

**MAXIMUM 25-WORD LIMITATION: 125 CHARACTERS**

участники до образования в муниципальном среднем в общеобразовательной организации (то исключением учащихся с ограниченными возможностями здоровья, учащихся из числа детей-инвалидов) с политехнической платой

January

1000

100000

Ann. 1

2

Item 4

3.6. TRENDS

Case 5

ANTON

каблук	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, кДж	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг					Мед/л
Наименование продукта	12 лет и старше	12 лет и старше	12 лет и старше	12 лет и старше	12 лет и старше	C	B1	Na	A	Ca	P	Mg	Fe	K		
Огурцы свежие	25	0,20	0,63	0,70	3,75	1,93	0,00	32,75	0,29	8,00	9,00	4,55	0,30	56,60	50	
Рыба тресковая в томате с соусом	60/30	9,54	4,59	5,04	100,80	2,46	0,08	104,10	28,40	39,90	187,70	50,14	0,90	384,40	374	
Кальмары-кольца вареные	180	3,15	8,25	21,75	226,80	8,16	0,01	135,33	25,60	31,20	67,20	22,40	0,80	499,20	520	
Хлеб с сахаром	200/10	0,20	0,09	15,00	58,00	1,16	0,00	1,30	3,38	6,90	8,50	4,60	0,80	30,20	685	
Кондитерские изделия: Шоколад	20	1,28	2,36	12,70	90,30	0,00	0,02	19,60	26,40	4,60	13,00	2,00	0,16	17,00	6/8	
Хлеб диетический	32,5	2,50	0,46	12,25	13,22	0,13	0,13	195,80	0,00	23,70	40,63	13,00	0,91	53,90	0/0	
Хлеб: пшеничный	597,5	16,87	16,69	68,64	492,77	13,84	0,24	488,88	337,15	114,30	326,03	96,09	3,87	1041,20		

1 неделя
День 1
Завтрак

Наименование продукта	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг					Мед/пен
	12 лет и старше	12 лет и старше	12 лет и старше	12 лет и старше	12 лет и старше	C	B1	Na	A	Ca	P	Mg	Fe	K	
Салат из свежих капусты	50	0,70	2,05	1,65	44,77	0,48	10,00	76,25	0,31	9,25	8,94	2,81	0,08	28,15	43
Печень тушеная в соусе	50/40	20,56	11,60	3,60	203,20	9,90	0,17	449,00	37,91	31,00	221,00	14,00	4,60	198,00	431
Макаронные отварные	180	5,10	9,15	34,20	293,40	0,00	0,05	119,20	21,30	8,80	33,00	5,60	0,56	43,40	332
Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	15,00	58,00	1,16	0,00	1,30	0,38	6,90	8,50	4,60	0,80	30,30	685
Кондитерское изделие	20	1,28	3,36	13,70	90,20	0,00	0,02	19,60	26,40	4,60	13,00	2,00	0,16	17,00	6/н
Хлеб ржано-пшеничный	32,5	2,50	0,46	12,25	13,22	0,13	0,13	195,80	0,00	23,70	40,63	13,00	0,91	53,90	6/н
Итого:	587,50	30,34	26,62	80,40	702,79	11,67	10,37	861,15	86,30	84,25	324,07	42,01	7,11	369,75	

День 2

Наименование продукта	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг					Мед/пен
	12 лет и старше	12 лет и старше	12 лет и старше	12 лет и старше	12 лет и старше	C	B1	Na	A	Ca	P	Mg	Fe	K	
Помидор свежий	25	0,23	0,05	0,68	4,50	0,01	8,01	0,02	50,60	11,20	8,00	4,50	0,15	68,00	10 Тугельман
Котлета мясная с соусом	60/30	10,31	10,72	10,43	180,24	6,58	0,07	109,30	11,35	17,90	75,60	24,93	0,76	123,30	498
Картофельное пюре	180	3,15	8,25	21,75	226,80	8,16	0,01	135,33	25,68	31,20	67,20	22,40	0,80	499,20	520
Кондитерское изделие	20	1,28	3,36	13,70	90,20	0,00	0,02	19,60	26,40	4,60	13,00	2,00	0,16	17,00	6/н
Компот из сухофруктов	200	0,60	0,00	31,40	124,00	0,00	0,00	0,00	15,00	50,00	4,00	2,00	0,10	0,00	639
Хлеб ржано-пшеничный	32,5	2,63	1,07	13,72	72,15	0,13	0,13	195,80	0,00	23,70	40,63	13,00	0,91	53,90	6/н
Итого:	547,5	18,20	23,45	91,68	697,89	8,88	8,24	460,05	129,03	138,60	208,43	68,82	2,88	761,60	

День 3

Наименование продукта	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг					Мед/пен
	12 лет и старше	12 лет и старше	12 лет и старше	12 лет и старше	12 лет и старше	C	B1	Na	A	Ca	P	Mg	Fe	K	
Салат с мясом растительным	50	0,70	2,05	1,65	63,90	4,05	10,00	83,75	30,38	5,05	8,93	4,03	0,18	53,25	33
Капуста брюссельская отварная	180	8,40	10,80	41,25	363,60	0,00	0,22	159,20	29,28	142,60	192,00	281,60	229,60	231,80	508
Цыпленок отварной, соус сливочный	60/30	10,55	7,00	1,61	295,84	0,01	29,70	0,00	0,00	16,98	4,93	1,40	0,96	257,00	437
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	1,16	0,00	1,30	0,38	6,90	8,50	4,60	0,80	30,30	685
Хлеб ржано-пшеничный	32,5	2,50	0,46	12,25	13,22	0,13	0,13	195,80	0,00	23,70	40,63	13,00	0,91	53,90	6/н
Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	26,00	5,00	16,00	11,00	9,00	2,20	178,00	6/н
Итого:	652,5	22,75	20,71	81,56	841,56	15,35	40,08	466,05	65,04	211,23	265,99	313,63	234,65	905,15	

День 4

Наименование продукта	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг					Мед/пен
	12 лет и старше	12 лет и старше	12 лет и старше	12 лет и старше	12 лет и старше	C	B1	Na	A	Ca	P	Mg	Fe	K	
Огурец свежий	25	0,20	0,03	0,70	3,75	1,53	0,00	32,75	0,29	8,00	9,00	4,55	0,30	56,60	50
Жареное мясо домашнее	200	13,35	7,35	16,20	337,50	8,30	0,11	253,80	30,80	21,90	201,30	39,40	2,98	717,50	436
Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	15,00	58,00	1,16	0,00	1,30	0,38	6,90	8,50	4,60	0,80	30,30	685
Хлеб ржано-пшеничный	32,5	2,50	0,46	12,25	13,22	0,13	0,13	195,80	0,00	23,70	40,63	13,00	0,91	53,90	6/н
Батон нарезной витаминизированный	18	1,35	0,52	9,25	47,40	0,00	0,02	76,86	0,00	3,42	11,70	2,34	0,22	16,60	6/н
Итого:	515,5	17,60	8,36	53,40	459,87	11,52	0,26	560,51	31,47	63,92	271,13	63,89	5,21	874,80	

День 5

Наименование продукта	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг					Мед/пен
	12 лет и старше	12 лет и старше	12 лет и старше	12 лет и старше	12 лет и старше	C	B1	Na	A	Ca	P	Mg	Fe	K	
Салат мясной с сахаром	50	0,70	5,05	3,60	62,80	0,01	8,10	61,00	0,25	7,40	7,15	2,25	0,07	12,60	6/н
Тесто в томатном соусе	60/30	11,07	13,17	11,22	209,40	0,00	0,04	190,80	1,70	23,00	138,00	20,00	1,80	221,00	463
Макаронные отварные	180	5,10	9,15	34,20	293,40	0,00	0,05	119,20	21,30	8,80	32,00	5,60	0,56	42,40	332
Кондитерское изделие	20	1,28	3,36	13,70	90,20	0,00	0,02	19,60	26,40	4,60	13,00	2,00	0,16	17,00	6/н
Компот из яблок	200	0,20	0,00	35,80	143,00	0,00	0,02	9,00	9,00	12,00	2,40	0,00	0,00	0,00	631
Хлеб ржано-пшеничный	32,5	2,50	0,46	12,25	13,22	0,13	0,13	195,80	0,00	23,70	40,63	13,00	0,91	53,90	6/н
Итого:	572,5	20,85	31,19	110,57	810,22	0,54	8,36	585,60	49,65	79,50	233,18	42,85	4,30	356,90	



Меню
двухразовое завтраков и обедов для питания
учащихся с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, обучающихся по образовательным программам начального общего, среднего и основного образования в муниципальных общеобразовательных организациях
(рекомендуемая форма)

День 1
Завтрак

Наименование продукта	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энергетическая		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг						Льгот/пр					
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	C		B1		B2		A		Ca		P			Mg		Fe		
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет
Каша молочная рисовая с маслом	150/5	150/5	2,32	2,32	6,20	6,20	24,49	24,49	168,95	168,95	0,00	0,00	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	20,00	20,00	16,40	16,40	50,60	50,60	16,40	16,40	0,34	0,34	302
Батон нарезной витаминизированный	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,00	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,94	5,94	5,94	5,94	10,44	10,44	0,80	0,80	6/н
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	685	
Итого:	388	388	3,87	3,87	6,72	6,72	48,74	48,74	274,35	274,35	0,02	0,02	0,04	0,04	0,02	0,02	0,02	20,00	20,00	23,63	23,63	58,14	58,14	27,72	27,72	1,35	1,35	

Обед

Наименование продукта	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энергетическая ценность, ккал		Витамины, мг										Минеральные вещества, мг						Льгот/пр
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	C		B1		A		Ca		P		Mg		Fe				
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	
Салат из свежей капусты	25	25	0,70	0,70	2,05	2,05	1,65	1,65	22,39	22,39	0,00	0,00	10,00	10,00	0,00	0,00	18,00	18,00	12,00	12,00	0,90	0,90	0,10	0,10	43		
Суп вермишелевый с зеленью	200/1	250/1	2,72	3,40	5,36	6,70	16,08	20,10	106,60	137,00	6,03	7,54	0,08	0,10	0,05	0,06	0,00	0,00	52,90	66,13	57,56	71,95	20,72	25,90	0,78	0,98	132
Мясо тушеное с овощами	50/40	50/40	10,00	10,00	18,40	18,40	2,78	2,78	217,50	217,50	0,40	0,40	0,03	0,03	0,07	0,07	10,67	10,67	19,47	19,47	121,00	121,00	196,67	196,67	0,77	0,77	433
Макаронные отварные	150	180	5,10	5,10	9,15	9,15	34,20	34,20	244,50	293,40	18,15	18,15	0,14	0,14	0,11	0,11	25,50	25,50	36,98	36,98	86,60	86,60	27,75	27,75	1,01	1,01	520
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	685
Хлеб ржано-пшеничный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	13,22	13,22	0,00	0,00	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	11,62	11,62	22,86	22,86	20,42	20,42	1,58	1,58	6/н
Кондитерское изделие про-го	30	30	9,50	9,50	7,75	7,75	30,45	30,45	264,00	264,00	0,03	0,03	0,98	0,98	0,03	0,03	0,00	0,00	90,80	90,80	0,37	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого:	714	764	30,72	31,40	43,17	44,51	112,41	116,43	926,21	1005,51	24,63	26,14	11,26	11,28	0,26	0,27	36,17	36,17	231,06	244,29	301,99	316,38	266,44	271,62	4,45	4,65	
Итого за день:	1101,50	1152,00	34,59	35,27	49,89	51,23	161,15	165,17	1290,56	1279,86	24,65	26,16	11,30	11,32	0,28	0,29	56,17	56,17	254,69	267,92	360,11	374,52	294,16	299,14	5,80	6,00	



детей участники специальной военной операции, обучающиеся по

Наименование продукта	Выход, г		Болтун, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн. цен., ккал		С	
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
Каши молочные (рисовая с маком)	150/5	150/5	2,32	2,32	6,20	6,20	24,49	24,49	168,95	168,95	0,00	0,00
Батон мясной	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,00	0,00
Витаминизированный чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02
Итого:	388	388	3,87	3,87	6,72	6,72	48,74	48,74	274,35	274,35	0,02	0,02

Наименование продукта	Выход, г		Болтун, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн. цен., ккал		С	
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
Салат из свежей капусты	25	25	0,70	0,70	2,05	2,05	1,65	1,65	22,39	22,39	0,00	0,00
Суп перловый с зеленью	200/1	250/1	2,72	3,40	5,36	6,70	16,08	20,10	106,60	137,00	6,03	7,34
Мясо тушеное с овощами	50/40	50/40	10,00	10,00	18,40	18,40	2,78	34,20	216,79	216,79	0,40	0,40
Макарон отварные	150	180	5,10	5,10	9,15	9,15	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	12,25	12,25	50,00	50,00	0,00	0,00
Хлеб ржаной-пшеничный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	81,96	85,98	340,80	340,80	26,11	26,11
Итого:	714	764	21,22	21,90	35,42	42,14	130,70	134,72	935,85	1015,15	24,62	26,13
Итого за день:	1101,50	1152,00	25,09	25,77	42,14	43,48	130,70	134,72	935,85	1015,15	24,62	26,13

Наименование продукта	Выход, г		Болтун, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн. цен., ккал		С	
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
Каши молочные (рисовая с маком)	150/5	150/5	3,72	3,72	6,36	6,36	24,49	24,49	168,95	168,95	0,00	0,00
Батон мясной	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,00	0,00
Витаминизированный чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02
Итого:	388	388	5,27	5,27	7,18	7,18	48,74	48,74	274,35	274,35	0,02	0,02

День 2
Завтрак

Задача		Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн. ден. ккал.		Витамины, мг								Минеральные вещества, мг								Лес/рец
Наименование продукта	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe			
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	
Каши молочная с маслом	150/5	150/5	3,72	3,72	6,36	6,36	23,56	23,56	172,05	172,05	0,00	0,00	0,11	0,11	0,03	0,03	20,00	20,00	18,90	18,90	108,70	108,70	42,10	42,10	1,16	1,16	302	
Батон нарезной витаминизированный	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,00	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	5,94	5,94	5,94	5,94	10,44	10,44	0,80	0,80	6/н	
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	685	
Итого:	388	388	5,27	5,27	6,88	6,88	47,81	47,81	277,45	277,45	0,02	0,02	0,13	0,13	0,03	0,03	20,00	20,00	26,13	26,13	116,24	116,24	53,42	53,42	2,17	2,17		

Обед

Наименование продукта	Выход, г		Белок, г		Жир, г		Углевод, г		Энергетическая ценность, ккал		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг								Лес/рец		
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg			Fe	
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше		7-11 лет	12 лет и старше
Помидор свежий	25	25	0,23	0,23	0,05	0,05	0,68	0,68	4,50	4,50	0,01	0,01	8,10	8,10	0,02	0,02	0,12	0,12	3,00	3,00	0,13	0,13	6,60	6,60	0,36	0,36	
Борщ из свеклы капуста со сметаной и зеленью	200/5/1	250/3/1	4,48	5,60	5,36	6,70	11,84	14,80	110,40	138,00	6,60	6,60	0,02	0,02	0,05	0,05	0,02	0,02	9,60	9,60	22,80	22,80	15,97	15,97	0,64	0,64	140
Котлета мясная с соусом	60/30	60/30	10,31	10,31	10,72	10,72	10,43	10,43	180,24	180,24	0,00	0,00	0,04	0,04	0,81	0,81	7,00	7,00	8,40	8,40	84,70	84,70	16,90	16,90	1,00	1,00	
Картофельное пюре	150	180	3,15	3,15	8,25	8,25	21,75	21,75	189,00	226,80	0,00	0,00	0,03	0,03	0,02	0,02	20,25	20,25	1,37	1,37	60,95	60,95	16,34	16,34	0,53	0,53	520
Компот из сухофруктов	200	200	0,60	0,60	0,00	0,00	31,40	31,40	124,00	124,00	20,00	20,00	0,08	0,08	0,00	0,00	0,00	0,00	16,00	16,00	56,00	56,00	84,00	84,00	1,20	1,20	639
Хлеб ржано-пшеничный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	13,22	13,22	0,00	0,00	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	11,62	11,62	22,86	22,86	20,42	20,42	1,58	1,58	6/н
Кондитерское изделие про-го про-ва	30	30	9,50	9,50	7,75	7,75	30,45	30,45	264,00	264,00	0,03	0,03	0,98	0,98	0,03	0,03	0,00	0,00	90,80	90,80	0,37	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого:	718,5	768,5	30,77	31,89	32,59	33,93	118,80	121,76	885,36	950,76	26,64	26,64	9,28	9,28	4,93	4,93	27,39	27,39	140,79	140,79	247,81	247,81	160,23	160,23	5,31	5,31	
Итого за день:	1106,30	1156,50	36,04	37,16	39,47	40,81	166,61	169,57	1162,81	1228,21	26,66	26,66	9,41	9,41	4,96	4,96	47,39	47,39	166,92	166,92	364,05	364,05	213,65	213,65	7,48	7,48	

День 3
Завтрак

Наименование продукта	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн. ден. ккал.		Витамины, мкг								Минеральные вещества, мг								Лесб/рец		
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe				
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше			
Каши молочная геркулесовая с маслом сливочным	150/5	150/5	4,20	4,20	7,80	7,80	20,36	20,36	172,50	172,50	0,00	0,00	0,03	0,03	0,02	0,02	20,00	20,00	8,40	8,40	29,40	29,40	5,90	5,90	0,34	0,34	302		
Батон нарезной витаминизированный	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,00	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,94	5,94	5,94	5,94	10,44	10,44	0,80	0,80	6/н
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	685
Итого:	388	388	5,75	5,75	8,32	8,32	44,61	44,61	277,90	277,90	0,02	0,02	0,05	0,05	0,02	0,02	20,00	20,00	15,63	15,63	36,94	36,94	17,22	17,22	1,35	1,35			

Обед

Наименование продукта	Выход, г		Белок, г		Жир, г		Углевод, г		Энерг. экв., ккал		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг						Лес/реч				
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р			Mg		Fe	
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
Вителет	25	25	0,70	0,70	5,05	5,05	3,40	3,40	28,65	28,65	4,75	4,75	0,01	0,01	0,02	0,02	0,00	0,00	17,58	17,58	20,49	20,49	10,45	10,45	0,67	0,67	71
Рисовый суп с сметаной и зеленью	200/5/1	250/5/1	2,72	3,40	5,36	6,70	16,08	20,10	109,60	137,00	8,23	8,23	0,04	0,04	0,03	0,03	0,00	0,00	35,50	35,50	42,58	42,58	21,00	21,00	0,95	0,95	110
Плов	200	200	16,20	16,20	15,80	15,80	36,20	36,20	358,00	358,00	0,00	0,00	0,05	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	7,11	7,11	100,13	100,13	11,86	11,86	1,47	1,47	431
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	685
Хлеб ржано-пшеничный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	13,22	13,22	0,00	0,00	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	11,62	11,62	22,86	22,86	20,42	20,42	1,58	1,58	6/н
Фрукт	100	100	0,40	0,40	7,30	7,30	9,80	9,80	47,00	47,00	0,03	0,03	0,98	0,98	0,03	0,03	0,00	0,00	90,80	90,80	0,37	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	43
Итого:	663,5	713,5	22,32	23,40	33,97	35,31	92,73	96,75	614,47	641,87	13,03	13,03	1,11	1,11	0,08	0,08	0,00	0,00	163,90	163,90	188,03	188,03	64,61	64,61	4,88	4,88	
Итого за день:	1051,50	1101,50	28,07	29,15	42,29	43,63	137,34	141,36	892,37	919,77	13,05	13,05	1,16	1,16	0,10	0,10	20,00	20,00	179,33	179,33	224,97	224,97	81,83	81,83	6,23	6,23	

День 4

Завтрак

Наименование продукта		Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн. ценность, ккал		Витамины, мг								Минеральные вещества, мг						Лес/реп		
		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg			Fe	
												7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше		7-11 лет	12 лет и старше
Каша молочная овсяная с маслом сливочным		150/5	150/5	4,49	4,49	7,13	7,13	26,64	26,64	186,00	186,00	0,00	0,00	0,16	0,16	0,11	0,11	20,00	20,00	11,80	11,80	87,20	87,20	30,50	30,50	1,01	1,01	302
Батон нарезной витаминизированный		18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,94	5,94	5,94	5,94	10,44	10,44	0,80	0,80	6/н
Чай с сахаром		200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	685
Итого:		388	388	6,04	6,04	7,65	7,65	50,89	50,89	291,40	291,40	0,02	0,02	0,18	0,18	0,11	0,11	20,00	20,00	19,03	19,03	94,74	94,74	41,82	41,82	2,02	2,02	

Обед

Наименование продукта	Выход, г		Белок, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энергетическая ценность, ккал		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг						Лес/реп				
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р			Mg		Fe	
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
Салат морковный с сахаром	25	25	0,70	0,70	5,05	5,05	3,40	3,40	31,00	31,00	0,01	0,01	8,10	8,10	0,00	0,00	0,12	0,10	3,00	2,50	0,13	0,11	6,60	5,50	0,36	0,30	
Суп гороховый с зеленью	200/1	250/1	2,80	3,50	2,88	3,60	15,84	19,80	133,60	167,00	26,65	33,31	0,18	0,23	0,06	0,08	0,00	0,00	30,46	38,08	69,74	87,18	28,24	35,30	1,62	2,03	
Биточки с соусом	60/30	60/30	9,54	9,54	4,59	4,59	5,04	5,04	103,00	103,00	1,88	1,88	0,06	0,06	0,05	0,05	4,54	4,54	25,20	25,20	133,05	13,05	25,95	25,95	0,51	0,51	
Макароны отварные	150	180	5,10	5,10	9,15	9,15	34,20	34,20	244,50	293,40	18,15	18,15	0,14	0,14	0,11	0,11	25,50	25,50	36,98	36,98	86,60	86,60	27,75	27,75	1,01	1,01	
Напиток из яблок	200	200	0,20	0,20	0,00	0,00	35,80	35,80	142,00	142,00	3,20	3,20	0,06	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	14,22	14,22	2,14	2,14	4,14	4,14	0,48	0,48	б/н
Хлеб ржано-пшеничный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	13,22	13,22	0,00	0,00	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	11,62	11,62	22,86	22,86	20,42	20,42	1,58	1,58	б/н
Батон нарезной витаминизированный	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,00	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	5,94	5,94	5,94	5,94	10,44	10,44	0,80	0,80	б/н
Итого:	498,5	548,5	22,19	22,89	22,65	23,37	115,78	119,74	714,72	797,02	49,89	56,55	8,59	8,64	0,22	0,24	30,16	30,14	127,42	134,54	320,46	204,83	123,54	129,50	6,36	6,71	
Итого за день:	886,50	936,50	28,23	28,93	30,30	31,02	166,67	170,63	1006,12	1088,42	49,91	56,57	8,77	8,82	0,33	0,35	50,16	50,14	146,45	153,57	415,20	299,57	165,36	171,32	8,38	8,73	

День 5

Завтрак

Наименование продукта	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн. ценность		Витамины, мг										Минеральные вещества, мг						Лес/реп
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe		
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	
Каша молочная с маслом	150/5	150/5	3,72	3,72	6,36	6,36	23,56	23,56	172,05	172,05	0,00	0,00	0,03	0,03	0,02	0,02	20,00	20,00	8,40	8,40	29,40	29,40	5,90	5,90	0,34	0,34	302
Батон нарезной витаминизированный	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,00	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	б/н
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	685
Итого:	388	388	5,27	5,27	6,88	6,88	47,81	47,81	277,45	277,45	0,02	0,02	0,05	0,05	0,02	0,02	20,00	20,00	15,63	15,63	36,94	36,94	17,22	17,22	1,35	1,35	

Обед

Наименование продукта	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энергетическая ценность, ккал		Витамины, мг										Минеральные вещества, мг						Лес/реп
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe		
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	
Отвар свеклы	25	25	0,20	0,20	0,03	0,03	0,70	0,70	3,75	3,75	0,01	0,01	8,10	8,10	0,02	0,02	0,12	0,12	3,00	3,00	0,13	0,13	6,60	6,60	0,36	0,36	
Суп картофельный с шпиком с маслом	200/1	250/1	2,32	2,90	2,00	2,30	16,80	21,00	96,00	121,00	14,72	18,40	0,05	0,06	0,04	0,05	0,00	0,00	34,66	43,33	38,10	47,63	17,80	22,25	0,64	0,80	124
Рыба тушеная в томате с овощами	60/30	60/30	9,54	9,54	4,59	4,59	5,04	5,04	100,80	100,80	1,88	1,88	0,06	0,06	0,05	0,05	4,54	4,54	25,20	25,20	133,05	13,05	25,95	25,95	0,51	0,51	
Картофельное пюре	150	180	3,15	3,15	8,25	8,25	21,75	21,75	189,00	226,80	18,15	18,15	0,14	0,14	0,11	0,11	25,50	25,50	36,98	36,98	86,60	86,60	27,75	27,75	1,01	1,01	
Хлеб ржано-пшеничный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	13,22	13,22	0,00	0,00	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	11,62	11,62	22,86	22,86	20,42	20,42	1,58	1,58	б/н
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	685
Кондитерское изделие про-го-про-а	30	30	9,50	9,50	7,75	7,75	30,45	30,45	264,00	264,00	0,03	0,03	0,98	0,98	0,03	0,03	0,00	0,00	90,80	90,80	0,37	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого:	713,5	763,5	27,41	27,99	23,08	26,38	101,99	106,19	724,77	787,57	34,81	38,49	9,36	9,37	0,25	0,26	30,16	30,16	203,55	212,22	282,71	159,19	99,40	103,85	4,31	4,47	
Итого за день:	1101,5	1151,5	32,68	33,26	29,96	33,26	149,80	154,00	1002,22	1065,02	34,83	38,51	9,41	9,42	0,27	0,28	50,16	50,16	219,18	227,83	319,65	196,13	116,62	121,07	5,66	5,82	

2 недели
День 1
Завтрак

загрузка	Вытв.г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Энерг.ккал.		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг								Мед/грн		
Наименование продукта	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe		
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше			
Каши молочная пшеница с маслом сливочным	150/5	150/5	4,49	4,49	7,13	7,13	26,64	26,64	186,00	186,00	0,00	0,00	0,16	0,16	0,11	0,11	20,00	20,00	11,80	11,80	87,20	87,20	30,50	30,50	1,01	1,01	302
Батон из ржаной пшеницы	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,00	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	5,94	5,94	5,94	5,94	10,44	10,44	0,80	0,80	6/н
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	685
Итого:	388	388	6,04	6,04	7,65	7,65	50,89	50,89	291,40	291,40	0,02	0,02	0,18	0,18	0,11	0,11	20,00	20,00	19,03	19,03	94,74	94,74	41,82	41,82	2,02	2,02	

Обед

Наименование продукта	Вытв.г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Энерг.ккал.		Витамины, мг												Минеральные вещества, мг								Мед/грн
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe						
Салат из свежей капусты	25	25	0,70	0,70	2,05	2,05	1,65	1,65	22,39	22,39	0,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	18,00	18,00	12,00	12,00	0,00	0,00	0,10	0,10	43				
Суп гороховый с зеленью	200/1	250/1	2,80	3,50	2,88	3,60	15,84	19,80	133,60	167,00	26,65	33,31	0,18	0,23	0,06	0,08	0,00	0,00	30,46	38,08	69,74	87,18	28,24	35,30	1,62	2,03					
Печень тушеная в соусе	50/40	50/40	20,56	20,56	11,60	11,60	3,60	3,60	203,20	203,20	0,01	0,01	0,03	0,03	0,07	0,07	24,00	24,00	30,67	30,67	74,78	74,78	11,40	11,40	0,91	0,91	493				
Макароны отварные	150	180	5,10	5,10	9,15	9,15	34,20	34,20	244,50	293,40	18,15	18,15	0,14	0,14	0,11	0,11	23,50	23,50	36,98	36,98	86,60	86,60	27,75	27,75	1,01	1,01					
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	685				
Кондитерское изделие про-то-ра-а	30	30	9,50	9,50	7,75	7,75	30,45	30,45	264,00	264,00	0,03	0,03	0,98	0,98	0,03	0,03	0,00	0,00	90,80	90,80	0,37	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00					
Хлеб ржаной-пшеничный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	13,22	13,22	0,00	0,00	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	11,62	11,62	22,86	22,86	20,42	20,42	1,58	1,58	6/н				
Итого:	713,5	793,5	41,36	42,06	33,89	34,61	112,99	116,95	938,91	1021,21	44,86	51,52	11,36	11,40	0,27	0,29	49,50	49,50	219,82	227,43	267,95	285,39	88,69	95,75	5,43	5,83					
Итого за день:	1101,5	1181,5	47,40	48,10	41,54	42,26	163,88	167,84	1230,31	1312,61	44,88	51,54	11,54	11,58	0,38	0,40	69,50	69,50	238,85	246,46	362,69	380,13	130,51	137,57	7,45	7,85					

День 1

Завтрак

Наименование продукта	Выход, г		Белок, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энергетическая		Витамины, мкг								Минеральные вещества, мг						Ксб/реш		
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg			Fe	
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше		7-11 лет	12 лет и старше
Макаронные запеченные с сыром	155	155	5,30	5,30	13,30	13,30	36,10	36,10	307,00	307,00	10,40	10,40	0,20	0,20	0,03	0,03	33,60	33,60	38,00	38,00	87,70	87,70	29,80	29,80	1,20	1,20	334
Батон нарезной искусственно-подслащенный	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,00	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	5,94	5,94	5,94	5,94	10,44	10,44	0,80	0,80	б/н
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	685
Итого:	388	388	6,85	6,85	13,82	13,82	60,35	60,35	412,40	412,40	10,42	10,42	0,22	0,22	0,03	0,03	35,60	35,60	45,23	45,23	95,24	95,24	41,12	41,12	2,21	2,21	

Обед

Наименование продукта	Выход, г		Белок, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энергетическая		Витамины, мкг						Минеральные вещества, мг						Ксб/реш				
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С	12 лет и старше	В1		В2		А		Са		Р		Mg			Fe			
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
Помидор свежий	25	25	0,23	0,23	0,05	0,05	0,68	0,68	4,50	4,50	0,01	0,01	8,10	8,10	0,02	0,02	0,12	0,12	3,00	3,00	0,13	0,13	6,60	6,60	0,36	0,36	
Борщ из свежей капусты со сметаной и зеленью	200/5/1	250/5/1	4,48	5,60	5,36	6,70	11,84	14,80	110,40	138,00	6,60	6,60	0,02	0,02	0,05	0,05	0,02	0,02	9,60	9,60	22,80	22,80	15,97	15,97	0,64	0,64	140
Котлета рубленая из говядины с соусом	60/30	60/30	10,31	10,31	10,72	10,72	10,43	10,43	180,24	180,24	0,00	0,00	0,26	0,26	0,06	0,06	15,00	15,00	10,20	10,20	66,48	66,48	14,40	14,40	0,98	0,98	451
Картофельное пюре	150	180	3,15	3,15	8,25	8,25	21,75	21,75	189,00	226,80	0,00	0,00	0,25	0,25	0,12	0,12	15,00	15,00	15,68	15,68	209,78	209,78	140,03	140,03	4,80	4,80	508
Компот из сухофруктов	200	200	0,60	0,60	0,00	0,00	31,40	31,40	124,00	124,00	20,00	20,00	0,08	0,08	0,00	0,00	0,00	0,00	16,00	16,00	56,00	56,00	84,00	84,00	1,20	1,20	619
Кондитерское изделие про-го про-ва	30	30	9,50	9,50	7,75	7,75	30,45	30,45	264,00	264,00	0,03	0,03	0,98	0,98	0,03	0,03	0,00	0,00	90,80	90,80	0,37	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	
Хлеб ржано-пшеничный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	13,22	13,22	0,00	0,00	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	11,62	11,62	22,86	22,86	20,42	20,42	1,58	1,58	б/н
Итого:	703,5	753,5	30,77	31,89	32,59	33,93	118,80	121,76	885,36	950,76	26,64	26,64	9,72	9,72	0,28	0,28	30,14	30,14	156,90	156,90	378,42	378,42	281,42	281,42	9,56	9,56	
Итого за день:	1091,5	1141,5	37,62	38,74	46,41	47,75	179,15	182,11	1297,76	1363,16	37,06	37,06	9,94	9,94	0,31	0,31	65,74	65,74	202,13	202,13	473,66	473,66	322,54	322,54	11,77	11,77	

День 3

Завтрак

Наименование продукта	Выход, г		Белок, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энергетическая		Витамины, мкг								Минеральные вещества, мг						Ксб/реш		
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg			Fe	
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше		7-11 лет	12 лет и старше
Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным	150/5	150/5	4,50	4,50	8,40	8,40	19,80	19,80	178,50	178,50	0,00	0,00	0,03	0,03	0,02	0,02	20,00	20,00	8,40	8,40	29,40	29,40	5,90	5,90	0,34	0,34	302
Батон нарезной диетический(сладкий)	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,00	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	5,94	5,94	5,94	5,94	10,44	10,44	0,80	0,80	б/н
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	685
Итого:	388	388	6,05	6,05	8,92	8,92	44,05	44,05	283,90	283,90	0,02	0,02	0,05	0,05	0,02	0,02	20,00	20,00	15,63	15,63	36,94	36,94	17,22	17,22	1,35	1,35	

Обед

Наименование продукта	Выход, г		Белок, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энергетическая		Витамины, мкг						Минеральные вещества, мг						Лес/реш					
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р			Mg		Fe		
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет
Свиная с маслом растительным	25	25	0,70	0,70	2,05	2,05	1,65	1,65	31,95	31,95	0,00	0,00	10,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	18,00	18,00	12,00	12,00	0,00	0,00	0,10	0,10
Суп Крестынский	200/1	250/1	2,32	2,90	2,00	5,30	16,80	21,00	96,00	121,00	8,23	8,23	0,04	0,04	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	35,50	35,50	42,58	42,58	21,00	21,00	0,95	0,95
Каша гречневая рассыпчатая	150	180	8,40	8,40	10,80	10,80	41,25	41,25	303,00	363,60	0,00	0,00	0,98	0,98	0,06	0,06	21,00	21,00	4,86	4,86	37,17	37,17	21,15	21,15	1,11	1,11	516	
Цыпленок отварной, соус красный острый	60/30	60/30	10,55	10,55	7,00	7,00	1,61	1,61	295,84	295,84	0,05	0,05	0,37	0,37	11,83	98,95	21,11	2,21	0,00	0,00	0,06	0,06	0,88	0,88	0,37	0,37	508	
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21
Фрукты	100	100	0,40	0,40	7,30	7,30	9,80	9,80	47,00	47,00	0,03	0,03	0,98	0,98	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	90,80	90,80	0,37	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб ржано-пшеничный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	13,22	13,22	0,00	0,00	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,62	11,62	22,86	22,86	20,42	20,42	1,58	1,58
Итого:	713,5	763,5	25,07	25,65	29,61	32,91	98,36	102,56	845,01	930,61	8,33	8,33	12,40	12,40	11,95	99,07	42,11	2,21	162,07	162,07	116,64	116,64	64,33	64,32	4,32	4,32	15,78	15,78
Итого за день:	1101,5	1151,5	31,12	31,70	38,53	41,83	142,41	146,61	1128,91	1214,51	8,35	8,35	12,45	12,45	11,97	99,09	62,11	43,21	177,70	177,70	153,58	153,58	81,55	81,04	5,67	5,67	17,13	17,13

День 4

Завтрак

Зап.тран		Выход		Белок		Жиры		Углевод		Энергетическ		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг						Лес/рп				
Наименование продукта	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С	12 лет и старше	В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe			
													7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
Каша молочная с маслом	150/5	150/5	3,72	3,72	6,36	6,36	23,56	23,56	172,05	172,05	0,00	0,00	0,03	0,03	0,02	0,02	0,02	20,00	20,00	8,40	8,40	29,40	29,40	5,90	5,90	0,34	0,34	302
Батон нарезной витаминизированный	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,00	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	5,94	5,94	5,94	5,94	10,44	10,44	0,80	0,80	б/н	
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	685	
Итого:	388	388	5,27	5,27	6,88	6,88	47,81	47,81	277,45	277,45	0,02	0,02	0,05	0,05	0,02	0,02	0,02	20,00	20,00	15,63	15,63	36,94	36,94	17,22	17,22	1,35	1,35	

Обед

Наименование продукта	Выход, г		Белок, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энергетическая ценность, ккал		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг						Лес/рп				
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg			Fe			
									7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
Отвар свеклы	25	25	0,20	0,20	0,03	0,03	0,70	0,70	3,75	3,75	0,01	0,01	8,10	8,10	0,02	0,02	0,12	0,12	3,00	3,00	0,13	0,13	6,60	6,60	0,36	0,36	
Суп вермишелевый с зеленью	200/1	250/1	2,72	3,40	3,36	6,70	16,08	20,10	106,60	137,00	14,72	18,40	0,05	0,06	0,04	0,05	0,00	0,00	34,66	43,33	38,10	47,63	17,80	22,25	0,64	0,80	124
Жаркое по-домашнему	200	200	13,35	13,35	7,33	7,33	16,20	16,20	337,50	337,50	8,54	8,54	0,20	0,20	0,30	0,30	18,83	18,83	28,23	28,23	304,47	304,47	59,06	59,06	3,60	3,60	436
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	685
Хлеб ржано-пшеничный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	13,22	13,22	0,00	0,00	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	11,62	11,62	22,86	22,86	20,42	20,42	1,58	1,58	б/н
Батон нарезной витаминизированный	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,00	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	5,94	5,94	5,94	5,94	10,44	10,44	0,80	0,80	б/н
Итого:	673,5	723,5	20,32	21,00	13,72	15,06	69,48	73,50	566,87	596,87	23,29	26,97	8,40	8,41	0,16	0,37	18,95	18,95	84,74	93,41	373,10	382,63	115,20	119,65	6,79	7,35	
Итого за день:	1061,5	1111,5	25,59	26,27	20,60	21,94	117,29	121,31	843,92	874,32	23,31	26,99	8,45	8,46	0,18	0,39	38,95	38,95	100,37	109,04	410,04	419,57	132,42	136,87	8,54	8,70	

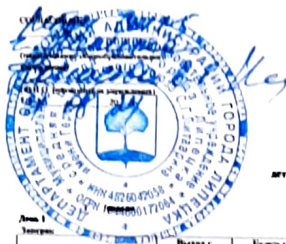
День 5

Завтрак

Наименование продукта	Выход		Белок		Жиры		Углеводы		Энергетическая		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг						Лесб/рп				
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg		Fe		
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	
Каша молочная пшенная с маслом сливочным	150/5	150/5	4,49	4,49	7,13	7,13	26,64	26,64	186,00	186,00	0,00	0,00	0,16	0,16	0,11	0,11	20,00	20,00	11,80	11,80	87,20	87,20	30,50	30,50	1,01	1,01	302
Батон нарезной витаминизированный	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,00	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	5,94	5,94	5,94	5,94	10,44	10,44	0,80	0,80	б/н
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	685
Итого:	388	388	6,04	6,04	7,65	7,65	50,89	50,89	291,40	291,40	0,02	0,02	0,18	0,18	0,11	0,11	20,00	20,00	19,03	19,03	94,74	94,74	41,82	41,82	2,02	2,02	

Обед

Наименование продукта	Выход		Белок		Жиры		Углеводы		Энергетическая		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг						Лесб/рп				
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р			Mg		Fe	
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
Салат морков с сахаром	25	25	0,70	0,70	5,05	5,05	3,40	3,40	31,00	31,00	0,01	0,01	8,10	8,10	0,00	0,00	0,12	0,10	3,00	2,50	0,13	0,11	6,60	5,50	0,36	0,30	
Шн по свеклы капусты со сметаной и зеленью	200/5/1	250/5/1	6,32	7,90	4,48	5,60	17,84	22,30	173,60	217,00	26,65	33,31	0,18	0,23	0,06	0,08	0,00	0,00	30,46	38,08	69,74	87,18	28,24	35,30	1,62	2,03	139
Тфетели в томатном соусе	60/30	60/30	11,07	11,07	13,17	13,17	11,22	11,22	209,40	209,40	0,00	0,00	0,26	0,26	0,06	0,06	15,00	15,00	10,20	10,20	66,48	66,48	14,40	14,40	0,98	0,98	462
Макарон отварные	150	180	5,10	5,10	9,15	9,15	34,20	34,20	244,50	293,40	18,15	18,15	0,14	0,14	0,11	0,11	25,50	25,50	36,98	36,98	86,60	86,60	27,75	27,75	1,01	1,01	520
Компот из яблок	200	200	0,20	0,20	0,00	0,00	35,80	35,80	142,00	142,00	3,20	3,20	0,06	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	14,22	14,22	2,14	2,14	4,14	4,14	0,48	0,48	631
Кондитерское изделие про-ва	30	30	9,50	9,50	7,75	7,75	30,45	30,45	264,00	264,00	0,03	0,03	0,98	0,98	0,03	0,03	0,00	0,00	90,80	90,80	0,37	0,37	0,00	0,00	0,00	0,00	
Хлеб ржано-пшеничный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	13,22	13,22	0,00	0,00	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	11,62	11,62	22,86	22,86	20,42	20,42	1,58	1,58	б/н
Итого:	703,5	753,5	35,39	36,97	40,06	41,18	145,16	149,62	1077,72	1170,02	48,04	54,70	9,75	9,80	0,26	0,28	40,62	40,60	197,28	204,40	248,32	265,74	101,55	107,51	6,03	6,38	
Итого за день:	1091,5	1141,5	41,43	43,01	47,71	48,83	196,05	200,51	1369,12	1461,42	48,06	54,72	9,93	9,98	0,37	0,39	60,62	60,60	216,31	223,43	343,06	360,48	143,37	149,33	8,05	8,40	



Метод
для определения стоимости затрат на обучение
участников (содержание учебного процесса) по образовательным программам начального общего, основного и среднего образования
(различная форма)

Дан. 1

Наименование продукта	Выход		Базис		Жир		Углевод		Энергетическая		Витаминный, мг					Минеральные вещества, мг					Итого
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С	В1	В2	А		Са	Р	Мg	Fe	К	
Каши из смеси рисовой с маком	1500	1500	2,32	2,32	6,30	6,30	24,49	24,49	168,95	168,95	0,00	0,00	0,02	0,02	0,02	20,00	20,00	16,40	16,40	50,60	302
Батон мясной	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,00	0,00	0,02	0,02	0,00	5,94	5,94	5,94	10,44	10,44	0,00
Чай с сахаром	2000/15	2000/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	0,88	0,88	0,00
Итого	388	388	3,87	3,87	6,72	6,72	48,74	48,74	274,35	274,35	0,02	0,02	0,04	0,04	0,02	21,63	21,63	18,14	18,14	51,20	685

Дан. 2

Наименование продукта	Выход		Базис		Жир		Углевод		Энергетическая		Витаминный, мг					Минеральные вещества, мг					Итого
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С	В1	В2	А		Са	Р	Мg	Fe	К	
Салат из свежих фруктов	25	25	0,70	0,70	2,05	2,05	1,65	1,65	22,39	22,39	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	18,00	18,00	12,00	12,00	0,00	43
Суп овощной с маком	2000/1	2000/1	2,72	2,72	6,30	6,30	16,08	16,08	117,00	117,00	0,03	0,03	0,10	0,10	0,06	52,90	52,90	52,90	10,44	10,44	0,00
Мака суповый с маком	3040	3040	10,00	10,00	18,40	18,40	2,78	2,78	216,79	216,79	0,40	0,40	0,03	0,03	0,07	19,47	19,47	121,00	121,00	196,67	433
Мака суповый	150	150	5,10	5,10	9,15	9,15	34,20	34,20	244,50	244,50	18,15	18,15	0,14	0,14	0,11	25,30	25,30	36,98	36,98	86,60	520
Чай с сахаром	2000/15	2000/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	0,88	0,88	0,00
Каши рисово-маковые	32,5	32,5	2,30	2,30	0,66	0,66	12,25	12,25	13,22	13,22	0,00	0,00	0,03	0,03	0,00	11,62	11,62	22,86	20,42	20,42	0,00
Итого	714	764	21,22	21,22	35,42	35,42	81,36	81,36	661,50	661,50	24,60	24,60	0,28	0,28	0,21	56,17	56,17	86,60	86,60	216,64	1149,41
Итого в день	1101,50	1152,00	25,99	25,99	42,14	42,14	130,79	130,79	933,85	933,85	24,60	24,60	0,32	0,32	0,23	56,17	56,17	86,60	86,60	216,64	1159,41

Дан. 3

Наименование продукта	Выход		Базис		Жир		Углевод		Энергетическая		Витаминный, мг					Минеральные вещества, мг					Итого
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С	В1	В2	А		Са	Р	Мg	Fe	К	
Каши из смеси рисовой с маком	1500	1500	3,72	3,72	6,36	6,36	21,56	21,56	172,05	172,05	0,00	0,00	0,11	0,11	0,03	20,00	20,00	18,90	18,90	108,70	302
Батон мясной	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,00	0,00	0,02	0,02	0,00	5,94	5,94	5,94	10,44	10,44	0,00
Чай с сахаром	2000/15	2000/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	0,88	0,88	0,00
Итого	388	388	5,27	5,27	6,88	6,88	47,81	47,81	277,45	277,45	0,02	0,02	0,13	0,13	0,03	21,63	21,63	18,14	18,14	51,20	685

Дан. 4

Наименование продукта	Выход		Базис		Жир		Углевод		Энергетическая		Витаминный, мг					Минеральные вещества, мг					Итого
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С	В1	В2	А		Са	Р	Мg	Fe	К	
Пюре из смеси фруктов с маком	25	25	0,23	0,23	0,05	0,05	0,68	0,68	4,30	4,30	0,01	0,01	0,10	0,10	0,02	0,12	0,12	3,00	3,00	0,13	140
Батон мясной с маком	2000/1	2000/1	4,48	4,48	5,60	5,60	6,70	6,70	114,00	114,00	0,60	0,60	0,02	0,02	0,03	9,60	9,60	22,80	15,97	15,97	0,00
Батон мясной с маком	6030	6030	10,31	10,31	10,72	10,72	10,43	10,43	180,24	180,24	0,00	0,00	0,04	0,04	0,01	8,40	8,40	8,40	16,90	16,90	0,00
Батон мясной с маком	150	150	5,15	5,15	9,25	9,25	21,79	21,79	189,00	189,00	0,00	0,00	0,03	0,03	0,02	20,23	20,23	1,37	1,37	60,95	0,00
Батон мясной с маком	200	200	0,60	0,60	0,00	0,00	31,40	31,40	124,00	124,00	0,00	0,00	0,08	0,08	0,00	16,00	16,00	56,00	84,00	1,20	0,00
Чай с сахаром	32,5	32,5	2,30	2,30	0,66	0,66	12,25	12,25	13,22	13,22	0,00	0,00	0,03	0,03	0,00	11,62	11,62	22,86	20,42	20,42	0,00
Итого	714,5	764,5	21,27	21,27	35,48	35,48	81,36	81,36	661,50	661,50	24,60	24,60	0,28	0,28	0,21	56,17	56,17	86,60	86,60	216,64	1149,41
Итого в день	1106,50	1156,50	26,54	26,54	42,16	42,16	130,79	130,79	933,85	933,85	24,60	24,60	0,32	0,32	0,23	56,17	56,17	86,60	86,60	216,64	1159,41

Доп. 3
Листов

Наименование продукта	Выход, г		Безвод, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энергетикал, кДж		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг								Жиры, г				
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg			Fe		K	
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
Каша из хлопьев геркулесовых с маслом сливочным	150/5	150/5	4,20	4,20	7,80	7,80	20,36	20,36	172,50	172,50	0,00	0,00	0,03	0,03	0,02	0,02	20,00	20,00	8,40	8,40	29,40	29,40	5,90	5,90	0,34	0,34	43,90	43,90	302
Батон из пшеницы высшего сорта	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,00	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	5,94	5,94	5,94	5,94	10,44	10,44	0,80	0,80	0,00	0,00	606
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	8,71	8,71	685
Итого:	388	388	5,75	5,75	8,32	8,32	44,61	44,61	277,90	277,90	0,02	0,02	0,05	0,05	0,02	0,02	20,00	20,00	15,63	15,63	36,94	36,94	17,22	17,22	1,35	1,35	52,61	52,61	

Обс

Наименование продукта	Выход		Безвод		Жир		Углевод		Энергетикал		Витаминизм, мг		Материальные вещества, мг												Число				
	7-11 лет		12 лет и старше		7-11 лет		12 лет и старше		7-11 лет		С		В1		В2		А		Са		Р		Mg			Fe		K	
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
Пшеница	25	25	0,70	0,70	5,05	5,05	3,40	3,40	28,65	28,65	4,75	4,75	0,01	0,01	0,02	0,02	0,00	0,00	17,58	17,58	20,49	20,49	10,45	10,45	0,67	0,67	105,35	105,35	71
Рисовый суп с курицей и овощами	200/5/1	200/5/1	2,73	3,40	5,36	6,70	16,08	20,10	109,60	137,00	8,23	8,23	0,04	0,04	0,03	0,03	0,00	0,00	35,30	35,30	42,58	42,58	21,00	21,00	0,95	0,95	305,32	305,32	110
Паша	200	200	16,20	16,20	15,80	15,80	36,20	36,20	358,00	358,00	0,00	0,00	0,05	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	7,11	7,11	100,13	100,13	11,86	11,86	1,47	1,47	0,00	0,00	431
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	8,71	8,71	685
Хлеб ржаной-пшеничный	32,5	32,5	2,30	2,30	0,46	0,46	12,25	12,25	13,22	13,22	0,00	0,00	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	11,62	11,62	22,86	22,86	20,42	20,42	1,58	1,58	0,00	0,00	606
Итого:	460,5	713,5	22,32	23,80	26,67	28,01	82,93	86,95	367,47	394,87	13,00	13,00	0,13	0,13	0,05	0,05	0,00	0,00	73,10	73,10	187,66	187,66	64,61	64,61	4,88	4,88	419,38	419,38	
Итого в день:	1031,30	1101,50	28,07	28,75	34,99	36,33	127,54	131,56	845,37	872,77	13,02	13,02	0,18	0,18	0,07	0,07	20,00	20,00	88,73	88,73	224,60	224,60	81,83	81,83	6,23	6,23	471,99	471,99	

Доп. 4
Листов

Наименование продукта	Выход		Безвод		Жир		Углевод		Энергетикал		Витаминизм, мг						Материальные вещества, мг								Число				
	7-11 лет		12 лет и старше		7-11 лет		12 лет и старше		7-11 лет		С		В1		В2		А		Са		Р		Mg			Fe		K	
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
Каша из хлопьев пшеничных с маслом сливочным	150/5	150/5	4,49	4,49	7,13	7,13	26,64	26,64	186,00	186,00	0,00	0,00	0,16	0,16	0,11	0,11	20,00	20,00	11,80	11,80	87,20	87,20	30,50	30,50	1,01	1,01	78,70	78,70	302
Батон из пшеницы высшего сорта	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,00	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	5,94	5,94	5,94	5,94	10,44	10,44	0,80	0,80	0,00	0,00	606
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	8,71	8,71	685
Итого:	388	388	6,04	6,04	7,65	7,65	50,89	50,89	291,40	291,40	0,02	0,02	0,18	0,18	0,11	0,11	20,00	20,00	19,03	19,03	94,74	94,74	41,82	41,82	2,02	2,02	87,41	87,41	

Обс

Наименование продукта	Выход		Безвод		Жир		Углевод		Энергетикал		Витаминизм, мг						Материальные вещества, мг								Число					
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С		В1		В2		А		Са		Р		Mg			Fe		K		
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет
Салат из овощей с маслом	25	25	0,70	0,70	5,05	5,05	3,40	3,40	31,00	31,00	0,01	0,01	8,10	8,10	0,00	0,00	0,12	0,10	3,00	2,50	0,13	0,11	6,60	3,30	0,36	0,30	44,10	44,10		
Суп гороховый с капустой	200/1	250/1	2,80	3,50	2,88	3,60	15,84	19,80	133,60	167,00	26,65	33,31	0,18	0,23	0,06	0,08	0,00	0,00	30,46	38,08	69,74	87,18	28,24	35,30	1,62	2,03	178,18	472,71	139	
Батон из пшеницы высшего сорта	60/30	60/30	9,54	9,54	4,59	4,59	5,04	5,04	103,00	103,00	1,88	1,88	0,06	0,06	0,05	0,05	4,54	4,54	25,20	25,20	133,05	133,05	25,95	25,95	0,51	0,51	374,00			
Макаронные изделия	150	180	5,10	5,10	9,15	9,15	34,20	34,20	244,50	293,40	18,15	18,15	0,14	0,14	0,11	0,11	25,50	25,50	36,98	36,98	86,60	86,60	27,75	27,75	1,01	1,01	520			
Напиток из яблок	200	200	0,20	0,20	0,00	0,00	35,80	35,80	142,00	142,00	3,20	3,20	0,06	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	14,22	14,22	2,14	2,14	4,14	4,14	0,48	0,48	0,00	0,00	631	
Хлеб ржаной-пшеничный	32,5	32,5	2,30	2,30	0,46	0,46	12,25	12,25	13,22	13,22	0,00	0,00	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	11,62	11,62	22,86	22,86	20,42	20,42	1,58	1,58	0,00	0,00	606	
Итого:	498,5	548,5	20,84	21,54	22,13	22,85	106,57	110,49	667,32	749,62	49,89	56,55	8,75	8,82	0,22	0,24	30,16	30,14	121,48	128,60	314,52	319,89	113,10	119,06	5,56	5,91	1316,28	316,83		
Итого в день:	836,50	936,50	26,88	27,58	29,78	30,50	157,42	161,38	958,72	1041,02	49,91	56,57	8,75	8,80	0,23	0,25	50,16	50,14	140,51	147,63	409,26	409,26	293,63	354,92	160,88	7,58	7,93	1403,69	604,24	

Дань 5
Затяжки

Наименование продукта	Выдержка		Белок		Жиры		Углеводы		Эквивалент		Витаминный м						Минеральные вещества, мг										Лейбл		
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	C		B1		B2	A	Ca		P	Mg		Fe	K						
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше		7-11 лет	12 лет и старше
Каши молочные с маслом	150/150	150/150	3,72	3,72	6,36	6,36	23,56	23,56	172,05	172,05	0,00	0,00	0,03	0,03	0,02	0,02	20,00	20,00	8,40	8,40	29,40	29,40	5,90	5,90	0,34	0,34	43,90	43,90	302
Батон персиковый	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,00	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	5,94	5,94	5,94	5,94	10,44	10,44	0,80	0,80	0,00	0,00	66
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	8,71	8,71	685
Итого:	388	388	5,27	5,27	6,88	6,88	47,81	47,81	277,45	277,45	0,02	0,02	0,05	0,05	0,02	0,02	20,00	20,00	15,63	15,63	36,94	36,94	17,32	17,32	1,35	1,35	52,61	52,61	

Обс

Наименование продукта	Выдержка		Белок		Жиры		Углеводы		Эквивалент		Витаминный, мг						Минеральные вещества, мг								Моделью				
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	C		B1		B2	A	Ca		P	Mg		Fe	K						
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше					
Овощи свежие	25	25	0,20	0,20	0,03	0,03	0,70	0,70	3,75	3,75	0,01	0,01	8,10	8,10	0,02	0,02	0,12	0,12	3,00	3,00	0,13	0,13	6,60	6,60	0,36	0,36	177,00		
Суп картофельный с овощами и зеленью	200/1	250/1	2,32	2,90	2,00	5,30	16,80	21,00	96,00	121,00	14,72	14,40	0,05	0,06	0,04	0,05	0,00	0,00	34,66	43,33	38,10	47,63	17,80	22,23	0,64	0,80	303,74	379,68	124
Рыба тушеная в масле с овощами	60/30	60/30	9,54	9,54	4,59	4,59	5,04	5,04	100,80	100,80	1,88	1,88	0,06	0,06	0,05	0,05	4,54	4,54	25,20	25,20	133,05	133,05	25,95	25,95	0,51	0,51	229,63	229,63	174,00
Картофельное пюре	150	180	3,15	3,15	8,25	8,25	21,75	21,75	189,00	226,80	18,15	18,15	0,14	0,14	0,11	0,11	25,50	25,50	36,98	36,98	86,60	86,60	27,75	27,75	1,01	1,01	648,45	648,45	520
Хлеб ржаной-пшеничный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	13,22	13,22	0,00	0,00	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	11,62	11,62	22,86	22,86	20,42	20,42	1,58	1,58	0,00	0,00	66
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	8,71	8,71	685
Итого в день:	1101,5	1151,5	23,18	23,76	22,21	25,51	119,33	123,55	738,32	801,02	34,80	34,48	0,43	0,44	0,24	0,25	50,16	50,16	128,18	137,05	319,23	328,62	116,62	121,07	5,66	5,82	673,47	1319,10	

3 мясной
Дань 1
Затяжки

Наименование продукта	Выпечка		Бисквит		Желейный		Углекислый		Земельный		Витаминный, мг												Минеральный, мг								Лейбл
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	C		B1		B2	A	Ca		P	Mg		Fe	K								
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	
Каши молочные с маслом и сахаром	150/5	150/5	4,49	4,49	7,13	7,13	26,64	26,64	186,00	186,00	0,00	0,00	0,16	0,16	0,11	0,11	20,00	20,00	11,80	11,80	87,20	87,20	30,50	30,50	1,01	1,01	78,70	78,70	302		
Батон персиковый	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,00	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	5,94	5,94	5,94	5,94	10,44	10,44	0,80	0,80	0,00	0,00	66		
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	8,71	8,71	685		
Итого:	388	388	6,04	6,04	7,65	7,65	50,89	50,89	291,40	291,40	0,02	0,02	0,18	0,18	0,11	0,11	20,00	20,00	19,03	19,03	94,74	94,74	41,82	41,82	2,02	2,02	87,41	87,41			

Обс

Наименование продукта	Выдержка										Витаминный м										Минеральные вещества, мг										Лейбл
	Углеводы		Белок		Жиры		C		B1		B2		A		Ca		P		Mg		Fe		K								
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше							
Салат из свежей капусты	25	25	0,70	0,70	2,05	2,05	1,65	1,65	22,39	22,39	0,00	0,00	10,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	18,00	18,00	12,00	12,00	0,00	0,00	0,10	0,10	2,85	2,85	41		
Суп гороховый с капустой	200/1	250/1	2,80	3,50	2,88	3,60	15,84	19,80	133,60	167,00	26,65	33,31	0,18	0,23	0,06	0,08	0,00	0,00	30,46	38,08	69,74	87,18	28,24	35,30	1,62	2,03	139	139			
Печень, тушеная в масле	50/40	50/40	20,56	20,56	11,60	11,60	3,60	3,60	203,20	203,20	0,01	0,03	0,03	0,07	0,07	0,07	24,00	24,00	30,67	30,67	74,78	74,78	11,40	11,40	0,91	0,91	493	493			
Макаронные изделия	150	180	5,10	5,10	9,15	9,15	34,30	34,30	244,50	293,40	18,15	18,15	0,14	0,14	0,11	0,11	25,50	25,50	36,98	36,98	86,60	86,60	27,75	27,75	1,01	1,01	520	520			
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	8,71	8,71	685		
Хлеб ржаной-пшеничный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	13,22	13,22	0,00	0,00	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	11,62	11,62	22,86	22,86	20,42	20,42	1,58	1,58	0,00	0,00	66		
Итого:	713,5	793,5	31,86	32,56	26,14	26,86	82,54	86,50	674,91	757,21	44,82	51,49	10,38	10,42	0,24	0,26	49,50	49,50	129,02	136,63	267,58	285,02	88,69	95,75	5,43	5,83	1163,56	1163,56			
Итого в день:	1101,5	1181,5	37,90	38,60	33,79	34,51	133,43	137,39	966,31	1048,61	44,84	51,51	10,56	10,60	0,35	0,37	69,50	69,50	148,05	155,66	362,32	379,76	130,51	137,57	7,45	7,85	1290,97	1290,97			

Дань 1

Наименование продукта	Высолог		Белок		Жиры		Углеводы		Энергетика		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг						Набор						
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С	В1	В2	В3	А	С	Р	Мg	Fe	Ca	K								
Материалы заготовленные с сырами	155	155	5,30	5,30	13,30	13,30	36,10	36,10	307,00	307,00	10,40	10,40	0,20	0,20	0,01	0,01	35,60	35,60	38,00	38,00	87,70	87,70	29,80	29,80	1,20	1,20	76,50	76,50	134
Каша перловая	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,00	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	5,94	5,94	5,94	10,44	10,44	0,80	0,80	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00
Чай с сахаром	20015	20015	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	8,71	8,71	8,71	8,71	8,71
Итого:	388	388	6,85	6,85	13,82	13,82	60,35	60,35	412,40	412,40	10,42	10,42	0,22	0,22	0,03	0,03	35,60	35,60	45,23	45,23	95,24	95,24	41,12	41,12	3,21	3,21	88,21	88,21	134

Общ

Наименование продукта	Высолог		Белок		Жиры		Углеводы		Энергетика		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг						Набор						
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	C		B1		B2		A		Ca		P			Mg		Fe		K	
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше		7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
Пшеница сырая	23	23	0,23	0,23	0,05	0,05	0,68	0,68	4,30	4,30	0,01	0,01	0,10	0,10	0,02	0,02	0,12	0,12	3,00	3,00	0,13	0,13	6,60	6,60	0,36	0,36	Итого за день 1091,5	1141,5	
Берез из сырой пшеницы со сметаной и маслом	2000/51	2500/51	4,48	5,60	5,36	6,70	11,84	14,80	110,40	138,00	6,60	6,60	0,02	0,02	0,05	0,05	0,02	0,02	9,80	9,80	22,80	22,80	15,97	15,97	0,64	0,64			
Каша из пшеницы с маслом	6070	6070	10,31	10,31	10,72	10,72	10,43	10,43	180,24	180,24	0,00	0,00	0,04	0,04	4,81	4,81	7,00	7,00	8,40	8,40	84,70	84,70	16,90	16,90	1,00	1,00			
Картофель пюре	150	180	3,15	3,15	8,25	8,25	21,75	21,75	189,00	226,80	0,00	0,00	0,23	0,23	0,12	0,12	15,00	15,00	15,68	15,68	209,78	209,78	140,03	140,03	4,80	4,80			
Булочки из сдобного теста	200	200	0,60	0,60	0,00	0,00	31,40	31,40	124,00	124,00	20,00	20,00	0,08	0,08	0,00	0,00	0,00	0,00	16,00	16,00	56,00	56,00	84,00	84,00	1,20	1,20			
Хлеб ржаной-пшеничный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	13,22	13,22	0,00	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	11,62	11,62	22,86	22,86	20,42	20,42	1,58	1,58			
Итого:	703,5	753,5	21,27	22,39	24,84	26,18	60,35	62,31	421,34	486,76	36,61	36,61	0,52	0,52	5,89	5,89	32,14	32,14	64,38	64,38	394,27	394,27	283,92	283,92	9,58	9,58			
Итого за день:	1091,5	1141,5	28,12	29,24	38,66	40,08	148,78	151,66	1033,74	1095,16	77,03	77,03	0,74	0,74	5,83	5,83	57,74	57,74	109,53	109,53	491,51	491,51	325,84	325,84	11,79	11,79			

Дань 3

Наименование	Высолог		Белок		Жиры		Углеводы		Энергетика		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг						Набор						
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С	В1	В2	В3	А	С	Р	Мg	Fe	Ca	K								
Каша из пшеницы перловой с маслом сметаны	1500	1500	4,50	4,50	8,40	8,40	19,80	19,80	178,50	178,50	0,00	0,00	0,03	0,03	0,02	0,02	20,00	20,00	8,40	8,40	29,40	29,40	5,90	5,90	0,34	0,34	43,90	43,90	302
Чай с сахаром	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,00	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	5,94	5,94	5,94	10,44	10,44	0,80	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:	20015	20015	6,05	6,05	8,92	8,92	44,05	44,05	283,90	283,90	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	8,71	8,71	688

Общ

Обед	Высолог		Белок		Жиры		Углеводы		Энергетика		Витамины, мг												Минеральные вещества, мг								Набор
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	С	В1	В2	В3	А	С	Р	Мg	Fe	Ca	K										
Напиток из фруктов																															
Салат с мясом и овощами	25	25	0,70	0,70	2,05	2,05	1,65	1,65	31,95	31,95	0,00	0,00	10,00	10,00	0,00	0,00	18,00	18,00	12,00	12,00	0,00	0,00	0,10	0,10	44,10	44,10					
Суп картофельный	2000	2500	2,32	2,80	2,00	5,30	16,80	21,00	96,00	121,00	8,23	8,23	0,04	0,04	0,03	0,03	0,00	0,00	35,50	35,50	42,58	42,58	21,00	21,00	0,95	0,95	110	110			
Каша гречневая рассыпчатая	150	180	8,40	8,40	10,80	10,80	41,25	41,25	303,00	363,60	0,00	0,00	0,98	0,98	0,06	0,06	21,00	21,00	4,86	4,86	37,17	37,17	21,15	21,15	1,11	1,11	516	516			
Цыпленок отварной, соус сметанный, картофель	6090	6090	10,55	10,55	7,00	7,00	1,61	1,61	299,84	299,84	0,05	0,05	0,37	0,37	11,83	11,83	0,00	0,00	0,06	0,06	0,06	0,06	0,88	0,88	0,21	0,21	37,17	37,17			
Чай с сахаром	20015	20015	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	8,71	8,71	645	645			
Хлеб ржаной-пшеничный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	13,22	13,22	0,00	0,00	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	11,62	11,62	22,86	22,86	20,42	20,42	1,58	1,58	1,00	1,00				
Итого:	713,5	763,5	24,67	25,25	22,31	25,61	88,56	92,76	798,01	853,61	8,30	8,30	11,42	11,42	11,92	99,04	62,11	43,21	36,90	36,90	153,21	153,21	81,35	81,35	5,07	5,07	945,81	945,81			
Итого за день:	1101,5	1151,5	30,72	31,30	31,23	34,57	132,61	136,81	1081,91	1167,51	8,32	8,32	11,47	11,47	11,94	99,06	62,11	43,21	36,90	36,90	153,21	153,21	81,35	81,35	5,07	5,07	958,47	958,47			

Доп. 4

Загрузка

Наименование продукта	Выход		Безхол		Жирный		Углекислый		Экстракты		Витаминный, мг					Минеральные вещества, мг										Набор				
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	C		B1		B2		A		Ca		P		Mg		Fe		K			
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет		12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет
Каша из хлопьев с маслом	150/5	150/5	3,72	3,72	6,36	6,36	23,56	23,56	172,05	172,05	0,00	0,00	0,03	0,03	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	5,94	5,94	10,44	10,44	0,80	0,80	0,00	0,00	6/6	
Батон мясной	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,00	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,94	5,94	10,44	10,44	0,80	0,80	0,00	0,00	6/6	
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	8,71	8,71	6/6	
Итого:	388	388	5,27	5,27	6,88	6,88	47,81	47,81	277,45	277,45	0,02	0,02	0,05	0,05	0,02	0,02	0,00	0,00	15,63	15,63	36,94	36,94	17,22	17,22	1,85	1,85	53,61	53,61		

Обла

Наименование продукта	Выход		Безхол		Жирный		Углекислый		Экстракты		Витаминный, мг					Минеральные вещества, мг										Набор			
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	C		B1		B2		A		Ca		P		Mg		Fe		K		
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет		12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
Суп овощной	25	25	0,20	0,20	0,03	0,03	0,70	0,70	3,75	3,75	0,01	0,01	8,10	8,10	0,02	0,02	0,12	0,12	3,00	3,00	0,13	0,13	6,60	6,60	0,36	0,36	Углекислый		
Суп картофельный с маслом	200/1	200/1	2,72	3,40	5,36	6,70	16,08	20,10	106,60	137,00	14,72	18,40	0,05	0,06	0,04	0,05	0,00	0,00	34,66	43,33	38,10	47,63	17,80	22,25	0,64	0,80	305,74	379,68	124
Жаркое по-домашнему	200	200	13,35	13,35	7,35	7,35	16,20	16,20	337,50	337,50	8,54	8,54	0,20	0,20	0,30	0,30	18,83	18,83	28,23	28,23	304,47	304,47	59,06	59,06	3,60	3,60	1088,36	1088,36	436
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	8,71	8,71	6/6
Чай с сахаром-сливочный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	13,22	13,22	0,00	0,00	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	11,62	11,62	22,86	22,86	20,42	20,42	1,58	1,58	0,00	0,00	6/6
Итого:	673,5	723,5	18,97	19,65	13,20	14,54	60,23	64,25	519,07	549,47	23,29	26,97	8,38	8,39	0,36	0,37	18,95	18,95	78,80	87,47	367,16	376,69	104,78	109,21	6,39	6,55	1400,81	1476,75	
Итого на день:	1061,5	1111,5	24,24	24,92	20,08	21,42	108,04	112,06	796,52	826,92	23,31	26,99	8,43	8,44	0,38	0,39	38,95	38,95	94,43	107,10	404,10	413,63	121,95	125,43	7,74	7,90	1455,42	1529,36	

Доп. 5

Загрузка

Наименование продукта	Выход		Безхол		Жирный		Углекислый		Экстракты		Витаминный, мг					Минеральные вещества, мг										Набор			
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	C		B1		B2		A		Ca		P		Mg		Fe		K		
											7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет		12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше
Каша из хлопьев с маслом сливочным	150/5	150/5	4,49	4,49	7,13	7,13	26,64	26,64	186,00	186,00	0,00	0,00	0,16	0,16	0,11	0,11	20,00	20,00	11,80	11,80	87,20	87,20	30,50	30,50	1,01	1,01	78,70	78,70	302
Батон мясной	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,00	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	5,94	5,94	5,94	10,44	10,44	0,80	0,80	0,00	0,00	6/6	
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21	8,71	8,71	6/6
Итого:	388	388	6,04	6,04	7,65	7,65	50,89	50,89	291,40	291,40	0,02	0,02	0,18	0,18	0,11	0,11	20,00	20,00	19,03	19,03	94,74	94,74	41,82	41,82	2,02	2,02	87,41	87,41	

Обла

Область	Выход		Безхол		Жирный		Углеводный		Экстракты		Витаминный, мг					Минеральные вещества, мг										Набор
	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	C	В1	В2	A	Ca	P	Mg	Fe	K							
Наименование продукта	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше	7-11 лет	12 лет и старше						
Салат мясной с соусом	25	25	0,70	0,70	5,05	5,05	3,40	3,40	31,00	31,00	0,01	0,01	8,10	8,10	0,00	0,00	0,12	0,10	3,00	2,50						
Ше из пшеницы со сметаной и маслом	200/5/1	200/5/1	6,32	7,90	4,48	5,60	17,84	22,30	173,60	217,00	26,63	33,31	0,18	0,23	0,06	0,08	0,00	0,00	30,46	38,08						
Торт из сметаны и шоколада	60/30	60/30	11,07	11,07	13,17	13,17	11,22	11,22	209,40	209,40	0,00	0,00	0,26	0,26	0,06	0,06	15,00	15,00	10,20	10,20						
Машины отходы	150	180	5,10	5,10	9,15	9,15	34,20	34,20	244,50	293,40	18,15	18,15	0,14	0,14	0,11	0,11	25,50	25,50	36,98	36,98						
Каша из хлопьев	200	200	0,20	0,20	0,00	0,00	35,80	35,80	142,00	142,00	3,20	3,20	0,06	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	14,22	14,22						
Чай с сахаром-сливочный	32,5	32,5	2,50	2,50	0,46	0,46	12,25	12,25	13,22	13,22	0,00	0,00	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	11,62	11,62						
Итого на день:	703,5	733,5	25,89	27,47	32,31	33,41	114,71	119,17	813,72	906,02	48,01	54,67	8,77	8,82	0,23	0,25	40,62	40,60	106,48	113,60						
Итого на день:	1091,5	1141,5	31,93	33,51	39,96	41,08	165,00	170,06	1105,12	1197,42	48,03	54,69	8,95	9,00	0,34	0,36	60,62	60,60	125,51	132,63						