молоком	200	6,18	4,85	19,10	144,77	285,25	215,23	36,93	175,97	0,86	15,84	3,52	1,04	0,06	0,25
902	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,38	0,12	58,22	2,49	2,11	0,00	2,61	0,02	0,00	0,09	0,00	0,00	0,01
919	Батон или хлеб пшеничный	40	3,04	0,48	19,68	95,20	37,20	8,00	5,60	26,00	0,44	1,28	2,40	0,00	0,04	0,01
920	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32	98,00	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	12,36	0,00	0,07	0,03
	Итого завтрак:	565	29,21	27,26	132,13	890,70	918,77	588,13	131,19	626,12	4,64	60,82	34,27	2,28	0,41	0,69
	Обед															
227	Салат из курицы с помидорами, сыром и сухариками	100	14,56	9,83	6,42	172,39	228,58	90,16	48,96	134,42	1,12	31,81	12,17	4,09	0,06	0,07
310	Суп картофельный с бобовыми	250	4,47	4,18	19,89	135,06	371,81	28,24	28,76	79,81	1,42	39,10	2,22	4,71	0,14	0,06
469	Говядина тушеная	120	19,17	22,54	6,35	304,94	371,48	20,03	26,81	189,62	2,81	28,14	0,29	2,10	0,06	0,14
505	Картофельное пюре	180	3,95	5,84	26,24	173,32	830,06	45,29	37,06	107,45	1,37	34,08	0,91	13,67	0,15	0,13
627	Напиток ягодный	200	0,24	0,12	15,64	64,60	55,52	9,16	5,22	7,48	0,29	0,11	0,12	9,60	0,00	0,01
919	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,96	39,36	190,40	74,40	16,00	11,20	52,00	0,88	2,56	4,80	0,00	0,09	0,02
920	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	102,48	147,00	21,00	28,20	94,80	2,34	0,00	18,54	0,00	0,11	0,05
	Итого обед:	990	52,43	44,19	133,94	1143,19	2078,85	229,88	186,21	665,58	10,23	135,80	39,05	34,17	0,61	0,48
	Полдник															
604	Витаминизированный напиток из брусники (клюквы)	200	0,26	0,15	22,74	93,35	28,24	8,54	2,25	5,15	0,19	0,00	0,00	2,22	0,00	0,01
800	Бисквит "Прага" с бананом	50	3,92	15,76	26,12	262,00	93,30	13,27	13,57	45,28	0,78	5,41	3,85	1,20	0,04	0,06
921	Фрукты	150	0,60	0,60	13,35	61,20	346,11	21,12	11,75	14,36	2,87	2,64	0,39	6,00	0,03	0,02
	Итого полдник:	400	4,78	16,51	62,21	416,55	467,65	42,93	27,57	64,79	3,84	8,05	4,24	9,42	0,07	0,09
	Ужин															
241	Салат Столичный	100	10,17	16,55	4,42	207,31	236,00	28,13	16,81	119,29	1,43	42,69	11,18	4,49	0,06	0,16
402	Вареники с картофелем и маслом	250	9,91	18,37	60,84	448,33	612,83	41,02	34,31	127,73	1,88	128,69	5,35	9,32	0,19	0,11
630	Чай с лимоном	200	0,62	0,41	16,30	71,37	71,05	15,58	12,39	23,21	2,29	0,00	0,02	0,92	0,00	0,03
919	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,48	19,68	95,20	37,20	8,00	5,60	26,00	0,44	1,28	2,40	0,00	0,04	0,01
920	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,04	0,02
	Итого ужин:	610	25,06	36,05	107,92	856,37	1006,08	99,73	78,51	327,83	6,82	172,66	25,13	14,73	0,33	0,33
	2 ужин															
611	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34
	Итого 2 ужин:	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34
	Норма соли на весь день	5 г.														
	Итого за день:	2765	117,28	129,01	444,20	3407,01	4763,35	1200,67	451,48	1864,32	25,73	395,33	106,69	62,00	1,49	1,93
	Суточная потребность:		90,00	92,00	383,00	2720,00	1200,00	1200,00	300,00	1200,00	18,00	100,00	50,00	70,00	1,40	1,60
	Процент удовлетворения суточной потребности:		130,31	140,23	115,98	125,26	396,95	100,06	150,49	155,36	142,94	395,33	213,38	88,57	106,57	120,88

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества						Витамины			
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	С, мг	В1, мг	В2, мг
	Меню №6															
	Дети 12 лет и старше															
	1 неделя															
	Вторник															
	Завтрак															
106	Запеканка из творога	100	20,15	8,99	17,02	229,58	110,62	144,08	21,15	200,85	0,65	23,27	26,89	0,19	0,04	0,23
903	Молоко сгущенное	15	1,01	0,66	7,53	40,10	47,31	41,84	4,44	29,88	0,03	0,92	0,40	0,06	0,01	0,02
104	Каша "Боярская" пшеничная молочная жидкая с сухофруктами	150	5,16	5,62	25,82	174,50	169,00	107,59	29,42	124,73	0,74	29,39	2,25	0,48	0,10	0,12
608	Какао с молоком	200	6,18	4,85	19,10	144,77	285,25	215,23	36,93	175,97	0,86	15,84	3,52	1,04	0,06	0,25
902	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,38	0,12	58,22	2,49	2,11	0,00	2,61	0,02	0,00	0,09	0,00	0,00	0,01
919	Батон или хлеб пшеничный	40	3,04	0,48	19,68	95,20	37,20	8,00	5,60	26,00	0,44	1,28	2,40	0,00	0,04	0,01
920	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32	98,00	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	12,36	0,00	0,07	0,03
	Итого завтрак:	555	38,26	27,46	102,63	810,69	749,87	532,85	116,34	623,24	4,30	70,70	47,91	1,77	0,33	0,68
	Обед															
1127	Салат «Крабовый» с растительным маслом	100	7,49	11,33	2,29	141,09	177,76	31,22	22,74	118,48	0,94	61,82	10,22	3,46	0,05	0,12
318	Суп-пюре Чаудер с мясом	250	10,66	15,35	12,98	232,71	356,06	189,40	28,46	187,18	1,38	71,05	3,15	12,71	0,09	0,17
421	Плов из свинины	250	15,80	23,72	51,31	481,92	250,05	38,28	53,63	256,62	2,64	75,73	8,70	3,11	0,39	0,16
603	Витаминизированный компот из смеси сухофруктов	200	0,49	0,00	27,44	111,72	0,41	51,68	2,19	4,48	0,11	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00
919	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,96	39,36	190,40	74,40	16,00	11,20	52,00	0,88	2,56	4,80	0,00	0,09	0,02
920	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	102,48	147,00	21,00	28,20	94,80	2,34	0,00	18,54	0,00	0,11	0,05
	Итого обед:	940	44,48	52,08	153,42	1260,32	1005,68	347,58	146,42	713,56	8,29	211,16	45,41	19,30	0,73	0,52
	Полдник															
629	Чай	200	0,58	0,41	0,20	6,81	63,81	13,50	11,87	22,25	2,21	0,00	0,00	0,12	0,00	0,02
921	Фрукты	150	0,60	0,60	13,35	61,20	346,11	21,12	11,75	14,36	2,87	2,64	0,39	6,00	0,03	0,02
805	Слойка с повидлом	85	3,59	2,29	36,03	179,09	78,04	18,03	7,62	39,12	0,48	17,93	3,22	0,52	0,05	0,04
	Итого полдник:	435	4,77	3,30	49,58	247,10	487,96	52,65	31,24	75,73	5,56	20,57	3,61	6,64	0,08	0,08
	Ужин															
209	Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	100	1,00	0,16	3,51	19,47	172,67	14,15	12,52	26,23	0,61	2,47	0,25	33,40	0,04	0,05
405	Гуляш из говядины	120	17,55	21,20	7,99	292,96	361,74	22,24	28,22	177,14	2,64	41,90	0,36	2,26	0,06	0,14
503	Картофель, запеченный дольками	180	4,45	4,94	34,02	198,34	1068,07	26,24	45,72	117,28	1,81	45,13	0,59	18,16	0,20	0,13
610	Кисель из смородины	200	0,22	0,13	19,33	79,37	70,87	9,99	6,47	10,91	0,31	0,21	0,23	19,20	0,01	0,01
919	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,36	14,76	71,40	27,90	6,00	4,20	19,50	0,33	0,96	1,80	0,00	0,03	0,01
920	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,04	0,02
	Итого ужин:	650	26,82	27,03	86,29	695,70	1750,25	85,62	106,53	382,66	6,48	90,67	9,41	73,02	0,38	0,35
	2 ужин															
611	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34
	Итого 2 ужин:	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34
	Норма соли на весь день	5 г.														
	Итого за день:	2780	120,13	114,87	399,92	3114,00	4285,76	1258,70	428,53	1975,19	24,83	411,10	110,33	102,13	1,60	1,97
	Суточная потребность:		90,00	92,00	383,00	2720,00	1200,00	1200,00	300,00	1200,00	18,00	100,00	50,00	70,00	1,40	1,60
	Процент удовлетворения суточной потребности:		133,48	124,86	104,42	114,49	357,15	104,89	142,84	164,60	137,96	411,10	220,67	145,90	114,09	123,22

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества							Витамины		
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	С, мг	В1, мг	В2, мг
	Меню №6															
	Дети 12 лет и старше															
	1 неделя															
	Среда															
	Завтрак															
102	Каша рисовая молочная жидкая	150	3,82	5,09	21,03	145,21	129,30	101,16	19,80	99,15	0,28	21,63	4,26	0,48	0,04	0,12
709	Оладьи	100	10,05	7,59	42,18	277,23	222,56	150,76	24,09	158,24	0,89	12,70	7,77	0,67	0,11	0,21
903	Молоко сгущенное	25	2,35	1,54	17,57	93,54	110,39	97,64	10,35	69,73	0,06	2,16	0,92	0,14	0,02	0,06
632	Чай с сахаром	200	0,58	0,41	16,16	70,65	64,29	13,82	11,87	22,25	2,26	0,00	0,00	0,12	0,00	0,02
902	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,38	0,12	58,22	2,49	2,11	0,00	2,61	0,02	0,00	0,09	0,00	0,00	0,01
919	Батон или хлеб пшеничный	40	3,04	0,48	19,68	95,20	37,20	8,00	5,60	26,00	0,44	1,28	2,40	0,00	0,04	0,01
920	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32	98,00	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	12,36	0,00	0,07	0,03
	Итого завтрак:	565	22,56	21,97	130,10	808,37	664,23	387,49	90,51	441,18	5,51	37,77	27,80	1,41	0,29	0,46
	Обед:															
225	Салат из кукурузы с яйцом и кальмарами	100	14,38	8,29	3,77	147,21	223,96	44,54	54,87	202,20	1,42	22,60	6,82	3,73	0,12	0,15
319	Уха Ростовская	250	6,57	5,33	10,80	117,45	447,06	22,46	29,36	89,99	1,02	21,71	10,15	9,89	0,11	0,08
496	Филе куриное запеченное в пряной корочке	120	36,97	6,39	1,34	210,75	405,27	16,64	125,01	248,76	2,07	43,98	33,32	1,56	0,08	0,09
510	Макаронные изделия отварные с сыром	180	14,10	11,82	46,93	350,50	97,77	249,47	19,53	187,84	1,31	43,20	3,87	0,08	0,10	0,10
612	Компот Витаминный	200	0,60	0,01	26,66	109,13	10,73	44,50	2,80	10,62	0,10	0,00	0,00	32,01	0,02	0,02
919	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,72	29,52	142,80	55,80	12,00	8,40	39,00	0,66	1,92	3,60	0,00	0,07	0,02
920	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	73,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,05	0,02
	Итого обед:	940	79,16	32,92	129,04	1129,08	1314,09	400,11	254,07	825,81	7,75	133,41	67,03	47,27	0,55	0,48
	Полдник															
604	Витаминизированный напиток из брусники (клюквы)	200	0,26	0,15	22,74	93,35	28,24	8,54	2,25	5,15	0,19	0,00	0,00	2,22	0,00	0,01
702	Блинчики с ягодной начинкой	110	9,07	6,95	52,04	306,99	229,11	137,01	23,31	144,89	0,88	11,98	8,14	1,08	0,10	0,19
921	Фрукты	150	0,60	0,60	13,35	61,20	346,11	21,12	11,75	14,36	2,87	2,64	0,39	6,00	0,03	0,02
	Итого полдник:	460	9,93	7,70	88,13	461,54	603,46	166,67	37,31	164,40	3,94	14,62	8,53	9,30	0,13	0,22
	Ужин															
200	Винегрет овощной	100	1,78	6,37	8,45	98,25	252,66	22,84	21,19	45,82	0,82	24,41	0,21	5,06	0,05	0,04
409	Котлеты Домашние	120	15,98	19,91	22,16	331,75	210,63	55,46	19,47	189,98	2,24	43,32	4,42	0,83	0,24	0,17
907	Соус томатный с овощами	50	1,11	2,30	5,28	46,26	137,25	9,48	10,79	19,47	0,55	17,81	0,32	2,53	0,01	0,01
505	Картофельное пюре	180	3,95	5,84	26,24	173,32	830,06	45,29	37,06	107,45	1,37	34,08	0,91	13,67	0,15	0,13
625	Напиток из шиповника	200	1,12	0,06	31,35	130,42	45,63	38,12	5,60	32,90	0,08	0,00	0,00	140,00	0,08	0,07
919	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,36	14,76	71,40	27,90	6,00	4,20	19,50	0,33	0,96	1,80	0,00	0,03	0,01
920	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,04	0,02
	Итого ужин:	700	27,54	35,08	114,92	885,56	1553,12	184,19	107,72	446,73	6,17	120,58	13,84	162,09	0,60	0,44
	2 ужин															
611	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34
	Итого 2 ужин:	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34
	Норма соли на весь день	5 г.														
	Итого за день:	2865	144,99	102,67	470,19	3384,75	4426,90	1378,46	517,61	2058,12	23,57	324,38	121,20	221,47	1,64	1,95
	Суточная потребность:		90,00	92,00	383,00	2720,00	1200,00	1200,00	300,00	1200,00	18,00	100,00	50,00	70,00	1,40	1,60
	Процент удовлетворения суточной потребности:		161,10	111,60	122,77	124,44	368,91	114,87	172,54	171,51	130,94	324,38	242,40	316,38	117,40	121,88

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества							Витамины		
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	С, мг	В1, мг	В2, мг
	Меню №6															
	Дети 12 лет и старше															
	1 неделя															
	Четверг															
	Завтрак															
113	Каша ячневая молочная жидкая	150	4,60	5,23	20,57	147,75	153,34	118,81	20,92	139,33	0,45	25,20	8,70	0,50	0,07	0,13
733	Ватрушка с творогом	100	16,02	11,28	47,77	356,68	140,37	102,68	20,70	161,43	0,97	21,11	16,75	0,20	0,10	0,17
619	Кофейный напиток с молоком	200	7,27	4,18	22,71	157,54	348,38	211,50	57,90	202,34	2,01	15,05	3,34	0,99	0,06	0,24
909	Сыр (порциями)	22	4,80	5,72	0,00	70,68	16,07	170,37	6,70	95,70	0,19	0,00	2,81	0,06	0,01	0,05
902	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,38	0,12	58,22	2,49	2,11	0,00	2,61	0,02	0,00	0,09	0,00	0,00	0,01
919	Батон или хлеб пшеничный	40	3,04	0,48	19,68	95,20	37,20	8,00	5,60	26,00	0,44	1,28	2,40	0,00	0,04	0,01
920	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32	98,00	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	12,36	0,00	0,07	0,03
	Итого завтрак:	562	38,45	33,75	124,21	954,39	795,85	627,47	130,62	690,61	5,64	62,64	46,45	1,75	0,36	0,64
	Обед															
235	Салат Мясной	100	9,91	14,74	7,46	202,14	349,11	18,44	20,50	118,71	1,71	28,07	2,86	5,20	0,06	0,12
316	Суп-крем из цветной капусты с сухариками из пшеничного хлеба	250	3,80	7,83	15,16	146,31	240,04	52,35	18,04	71,28	1,02	22,65	1,76	15,57	0,08	0,10
435	Стрипсы из курицы	120	32,77	7,61	18,75	274,57	360,70	23,57	104,54	229,19	2,12	43,90	29,73	1,15	0,11	0,10
504	Картофель, запеченный из отварного	180	5,77	7,01	29,20	202,97	936,02	92,94	42,38	141,24	1,65	50,90	1,69	15,77	0,17	0,14
613	Компот из изюма	200	0,50	0,07	22,46	92,47	155,27	16,02	8,22	25,25	0,61	0,16	0,12	0,00	0,02	0,01
919	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,72	29,52	142,80	55,80	12,00	8,40	39,00	0,66	1,92	3,60	0,00	0,07	0,02
920	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	102,48	147,00	21,00	28,20	94,80	2,34	0,00	18,54	0,00	0,11	0,05
	Итого обед:	970	61,27	38,70	142,59	1163,74	2243,94	236,32	230,28	719,47	10,11	147,60	58,30	37,69	0,61	0,54
	Полдник															
921	Фрукты	150	0,60	0,60	13,35	61,20	346,11	21,12	11,75	14,36	2,87	2,64	0,39	6,00	0,03	0,02
607	Витаминизированный напиток ягодный	200	0,24	0,12	15,64	64,60	55,52	9,16	5,22	7,48	0,29	0,11	0,12	9,60	0,00	0,01
711	Пирожок печеный из дрожжевого теста с картофельным фаршем	60	3,43	5,23	20,29	141,95	147,90	12,33	9,30	41,77	0,59	30,34	2,39	2,04	0,05	0,04
	Итого полдник:	410	4,27	5,95	49,28	267,75	549,53	42,61	26,27	63,61	3,75	33,09	2,90	17,64	0,08	0,07
	Ужин															
232	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	3,64	8,62	8,27	125,22	248,57	114,50	22,59	82,48	1,34	37,84	1,90	4,09	0,02	0,06
404	Горбуша под сыром	120	24,81	17,75	4,11	275,43	363,05	260,71	39,97	313,99	1,13	84,94	39,95	2,99	0,16	0,20
514	Рис отварной	180	4,49	3,51	45,48	231,47	57,25	10,24	29,63	90,18	0,63	50,11	9,01	0,00	0,04	0,03
616	Компот из свежих ягод и плодов	200	0,27	0,12	22,34	91,52	86,99	9,87	5,25	8,00	0,67	0,45	0,09	2,72	0,01	0,01
919	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,24	9,84	47,60	18,60	4,00	2,80	13,00	0,22	0,64	1,20	0,00	0,02	0,01
920	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,04	0,02
	Итого ужин:	640	36,05	30,48	96,72	805,40	823,46	406,32	109,64	539,25	4,77	173,98	58,33	9,80	0,29	0,32
	2 ужин															
611	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34
	Итого 2 ужин:	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34
	Норма соли на весь день	5 г.														
	Итого за день:	2782	145,84	113,88	420,80	3291,48	4704,78	1552,72	524,81	2192,94	24,47	435,31	169,98	68,28	1,41	1,91
	Суточная потребность:		90,00	92,00	383,00	2720,00	1200,00	1200,00	300,00	1200,00	18,00	100,00	50,00	70,00	1,40	1,60
	Процент удовлетворения суточной потребности:		162,05	123,78	109,87	121,01	392,07	129,39	174,94	182,74	135,94	435,31	339,96	97,54	101,05	119,66

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества						Витамины			
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	С, мг	В1, мг	В2, мг
	Меню №6															
	Дети 12 лет и старше															
	1 неделя															
	Пятница															
	Завтрак															
103	Каша манная молочная жидкая	200	5,93	6,54	29,16	199,22	167,37	125,40	18,25	110,40	0,41	36,87	1,99	0,572	0,06262	0,14736
112	Яйца вареные	40	4,76	4,04	0,24	56,36	46,49	19,68	4,20	66,88	0,87	10,56	10,81	0,00	0,02	0,14
608	Какао с молоком	200	6,18	4,85	19,10	144,77	285,25	215,23	36,93	175,97	0,86	15,84	3,52	1,04	0,06	0,25
909	Сыр (порциями)	22	4,80	5,72	0,00	70,68	16,07	170,37	6,70	95,70	0,19	0,00	2,81	0,06	0,01	0,05
902	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,38	0,12	58,22	2,49	2,11	0,00	2,61	0,02	0,00	0,09	0,00	0,00	0,01
919	Батон или хлеб пшеничный	70	5,32	0,84	34,44	166,60	65,10	14,00	9,80	45,50	0,77	2,24	4,20	0,00	0,08	0,02
920	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32	98,00	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	12,36	0,00	0,07	0,03
	Итого завтрак:	582	29,71	28,85	96,42	764,17	680,77	560,79	94,67	560,26	4,68	65,51	35,78	1,67	0,30	0,65
	Обед															
212	Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	100	0,90	0,19	3,00	17,29	190,85	17,66	15,70	32,31	0,69	2,38	0,33	10,00	0,04	0,04
304	Свекольник	250	1,84	3,81	14,57	99,93	332,98	26,54	22,90	49,75	1,05	11,93	0,43	6,09	0,05	0,04
433	Свинина, тушеная с овощами	250	15,06	24,60	24,90	381,24	739,64	31,14	41,30	233,85	3,05	54,52	0,45	28,76	0,50	0,20
612	Компот Витаминный	200	0,60	0,01	26,66	109,13	10,73	44,50	2,80	10,62	0,10	0,00	0,00	32,01	0,02	0,02
921	Фрукты	150	0,60	0,60	13,35	61,20	346,11	21,12	11,75	14,36	2,87	2,64	0,39	6,00	0,03	0,02
919	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,96	39,36	190,40	74,40	16,00	11,20	52,00	0,88	2,56	4,80	0,00	0,09	0,02
920	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	102,48	147,00	21,00	28,20	94,80	2,34	0,00	18,54	0,00	0,11	0,05
	Итого обед:	1090	29,04	30,89	141,88	961,67	1841,71	177,96	133,85	487,69	10,98	74,03	24,94	82,86	0,83	0,39
	Полдник:															
607	Витаминизированный напиток ягодный	200	0,24	0,12	15,64	64,60	55,52	9,16	5,22	7,48	0,29	0,11	0,12	9,60	0,00	0,01
715	Самса с курицей и луком	145	17,26	4,83	38,34	265,87	230,85	35,43	49,69	144,59	1,42	32,43	13,54	1,23	0,11	0,09
925	Мороженое с пробиотиками	45	1,89	3,38	9,23	74,84	0,00	180,00	2,70	18,90	0,27	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00
	Итого полдник:	390	19,39	8,33	63,21	405,31	286,37	224,59	57,61	170,97	1,98	32,54	13,66	10,83	0,13	0,10
	Ужин															
205	Лечо промышленного производства	100	0,00	0,00	13,00	52,00	215,00	80,00	40,00	270,00	1,10	40,00	36,50	0,00	0,02	0,13
418	Пельмени мясные отварные	250	22,66	32,66	42,60	554,98	322,36	54,84	28,63	216,69	3,16	303,10	6,06	0,34	0,12	0,18
904	Сметана	20	0,48	2,64	0,66	28,32	19,26	15,49	1,57	10,44	0,03	1,58	0,07	0,03	0,00	0,02
624	Напиток из облепихи	200	0,28	1,20	21,26	96,96	40,65	5,24	6,53	1,96	0,37	0,24	0,21	20,00	0,01	0,01
919	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,36	14,76	71,40	27,90	6,00	4,20	19,50	0,33	0,96	1,80	0,00	0,03	0,01
920	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,04	0,02
	Итого ужин:	620	27,02	37,10	98,96	837,82	674,17	168,57	90,33	550,19	5,77	345,88	50,82	20,37	0,22	0,37
	2 ужин															
611	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34
	Пряник тульский	85	3,32	26,01	53,13	459,89	0,00	6,80	5,10	35,70	0,51	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00
	Итого 2 ужин:	285	9,12	31,01	61,13	560,09	292,00	246,80	33,10	215,70	0,71	18,00	4,00	1,40	0,12	0,34
	Норма соли на весь день	5 г.														
	Итого за день:	2967	114,28	136,17	461,60	3529,06	3775,02	1378,71	409,56	1984,81	24,12	535,96	129,19	117,13	1,61	1,84
	Суточная потребность:		90,00	92,00	383,00	2720,00	1200,00	1200,00	300,00	1200,00	18,00	100,00	50,00	70,00	1,40	1,60
	Процент удовлетворения суточной потребности:		126,98	148,01	120,52	129,74	314,58	114,89	136,52	165,40	134,00	535,96	258,38	167,33	114,69	115,26

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества						Витамины			
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг
	Меню №6															
	Дети 12 лет и старше															
	1 неделя															
	Суббота															
	Завтрак															
105	Каша Рябчик рисово-гречневая молочная жидкая	150	4,40	5,14	22,26	152,90	145,84	94,08	33,60	111,34	0,80	24,71	3,91	0,44	0,06	0,13
702	Блинчики с ягодной начинкой	110	9,07	6,95	52,04	306,99	229,11	137,01	23,31	144,89	0,88	11,98	8,14	1,08	0,10	0,19
630	Чай с лимоном или апельсином	200	0,62	0,41	16,30	71,37	71,05	15,58	12,39	23,21	2,29	0,00	0,02	0,92	0,00	0,03
919	Батон или хлеб пшеничный	70	5,32	0,84	34,44	166,60	65,10	14,00	9,80	45,50	0,77	2,24	4,20	0,00	0,08	0,02
920	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32	98,00	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	12,36	0,00	0,07	0,03
	Итого завтрак:	570	22,05	13,82	138,40	766,18	609,10	274,67	97,90	388,14	6,30	38,93	28,63	2,44	0,31	0,40
	Обед															
227	Салат из курицы с помидорами, сыром и сухариками	100	14,56	9,83	6,42	172,39	228,58	90,16	48,96	134,42	1,12	31,81	12,17	4,09	0,06	0,07
303	Рассольник Ленинградский	250	1,96	3,93	13,63	97,73	355,16	16,30	20,54	55,12	0,76	21,02	1,51	6,20	0,07	0,05
405	Гуляш из говядины	120	17,55	21,20	7,99	292,96	361,74	22,24	28,22	177,14	2,64	41,90	0,36	2,26	0,06	0,14
505	Картофельное пюре	180	3,95	5,84	26,24	173,32	830,06	45,29	37,06	107,45	1,37	34,08	0,91	13,67	0,15	0,13
602	Витаминизированный напиток из кураги	200	1,23	0,15	23,58	100,59	356,64	35,44	22,84	31,76	0,73	0,00	0,00	0,40	0,02	0,00
926	Шоколад или конфеты шоколадные в мелкошточной упаковке	45	4,41	15,62	22,68	248,94	167,40	85,05	28,35	93,60	1,08	2,48	2,03	0,00	0,05	0,14
919	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,84	34,44	166,60	65,10	14,00	9,80	45,50	0,77	2,24	4,20	0,00	0,08	0,02
920	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	102,48	147,00	21,00	28,20	94,80	2,34	0,00	18,54	0,00	0,11	0,05
	Итого обед:	1025	52,94	58,13	155,02	1355,01	2511,68	329,48	223,97	739,79	10,81	133,53	39,72	26,62	0,60	0,60
	Полдник															
627	Напиток ягодный	200	0,24	0,12	15,64	64,60	55,52	9,16	5,22	7,48	0,29	0,11	0,12	9,60	0,00	0,01
921	Фрукты	150	0,60	0,60	13,35	61,20	346,11	21,12	11,75	14,36	2,87	2,64	0,39	6,00	0,03	0,02
805	Слойка с повидлом	85	3,59	2,29	36,03	179,09	78,04	18,03	7,62	39,12	0,48	17,93	3,22	0,52	0,05	0,04
	Итого полдник:	435	4,43	3,01	65,02	304,89	479,67	48,31	24,59	60,96	3,64	20,68	3,73	16,12	0,08	0,07
	Ужин															
209	Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	100	1,00	0,16	3,51	19,48	172,67	14,15	12,52	26,23	0,61	2,47	0,25	33,40	0,04	0,05
496	Филе куриное запеченное в пряной корочке	120	36,97	6,39	1,34	210,75	405,27	16,64	125,01	248,76	2,07	43,98	33,32	1,56	0,08	0,09
502	Картофель отварной	180	3,46	5,99	26,56	173,99	845,12	23,62	36,14	93,60	1,46	74,75	0,50	14,30	0,15	0,11
626	Напиток лимонный	200	0,16	0,02	20,50	82,82	27,66	7,44	2,09	3,83	0,16	0,02	0,07	3,20	0,01	0,00
919	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,60	24,60	119,00	46,50	10,00	7,00	32,50	0,55	1,60	3,00	0,00	0,06	0,02
920	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,04	0,02
	Итого ужин:	670	46,71	13,40	83,19	640,20	1546,22	78,85	192,16	436,52	5,63	122,82	43,32	52,46	0,37	0,28
	2 ужин															
	Сырок творожный	50	4,15	13,85	16,05	205,45	46,48	72,16	10,01	95,70	0,18	3,96	13,20	0,10	0,02	0,11
632	Чай с сахаром	200	0,58	0,41	16,16	70,65	64,29	13,82	11,87	22,25	2,26	0,00	0,00	0,12	0,00	0,02
	Итого 2 ужин:	250	4,73	14,26	32,21	276,10	110,77	85,98	21,88	117,95	2,44	3,96	13,20	0,22	0,02	0,13
	Норма соли на весь день	5 г.														
	Итого за день:	2950	130,86	102,62	473,84	3342,38	5257,44	817,29	560,50	1743,36	28,82	319,92	128,60	97,86	1,38	1,48
	Суточная потребность:		90,00	92,00	383,00	2720,00	1200,00	1200,00	300,00	1200,00	18,00	100,00	50,00	70,00	1,40	1,60
	Процент удовлетворения суточной потребности:		145,40	111,54	123,72	122,88	438,12	68,11	186,83	145,28	160,10	319,92	257,19	139,80	98,48	92,57

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества							Витамины		
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг
	Меню №6															
	Дети 12 лет и старше															
	1 неделя															
	Воскресенье															
	Завтрак															
100	Каша "Янтарная" из хлопьев овсяных молочная жидкая с яблоками	150	4,30	5,66	20,43	149,86	185,06	95,72	31,15	115,60	1,00	25,03	6,03	1,10	0,09	0,12
107	Пудинг творожный запеченный с изюмом	100	16,89	5,92	24,03	216,96	176,83	126,73	22,17	177,60	0,84	21,34	21,66	0,16	0,05	0,19
903	Молоко сгущенное	15	1,01	0,66	7,53	40,10	47,31	41,84	4,44	29,88	0,03	0,92	0,40	0,06	0,01	0,02
619	Кофейный напиток с молоком	200	7,27	4,18	22,71	157,54	348,38	211,50	57,90	202,34	2,01	15,05	3,34	0,99	0,06	0,24
902	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,38	0,12	58,22	2,49	2,11	0,00	2,61	0,02	0,00	0,09	0,00	0,00	0,01
919	Батон или хлеб пшеничный	50	3,80	0,60	24,60	119,00	46,50	10,00	7,00	32,50	0,55	1,60	3,00	0,00	0,06	0,02
920	Хлеб ржаной	70	4,62	0,84	23,38	119,56	171,50	24,50	32,90	110,60	2,73	0,00	21,63	0,00	0,13	0,06
	Итого завтрак:	595	37,97	24,24	122,80	861,24	978,07	512,40	155,56	671,13	7,18	63,95	56,16	2,30	0,39	0,65
	Обед															
1127	Салат «Крабовый» с растительным маслом	100	7,49	11,33	2,29	141,09	177,76	31,22	22,74	118,48	0,94	61,82	10,22	3,46	0,05	0,12
320	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,56	3,78	7,53	70,38	263,43	28,53	17,24	36,83	0,62	38,11	0,23	9,93	0,04	0,04
424	Поджарка из свинины	120	15,60	30,65	7,49	368,21	149,44	20,30	12,47	211,84	2,50	35,32	0,25	3,12	0,48	0,14
506	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,88	7,50	38,94	258,78	237,78	19,76	130,27	196,81	4,41	54,97	3,82	0,00	0,23	0,13
616	Компот из свежих ягод и плодов	200	0,24	0,16	18,39	75,96	86,99	9,87	5,25	8,00	0,67	0,45	0,09	2,72	0,01	0,01
919	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,96	39,36	190,40	74,40	16,00	11,20	52,00	0,88	2,56	4,80	0,00	0,09	0,02
920	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	102,48	147,00	21,00	28,20	94,80	2,34	0,00	18,54	0,00	0,11	0,05
	Итого обед:	990	43,81	55,10	134,04	1207,30	1136,80	146,68	227,37	718,76	12,36	193,23	37,95	19,23	1,01	0,51
	Полдник															
603	Витаминизированный компот из смеси сухофруктов	200	0,49	0,00	27,44	111,72	0,41	51,68	2,19	4,48	0,11	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00
921	Фрукты	150	0,60	0,60	13,35	61,20	346,11	21,12	11,75	14,36	2,87	2,64	0,39	6,00	0,03	0,02
804	Рожок с маком	50	3,90	10,17	26,63	213,65	44,79	11,17	7,29	36,84	0,51	4,83	3,35	0,01	0,04	0,05
	Итого полдник:	400	4,99	10,77	67,42	386,57	391,31	83,97	21,23	55,68	3,49	7,47	3,74	6,03	0,07	0,07
	Ужин															
234	Салат из филе курицы со сладким перцем и пекинской капустой	100	6,23	9,31	3,31	121,95	223,14	25,01	27,90	52,81	0,76	38,29	4,84	28,47	0,04	0,05
406	Жаркое по-домашнему	250	21,78	20,48	34,61	409,88	1292,62	40,06	65,58	281,42	4,23	61,35	0,69	18,16	0,23	0,24
610	Кисель из смородины	200	0,22	0,13	19,33	79,37	70,87	9,99	6,47	10,91	0,31	0,21	0,23	19,20	0,01	0,01
919	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,60	24,60	119,00	46,50	10,00	7,00	32,50	0,55	1,60	3,00	0,00	0,06	0,02
920	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,04	0,02
	Итого ужин:	620	33,35	30,76	88,53	764,36	1682,13	92,06	116,35	409,24	6,63	101,45	14,94	65,83	0,37	0,33
	2 ужин															
611	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34
923	Вафли, печенье, пряники	50	1,95	15,30	31,25	270,50	0,00	4,00	3,00	21,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00
	Итого 2 ужин:	250	7,75	20,30	39,25	370,70	292,00	244,00	31,00	201,00	0,50	18,00	4,00	1,40	0,11	0,34
	Норма соли на весь день	5 г.														
	Итого за день:	2855	127,87	141,17	452,04	3590,17	4480,31	1079,11	551,51	2055,81	30,16	384,10	116,79	94,79	1,94	1,90
	Суточная потребность:		99,00	101,20	421,30	2992,00	1320,00	1320,00	330,00	1320,00	19,80	110,00	55,00	77,00	1,54	1,76
	Процент удовлетворения суточной потребности:		129,16	139,50	107,30	119,99	339,42	81,75	167,13	155,74	152,33	349,18	212,34	123,11	126,15	107,98

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества							Витамины		
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	С, мг	В1, мг	В2, мг
	Меню №6															
	Дети 12 лет и старше															
	2 неделя															
	Понедельник															
	Завтрак															
115	Каша молочная кукурузная жидкая	150	4,05	5,13	20,50	144,37	136,91	103,22	16,41	92,20	0,57	21,39	4,58	0,48	0,05	0,13
110	Омлет натуральный	100	7,63	10,55	2,46	135,31	120,20	78,28	11,35	127,35	1,22	30,65	15,21	0,24	0,04	0,25
632	Чай с сахаром	200	0,58	0,41	16,16	70,65	64,29	13,82	11,87	22,25	2,26	0,00	0,00	0,12	0,00	0,02
902	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,38	0,12	58,22	2,49	2,11	0,00	2,61	0,02	0,00	0,09	0,00	0,00	0,01
909	Сыр (порциями)	22	4,80	5,72	0,00	70,68	16,07	170,37	6,70	95,70	0,19	0,00	2,81	0,06	0,01	0,05
	Сырок творожный	50	4,15	13,85	16,05	205,45	46,48	72,16	10,01	95,70	0,18	3,96	13,20	0,10	0,02	0,11
919	Батон или хлеб пшеничный	70	5,32	0,84	34,44	166,60	65,10	14,00	9,80	45,50	0,77	2,24	4,20	0,00	0,08	0,02
920	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32	98,00	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	12,36	0,00	0,07	0,03
	Итого завтрак:	642	29,25	43,36	103,09	919,60	549,54	467,96	84,94	544,51	6,77	58,24	52,45	1,00	0,27	0,62
	Обед															
214	Салат «Нежность» из курицы с огурчиками, яйцом, черносливом и грецким орехом	100	11,44	22,09	7,81	275,81	290,46	45,23	49,80	154,08	1,64	19,21	9,03	4,07	0,09	0,13
314	Суп рисовый	250	2,81	3,99	19,30	124,35	452,16	23,61	28,29	66,62	1,05	39,00	1,23	7,93	0,08	0,05
400	Бефстроганов из говядины	120	18,04	26,74	6,39	338,38	327,17	41,83	24,62	185,87	2,53	58,14	0,31	1,63	0,06	0,14
509	Макаронные изделия отварные (рожки)	180	9,16	4,52	56,88	304,84	91,83	20,82	12,61	69,40	1,28	53,97	0,05	0,00	0,11	0,03
614	Компот из кураги	200	1,23	0,15	23,58	100,59	356,64	35,44	22,84	31,76	0,73	0,00	0,00	0,40	0,02	0,00
919	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,60	24,60	119,00	46,50	10,00	7,00	32,50	0,55	1,60	3,00	0,00	0,06	0,02
920	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	73,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,05	0,02
	Итого обед:	930	48,46	58,45	148,58	1314,21	1638,26	187,43	159,26	587,63	8,95	171,92	22,89	14,03	0,47	0,39
	Полдник															
605	Витаминизированный напиток из шиповника	200	1,12	0,06	31,35	130,42	45,63	38,12	5,60	32,90	0,08	0,00	0,00	140,00	0,08	0,07
1024	Пирожок слоеный с капустой по-домашнему	80	3,98	6,07	22,65	161,15	149,80	32,21	14,07	50,79	0,65	17,46	2,00	6,04	0,06	0,05
921	Фрукты	150	0,60	0,60	13,35	61,20	346,11	21,12	11,75	14,36	2,87	2,64	0,39	6,00	0,03	0,02
	Итого полдник:	430	5,70	6,73	67,35	352,77	541,54	91,45	31,42	98,05	3,60	20,10	2,39	152,04	0,17	0,14
	Ужин															
200	Винегрет овощной	100	1,78	6,37	8,45	98,25	252,66	22,84	21,19	45,82	0,82	24,41	0,21	5,06	0,05	0,04
427	Рагу из птицы	250	27,08	8,52	30,69	307,76	1132,41	47,66	127,92	272,56	3,10	85,31	21,21	15,99	0,22	0,18
627	Напиток ягодный	200	0,24	0,12	15,64	64,60	55,52	9,16	5,22	7,48	0,29	0,11	0,12	9,60	0,00	0,01
919	Хлеб пшеничный	65	4,94	0,78	31,98	154,70	60,45	13,00	9,10	42,25	0,72	2,08	3,90	0,00	0,07	0,02
920	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	102,48	147,00	21,00	28,20	94,80	2,34	0,00	18,54	0,00	0,11	0,05
	Итого ужин:	675	38,00	16,51	106,80	727,79	1648,04	113,66	191,63	462,91	7,27	111,91	43,98	30,65	0,45	0,30
	2 ужин															
611	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34
	Итого 2 ужин:	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34
	Норма соли на весь день	5 г.														
	Итого за день:	2877	127,21	130,05	433,82	3414,57	4669,37	1100,50	495,26	1873,11	26,79	380,17	125,71	199,12	1,44	1,79
	Суточная потребность:		90,00	92,00	383,00	2720,00	1200,00	1200,00	300,00	1200,00	18,00	100,00	50,00	70,00	1,40	1,60
	Процент удовлетворения суточной потребности:		141,34	141,36	113,27	125,54	389,11	91,71	165,09	156,09	148,82	380,17	251,42	284,46	102,97	112,01

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества							Витамины		
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	С, мг	В1, мг	В2, мг
	Меню №6															
	Дети 12 лет и старше															
	2 неделя															
	Вторник															
	Завтрак															
849	Кекс творожный	50	5,43	7,43	26,55	194,79	41,38	28,95	5,87	54,83	0,46	2,78	6,85	0,03	0,03	0,07
117	Каша из хлопьев овсяных молочная жидкая	200	6,50	7,92	26,76	204,32	217,17	133,85	47,22	173,83	1,08	38,46	9,62	0,57	0,13	0,16
608	Какао с молоком	200	6,18	4,85	19,10	144,77	285,25	215,23	36,93	175,97	0,86	15,84	3,52	1,04	0,06	0,25
902	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,38	0,12	58,22	2,49	2,11	0,00	2,61	0,02	0,00	0,09	0,00	0,00	0,01
919	Батон или хлеб пшеничный	60	4,56	0,72	29,52	142,80	55,80	12,00	8,40	39,00	0,66	1,92	3,60	0,00	0,07	0,02
920	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	73,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,05	0,02
	Итого завтрак:	550	24,73	27,66	112,07	796,14	675,59	402,64	112,52	493,64	4,25	59,00	32,95	1,64	0,34	0,53
	Обед															
241	Салат Столичный	100	6,72	14,09	6,04	177,85	260,02	27,61	16,48	96,38	1,25	42,60	8,80	5,86	0,06	0,14
300	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	1,76	3,77	11,84	88,33	293,32	32,97	20,97	44,08	0,98	22,19	0,42	8,12	0,04	0,04
404	Горбуша под сыром	120	24,81	17,75	4,11	275,43	363,05	260,71	39,97	313,99	1,13	84,94	39,95	2,99	0,16	0,20
505	Картофельное пюре	180	3,95	5,84	26,24	173,32	830,06	45,29	37,06	107,45	1,37	34,08	0,91	13,67	0,15	0,13
609	Кисель из брусники (клюквы)	200	0,17	0,13	19,55	80,05	19,08	7,66	1,46	7,36	0,12	0,00	0,00	1,44	0,00	0,00
919	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,72	29,52	142,80	55,80	12,00	8,40	39,00	0,66	1,92	3,60	0,00	0,07	0,02
920	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32	98,00	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	12,36	0,00	0,07	0,03
	Итого обед:	950	44,61	42,78	110,66	1006,10	1919,33	400,24	143,14	671,46	7,07	185,73	66,04	32,08	0,55	0,56
	Полдник															
606	Витаминизированный напиток лимонный	200	0,16	0,02	20,50	82,82	27,66	7,44	2,09	3,83	0,16	0,02	0,07	3,20	0,01	0,00
925	Мороженое с пробиотиками	45	1,89	3,38	9,23	74,84	0,00	180,00	2,70	18,90	0,27	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00
805	Слойка с повидлом	85	3,59	2,29	36,03	179,09	78,04	18,03	7,62	39,12	0,48	17,93	3,22	0,52	0,05	0,04
921	Фрукты	150	0,60	0,60	13,35	61,20	346,11	21,12	11,75	14,36	2,87	2,64	0,39	6,00	0,03	0,02
	Итого полдник:	480	6,24	6,29	79,11	397,95	451,81	226,59	24,16	76,21	3,78	20,59	3,68	9,72	0,11	0,06
	Ужин															
209	Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	100	1,00	0,16	3,51	19,47	172,67	14,15	12,52	26,23	0,61	2,47	0,25	33,40	0,04	0,05
422	Плов по-узбекски из говядины	250	17,84	16,37	50,30	419,89	372,87	41,21	61,85	241,78	2,81	78,55	8,64	2,20	0,10	0,15
630	Чай с лимоном или апельсином	200	0,62	0,41	16,30	71,37	71,05	15,58	12,39	23,21	2,29	0,00	0,02	0,92	0,00	0,03
919	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,72	29,52	142,80	55,80	12,00	8,40	39,00	0,66	1,92	3,60	0,00	0,07	0,02
920	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	73,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,05	0,02
	Итого ужин:	640	26,00	18,02	109,65	704,77	745,89	93,44	109,26	377,62	7,54	82,94	21,78	36,52	0,26	0,27
	2 ужин															
611	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34
	Итого 2 ужин:	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34
	Норма соли на весь день	5 г.														
	Итого за день:	2820	107,38	99,74	419,48	3005,15	4084,63	1362,90	417,08	1798,93	22,84	366,26	128,44	81,36	1,34	1,76
	Суточная потребность:		90,00	92,00	383,00	2720,00	1200,00	1200,00	300,00	1200,00	18,00	100,00	50,00	70,00	1,40	1,60
	Процент удовлетворения суточной потребности:		119,31	108,41	109,53	110,48	340,39	113,58	139,03	149,91	126,90	366,26	256,89	116,23	95,98	110,24

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества							Витамины		
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	С, мг	В1, мг	В2, мг
	Меню №6															
	Дети 12 лет и старше															
	2 неделя															
	Среда															
	Завтрак															
709	Оладьи	100	10,05	7,59	42,18	277,23	222,56	150,76	24,09	158,24	0,89	12,70	7,77	0,67	0,11	0,21
903	Молоко сгущенное	25	1,68	1,10	12,55	66,82	110,39	97,64	10,35	69,73	0,06	2,16	0,92	0,14	0,02	0,06
102	Каша рисовая молочная жидкая	150	3,82	5,09	21,03	145,21	148,89	92,26	24,91	127,84	1,25	27,06	20,01	0,39	0,09	0,12
619	Кофейный напиток с молоком	200	7,27	4,18	22,71	157,54	348,38	211,50	57,90	202,34	2,01	15,05	3,34	0,99	0,06	0,24
902	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,38	0,12	58,22	2,49	2,11	0,00	2,61	0,02	0,00	0,09	0,00	0,00	0,01
919	Батон или хлеб пшеничный	60	4,56	0,72	29,52	142,80	55,80	12,00	8,40	39,00	0,66	1,92	3,60	0,00	0,07	0,02
920	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32	98,00	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	12,36	0,00	0,07	0,03
	Итого завтрак:	585	30,10	25,54	141,47	916,14	986,51	580,27	144,45	662,96	6,45	58,89	48,09	2,19	0,42	0,69
	Обед:															
217	Салат Витаминный со сладким перцем	100	1,43	6,18	9,64	99,90	199,07	31,78	17,09	29,68	0,55	27,67	0,18	25,84	0,03	0,05
205	или Лечо промышленного производства*	100	0,00	0,00	13,00	52,00	215,00	80,00	40,00	270,00	1,10	40,00	36,50	0,00	0,02	0,13
319	Уха Ростовская	250	6,57	5,33	10,80	117,45	447,06	22,46	29,36	89,99	1,02	21,71	10,15	9,89	0,11	0,08
410	Котлеты Куринные	120	19,60	10,13	14,62	228,05	250,24	52,90	64,17	157,85	1,29	49,53	17,20	0,81	0,08	0,10
503	Картофель, запеченный дольками	180	4,45	4,94	34,02	198,34	1068,07	26,24	45,72	117,28	1,81	45,13	0,59	18,16	0,20	0,13
627	Напиток ягодный	200	0,24	0,12	15,64	64,60	55,52	9,16	5,22	7,48	0,29	0,11	0,12	9,60	0,00	0,01
919	Хлеб пшеничный	100	7,60	1,20	49,20	238,00	93,00	20,00	14,00	65,00	1,10	3,20	6,00	0,00	0,11	0,03
920	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32	98,00	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	12,36	0,00	0,07	0,03
	Итого обед:	990	42,53	28,38	147,28	1014,66	2210,96	176,54	194,36	530,48	7,62	147,35	46,60	64,30	0,60	0,43
	Полдник															
816	Сочень с творогом	110	10,14	15,45	50,28	380,73	89,03	47,08	11,87	98,28	0,94	8,15	10,86	0,04	0,07	0,12
604	Витаминизированный напиток из брусники (клюквы)	200	0,26	0,15	22,74	93,35	28,24	8,54	2,25	5,15	0,19	0,00	0,00	2,22	0	0,01
921	Фрукты	150	0,60	0,60	13,35	61,20	346,11	21,12	11,75	14,36	2,87	2,64	0,39	6,00	0,03	0,02
	Итого полдник:	460	11,00	16,20	86,37	535,28	463,38	76,74	25,87	117,79	4,00	10,79	11,25	8,26	0,10	0,15
	Ужин															
212	Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	100	0,90	0,19	3,00	17,29	190,85	17,66	15,70	32,31	0,69	2,38	0,33	10,00	0,04	0,04
418	Пельмени мясные отварные	250	22,66	32,66	42,60	554,98	322,36	54,84	28,63	216,69	3,16	303,10	6,06	0,34	0,12	0,18
904	Сметана	20	0,48	2,64	0,66	28,32	19,26	15,49	1,57	10,44	0,03	1,58	0,07	0,03	0,00	0,02
625	Напиток из шиповника	200	1,12	0,06	31,35	130,42	45,63	38,12	5,60	32,90	0,08	0,00	0,00	140,00	0,08	0,07
919	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,48	19,68	95,20	37,20	8,00	5,60	26,00	0,44	1,28	2,40	0,00	0,04	0,01
920	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32	98,00	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	12,36	0,00	0,07	0,03
	Итого ужин:	650	30,84	36,51	110,65	894,53	713,30	148,11	75,90	381,54	5,96	308,34	21,22	150,37	0,35	0,35
	2 ужин															
611	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34
	Итого 2 ужин:	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34
	Норма соли на весь день	5 г.														
	Итого за день:	2885	120,27	111,63	493,77	3460,81	4666,15	1221,66	468,58	1872,77	24,23	543,37	131,15	226,52	1,55	1,96
	Суточная потребность:		90,00	92,00	383,00	2720,00	1200,00	1200,00	300,00	1200,00	18,00	100,00	50,00	70,00	1,40	1,60
	Процент удовлетворения суточной потребности:		133,63	121,33	128,92	127,24	388,85	101,81	156,19	156,06	134,61	543,37	262,30	323,61	110,61	122,53

*с 1 января по 30 июня

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества							Витамины		
			Б	Ж	У		К, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	C, мг	B1, мг	B2, мг
	Меню №6															
	Дети 12 лет и старше															
	2 неделя															
	Четверг															
	Завтрак															
110	Омлет натуральный	100	7,63	10,55	2,46	135,28	120,20	78,28	11,35	127,35	1,22	30,65	15,21	0,24	0,04	0,25
100	Каша "Янтарная" из хлопьев овсяных молочная жидкая с яблоками	150	4,30	5,66	20,43	149,86	185,06	95,72	31,15	115,60	1,00	25,03	6,03	1,10	0,09	0,12
632	Чай с сахаром	200	0,58	0,41	16,16	70,65	64,29	13,82	11,87	22,25	2,26	0,00	0,00	0,12	0,00	0,02
902	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,38	0,12	58,22	2,49	2,11	0,00	2,61	0,02	0,00	0,09	0,00	0,00	0,01
909	Сыр (порциями)	22	4,80	5,72	0,00	70,68	16,07	170,37	6,70	95,70	0,19	0,00	2,81	0,06	0,01	0,05
919	Батон или хлеб пшеничный	50	3,80	0,60	24,60	119,00	46,50	10,00	7,00	32,50	0,55	1,60	3,00	0,00	0,06	0,02
920	Хлеб ржаной	70	4,62	0,84	23,38	119,56	171,50	24,50	32,90	110,60	2,73	0,00	21,63	0,00	0,13	0,06
	Итого завтрак:	602	25,81	30,16	87,15	723,25	606,10	394,79	100,98	506,61	7,97	57,28	48,77	1,52	0,32	0,52
	Обед															
232	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	3,64	8,62	8,27	125,22	248,57	114,50	22,59	82,48	1,34	37,84	1,90	4,09	0,02	0,06
317	Суп-пюре из разных овощей с сухариками из пшеничного хлеба	250	3,88	2,24	16,37	101,16	275,27	68,76	22,30	79,92	0,72	20,23	1,74	7,14	0,07	0,09
468	Курземес строганов	120	13,57	29,85	5,64	345,49	88,41	23,77	8,25	179,40	1,98	38,79	0,28	1,08	0,41	0,13
505	Картофельное пюре	180	3,95	5,84	26,24	173,32	830,06	45,29	37,06	107,45	1,37	34,08	0,91	13,67	0,15	0,13
617	Компот из смеси сухофруктов	200	0,49	0,00	27,44	111,72	0,37	46,52	1,97	4,03	0,10	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00
919	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,84	34,44	166,60	65,10	14,00	9,80	45,50	0,77	2,24	4,20	0,00	0,08	0,02
920	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32	98,00	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	12,36	0,00	0,07	0,03
	Итого обед:	960	33,49	47,87	131,76	1091,83	1605,78	326,84	120,77	561,98	7,84	133,18	21,39	26,00	0,80	0,46
	Полдник															
714	Расстегай с рыбой	100	13,26	12,57	29,56	284,41	181,17	24,92	18,74	124,31	0,92	68,47	20,42	0,38	0,12	0,10
921	Фрукты	150	0,60	0,60	13,35	61,20	346,11	21,12	11,75	14,36	2,87	2,64	0,39	6,00	0,03	0,02
600	Витаминизированный компот Витаминный	200	0,60	0,01	26,66	109,13	10,73	44,50	2,80	10,62	0,10	0,00	0,00	32,01	0,02	0,02
	Итого полдник:	450	14,46	13,18	69,57	454,74	538,01	90,54	33,29	149,29	3,89	71,11	20,81	38,39	0,17	0,14
	Ужин															
211	Овощное ассорти 16 (перец болгарский, огурец)	100	1,00	0,14	3,50	19,26	138,15	15,02	10,05	27,96	0,52	2,82	0,20	45,00	0,04	0,06
402	Вареники с картофелем и маслом	250	9,91	18,37	60,84	448,33	612,83	41,02	34,31	127,73	1,88	128,69	5,35	9,32	0,19	0,11
626	Напиток Лимонный	200	0,16	0,02	20,50	82,82	27,66	7,44	2,09	3,83	0,16	0,02	0,07	3,20	0,01	0,00
919	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,72	29,52	142,80	55,80	12,00	8,40	39,00	0,66	1,92	3,60	0,00	0,07	0,02
920	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32	98,00	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	12,36	0,00	0,07	0,03
	Итого ужин:	650	18,27	19,73	127,72	761,53	932,44	89,48	73,65	261,72	4,78	133,45	21,58	57,52	0,38	0,22
	2 ужин															
611	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34
	Пряник тульский	85	3,32	26,01	53,13	459,89	0,00	6,80	5,10	35,70	0,51	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00
	Итого 2 ужин:	285	9,12	31,01	61,13	560,09	292,00	246,80	33,10	215,70	0,71	18,00	4,00	1,40	0,12	0,34
	Норма соли на весь день	5 г.														
	Итого за день:	2947	101,15	141,95	477,33	3591,44	3974,33	1148,45	361,79	1695,30	25,19	413,02	116,55	124,83	1,78	1,68
	Суточная потребность:		90,00	92,00	383,00	2720,00	1200,00	1200,00	300,00	1200,00	18,00	100,00	50,00	70,00	1,40	1,60
	Процент удовлетворения суточной потребности:		112,39	154,29	124,63	132,04	331,19	95,70	120,60	141,28	139,95	413,02	233,10	178,33	127,40	104,89

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества						Витамины			
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	С, мг	В1, мг	В2, мг
	Меню №6															
	Дети 12 лет и старше															
	2 неделя															
	Пятница															
	Завтрак															
104	Каша "Боярская" пшеничная молочная жидкая с сухофруктами	150	5,16	5,62	25,82	174,50	169,00	107,59	29,42	124,73	0,74	29,39	2,25	0,48	0,10	0,12
701	Блинчики	90	8,99	8,05	37,68	259,13	199,21	135,03	21,51	141,81	0,80	11,34	6,95	0,60	0,10	0,19
904	Сметана	20	0,48	2,64	0,66	28,32	19,26	15,49	1,57	10,44	0,03	1,58	0,07	0,03	0,00	0,02
619	Кофейный напиток с молоком	200	7,27	4,18	22,71	157,54	348,38	211,50	57,90	202,34	2,01	15,05	3,34	0,99	0,06	0,24
919	Батон или хлеб пшеничный	50	3,80	0,60	24,60	119,00	46,50	10,00	7,00	32,50	0,55	1,60	3,00	0,00	0,06	0,02
920	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32	98,00	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	12,36	0,00	0,07	0,03
	Итого завтрак:	550	28,34	21,57	124,83	806,81	880,35	493,61	136,20	575,02	5,69	58,96	27,97	2,10	0,39	0,62
	Обед															
235	Салат Мясной	100	9,91	14,74	7,46	202,14	349,11	18,44	20,50	118,71	1,71	28,07	2,86	5,20	0,06	0,12
318	Суп-поре Чаудер с мясом	250	10,66	15,35	12,98	232,71	356,06	189,40	28,46	187,18	1,38	71,05	3,15	12,71	0,09	0,17
414	Куриное филе в сметанном соусе	120	15,80	23,53	6,97	302,85	222,68	52,76	20,72	159,36	1,55	55,64	9,76	2,17	0,07	0,14
508	Каша перловая рассыпчатая с овощами	180	5,26	5,10	35,99	210,90	127,96	32,68	26,17	173,70	1,12	53,84	18,56	0,94	0,06	0,04
610	Кисель из смородины	200	0,22	0,13	19,33	79,37	70,87	9,99	6,47	10,91	0,31	0,21	0,23	19,20	0,01	0,01
919	Хлеб пшеничный	100	7,60	1,20	49,20	238,00	93,00	20,00	14,00	65,00	1,10	3,20	6,00	0,00	0,11	0,03
920	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32	98,00	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	12,36	0,00	0,07	0,03
	Итого обед:	990	52,09	60,53	145,29	1334,29	1317,68	337,27	135,12	778,06	8,73	212,01	52,92	40,22	0,47	0,54
	Полдник															
601	Витаминизированный напиток из изюма	200	0,55	0,08	24,96	102,76	172,53	17,80	9,14	28,06	0,68	0,18	0,13	0,00	0,03	0,02
921	Фрукты	150	0,60	0,60	13,35	61,20	346,11	21,12	11,75	14,36	2,87	2,64	0,39	6,00	0,03	0,02
715	Самса с курицей и луком	145	17,26	4,83	38,34	265,87	230,85	35,43	49,69	144,59	1,42	32,43	13,54	1,23	0,11	0,09
	Итого полдник:	495	18,41	5,51	76,65	429,83	749,49	74,35	70,58	187,01	4,97	35,25	14,06	7,23	0,17	0,13
	Ужин															
212	Овощное ассорти 9 (томат, огурец)	100	0,90	0,19	3,00	17,31	190,85	17,66	15,70	32,31	0,69	2,38	0,33	10,00	0,04	0,04
425	Птица запеченная	120	38,31	5,88	1,34	211,52	429,81	22,98	129,87	260,46	2,15	41,24	34,40	1,92	0,09	0,10
504	Картофель, запеченный из отварного	180	5,77	7,01	29,20	202,97	936,02	92,94	42,38	141,24	1,65	50,90	1,69	15,77	0,17	0,14
630	Чай с лимоном	200	0,62	0,41	16,30	71,37	71,05	15,58	12,39	23,21	2,29	0,00	0,02	0,92	0,00	0,03
919	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,36	14,76	71,40	27,90	6,00	4,20	19,50	0,33	0,96	1,80	0,00	0,03	0,01
920	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	73,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,05	0,02
	Итого ужин:	660	49,86	14,21	74,62	625,81	1729,13	165,66	218,64	524,12	8,28	95,48	47,51	28,61	0,38	0,34
	2 ужин															
611	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34
753	Булочка с маком	100	7,81	5,56	52,57	291,56	0,00	8,00	6,00	42,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00
	Итого 2 ужин:	300	13,61	10,56	60,57	391,76	292,00	248,00	34,00	222,00	0,80	18,00	4,00	1,40	0,13	0,34
	Норма соли на весь день	5 г.														
	Итого за день:	2995	162,31	112,38	481,96	3588,50	4968,65	1318,89	594,54	2286,21	28,47	419,70	146,46	79,56	1,54	1,97
	Суточная потребность:		90,00	92,00	383,00	2720,00	1200,00	1200,00	300,00	1200,00	18,00	100,00	50,00	70,00	1,40	1,60
	Процент удовлетворения суточной потребности:		180,34	122,15	125,84	131,93	414,05	109,91	198,18	190,52	158,17	419,70	292,91	113,66	110,18	123,00

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества						Витамины			
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	С, мг	В1, мг	В2, мг
	Меню №6															
	Дети 12 лет и старше															
	2 неделя															
	Суббота															
	Завтрак															
116	Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,28	3,46	25,66	154,90	148,89	92,26	24,91	127,84	1,25	27,06	20,01	0,39	0,09	0,12
106	Запеканка из творога	100	20,15	8,99	17,02	229,59	110,62	144,08	21,15	200,85	0,65	23,27	26,89	0,19	0,04	0,23
903	Молоко сгущенное	15	1,01	0,66	7,53	40,10	47,31	41,84	4,44	29,88	0,03	0,92	0,40	0,06	0,01	0,02
608	Какао с молоком	200	6,18	4,85	19,10	144,77	285,25	215,23	36,93	175,97	0,86	15,84	3,52	1,04	0,06	0,25
902	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,38	0,12	58,22	2,49	2,11	0,00	2,61	0,02	0,00	0,09	0,00	0,00	0,01
919	Батон или хлеб пшеничный	70	5,32	0,84	34,44	166,60	65,10	14,00	9,80	45,50	0,77	2,24	4,20	0,00	0,08	0,02
920	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,04	0,02
	Итого завтрак:	565	39,34	25,42	110,55	828,34	708,66	516,52	106,63	614,25	4,36	69,33	61,29	1,68	0,32	0,67
	Обед															
214	Салат «Нежность» из курицы с огурчиками, яйцом, черносливом и грецким орехом	100	11,44	22,09	7,81	275,81	290,46	45,23	49,80	154,08	1,64	19,21	9,03	4,07	0,09	0,13
319	Уха Ростовская	250	6,57	5,33	10,80	117,45	447,06	22,46	29,36	89,99	1,02	21,71	10,15	9,89	0,11	0,08
406	Жаркое по-домашнему	250	21,78	20,48	34,61	409,88	1292,62	40,06	65,58	281,42	4,23	61,35	0,69	18,16	0,23	0,24
602	Витаминизированный напиток из кураги	200	1,23	0,15	23,58	100,59	356,64	35,44	22,84	31,76	0,73	0,00	0,00	0,40	0,02	0,00
919	Хлеб пшеничный	90	6,84	1,08	44,28	214,20	83,70	18,00	12,60	58,50	0,99	2,88	5,40	0,00	0,10	0,03
920	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	102,48	147,00	21,00	28,20	94,80	2,34	0,00	18,54	0,00	0,11	0,05
	Итого обед:	950	51,82	49,85	141,12	1220,41	2617,48	182,19	208,38	710,55	10,95	105,15	43,81	32,52	0,66	0,53
	Полдник															
632	Чай с сахаром	200	0,58	0,41	16,16	70,65	64,29	13,82	11,87	22,25	2,26	0,00	0,00	0,12	0,00	0,02
	Печенье Choco Pie	30	2,94	10,41	15,12	165,93	111,60	56,70	18,90	62,40	0,72	1,65	1,35	0,00	0,03	0,09
706	Ватрушка с брусникой	50	3,48	4,60	26,75	162,32	66,63	22,00	7,00	38,26	0,44	8,78	2,47	1,04	0,04	0,04
921	Фрукты	150	0,60	0,60	13,35	61,20	346,11	21,12	11,75	14,36	2,87	2,64	0,39	6,00	0,03	0,02
	Итого полдник:	430	7,60	16,02	71,38	460,10	588,63	113,64	49,52	137,27	6,29	13,07	4,21	7,16	0,10	0,17
	Ужин															
209	Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат)	100	1,00	0,16	3,51	19,47	172,67	14,15	12,52	26,23	0,61	2,47	0,25	33,40	0,04	0,05
407	Капуста тушенная со свиной	250	13,82	19,78	18,64	307,86	829,39	129,29	51,33	197,40	2,96	19,83	1,04	52,22	0,33	0,18
609	Кисель из брусники (клюквы)	200	0,17	0,13	19,55	80,05	19,08	7,66	1,46	7,36	0,12	0,00	0,00	1,44	0,00	0,00
919	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,72	29,52	142,80	55,80	12,00	8,40	39,00	0,66	1,92	3,60	0,00	0,07	0,02
920	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	73,50	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	9,27	0,00	0,05	0,02
	Итого ужин:	640	21,53	21,15	81,24	601,42	1150,44	173,60	87,81	317,39	5,52	24,22	14,16	87,06	0,49	0,27
	2 ужин															
611	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34
	Итого 2 ужин:	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34
	Норма соли на весь день	5 г.														
	Итого за день:	2785	126,09	117,44	412,29	3210,47	5357,21	1225,95	480,34	1959,46	27,32	229,77	127,46	129,82	1,65	1,97
	Суточная потребность:		90,00	92,00	383,00	2720,00	1200,00	1200,00	300,00	1200,00	18,00	100,00	50,00	70,00	1,40	1,60
	Процент удовлетворения суточной потребности:		140,10	127,65	107,65	118,03	446,43	102,16	160,11	163,29	151,79	229,77	254,93	185,46	117,59	123,41

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества						Витамины			
			Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	С, мг	В1, мг	В2, мг
	Меню №6															
	Дети 12 лет и старше															
	2 неделя															
	Воскресенье															
	Завтрак															
111	Омлет с сыром	100	9,26	12,48	2,16	158,00	114,23	157,99	13,50	162,53	1,18	29,12	14,94	0,25	0,04	0,25
102	Каша рисовая молочная жидкая	150	3,82	5,09	21,03	145,21	129,30	101,16	19,80	99,15	0,28	21,63	4,26	0,48	0,04	0,12
632	Чай с сахаром	200	0,58	0,41	16,16	70,65	64,29	13,82	11,87	22,25	2,26	0,00	0,00	0,12	0,00	0,02
902	Масло сливочное (порция)	10	0,08	6,38	0,12	58,22	2,49	2,11	0,00	2,61	0,02	0,00	0,09	0,00	0,00	0,01
919	Батон или хлеб пшеничный	80	6,08	0,96	39,36	190,40	74,40	16,00	11,20	52,00	0,88	2,56	4,80	0,00	0,09	0,02
920	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32	98,00	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	12,36	0,00	0,07	0,03
	Итого завтрак:	580	22,46	25,80	92,19	690,80	482,71	305,08	75,17	401,74	6,18	53,31	36,45	0,85	0,24	0,45
	Обед															
225	Салат из кукурузы с яйцом и кальмарами	100	14,38	8,29	3,77	147,21	223,96	44,54	54,87	202,20	1,42	22,60	6,82	3,73	0,12	0,15
316	Суп-крем из цветной капусты с сухариками из пшеничного хлеба	250	3,80	7,83	15,16	146,31	240,04	52,35	18,04	71,28	1,02	22,65	1,76	15,57	0,08	0,10
405	Гуляш из говядины	120	17,55	21,20	7,99	292,96	361,74	22,24	28,22	177,14	2,64	41,90	0,36	2,26	0,06	0,14
506	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,88	7,50	38,94	258,78	237,78	19,76	130,27	196,81	4,41	54,97	3,82	0,00	0,23	0,13
622	Напиток из брусники (клюквы)	200	0,26	0,15	22,74	93,35	28,24	8,54	2,25	5,15	0,19	0,00	0,00	2,22	0,00	0,01
919	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,84	34,44	166,60	65,10	14,00	9,80	45,50	0,77	2,24	4,20	0,00	0,08	0,02
920	Хлеб ржаной	70	4,62	0,84	23,38	119,56	171,50	24,50	32,90	110,60	2,73	0,00	21,63	0,00	0,13	0,06
	Итого обед:	990	54,81	46,65	146,42	1224,77	1328,36	185,93	276,35	808,68	13,18	144,36	38,59	23,78	0,69	0,61
	Полдник															
921	Фрукты	150	0,60	0,60	13,35	61,20	346,11	21,12	11,75	14,36	2,87	2,64	0,39	6,00	0,03	0,02
925	Мороженое с пробиотиками	45	1,89	3,38	9,23	74,84	0,00	180,00	2,70	18,90	0,27	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00
606	Витаминизированный напиток лимонный	200	0,16	0,02	20,50	82,82	27,66	7,44	2,09	3,83	0,16	0,02	0,07	3,20	0,01	0,00
	Итого полдник:	395	2,65	4,00	43,08	218,86	373,77	208,56	16,54	37,09	3,30	2,66	0,46	9,20	0,06	0,02
	Ужин															
200	Винегрет овощной	100	1,78	6,37	8,45	98,25	252,66	22,84	21,19	45,82	0,82	24,41	0,21	5,06	0,05	0,04
497	Филе куриное с томатами под сырной шапочкой	120	26,61	9,08	2,18	196,88	340,44	118,91	88,05	223,75	1,62	35,92	22,68	3,14	0,07	0,11
509	Макаронные изделия отварные	180	9,16	4,52	56,88	304,84	91,83	20,82	12,61	69,40	1,28	53,97	0,05	0,00	0,11	0,03
612	Компот Витаминный	200	0,60	0,01	26,66	109,13	10,73	44,50	2,80	10,62	0,10	0,00	0,00	32,01	0,02	0,02
919	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,24	9,84	47,60	18,60	4,00	2,80	13,00	0,22	0,64	1,20	0,00	0,02	0,01
920	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,16	49,00	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	6,18	0,00	0,04	0,02
	Итого ужин:	640	40,99	20,46	110,69	790,86	763,26	218,07	136,85	394,19	4,82	114,94	30,32	40,21	0,31	0,23
	2 ужин															
611	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34
	Итого 2 ужин:	200	5,80	5,00	8,00	100,20	292,00	240,00	28,00	180,00	0,20	18,00	4,00	1,40	0,08	0,34
	Норма соли на весь день	5 г.														
	Итого за день:	2805	126,71	101,91	400,37	3025,49	3240,10	1157,64	532,91	1821,70	27,69	333,27	109,82	75,44	1,39	1,65
	Суточная потребность:		99,00	101,20	421,30	2992,00	1320,00	1320,00	330,00	1320,00	19,80	110,00	55,00	77,00	1,54	1,76
	Процент удовлетворения суточной потребности:		127,99	100,70	95,03	101,12	245,46	87,70	161,49	138,01	139,83	302,97	199,68	97,97	90,01	93,55

Средние показатели пищевых веществ, энергетической ценности, витаминов и минеральных веществ

	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Минеральные вещества								Витамины		
	Б	Ж	У		К, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	I, мкг	Se, мкг	С, мг	В1, мг	В2, мг	
Итого за 14 дней	1772,37	1655,48	6241,61	46955,28	62654,01	#####	6794,50	27182,03	364,23	5491,66	1768,37	1680,32	21,77	25,78	
Среднее значение	126,60	118,25	445,83	3353,95	4475,29	1228,69	485,32	1941,57	26,02	392,26	126,31	120,02	1,55	1,84	
Суточная потребность	90,00	92,00	383,00	2720,00	1200,00	1200,00	300,00	1200,00	18,00	100,00	50,00	70,00	1,40	1,60	
Процент удовлетворения суточной потребности	140,66	128,53	116,40	123,31	372,94	102,39	161,77	161,80	144,53	392,26	252,62	171,46	111,06	115,09	