

Дети 7-11 лет													
Первая неделя													
Понедельник													
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	10	11	12	13	14	15
Завтрак													
Каша рисовая молочная жидкая	150	5,00	5,79	23,75	125,12	0,40	1,15	0,04	128,80	163,77	24,53	0,56	1
Какао с молоком	180	5,57	4,59	26,11	149,70	0,07	2,11	0,04	199,55	169,38	37,98	1,01	50
Яйца вареные	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,00	0,10	22,00	77,00	5,00	1,00	5
Сыр (порциями)	13	1,91	2,43	0,00	29,95	0,01	0,07	0,03	72,39	41,14	2,89	0,09	6
Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	ГП
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,04	0,00	0,00	8,00	26,00	5,60	0,44	ГП
Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	60,30	0,05	0,00	0,00	14,10	47,10	14,70	1,17	ГП
Итого	553	23,06	18,52	91,58	569,07	0,64	13,33	0,21	460,84	535,39	99,70	6,47	
Обед													
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом	250	5,78	6,79	16,46	110,12	0,10	30,08	0,03	62,30	103,36	34,30	1,78	18
Биточки рыбные	90	17,21	7,71	7,14	173,23	0,18	0,82	0,05	40,06	82,90	26,74	0,82	35
Рис отварной с кукурузой и горошком	150	3,96	4,15	31,87	180,76	0,06	1,35	0,02	25,18	83,88	27,33	0,69	42
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,20	0,20	22,80	100,00	0,00	20,00	0,00	52,00	82,00	30,00	3,20	59
Вафли, печенье, пряники	35	1,37	10,71	21,88	189,70	0,02	0,00	0,02	2,80	14,70	2,10	0,21	ГП
Кисломолочный продукт в индивидуальной упаковке	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,60	0,02	119,00	91,00	14,00	0,10	ГП
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,05	0,00	0,00	9,00	29,25	6,30	0,50	ГП
Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	50,25	0,05	0,00	0,00	11,75	39,25	12,25	0,98	ГП
Итого	895	38,64	33,45	140,74	996,81	0,48	52,85	0,14	322,09	526,34	153,02	8,27	
Норма соли на весь день	1,2 г.												
		Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe	
Итого за день		23,06	18,52	91,58	569,07	0,64	13,33	0,21	460,84	535,39	99,70	6,47	
Суточная потребность 25%		19,25	19,75	83,75	587,50	0,30	15,00	175,00	275,00	275,00	62,50	3,00	
Процент удовлетворения суточной потребности		119,79	93,77	109,35	96,86	212,67	88,87	0,12	167,58	194,69	159,52	215,67	
Итого за день (группа продленного дня)		61,70	51,97	232,32	1565,88	1,12	66,18	0,35	782,93	1061,73	252,72	14,74	
Суточная потребность 60%		46,20	47,40	201,00	1410,00	0,72	36,00	420,00	660,00	660,00	150,00	7,20	
Процент удовлетворения суточной потребности		133,54	109,63	115,58	111,06	155,56	183,83	0,08	118,63	160,87	168,48	204,72	

Дети 7-11 лет													
Первая неделя													
Вторник													
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	10	11	12	13	14	15
Завтрак													
Пудинг творожный запеченный (150/20)	170	13,75	12,86	30,78	240,53	0,16	0,82	0,11	270,56	228,23	39,20	1,00	4
Компот из свежих ягод	200	0,25	0,14	17,35	73,45	0,01	24,00	0,00	10,55	8,60	6,00	0,34	56
Яйца вареные	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,00	0,10	22,00	77,00	5,00	1,00	5
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	6,00	19,50	4,20	0,33	ГП
Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	60,30	0,05	0,00	0,00	14,10	47,10	14,70	1,17	ГП
Кисломолочный продукт в индивидуальной упаковке	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,60	0,02	119,00	91,00	14,00	0,10	ГП
Итого	570	28,42	21,43	83,63	594,78	0,32	25,42	0,23	442,21	471,43	83,10	3,94	
Обед													
Суп с кукурузной крупой и мясом	250	5,67	6,13	19,68	156,75	0,13	19,00	0,02	27,80	97,62	28,53	1,50	14
Рыба, запеченная в панировке	90	24,43	8,38	13,19	185,58	0,25	2,90	0,07	37,88	250,24	39,84	1,53	33
Картофельное пюре	75	1,63	2,71	10,98	108,33	0,08	12,90	0,02	22,81	48,45	16,38	0,61	45
Фасоль стручковая запеченная	75	1,88	3,14	2,44	60,90	0,08	14,67	0,00	50,43	33,29	19,30	0,83	47
Кофейный напиток с молоком	200	5,00	4,70	34,86	185,80	0,10	2,34	0,04	221,24	208,40	44,72	0,60	51
Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	ГП
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,05	0,00	0,00	9,00	29,25	6,30	0,50	ГП
Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	50,25	0,05	0,00	0,00	11,75	39,25	12,25	0,98	ГП
Итого	860	44,13	26,15	123,04	900,36	0,76	61,81	0,15	396,91	717,50	176,32	8,74	
Норма соли на весь день	1,2 г.												
		Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe	
Итого за день		28,42	21,43	83,63	594,78	0,32	25,42	0,23	442,21	471,43	83,10	3,94	
Суточная потребность 25%		19,25	19,75	83,75	587,50	0,30	15,00	175,00	275,00	275,00	62,50	3,00	
Процент удовлетворения суточной потребности		147,64	108,51	99,86	101,24	105,67	169,47	0,13	160,80	171,43	132,96	131,33	
Итого за день (группа продленного дня)		72,55	47,58	206,67	1495,14	1,08	87,23	0,38	839,12	1188,93	259,42	12,68	
Суточная потребность 60%		46,20	47,40	201,00	1410,00	0,72	36,00	420,00	660,00	660,00	150,00	7,20	
Процент удовлетворения суточной потребности		157,03	100,37	102,82	106,04	150,21	242,31	0,09	127,14	180,14	172,95	176,11	

Дети 7-11 лет													
Первая неделя													
Среда													
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	10	11	12	13	14	15
Завтрак													
Горошек зеленый консервированный	100	3,10	0,20	6,50	40,00	0,11	0,60	0,00	20,00	62,00	21,00	0,70	9
Печень (говядина) в соусе сметанном с томатом и луком	90	13,86	8,47	4,10	225,99	0,32	8,58	3,20	31,46	150,08	23,22	4,17	31
Картофельное пюре	150	3,25	5,42	21,94	233,33	0,17	25,79	0,03	45,61	96,90	32,74	1,22	44
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	0,00	0,00	28,62	115,20	0,00	18,00	0,00	46,80	73,80	27,00	2,88	59
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,04	0,00	0,00	8,00	26,00	5,60	0,44	ГП
Итого	560	23,25	14,41	80,84	708,52	0,64	52,97	3,23	151,87	408,78	109,56	9,41	
Обед													
Уха Ростовская (200/16)	216	5,94	4,04	11,82	102,33	0,14	24,51	0,02	29,58	93,50	30,33	1,13	23
Котлеты Особые	90	13,42	11,86	19,22	237,88	0,12	5,21	0,04	51,37	145,47	22,44	1,76	25
Капуста тушеная	150	3,76	4,21	11,47	101,21	0,07	85,43	0,00	94,67	66,47	33,80	1,29	49
Чай с сахаром	180	0,18	0,00	12,60	50,40	0,00	0,00	0,00	10,80	7,20	5,40	0,72	53
Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	ГП
Молоко в индивидуальной упаковке	200	5,80	5,00	9,60	108,00	0,08	2,60	0,04	240,00	180,00	28,00	0,20	ГП
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,05	0,00	0,00	9,00	29,25	6,30	0,50	ГП
Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	50,25	0,05	0,00	0,00	11,75	39,25	12,25	0,98	ГП
Итого	1006	34,62	26,20	106,60	802,82	0,53	127,75	0,10	463,17	572,14	147,52	8,77	
Норма соли на весь день	1,2 г.												
		Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe	
Итого за день		23,25	14,41	80,84	708,52	0,64	52,97	3,23	151,87	408,78	109,56	9,41	
Суточная потребность 25%		19,25	19,75	83,75	587,50	0,30	15,00	175,00	275,00	275,00	62,50	3,00	
Процент удовлетворения суточной потребности		120,78	72,96	96,53	120,60	214,67	353,13	1,85	55,23	148,65	175,30	313,67	
Итого за день (группа продленного дня)		57,87	40,61	187,44	1511,34	1,18	180,72	3,33	615,04	980,92	257,08	18,18	
Суточная потребность 60%		46,20	47,40	201,00	1410,00	0,72	36,00	420,00	660,00	660,00	150,00	7,20	
Процент удовлетворения суточной потребности		125,26	85,66	93,25	107,19	163,68	502,00	0,79	93,19	148,62	171,39	252,50	

Дети 7-11 лет													
Первая неделя													
Четверг													
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	10	11	12	13	14	15
Завтрак													
Салат «Прибой» из кукурузы с яйцом и кальмарами	100	15,37	9,38	3,65	160,68	0,14	3,14	0,06	51,71	223,54	66,49	1,51	12
Плов из говядины	150	13,74	9,73	27,76	346,48	0,09	5,04	0,03	30,91	101,56	44,13	2,00	27
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	0,00	0,00	28,62	115,20	0,00	18,00	0,00	46,80	73,80	27,00	2,88	59
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	6,00	19,50	4,20	0,33	ГП
Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	60,30	0,05	0,00	0,00	14,10	47,10	14,70	1,17	ГП
Кисломолочный продукт в индивидуальной упаковке	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,60	0,02	119,00	91,00	14,00	0,10	ГП
Итого	590	38,43	22,94	95,23	840,16	0,35	26,78	0,11	268,52	556,50	170,52	7,99	
Обед													
Суп картофельный с фрикадельками (200/16)	216	1,94	3,03	14,34	122,77	0,11	19,66	0,02	23,26	58,33	23,05	0,93	21
Рагу из овощей	150	3,23	9,59	10,97	227,83	0,16	68,04	0,02	46,78	34,94	33,48	1,15	48
Яйца вареные	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,00	0,10	22,00	77,00	5,00	1,00	5
Сыр (порциями)	13	1,91	2,43	0,00	29,95	0,01	0,07	0,03	72,39	41,14	2,89	0,09	6
Кисель из брусники	180	0,14	0,09	23,66	97,00	0,00	2,70	0,00	7,20	7,04	1,26	0,13	58
Ватрушка с творогом	100	5,71	4,37	33,63	196,70	0,08	0,44	0,03	53,49	75,01	11,45	0,67	61
Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	ГП
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,05	0,00	0,00	9,00	29,25	6,30	0,50	ГП
Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	50,25	0,05	0,00	0,00	11,75	39,25	12,25	0,98	ГП
Итого	869	23,55	25,20	124,79	940,25	0,51	100,91	0,20	261,87	372,96	104,68	7,64	
Норма соли на весь день	1,2 г.												
		Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe	
Итого за день		38,43	22,94	95,23	840,16	0,35	26,78	0,11	268,52	556,50	170,52	7,99	
Суточная потребность 25%		19,25	19,75	83,75	587,50	0,30	15,00	175,00	275,00	275,00	62,50	3,00	
Процент удовлетворения суточной потребности		199,64	116,15	113,71	143,01	115,67	178,53	0,06	97,64	202,36	272,83	266,33	
Итого за день (группа продленного дня)		61,98	48,14	220,02	1780,41	0,86	127,69	0,31	530,39	929,46	275,20	15,63	
Суточная потребность 60%		46,20	47,40	201,00	1410,00	0,72	36,00	420,00	660,00	660,00	150,00	7,20	
Процент удовлетворения суточной потребности		134,16	101,55	109,46	126,27	119,65	354,69	0,07	80,36	140,83	183,47	217,08	

Дети 7-11 лет													
Первая неделя													
Пятница													
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	10	11	12	13	14	15
Завтрак													
Кукуруза консервированная	100	2,20	0,40	11,20	58,00	0,02	4,80	0,00	42,00	41,00	13,00	0,36	10
Рыба, запеченная в молочном соусе	90	13,46	8,21	3,18	117,95	0,14	1,06	0,03	50,99	150,45	22,77	0,44	34
Картофель, запеченный дольками	150	3,50	5,19	19,29	144,16	0,21	34,45	0,00	23,35	101,58	40,06	1,60	46
Чай с сахаром	180	0,18	0,00	12,60	50,40	0,00	0,00	0,00	10,80	7,20	5,40	0,72	53
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,04	0,00	0,00	8,00	26,00	5,60	0,44	ГП
Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	60,30	0,05	0,00	0,00	14,10	47,10	14,70	1,17	ГП
Итого	500	24,42	14,51	77,89	524,81	0,47	40,31	0,03	149,24	373,33	101,53	4,73	
Обед													
Рассольник Ленинградский с мясом	250	5,30	6,06	15,85	114,67	0,12	17,17	0,02	23,98	41,70	28,39	1,33	15
Печень говяжья по-строгановски	90	10,92	11,80	1,08	158,40	0,16	10,48	8,63	24,53	139,44	12,04	4,10	32
Картофельное пюре	150	3,25	5,42	21,94	233,33	0,17	25,79	0,03	45,61	96,90	32,74	1,22	44
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,20	0,20	22,80	100,00	0,00	20,00	0,00	52,00	82,00	30,00	3,20	59
Кисломолочный продукт в индивидуальной упаковке	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,60	0,02	119,00	91,00	14,00	0,10	ГП
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,05	0,00	0,00	9,00	29,25	6,30	0,50	ГП
Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	50,25	0,05	0,00	0,00	11,75	39,25	12,25	0,98	ГП
Итого	860	29,79	27,37	102,26	849,40	0,57	74,04	8,70	285,87	519,54	135,72	11,42	
Норма соли на весь день	1,2 г.												
		Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe	
Итого за день		24,42	14,51	77,89	524,81	0,47	40,31	0,03	149,24	373,33	101,53	4,73	
Суточная потребность 25%		19,25	19,75	83,75	587,50	0,30	15,00	175,00	275,00	275,00	62,50	3,00	
Процент удовлетворения суточной потребности		126,86	73,47	93,00	89,33	156,00	268,73	0,02	54,27	135,76	162,45	157,67	
Итого за день (группа продленного дня)		54,21	41,88	180,15	1374,21	1,04	114,35	8,73	435,11	892,87	237,25	16,15	
Суточная потребность 60%		46,20	47,40	201,00	1410,00	0,72	36,00	420,00	660,00	660,00	150,00	7,20	
Процент удовлетворения суточной потребности		117,34	88,34	89,63	97,46	144,79	317,64	2,08	65,93	135,28	158,17	224,31	

Дети 7-11 лет													
Вторая неделя													
Понедельник													
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	10	11	12	13	14	15
Завтрак													
Каша пшеничная молочная жидкая	200	8,99	8,75	43,60	160,01	0,25	1,43	0,05	150,03	217,90	57,08	1,51	2
Сыр (порциями)	13	1,91	2,43	0,00	29,95	0,01	0,07	0,03	72,39	41,14	2,89	0,09	6
Масло сливочное (порциями)	7	0,06	5,08	0,09	46,27	0,00	0,00	0,03	1,68	2,10	0,00	0,01	7
Вафли, печенье, пряники	35	1,37	10,71	21,88	189,70	0,02	0,00	0,02	2,80	14,70	2,10	0,21	ГП
Компот из яблок с лимоном	200	0,26	0,21	25,07	105,68	0,02	7,80	0,00	11,40	7,04	5,34	1,20	57
Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	ГП
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,04	0,00	0,00	8,00	26,00	5,60	0,44	ГП
Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	60,30	0,05	0,00	0,00	14,10	47,10	14,70	1,17	ГП
Итого	625	18,06	28,29	132,06	732,91	0,43	19,30	0,13	276,40	366,98	96,71	6,83	
Обед													
Суп рисовый с мясом	250	7,17	6,29	24,25	131,28	0,14	20,75	0,02	35,24	49,19	42,02	1,68	16
Бефстроганов из говядины	90	10,35	13,68	2,83	171,90	0,08	4,46	0,03	33,71	115,25	24,87	2,50	29
Макаронные изделия отварные (рожки)	150	6,43	4,38	30,96	183,15	0,10	0,00	0,02	21,43	53,83	9,84	1,02	40
Какао с молоком	200	6,19	5,10	29,01	168,56	0,08	2,34	0,04	221,72	188,20	42,20	1,12	50
Кисломолочный продукт в индивидуальной упаковке	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,60	0,02	119,00	91,00	14,00	0,10	ГП
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,05	0,00	0,00	9,00	29,25	6,30	0,50	ГП
Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	50,25	0,05	0,00	0,00	11,75	39,25	12,25	0,98	ГП
Итого	860	40,26	33,34	127,64	897,89	0,52	28,15	0,13	451,85	565,97	151,48	7,89	
Норма соли на весь день	1,2 г.												
		Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe	
Итого за день		18,06	28,29	132,06	732,91	0,43	19,30	0,13	276,40	366,98	96,71	6,83	
Суточная потребность 25%		19,25	19,75	83,75	587,50	0,30	15,00	175,00	275,00	275,00	62,50	3,00	
Процент удовлетворения суточной потребности		93,82	143,22	157,68	124,75	142,07	128,67	0,07	100,51	133,45	154,74	227,80	
Итого за день (группа продленного дня)		58,32	61,62	259,70	1630,80	0,95	47,45	0,26	728,25	932,95	248,19	14,72	
Суточная потребность 60%		46,20	47,40	201,00	1410,00	0,72	36,00	420,00	660,00	660,00	150,00	7,20	
Процент удовлетворения суточной потребности		126,24	130,00	129,20	115,66	132,04	131,81	0,06	110,34	141,36	165,46	204,50	

Дети 7-11 лет													
Вторая неделя													
Вторник													
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	10	11	12	13	14	15
Завтрак													
Овощи натуральные соленые	100	0,80	0,10	1,70	13,00	0,02	5,00	0,00	23,00	24,00	14,00	0,60	11
Жаркое по-домашнему	150	12,92	7,89	9,65	223,33	0,15	20,95	0,02	28,21	93,24	34,01	2,27	28
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	0,00	0,00	28,62	115,20	0,00	18,00	0,00	46,80	73,80	27,00	2,88	59
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	6,00	19,50	4,20	0,33	ГП
Хлеб ржаной	60	4,56	0,48	29,52	141,00	0,07	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	0,66	ГП
Кисломолочный продукт в индивидуальной упаковке	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,60	0,02	119,00	91,00	14,00	0,10	ГП
Итого	620	25,56	11,91	92,75	650,03	0,30	44,55	0,04	235,01	340,54	101,61	6,84	
Обед													
Солянка Мясная	250	4,47	7,79	10,40	131,06	0,13	19,47	0,02	32,67	73,80	21,71	1,16	20
Плов из птицы	150	13,01	13,99	32,40	257,96	0,10	4,78	0,03	20,72	157,02	35,32	1,27	36
Чай с молоком	180	2,53	2,88	26,69	103,10	0,04	1,18	0,03	108,95	81,47	12,85	0,16	52
Ватрушка с творогом	100	5,71	4,37	33,63	196,70	0,08	0,44	0,03	53,49	75,01	11,45	0,67	61
Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	ГП
Молоко в индивидуальной упаковке	200	5,80	5,00	9,60	108,00	0,08	2,60	0,04	240,00	180,00	28,00	0,20	ГП
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,05	0,00	0,00	9,00	29,25	6,30	0,50	ГП
Итого	1025	35,34	34,79	144,66	949,57	0,51	38,47	0,15	480,83	607,55	124,63	6,16	
Норма соли на весь день	1,2 г.												
		Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe	
Итого за день		25,56	11,91	92,75	650,03	0,30	44,55	0,04	235,01	340,54	101,61	6,84	
Суточная потребность 25%		19,25	19,75	83,75	587,50	0,30	15,00	175,00	275,00	275,00	62,50	3,00	
Процент удовлетворения суточной потребности		132,78	60,30	110,75	110,64	99,67	297,00	0,02	85,46	123,83	162,58	228,00	
Итого за день (группа продленного дня)		60,90	46,70	237,41	1599,60	0,81	83,02	0,19	715,84	948,09	226,24	13,00	
Суточная потребность 60%		46,20	47,40	201,00	1410,00	0,72	36,00	420,00	660,00	660,00	150,00	7,20	
Процент удовлетворения суточной потребности		131,82	98,52	118,11	113,45	112,29	230,61	0,05	108,46	143,65	150,83	180,49	

Дети 7-11 лет													
Вторая неделя													
Среда													
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	10	11	12	13	14	15
Завтрак													
Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,40	0,01	4,20	0,00	24,60	22,20	9,00	0,42	8
Капуста тушеная с курицей	150	7,94	14,99	9,43	181,38	0,23	69,44	0,00	83,15	110,96	35,99	1,66	38
Компот из яблок с лимоном	200	0,26	0,21	25,07	105,68	0,02	7,80	0,00	11,40	7,04	5,34	1,20	57
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,06	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	0,55	ГП
Кисломолочный продукт в индивидуальной упаковке	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,60	0,02	119,00	91,00	14,00	0,10	ГП
Итого	560	18,14	24,14	72,22	562,96	0,35	82,04	0,02	248,15	263,70	71,33	3,93	
Обед													
Суп картофельный с рыбными консервами	250	4,18	4,86	17,97	146,08	0,12	19,18	0,03	70,58	123,42	39,30	1,17	24
Печень говяжья по-строгановски	90	10,92	11,80	1,08	158,40	0,16	10,48	8,63	24,53	139,44	12,04	4,10	32
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,62	7,32	38,92	155,71	0,29	0,00	0,03	15,28	138,10	202,64	4,57	41
Яйца вареные	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,00	0,10	22,00	77,00	5,00	1,00	5
Сыр (порциями)	13	1,91	2,43	0,00	29,95	0,01	0,07	0,03	72,39	41,14	2,89	0,09	6
Кисель из брусники	180	0,14	0,09	23,66	97,00	0,00	2,70	0,00	7,20	7,04	1,26	0,13	58
Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	ГП
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,05	0,00	0,00	9,00	29,25	6,30	0,50	ГП
Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	50,25	0,05	0,00	0,00	11,75	39,25	12,25	0,98	ГП
Итого	893	36,39	32,19	123,82	853,14	0,73	42,43	8,82	248,73	605,64	290,68	14,73	
Норма соли на весь день	1,2 г.												
		Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe	
Итого за день		18,14	24,14	72,22	562,96	0,35	82,04	0,02	248,15	263,70	71,33	3,93	
Суточная потребность 25%		19,25	19,75	83,75	587,50	0,30	15,00	175,00	275,00	275,00	62,50	3,00	
Процент удовлетворения суточной потребности		94,23	122,23	86,23	95,82	115,00	546,93	0,01	90,24	95,89	114,13	131,00	
Итого за день (группа продленного дня)		54,53	56,33	196,04	1416,10	1,08	124,47	8,84	496,88	869,34	362,01	18,66	
Суточная потребность 60%		46,20	47,40	201,00	1410,00	0,72	36,00	420,00	660,00	660,00	150,00	7,20	
Процент удовлетворения суточной потребности		118,03	118,83	97,53	100,43	149,93	345,75	2,10	75,28	131,72	241,34	259,17	

Дети 7-11 лет													
Вторая неделя													
Четверг													
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	10	11	12	13	14	15
Завтрак													
Тeftели мясные с рисом	100	9,97	12,43	5,50	127,01	0,22	12,60	0,02	41,48	157,58	23,28	1,89	26
Соус томатный с овощами	50	0,73	2,58	4,45	44,50	0,02	4,38	0,02	7,50	11,50	5,47	0,27	39
Макаронные изделия отварные	150	6,43	4,38	30,96	183,15	0,10	0,00	0,02	21,43	53,83	9,84	1,02	40
Компот из кураги	180	1,80	0,94	22,51	131,54	0,02	0,72	0,00	29,48	26,28	18,90	0,65	54
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,04	0,00	0,00	8,00	26,00	5,60	0,44	ГП
Итого	520	21,97	20,65	83,10	580,20	0,40	17,70	0,06	107,89	275,19	63,09	4,27	
Обед													
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом	250	2,10	6,74	9,83	122,86	0,08	37,10	0,03	59,12	88,39	27,49	1,28	19
Говядина, тушенная с черносливом	90	14,48	19,78	6,02	161,69	0,06	4,55	0,02	21,39	154,94	25,25	2,08	30
Картофельное пюре	150	3,25	5,42	21,94	233,33	0,17	25,79	0,03	45,61	96,90	32,74	1,22	44
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,20	0,20	22,80	100,00	0,00	20,00	0,00	52,00	82,00	30,00	3,20	59
Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	ГП
Кисломолочный продукт в индивидуальной упаковке	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,60	0,02	119,00	91,00	14,00	0,10	ГП
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,05	0,00	0,00	9,00	29,25	6,30	0,50	ГП
Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	50,25	0,05	0,00	0,00	11,75	39,25	12,25	0,98	ГП
Итого	960	28,45	36,43	110,98	907,88	0,46	98,04	0,10	333,87	592,73	157,03	11,55	
Норма соли на весь день	1,2 г.												
		Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe	
Итого за день		21,97	20,65	83,10	580,20	0,40	17,70	0,06	107,89	275,19	63,09	4,27	
Суточная потребность 25%		19,25	19,75	83,75	587,50	0,30	15,00	175,00	275,00	275,00	62,50	3,00	
Процент удовлетворения суточной потребности		114,13	104,56	99,22	98,76	134,67	118,00	0,03	39,23	100,07	100,94	142,33	
Итого за день (группа продленного дня)		50,42	57,08	194,08	1488,08	0,87	115,74	0,16	441,76	867,92	220,12	15,82	
Суточная потребность 60%		46,20	47,40	201,00	1410,00	0,72	36,00	420,00	660,00	660,00	150,00	7,20	
Процент удовлетворения суточной потребности		109,13	120,41	96,56	105,54	120,63	321,50	0,04	66,93	131,50	146,75	219,72	

Дети 7-11 лет													
Вторая неделя													
Пятница													
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	10	11	12	13	14	15
Завтрак													
Каша Боярская	150	5,99	6,46	27,44	208,69	0,15	1,20	0,04	122,61	146,75	35,03	0,89	3
Кофейный напиток с молоком	200	5,00	4,70	34,86	185,80	0,10	2,34	0,04	221,24	208,40	44,72	0,60	51
Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	ГП
Ватрушка с повидлом	50	3,03	2,26	35,77	192,50	0,04	0,13	0,02	11,21	29,16	5,96	0,71	62
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	6,00	19,50	4,20	0,33	ГП
Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	60,30	0,05	0,00	0,00	14,10	47,10	14,70	1,17	ГП
Итого	560	18,74	14,45	134,57	764,79	0,41	13,67	0,10	391,16	461,91	113,61	5,90	
Обед													
Суп из овощей с фасолью	250	7,71	4,66	14,18	122,21	0,24	22,79	0,00	64,75	160,54	48,35	2,07	17
Куриное филе в сметанном соусе	90	15,11	20,53	2,82	147,17	0,09	7,64	0,05	40,46	142,05	17,94	1,22	37
Каша перловая рассыпчатая с овощами	150	4,70	6,54	32,42	227,73	0,08	5,45	0,00	37,05	103,77	24,24	1,08	43
Компот Витаминный	180	3,91	1,06	22,37	139,14	0,03	90,72	0,00	34,74	27,81	20,43	0,90	55
Яйца вареные	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,00	0,10	22,00	77,00	5,00	1,00	5
Сыр (порциями)	13	1,91	2,43	0,00	29,95	0,01	0,07	0,03	72,39	41,14	2,89	0,09	6
Кисломолочный продукт в индивидуальной упаковке	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,60	0,02	119,00	91,00	14,00	0,10	ГП
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,05	0,00	0,00	9,00	29,25	6,30	0,50	ГП
Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	50,25	0,05	0,00	0,00	11,75	39,25	12,25	0,98	ГП
Итого	893	48,56	43,71	112,68	972,20	0,60	127,27	0,20	411,14	711,81	151,40	7,93	
Норма соли на весь день	1,2 г.												
		Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe	
Итого за день		18,74	14,45	134,57	764,79	0,41	13,67	0,10	391,16	461,91	113,61	5,90	
Суточная потребность 25%		19,25	19,75	83,75	587,50	0,30	15,00	175,00	275,00	275,00	62,50	3,00	
Процент удовлетворения суточной потребности		97,36	73,15	160,68	130,18	135,67	91,13	0,06	142,24	167,97	181,78	196,50	
Итого за день (группа продленного дня)		67,30	58,15	247,25	1736,99	1,01	140,94	0,30	802,30	1173,72	265,01	13,83	
Суточная потребность 60%		46,20	47,40	201,00	1410,00	0,72	36,00	420,00	660,00	660,00	150,00	7,20	
Процент удовлетворения суточной потребности		145,68	122,68	123,01	123,19	140,49	391,50	0,07	121,56	177,84	176,68	192,01	

Средние показатели пищевых веществ, энергетической ценности, витаминов и минеральных веществ (7-11 лет)

	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe
Итого за 10 дней	240,05	191,24	943,87	6528,23	4,30	336,07	4,16	2731,29	4053,75	1010,76	60,31
Среднее значение	24,01	19,12	94,39	652,82	0,43	33,61	0,42	273,13	405,38	101,08	6,03
Соотношение Б:Ж:У	1,0	0,8	4,0								
Суточная потребность 25%	19,25	19,75	83,75	587,50	0,30	15,00	0,18	275,00	275,00	62,50	3,00
Процент удовлетворения суточной	124,70	96,83	112,70	111,12	143,17	224,05	237,51	99,32	147,41	161,72	201,03
Итого за 10 дней (группа продленного дня)	599,78	510,03	2161,07	15598,55	10,00	1087,79	22,85	6387,62	9845,93	2603,24	153,40
Среднее значение	59,98	51,00	216,11	1559,86	1,00	108,78	2,28	638,76	984,59	260,32	15,34
Соотношение Б:Ж:У	1,0	0,9	4,0								
Суточная потребность 60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	0,72	36,00	0,42	660,00	660,00	150,00	7,20
Процент удовлетворения суточной потребности	129,82	107,60	107,52	110,63	138,93	302,16	543,99	96,78	149,18	173,55	213,06

Дни	завтрак	обед	Σ
	25%	35%	
1	21,8	38,2	60,0
2	23,9	36,1	60,0
3	28,1	31,9	60,0
4	28,3	31,7	60,0
5	22,9	37,1	60,0
Итого за 1-ю неделю	125,0	175,0	300,0
<i>Ср.знач.за 1-ю неделю</i>	25,0	35,0	60,0
6	27,0	33,0	60,0
7	24,4	35,6	60,0
8	23,9	36,1	60,0
9	23,4	36,6	60,0
10	26,4	33,6	60,0
Итого за 2-ю неделю	125,0	175,0	300,0
<i>Ср.знач.за 2-ю неделю</i>	25,0	35,0	60,0
Итого за цикл	250,0	350,0	600,0
Ср. знач. за цикл	25,0	35,0	60,0