

Утверждаю:
Директор
ООО «Парадиз»



Л.А. Карапетян

Согласовано:
Директор
МОБУ Лицей №15



Л.Ю. Вильгань

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ «ПАРАДИЗ»

10-ДНЕВНОЕ ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ НА ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛ

рецептур, блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1983 г.

рецептур на продукцию обучающихся во всех образовательных учреждениях 2011 г. М.П. Могильный, В.А. Тутельян



1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур
		Белой, г	Жиры, г		Угловоды, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак 1-4 кл.																				190	2008
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" С МАСЛОМ	250/10	5.7	12.0	29.6	250.4	0.65	0.08	0.15	0.06	0.14	137.49	133.23	29.17	0.56	221.76	11.96	0.00	0.01	431	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0.0	0.0	14.0	56.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.54	0.00	1.17	0.00	0.83	0.00	0.00	0.00		2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	505	8.1	12.3	58.2	376.5	0.65	0.08	0.15	0.06	0.14	143.03	133.23	30.35	0.56	222.59	11.96	0.00	0.01			
Завтрак 5-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО																				190	2008
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" С МАСЛОМ	200	4.6	9.6	23.7	200.3	0.52	0.06	0.12	0.05	0.12	110.06	106.60	23.34	0.45	177.41	9.57	0.00	0.01	430	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0.0	0.0	9.7	38.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.65	0.00	1.22	0.00	0.71	0.00	0.00	0.00		2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	440	6.9	9.9	47.9	309.0	0.52	0.06	0.12	0.05	0.12	115.71	106.60	24.56	0.45	178.12	9.57	0.00	0.01			
Обед платный																				103	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИН. БУЛЬОНЕ	250	7.5	4.0	12.5	200.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	291	2011	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	16.3	13.2	23.8	280.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	364	2008	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0.2	0.2	27.9	115.0	2.00	0.01	0.00	0.00	0.00	7.00	4.00	4.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.7	0.3	14.8	69.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	710	28.1	18.0	93.5	734.1	2.00	0.01	0.00	0.00	0.00	7.00	4.00	4.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
Обед 1-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО																				103	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИН. БУЛЬОНЕ	200	6.0	3.2	10.0	160.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	291	2011	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	100	8.1	6.6	11.9	140.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	430	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0.0	0.0	10.0	39.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.79	0.00	1.25	0.00	0.72	0.00	0.00	0.00		2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.7	0.3	14.8	69.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	540	15.8	10.1	46.7	408.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.79	0.00	1.25	0.00	0.72	0.00	0.00	0.00			
Всего за день:		58.9	50.4	246.3	1 829.5	3.17	0.15	0.26	0.11	0.26	271.54	243.63	60.15	2.01	401.43	21.52	0.00	0.02			

2 день

2 день																					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг			F, мг	
Завтрак 1-4 кл.																					
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ	60/0/15	2.6	5.5	27.8	169.4	6.00	0.04	0.02	0.04	0.08	10.17	24.70	6.35	0.41	51.91	0.00	0.00	0.00	2	2011	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200/0/20	9.0	20.2	28.9	334.9	0.08	0.06	0.06	0.04	0.00	156.83	113.38	11.69	0.92	69.63	0.63	0.01	0.01	210	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/15	0.0	0.0	14.0	56.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.54	6.00	1.17	0.00	0.83	0.00	0.00	0.00	431	2008	
Итого за прием пищи:	510	11.6	25.7	70.8	560.4	6.06	0.10	0.07	0.08	0.08	172.55	138.08	19.22	1.33	122.36	0.63	0.01	0.01			
Завтрак 5-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО																					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150/0/20	7.2	15.1	19.7	244.1	0.05	0.04	0.05	0.04	0.00	140.91	95.45	9.24	0.66	51.42	0.43	0.01	0.01	210	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/10	0.0	0.0	9.7	38.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.55	6.00	1.22	0.00	0.71	0.00	0.00	0.00	430	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	410	9.6	15.4	43.9	352.8	0.05	0.04	0.05	0.04	0.00	146.56	95.45	10.45	0.66	52.13	0.43	0.01	0.01			
Обед платный																					
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИН, БУЛЬОНЕ	250	6.2	5.0	13.7	170.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	82	2011	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	14.8	18.1	18.4	296.4	10.06	0.14	0.16	0.06	0.00	23.94	168.93	36.38	2.15	789.53	10.20	0.01	0.11	258	2008	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0.2	0.2	27.9	115.0	2.00	0.01	0.00	0.00	0.00	7.00	4.00	4.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	394	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.7	0.3	14.8	69.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	710	25.3	24.0	89.3	720.4	12.06	0.15	0.16	0.06	0.00	30.94	172.93	40.38	3.15	789.53	10.20	0.01	0.11			
Обед 1-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО																					
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИН, БУЛЬОНЕ	200	5.0	4.0	11.0	136.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	82	2011	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	100	7.4	9.1	9.2	148.7	5.05	0.07	0.08	0.03	0.00	12.00	84.55	18.23	1.08	395.58	5.11	0.01	0.06	258	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/10	0.0	0.0	9.7	38.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.55	6.00	1.22	0.00	0.71	0.00	0.00	0.00	430	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.7	0.3	14.8	69.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	540	14.0	13.4	44.7	392.4	5.05	0.07	0.08	0.03	0.00	17.64	84.55	19.45	1.08	395.28	5.11	0.01	0.06			
Всего за день:		60.4	78.6	248.7	2 026.0	23.21	0.36	0.36	0.21	0.08	367.69	491.01	89.50	6.22	1 360.30	16.38	0.04	0.20			

3 день

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г		Углевод ы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак 1-4 кл.																					
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	4.1	22.9	27.9	335.0	13.56	0.16	0.14	0.06	0.23	55.51	111.44	39.35	1.59	996.52	10.95	0.00	0.05	128	2011	
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	75	8.4	18.3	0.3	199.5	0.00	0.15	0.00	0.00	0.00	27.00	121.50	15.00	1.50	0.00	0.00	0.00	0.00	254	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	2000/15	0.0	0.0	14.0	56.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.54	0.00	1.17	0.00	0.83	0.00	0.00	0.00	431	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	520	14.9	41.5	56.8	660.6	13.56	0.31	0.14	0.08	0.23	88.05	232.94	55.53	3.09	997.35	10.95	0.00	0.05			
Завтрак 5-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО																					
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3.1	17.2	20.9	251.0	10.17	0.12	0.11	0.06	0.17	41.77	83.63	29.53	1.19	747.47	8.22	0.00	0.03	128	2011	
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	75	8.4	18.3	0.3	199.5	0.00	0.15	0.00	0.00	0.00	27.00	121.50	15.00	1.50	0.00	0.00	0.00	0.00	254	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	430	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	2000/10	0.0	0.0	9.7	38.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.55	0.00	1.22	0.00	0.71	0.00	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	465	13.9	35.8	45.4	559.2	10.17	0.27	0.11	0.06	0.17	74.42	205.13	45.74	2.69	748.17	8.22	0.00	0.03			
Обед платный																					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА КУРИН БУЛЬОНЕ	250	9.5	5.4	13.5	175.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	102	2011	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5.4	5.8	34.5	211.5	0.00	0.07	0.02	0.00	0.00	29.49	41.33	10.49	0.98	63.13	0.76	0.01	0.01	309	2011	
ТЕФТЕЛИ (1-й ВАРИАНТ)	800/30	7.6	14.4	9.5	197.2	1.53	0.04	0.05	0.11	0.00	14.38	72.31	12.06	0.86	107.68	2.82	0.01	0.05	283	2008	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.0	0.0	19.4	77.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	349	2011	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.7	0.3	14.8	69.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	770	26.5	26.2	106.1	800.1	1.53	0.11	0.07	0.11	0.00	52.33	113.63	24.35	1.84	172.01	3.38	0.02	0.06			
Обед 1-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО																					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА КУРИН БУЛЬОНЕ	200	7.6	4.3	10.8	140.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	102	2011	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3.6	3.8	23.1	141.0	0.00	0.05	0.01	0.00	0.00	19.59	27.60	7.00	0.65	42.21	0.51	0.01	0.01	309	2011	
ТЕФТЕЛИ (1-й ВАРИАНТ)	500/30	3.3	6.0	3.3	81.8	0.83	0.03	0.00	0.00	0.00	6.67	64.19	8.34	0.83	0.00	0.00	0.00	0.00	283	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	2000/10	0.0	0.0	9.7	38.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.55	0.00	1.22	0.00	0.71	0.00	0.00	0.00	430	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.7	0.3	14.8	69.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	620	16.2	14.5	61.6	470.5	0.83	0.08	0.01	0.00	0.00	31.91	91.79	16.55	1.48	42.92	0.51	0.01	0.01			
Всего за день:																					
		71.5	117.9	269.9	2 490.4	26.09	0.77	0.32	0.25	0.40	246.70	543.50	142.17	9.10	1 960.44	23.06	0.03	0.15			

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептур	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод м, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	Se, мг	F, мг			
Завтрак 1-4 кл.																					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕН.МОЛОКОМ	150/0/20	18.1	13.3	26.8	304.0	0.26	0.05	0.25	0.08	0.15	186.37	217.31	27.23	0.76	199.81	2.50	0.02	0.03	223	2011	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/15	0.0	0.0	14.0	56.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.54	0.00	1.17	0.00	0.83	0.00	0.00	0.00	431	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	65	5.1	0.7	31.4	151.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
ПЕЧЕНЬЕ	50	3.8	4.9	37.2	208.5	0.00	0.04	0.03	0.01	0.00	14.50	45.00	10.00	1.05	55.00	0.00	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	500	27.0	18.8	109.5	720.3	0.26	0.09	0.28	0.08	0.15	206.42	262.31	38.40	1.81	255.64	2.50	0.02	0.03			
Завтрак 5-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО																					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕН.МОЛОКОМ	100/0/20	10.6	7.8	15.8	178.5	0.15	0.03	0.15	0.04	0.09	109.82	127.75	15.99	0.44	117.50	1.48	0.01	0.02	223	2011	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/10	0.0	0.0	9.7	38.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.65	0.00	1.22	0.00	0.71	0.00	0.00	0.00	430	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	360	13.0	8.1	39.9	287.2	0.15	0.03	0.15	0.04	0.09	115.27	127.75	17.20	0.44	118.21	1.48	0.01	0.02			
Обед платный																					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ НА КУРИН.БУЛЬОНЕ	250	10.6	7.5	25.4	200.0	1.00	0.03	0.00	0.03	0.00	15.00	85.01	17.00	1.20	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	14.4	19.3	17.3	300.7	8.57	0.13	0.15	0.29	0.00	27.60	161.76	35.82	2.05	685.42	9.59	0.01	0.11	309	2008	
КИСЕЛЬ ФЛОВОДОВОГОДНЫЙ	200	0.1	0.1	27.9	113.0	2.00	0.01	0.00	0.00	0.00	5.00	8.00	2.00	0.40	0.00	0.00	0.00	0.00	411	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.7	0.3	14.8	69.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	710	29.1	27.5	99.9	752.7	11.57	0.16	0.15	0.31	0.00	47.60	254.77	54.82	3.65	685.42	9.59	0.01	0.11			
Обед 1-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО																					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ НА КУРИН.БУЛЬОНЕ	200	8.5	6.0	20.3	160.0	0.80	0.02	0.00	0.02	0.00	12.00	68.00	13.60	0.96	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	100	7.2	9.8	8.7	151.5	4.30	0.06	0.08	0.14	0.00	13.86	81.03	17.97	1.03	343.68	4.81	0.01	0.06	309	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/10	0.0	0.0	9.7	38.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.65	0.00	1.22	0.00	0.71	0.00	0.00	0.00	430	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.7	0.3	14.8	69.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	540	17.3	16.1	53.5	419.2	5.10	0.08	0.08	0.16	0.00	31.51	149.03	32.79	1.99	344.39	4.81	0.01	0.06			
Всего за день:		86.5	70.5	302.8	2 179.4	17.08	0.36	0.36	0.60	0.24	400.79	793.85	143.21	7.89	1 403.65	18.36	0.06	0.22			

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Угловод, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг				
Завтрак 1-4 кл.																						
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,7	6,3	32,8	203,0	0,00	0,02	0,00	0,05	0,00	3,00	61,00	19,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,00	325	2008		
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,9	4,9	3,6	61,0	1,00	0,01	0,00	0,15	0,00	4,00	10,00	5,00	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	364	2008		
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	90	12,0	15,0	12,7	233,9	0,89	0,08	0,11	0,04	0,00	38,01	136,67	22,22	1,99	197,97	6,21	0,01	0,07	294	2011		
ЧАЙ С САХАРОМ	2000/15	0,0	0,0	14,0	56,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,54	0,00	1,17	0,00	0,83	0,00	0,00	0,00	431	2008		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,3	14,5	70,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008		
Итого за прием пищи:	535	19,0	26,5	77,6	624,0	1,89	0,11	0,11	0,24	0,00	50,55	207,67	47,39	2,79	198,80	6,21	0,01	0,07				
Завтрак 5-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО																						
РИС ОТВАРНОЙ	100	2,5	4,2	21,9	135,4	0,00	0,01	0,00	0,03	0,00	2,00	40,70	12,68	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	325	2008		
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,9	4,9	3,6	61,0	1,00	0,01	0,00	0,15	0,00	4,00	10,00	5,00	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	364	2008		
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	50	6,7	8,3	7,0	129,5	0,50	0,04	0,06	0,02	0,00	21,09	75,78	12,31	1,10	109,87	3,45	0,01	0,04	294	2011		
ЧАЙ С САХАРОМ	2000/10	0,0	0,0	9,7	38,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,65	0,00	1,22	0,00	0,71	0,00	0,00	0,00	430	2008		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,3	14,5	70,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008		
Итого за прием пищи:	440	12,4	17,7	56,7	434,7	1,50	0,07	0,06	0,21	0,00	32,74	126,48	31,20	1,70	110,58	3,45	0,01	0,04				
Обед платный																						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИН БУЛЬОНЕ	250	6,5	3,5	7,3	150,0	22,00	0,06	0,00	0,20	0,00	35,00	47,00	21,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	84	2008		
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ И МЯСОМ	200	17,0	22,5	27,4	372,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	205	2011		
НАПИТОК ЦИТРУСОВЫЙ	200	0,2	0,0	24,5	101,0	4,45	0,01	0,00	0,00	0,00	15,97	4,30	4,33	0,11	40,31	0,27	0,00	0,00	436	2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,7	0,3	14,8	69,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,3	14,5	70,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008		
Итого за прием пищи:	710	27,7	26,7	88,5	762,2	26,45	0,07	0,00	0,20	0,00	50,97	51,30	25,33	0,91	40,31	0,27	0,00	0,00				
Обед 1-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО																						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИН БУЛЬОНЕ	200	5,2	2,8	5,8	120,0	17,60	0,05	0,00	0,16	0,00	28,00	37,60	16,80	0,64	0,00	0,00	0,00	0,00	84	2008		
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ И МЯСОМ	100	8,5	11,3	13,7	186,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	205	2011		
ЧАЙ С САХАРОМ	2000/10	0,0	0,0	9,7	38,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,65	0,00	1,22	0,00	0,71	0,00	0,00	0,00	430	2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,7	0,3	14,8	69,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008		
Итого за прием пищи:	640	15,4	14,4	44,1	413,8	17,60	0,05	0,00	0,16	0,00	33,65	37,60	18,02	0,64	0,71	0,00	0,00	0,00				
Всего за день:		74,6	85,2	266,9	2 234,7	47,43	0,28	0,18	0,81	0,00	167,91	423,04	121,93	6,03	250,39	9,92	0,02	0,11				

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Угловоды, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг				
Завтрак 1-4 кл.																						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	250/0/10	8.5	14.4	41.4	329.5	0.61	0.18	0.15	0.07	0.18	138.06	183.25	48.41	1.38	270.04	12.59	0.00	0.01	189	2008		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/15	0.0	0.0	14.0	55.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.54	0.00	1.17	0.00	0.83	0.00	0.00	0.00	431	2008		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	505	10.9	14.7	69.9	455.6	0.61	0.18	0.15	0.07	0.18	143.60	183.25	49.58	1.38	270.87	12.59	0.00	0.01				
Завтрак 5-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО																						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200/0/10	6.5	11.1	31.8	253.8	0.47	0.14	0.11	0.06	0.14	106.27	141.04	37.27	1.07	207.75	9.68	0.00	0.01	189	2008		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/10	0.0	0.0	9.7	38.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.65	0.00	1.22	0.00	0.71	0.00	0.00	0.00	430	2008		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	450	8.9	11.4	56.0	362.5	0.47	0.14	0.11	0.06	0.14	111.91	141.04	38.48	1.07	208.45	9.68	0.00	0.01				
Обед платный																						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИН. БУЛЬОНЕ	250	7.5	4.0	12.5	200.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	103	2011		
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	16.3	13.2	23.8	279.8	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	291	2011		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0.2	0.2	27.9	115.0	2.00	0.01	0.00	0.00	0.00	7.00	4.00	4.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	394	2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.7	0.3	14.8	69.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	710	28.0	18.0	93.5	733.9	2.00	0.01	0.00	0.00	0.00	7.00	4.00	4.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00				
Обед 1-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО																						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИН. БУЛЬОНЕ	200	6.0	3.2	10.0	160.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	103	2011		
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	100	8.1	6.6	11.9	140.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	291	2011		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/10	0.0	0.0	9.7	38.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.65	0.00	1.22	0.00	0.71	0.00	0.00	0.00	430	2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.7	0.3	14.8	69.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	540	15.8	10.1	46.4	407.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.65	0.00	1.22	0.00	0.71	0.00	0.00	0.00				
Всего за день:		63.6	54.2	265.8	1959.7	3.07	0.32	0.25	0.13	0.32	258.16	328.29	93.28	3.45	480.03	22.27	0.00	0.02				

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод м, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Se, мг	F, мг				
Завтрак 1-4 кл.																						
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ	60/0/15	2.6	5.5	27.8	169.4	6.00	0.04	0.02	0.04	0.08	10.17	24.70	6.35	0.41	51.91	0.00	0.00	0.00	2	2011		
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200/0/20	9.0	20.2	28.9	334.9	0.06	0.06	0.06	0.04	0.00	156.83	113.38	11.69	0.92	69.63	0.63	0.01	0.01	210	2008		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/15	0.0	0.0	14.0	56.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.54	0.00	1.17	0.00	0.83	0.00	0.00	0.00	431	2008		
Итого за прием пищи:	510	11.6	25.7	70.8	560.4	6.06	0.10	0.07	0.08	0.08	172.55	138.08	19.22	1.33	122.36	0.63	0.01	0.01				
Завтрак 5-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО																						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150/0/20	6.1	13.8	19.7	227.9	0.04	0.04	0.04	0.03	0.00	106.65	77.13	7.96	0.63	47.39	0.43	0.01	0.01	210	2008		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/10	0.0	0.0	9.7	36.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.65	0.00	1.22	0.00	0.71	0.00	0.00	0.00	430	2008		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	410	8.5	14.1	43.9	336.6	0.04	0.04	0.04	0.03	0.00	112.30	77.13	9.17	0.63	48.10	0.43	0.01	0.01				
Обед платный																						
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИЦ, БУЛЬОНЕ	250	6.2	5.0	13.7	170.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	82	2011		
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	5.9	11.7	21.5	214.5	0.12	0.00	0.29	0.00	0.00	28.50	90.00	36.00	1.50	0.00	0.00	0.00	0.00	133	2008		
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	90	11.9	7.0	6.9	136.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	294	2011		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0.2	0.2	27.9	115.0	2.00	0.01	0.00	0.00	0.00	7.00	4.00	4.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	394	2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.7	0.3	14.8	69.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	750	28.2	24.5	99.3	775.3	12.50	0.13	0.00	0.29	0.00	35.50	94.00	40.00	2.50	0.00	0.00	0.00	0.00				
Обед 1-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО																						
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИЦ, БУЛЬОНЕ	200	5.0	4.0	11.0	136.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	82	2011		
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	100	3.9	7.8	14.3	143.0	0.06	0.00	0.19	0.00	0.00	19.00	60.00	24.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	133	2008		
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	50	6.6	3.9	3.8	75.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	294	2011		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/10	0.0	0.0	9.7	36.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.65	0.00	1.22	0.00	0.71	0.00	0.00	0.00	430	2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.7	0.3	14.8	69.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	590	17.1	16.0	53.6	462.7	7.00	0.08	0.00	0.19	0.00	24.65	60.00	25.22	1.00	0.71	0.00	0.00	0.00				
Всего за день:		65.4	60.3	267.5	2135.0	25.59	0.35	0.11	0.58	0.08	345.00	369.21	93.60	5.46	171.17	1.07	0.02	0.02				

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	Se, мг	F, мг				
Завтрак 1-4 кл.																						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	250/0/10	6.7	13.6	44.1	326.3	0.59	0.06	0.15	0.07	0.18	132.56	154.38	36.82	0.63	220.12	11.01	0.01	0.02	324	2008		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/15	0.0	0.0	14.0	56.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.54	0.00	1.17	0.00	0.83	0.00	0.00	0.00	431	2008		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	505	9.1	13.9	72.6	452.4	0.59	0.06	0.15	0.07	0.18	138.11	154.38	37.99	0.63	220.95	11.01	0.01	0.02				
Завтрак 5-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО																						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	200/0/10	5.2	10.5	33.9	251.2	0.46	0.05	0.11	0.05	0.14	101.82	118.76	28.32	0.48	169.35	8.47	0.01	0.02	324	2008		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/10	0.0	0.0	9.7	38.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.65	0.00	1.22	0.00	0.71	0.00	0.00	0.00	430	2008		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	450	7.6	10.8	58.1	359.9	0.46	0.05	0.11	0.05	0.14	107.47	118.76	29.54	0.48	170.05	8.47	0.01	0.02				
Обед платный																						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА КУРИН БУЛЬОНЕ	250	9.5	5.4	13.5	175.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	102	2011		
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8.5	6.9	36.0	231.1	0.00	0.21	0.00	0.03	0.00	18.47	203.14	136.19	4.62	0.00	0.00	0.00	0.00	181	2008		
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70/0/30	0.4	4.6	2.0	50.9	0.00	0.01	0.00	0.02	0.06	7.64	7.25	1.20	0.05	0.63	0.00	0.00	0.00	256	2008		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.0	0.0	19.4	77.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.46	0.00	1.80	0.00	1.20	0.00	0.00	0.00	349	2011		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.7	0.3	14.6	69.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	760	22.5	17.6	106.2	673.4	0.00	0.21	0.00	0.05	0.06	34.57	210.39	139.20	4.67	1.83	0.00	0.00	0.00				
Обед 1-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО																						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА КУРИН БУЛЬОНЕ	200	7.6	4.3	10.8	140.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	102	2011		
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5.7	4.6	24.0	154.0	0.00	0.14	0.00	0.02	0.00	12.30	135.35	90.75	3.08	0.00	0.00	0.00	0.00	181	2008		
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/0/30	4.7	3.4	2.1	57.1	4.55	0.07	0.00	1.95	0.00	4.90	80.85	5.25	1.75	0.00	0.00	0.00	0.00	256	2008		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/0/10	0.0	0.0	9.7	38.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.65	0.00	1.22	0.00	0.71	0.00	0.00	0.00	430	2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.7	0.3	14.6	69.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	620	19.7	12.6	61.4	458.8	4.55	0.20	0.00	1.98	0.00	22.85	216.20	97.21	4.83	0.71	0.00	0.00	0.00				
Всего за день:		58.8	54.8	292.2	1944.6	5.60	0.53	0.26	2.16	0.38	303.00	699.72	303.94	10.61	393.53	19.47	0.01	0.04				

9 день

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г		Углевод-ы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	Se, мг	F, мг		
Завтрак 1-4 кл.																					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ ЧАЙ С САХАРОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	7.1	7.7	45.4	279.6	0.00	0.08	0.03	0.00	0.00	39.12	54.49	13.84	1.29	83.19	1.00	0.02	0.02	309	2011	
	75	8.4	18.3	0.3	199.5	0.00	0.15	0.00	0.00	0.00	27.00	121.50	15.00	1.50	0.00	0.00	0.00	0.00	254	2008	
	200/15	0.0	0.0	14.0	56.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.54	0.00	1.17	0.00	0.83	0.00	0.00	0.00	431	2008	
	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:		529	17.9	26.3	74.2	605.2	0.00	0.23	0.03	0.00	0.00	71.66	175.99	30.01	2.79	84.02	1.00	0.02	0.02		
Завтрак 5-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО																					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ ЧАЙ С САХАРОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	5.3	5.8	33.9	208.8	0.00	0.06	0.02	0.00	0.00	29.19	40.70	10.35	0.96	62.14	0.74	0.01	0.01	309	2011	
	75	8.4	18.3	0.3	199.5	0.00	0.15	0.00	0.00	0.00	27.00	121.50	15.00	1.50	0.00	0.00	0.00	0.00	254	2008	
	200/10	0.0	0.0	9.7	38.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.55	0.00	1.22	0.00	0.71	0.00	0.00	0.00	430	2008	
	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:		465	16.1	24.4	58.4	517.0	0.00	0.21	0.02	0.00	0.00	61.84	162.20	26.57	2.46	62.85	0.74	0.01	0.01		
Обед платный																					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ НА КУРИН.БУЛЬОНЕ ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ КИСЕЛЬ ФЛОВОДОВО-ЯГОДНЫЙ ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	250	10.6	7.5	25.4	200.0	1.00	0.03	0.00	0.03	0.00	15.00	85.01	17.00	1.20	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
	150	3.2	5.2	21.3	145.3	10.36	0.12	0.10	0.03	0.08	35.49	84.14	29.07	1.16	761.37	8.47	0.00	0.03	335	2008	
	90	14.2	13.7	13.5	234.2	0.00	0.14	0.00	0.07	0.00	45.04	158.55	28.83	1.44	0.00	0.00	0.00	0.00	239	2008	
	200	0.1	0.1	27.9	113.0	2.00	0.01	0.00	0.00	0.00	5.00	8.00	2.00	0.40	0.00	0.00	0.00	0.00	411	2008	
	30	1.7	0.3	14.8	69.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:		750	32.1	27.1	117.8	831.5	13.36	0.30	0.10	0.12	0.08	100.53	335.70	76.90	4.22	761.37	8.47	0.00	0.03		
Обед 1-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО																					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ НА КУРИН.БУЛЬОНЕ ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЧАЙ С САХАРОМ ХЛЕБ РЖАНОЙ	200	8.5	6.0	20.3	160.0	0.80	0.02	0.00	0.02	0.00	12.00	66.00	13.60	0.96	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
	100	2.1	3.4	14.2	96.6	5.90	0.08	0.07	0.02	0.05	23.62	56.04	19.37	0.79	507.34	5.64	0.00	0.02	335	2008	
	90	14.2	13.7	13.5	234.2	0.00	0.14	0.00	0.07	0.00	45.04	158.55	28.83	1.44	0.00	0.00	0.00	0.00	239	2008	
	200/10	0.0	0.0	9.7	38.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.55	0.00	1.22	0.00	0.71	0.00	0.00	0.00	430	2008	
	30	1.7	0.3	14.8	69.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:		630	26.5	23.5	72.5	598.5	7.70	0.24	0.07	0.11	0.05	86.31	282.60	63.01	3.19	508.04	5.64	0.00	0.02		
Всего за день:			92.6	101.3	322.7	2 552.3	21.06	0.96	0.22	0.23	0.12	320.34	956.48	196.49	12.66	1 416.27	15.85	0.03	0.09		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг				
Завтрак 1-4 кл.																						
РИС ОТВАРНОЙ	150	3.7	6.3	32.6	203.0	0.00	0.02	0.00	0.05	0.00	3.00	61.00	19.00	0.60	0.00	0.00	0.00	0.00	325	2008		
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0.9	4.9	3.6	61.0	1.00	0.01	0.00	0.15	0.00	4.00	10.00	5.00	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	364	2008		
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	90	12.0	15.0	12.7	233.9	0.89	0.08	0.11	0.04	0.00	38.01	136.67	22.22	1.99	197.97	6.21	0.01	0.07	294	2011		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008		
ЧАЙ С САХАРОМ	2000/15	0.0	0.0	14.0	56.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.54	0.00	1.17	0.00	0.83	0.00	0.00	0.00	431	2008		
Итого за прием пищи:	535	19.0	26.5	77.6	624.0	1.89	0.11	0.11	0.24	0.00	50.55	207.57	47.39	2.79	198.80	6.21	0.01	0.07				
Завтрак 5-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО																						
РИС ОТВАРНОЙ	100	2.5	4.2	21.9	135.4	0.00	0.01	0.00	0.03	0.00	2.00	40.70	12.68	0.40	0.00	0.00	0.00	0.00	325	2008		
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0.9	4.9	3.6	61.0	1.00	0.01	0.00	0.15	0.00	4.00	10.00	5.00	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	364	2008		
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	50	6.7	8.3	7.0	129.5	0.50	0.04	0.05	0.02	0.00	21.09	75.78	12.31	1.10	109.67	3.45	0.01	0.04	294	2011		
ЧАЙ С САХАРОМ	2000/10	0.0	0.0	9.7	38.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.65	0.00	1.22	0.00	0.71	0.00	0.00	0.00	430	2008		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	440	12.4	17.7	56.7	434.7	1.50	0.07	0.06	0.21	0.00	32.74	126.48	31.20	1.70	110.58	3.45	0.01	0.04				
Обед платный																						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИН БУЛЬОНЕ	250	1.1	5.0	9.0	85.9	6.34	0.03	0.03	0.21	0.00	26.51	28.12	14.85	0.80	215.04	2.67	0.00	0.01	76	2008		
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ И МЯСОМ	200	17.0	22.6	27.4	372.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	205	2011		
НАПИТОК ЦИТРУСОВЫЙ	200	0.2	0.0	24.5	101.0	4.45	0.01	0.00	0.00	0.00	15.97	4.30	4.33	0.11	40.31	0.27	0.00	0.00	436	2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.7	0.3	14.6	69.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.3	14.5	70.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	710	22.4	28.2	90.2	698.2	10.79	0.04	0.04	0.21	0.00	42.49	32.41	19.18	0.71	255.35	2.94	0.00	0.02				
Обед 1-11 кл. ТЖС/ОВЗ/СВО																						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИН БУЛЬОНЕ	200	0.9	4.0	7.2	68.7	5.07	0.03	0.02	0.17	0.00	21.21	22.49	11.88	0.48	172.03	2.14	0.00	0.01	76	2008		
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ И МЯСОМ	100	8.5	11.3	13.7	186.2	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	205	2011		
ЧАЙ С САХАРОМ	2000/10	0.0	0.0	9.7	38.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.65	0.00	1.22	0.00	0.71	0.00	0.00	0.00	430	2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.7	0.3	14.6	69.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	540	11.1	15.6	45.4	362.7	5.07	0.03	0.02	0.17	0.00	26.86	22.49	13.10	0.48	172.74	2.14	0.00	0.01				
Всего за день:		64.9	88.0	270.0	2 119.6	19.25	0.24	0.23	0.82	0.00	152.63	389.05	110.86	5.68	737.47	14.73	0.02	0.13				