

День первый
Неделя первая
Возрастная категория от 7 -11 лет

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ
ГКОУ КК специальная (коррекционная) школа-интернат
ст-цы Тенгинской
(от 7 -11 лет)

УТВЕРЖДАЮ
Директор

2023г.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак													
	№295 Макароны с сыром	160	7,0948	6,8792	34,3750	209,9515	0,0896	0,2798	0,0590	140,9841	117,8471	13,0607	0,7447
	Овощи консер.(промышлен. про-ва)	65	2,0150	0,2600	4,2250	32,5000	0,2210	16,2500	0,4550	185,2500	24,7000	16,9000	79,3000
	№494 Чай с лимоном	200/7	0,0630		8,2421	34,1146				2,9601	11,4100	0,8400	1,5640
	Хлеб пшеничный	50	2,7600	0,4800	16,8000	115,5000	0,0440			8,0000	26,0000	5,6000	0,4400
	Хлеб ржаной	50	2,5000	0,7000	22,0000	96,0000	0,0900	1,1500		23,5000	78,5000	24,5000	1,9500
	Фруктысвежие по сезону	180	0,4036		10,7964	96,0000	0,0202	5,0450	2,3207	156,3964	12,1081	19,1712	16,1441
	Всего: 712		14,8364	8,3192	96,4386	585,3445	0,4648	22,7249	2,8348	517,0906	270,5653	80,0719	100,1428
Обед													
	№128 Борщ с капустой и картофелем	200	1,6578	2,7461	10,7362	84,5686	0,0498	14,9420	1,6475	28,4436	43,3176	21,1240	0,9732
	№369 Жаркое по домашнему	240	12,1999	23,2468	22,9035	393,6220	0,2338	26,6246	11,4079	30,3770	296,5191	58,2358	4,3952
	Нарезка из овощей свежих	80	0,5669	0,0810	1,5388	8,9086	0,0243	5,6691		13,7679	24,2963	11,3383	0,4049
	Кисель из кураги	200	0,1124	0,0600	26,8741	88,7307				3,5602	1,2600		6,4980
	Хлеб пшеничный	65	3,4500	0,6000	21,0000	150,5000	0,0550			10,0000	32,5000	7,0000	0,5500
	Хлеб ржаной	40	3,0000	0,8400	26,4000	77,6000	0,1080	1,3800		28,2000	94,2000	29,4000	2,3400
	Всего: 825		20,9870	27,5738	109,4526	806,5299	0,4708	48,6157	13,0554	114,3487	492,0930	127,0980	15,1613
Полдник													
	№341 Рыба запечённая с яйцом	70	9,3097	9,6906	12,1540	197,3593	0,1405	8,3881	0,8054	67,3562	371,8193	37,7224	198,5638
	Сок яблочный	200	1,0000	0,2000	20,2000	112,0000	0,0200			14,0000	14,0000	8,0000	2,8000
	Хлеб пшеничный	30	2,0700	0,3600	12,6000	69,3000	0,0330			6,0000	19,5000	4,2000	0,3300
	Всего: 300		12,3797	10,2506	44,9540	378,6593	0,1935	8,3881	0,8054	87,3562	405,3193	49,9224	201,6938
Ужин													
	№423 Капуста тушеная	200	4,1796	7,0259	20,8531	118,2498	0,0928	91,5647	0,2173	104,7331	83,4279	43,0208	1,6734
	№399 Оладьи из печени	90	9,7884	15,2500	6,7025	192,3018	2,1825	24,2484	720,2104	18,7202	43,4230	239,1643	5904,5496
	Сок фруктовый	200	1,4000	0,2000	4,0400	102,0000	0,0800	80,0000		36,0000	26,0000	22,0000	0,6000
	Хлеб ржаной	15	0,7500	0,2100	6,6000	29,1000	0,0270	0,3450		7,0500	23,5500	7,3500	0,5850
	Всего: 505		16,1180	22,6860	38,1955	441,6516	2,3823	196,1581	720,4277	166,5033	176,4009	311,5351	5907,4080
Второй ужин													
	Хлеб пшеничный	30	2,0700	0,3600	12,6000	69,3000	0,0330			6,0000	19,5000	4,2000	0,3300
	Молоко кипяченое	200	3,4000	4,2500	6,8000	85,0000	0,0510	1,1900	0,0340	204,0000	153,0000	23,8000	0,1700
	Всего: 210		5,4700	4,6100	19,4000	154,3000	0,0840	1,1900	0,0340	210,0000	172,5000	28,0000	0,5000
	Итого:		77,7911	79,4396	385,4407	2364,4853	3,5954	277,0768	737,1573	1095,2988	1516,8784	596,6273	6224,9059



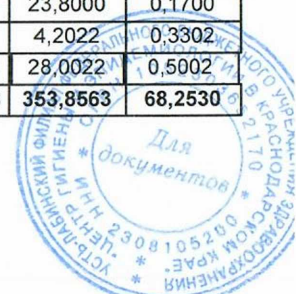
День второй
Неделя первая
Возрастная категория 7 -11 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак													
	№266 Каша из овсяных хлопьев жидкая	200	6,2020	6,3250	31,6140	209,5103	0,0358	0,1460	0,0436	163,0591	222,6600	51,8600	1,7839
	№501а Кофейный напиток	200	0,3030	0,1290	9,4061	37,1824				0,1586			0,0238
	Бутерброд с маслом	50/20	4,2600	13,4800	17,2000	242,0000	0,0460	0,1400	0,1000	12,8000	32,0000	5,6000	0,4800
	Фрукты свежие по сезону	100	1,4820	0,4940	20,7485	47,0000	0,0395	9,8802	0,5928	343,8323	41,4970	7,9042	27,6647
	Всего:	570	12,2470	20,4280	88,9686	583,5430	0,1213	10,1662	0,7364	519,8500	296,1570	65,3642	29,9523
Обед													
	№156 Суп лапша домашняя	200	1,8937	2,7837	10,5088	79,8939	0,0281	0,8231	0,2507	5,9101	17,7866	3,3374	0,2387
	№406 Плов из птицы	260	14,5268	21,2315	46,5615	442,8474	0,0720	3,1194	0,4042	42,5000	196,3200	42,2584	2,7922
	Нарезка из овощей свежих	80	0,5531	0,0790	1,5012	8,6914	0,0237	5,5309		13,4321	23,7037	11,0617	0,3951
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,4000	0,2000	4,0400	116,0000	0,0800	80,0000		36,0000	26,0000	22,0000	0,6000
	Хлеб пшеничный	40	2,7600	0,4800	16,8000	92,4000	0,0440			8,0000	26,0000	5,6000	0,4400
	Хлеб ржаной	40	2,0000	0,5600	17,6000	77,6000	0,0720	0,9200		18,8000	62,8000	19,6000	1,5600
	Всего:	820	28,1337	25,3342	97,0115	817,4327	0,3198	90,3934	0,6549	124,6421	352,6102	103,8575	6,0260
Полдник													
	Икра свекольная	100	1,3848	8,0526	11,2508	87,2715	0,0412	8,9658	0,1413	34,5378	49,3617	24,3121	1,4288
	Сок фруктовый	200			7,9121	97,6324				0,1586			0,0238
	Хлеб пшеничный	30	1,3800	0,2400	8,4000	69,3000	0,0220			4,0000	13,0000	2,8000	0,2200
	Хлеб ржаной	20	1,5000	0,4200	13,2000	38,8000	0,0540	0,6900		14,1000	47,1000	14,7000	1,1700
	Фрукты свежие по сезону	100	1,4820	0,4940	20,7485	47,0000	0,0395	9,8802	0,5928	343,8323	41,4970	7,9042	27,6647
	Всего:	450	5,7469	9,2066	61,5114	339,1542	0,1568	19,5361	0,7341	396,6287	150,9587	49,7163	30,5073
Ужин													
	№173 Картофель отварной	160	3,9750	5,2400	28,2575	185,1850	0,2077	34,5490	15,5600	18,9300	102,1500	39,6750	1,5665
	№353 Сельдь с луком	70/50	13,1002	14,0092	5,9957	189,7096	0,0809	3,9229	7,2858	46,1374	176,1227	29,5020	1,2050
	№519 Напиток из плодов шиповника	200	0,8000		19,9121	36,6924	0,0300			13,3586	11,6000	4,0000	0,4238
	Хлеб пшеничный	20	1,3800	0,2400	8,4000	46,2000	0,0220			4,0000	13,0000	2,8000	0,2200
	Всего:	500	19,2552	19,4892	62,5653	457,7871	0,3406	38,4719	22,8458	82,4260	302,8727	75,9770	3,4153
Второй ужин													
	Кисломолочный напиток	170	3,4000	4,2500	6,8000	85,0000	0,0510	1,1900	0,0340	204,0000	153,0000	23,8000	0,1700
	Хлеб пшеничный	30	2,0700	0,3600	12,6000	69,3000	0,0330			6,0000	19,5000	4,2000	0,3300
	Всего:	200	5,4700	4,6100	19,4000	154,3000	0,0840	1,1900	0,0340	210,0000	172,5000	28,0000	0,5000
	Итого:		75,8528	79,0680	329,4567	2352,2170	1,0224	159,7575	25,0052	1333,5468	1275,0987	322,9151	70,4009



День третий
Неделя первая
Возрастная категория 7 -11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe
Завтрак													
	№301 Омлет натуральный	180	8,1380	19,0560	4,2790	275,7400	0,1060	0,1110	0,4673	151,4800	288,4400	75,0000	3,3480
	Нарезка из овощей свежих	100	0,8691	0,1580	3,0025	8,6330	0,0474	19,7531		11,0617	20,5432	15,8025	0,7111
	№ 493 Чай с сахаром	200			7,9840	32,9200				0,1600			0,0240
	Хлеб пшеничный	80	2,7615	0,4803	16,8090	190,7000	0,0440			8,0043	26,0139	5,6030	0,4402
	Хлеб ржаной	40	1,5000	0,4200	13,2000	77,4000	0,0540	0,6900		14,1000	47,1000	14,7000	1,1700
	Всего:	600	14,7956	20,6233	76,6517	586,4970	0,2922	30,7337	1,0781	539,0575	424,8516	119,2492	34,1963
Обед													
	№134 Рассольник Ленинградский	200	2,0686	2,8927	13,4030	92,1116	0,0785	11,9133	4,8733	14,1975	42,8326	22,0093	0,8036
	№291 Макароны изделия отварные	160	6,3570	5,2520	37,9400	243,5200	0,0925	0,0490	0,0350	11,4000	48,5400	8,6400	0,6620
	№381 Котлеты	90	8,2392	23,0614	10,1828	283,4999	0,0761	0,0229	0,0401	35,6568	176,9859	22,6573	2,3215
	Нарезка из овощей свежих	80	0,5531	0,0790	1,5012	8,6914	0,0237	5,5309		13,4321	23,7037	11,0617	0,3951
	Сок яблочный	200	1,0000	0,2000	20,2000	112,0000	0,0200			14,0000	14,0000	8,0000	2,8000
	Хлеб ржаной	20	1,0000	0,2800	8,8000	38,8000	0,0360	0,4600		9,4000	31,4000	9,8000	0,7800
	Хлеб пшеничный	20	1,3807	0,2401	8,4045	46,2247	0,0220			4,0021	13,0070	2,8015	0,2201
	Всего:	770	26,5986	22,0053	120,4316	824,8475	0,3488	17,9761	4,9484	102,0886	350,4691	84,9698	7,9823
Полдник													
	№98 Бутерброды пикантные(горячие)	50/15/15	5,9868	11,1253	21,7562	197,2118	0,0663	0,3560	0,1060	157,4254	119,2174	13,7537	0,7313
	Молоко кипячёное	200	6,1190	5,2750	10,1280	113,9400	0,0633	0,2110	0,0422	255,3100	192,0100	29,5400	0,2110
	Фрукты свежие по сезону	100	0,9060	0,2013	8,1544	43,2886	0,0403	60,4027	0,3020	198,3221	13,0872	34,2282	23,1544
	Всего:	380	13,0119	16,6017	50,0386	354,4404	0,1699	60,9697	0,4502	611,0575	324,3146	77,5219	24,0967
Ужин													
	Суфле творожное	200	10,0345	14,9972	22,6464	240,6094	0,0828	0,0500	0,2071	271,0113	349,4561	8,8108	0,7543
	Сметана	15	0,4050	1,5000	0,5850	16,3500	0,0045	0,0450	0,0255	13,5000	9,3000	1,5000	0,0150
	№496 Какао с молоком	180	3,5780	2,9500	13,4200	92,0800	0,0310	0,0900	0,0180	114,1800	108,5000	29,6000	0,3780
	Хлеб пшеничный/Фрукты свежие по сезону	15 / 100	2,0711	0,3602	12,6067	77,3371	0,0330			6,0032	19,5104	4,2022	0,3302
	Всего:	510	16,0886	14,8074	59,2581	425,3764	0,1514	0,1850	0,2506	404,6945	486,7665	44,1131	1,4775
Второй ужин													
	Кисломолочный напиток	170	3,4000	4,2500	6,8000	85,0000	0,0510	1,1900	0,0340	204,0000	153,0000	23,8000	0,1700
	Хлеб пшеничный	30	2,0711	0,3602	12,6067	69,3371	0,0330			6,0032	19,5104	4,2022	0,3302
	Всего:	200	5,4711	4,6102	19,4067	154,3371	0,0840	1,1900	0,0340	210,0032	172,5104	28,0022	0,5002
	Итого:		75,9658	78,6478	335,7868	2344,0984	1,0462	111,0545	6,7613	1866,9013	1758,9123	353,8563	68,2530

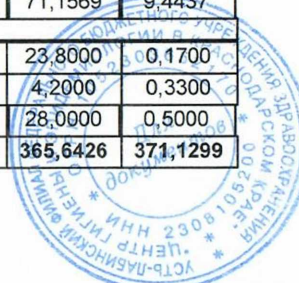


День четвертый

Неделя первая

Возрастная категория от 7 -11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак													
	№250 Каша манная жидкая	200	7,0270	6,7670	31,5880	218,1700	0,4664	0,1480	0,0512	136,0000	135,4600	24,1400	26,1730
	№501а Кофейный напиток	200	0,3030	0,1290	9,4780	37,4700				0,1600			0,0240
	Сыр (порциями)	15	1,5396	3,8491		5,4943	0,0060	0,2566	0,0408	132,8302	75,4717	5,2830	0,1509
	Хлеб пшеничный	50	3,4500	0,6000	21,0000	115,5000	0,0550			10,0000	32,5000	7,0000	0,5500
	Хлеб ржаной	60	2,0000	0,5600	17,6000	115,6000	0,0720	0,9200		18,8000	62,8000	19,6000	1,5600
	Фрукты свежие по сезону	100	2,1000	0,7000	29,4000	96,4000	0,0560	14,0000	0,8400	487,2000	58,8000	11,2000	39,2000
	Всего: 625		16,4196	12,6051	109,0660	584,6343	0,6554	15,3246	0,9320	784,9902	365,0317	67,2230	67,6579
Обед													
	№147 Суп картофельный с макарон. изделиями	200	2,2054	1,6240	14,8220	107,4616	0,0813	11,0157	4,5930	11,2885	44,6861	16,5442	0,6580
	№341 Рыба запечённая с яйцом	100	12,3309	10,5910	15,4748	237,5816	0,1848	11,1955	1,0242	86,5188	499,7267	46,0201	280,7248
	№244 Каша ячневая рассыпчатая	150	5,8000	5,8500	31,0100	174,0400	0,0408	0,0560	0,0400	15,4200	118,9000	50,5000	3,5160
	Нарезка из овощей свежих	80	0,8691	0,1580	3,0025	18,9630	0,0474	19,7531		11,0617	20,5432	15,8025	0,7111
	Сок фруктовый	200	0,1778	0,1778	14,3356	92,0889	0,0044	5,7778	9,7778	11,2222	4,0000	7,1111	4,9189
	Хлеб пшеничный	50	4,1400	0,7200	25,2000	115,5000	0,0660			12,0000	39,0000	8,4000	0,6600
	Хлеб ржаной	40	2,0000	0,5600	17,6000	77,6000	0,0720	0,9200		18,8000	62,8000	19,6000	1,5600
	Всего: 820		27,5232	19,6808	121,4449	821,1351	0,4967	48,7181	15,4349	166,3113	789,6560	163,9779	292,7488
Полдник													
	№320 Сырники из творога	100	6,4873	13,2722	22,1700	215,7471	0,0591	0,0109	0,2079	150,5049	210,0218	4,2448	0,5535
	Сметана	15	0,4050	1,5000	0,5850	16,3500	0,0045	0,0450	0,0255	13,5000	9,3000	1,5000	0,0150
	Молоко кипячёное	200	6,1190	5,2750	10,1280	113,9400	0,0633	0,2110	0,0422	255,3100	192,0100	29,5400	0,2110
	Всего: 315		13,0113	20,0472	32,8830	346,0371	0,1269	0,2669	0,2756	419,3149	411,3318	35,2848	0,7795
Ужин													
	№407 Рагу из птицы	70/170	12,9596	23,2719	22,8753	302,1819	0,1642	24,4211	10,2022	38,3634	247,0926	57,9951	2,6936
	Нарезка из овощей свежих	80	0,5531	0,0790	1,5012	8,6914	0,0237	5,5309		13,4321	23,7037	11,0617	0,3951
	Кисель из кураги	200	0,1120	0,0600	26,5480	87,9000				3,4000	1,2000		6,1900
	Хлеб пшеничный	15	1,0350	0,1800	6,3000	34,6500	0,0165			3,0000	9,7500	2,1000	0,1650
	Всего: 535		14,6596	23,5909	57,2245	432,4233	0,2044	29,9520	10,2022	58,1955	281,7463	71,1569	9,4437
Второй ужин													
	Кисломолочный напиток	170	3,4000	4,2500	6,8000	85,0000	0,0510	1,1900	0,0340	204,0000	153,0000	23,8000	0,1700
	Хлеб пшеничный	30	2,0700	0,3600	12,6000	69,3000	0,0330			6,0000	19,5000	4,2000	0,3300
	Всего: 200		5,4700	4,6100	19,4000	154,3000	0,0840	1,1900	0,0340	210,0000	172,5000	28,0000	0,5000
	Итого:		77,0838	80,5340	340,0184	2342,3298	1,5676	95,4515	26,8787	1638,8118	2020,2658	365,6426	371,1299



День пятый
Неделя первая
Возрастная категория 7- 11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак													
	№164 Суп молочный с крупой(рис)	200	5,7220	5,1120	16,5399	130,8765	0,6782	0,1540	0,0380	178,3125	148,0400	31,3600	35,9089
	№496 Какао с молоком	180	3,5780	2,9500	13,5357	92,5426	0,0310	0,0900	0,0180	114,1823	108,5000	29,6000	0,3783
	Бутерброд с маслом	50/20	4,2600	13,4800	17,2000	242,0000	0,0460	0,1400	0,1000	12,8000	32,0000	5,6000	0,4800
	Хлеб ржаной	40	2,0000	0,5600	17,6000	77,6000	0,0720	0,9200		18,8000	62,8000	19,6000	1,5600
	Фрукты свежие по сезону	100	0,9060	0,2013	8,1544	43,2886	0,0403	60,4027	0,3020	198,3221	13,0872	34,2282	23,1544
	Всего: 590		16,4660	22,3033	78,0300	586,3077	0,8675	61,7067	0,4580	522,4169	364,4272	120,3882	61,4816
Обед													
	№150 Суп картофельный с рыбой	200/45	5,5192	3,6717	14,6144	130,6762	0,1478	17,6107	7,5885	30,9340	209,2783	33,0452	100,7584
	№237 Каша гречневая рассыпчатая	150	7,5300	6,6300	37,5600	191,9400	2,9158	0,0560	0,0400	40,4200	94,2500	53,9000	163,9160
	№390 Тефтели из говядины	90	5,7166	18,5489	9,8160	226,3439	0,0585	2,6493	0,2566	16,1420	124,5068	18,1661	1,9066
	Овощи консер.(пром. прои-ва)	80	2,4800	0,3200	5,2000	40,0000	0,2720	20,0000	0,5600	228,0000	30,4000	20,8000	97,6000
	№519 Напиток из плодов шиповника	200	0,8000		20,0997	37,4426	0,0300			13,3623	11,6000	4,0000	0,4243
	Хлеб пшеничный	50	3,4500	0,6000	21,0000	115,5000	0,0550			10,0000	32,5000	7,0000	0,5500
	Хлеб ржаной	30	1,5000	0,4200	13,2000	58,2000	0,0540	0,6900		14,1000	47,1000	14,7000	1,1700
	Всего: 845		29,9958	26,1905	121,4901	823,1026	3,5331	41,0060	8,4451	352,9583	549,6351	151,6112	366,3254
Полдник													
	Молоко кипячёное	230	6,1190	5,2750	10,1280	128,9400	0,0633	0,2110	0,0422	255,3100	192,0100	29,5400	0,2110
	Кондитерские изделия	70	4,5500	5,7400	53,3400	225,5700	0,0056		0,7000	63,0000	9,1000	14,0000	48,3000
	Всего: 300		10,6690	11,0150	63,4680	355,5100	0,0689	0,2110	0,7422	318,3100	201,1100	43,5400	48,5110
Ужин													
	№191Свекла тушеная	200	2,6172	4,1812	17,5668	122,4639	0,0314	17,4310	7,8067	57,7735	60,8765	33,9671	5,7044
	№399 Оладьи из печени	90	9,0016	13,5697	6,5263	157,6610	2,1704	24,2068	720,1427	9,4200	12,4369	229,9378	5904,0982
	№ 493 Чай с сахаром	200			8,0997	32,3826				0,1623			0,0243
	Хлеб пшеничный	45	1,3800	0,2400	8,4000	103,4000	0,0220			4,0000	13,0000	2,8000	0,2200
	Всего: 535		13,9987	15,2709	49,3928	414,0075	2,2599	42,0979	727,9494	80,7558	117,7134	276,5048	5910,8270
Второй ужин													
	Кисломолочный напиток	170	3,4000	4,2500	6,8000	85,0000	0,0510	1,1900	0,0340	204,0000	153,0000	23,8000	0,1700
	Хлеб пшеничный	30	2,0700	0,3600	12,6000	69,3000	0,0330			6,0000	19,5000	4,2000	0,3300
	Всего: 200		5,4700	4,6100	19,4000	154,3000	0,0840	1,1900	0,0340	210,0000	172,5000	28,0000	0,5000
	Итого:		76,5996	78,3897	331,7809	2332,0279	6,8133	146,2115	737,6287	1484,4411	1405,3858	620,0443	6387,6450



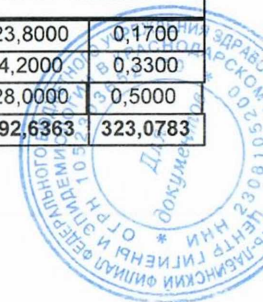
День шестой
Неделя первая
Возрастная категория 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак													
	№164 Суп молочный с крупой <i>нелега</i>	200	4,2100	4,8000	8,3697	182,9955	0,0422	0,1540	0,0380	169,9123	128,0000	19,6000	0,1488
	Бутерброд с маслом	50/20	4,2600	13,4800	17,2000	242,0000	0,0460	0,1400	0,1000	12,8000	32,0000	5,6000	0,4800
	№501а Кофейный напиток	200	0,3030	0,1290	9,5424	37,7274				0,1613			0,0242
	Хлеб ржаной-40	40	2,0000	0,5600	17,6000	77,6000	0,0720	0,9200		18,8000	62,8000	19,6000	1,5600
	Фрукты свежие по сезону	100	0,4035	0,4035	9,8860	47,4123	0,0101	13,1140	22,1930	25,0175	9,0789	16,1404	11,0965
	Всего: 610		11,1765	19,3725	62,5980	586,7352	0,1703	14,3280	22,3310	226,6911	231,8789	60,9404	13,3095
Обед													
	№144 Суп картоф. с бобовыми	200	4,4674	3,0544	16,7749	118,5644	0,1887	13,1499	5,5490	22,2035	71,8854	28,4123	0,6639
	№173 Картофель отварной	160	3,6816	5,1813	25,8662	150,8885	0,1901	31,6148	14,2396	17,4629	93,6409	36,3007	1,4345
	№367 Гуляш из говядины	70/40	9,2699	23,9041	3,4770	285,3604	0,0839	0,7920	0,0914	14,1096	219,5251	29,0195	3,2318
	Нарезка из овощей свежих	80	0,8691	0,1580	3,0025	18,9630	0,0474	19,7531		11,0617	20,5432	15,8025	0,7111
	Сок фруктовый	200	1,4000	0,2000	4,0400	116,0000	0,0800	80,0000		36,0000	26,0000	22,0000	0,6000
	Хлеб пшеничный	40	2,0700	0,3600	12,6000	92,4000	0,0330			6,0000	19,5000	4,2000	0,3300
	Хлеб ржаной	20	1,0000	0,2800	8,8000	38,8000	0,0360	0,4600		9,4000	31,4000	9,8000	0,7800
	Всего: 810		22,7581	33,1379	64,5606	820,0763	0,6591	145,7698	19,8801	116,2377	482,4946	145,5350	7,7513
Полдник													
	№329 Оладьи из творога	100	5,2495	12,3267	18,8189	187,0447	0,0560	0,0341	0,2408	109,4243	143,3325	6,7731	0,4438
	Сметана	10	0,2700	1,0000	0,3900	10,9000	0,0030	0,0300	0,0170	9,0000	6,2000	1,0000	0,0100
	Молоко кипяченое	200	6,1190	5,2750	10,1280	113,9400	0,0633	0,2110	0,0422	255,3100	192,0100	29,5400	0,2110
		100	0,4035	0,4035	9,8860	47,4123	0,0101	13,1140	22,1930	25,0175	9,0789	16,1404	11,0965
	Всего: 410		12,0420	19,0052	29,2229	359,2970	0,1324	13,3892	22,4929	398,7518	350,6214	53,4534	11,7613
Ужин													
	№241 Каша пшеничная рассыпчатая	150	7,0200	5,8600	39,7600	198,8400	0,1808	0,0560	0,0400	1,9200	2,4000		156,6160
	№343 Рыба тушеная с овощами	90/90	9,1835	11,6359	8,5557	176,2175	0,1430	3,3822	0,5270	60,0611	415,8769	45,0448	251,4556
	№ 493 Чай с сахаром	200			8,0484	32,1774				0,1613			0,0242
	Хлеб пшеничный	15	1,0350	0,1800	6,3000	34,6500	0,0165			3,0000	9,7500	2,1000	0,1650
	Всего: 545		17,2385	17,6759	62,6641	441,8850	0,3403	3,4382	0,5670	65,1424	428,0269	47,1448	408,2608
Второй ужин													
	Хлеб пшеничный	30	2,0700	0,3600	12,6000	69,3000	0,0330			6,0000	19,5000	4,2000	0,3300
	Кисломолочный напиток	170	6,9700	2,5500	10,0300	84,8000	0,0510			210,8000	161,5000	25,5000	0,1700
	Всего: 200		9,0400	2,9100	22,6300	154,1000	0,0840			216,8000	181,0000	29,7000	0,5000
	Итого:		76,2550	77,1016	333,6755	2361,0934	1,3861	176,9252	65,2710	1023,6231	1674,0218	336,7735	441,5829



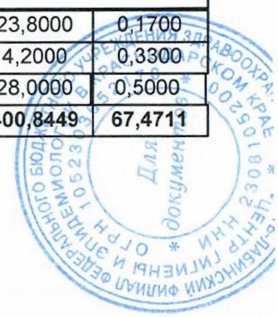
День седьмой
Неделя первая
Возрастная категория 7 -11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак													
	№165 Суп молочн. с макаронными изделиями	200	5,9411	5,0032	19,5790	153,6271	0,0694	0,1541	0,0380	172,9597	141,8843	22,1797	0,3410
	Кисель молочный	200	4,0741	3,5035	24,7651	135,9692	0,0420	0,1401	0,0280	173,7724	129,0282	19,6197	7,8704
	Бутерброд с сыром	30/15	3,9567	7,3743	12,6994	111,8634	0,0394	0,2871	0,0649	137,8173	95,2091	9,3953	0,4884
	Хлеб ржаной	50	1,5000	0,4200	13,2000	97,2000	0,0540	0,6900		14,1000	47,1000	14,7000	1,1700
	Фрукты свежие по сезону	100	1,5269	0,5090	21,3772	97,7246	0,0407	10,1796	0,6108	354,2515	42,7545	8,1437	28,5030
	Всего: 595		16,9988	16,8100	91,6207	596,3842	0,2456	11,4510	0,7417	852,9009	455,9761	74,0385	38,3728
Обед													
	№146 Суп картофельный с клецками	200	2,4682	1,6227	16,3438	93,5570	0,0778	9,2078	3,8932	11,4728	43,5479	15,3816	0,6330
	№377 Запеканка картофельная с субпродуктами	260	21,9441	12,1659	42,1753	347,4422	0,7690	51,0467	47,7771	35,2245	168,9515	338,4561	8,6338
	Нарезка из овощей свежих	80	0,5531	0,0790	1,5012	18,6914	0,0237	5,5309		13,4321	23,7037	11,0617	0,3951
	№507 Компот из яблок	200	0,1610	0,1610	14,0230	59,2113	0,0040	5,2327	8,8553	10,1844	3,6226	6,4403	4,4580
	Хлеб пшеничный	80	4,8300	0,8400	29,4000	184,0000	0,0770			14,0000	45,5000	9,8000	0,7700
	Хлеб ржаной	40	2,5000	0,7000	22,0000	77,6000	0,0900	1,1500		23,5000	78,5000	24,5000	1,9500
	Всего: 860		32,4564	25,5686	105,4433	820,6020	1,0415	72,1681	60,5257	107,8138	363,8258	405,6397	16,8398
Полдник													
	№211 Запеканка морковная	100	3,8178	3,9346	20,6098	155,3795	0,2182	5,6465	1,4035	57,6754	95,2091	48,6719	9,2544
	Хлеб пшеничный	30	2,0700	0,3600	12,6000	69,3000	0,0330			6,0000	19,5000	4,2000	0,3300
	Сок яблочный	200	3,5806	2,9523	13,5030	92,4434	0,0310	0,0901	0,0180	114,2911	108,5824	29,6127	0,3783
	Фрукты свежие по сезону	100	0,4025	0,4025	9,8616	47,2956	0,0101	13,0818	22,1384	24,9560	9,0566	16,1006	11,0692
	Всего: 430		9,8709	7,6494	56,5745	364,4185	0,2922	18,8183	23,5599	202,9225	232,3480	98,5852	21,0319
Ужин													
	№340 Рыба, запеченная с картофелем по-русски	90/180	11,9064	11,6655	22,8541	277,7408	0,2542	24,6332	11,1292	82,5879	461,0593	55,0204	244,2835
	Нарезка из овощей свежих	80	0,8691	0,1580	3,0025	8,9630	0,0474	19,7531		11,0617	20,5432	15,8025	0,7111
	№519 Напиток из плодов шиповника	200	0,8000		20,0627	37,2945	0,0300			13,3616	11,6000	4,0000	0,4242
	Хлеб пшеничный	10	2,0700	0,3600	12,6000	23,3000	0,0330			6,0000	19,5000	4,2000	0,3300
	Хлеб ржаной	15	0,7500	0,2100	6,6000	29,1000	0,0270	0,3450		7,0500	23,5500	7,3500	0,5850
	Всего: 575		16,3956	23,3936	65,1192	401,3983	0,3916	44,7313	11,1292	120,0612	536,2525	86,3729	246,3339
Второй ужин													
	Кисломолочный напиток	170	3,4000	4,2500	6,8000	85,0000	0,0510	1,1900	0,0340	204,0000	153,0000	23,8000	0,1700
	Хлеб пшеничный	30	2,0700	0,3600	12,6000	69,3000	0,0330			6,0000	19,5000	4,2000	0,3300
	Всего: 200		5,4700	4,6100	19,4000	154,3000	0,0840	1,1900	0,0340	210,0000	172,5000	28,0000	0,5000
	Итого:		81,1917	78,0315	338,1576	2336,1029	2,0550	148,3587	95,9905	1493,6984	1760,9025	692,6363	323,0783



День восьмой
Неделя вторая
Возрастная категория 7 -11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак													
	№301 Омлет натуральный	180	8,1380	9,0560	4,2790	275,7400	0,1060	0,1110	0,4673	151,4800	288,4400	75,0000	3,3480
	Нарезка из овощей свежих	80	0,5531	0,0790	1,5012	18,6914	0,0237	5,5309		13,4321	23,7037	11,0617	0,3951
	Чай с лимоном	200/7	0,0788		15,1613	62,0679				3,7975	14,2625	1,0500	1,9696
	Хлеб пшеничный	60	4,1400	0,7200	25,2000	138,6000	0,0660			12,0000	39,0000	8,4000	0,6600
	Хлеб ржаной	50	2,5000	0,7000	22,0000	97,0000	0,0900	1,1500		23,5000	78,5000	24,5000	1,9500
	Всего: 577		11,4098	10,5550	88,1415	592,0992	0,2857	6,7919	0,4673	204,2096	443,9062	120,0117	8,3227
Обед													
	№128 Борщ с капустой и картофелем	200	1,6494	2,7367	10,6693	80,1016	0,0486	14,9319	1,6090	28,4148	42,7504	20,6818	0,9764
	№364 Азу	260	14,9554	26,9276	32,6571	456,9060	0,3064	36,1479	15,0134	44,1226	362,4410	76,5247	5,4574
	Икра свекольная	80	1,2043	6,0843	9,7714	60,1232	0,0418	7,6443	0,1107	30,4393	45,0758	23,1594	1,3307
	Сок яблочный	200	1,0000	0,2000	20,2000	102,0000	0,0200			14,0000	14,0000	8,0000	2,8000
	Хлеб пшеничный	40	2,0700	0,3600	12,6000	92,4000	0,0330			6,0000	19,5000	4,2000	0,3300
	Хлеб ржаной	15	0,7500	0,2100	6,6000	29,1000	0,0270	0,3450		7,0500	23,5500	7,3500	0,5850
	Всего: 795		21,6291	26,5186	122,4979	821,5309	0,4768	59,0691	16,7330	130,0267	507,3172	139,9159	11,4795
Полдник													
	Молоко кипячёное	200	6,1190	5,2750	10,1280	113,9400	0,0633	0,2110	0,0422	255,3100	192,0100	29,5400	0,2110
	№98 Бутерброды пикантные(горячие)	50/15/15	6,6695	11,2246	25,9370	220,0276	0,0772	0,3554	0,1057	159,2363	125,5735	15,1296	0,8408
	Фрукты свежие по сезону	100	0,3860	0,3860	9,4561	45,3509	0,0096	12,5439	21,2281	23,9298	8,6842	15,4386	10,6140
	Всего: 380		13,1745	16,8856	45,5212	379,3184	0,1502	13,1102	21,3759	438,4762	326,2677	60,1082	11,6658
Ужин													
	№319 Пудинг из творога запечённый	180	9,9427	16,5966	26,2209	261,0945	0,2380	0,0550	0,1050	229,9579	317,6189	7,4445	11,5100
	Сметана	10	0,2663	0,9864	0,3847	10,7517	0,0030	0,0296	0,0168	8,8776	6,1156	0,9864	0,0099
	№501а Кофейный напиток	200	0,3030	0,1290	9,4120	37,2062				0,1587			0,0238
	Хлеб пшеничный	20	1,3800	0,2400	8,4000	46,2000	0,0220			4,0000	13,0000	2,8000	0,2200
	Фрукты свежие по сезону	100	0,9060	0,2013	8,1544	43,2886	0,0403	60,4027	0,3020	198,3221	13,0872	34,2282	23,1544
	Всего: 510		10,5481	13,3634	59,1720	398,6410	0,3302	60,8323	0,4238	448,3663	373,3718	52,8091	35,5031
Второй ужин													
	Кисломолочный напиток	170	3,4000	4,2500	6,8000	85,0000	0,0510	1,1900	0,0340	204,0000	153,0000	23,8000	0,1700
	Хлеб пшеничный	30	2,0700	0,3600	12,6000	69,3000	0,0330			6,0000	19,5000	4,2000	0,3300
	Всего: 200		5,4700	4,6100	19,4000	154,3000	0,0840	1,1900	0,0340	210,0000	172,5000	28,0000	0,5000
	Итого:		76,2315	79,9325	334,7326	2346,2895	1,3269	140,9935	39,0340	1431,0787	1823,3628	400,8449	67,4711



День девятый
Неделя вторая

Возрастная категория 7 -11 лет

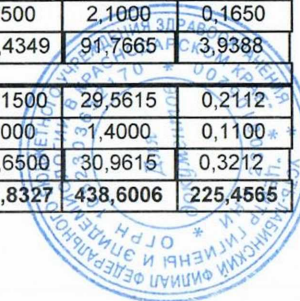
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак													
	№250 Каша манная жидкая	200	7,0357	6,8427	31,5769	217,9877	0,4664	0,1488	0,0518	136,0277	135,4950	24,1400	26,1732
	№495 Чай с молоком	200	1,3050	1,1250	10,1225	56,1340	0,0135	0,0450	0,0090	54,6096	40,9500	6,3000	0,0689
	Бутерброд с сыром	30/15	3,9823	7,4981	12,7019	112,8862	0,0395	0,2907	0,0660	139,2233	96,0291	9,4500	0,4902
	Хлеб ржаной	35	1,5000	0,4200	13,2000	67,9000	0,0540	0,6900		14,1000	47,1000	14,7000	1,1700
	Фрукты свежие по сезону	150	2,1000	0,7000	29,4000	112,5000	0,0560	14,0000	0,8400	487,2000	58,8000	11,2000	39,2000
	Всего:	630	20,9230	16,5858	97,0013	563,6079	0,6294	15,1745	0,9668	831,1606	378,3741	65,7900	67,1023
Обед													
	№134 Рассольник Ленинградский	200	1,9879	2,9327	12,7019	92,9202	0,0777	11,9375	4,8798	13,9709	42,8018	21,2678	0,7743
	№373 Голубцы с мясом и рисом	200/50	10,1574	23,4899	17,9852	366,6989	0,1231	50,3971	0,2303	71,1858	221,6697	47,9570	3,6217
	Сок фруктовый	200	1,4000	0,2000	4,0400	102,0000	0,0800	80,0000		36,0000	26,0000	22,0000	0,6000
	Хлеб пшеничный	75	4,1400	0,7200	25,2000	175,2000	0,0660			12,0000	39,0000	8,4000	0,6600
	Хлеб ржаной	40	3,0000	0,8400	26,4000	77,6000	0,1080	1,3800		28,2000	94,2000	29,4000	2,3400
	Всего:	765	25,6853	28,1826	116,3272	813,6191	0,4547	143,7146	5,1101	161,3566	423,6716	129,0248	7,9959
Полдник													
	№543 Пирожки печёные из дрожжевого теста	80	4,6605	3,2907	36,4790	200,2061	0,0638	2,7469	5,0042	12,8028	34,1459	9,0824	2,7428
	Молоко кипячёное	200	6,1190	5,2750	10,1280	113,9400	0,0633	0,2110	0,0422	255,3100	192,0100	29,5400	0,2110
	Фрукты свежие по сезону	100	0,4088	0,4088	10,0146	48,0292	0,0102	13,2847	22,4818	25,3431	9,1971	16,3504	11,2409
	Всего:	380	11,1882	8,9745	56,6216	362,1753	0,1373	16,2426	27,5281	293,4559	235,3530	54,9728	14,1947
Ужин													
	№423 Капуста тушеная	200	4,5583	7,2081	21,8603	118,5069	0,0993	100,8173	0,2266	114,7622	90,1725	46,5666	1,8006
	№399 Оладьи из печени	90	9,0254	13,6096	6,6538	181,7718	2,1715	24,2957	720,1641	9,9012	13,4205	230,6144	5904,1108
	№ 493 Чай с сахаром	200			7,9625	31,8340				0,1596			0,0239
	Хлеб пшеничный	35	1,3800	0,2400	8,4000	80,5000	0,0220			4,0000	13,0000	2,8000	0,2200
	Всего:	525	14,9637	21,0577	44,8765	411,3127	2,2928	125,1131	720,3907	128,8230	116,5930	279,9810	5906,1552
Второй ужин													
	Кисломолочный напиток	170	3,4000	4,2500	6,8000	85,0000	0,0510	1,1900	0,0340	204,0000	153,0000	23,8000	0,1700
	Хлеб пшеничный	30	2,0700	0,3600	12,6000	69,3000	0,0330			6,0000	19,5000	4,2000	0,3300
	Всего:	200	5,4700	4,6100	19,4000	154,3000	0,0840	1,1900	0,0340	210,0000	172,5000	28,0000	0,5000
	Итого:		78,2302	79,4106	334,2266	2305,0150	3,5983	301,4348	754,0298	1624,7961	1326,4916	557,7685	5995,9482



День десятый
Неделя вторая

Возрастная категория 7 -11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак													
	№164 Суп молочный с крупой(пшено)	200	5,6556	5,1736	16,5426	133,1047	0,1166	0,1544	0,0382	173,2844	152,2235	31,7343	28,1090
	№300 Яйца варёные	40	1,8800	4,4400	0,2800	64,0000	0,0280		0,1400	22,0000	74,0000	21,6000	1,0800
	Кисель молочный	200	4,0730	3,5026	24,7912	136,0602	0,0420	0,1401	0,0280	173,7260	128,9929	19,6143	7,8705
	Хлеб пшеничный	30	2,0700	0,3600	12,6000	69,3000	0,0330			6,0000	19,5000	4,2000	0,3300
	Хлеб ржаной	40	1,5000	0,4200	13,2000	76,2000	0,0540	0,6900		14,1000	47,1000	14,7000	1,1700
	Фрукты свежие по сезону	130	1,6321	0,3627	14,6888	98,9776	0,0725	108,8060	0,5440	357,2463	23,5746	61,6567	41,7090
	Всего: 640		16,8107	14,2588	102,1027	558,6425	0,3462	109,7904	0,7502	746,3567	445,3910	153,5053	80,2685
Обед													
	№150 Суп картофельный с рыбой	200/45	5,4429	3,7036	14,0129	154,2200	0,1434	16,9051	7,3121	30,1462	206,6220	31,9036	100,7193
	№366 Бефстроганов из говядины	110	10,8995	27,7978	3,1282	244,2634	0,0879	0,3393	0,1031	27,4180	251,6808	30,8037	3,4847
	№244 Каша ячневая рассыпчатая	150	5,8106	5,9420	31,0128	173,8991	0,0408	0,0570	0,0407	15,4540	118,9425	50,5000	3,5163
	Нарезка из овощей свежих	80	0,5531	0,0790	1,5012	8,6914	0,0237	5,5309		13,4321	23,7037	11,0617	0,3951
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6400		21,6851	82,9241	0,0040	0,4000		22,3620	15,4000	12,0000	3,0243
	Хлеб ржаной	15	0,7500	0,2100	6,6000	29,1000	0,0270	0,3450		7,0500	23,5500	7,3500	0,5850
	Хлеб пшеничный	60	1,3800	0,2400	8,4000	138,6000	0,0220			4,0000	13,0000	2,8000	0,2200
	Всего: 860		31,4762	27,9724	126,3402	829,2979	0,3488	23,5773	7,4559	119,8623	652,8990	146,4191	111,9447
Полдник													
	№329 Оладьи из творога	100	5,2693	12,2055	18,9659	190,8021	0,0563	0,0343	0,2430	109,4753	143,5032	6,8044	0,4460
	Сметана	10	0,2700	1,0000	0,3900	10,9000	0,0030	0,0300	0,0170	9,0000	6,2000	1,0000	0,0100
	№ 493 Чай с сахаром	200			8,0851	32,3241				0,1620			0,0243
	Фрукты свежие по сезону	100	1,5269	0,5090	21,3772	97,7246	0,0407	10,1796	0,6108	354,2515	42,7545	8,1437	28,5030
	Всего: 410		7,0662	13,7145	48,8182	331,7507	0,1000	10,2439	0,8707	472,8888	192,4577	15,9481	28,9833
Ужин													
	№429 Картофельное пюре	160	3,5695	4,3294	22,3133	149,2572	0,1630	26,1303	11,7630	38,4762	95,3563	32,7879	1,2036
	№411 Кнели из цыплят бройлеров	90	8,3031	17,9925	6,0544	156,2292	0,0857	0,0353	0,0202	26,2510	145,7855	19,0762	1,2592
	Нарезка из овощей свежих	80	0,8691	0,1580	3,0025	8,9630	0,0474	19,7531		11,0617	20,5432	15,8025	0,7111
	Сок фруктовый	200	1,4000	0,2000	4,0400	106,0000	0,0800	80,0000		36,0000	26,0000	22,0000	0,6000
	Хлеб пшеничный	20	1,0350	0,1800	6,3000	64,2000	0,0165			3,0000	9,7500	2,1000	0,1650
	Всего: 550		15,1768	18,8599	61,7102	466,0993	0,3925	125,9186	11,7833	114,7889	297,4349	91,7665	3,9388
Второй ужин													
	Молоко кипячёное	200	6,1235	5,2788	10,1354	114,0231	0,0633	0,2112	0,0422	255,4962	192,1500	29,5615	0,2112
	Хлеб пшеничный	10	0,6900	0,1200	4,2000	23,1000	0,0110			2,0000	6,5000	1,4000	0,1100
	Всего: 210		6,8135	5,3988	14,3354	137,1231	0,0743	0,2112	0,0422	257,4962	198,6500	30,9615	0,3212
	Итого:		77,3433	79,2044	273,3067	2351,9136	1,2619	269,7414	20,9024	1711,3929	1786,8327	438,6006	225,4565



День одиннадцатый
Неделя вторая
Возрастная категория 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак													
	№266 Каша из овсяных хлопьев жидкая	200	6,2006	6,3077	31,6742	209,5554	0,0358	0,1458	0,0435	163,0795	222,6712	51,8630	1,7840
	№ 493 Чай с сахаром	200			8,0076	32,0142				0,1605			0,0241
	Сыр (порциями)	20	2,0208	5,0519		7,2113	0,0079	0,3368	0,0535	174,3396	99,0566	6,9340	0,1981
	Хлеб пшеничный	60	3,4542	0,6007	21,0256	138,6410	0,0551			10,0122	32,5397	7,0085	0,5507
	Хлеб ржаной	50	2,5000	0,7000	22,0000	97,0000	0,0900	1,1500		23,5000	78,5000	24,5000	1,9500
	Фрукты свежие по сезону	100	1,6321	0,3627	14,6888	96,3776	0,0725	108,8060	0,5440	357,2463	23,5746	61,6567	41,7090
	Всего:	630	15,8076	13,0230	107,3962	580,3995	0,2613	110,4386	0,6410	728,3381	456,3421	151,9622	46,2158
Обед													
	№147 Суп картофельный с макарон. изделиями	200	2,2105	1,6165	14,8802	87,9404	0,0818	11,0837	4,6371	11,2436	44,8098	16,6489	0,6602
	№369 Жаркое по домашнему	240	12,1546	23,1904	22,6312	346,5537	0,2319	26,2639	11,2839	29,9328	295,2334	57,8566	4,3780
	Нарезка из овощей свежих	80	0,5531	0,0790	1,5012	18,6914	0,0237	5,5309		13,4321	23,7037	11,0617	0,3951
	Кисель из кураги	200	0,1120	0,0600	26,5774	88,0177				3,4006	1,2000		6,1901
	Хлеб ржаной	50	2,5000	0,7000	22,0000	97,0000	0,0900	1,1500		23,5000	78,5000	24,5000	1,9500
	Хлеб пшеничный	70	4,8359	0,8410	29,4359	161,8974	0,0771			14,0171	45,5556	9,8120	0,7709
	Всего:	840	22,3661	26,4869	117,0260	834,1006	0,5045	44,0285	15,9210	95,5261	489,0025	119,8792	14,3443
Полдник													
	№320 Сырники из творога	100	6,4518	13,2682	21,9652	214,7458	0,0586	0,0106	0,2039	150,4452	209,7337	4,1912	0,5495
	Сметана	10	0,2700	1,0000	0,3900	10,9000	0,0030	0,0300	0,0170	9,0000	6,2000	1,0000	0,0100
	Молоко кипячёное	200	6,1201	5,2760	10,1298	113,9606	0,0633	0,2110	0,0422	255,3561	192,0447	29,5453	0,2110
	Всего:	310	12,8419	19,5442	32,4850	339,6063	0,1249	0,2516	0,2631	414,8013	407,9783	34,7365	0,7706
Ужин													
	№195 Рагу из овощей	200	5,8267	10,7461	31,9910	180,7190	0,2183	54,6298	12,1493	62,0360	135,6832	59,7169	2,1248
	№345 Котлета рыбная	100	7,6583	8,8371	8,5730	138,6369	0,0964	0,0139	0,0028	51,5597	293,3197	22,8477	176,5293
	Сок фруктовый	200	1,4000	0,2000	4,0400	116,0000	0,0800	80,0000		36,0000	26,0000	22,0000	0,6000
	Хлеб пшеничный	15	1,0363	0,1802	6,3077	34,6923	0,0165			3,0037	9,7619	2,1026	0,1652
	Всего:	515	15,9213	14,9635	60,9117	468,0482	0,4112	134,6437	12,1521	152,5994	464,7648	106,6672	179,4193
Второй ужин													
	Кисломолочный напиток	170	6,1201	5,2760	10,1298	113,9606	0,0633	0,2110	0,0422	255,3561	192,0447	29,5453	0,2110
	Хлеб пшеничный	30	0,6908	0,1201	4,2051	23,1282	0,0110			2,0024	6,5079	1,4017	0,1101
	Всего:	200	6,8109	5,3961	14,3350	137,0888	0,0743	0,2110	0,0422	257,3585	198,5526	30,9470	0,3212
	Итого:		76,7479	79,4137	332,1538	2359,2434	1,3762	289,5734	29,0194	1648,6234	2016,6403	444,1923	241,0711



День двенадцатый
Неделя вторая
Возрастная категория 7 -11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак													
	№325 Вареники ленивые	180	10,9676	17,5338	26,9801	327,9567	0,0955	0,0595	0,3562	248,0817	345,4237	6,7595	0,8791
	Сметана	10	0,2700	1,0000	0,3900	10,9000	0,0030	0,0300	0,0170	9,0000	6,2000	1,0000	0,0100
	№501а Кофейный напиток	200	0,2858	0,1217	9,4690	37,4579				0,1615			0,0242
	Хлеб пшеничный	50	3,4500	0,6000	21,0000	115,5000	0,0550			10,0000	32,5000	7,0000	0,5500
	Хлеб ржаной	50	3,0000	0,8400	26,4000	97,0000	0,1080	1,3800		28,2000	94,2000	29,4000	2,3400
	Всего:	490	14,9734	17,0955	78,2391	589,2146	0,2615	1,4695	0,3732	295,4432	478,3237	44,1595	3,8034
Обед													
	№144 Суп картоф. с бобовыми	200	4,4973	3,0998	16,9160	119,8522	0,1898	13,2888	5,5679	22,7563	72,9519	28,8965	0,6779
	№370 Плов из говядины	240	10,7610	19,1996	35,9564	396,2372	0,1122	1,8374	0,3318	29,4362	198,7798	39,6875	3,6350
	Нарезка из овощей	80	0,5531	0,0790	1,5012	8,6914	0,0237	5,5309		13,4321	23,7037	11,0617	0,3951
	Сок яблочный	200	1,0000	0,2000	20,2000	112,0000	0,0200			14,0000	14,0000	8,0000	2,8000
	Хлеб ржаной	50	2,5000	0,7000	22,0000	97,0000	0,0900	1,1500		23,5000	78,5000	24,5000	1,9500
	Хлеб пшеничный	40	2,7600	0,4800	16,8000	97,4000	0,0440			8,0000	26,0000	5,6000	0,4400
	Всего:	810	17,0714	23,7584	103,3736	831,1808	0,4796	21,8071	5,8997	111,1245	413,9353	117,7458	9,8980
Полдник													
	№98 Бутерброды пикантные(горячие)	50/15/15	5,9948	11,2102	21,7476	198,1310	0,0663	0,3569	0,1067	157,4515	119,2393	13,7500	0,7313
	№501 Кофейный напиток с молоком	200	2,8292	2,3433	13,4601	84,8362	0,0270	0,0900	0,0180	109,0615	81,9000	12,6000	0,1142
	Фрукты свежие по сезону	100	0,7236	0,7236	17,7286	47,0251	0,0181	23,5176	39,7990	44,8643	16,2814	28,9447	19,8995
	Всего:	380	9,5476	14,2772	52,9364	330,9923	0,1114	23,9645	39,9237	311,3773	217,4208	55,2947	20,7450
Ужин													
	№173 Картофель отварной	160	3,6902	5,2559	25,8685	174,7469	0,1901	31,6156	14,2402	17,4905	93,6754	36,3007	1,4347
	№399 Оладьи из печени	90	9,0331	13,7004	6,6973	157,7142	2,1718	24,3180	720,1696	10,0245	13,6808	230,7863	5904,1141
	Нарезка из овощей свежих	80	0,8691	0,1580	3,0025	8,9630	0,0474	19,7531		11,0617	20,5432	15,8025	0,7111
	№ 493 Чай с сахаром	200			8,0596	32,2221				0,1615			0,0242
	Хлеб пшеничный	15	1,0350	0,1800	6,3000	34,6500	0,0165			3,0000	9,7500	2,1000	0,1650
	Всего:	545	14,6274	19,2943	49,9278	409,2961	2,4258	75,6867	734,4098	41,7382	137,6494	284,9894	5906,4491
Второй ужин													
	Кисломолочный напиток	170	3,4000	4,2500	6,8000	85,0000	0,0510	1,1900	0,0340	204,0000	153,0000	23,8000	0,1700
	Хлеб пшеничный	30	2,0700	0,3600	12,6000	69,3000	0,0330			6,0000	19,5000	4,2000	0,3300
	Всего:	200	5,4700	4,6100	19,4000	154,3000	0,0840	1,1900	0,0340	210,0000	172,5000	28,0000	0,5000
	Итого:		77,6899	78,0355	334,8768	2312,9838	3,3623	124,1177	780,6404	969,6833	1419,8292	530,1895	5941,3955



День тринадцатый
Неделя вторая
Возрастная категория 7 -11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак													
	№301 Омлет натуральный	180	8,1470	19,0638	4,2940	275,2082	0,1061	0,1113	0,4674	151,8569	288,7235	75,0436	3,3483
	Овощи консер.промыш про-ва	80	2,0150	0,2600	4,2250	40,2000	0,2210	16,2500	0,4550	185,2500	24,7000	16,9000	79,3000
	№ 493 Чай с сахаром	200			7,9840	31,9200				0,1600			0,0240
	Хлеб пшеничный	40	1,3800	0,2400	8,4000	92,3000	0,0220			4,0000	13,0000	2,8000	0,2200
	Хлеб ржаной	50	2,0000	0,5600	17,6000	97,0000	0,0720	0,9200		18,8000	62,8000	19,6000	1,5600
	Фрукты свежие по сезону	130	0,9060	0,2013	8,1544	66,2886	0,0403	60,4027	0,3020	198,3221	13,0872	34,2282	23,1544
	Всего:	680	24,4481	20,3251	80,6573	601,4168	0,4614	77,6840	1,2244	558,3891	402,3107	148,5718	107,6067
Обед													
	№134 Рассольник Ленинградский	200	1,9970	2,8786	12,8330	89,4202	0,0744	11,2103	4,5758	13,7326	40,6820	21,2232	0,7706
	№291 Макароны изделия отварные	160	6,3570	5,2520	37,9400	243,5200	0,0925	0,0490	0,0350	11,4000	48,5400	8,6400	0,6620
	№404 Птица отварная с соусом	110	10,4178	16,5336	0,4701	191,0578	0,0041	0,3407	0,0818	16,3005	169,0149	22,2146	1,3905
	Нарезка из овощей свежих	80	0,5531	0,0790	1,5012	8,6914	0,0237	5,5309		13,4321	23,7037	11,0617	0,3951
	Сок яблочный /Фрукты свежие по сезону	200/100	1,0000	0,2000	20,2000	159,0000	0,0200			14,0000	14,0000	8,0000	2,8000
	Хлеб пшеничный	40	3,4500	0,6000	21,0000	92,4000	0,0550			10,0000	32,5000	7,0000	0,5500
	Хлеб ржаной	20	1,5000	0,4200	13,2000	38,6000	0,0540	0,6900		14,1000	47,1000	14,7000	1,1700
	Всего:	910	35,2749	25,9632	127,1443	822,3894	0,3237	17,8209	4,6925	92,9651	375,5406	92,8395	7,7382
Полдник													
	№2113 Запеканка морковная	120	3,7857	3,9536	20,3646	186,3391	0,2171	5,5844	1,3864	57,3952	94,4320	48,1779	9,2434
	Какао с молоком	200	3,5000	0,2000	4,0400	92,4400	0,0800	80,0000		36,0000	26,0000	22,0000	0,6000
	Хлеб пшеничный	30	2,7600	0,4800	16,8000	69,3000	0,0440			8,0000	26,0000	5,6000	0,4400
	Всего:	350	7,9457	4,6336	41,2046	347,7391	0,3411	85,5844	1,3864	101,3952	146,4320	75,7779	10,2834
Ужин													
	№407 Рагу из птицы	70/170	12,9756	23,3075	22,8083	305,5067	0,1644	24,3476	10,2114	38,3847	247,4946	58,5484	2,6958
	Нарезка из овощей свежих	80	0,8691	0,1580	3,0025	08,9630	0,0474	19,7531		11,0617	20,5432	15,8025	0,7111
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6400		21,5840	82,5200	0,0040	0,4000		22,3600	15,4000	12,0000	3,0240
	Хлеб пшеничный	15	1,0350	0,1800	6,3000	34,6500	0,0165			3,0000	9,7500	2,1000	0,1650
	Всего:	535	15,5198	23,6455	63,6948	431,2397	0,2323	44,5007	10,2114	74,8064	293,1878	88,4509	6,5959
Второй ужин													
	Кисломолочный напиток	170	3,4000	4,2500	6,8000	85,0000	0,0510	1,1900	0,0340	204,0000	153,0000	23,8000	0,1700
	Хлеб пшеничный	30	2,0700	0,3600	12,6000	69,3000	0,0330			6,0000	19,5000	4,2000	0,3300
	Всего:	200	5,4700	4,6100	19,4000	154,3000	0,0840	1,1900	0,0340	210,0000	172,5000	28,0000	0,5000
	Итого:		78,6585	79,1775	332,1011	2356,4850	1,4425	226,7799	17,5487	1037,5559	1389,9711	433,6401	132,7242



День четырнадцатый
Неделя вторая
Возрастная категория 7 -11 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак													
	№165 Суп молочн. с макаронными изделиями	200	5,9447	5,0282	19,5874	153,9466	0,0695	0,1543	0,0382	173,0017	141,9203	22,1835	0,3411
	Бутерброд с сыром	30/15	3,9815	7,4752	12,7130	112,6837	0,0395	0,2904	0,0658	139,2203	96,0366	9,4539	0,4904
	№495 Чай с молоком	200	1,3066	1,1264	10,2570	56,6905	0,0135	0,0451	0,0090	54,6776	40,9992	6,3076	0,0694
	Хлеб ржаной	70	2,0000	0,5600	17,6000	135,6000	0,0720	0,9200		18,8000	62,8000	19,6000	1,5600
	Фрукты свежие по сезону	130	2,1000	0,7000	29,4000	134,4000	0,0560	14,0000	0,8400	487,2000	58,8000	11,2000	39,2000
	Всего: 645		15,3328	14,8897	89,5574	593,3208	0,2505	15,4098	0,9530	872,8996	400,5561	68,7450	41,6609
Обед													
	№146 Суп картофельный с клецками	200	2,4329	1,6783	16,7338	105,4624	0,0950	13,2691	5,6728	12,6816	51,6116	19,2424	0,7642
	№195 Рагу из овощей	200	5,9230	10,9508	32,4539	180,2558	0,2211	55,1263	12,2582	63,2707	138,2978	60,5165	2,1586
	№381 Котлеты	90	8,2450	23,2665	10,2172	295,2148	0,0761	0,0230	0,0406	35,6958	177,0501	22,6686	2,3221
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6400		21,6944	82,9613	0,0040	0,4000		22,3622	15,4000	12,0000	3,0243
	Хлеб пшеничный	35	2,0719	0,3603	12,6118	82,5648	0,0330			6,0056	19,5182	4,2039	0,3303
	Хлеб ржаной	30	1,0000	0,2800	8,8000	58,2000	0,0360	0,4600		9,4000	31,4000	9,8000	0,7800
	Всего: 755		30,3129	36,5359	102,5111	825,0592	0,4653	69,2783	17,9717	149,4159	433,2777	128,4314	9,3795
Полдник													
	Сок яблочный / Фрукты свежие по сезону	200/100	1,0000	0,2000	20,2000	139,0000	0,0200			14,0000	14,0000	8,0000	2,8000
	Кондитерские изделия	70	4,5500	5,7400	53,3400	213,2700	0,0056		0,7000	63,0000	9,1000	14,0000	48,3000
	Всего: 370		5,5500	5,9400	73,5400	352,2700	0,0256		0,7000	77,0000	23,1000	22,0000	51,1000
Ужин													
	№237 Каша гречневая рассыпчатая	180	7,5374	6,6938	37,5620	203,6742	2,9158	0,0567	0,0405	40,4436	94,2794	53,9000	163,9162
	№343 Рыба тушеная с овощами	90/90	9,1928	11,6638	8,6729	184,8786	0,1435	3,4781	0,5277	60,3059	416,3667	45,0270	251,4661
	Кисель из яблок	200	1,4000	0,2000	4,0400	110,0000	0,0800	80,0000		36,0000	26,0000	22,0000	0,6000
	Хлеб пшеничный-15	15	1,0360	0,1802	6,3059	34,6824	0,0165			3,0028	9,7591	2,1020	0,1652
	Всего: 575		19,1661	18,7378	56,5807	533,2353	3,1558	83,5348	0,5682	139,7523	546,4053	123,0289	416,1474
Второй ужин													
	Хлеб пшеничный	10	1,0360	0,1802	6,3059	23,6824	0,0165			3,0028	9,7591	2,1020	0,1652
	Молоко кипячёное	200	6,1263	5,2813	10,1402	114,0768	0,0634	0,2113	0,0423	255,6165	192,2405	29,5755	0,2113
	Всего: 210		7,1623	5,4615	16,4461	136,7592	0,0799	0,2113	0,0423	258,6193	201,9996	31,6774	0,3764
	Итого:		77,5242	81,5649	338,6353	2440,0445	3,9771	168,4342	20,2351	1497,6871	1605,3387	373,8828	518,6643



**Ведомость контроля рациона питания (Нетто)
за период 14 дней**

Наименование стола: Стол от 7 до 12 лет
ГКОУ КК специальная (коррекционная) школа-интернат ст-цы Тенгинской

№ п/п	Наименования продуктов	Фактически выдано продуктов (нетто) по дням в гр. на 1 ребенка														В среднем за период, г	Положено норма г на 1 чел/день	Отклонение от нормы		№ п/п
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14			+	-	
1	Дрожжи									1,00						0,0714	0,2		0,1286	1
2	Картофель	152,60	172,50	52,50	157,50	152,50	220,00	390,00	180,00	52,50	210,00	310,10	217,50	157,50	187,60	186,6286	187		0,3714	2
3	Кисломолочн и молоко	170,00	288,00	588,50	487,00	611,00	541,00	560,00	450,00	532,00	541,00	554,00	260,00	259,00	417,00	449,8928	450		0,1072	3
4	Кокао			4,00		4,00		4,00								0,8571	1		0,1429	4
5	Кондитерские изделия					70,00								70,00		10,0000	10			5
6	Кофейный напиток		5,00		5,00		5,00		5,00				5,00			2,000	2			6
7	Крахмал картофельный	8,00			8,00			10,00			10,00	8,00				3,1429	3	0,1429		7
8	Крупы и бобовые		87,00	5,00	81,00	70,00	84,00	10,00	13,00	44,00	70,00	26,00	71,00	15,00	55,00	45,0000	45			8
9	Макароны	49,00		54,00	8,00			16,00				8,00		54,00	16,00	14,6429	15		0,0500	9
10	Масло растительное	22,30	17,00	10,00	14,00	19,00	23,00	4,00	6,00	26,00	13,00	12,00	11,00	4,00	20,00	14,9500	15		0,6214	10
11	Масло сливочное	19,00	41,00	27,00	26,00	42,00	42,00	31,00	33,00	21,00	23,00	29,00	31,00	27,00	33,00	30,3571	30	0,3571		11
12	Мука пшеничная	13,00	14,00	13,00	20,00	7,00	20,00	20,00	3,00	26,00	21,00	16,00	20,00	4,00	14,00	15,0714	15	0,0714		12
13	Мясо	111,00		77,00		56,00	111,00		127,00	108,00	106,00	111,00	94,00		77,00	69,8571	70		0,1429	13
14	Овощи соленые	24,00	12,00	19,60	6,00		10,00		53,60	33,60		12,00		22,60	15,00	14,8857	15		0,1143	14
15	Прочие овощи	500,80	251,10	180,00	324,40	257,60	152,70	286,40	241,00	393,50	174,40	225,10	214,80	391,80	186,50	264,5742	265		0,4258	15
16	Птица		104,00		97,00							84,50		200,50		34,7143	35		0,2857	16
17	Рыба	75,60	70,00		126,00	45,00	113,00	109,50			45,00	79,40			113,00	57,9643	58		0,0357	17
18	Сахар	26,00	33,00	26,00	30,00	28,00	25,00	40,00	36,00	37,00	32,00	34,00	32,00	19,00	22,00	30,0000	30			18
19	Сметана			30,00	15,00		10,00		29,00		26,00	10,00	25,00			10,3571	10	0,3571		19
20	Соки плодово-ягодн.	400,00	200,00	200,00	200,00		200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,0000	200			20
21	Соль	1,00	3,00	3,00	4,00	2,00	3,00	3,00	2,00	4,00	4,00	3,00	3,00	3,00	2,00	3,0000	3			21
22	Специи	1,60	2,10	2,10	2,60	2,10	2,50	2,50	1,00	2,70	2,40	2,40	2,20	0,40	0,60	1,9428	2		0,0572	22
23	Субпродукты	72,00				72,00		136,00		72,00			72,00			30,2857	30	0,2857		23
24	Сухофрукты	20,00	20,00		20,00	20,00		20,00	28,50		20,00	20,00		20,00	20,00	14,8929	15		0,1071	24
25	Сыры	15,50		15,00	15,10				17,70	15,00	15,00		19,80	15,00		10,2214	10	0,2214		25
26	Творог			143,10	90,20		50,00		135,20		50,00	90,20	148,00			50,4786	50	0,4786		26
27	Фрукты, ягоды, цитрус.	180,00	200,00	200,00	100,00	150,00	100,00	240,00	200,00	290,00	230,00	100,00	100,00	230,00	270,00	185,0000	185			27
28	Хлеб пшеничный	175,00	150,00	160,00	145,00	170,00	135,00	170,00	150,00	170,00	130,00	175,00	135,00	155,00	90,00	150,7300	150	0,7300		28



29	Хлеб ржаной	90,00	60,00	60,00	100,00	70,00	60,00	105,00	65,00	75,00	55,00	100,00	110,00	70,00	100,00	79,2900	80		0,710	29
30	Чай черный	1,00	1,00	1,00		1,00	1,00		1,00	3,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,0000	1			30
31	Яйцо (шт)			3,00					3,00		1,00			3,00		0,7143	1		0,2857	31

Замена одних продуктов другими произведена в соответствии с таблицей замены продуктов, утвержденной Минздравом

Директор



Исполнитель



