



Дети 6-10 лет

День 1

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные в-ва (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
<b>Завтрак</b>																
26	Каша рисовая на молоке с маслом сливочным	250/6	5,750	7,390	41,390	258,000	0,07	1,91	0,16	0,07	178,40	178,00	35,56	0,43		
51	Масло сливочное	10	0,080	7,160	0,120	65,100	0	0	0,05	0,02	1,2	1,5	0	0		
70	Сыр (порциями)	10	4,093	4,600	0,507	60,000	0,003	0,09	0	0,02	105	105	4,95	0,12		
57	Чай с сахаром с лимоном	200/15/7	0,230	0,050	13,700	56,000	0,03	0,97	0	0,02	90,37	67,56	10,53	0,08		
ТП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0,00	1,27	0,00	18,15	128,70	36,30	2,42		
ТП	Фрукт	135	0,264	0,547	12,918	62,047	0,08	1,4	0	0,04	240	180	28	0,2		
	Итого		12,318	19,947	80,934	559,847	0,32	4,37	1,48	0,17	633,12	660,76	115,34	3,25		
<b>Обед</b>																
ТП	Огурцы соленые	30	0,554	2,001	2,397	29,016	0,02	6,66	2,72	0,00	15,21	27,01	11,66	0,47		
5	Суп картофельный с горохом с мясом	200/11	8,778	3,280	22,021	148,073	0,2	5,87	0,22	0	31,11	89,65	36,24	2,04		
45	Бефстроганов из филе птицы	40/40	7,326	15,894	4,626	191,700	0,04	4,87	1,49	0,00	5,68	116,47	32,25	1,35		
16	Макаронные изделия отварные	150	5,420	4,370	24,191	167,000	0,05	2,92	0,56	0	13,62	46,82	22,79	0,83		
35	Напиток ягодный	200	1,922	0,111	38,833	165,556	0,02	4	0,2	0	14	14	8	2,8		
ТП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0,00	1,27	0,00	18,15	128,70	36,30	2,42		
ТП	Хлеб ржаной	25	1,650	0,300	8,350	43,500	0,063	0	0	0,49	12,6	64,4	14	2,03		
	Итого		27,550	26,156	112,718	803,545	0,533	24,32	6,46	0,49	110,37	487,05	161,24	11,94		
<b>Полдник</b>																
ТП	Фрукт	135	0,26	0,55	12,92	62,05	0,08	1,00	0,00	0,06	240,00	180,00	28,00	0,12		
ТП	Булочка	80	4,669	5,676	28,229	195,319	0,21	0	3,16	0,009	26,1	81	18	1,89		
ТП	Йогурт	145	4,10	1,50	5,90	57,00	0,08	1,40	0,00	0,04	240,00	180,00	28,00	0,20		
	Итого		9,033	7,723	47,047	314,366	0,37	2,40	3,16	0,11	506,10	441,00	74,00	2,21		
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Мг</b>	<b>Fe</b>		
	<b>Итого за день</b>		48,90	53,83	240,70	1677,76	1,23	31,09	11,10	0,77	1249,59	1588,81	350,58	17,40		
	<b>Суточная потребность</b>		46,00	47,00	185,00	1410,00	0,72	36,00	6,00	0,42	660,00	990,00	150,00	7,20		
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		106,31	114,52	130,11	118,99	170,28	86,36	185,00	183,10	189,33	160,49	233,72	241,67		

Дети 6-10 лет

День 2

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные в-ва (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
<b>Завтрак</b>																
18	Омлет	150	14,132	20,986	2,831	255,208	0,09	0,58	0,77	0,01	121,45	272,65	20,75	3,04		
ПП	Сыр плавленый	шт	6,140	6,900	0,760	90,000	0,003	0,09	0	0,02	105	105	4,95	0,12		
ПП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42		
2	Какао с молоком	200	6,010	6,360	19,850	160,000	0,07	2,34	0,01	0,05	221,45	188,2	42,2	1,02		
	Итого		28,182	34,446	35,741	563,908	0,30	3,01	2,05	0,08	466,05	694,55	104,20	6,60		
<b>Обед</b>																
ПП	Зелёный горошек	25	0,644	0,042	1,351	8,311	0,02	1,96	1,21	0,00	26,90	61,12	7,39	0,65		
55	Суп крестьянский с мясом со сметаной	200/10/10	5,710	4,667	18,015	130,050	0,05	10,02	0,19	0,00	28,91	54,45	21,14	0,67		
29	Плов с говядиной	37/150	7,630	11,333	2,725	143,476	0,02	0,80	3,48	0,00	22,17	98,25	12,72	1,32		
35	Чай с сахаром с лимоном	200/15/7	1,922	0,111	38,833	165,556	0	0	0	0	0,85	0,92	0,49	0,13		
ПП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42		
ПП	Хлеб ржаной	25	1,650	0,300	8,350	43,500	0,063	0	0	0,49	12,6	64,4	14	2,03		
	Итого		18,812	16,612	80,223	541,282	0,27	10,82	4,94	0,49	82,68	346,72	84,65	6,57		
<b>Полдник</b>																
25	Чай с молоком	150/50/15	1,000	0,200	20,200	75,000	0,02	4	0,2	0	14	14	8	2,8		
32	Горячий бутерброд с сыром и маслом сливочным	30/15/15	2,64	7,51	16,70	144,92	0,04	0,07	0,48	0,01	98,04	92,5	9,86	0,8		
ПП	Фрукт	135	0,26	0,55	12,92	62,05	0,04	17	0,34	0	27,2	18,7	15,3	3,74		
	Итого		3,906	8,254	49,817	281,971	0,1	21,07	1,02	0,01	139,24	125,2	33,16	7,34		
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Мг</b>	<b>Fe</b>		
	Итого за день		50,90	59,31	165,78	1387,16	0,68	34,90	8,01	0,58	687,97	1166,47	222,01	20,51		
	Суточная потребность		46,00	47,00	185,00	1410,00	0,72	36,00	6,00	0,42	660,00	990,00	150,00	7,20		
	Процент удовлетворения суточной потребности		110,65	126,20	89,61	98,38	93,89	96,94	133,50	138,10	104,24	117,83	148,01	284,86		

Дети 6-10 лет

День 3

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)											Минеральные в-ва (мг)								
			Б	Ж	У	6	7	8		В1	С	Е	А	11	12	Са	Р	Мг	Мг	Fe									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15															
															Завтрак														
27	Дюго	50	0,871	3,419	5,596	39,184	0,01	5,76	1,26	0,00	19,20	18,00	7,80	0,48															
12	Виточки куриные	70	6,237	7,518	6,272	117,600	0,04	1,81	2,69	0,00	9,01	73,38	13,68	0,63															
16	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/10	5,420	4,370	24,191	167,000	0,05	2,92	0,56	0	13,62	46,82	22,79	0,83															
57	Чай с сахаром	200/15	0,23	0,05	13,70	56,00	0	0	0	0	0,85	0,92	0,49	0,13															
ТП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,043	0	0	0,336	8,64	44,16	9,6	1,39															
	Итого		14,658	15,557	62,059	438,484	0,14	10,49	4,51	0,34	51,32	183,28	54,36	3,46															
															Обед														
58	Икра из кабачков промышленного производства	50	2,500	3,514	2,580	52,000	0,04	3,26	2,02	0,00	44,84	101,87	12,31	1,08															
22	Борщ из свежей капусты с картошкой с мясом со сметаной	200/10/10	6,287	8,693	11,295	161,845	0,04	5,97	0,21	0,00	29,88	49,50	22,63	1,05															
23	Рыба тушёная с овощами	55/55	10,557	5,464	4,818	111,193	0,09	0,36	2,23	0,02	80,25	181,14	37,40	0,73															
52	Картофельное пюре	150	4,574	7,833	36,198	267,521	0,02	2,32	0,26	0,00	3,84	51,98	20,77	0,57															
25	Компот из чернославя	200	1,922	0,111	38,833	165,556	0,02	4,00	0,20	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80															
ТП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0,00	1,27	0,00	18,15	128,70	36,30	2,42															
ТП	Хлеб ржаной	25	1,650	0,300	8,350	43,500	0,063	0	0	0,49	12,6	64,4	14	2,03															
	Итого		29,390	26,115	114,374	860,315	0,41	15,91	6,19	0,51	203,56	591,59	151,41	10,68															
															Полдник														
35	Чай с сахаром с лимоном	200/15/7	0,23	0,05	13,70	56,000	0,030	0,970	0,000	0,020	90,370	67,560	10,530	0,080															
ТП	Сыр плавленый	шт(17,5)	6,14	6,90	0,76	90,000	0,08	1,40	0,00	0,04	240,00	180,00	28,00	0,20															
32	Бутерброд с маслом	25/21	2,66	7,56	16,81	145,912	0,04	0,07	0,48	0,01	98,04	92,50	9,86	0,80															
ТП	Фрукт	135	0,26	0,55	12,92	62,047	0,003	0,090	0,000	0,02	105,00	105,000	4,950	0,120															
	Итого		9,294	15,055	44,191	353,959	0,153	2,53	0,48	0,09	533,41	445,06	53,34	1,2															
	Итого за день		53,34	56,73	220,62	1652,76	0,71	28,93	11,18	0,94	788,29	1219,93	259,11	15,34															
	Суточная потребность		46,00	47,00	185,00	1410,00	0,72	36,00	6,00	0,42	660,00	990,00	150,00	7,20															
	Процент удовлетворения суточной потребности		115,96	120,70	119,26	117,22	98,5	80,36	186,33	222,86	119,44	123,23	172,74	213,06															

Дети 6-10 лет

День 5

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные в-ва (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Fe				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
<b>Завтрак</b>																		
58	Каша ячневая на молоке с маслом сливочным	200/3	5,919	7,607	42,607	265,588	0,07	1,91	0,16	0,07	178,40	178,00	35,56	0,43				
51	Сыр	10	0,080	7,160	0,120	65,100	0	0	0,05	0,02	1,2	1,5	0	0				
ГП	Фрукт	135	0,26	0,55	12,92	62,05	0,04	17	0,34	0	27,2	18,7	15,3	0,67				
ГП	Йогурт	200	4,10	1,50	5,90	57,00	0,08	1,40	0,00	0,04	240,00	180,00	28,00	0,20				
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0,00	1,27	0,00	18,15	128,70	36,30	2,42				
	Итого		12,264	17,014	73,845	508,435	0,33	20,31	1,82	0,13	464,95	506,90	115,16	3,72				
<b>Обед</b>																		
ГП	Лечо	50	1,240	0,080	2,600	16,000	0,02	1,96	1,21	0,00	26,90	61,12	7,39	0,65				
28	Рассольник Ленинградский с мясом со сметаной	250/13/10	5,517	5,305	13,635	125,091	0,10	7,78	0,23	0,00	24,06	78,90	26,94	1,02				
62	Рагу из птицы с овощами	200	6,237	7,518	6,272	117,600	0,05	0,00	0,49	0,00	11,63	66,61	12,01	1,06				
17	Компот из сухофруктов	200	1,922	0,111	38,833	165,556	0,00	0,46	0,09	0,00	51,39	17,71	6,90	1,41				
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42				
ГП	Хлеб ржаной	25	1,650	0,300	8,350	43,500	0,063	0	0	0,49	12,6	64,4	14	2,03				
	Итого		18,466	13,514	81,990	526,447	0,06	0,00	0,00	0,49	12,60	64,40	14,00	2,03				
<b>Полдник</b>																		
17	Компот из сухофруктов	200	1,922	0,111	38,833	165,556	0,00	0,46	0,09	0,00	51,39	17,71	6,90	1,41				
ГП	Булочка	80	6,003	7,298	36,295	251,125	0,21	0	3,16	0,009	26,1	81	18	1,89				
ГП	Фрукт	135	0,26	0,55	12,92	62,05	0,04	17	0,34	0	27,2	18,7	15,3	0,67				
ГП	Конфета	1шт(15)	1,280	3,360	13,700	90,000	0,21	0	3,16	0,009	26,1	81	18	1,89				
	Итого		9,469	11,315	101,746	568,728	0,04	0,07	0,48	0,01	98,04	92,5	9,86	0,8				
			Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Fe				
	Итого за день		40,20	41,84	257,58	1603,61	0,43	20,38	2,30	0,63	575,59	663,80	139,02	6,55				
	Суточная потребность		46,00	47,00	185,00	1410,00	0,72	36,00	6,00	0,42	660,00	990,00	150,00	7,20				
	Процент удовлетворения суточной потребности		87,39	89,03	139,23	113,73	60,14	56,61	38,33	150,00	87,21	67,05	92,68	90,97				

Дети 6-10 лет

День 4

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энл (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные в-ва (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
<b>Завтрак</b>																
31	Залепокка из творога с молоком стуженным	125/15	20,845	16,319	38,237	393,721	0,07	0,34	0,57	0,02	190,52	246,55	27,99	0,82		
2	Кофейный напиток с молоком	200	1,430	1,127	15,089	75,400	0,07	2,34	0,01	0,05	221,45	188,2	42,2	1,02		
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42		
	Итого		24,175	17,646	65,626	527,821	0,280	2,680	1,850	0,070	430,120	563,450	106,490	4,260		
<b>Обед</b>																
10	Винегрет овощной	35	0,461	1,738	1,727	42,000	0,02	6,66	2,72	0,00	15,21	27,01	11,66	0,47		
40	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом	200/12	6,565	5,099	23,424	158,529	0,11	8,25	0,29	0,00	16,36	64,90	24,09	0,99		
67	Шницель из говядины	60	6,488	9,764	8,262	146,820	0,08	0,25	2,54	0,00	30,25	119,51	21,64	1,02		
7	Капша гречневая с маслом сливочным	150/10	3,134	4,650	14,517	137,501	0,08	12,05	0,09	0,02	25,95	58,35	18,61	0,67		
35	Напиток ягодный	200	1,922	0,111	38,833	165,556	0,00	0,46	0,09	0,00	51,39	17,71	6,90	1,41		
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42		
ГП	Хлеб ржаной	25	1,650	0,300	8,350	43,500	0,063	0,00	0,00	0,49	12,60	64,40	14,00	2,03		
	Итого		22,119	21,863	107,413	752,606	0,49	27,67	7,00	0,51	169,91	480,58	133,20	9,01		
<b>Полдник</b>																
25	Молоко	200	1,000	0,200	20,200	75,000	0,02	4,00	0,20	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80		
38	Дайчо отварное	шт	2,280	0,240	14,760	70,440	0,03	0	0,2	0,1	22	77	5	1		
32	Бутерброд с маслом	25/17	2,96	8,41	18,71	162,41	0,08	1,40	0,00	0,04	240,00	180,00	28,00	0,20		
ГП	Печенье	1 шт(10)	1,280	3,360	13,700	90,000	0,21	0	3,16	0,009	26,1	81	18	1,89		
ГП	Конфета	1шт(15)	1,121	0,893	14,250	69,540	0,14	0,00	1,27	0,00	18,15	128,70	36,30	2,42		
	Итого		8,641	13,106	81,624	467,386	0,48	5,4	4,83	0,149	320,25	480,7	95,3	8,31		
	Итого за день		54,94	52,61	254,66	1747,81	1,25	35,75	13,68	0,73	920,28	1524,73	334,99	21,58		
	Суточная потребность		46,00	47,00	185,00	1410,00	0,72	36,00	6,00	0,42	660,00	990,00	150,00	7,20		
	Процент удовлетворения суточной потребности		119,43	111,95	137,66	123,96	174,03	99,31	228,00	173,57	139,44	154,01	223,33	299,72		

Дети 6-10 лет

День 6

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные в-ва (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		

Завтрак

6	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	250/7	8,220	8,590	41,610	280,000	0,03	0,00	0,30	0,00	12,77	102,32	12,57	0,58
51	Масло сливочное	10	0,080	7,160	0,120	65,100	0	0	0,05	0,02	1,2	1,5	0	0
70	Сыр (порциями)	15	4,093	4,600	0,507	60,000	0,003	0,090	0,000	0,020	105,000	105,000	4,950	0,120
20	Чай с сахаром	200/15	2,100	2,400	14,500	87,000	0,030	0,970	0,000	0,020	90,370	67,560	10,530	0,080
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42
ГП	Фрукт	135	0,264	0,547	12,918	62,047	0,04	17	0,34	0	27,2	18,7	15,3	3,74
	Итого		16,658	23,497	81,954	612,847	0,24	18,06	1,96	0,06	254,69	423,78	79,65	6,94

Обед

ГП	Кукуруза консервированная	31	0,644	0,042	1,351	8,311	0,02	1,96	1,21	0,00	26,90	61,12	7,39	0,65
33	Суп картофельный с крупной и рыбной консервой	200	3,723	4,392	15,585	109,231	0,05	18,65	0,20	0,00	39,42	51,56	22,63	0,81
45	Бефстроганов из филе птицы	40/40	8,242	17,881	5,204	215,663	0,04	4,87	1,49	0,00	5,68	116,47	32,25	1,35
16	Макаронные изделия отварные	150	5,420	4,370	24,191	167,000	0,04	0,00	0,31	0,03	9,32	133,66	89,30	2,99
4	Напиток из шиповника	200	1,922	0,111	38,833	165,556	0,00	0,46	0,09	0,00	51,39	17,71	6,90	1,41
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42
ГП	Хлеб ржаной	25	1,650	0,300	8,350	43,500	0,063	0	0	0,49	12,6	64,4	14	2,03
	Итого		23,501	27,295	105,814	767,961	0,35	25,94	4,57	0,52	163,46	573,62	208,77	11,66

Полдник

ГП	Йогурт	200	4,10	1,50	5,90	57,00	0,08	1,40	0,00	0,04	240,00	180,00	28,00	0,20
ГП	Фрукт	135	0,264	0,547	12,918	62,047	0,04	17	0,34	0	27,2	18,7	15,3	1,89
20	Чай с сахаром	200/15	2,100	2,400	14,500	87,000	0,030	0,970	0,000	0,020	90,370	67,560	10,530	0,080
ГП	Булочка	80	4,669	5,676	28,229	195,319	0,21	0	3,16	0,009	26,1	81	18	1,89
	Итого		11,133	10,123	61,547	401,366	0,360	19,370	3,500	0,069	383,670	347,260	71,830	4,060
	Итого за день		51,29	60,91	249,32	1782,17	0,96	63,37	10,03	0,65	801,82	1344,66	360,25	22,66
	Суточная потребность		46,00	47,00	185,00	1410,00	0,72	36,00	6,00	0,42	660,00	990,00	150,00	7,20
	Процент удовлетворения суточной потребности		111,50	129,61	134,77	126,40	132,78	176,03	167,17	154,52	121,49	135,82	240,17	314,72

Дети 6-10 лет

День 7

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)										Минеральные в-ва (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Fe	В1	С	Е	А	Са	Р	Мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15							
<b>Завтрак</b>																					
18	Омлет	140	14,132	20,986	2,831	255,208	0,09	0,58	0,77	0,01	121,45	272,65	20,75	3,04							
ПП	Сыр плавленый	шт	6,140	6,900	0,760	90,000	0,003	0,09	0	0,02	105	105	4,95	0,12							
ПП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42							
ПП	Йогурт	200	4,10	1,50	5,90	57,00	0,08	1,40	0,00	0,04	240,00	180,00	28,00	0,20							
	Итого		26,272	29,586	21,791	460,908	0,31	2,07	2,04	0,07	484,60	686,35	90,00	5,78							
<b>Обед</b>																					
19	Салат из свежих овощей с сыром и чесноком	40	0,644	0,042	1,351	8,311	0,02	1,96	1,21	0,00	26,90	61,12	7,39	0,65							
5	Суп картофельный с горохом с мясом	200/10	8,778	3,280	22,021	148,073	0,13	10,39	0,22	0,01	21,78	110,20	33,56	1,34							
29	Плов с говядиной	35/150	8,331	12,376	2,975	156,669	0,02	0,80	3,48	0,00	22,17	98,25	12,72	1,32							
17	Компот из сухофруктов	200	1,922	0,111	38,833	165,556	0,00	0,46	0,09	0,00	51,39	17,71	6,90	1,41							
ПП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42							
ПП	Хлеб ржаной	25	1,650	0,300	8,350	43,500	0,063	0	0	0,49	12,6	64,4	14	2,03							
	Итого		22,581	16,267	84,479	572,498	0,35	11,65	5,06	0,50	126,09	419,26	103,48	8,52							
<b>Полдник</b>																					
25	Какао с молоком	200	1,000	0,200	20,200	75,000	0,02	4,00	0,20	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80							
38	Дипло отварное	40	2,280	0,240	14,760	70,440	0,03	0	0,2	0,1	22	77	5	1							
ПП	Печенье	1 шт(10)	1,280	3,360	13,700	90,000	0,21	0	3,16	0,009	26,1	81	18	1,89							
32	Бутерброд с сыром с маслом сливочным	25/10/15	2,993	8,506	18,922	164,211	0,043	0	0	0,336	8,64	44,16	9,6	1,39							
	Итого		7,553	12,306	67,582	399,651	0,303	4	3,56	0,445	70,74	216,16	40,6	7,08							
	<b>Итого за день</b>		56,41	58,16	173,85	1433,06	0,97	17,72	10,66	1,02	681,43	1321,77	234,08	21,38							
	<b>Суточная потребность</b>		46,00	47,00	185,00	1410,00	0,72	36,00	6,00	0,42	660,00	990,00	150,00	7,20							
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		122,62	123,74	93,97	101,64	134,58	49,22	177,67	241,67	103,25	133,51	156,05	296,94							

Дети 6-10 лет

День 8

№	ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Витамины (мг)										Минеральные в-ва (мг)				
				Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Fe							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15								
<b>Завтрак</b>																						
ГП1		Отруби соевые	25	0,447	1,613	1,933	23,400	0,02	6,66	2,72	0,00	15,21	27,01	11,66	0,47							
34		Плов с мясом птицы	40/150	21,690	34,510	57,577	225,807	0,04	4,87	1,49	0,00	5,68	116,47	32,25	1,35							
57		Чай с сахаром с лимоном	200/15/7	0,23	0,05	13,70	56,00	0,030	0,970	0,000	0,020	90,370	67,560	10,530	0,080							
ГП1		Фрукт	135	0,264	0,547	12,918	62,047	0,04	17	0,34	0	27,2	18,7	15,3	3,74							
ГП1		Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42							
		Итого		24,531	36,920	98,428	425,953	0,27	29,50	5,82	0,02	156,61	358,44	106,04	8,06							
<b>Обед</b>																						
ГП1		Икра из кабачков промышленного производства	50	0,447	1,613	1,933	23,400	0,02	6,66	2,72	0,00	15,21	27,01	11,66	0,36							
45		Суп-лапша домашняя с курицей	200/15	8,555	3,197	21,460	144,305	0,04	0,75	0,37	0,00	13,13	38,64	8,88	0,51							
55		Виточки рыбные	70	7,372	6,446	8,896	129,792	0,06	3,5	1,74	0,01	30,4	131,58	35,61	0,69							
25		Картофельное пюре	150	4,574	7,833	36,198	267,521	0,02	2,32	0,26	0,00	3,84	51,98	20,77	0,57							
ГП1		Хлеб пшеничный	150	1,000	0,200	20,200	75,000	0,02	4,00	0,20	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80							
ГП1		Хлеб ржаной	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42							
		Итого		1,650	0,300	8,350	43,500	0,063	0	0	0,49	12,6	64,4	14	2,03							
		Итого		25,497	19,789	109,337	742,217	0,36	17,23	6,56	0,50	107,33	456,31	135,22	9,38							
<b>Полдник</b>																						
ГП1		Йогурт	200	4,10	1,50	5,90	57,00	0,08	1,40	0,00	0,04	240,00	180,00	28,00	0,20							
32		Бутерброд с маслом	25/10	2,775	7,887	17,544	152,256	0,04	0,07	0,48	0,01	98,04	92,50	9,86	0,80							
57		Чай с сахаром с лимоном	200/15/7	0,23	0,05	13,70	56,00	0,030	0,970	0,000	0,020	90,370	67,560	10,530	0,080							
ГП1		Фрукт	135	0,264	0,547	12,918	62,047	0,04	17	0,34	0	27,2	18,7	15,3	3,74							
		Итого		7,370	9,984	50,062	327,303	0,19	19,44	0,82	0,07	455,61	358,76	63,69	4,82							
		Итого за день		57,40	66,69	257,83	1495,47	0,82	66,17	13,20	0,59	719,55	1173,51	304,95	22,26							
		Суточная потребность		46,00	47,00	185,00	1410,00	0,72	36,00	6,00	0,42	660,00	990,00	150,00	7,20							
		Процент удовлетворения суточной потребности		124,78	141,90	139,37	106,06	114,31	183,81	220,00	140,48	109,02	118,54	203,30	309,17							

Дети 6-10 лет

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	День 9						Минеральные в-ва (мг)														
			Пищевые вещества (г)			Энц (ккал)	В1	Витамины (мг)					Минеральные в-ва (мг)										
			Б	Ж	У			С	Е	А	Са	Р	Мг	Fe									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15									
					Завтрак																		
31	Запеканка из творога с молоком ступенным	125/15	20,845	16,319	38,237	393,721	0,07	0,34	0,57	0,02	190,52	246,55	27,99	0,82									
2	Кофейный напиток с молоком	200	5,840	6,160	19,840	153,000	0,07	2,34	0,01	0,05	221,45	188,2	42,2	1,02									
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42									
	Итого		28,585	22,679	70,377	605,421	0,28	2,68	1,85	0,07	430,12	563,45	106,49	4,26									
					Обед																		
27	Огурцы соленые	20	0,522	2,051	3,358	23,510	0,01	5,76	1,26	0,00	19,20	18,00	7,80	0,48									
28	Рассольник Ленинградский с мясом со сметаной	200/10/10	4,508	4,335	11,141	102,210	0,10	7,78	0,23	0,00	24,06	78,90	26,94	1,02									
12	Гуляш из говядины	37/50	5,988	7,217	6,021	112,896	0,07	24,84	3,08	0,03	81,51	61,78	32,55	1,28									
7	Макаронные изделия отварные	150	3,134	4,650	14,517	137,501	0,08	12,05	0,09	0,02	25,95	58,35	18,61	0,67									
20	Чай с сахаром	200/15	2,100	2,400	14,500	87,000	0,030	0,970	0,000	0,020	90,370	67,560	10,530	0,080									
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42									
ГП	Хлеб ржаной	25	1,650	0,300	8,350	43,500	0,063	0	0	0,49	12,6	64,4	14	2,03									
	Итого		19,802	21,153	70,186	565,317	0,49	51,40	5,93	0,56	271,84	477,69	146,73	7,98									
					Полдник																		
2	Какао с молоком	200	6,010	6,360	19,850	160,000	0,07	2,34	0,01	0,05	221,45	188,2	42,2	1,02									
32	Горячий бутерброд с сыром	40/25	6,140	6,900	0,760	90,000	0,003	0,09	0	0,02	105	105	4,95	0,12									
ГП	Йогурт	120	0,264	0,547	12,918	62,047	0,04	17	0,34	0	27,2	18,7	15,3	3,74									
	Итого		12,414	13,807	33,528	312,047	0,113	19,43	0,35	0,07	353,65	311,9	62,45	4,88									
			Б	Ж	У	Энц	В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Fe									
	Итого за день		60,80	57,64	174,09	1482,78	0,89	73,51	8,13	0,70	1055,61	1353,04	315,67	17,12									
	Суточная потребность		46,00	47,00	185,00	1410,00	0,72	36,00	6,00	0,42	660,00	990,00	150,00	7,20									
	Процент удовлетворения суточной потребности		132,18	122,63	94,10	105,16	123,06	204,19	135,50	166,67	159,94	136,67	210,45	237,78									

Дети 6-10 лет

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энл (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные в-ва (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Fe			
															4	5	6
1	2	3	Завтрак														
28	Каша Ромашка на молоке с маслом сливочным	200/3	5,919	7,607	42,607	265,588	0,07	1,91	0,16	0,07	178,40	178,00	35,56	0,47			
51	Масло сливочное	10	0,080	7,160	0,120	65,100	0	0	0,05	0,02	1,2	1,5	0	0,12			
70	Сыр (порциями)	10	4,093	4,600	0,507	60,000	0,003	0,09	0	0,02	105	105	4,95	0,12			
2	Какао с молоком	200	6,010	6,360	19,850	160,000	0,07	2,34	0,01	0,05	221,45	188,2	42,2	3,74			
ТП	Фрукт	135	0,264	0,547	12,918	62,047	0,04	17	0,34	0	27,2	18,7	15,3	2,42			
ТП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	6,75			
	Итого		18,267	26,474	88,302	671,435	0,32	21,34	1,83	0,16	551,40	620,10	134,31	1,08			
			Обед														
58	Кукуруза с луком яйцом	40	3,333	4,685	3,440	69,333	0,04	3,26	2,02	0,00	44,84	101,87	12,31	1,06			
60	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	250/10/10	5,116	6,881	7,722	118,435	0,10	8,25	0,18	0,00	20,57	122,56	31,47	1,72			
65	Тефтели из говядины	75	53,350	13,680	0,120	151,200	0,04	0,00	0,19	0,00	11,27	102,41	10,29	1,06			
	Соус сметанный с томатом	50	7,230	0,936	4,254	3,950	55,50	8,25	0,18	0,00	20,57	122,56	31,47	2,99			
16	Каша гречневая	150	14,270	4,370	24,191	167,000	0,04	0,00	0,31	0,03	9,32	133,66	89,30	2,80			
25	Компот из черноплода	200	1,922	0,111	38,833	165,556	0,02	4,00	0,20	0,00	14,00	14,00	8,00	2,42			
ТП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,03			
ТП	Хлеб ржаной	25	1,650	0,300	8,350	43,500	0,063	0	0	0,49	12,6	64,4	14	2,03			
	Итого		88,771	31,164	99,210	777,674	55,94	23,76	4,35	0,52	151,32	790,16	233,14	15,16			
			Полдник														
25	Сок	200	1,000	0,200	22,500	75,000	0,02	4,00	0,20	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80			
ТП	Пряник	Шт(32)	1,770	1,410	22,500	109,800	0,21	0	3,16	0,009	26,1	81	18	1,89			
ТП	Конфета	Шт(15)	2,242	1,786	28,500	139,080	0,21	0,00	3,16	0,01	26,10	81,00	18,00	1,89			
ТП	Печенье	2 шт(20)	1,280	3,360	13,700	90,000	0,21	0,00	3,16	0,009	26,1	81	18	1,89			
ТП	Фрукт	140	0,274	0,567	13,396	64,345	0,21	0	3,16	0,009	26,1	81	18	1,89			
	Итого		6,566	7,323	98,296	478,225	0,86	4	12,84	0,036	118,4	338	80	10,36			
			Ужин														
	Итого за день		113,60	64,96	285,81	1927,33	57,13	49,10	19,02	0,72	821,12	1748,26	447,45	32,27			
	Суточная потребность		46,00	47,00	185,00	1410,00	0,72	36,00	6,00	0,42	660,00	990,00	150,00	7,20			
	Процент удовлетворения суточной потребности		246,97	138,21	154,49	136,69	7934,17	136,39	317,00	170,48	124,41	176,59	298,30	448,19			

	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные в-ва (мг)				
	Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe				
Итого за 10 дней	587,78	572,69	2280,24	16189,92	65,06	420,92	107,31	7,31	8301,25	13104,98	2968,11	197,07				
Итого за 1 день	58,78	57,27	228,02	1618,99	6,51	42,09	10,73	0,73	830,13	1310,50	296,81	19,71				
Суточная потребность	46,00	47,00	185,00	1410,00	0,72	36,00	6,00	0,42	660,00	990,00	150,00	7,20				
Процент удовлетворения суточной потребности	127,78	121,85	123,26	114,82	903,57	116,92	178,85	174,14	125,78	132,37	197,87	273,71				

Примечание: ПП - готовый продукт.

Дети 11 лет и старше

День 1

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Витамины (мг)										Минеральные в-ва (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Fe							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15							
<b>Завтрак</b>																					
26	Каша рисовая на молоке с маслом сливочным	250/10	5,750	7,390	41,390	258,000	0,07	1,91	0,16	0,07	178,40	178,00	35,56	0,43							
51	Масло сливочное	15	0,080	7,160	0,120	65,100	0	0	0,05	0,02	1,2	1,5	0	0							
70	Сыр (порциям)	15	4,093	4,600	0,507	60,000	0,003	0,09	0	0,02	105	105	4,95	0,12							
57	Чай с сахаром с лимоном	200/15/7	0,230	0,050	13,700	56,000	0,03	0,97	0	0,02	90,37	67,56	10,53	0,08							
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0,00	1,27	0,00	18,15	128,70	36,30	2,42							
ГП	Фрукт	135	0,264	0,547	12,918	62,047	0,08	1,4	0	0,04	240	180	28	0,2							
ГП	Итого		12,318	19,947	80,934	559,847	0,32	4,37	1,48	0,17	633,12	660,76	115,34	3,25							
<b>Обед</b>																					
ГП	Огурцы солёные	30	0,554	2,001	2,397	29,016	0,02	6,66	2,72	0,00	15,21	27,01	11,66	0,47							
5	Суп картофельный с горохом с мясом	200/11	8,778	3,280	22,021	148,073	0,2	5,87	0,22	0	31,11	89,65	36,24	2,04							
45	Бефстроганов из филе птицы	43/43	7,326	15,894	4,626	191,700	0,04	4,87	1,49	0,00	5,68	116,47	32,25	1,35							
16	Макаронные изделия отварные	150	5,420	4,370	24,191	167,000	0,05	2,92	0,56	0	13,62	46,82	22,79	0,83							
35	Напиток алкогольный	200	1,922	0,111	38,833	165,556	0,02	4	0,2	0	14	14	8	2,8							
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0,00	1,27	0,00	18,15	128,70	36,30	2,42							
ГП	Хлеб ржаной	25	1,650	0,300	8,350	43,500	0,063	0	0	0,49	12,6	64,4	14	2,03							
ГП	Фрукт	100	0,264	0,547	12,918	62,047	0,08	1,4	0	0,04	240	180	28	0,2							
ГП	Итого		27,550	26,156	112,718	803,545	0,533	24,32	6,46	0,49	110,37	487,05	161,24	11,94							
<b>Поддник</b>																					
ГП	Фрукт	135	0,26	0,55	12,92	62,05	0,08	1,00	0,00	0,06	240,00	180,00	28,00	0,12							
ГП	Булочка	90	4,669	5,676	28,229	195,319	0,21	0	3,16	0,009	26,1	81	18	1,89							
ГП	Йогурт	145	4,10	1,50	5,90	57,00	0,08	1,40	0,00	0,04	240,00	180,00	28,00	0,20							
ГП	Итого		9,033	7,723	47,047	314,366	0,37	2,40	3,16	0,11	506,10	441,00	74,00	2,21							
			Б	Ж	У	Эн/л	В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Fe							
	Итого за день		48,90	53,83	240,70	1677,76	1,23	31,09	11,10	0,77	1249,59	1588,81	350,58	17,40							
	Суточная потребность		54,00	55,00	230,00	1628,00	0,84	42,00	7,00	0,54	720,00	1080,00	180,00	10,20							
	Процент удовлетворения суточной потребности		90,56	97,86	104,65	103,06	145,95	74,02	158,57	142,41	173,55	147,11	194,77	170,59							

Дети 11 лет и старше

День 2

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Витамины (мг)										Минеральные в-ва (мг)												
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Fe	В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Fe							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15															
															Завтрак														
18	Омлет	145	14,132	20,986	2,831	255,208	0,09	0,58	0,77	0,01	121,45	272,65	20,75	3,04															
ТП	Сыр плавленый	шт	6,140	6,900	0,760	90,000	0,003	0,09	0	0,02	105	105	4,95	0,12															
ТП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42															
ТП	Фрукт	100	0,264	0,547	12,918	62,047	0,08	1,4	0	0,04	240	180	28	1,89															
2	Какао с молоком	200	6,010	6,360	19,850	160,000	0,07	2,34	0,01	0,05	221,45	188,2	42,2	1,02															
	Итого		28,447	34,993	48,659	625,955	0,38	4,41	2,05	0,12	706,05	874,55	132,20	8,49															
															Обед														
ТП	Зеленый горошек	30	0,644	0,042	1,351	8,311	0,02	1,96	1,21	0,00	26,90	61,12	7,39	0,65															
55	Суп крестьянский с мясом со сметаной	250/13/10	5,710	4,667	18,015	130,050	0,05	10,02	0,19	0,00	28,91	54,45	21,14	0,67															
29	Плов с говядиной	45/150	7,630	11,333	2,725	143,476	0,02	0,80	3,48	0,00	22,17	98,25	12,72	1,32															
35	Чай с сахаром с лимоном	200/15/7	1,922	0,111	38,833	165,556	0	0	0	0	0,85	0,92	0,49	0,13															
ТП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42															
ТП	Хлеб ржаной	25	1,650	0,300	8,350	43,500	0,063	0	0	0,49	12,6	64,4	14	2,03															
	Итого		18,812	16,612	80,223	541,282	0,27	10,82	4,94	0,49	82,68	346,72	84,65	6,57															
															Полдник														
25	Чай с молоком	150/50/15	1,000	0,200	20,200	75,000	0,02	4	0,2	0	14	14	8	2,8															
32	Горячий бутерброд с сыром и маслом сливочным	30/20/20	2,64	7,51	16,70	144,92	0,04	0,07	0,48	0,01	98,04	92,5	9,86	0,8															
ТП	Фрукт	135	0,26	0,55	12,92	62,05	0,04	17	0,34	0	27,2	18,7	15,3	3,74															
	Итого		3,906	8,254	49,817	281,971	0,1	21,07	1,02	0,01	139,24	125,2	33,16	7,34															
	Итого за день		51,16	59,86	178,70	1449,21	0,76	36,30	8,01	0,62	927,97	1346,47	250,01	22,40															
	Суточная потребность		54,00	55,00	230,00	1628,00	0,84	42,00	7,00	0,54	720,00	1080,00	180,00	10,20															
	Процент удовлетворения суточной потребности		94,75	108,83	77,70	89,02	90,00	86,43	114,43	114,81	128,88	124,67	138,89	219,61															

Дети 11 лет и старше

День 3

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)										Минеральные в-ва (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Fe							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15							
<b>Завтрак</b>																					
27	Лечо	50	0,871	3,419	5,596	39,184	0,01	5,76	1,26	0,00	19,20	18,00	7,80	0,48							
12	Биточки куриные	70	6,237	7,518	6,272	117,600	0,04	1,81	2,69	0,00	9,01	73,38	13,68	0,63							
16	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/8	5,420	4,370	24,191	167,000	0,05	2,92	0,56	0	13,62	46,82	22,79	0,83							
57	Чай с сахаром	200/15	0,23	0,05	13,70	56,00	0	0	0	0	0,85	0,92	0,49	0,13							
ГП	Фрукт	100	0,264	0,547	12,918	62,047	0,08	1,4	0	0,04	240	180	28	1,89							
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,043	0	0	0,336	8,64	44,16	9,6	1,39							
ГП	Итого		14,922	16,104	74,977	500,530	0,22	11,89	4,51	0,38	291,32	363,28	82,36	5,35							
<b>Обед</b>																					
58	Икра из кабачков промышленного производства	50	2,500	3,514	2,580	52,000	0,04	3,26	2,02	0,00	44,84	101,87	12,31	1,08							
22	Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	200/13/10	6,287	8,693	11,295	161,845	0,04	5,97	0,21	0,00	29,88	49,50	22,63	1,05							
23	Рыба тушенная с овощами	55/55	10,557	5,464	4,818	111,193	0,09	0,36	2,23	0,02	80,25	181,14	37,40	0,73							
52	Картофельное пюре	150	4,574	7,833	36,198	267,521	0,02	2,32	0,26	0,00	3,84	51,98	20,77	0,57							
25	Компот из черносливва	200	1,922	0,111	38,833	165,556	0,02	4,00	0,20	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80							
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0,00	1,27	0,00	18,15	128,70	36,30	2,42							
ГП	Хлеб ржаной	25	1,650	0,300	8,350	43,500	0,063	0	0	0,49	12,6	64,4	14	2,03							
ГП	Фрукт	100	0,264	0,547	12,918	62,047	0,08	1,4	0	0,04	240	180	28	1,89							
ГП	Итого		29,390	26,115	114,374	860,315	0,41	15,91	6,19	0,51	203,56	591,59	151,41	10,68							
<b>Полдник</b>																					
35	Чай с сахаром с лимоном	200/15/14	0,23	0,05	13,70	56,000	0,030	0,970	0,000	0,020	90,370	67,560	10,530	0,080							
ГП	Сыр плавленый	шт(17,5)	6,14	6,90	0,76	90,000	0,08	1,40	0,00	0,04	240,00	180,00	28,00	0,20							
32	Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	25/16/16	2,66	7,56	16,81	145,912	0,04	0,07	0,48	0,01	98,04	92,50	9,86	0,80							
ГП	Фрукт	135	0,26	0,55	12,92	62,047	0,003	0,090	0,000	0,02	105,00	105,000	4,950	0,120							
ГП	Итого		9,294	15,055	44,191	353,959	0,153	2,53	0,48	0,09	533,41	445,06	53,34	1,2							
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>В1</b>	<b>С</b>	<b>Е</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Мг</b>	<b>Fe</b>							
			53,61	57,27	233,54	1714,80	0,79	30,33	11,18	0,98	1028,29	1399,93	287,11	17,23							
			54,00	55,00	230,00	1628,00	0,84	42,00	7,00	0,54	720,00	1080,00	180,00	10,20							
			<b>Итого за день</b>																		
			99,27	104,13	101,54	105,33	93,9	72,21	159,71	180,74	142,82	129,62	159,51	168,92							
			<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>																		

Дети 11 лет и старше

День 5

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Витамины (мг)														
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Мг	Мг	Мг	Мг	Мг			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15							
<b>Завтрак</b>																					
58	Каша ячневая на молоке с маслом сливочным	250/10	5,919	7,607	42,607	265,588	0,07	1,91	0,16	0,07	178,40	178,00	35,56	0,43							
51	Сыр	16	0,080	7,160	0,120	65,100	0	0	0,05	0,02	1,2	1,5	0	0							
ГП	Фрукт	135	0,26	0,55	12,92	62,05	0,04	17	0,34	0	27,2	18,7	15,3	0,67							
ГП	Йогурт	200	4,10	1,50	5,90	57,00	0,08	1,40	0,00	0,04	240,00	180,00	28,00	0,20							
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0,00	1,27	0,00	18,15	128,70	36,30	2,42							
	Итого		12,264	17,014	73,845	508,435	0,33	20,31	1,82	0,13	464,95	506,90	115,16	3,72							
<b>Обед</b>																					
ГП	Лечо	50	1,240	0,080	2,600	16,000	0,02	1,96	1,21	0,00	26,90	61,12	7,39	0,65							
28	Рассольник Ленинградский с мясом со сметаной	250/14/10	5,517	5,305	13,635	125,091	0,10	7,78	0,23	0,00	24,06	78,90	26,94	1,02							
62	Рагу из птицы с овощами	250	6,237	7,518	6,272	117,600	0,05	0,00	0,49	0,00	11,63	66,61	12,01	1,06							
17	Компот из сухофруктов	200	1,922	0,111	38,833	165,556	0,00	0,46	0,09	0,00	51,39	17,71	6,90	1,41							
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42							
ГП	Хлеб ржаной	25	1,650	0,300	8,350	43,500	0,063	0	0	0,49	12,6	64,4	14	2,03							
	Итого		18,466	13,514	81,990	526,447	0,06	0,00	0,00	0,49	12,60	64,40	14,00	2,03							
<b>Полдник</b>																					
17	Компот из сухофруктов	200	1,922	0,111	38,833	165,556	0,00	0,46	0,09	0,00	51,39	17,71	6,90	1,41							
ГП	Булочка	100	6,003	7,298	36,295	251,125	0,21	0	3,16	0,009	26,1	81	18	1,89							
ГП	Фрукт	135	0,26	0,55	12,92	62,05	0,04	17	0,34	0	27,2	18,7	15,3	0,67							
ГП	Печенье	1 шт(10)	1,280	3,360	13,700	90,000	0,21	0	3,16	0,009	26,1	81	18	1,89							
ГП	Конфета	1шт(15)	1,280	3,360	13,700	90,000	0,21	0	3,16	0,009	26,1	81	18	1,89							
	Итого		10,749	14,675	115,446	658,728	0,04	0,07	0,48	0,01	98,04	92,5	9,86	0,8							
			Б	Ж	У	Эн/л	В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Мг	Мг	Мг					
	Итого за день		41,48	45,20	271,28	1693,61	0,43	20,38	2,30	0,63	575,59	663,80	139,02	6,55							
	Суточная потребность		54,00	55,00	230,00	1628,00	0,84	42,00	7,00	0,54	720,00	1080,00	180,00	10,20							
	Процент удовлетворения суточной потребности		76,81	82,19	117,95	104,03	51,55	48,52	32,86	116,67	79,94	61,46	77,23	64,22							

Дети 11 лет и старше

День 4

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Витамины (мг)										Минеральные в-ва (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Fe							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15							
<b>Завтрак</b>																					
31	Запеканка из творога с молоком ступенным	120/15	20,845	16,319	38,237	393,721	0,07	0,34	0,57	0,02	190,52	246,55	27,99	0,82							
2	Кофейный напиток с молоком	200	1,430	1,127	15,089	75,400	0,07	2,34	0,01	0,05	221,45	188,2	42,2	1,02							
ТП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42							
ТП	Фрукт	100	0,264	0,547	12,918	62,047	0,08	1,4	0	0,04	240	180	28	1,89							
	Итого		24,175	17,646	65,626	527,821	0,280	2,680	1,850	0,070	430,120	563,450	106,490	4,260							
<b>Обед</b>																					
10	Винегрет овощной	40	0,461	1,738	1,727	42,000	0,02	6,66	2,72	0,00	15,21	27,01	11,66	0,47							
40	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом	250/13	6,565	5,099	23,424	158,529	0,11	8,25	0,29	0,00	16,36	64,90	24,09	0,99							
67	Шницель из говядины	75	6,488	9,764	8,262	146,820	0,08	0,25	2,54	0,00	30,25	119,51	21,64	1,02							
7	Каша гречневая с маслом сливочным	150/10	3,134	4,650	14,517	137,501	0,08	12,05	0,09	0,02	25,95	58,35	18,61	0,67							
35	Напиток ягодный	200	1,922	0,111	38,833	165,556	0,00	0,46	0,09	0,00	51,39	17,71	6,90	1,41							
ТП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42							
ТП	Хлеб ржаной	25	1,650	0,300	8,350	43,500	0,063	0,00	0,00	0,49	12,60	64,40	14,00	2,03							
	Итого		22,119	21,863	107,413	752,606	0,49	27,67	7,00	0,51	169,91	480,58	133,20	9,01							
<b>Полдник</b>																					
25	Молоко	200	1,000	0,200	20,200	75,000	0,02	4,00	0,20	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80							
38	Яйцо отварное	шт	2,280	0,240	14,760	70,440	0,03	0	0,2	0,1	22	77	5	1							
32	Бутерброд с маслом	25/21	2,96	8,41	18,71	162,41	0,08	1,40	0,00	0,04	240,00	180,00	28,00	0,20							
ТП	Печенье	2 шт(20)	1,280	3,360	13,700	90,000	0,21	0	3,16	0,009	26,1	81	18	1,89							
ТП	Конфета	1шт(15)	1,121	0,893	14,250	69,540	0,14	0,00	1,27	0,00	18,15	128,70	36,30	2,42							
	Итого		8,641	13,106	81,624	467,386	0,48	5,4	4,83	0,149	320,25	480,7	95,3	8,31							
			Б	Ж	У	Эн/л	В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Fe							
	Итого за день		54,94	52,61	254,66	1747,81	1,25	35,75	13,68	0,73	920,28	1524,73	334,99	21,58							
	Суточная потребность		54,00	55,00	230,00	1628,00	0,84	42,00	7,00	0,54	720,00	1080,00	180,00	10,20							
	Процент удовлетворения суточной потребности		101,73	95,66	110,72	107,36	149,17	85,12	195,43	135,00	127,82	141,18	186,11	211,57							

Дети 11 лет и старше

День 6

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные в-ва (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
<b>Завтрак</b>																
6	Каша молочная пшеница с маслом сливочным	250/10	8,220	8,590	41,610	280,000	0,03	0,00	0,30	0,00	12,77	102,32	12,57	0,58		
51	Масло сливочное	15	0,080	7,160	0,120	65,100	0	0	0,05	0,02	1,2	1,5	0	0		
70	Сыр (порциями)	20	4,093	4,600	0,507	60,000	0,003	0,090	0,000	0,020	105,000	105,000	4,950	0,120		
20	Чай с сахаром	200/15	2,100	2,400	14,500	87,000	0,030	0,970	0,000	0,020	90,370	67,560	10,530	0,080		
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42		
ГП	Фрукт	135	0,264	0,547	12,918	62,047	0,04	17	0,34	0	27,2	18,7	15,3	3,74		
	Итого		16,658	23,497	81,954	612,847	0,24	18,06	1,96	0,06	254,69	423,78	79,65	6,94		
<b>Обед</b>																
ГП	Кукуруза консервированная	45	0,644	0,042	1,351	8,311	0,02	1,96	1,21	0,00	26,90	61,12	7,39	0,65		
33	Суп картофельный с крупной и рыбной консервой	200	3,723	4,392	15,585	109,231	0,05	18,65	0,20	0,00	39,42	51,56	22,63	0,81		
45	Бефстроганов из филе птицы	50/50	8,242	17,881	5,204	215,663	0,04	4,87	1,49	0,00	5,68	116,47	32,25	1,35		
16	Макаронные изделия отварные	150	5,420	4,370	24,191	167,000	0,04	0,00	0,31	0,03	9,32	133,66	89,30	2,99		
4	Напиток из шиповника	200	1,922	0,111	38,833	165,556	0,00	0,46	0,09	0,00	51,39	17,71	6,90	1,41		
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42		
ГП	Хлеб ржаной	25	1,650	0,300	8,350	43,500	0,063	0	0	0,49	12,6	64,4	14	2,03		
	Итого		23,501	27,295	105,814	767,961	0,35	25,94	4,57	0,52	163,46	573,62	208,77	11,66		
<b>Полдник</b>																
ГП	Йогурт	150	4,10	1,50	5,90	57,00	0,08	1,40	0,00	0,04	240,00	180,00	28,00	0,20		
ГП	Фрукт	135	0,264	0,547	12,918	62,047	0,04	17	0,34	0	27,2	18,7	15,3	1,89		
20	Чай с сахаром	200/15	2,100	2,400	14,500	87,000	0,030	0,970	0,000	0,020	90,370	67,560	10,530	0,080		
ГП	Булочка	100	4,669	5,676	28,229	195,319	0,21	0	3,16	0,009	26,1	81	18	1,89		
	Итого		11,133	10,123	61,547	401,366	0,360	19,370	3,500	0,069	383,670	347,260	71,830	4,060		
			Б	Ж	У	Эн/л	В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe		
	Итого за день		51,29	60,91	249,32	1782,17	0,96	63,37	10,03	0,65	801,82	1344,66	360,25	22,66		
	Суточная потребность		54,00	55,00	230,00	1628,00	0,84	42,00	7,00	0,54	720,00	1080,00	180,00	10,20		
	Процент удовлетворения суточной потребности		94,98	110,75	108,40	109,47	113,81	150,88	143,29	120,19	111,36	124,51	200,14	222,16		

Дети 11 лет и старше

День 7

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные в-ва (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
<b>Завтрак</b>																
18	Омлет	180	14,132	20,986	2,831	255,208	0,09	0,58	0,77	0,01	121,45	272,65	20,75	3,04		
ГП	Сыр плавленый	шт	6,140	6,900	0,760	90,000	0,003	0,09	0	0,02	105	105	4,95	0,12		
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42		
ГП	Йогурт	200	4,10	1,50	5,90	57,00	0,08	1,40	0,00	0,04	240,00	180,00	28,00	0,20		
	Итого		26,272	29,586	21,791	460,908	0,31	2,07	2,04	0,07	484,60	686,35	90,00	5,78		
<b>Обед</b>																
19	Салат из свёклы с сыром и чесноком	40	0,644	0,042	1,351	8,311	0,02	1,96	1,21	0,00	26,90	61,12	7,39	0,65		
5	Суп картофельный с горохом с мясом	200/14	8,778	3,280	22,021	148,073	0,13	10,39	0,22	0,01	21,78	110,20	33,56	1,34		
29	Плов с говядиной	45/150	8,331	12,376	2,975	156,669	0,02	0,80	3,48	0,00	22,17	98,25	12,72	1,32		
17	Компот из сухофруктов	200	1,922	0,111	38,833	165,556	0,00	0,46	0,09	0,00	51,39	17,71	6,90	1,41		
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42		
ГП	Хлеб ржаной	25	1,650	0,300	8,350	43,500	0,063	0	0	0,49	12,6	64,4	14	2,03		
	Итого		22,581	16,267	84,479	572,498	0,35	11,65	5,06	0,50	126,09	419,26	103,48	8,52		
<b>Полдник</b>																
25	Какао с молоком	200	1,000	0,200	20,200	75,000	0,02	4,00	0,20	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80		
38	Йоготварное	40	2,280	0,240	14,760	70,440	0,03	0	0,2	0,1	22	77	5	1		
ГП	Конфета	1шт(15)	1,121	0,893	14,250	69,540	0,14	0,00	1,27	0,00	18,15	128,70	36,30	2,42		
ГП	Печенье	1 шт(10)	1,280	3,360	13,700	90,000	0,21	0	3,16	0,009	26,1	81	18	1,89		
32	Бутерброд с сыром с маслом сливочным	25/15/16	2,993	8,506	18,922	164,211	0,043	0	0	0,336	8,64	44,16	9,6	1,39		
	Итого		8,674	13,199	81,832	469,191	0,443	4	4,83	0,445	88,89	344,86	76,9	9,5		
			Б	Ж	У	Эн/л	В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Fe		
	Итого за день		57,53	59,05	188,10	1502,60	1,11	17,72	11,93	1,02	699,58	1450,47	270,38	23,80		
	Суточная потребность		54,00	55,00	230,00	1628,00	0,84	42,00	7,00	0,54	720,00	1080,00	180,00	10,20		
	Процент удовлетворения суточной потребности		106,53	107,37	81,78	92,30	132,02	42,19	170,43	187,96	97,16	134,30	150,21	233,33		

Дети 11 лет и старше

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	День 8						Витамины (мг)											Минеральные в-ва (мг)						
			Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	В1			С			Е			А			Са			Р		Mg		Fe
			Б	Ж	У		8	9	10	11	12	13	14	15												
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15												
<b>Завтрак</b>																										
ПП	Огульца соевые	25	0,447	1,613	1,933	23,400	0,02	6,66	2,72	0,00	15,21	27,01	11,66	0,47												
34	Плов с мясом птицы	60/150	21,690	34,510	57,577	225,807	0,04	4,87	1,49	0,00	5,68	116,47	32,25	1,35												
57	Чай с сахаром с лимоном	200/15/7	0,23	0,05	13,70	56,00	0,030	0,970	0,000	0,020	90,370	67,560	10,530	0,080												
ПП	Фрукт	135	0,264	0,547	12,918	62,047	0,04	17	0,34	0	27,2	18,7	15,3	3,74												
ПП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42												
Итого			24,531	36,920	98,428	425,953	0,27	29,50	5,82	0,02	156,61	358,44	106,04	8,06												
<b>Обед</b>																										
ПП	Икра из кабачков промышленного производства	50	0,447	1,613	1,933	23,400	0,02	6,66	2,72	0,00	15,21	27,01	11,66	0,36												
45	Суп-лапша домашняя с курицей	200/15	8,555	3,197	21,460	144,305	0,04	0,75	0,37	0,00	13,13	38,64	8,88	0,51												
55	Биточки рыбные	70	7,372	6,446	8,896	129,792	0,06	3,5	1,74	0,01	30,4	131,58	35,61	0,69												
25	Картофельное пюре	150	4,574	7,833	36,198	267,521	0,02	2,32	0,26	0,00	3,84	51,98	20,77	0,57												
25	Сок	200	1,000	0,200	20,200	75,000	0,02	4	0,2	0	14	14	8	2,8												
ПП	Фрукт	110	0,264	0,547	12,918	62,047	0,04	17	0,34	0	27,2	18,7	15,3	3,74												
ПП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42												
ПП	Хлеб ржаной	25	1,650	0,300	8,350	43,500	0,063	0	0	0,49	12,6	64,4	14	2,03												
Итого			25,762	20,336	122,255	804,264	0,40	34,23	6,90	0,50	134,53	475,01	150,52	13,12												
<b>Полдник</b>																										
ПП	Йогурт	200	4,10	1,50	5,90	57,00	0,08	1,40	0,00	0,04	240,00	180,00	28,00	0,20												
32	Бутерброд с сыром и маслом	25/10/10	2,775	7,887	17,544	152,256	0,04	0,07	0,48	0,01	98,04	92,50	9,86	0,80												
57	Чай с сахаром с лимоном	200/15/7	0,23	0,05	13,70	56,00	0,030	0,970	0,000	0,020	90,370	67,560	10,530	0,080												
ПП	Фрукт	135	0,264	0,547	12,918	62,047	0,04	17	0,34	0	27,2	18,7	15,3	3,74												
Итого			7,370	9,984	50,062	327,303	0,19	19,44	0,82	0,07	455,61	358,76	63,69	4,82												
Итого за день			57,66	67,24	270,75	1557,52	0,86	83,17	13,54	0,59	746,75	1192,21	320,25	26,00												
			54,00	55,00	230,00	1628,00	0,84	42,00	7,00	0,54	720,00	1080,00	180,00	10,20												
			106,78	122,25	117,72	95,67	102,74	198,02	193,43	109,26	103,72	110,39	177,92	254,90												
			Процент удовлетворения суточной потребности																							

Дети 11 лет и старше

День 9

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные в-ва (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
<b>Завтрак</b>																
31	Запеканка из творога с молоком стуженным	120/15	20,845	16,319	38,237	393,721	0,07	0,34	0,57	0,02	190,52	246,55	27,99	0,82		
2	Кофейный напиток с молоком	200	5,840	6,160	19,840	153,000	0,07	2,34	0,01	0,05	221,45	188,2	42,2	1,02		
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42		
ГП	Фрукт	100	0,264	0,547	12,918	62,047	0,04	17	0,34	0	27,2	18,7	15,3	3,74		
	Итого		28,585	22,679	70,377	605,421	0,28	2,68	1,85	0,07	430,12	563,45	106,49	4,26		
<b>Обед</b>																
27	Огуры солёные	20	0,522	2,051	3,358	23,510	0,01	5,76	1,26	0,00	19,20	18,00	7,80	0,48		
28	Рассолыник Ленинградский с мясом со сметаной	200/10/10	4,508	4,335	11,141	102,210	0,10	7,78	0,23	0,00	24,06	78,90	26,94	1,02		
12	Гуляш из говядины	38/50	5,988	7,217	6,021	112,896	0,07	24,84	3,08	0,03	81,51	61,78	32,55	1,28		
7	Макаронные изделия отварные	150	3,134	4,650	14,517	137,501	0,08	12,05	0,09	0,02	25,95	58,35	18,61	0,67		
ГП	Фрукт	100	0,264	0,547	12,918	62,047	0,04	17	0,34	0	27,2	18,7	15,3	3,74		
20	Чай с сахаром	200/15	2,100	2,400	14,500	87,000	0,030	0,970	0,000	0,020	90,370	67,560	10,530	0,080		
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42		
ГП	Хлеб ржаной	25	1,650	0,300	8,350	43,500	0,063	0	0	0,49	12,6	64,4	14	2,03		
	Итого		20,066	21,700	83,104	627,364	0,53	68,40	6,27	0,56	299,04	496,39	162,03	11,72		
<b>Полдник</b>																
2	Какао с молоком	200	6,010	6,360	19,850	160,000	0,07	2,34	0,01	0,05	221,45	188,2	42,2	1,02		
32	Горячий бутерброд с сыром	40/30	6,140	6,900	0,760	90,000	0,003	0,09	0	0,02	105	105	4,95	0,12		
ГП	Йогурт	160	0,264	0,547	12,918	62,047	0,04	17	0,34	0	27,2	18,7	15,3	3,74		
	Итого		12,414	13,807	33,528	312,047	0,113	19,43	0,35	0,07	353,65	311,9	62,45	4,88		
			Б	Ж	У	Эн/л	В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Fe		
	Итого за день		61,07	58,19	187,01	1544,83	0,93	90,51	8,47	0,70	1082,81	1371,74	330,97	20,86		
	Суточная потребность		54,00	55,00	230,00	1628,00	0,84	42,00	7,00	0,54	720,00	1080,00	180,00	10,20		
	Процент удовлетворения суточной потребности		113,08	105,79	81,31	94,89	110,24	215,50	121,00	129,63	150,39	127,01	183,87	204,51		

Дети 11 лет и старше

День 10

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные в-ва (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Мг	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
<b>Завтрак</b>																
28	Каша Ромашка на молоке с маслом сливочным	250/10	5,919	7,607	42,607	265,588	0,07	1,91	0,16	0,07	178,40	178,00	35,56	0,47		
51	Масло сливочное	13	0,080	7,160	0,120	65,100	0	0	0,05	0,02	1,2	1,5	0	0		
70	Сыр (порциями)	12	4,093	4,600	0,507	60,000	0,003	0,09	0	0,02	105	105	4,95	0,12		
2	Какао с молоком	200	6,010	6,360	19,850	160,000	0,07	2,34	0,01	0,05	221,45	188,2	42,2			
ПП	Фрукт	135	0,264	0,547	12,918	62,047	0,04	17	0,34	0	27,2	18,7	15,3	3,74		
ПП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42		
	Итого		18,267	26,474	88,302	671,435	0,32	21,34	1,83	0,16	551,40	620,10	134,31	6,75		
<b>Обед</b>																
58	Кукуруза с луком яйцом	40	3,333	4,685	3,440	69,333	0,04	3,26	2,02	0,00	44,84	101,87	12,31	1,08		
60	Шти из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	250/10/10	5,116	6,881	7,722	118,435	0,10	8,25	0,18	0,00	20,57	122,56	31,47	1,06		
65	Тертлин из говядины	75	53,350	13,680	0,120	151,200	0,04	0,00	0,19	0,00	11,27	102,41	10,29	1,72		
55	Соус сметанный с томатом	50	7,230	0,936	4,254	3,950	55,50	8,25	0,18	0,00	20,57	122,56	31,47	1,06		
16	Каша гречневая	150	14,270	4,370	24,191	167,000	0,04	0,00	0,31	0,03	9,32	133,66	89,30	2,99		
25	Компот из чернославя	200	1,922	0,111	38,833	165,556	0,02	4,00	0,20	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80		
ПП	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,200	12,300	58,700	0,14	0	1,27	0	18,15	128,7	36,3	2,42		
ПП	Хлеб ржаной	25	1,650	0,300	8,350	43,500	0,063	0	0	0,49	12,6	64,4	14	2,03		
	Итого		88,771	31,164	99,210	777,674	55,94	23,76	4,35	0,52	151,32	790,16	233,14	15,16		
<b>Полдник</b>																
25	Сок	200	1,000	0,200	20,200	75,000	0,02	4,00	0,20	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80		
ПП	Пряник	2 шт(64)	1,770	1,410	22,500	109,800	0,21	0	3,16	0,009	26,1	81	18	1,89		
ПП	Конфета	1шт(15)	2,242	1,786	28,500	139,080	0,21	0,00	3,16	0,01	26,10	81,00	18,00	1,89		
ПП	Печенье	2 шт(20)	1,280	3,360	13,700	90,000	0,21	0,00	3,16	0,01	26,10	81,00	18,00	1,89		
ПП	Фрукт	160	0,274	0,567	13,396	64,345	0,21	0	3,16	0,009	26,1	81	18	1,89		
	Итого		6,566	7,323	98,296	478,225	0,86	4	12,84	0,036	118,4	338	80	10,36		
	Итого за день		113,60	64,96	285,81	1927,33	57,13	49,10	19,02	0,72	821,12	1748,26	447,45	32,27		
	Суточная потребность		54,00	55,00	230,00	1628,00	0,84	42,00	7,00	0,54	720,00	1080,00	180,00	10,20		
	Процент удовлетворения суточной потребности		210,38	118,11	124,26	118,39	6800,71	116,90	271,71	132,59	114,04	161,88	248,58	316,37		

Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 6-10 лет														
	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные в-ва (мг)		
	Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Fe		
Итого за 10 дней	591,24	579,13	2359,86	16597,65	65,44	457,72	109,26	7,39	8853,80	13631,08	3091,01	210,75		
Итого за 1 дней	59,12	57,91	235,99	1659,76	6,54	45,77	10,93	0,74	885,38	1363,11	309,10	21,08		
Суточная потребность	54,00	55,00	230,00	1628,00	0,84	42,00	7,00	0,54	720,00	1080,00	180,00	10,20		
Процент удовлетворения суточной потребности	109,49	105,30	102,60	101,95	779,01	108,98	156,09	136,93	122,97	126,21	171,72	206,62		

Примечание: ПП - готовый продукт.