



Согласовано
Руководитель образовательного учреждения

Примерное циклическое двенадцатидневное меню

Для организации питания обучающихся лицей - интерната
в возрасте с 12 лет и старше (5-11 классы)

Объемное

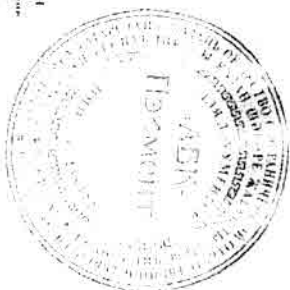
Разработано и утверждено

Директор ООО "АБК-Дизайн"™

Р.Р. Рахматуллин

Директор ООО "ФУДСЕРВИС"™

Э.Р. Харипова



ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ЛИЦЕИ-ИНТЕРНАТЕ С 5 по 11 КЛАССЫ

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Темп., °С	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Витамины В1, мг	Витамины С, мг	Витамины А, мг	Витамины Е, мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Кг, мг	Fe, мг
1 день															
Завтрак															
№ 175 Сбор рпц. На прод.мю для общ. Во всех образов. Дели 2017	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	230/5	6,80	12,51	37,47	290,95	0,11	1,07	61,32	0,20	149,26	175,38	41,65	0,91	
№ 3 Сбор рпц. На прод.мю для общ. Во всех образов.учреж. Дели 2017	Бутерброд с маслом сливочным, с сыром	40/10/20	8,30	17,24	16,45	253,67	0,04	0,16	107,15	0,62	225,32	155,10	16,45	0,56	
№ 319 Сбор рпц. На прод.мю для общ. Во всех образов.учреж. Дели 2017	Кофейный напиток с молоком	200	1,12	1,01	7,00	41,70	0,10	0,00	4,00	0,10	18,82	42,47	12,34	0,94	
Хим. состав и калорийность рецептуры. Программа питания табл. 6 стр. 132, 2012 Дели *	Батон	45	3,38	1,31	23,13	117,9	0,05			0,77	8,55	29,25	5,85	0,54	
Итого: 550 22,98 21,88 91,05 704,22 0,30 1,23 172,47 1,69 401,95 402,20 76,29 2,94															
Обед															
№ 71 Сбор рпц. На прод.мю для общ. Во всех образов.учреж. Дели 2017	Орница свежая (доп гарнир)	50	0,35	0,05	0,95	5,50	0,02	3,50	0,00	0,05	8,50	15,00	7,00	0,25	
№ 82,105 Сбор рпц. На прод.мю для общ. Во всех образов.учреж. Дели 2017	Борщ из св.капусты с картофелем, с мясными припеками, со сметаной	250/15/7	4,98	7,73	11,30	144,51	0,06	10,78	9,99	2,52	59,11	90,00	31,58	1,47	
ТД *	Котлета из мяса птицы	100	11,33	14,36	15,32	220,00	0,10	1,04	51,40	2,80	53,14	94,54	20,80	1,40	
№ 203 Сбор рпц. На прод.мю для общ. Во всех образов.учреж. Дели 2017	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130/5	6,83	4,43	38,37	220,56	0,07		20,00	0,98	14,63	46,10	10,34	1,03	
№ 345 Сбор рпц. На прод.мю для общ. Во всех образов.учреж. Дели 2017	Компот из сухофруктов 14С	200	0,66	0,09	22,03	92,90	0,02	0,73	0,00	0,51	32,48	23,44	17,46	0,70	
Хим. состав и калорийность рецептуры. Программа питания табл. 6, стр. 144, 2012 Дели *	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,35	36,90	94,57	0,05	0,00	0,00	0,55	12,73	47,13	16,15	1,85	
Хим. состав и калорийность рецептуры. Программа питания табл. 6, стр. 144, 2012 Дели *	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	
Итого: 907 31,26 32,05 133,37 969,94 0,39 16,05 81,39 8,11 195,09 391,21 126,84 8,65															
Полдник															
№ 389 Сбор рпц. На прод.мю для общ. Во всех образов.учреж. Дели 2017	Сок	200	1,00		20,20	84,80	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
№ 475 Сбор рпц. На прод.мю для общ. Во всех образов.учреж. Дели 2017	Булочка с корицей	60	5,86	8,12	34,85	224	0,08	0,18	5,5	1,26	12,09	45,13	8,07	0,59	
Хим. состав и калорийность рецептуры. Программа питания табл. 6, стр. 144, 2012 Дели *	Итого:	260	6,86	8,12	55,05	308,80	0,10	4,18	5,50	1,46	26,09	59,13	16,07	3,39	
Ужин															
№ 12 Сбор рпц. На прод.мю для общ. Во всех образов.учреж. Дели 2016	Салат из кукурузы кс	50	1,44	3,09	4,02	49,65	0,05	4,65	0,00	1,41	9,33	28,89	9,77	0,33	
№ 291 Сбор рпц. На прод.мю для общ. Во всех образов.учреж. Дели 2017	Плов из куриных грудок	50/200	10,80	14,65	21,23	260,71	0,25	10,78	16,13	0,45	34,18	252,50	88,45	2,33	
№ 375 Сбор рпц. На прод.мю для общ. Во всех образов.учреж. Дели 2017	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,00	40,00		0,03			10,95	2,80	1,40	0,26	
Хим. состав и калорийность рецептуры. Программа питания табл. 6, стр. 134, 2012 Дели *	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,35	36,90	94,57	0,05	0,00	0,00	0,55	12,73	47,13	16,15	1,85	
Хим. состав и калорийность рецептуры. Программа питания табл. 6, стр. 144, 2012 Дели *	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	
Итого: 600 17,97 18,71 77,93 543,94 0,43 15,46 16,13 3,11 81,68 406,32 139,27 6,71															
Поздний ужин															
№ 285 Сбор рпц. На прод.мю для общ. Во всех образов.учреж. Дели 2017	Молоко кипенное	180	5,22	4,50	8,64	95,30	0,07	2,34	36,00	0,00	216,00	162,00	25,20	0,18	
Хим. состав и калорийность рецептуры. Программа питания табл. 10 стр. 204, 2012 Дели *	Сушки	20	2,14	0,24	14,24	67,8	0,03	0	0	0,32	4,8	18,2	3,6	0,32	
Итого: 200 7,36 4,74 22,88 164,10 0,10 2,34 36,00 0,32 220,80 180,20 28,80 0,50															
Всего: 2617 86,42 86,49 900,28 2691,00 1,33 39,25 311,49 14,69 225,61 1439,05 387,26 22,19															

		2 День												
		Завтрак												
№223 Сбор рещ. На прод.чю для общ. Во всех общ. Учреж.-Дети 2017	Зеленка творожная с молоком сухими	170/30	14.61	19.06	30.10	270.00	0.06	0.47	65.00	0.41	195.59	215.16	26.56	0.64
Комплект в calorimetry российских продуктов питания табл 9 стр 186, 2012	Плоды и ягоды свежие (банан)	100	1.5	0.50	21.0	96.0	0.04	10.00	0.40	8.00	28.00	42.00	0.60	0.60
№276 Сбор рещ. на прод.чю для общ. Во всех общ. Учреж.-Дети 2017	Чай с молоком, с сахаром	150/40/10	1.41	1.26	14.79	75.35	0.04	1.24	9.3	117.77	86.33	14.33	0.38	0.38
Комплект в calorimetry российских продуктов питания табл 6 стр 137, 2012	Батон	50	3.75	1.45	25.70	131.00	0.05		0.85	9.50	32.50	6.50	0.60	0.60
	Итого:	550	22.77	22.27	91.59	647.70	0.19	11.71	74.3	1.66	330.86	361.99	89.39	2.22
№71 Сбор рещ. на прод.чю для общ. Во всех общ. Учреж.-Дети 2017	Помидоры свежие (догоп. гарнир)	50	0.55	0.10	1.90	12.00	0.03	12.50	0.00	0.35	7.00	13.00	10.00	0.45
№812016 Сбор рещ. на прод.чю для общ. Во всех общ. Учреж.-Дети 2017	Рассолышик "Ленинградский" на бульоне из индейки, со сметаной	250/7	1.62	5.91	12.06	113.49	0.08	8.09	7.00	2.35	34.61	142.46	26.24	0.90
Индия тушеная с яблоками		60/40	10.67	8.30	10.32	158.40	0.04	0.95	15.60	0.28	13.55	129.90	16.01	1.03
№308 Сбор рещ. на прод.чю для общ. Во всех общ. Учреж.-Дети 2017	Каши пшеница вязкая	180	5.02	6.01	28.73	189.00	0.18	40.00	0.23	28.45	140.01	50.19	1.65	1.65
Итого:		200	0.25	0.12	28.67	116.40	0.02	0.45	0.00	0.08	17.25	11.88	6.63	0.70
Комплект в calorimetry российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.35	36.90	94.57	0.05	0.00	0.00	0.55	12.73	47.13	16.15	1.85
Комплект в calorimetry российских продуктов питания табл 6, стр 144, 2012	Хлеб ржаной	50	3.30	0.60	19.80	99.00	0.09	0.00	0.70	14.50	75.00	23.50	1.95	1.95
	Итого:	887	30.24	33.31	138.57	943.26	0.48	21.99	62.60	4.54	128.09	558.37	148.72	8.53
№198 Сбор рещ. на прод.чю для общ. Во всех общ. Учреж.-Дети 2017	Сок	200	1.00		20.20	84.80	0.02	4.00	0.20	14.00	14.00	14.00	8.00	2.80
№145 Сбор рещ. на прод.чю для общ. Во всех общ. Учреж.-Дети 2017	Булочка "Порожана"	50	3.39	6.98	21.07	160.50	0.06	0.00	0.00	2.55	9.30	32.10	13.10	0.60
Комплект в calorimetry российских продуктов питания табл 9 стр 186, 2012	Плоды и ягоды свежие (яблоко)	100	0.40	0.40	9.80	47.00	0.03	10.00	0.20	16.00	11.00	9.00	2.20	2.20
	Итого:	350	4.79	7.38	51.07	292.30	0.11	14.00	0.00	2.95	39.30	57.10	30.10	5.60
Итого:	Ужин													
№141 Сбор рещ. на прод.чю для общ. Во всех общ. Учреж.-Дети 2017	Биточки Рыбные с маслом сливочным	100/5	9.24	12.16	10.31	214.48	0.06	0.60	20.13	0.85	56.23	172.83	15.00	
Итого:	Картофель запеченный дольками	200	5.52	19.02	31.19	256.89	0.26	29.00	0.00	9.10	30.90	144.56	53.72	2.00
№142 Сбор рещ. на прод.чю для общ. Во всех общ. Учреж.-Дети 2017	Напиток из шиповника (7/5С)	200	0.68	0.28	10.76	48.20	0.01	100.00	0.00	0.76	21.34	3.44	3.44	0.63
Комплект в calorimetry российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.35	36.90	94.57	0.05	0.00	0.00	0.55	12.73	47.13	16.15	1.85
Комплект в calorimetry российских продуктов питания табл 6, стр 144, 2012	Хлеб ржаной	50	3.30	0.60	19.80	99.00	0.09	0.00	0.70	14.50	75.00	23.50	1.95	1.95
	Итого:	605	17.70	19.05	78.85	567.94	0.49	129.60	20.13	11.97	135.69	442.97	111.81	6.43
№136 Сбор рещ. на прод.чю для общ. Во всех общ. Учреж.-Дети 2017	Ряженка 2,5%	180	5.40	4.50	7.56	91.80	0.04	0.54	36.00	0.00	223.20	165.60	25.20	0.18
Комплект в calorimetry российских продуктов питания табл 6, стр 136, 2012	Печенье	20	1.48	1.88	1.14	8.6	0.026	0.	0	0.74	5.2	16.8	6	0.28
	Итого:	200	6.88	6.38	8.70	100.40	0.06	0.54	36.00	0.74	228.40	182.40	31.20	0.46
	Всего:	2592	82.38	88.38	368.78	2551.60	1.33	177.84	193.03	21.86	862.34	1602.83	411.22	23.24

		3 день												
		Завтрак												
№ 173 Сбор рец. На произв. для общ. во всех обрах. уржж. Дели. 2017	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	230/5	9,3	14,68	42,11	339,07	0,2	1,07	61,32	0,69	167,43	262,95	79,25	1,94
№ 3 Сбор рец. На произв. для общ. во всех обрах. уржж. Дели. 2017	Булгурбород с маслом сливочным с сыром	40/10/20	8,30	17,24	16,45	253,67	0,04	0,16	107,15	0,62	226,32	155,10	16,45	0,56
№ 382 Сбор рец. На произв. для общ. во всех обрах. уржж. Дели. 2017	Кежес с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,06	1,59	24,4		152,22	124,56	21,34	0,48
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл. в. стр. 132, 2012 Дели +	Батон	45	3,38	1,31	23,13	117,90	0,05			0,77	8,55	29,25	5,85	0,54
	Итого:	545	21,68	22,09	99,27	711,34	0,35	2,82	192,87	2,08	553,52	571,86	122,89	3,52
	Обед													
№ 52 Сбор рец. На произв. для общ. Во всех обрах. уржж. Дели. 2017	Салат из отварной свеклы	100	1,41	6,01	8,26	92,80	0,02	6,65	0,00	2,70	35,46	40,63	20,70	1,32
№ 167 Сбор рец. На произв. для общ. во всех обрах. уржж. Дели. 2017	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	250	5,49	5,27	16,54	148,25	0,23	5,83	0,00	2,43	42,68	88,10	35,58	2,05
№ 263 Сбор рец. На произв. для общ. во всех обрах. уржж. Дели. 2017	Гуляш из отварной говядины	50/50	10,45	11,71	22,89	221,00	0,03	0,92		2,61	21,81	154,15	22,03	3,06
№ 171 Сбор рец. На произв. для общ. во всех обрах. уржж. Дели. 2017	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,51	4,76	37,65	256,76	0,25	0,00	11,98	0,50	29,48	248,20	168,62	5,66
ТК	Кисель	200	0,60	0,10	30,20	123,60	0,00	1,10			15,70	16,30	3,36	0,37
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл. в. стр. 139, 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,35	36,90	94,57	0,05	0,00	0,00	0,55	12,73	47,13	16,15	1,85
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл. в. стр. 144, 2012 Дели +	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95
	Итого:	930	30,56	33,56	135,34	941,41	0,66	14,50	11,98	9,49	171,36	669,51	289,94	16,26
	Полдник													
№ 389 Сбор рец. На произв. для общ. во всех обрах. уржж. Дели. 2017	Сок	200	1,00		20,20	84,80	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
№ 429 Сбор рец. На произв. для общ. во всех обрах. уржж. Дели. 2017	Булочка "Венушка"	50	3,90	3,06	23,90	139,00	0,07	0,00	3,00	0,00	11,30	39,20	15,20	0,73
	Итого:	250	4,90	3,06	44,10	223,80	0,09	4,00	3,00	0,20	25,30	53,20	23,20	3,53
	Ужин													
№ 93 Сбор рец. На произв. для общ. во всех обрах. уржж. Дели. 2017	Куринная грудка запеченная	100	9,87	17,72	0,00	210,40	0,03	0,00	20,00	0,30	39,00	143,00	20,00	20,60
№ 143/373 Сбор рец. На произв. для общ. во всех обрах. уржж. Дели. 2016	Овощное рагу	180	3,03	18,84	14,74	243,43	0,10	21,45	78,86	3,45	63,70	77,14	27,87	1,03
№ 176 Сбор рец. На произв. для общ. во всех обрах. уржж. Дели. 2017	Чай с сахаром и яблоком	180/10/70	0,11	0,06	10,98	44,70	0,00	1,03	0,00	0,02	12,55	3,90	2,30	0,48
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл. в. стр. 134, 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,35	36,90	94,57	0,05	0,00	0,00	0,55	12,73	47,13	16,15	1,85
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл. в. стр. 144, 2012 Дели +	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95
	Итого:	580	17,19	18,73	80,26	526,40	0,27	22,48	98,86	5,02	142,48	346,17	89,83	25,31
	Поздний ужин													
№ 386 Сбор рец. На произв. для общ. во всех обрах. уржж. Дели. 2017	Кефир	180	5,22	4,50	7,20	90,00	0,07	1,26	36,00	0,00	216,00	162,00	25,20	0,18
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл. в. стр. 136, 2012 Дели +	Печенье (крекер)	20	1,48	1,88	1,14	8,6	0,03	0	0	0,74	5,2	16,8	6	0,28
	Итого:	200	6,70	6,38	8,34	98,60	0,10	1,26	36,00	0,74	221,20	178,80	31,20	0,46
	Итого:	2505	81,02	83,82	367,31	2501,55	1,47	45,05	342,70	17,52	1113,86	1819,53	557,06	49,07

		4 день		Завтрак															
№ 210 Сбор рец. На прод.-мо для обуч. Во всех образ. учреж.-Дети 2017	Омлет натуральный	200	18,59	23,10	44,52	386,21	0,14	0,34	432,76	1,00	137,45	301,03	21,52	3,52					
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 9 стр 184, 2012	Плоды и ягоды свежие (блочки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00		0,20	16,00	11,00	9,00	2,20					
Дети +																			
№ 376 Сбор рец. На прод.-мо для обуч. Во всех образ. учреж.-Дети 2017	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,00	40,00		0,03			10,95	2,80	1,40	0,26					
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6: стр 132, 2012	Батон	50	3,75	1,45	25,7	131	0,05			0,85	9,5	32,5	6,5	0,6					
Дети +																			
	Итого:	550	22,81	23,52	99,82	651,21	0,22	10,37	432,76	2,05	173,90	347,33	38,42	6,58					
	Обед																		
№ 321 Сбор рец. На прод.-мо для обуч. Во всех образ. учреж.-Дети 2017	Капустя тушеная (доп. гарнир)	50	1,03	1,62	4,71	37,55	0,02	8,54	0,00	0,98	29,38	20,35	10,43	0,42					
№ 113 Сбор рец. На прод.-мо для обуч. Во всех образ. учреж.-Дети 2017	Суп-лапша домашняя с куриными фрикадельками	250/11	4,24	8,04	12,74	149,59	0,06	0,64	23,84	2,62	39,73	54,14	12,88	0,79					
№ 306 Сбор рец. На прод.-мо для обуч. Во всех образ. учреж.-Дети 2016	Шницель куриный	100	11,33	14,36	15,32	220,00	0,10	1,04	51,40	2,80	53,14	94,34	20,80	1,40					
№ 311 Сбор рец. На прод.-мо для обуч. Во всех образ. учреж.-Дети 2017	Пюре картофельное с маслом сливочным	180/3	3,71	7,95	24,57	184,50	0,17	21,79	12,00	0,25	45,09	104,81	33,30	1,16					
№ 342 Сбор рец. На прод.-мо для обуч. Во всех образ. учреж.-Дети 2017	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	13,91	56,74	0,01	0,90		0,08	14,18	4,40	5,14	0,95					
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,35	36,90	94,57	0,05	0,00	0,00	0,55	12,73	47,13	16,15	1,85					
Дети +																			
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6, стр 141, 2012	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95					
Дети +																			
	Итого:	501	31,28	33,08	127,95	938,52	0,48	32,91	87,24	7,97	208,74	400,36	122,20	8,51					
	Полдник																		
№ 389 Сбор рец. На прод.-мо для обуч. Во всех образ. учреж.-Дети 2017	Сок	200	1,00		20,20	84,80	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80					
№ 412 Сбор рец. На прод.-мо для обуч. Во всех образ. учреж.-Дети 2017	Грицца "Школьная"	100	10,09	11,10	28,26	253,00	0,10	2,37	42,80	0,56	136,58	129,52	31,21	1,44					
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6, стр 141, 2012		300	11,09	11,10	48,46	337,80	0,12	6,37	42,80	0,76	150,58	143,52	39,21	4,24					
Дети +																			
	Итого:	300	11,09	11,10	48,46	337,80	0,12	6,37	42,80	0,76	150,58	143,52	39,21	4,24					
	Ужин																		
№ 235 Сбор рец. На прод.-мо для обуч. Во всех образ. учреж.-Дети 2017	Бефстроганов из отварной говядины	50/50	10,44	15,65	3,78	181,00	0,03	0,37	16,90	0,49	33,58	124,92	19,81	1,98					
№ 205 Сбор рец. На прод.-мо для обуч. Во всех образ. учреж.-Дети 2017	Салатетти отварные с маслом сливочным	195/5	6,90	7,98	34,03	251,20	0,10	3,62	0,00	4,19	25,89	67,84	23,12	1,38					
№ 377 Сбор рец. На прод.-мо для обуч. Во всех образ. учреж.-Дети 2017	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	0,13	0,02	10,20	42,00	0,00	2,83	0,00	0,01	14,20	4,40	2,40	0,35					
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,35	36,90	94,57	0,05	0,00	0,00	0,55	12,73	47,13	16,15	1,85					
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6, стр 141, 2012	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95					
Дети +																			
	Итого:	600	17,67	18,60	74,46	568,77	0,26	6,82	16,90	5,94	100,90	319,29	84,98	7,51					
	Поздний ужин																		
№ 388 Сбор рец. На прод.-мо для обуч. Во всех образ. учреж.-Дети 2017	Катюк	180	5,22	4,50	8,64	96,30	0,04	0,06	36,00	0,00	223,20	165,50	25,20	0,18					
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 10	Вафли	20	0,75	6,1	12,5	108,5	0,01	0	1	0,95	1,5	8,5	1	0,1					
стр 202, 2012 Дети +																			
	Итого:	200	5,97	10,60	21,14	204,80	0,05	0,06	37,00	0,95	224,70	174,10	26,20	0,28					
	Итого:	2351	88,82	96,90	371,83	2201,10	1,13	36,54	616,70	17,67	858,82	1284,60	311,01	27,12					

	5 День	Завтрак														
№ 187 Сбор рец. На прод.ч. для общ. во всех образов.учреж.-Дети 2012	Каши пшеничная молочная с маслом сливочным	230/5	8,4	13,12	41,46	318,93	0,21	1,31	64,9	0,24	154,54	206,32	53,27	1,38		
№ 7 Сбор рец. На прод.ч. для общ. во всех образов.учреж.-Дети 2012	Бутерброд с маслом сливочным, с молоком спеленным	40/10/20	4,45	9,4	29,97	222	0,05	0,2	50	0,55	73,9	73,93	12,05	0,48		
№ 383 Сбор рец. На прод.ч. для общ. во всех образов.учреж.-Дети 2012	Кодифицированный напиток с молоком	200	1,12	1,01	7,00	41,70	0,10	4,00	4,00	0,10	18,52	42,47	12,34	0,94		
Хим состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 132, 2012 Дети *	Батон	45	3,38	1,31	23,13	117,9	0,05			0,77	8,55	29,25	5,85	0,54		
Итого:	Обед	550	21,80	23,83	94,56	700,53	0,41	1,51	118,90	1,66	255,81	351,97	83,51	3,34		
№ 71 Сбор рец. На прод.ч. для общ. во всех образов.учреж.-Дети 2012	Огурцы свежие (доп гарнир)	50	0,35	0,05	0,95	5,50	0,02	3,50	0,00	0,05	8,50	15,00	7,00	0,25		
№ 97 Сбор рец. На прод.ч. для общ. во всех образов.учреж.-Дети 2012	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/11	4,54	4,12	16,95	135,57	0,14	12,26	6,40	1,38	36,35	95,77	33,63	1,41		
№ 279,331 Сбор рец. На прод.ч. для питания детей в дош. образоват.учрежд. Дети 2012	Тфтели мясные в сметанно-томатном соусе	60/40	7,28	11,94	8,36	123,99	0,05	0,28	29,62	0,42	20,73	80,20	15,52	0,64		
№ 203 Сбор рец. На прод.ч. для общ. во всех образов.учреж.-Дети 2012	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/3	6,79	0,80	38,30	188,00	0,07	0,00	0,02	0,93	13,43	44,60	10,34	1,02		
№ 249 Сбор рец. На прод.ч. для общ. во всех образов.учреж.-Дети 2012	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	0,02	0,73	0,00	0,51	32,48	23,44	17,46	0,70		
Хим состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дети *	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,35	36,90	94,57	0,05	0,00	0,00	0,55	12,73	47,13	16,15	1,85		
Хим состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дети *	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95		
Итого:	Полдник	894	30,53	30,69	133,48	915,00	0,42	16,76	36,05	4,53	138,71	381,13	123,61	7,81		
№ 389 Сбор рец. На прод.ч. для общ. во всех образов.учреж.-Дети 2012	Сок	200	1,00		20,20	84,80	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80		
№ 42 Сбор рец. На прод.ч. для общ. во всех образов.учреж.-Дети 2012	Булочка "К чаю"	50	7,87	1,75	19,43	125	0,09	0,27	12	0,6	140,4	132,1	31,6	0,76		
Итого:	Ужин	250	8,87	1,75	39,63	209,80	0,11	4,27	12,00	0,80	154,40	146,10	39,60	3,56		
ТРК	Котлета куриная "Здоровье"	100	7,22	12,74	15,32	208,04	0,10	1,04	51,40	2,80	53,14	94,54	20,80	1,40		
№ 171 Сбор рец. На прод.ч. для общ. во всех образов.учреж.-Дети 2012	Гороховое пюре	200	8,10	1,88	46,56	274,00	0,65	0,00	0,00	0,60	123,88	281,10	82,26	6,24		
№ 316 Сбор рец. На прод.ч. для общ. во всех образов.учреж.-Дети 2012	Чай с мармаладом	150/10	0,09	0,02	11,91	48,15	0,03	0,03			11,25	2,95	1,70	0,29		
Хим состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дети *	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,35	36,90	94,57	0,05	0,00	0,00	0,55	12,73	47,13	16,15	1,85		
Хим состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дети *	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95		
Итого:	Поздний ужин	600	18,71	18,07	73,79	532,89	0,89	1,07	51,40	4,65	215,50	500,72	144,41	11,73		
№ 385 Сбор рец. На прод.ч. для общ. во всех образов.учреж.-Дети 2012	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	96,30	0,07	2,34	36,00	0,00	216,00	162,00	25,20	0,18		
Хим состав и калорийность российских продуктов питания табл 6, стр 136, 2012 Дети *	Печенье	20	1,48	1,88	1,14	8,6	0,03	0	0	0,74	5,2	16,8	6	0,28		
Итого:		200	6,70	6,38	9,78	104,90	0,10	2,34	36,00	0,74	221,20	178,80	31,20	0,46		
Итого:		2494	86,61	80,72	351,24	2463,12	1,93	25,95	254,35	12,38	985,62	1558,71	422,33	26,89		

		6. День												
		Завтрак												
№ 182 Сбор реч. На прораб. ме. для общ. во всех образ. учреж.-Дети 2012	Каша пшеничная Молоочная с маслом сливочным	220/5	8,04	12,56	39,7	305,36	0,2	1,25	62,14	0,23	147,96	197,54	51	1,32
ТН	Рис отварной с зеленым горошком кис	40/40	11,99	14,01	2,89	182,78	0,046	3,34	235	0,75	64,73	196,89	17,94	2,51
№ 382 Сбор реч. На прораб. ме. для общ. во всех образ. учреж.-Дети 2012	Каша с Молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,06	1,59	24,4		152,22	124,56	21,34	
Хим. состав и калорийность раскисленной приправы питания табл. в. стр. 132, 2012 Дети *	Батон	45	3,38	1,31	23,13	117,9	0,05			0,77	8,55	29,25	5,85	0,54
	Итого:	550	23,41	22,40	97,99	704,24	0,36	6,18	321,54	1,75	373,46	548,24	96,13	4,37
	Обед													
ТН	Зеленый горошек с/к (доп. гарнир)	50	1,55	0,100	3,250	20	0,055	5,000	0,000	0,1	10,000	31,000	10,500	0,350
№ 58,288 Сбор реч. На прораб. ме. для общ. во всех образ. учреж.-Дети 2012	Суп крестьянский с крупнопшенич. на курином бульоне с мясом птицы, со сметаной	250/10/10	4,08	6,27	11,48	118,65	0,05	10,15	15,82	2,42	50,04	56,08	17,10	0,78
№234,230 Сбор реч. На прораб. ме. для общ. во всех образ. учреж.-Дети 2012	Биточки рыбные в сметанном соусе	90/20	10,79	9,07	5,43	168,70	0,06	0,55	6,87	0,77	54,98	158,74	14,56	0,04
№ 304 Сбор реч. На прораб. ме. для общ. во всех образ. учреж.-Дети 2012	Рис отварной рассыпчатый	180	5,45	11,45	44,12	262,64	0,03	0,00	0,00	0,34	1,64	73,13	19,60	0,63
ТН	Компот из яблок	200	0,75	0,06	27,93	116,40	0,02	0,60	0,00	0,83	33,22	22,80	18,16	0,48
Хим. состав и калорийность раскисленной приправы питания табл. в. стр. 134, 2012 Дети *	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,35	36,90	94,57	0,05	0,00	0,00	0,55	12,73	47,13	16,15	1,85
Хим. состав и калорийность раскисленной приправы питания табл. в. стр. 144, 2012 Дети *	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95
	Итого:	905	30,47	30,70	140,23	974,54	0,34	16,30	22,69	5,71	177,11	463,88	119,57	6,08
	Полдник													
№ 389 Сбор реч. На прораб. ме. для общ. во всех образ. учреж.-Дети 2012	Сок	200	1,00		20,20	84,80	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
ТН	Сливки сладкая	50	4,46	5,60	22,43	154,17	0,08	0,00	0,00	1,10	11,25	38,42	16,17	0,73
Хим. состав и калорийность раскисленной приправы питания табл. в. стр. 186, 2012 Дети *	Плоды и ягоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Итого:	350	5,86	6,00	52,43	285,97	0,13	14,00	0,00	1,50	41,25	63,42	33,17	5,73
	Итого:	1805	59,74	59,10	290,65	1964,74	0,82	36,48	344,23	8,96	591,82	1075,53	248,87	16,18

№ рецептура	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	
															2-ая неделя
1 День															
Завтрак															
№ 174 Сбор рещ. На продачу для общ. Во всех образц. Уржм-Дели 2017	Каша речневая молочная с маслом сливочным	200/3	9,07	10,61	37,89	276,47	0,12	0,93	52,97	0,57	156,64	233,46	35,24	0,91	
<i>Хим. состав и калорийность рассчитаны по продуктам питания табл. 9 стр. 185, 201, 2 Дели *</i>															
№ 178 Сбор рещ. На продачу для общ. Во всех образц. Уржм-Дели 2017	Пуды и ягоды свежие (банан)	100	1,50	0,50	21,00	96,00	0,04	10,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,50	0,50	
№ 278 Сбор рещ. На продачу для общ. Во всех образц. Уржм-Дели 2017	Чай с молоком, с сахаром	150/40/10	1,41	1,26	14,79	75,35	0,04	1,24	9,3	117,77	86,33	14,33	0,38	0,38	
<i>Хим. состав и калорийность рассчитаны по продуктам питания табл. 6, стр. 132, 2012 Дели *</i>															
	Батон	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,05	0,05	0,85	9,50	32,50	6,50	0,50	0,50	
	Итого:	553	22,55	23,17	99,38	674,82	0,25	12,17	62,27	1,82	291,91	380,29	98,07	2,49	
Обед															
№ 71 Сбор рещ. На продачу для общ. Во всех образц. Уржм-Дели 2017	Овощи свежие (доп гарнир)	50	0,35	0,05	0,95	5,50	0,02	3,50	0,00	0,05	8,50	15,00	7,00	0,25	
№ 101 Сбор рещ. На продачу для общ. Во всех образц. Уржм-Дели 2017	Суп картофельный с гречневой крупой на курином бульоне	250	1,97	2,71	12,11	85,75	0,09	8,25	0,00	1,23	26,70	55,98	22,78	0,88	
ТТК	Котлеты из мяса птицы	100	11,33	14,36	15,32	220,00	0,10	1,04	51,40	2,80	53,14	94,54	20,80	1,40	
№ 203 Сбор рещ. На продачу для общ. Во всех образц. Уржм-Дели 2017	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/3	6,04	5,55	37,71	225,10	0,06	0,00	24,77	0,98	14,68	45,67	10,16	1,02	
ТТК	Компот из яблок и клюквы	200	0,240	0,140	27,840	115	0,018	1,800	0,009	0,160	14,808	6,250	5,112	0,612	
<i>Хим. состав и калорийность рассчитаны по продуктам питания табл. 6 стр. 134, 2012 Дели *</i>															
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,35	36,90	94,57	0,05	0,00	0,00	0,55	12,73	47,13	16,15	1,85	
<i>Хим. состав и калорийность рассчитаны по продуктам питания табл. 6, стр. 134, 2012 Дели *</i>															
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,50	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	
	Итого:	883	30,34	32,03	138,52	930,68	0,42	14,59	76,17	6,46	145,05	339,51	105,50	7,95	
Полдник															
№ 389 Сбор рещ. На продачу для общ. Во всех образц. Уржм-Дели 2017	Сок	200	1,00		20,20	84,80	0,02	4,00	0,20	14,00	14,00	14,00	8,00	2,80	
№ 442 Сбор рещ. На продачу для общ. Во всех образц. Уржм-Дели 2017	Булочка "Дорожная"	50	3,39	6,98	21,07	160,5	0,06	0	0	2,55	9,3	32,1	13,1	0,6	
	Итого:	250	4,39	6,98	41,27	245,30	0,08	4,00	0,00	2,75	23,30	46,10	21,10	3,40	
Ужин															
№ 229 Сбор рещ. На продачу для общ. Во всех образц. Уржм-Дели 2017	Милфай в томате с овощами	75/40	11,37	12,28	3,31	94,10	0,06	3,17	7,46	2,16	36,02	204,86	54,86	0,99	
№ 230 Сбор рещ. На продачу для общ. Во всех образц. Уржм-Дели 2017	Рис отварной с маслом сливочным	180/5	4,42	10,08	44,09	284,64	0,03	0,00	20,00	0,39	2,84	74,63	19,60	0,64	
№ 376 Сбор рещ. На продачу для общ. Во всех образц. Уржм-Дели 2017	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,00	40,00		0,03			10,95	2,80	1,40	0,26	
<i>Хим. состав и калорийность рассчитаны по продуктам питания табл. 6 стр. 134, 2012 Дели *</i>															
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,35	36,90	94,57	0,05	0,00	0,00	0,55	12,73	47,13	16,15	1,85	
<i>Хим. состав и калорийность рассчитаны по продуктам питания табл. 6, стр. 144, 2012 Дели *</i>															
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,50	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	
	Итого:	600	18,54	19,32	77,20	518,21	0,23	3,20	27,46	3,79	77,03	404,42	115,52	5,69	
Поздний ужин															
№ 386 Сбор рещ. На продачу для общ. Во всех образц. Уржм-Дели 2017	Кефир	180	5,22	4,5	7,2	90	0,07	1,26	36	0	216	162	25,2	0,18	
<i>Хим. состав и калорийность рассчитаны по продуктам питания табл. 10 стр. 207, 2012 Дели *</i>															
	Сушки	20	2,14	0,24	14,24	67,8	0,03	0	0	0,32	4,8	18,2	3,6	0,32	
	Итого:	200	7,36	4,74	21,44	157,80	0,10	1,26	36,00	0,32	220,80	180,20	28,80	0,50	
	Итого:	2485	83,18	86,24	377,81	2479,07	1,08	35,22	201,89	15,14	758,10	1999,72	368,99	20,03	

		2 День													
		Завтрак													
№ 213 Сбор рец. На производство общ. во всех образ. учрежд.-Дели 2012	Завтрак/на Творожная с молоком сухим	220/230	20,66	13,94	53,30	380,80	0,16	0,87	200,20	1,28	418,54	529,86	62,08	1,86	
№ 1 Сбор рец. На прод. мо. для общ. во всех образ. учрежд.-Дели 2012	Бутерброд с маслом сливочным	40/10	2,95	9,36	18,61	170	0,04	0,04	50	0,55	10,5	28,13	5,25	0,44	
№ 379 Сбор рец. На прод. мо. для общ. во всех образ. учрежд.-Дели 2012	Корфейный напиток с молоком	200	1,12	1,01	7,00	41,70	0,10	0,10	4,00	0,10	18,82	42,47	12,34	0,94	
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 131, 2012 Дели 1	Батон	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	7,60	26,00	5,20	0,48	
	Итого:	540	23,61	24,01	99,46	697,30	0,34	0,87	254,20	2,61	455,47	626,46	84,87	3,72	
	Обед														
№ 211 Сбор рец. На прод. мо. для общ. во всех образ. учрежд.-Дели 2012	Помидоры свежие (доп. гарнир)	50	0,55	0,10	1,90	12,00	0,03	12,50	0,00	0,35	7,00	13,00	10,00	0,45	
№ 81 Сбор рец. На прод. мо. для общ. во всех образ. учрежд.-Дели 2012	Сул. картофельный с вермишелью с маслом говядины	250/10	5,11	2,46	17,55	125,83	0,12	8,10	2,20	1,44	26,95	95,29	31,55	1,32	
№ 244 Сбор рец. На прод. мо. для общ. во всех образ. учрежд.-Дели -2012	Плов из отварной говядины с рисом	50/200	18,97	20,36	57,79	509,83	0,08	2,31	0,00	5,25	22,04	285,70	63,75	4,13	
№ 239 Сбор рец. На производстве общ. во всех образ. учрежд.-Дели 2012	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	22,03	92,90	0,02	0,73	0,00	0,51	32,48	23,44	17,46	0,70	
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 124, 2012 Дели 1	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,35	36,90	94,57	0,05	0,00	0,00	0,55	12,73	47,13	16,15	1,85	
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 124, 2012 Дели 1	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	
	Итого:	860	32,39	32,96	138,42	934,14	0,38	23,63	2,20	8,80	115,71	539,56	162,41	10,40	
	Полдник														
№ 389 Сбор рец. На производстве общ. во всех образ. учрежд.-Дели 2012	Сок	200	1,00	20,20	84,80	0,02	4,00	0,20	14,00	14,00	14,00	14,00	8,00	2,80	
№ 426 Сбор рец. На производстве общ. во всех образ. учрежд.-Дели 2012	Булочка обсыпаная	50	3,3	7,18	20,565	160	0,08	0,02	0	2,355	10,65	36,4	14,1	0,655	
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 9 стр 184, 2012 Дели 1	Плоды: и яблоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	
	Итого:	350	4,70	7,58	50,57	291,80	0,13	14,02	0,00	2,76	40,65	63,40	31,10	5,70	
	Ужин														
№ 258 Сбор рец. На производстве общ. во всех образ. учрежд.-Дели 2012	Куринная грудка отварная	100	30,80	5,60	0,00	168,00	0,03	0,00	20,00	0,30	39,00	143,00	20,00	20,00	
№ 199 Сбор рец. На производстве общ. во всех образ. учрежд.-Дели 2012	Гороховое пюре с маслом сливочным	200/5	8,14	5,51	46,63	307,00	0,66	0,00	20,00	0,65	125,08	282,60	82,26	6,25	
№ 376 Сбор рец. На производстве общ. во всех образ. учрежд.-Дели 2012	Чай с сахаром и яблоком	180/10/10	0,11	0,06	10,98	44,70	0,00	1,03	0,00	0,02	12,55	3,90	2,30	0,48	
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 124, 2012 Дели 1	Хлеб пшеничный	50	3,90	0,35	36,90	94,57	0,05	0,00	0,00	0,55	12,73	47,13	16,15	1,85	
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6, стр 124, 2012 Дели 1	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	
	Итого:	605	18,65	17,63	77,41	545,27	0,83	1,03	40,00	2,22	203,86	551,63	144,21	30,53	
	Поздний ужин														
№ 380 Сбор рец. На производстве общ. во всех образ. учрежд.-Дели 2012	Катык	180	5,22	4,5	8,64	96,3	0,04	0,063	36	0	223,2	165,6	25,2	0,18	
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6, стр 126, 2012 Дели 1	Печенье	20	1,48	1,88	1,14	8,6	0,026	0	0	0,74	5,2	16,8	6	0,28	
	Итого:	200	6,70	6,38	9,78	104,90	0,06	0,06	36,00	0,74	228,40	182,40	31,20	0,46	
	Итого:	2555	86,06	88,56	375,64	2573,41	1,74	39,62	332,40	17,13	1044,08	1963,44	453,79	50,80	

3 День															
Завтрак															
№ 182 Сбор реч. На прод.мо для общ. во всех образ.учреж.-Дети 2012	Каша молочная пшеничная молочная с маслом сливочным	200/5	7,33	11,44	36,17	278,22	0,18	1,14	56,62	0,21	134,81	179,98	46,47	1,20	
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 9 с стр 136, 2012 Дети +	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,06	24,4	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
№ 382 Сбор реч. На прод.мо для общ. во всех образ.учреж.-Дети 2012	Каша с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,06	1,59	24,4	0,77	152,22	124,56	21,34	0,48	
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 с стр 137, 2012 Дети +	Баттон	45	3,38	1,31	23,13	117,90	0,05	0,00	0,00	0,77	8,55	29,25	5,85	0,54	
	Итого:	550	22,52	23,28	99,72	675,04	0,50	13,87	137,64	1,39	446,39	524,77	129,13	5,62	
	Обед														
№ 52 Сбор реч. На прод.мо для общ. во всех образ.учреж.-Дети 2012	Салат из овощей отварной	100	0,84	3,61	4,96	55,68	0,01	3,99	0,00	1,62	21,28	24,38	12,42	0,79	
№ 96 Сбор реч. На прод.мо для общ. во всех образ.учреж.-Дети 2012	Рассолы/ник пенинградский на курином бульоне, с мясом птицы, со сметаной	250/10/5	5,69	8,65	12,21	155,05	0,10	8,75	13,82	2,50	41,67	84,62	27,70	1,22	
№ 229 Сбор реч. На прод.мо для общ. во всех образ.учреж.-Дети 2012	Горбуша тушеная с овощами	50/50	9,05	6,09	3,80	105,00	0,13	6,41	39,90	1,71	27,70	121,43	22,74	0,59	
№ 312 Сбор реч. На прод.мо для общ. во всех образ.учреж.-Дети 2012	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	20,53	154,70	0,17	21,79	0,00	0,22	44,37	103,91	33,30	1,21	
№ 348 Сбор реч. На прод.мо для общ. во всех образ.учреж.-Дети 2012	Компот из яблок	200	0,75	0,06	27,93	116,40	0,02	0,69	0,00	0,83	33,22	22,80	18,16	0,48	
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 с стр 134, 2012 Дети +	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,35	36,90	94,57	0,05	0,00	0,00	0,55	12,73	47,13	16,15	1,85	
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 с стр 144, 2012 Дети +	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	
	Итого:	945	30,42	30,88	129,92	930,65	0,55	41,54	50,72	8,13	195,46	479,27	153,97	8,09	
	Полдник														
№ 389 Сбор реч. На прод.мо для общ. во всех образ.учреж.-Дети 2012	Сок	200	1,00		20,20	84,80	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
№ 408 Сбор реч. На прод.мо для общ. во всех образ.учреж.-Дети 2012	Пирожок с повидлом	90	5,18	2,11	50,00	239,40	0,09	0,04	5,40	1,30	17,46	51,12	20,88	1,22	
	Итого:	290	6,18	2,11	70,20	324,20	0,11	4,04	5,40	1,50	31,46	65,12	28,88	4,02	
	Ужин														
ТК	Говядина тушеная с овощами	70/50	8,24	13,86	3,07	270,00	0,04	0,22	0,00	3,13	25,48	191,22	27,67	2,94	
№ 171 Сбор реч. На прод.мо для общ. во всех образ.учреж.-Дети 2012	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,51	4,76	37,65	256,76	0,25	0,00	11,98	0,50	28,48	248,20	188,62	5,66	
№ 171 Сбор реч. На прод.мо для общ. во всех образ.учреж.-Дети 2012	Напиток из шиповника (75С)	200	0,68	0,28	10,76	48,20	0,01	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63	
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 5 с стр 134, 2012 Дети +	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,35	36,90	94,57	0,05	0,00	0,00	0,55	12,73	47,13	16,15	1,85	
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 с стр 144, 2012 Дети +	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	
	Итого:	600	18,23	19,24	74,35	559,97	0,43	100,22	11,98	5,64	102,52	564,99	239,39	13,03	
	Поздний ужин														
№ 385 Сбор реч. На прод.мо для общ. во всех образ.учреж.-Дети 2012	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	96,30	0,07	2,34	36,00	0,00	216,00	162,00	25,20	0,18	
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 с стр 136, 2012 Дети +	Печенье (крекер)	20	1,48	1,88	1,14	8,6	0,026	0	0	0,74	5,2	16,8	6	0,28	
	Итого:	200	6,70	6,38	9,78	104,90	0,10	2,34	36,00	0,74	221,20	178,80	31,20	0,46	
	Итого:	2585	84,05	81,89	383,98	2594,77	1,69	162,00	241,74	17,39	997,04	1812,95	582,57	31,22	

		4 день													
		Завтрак													
№ 183 Сбор рец. на прод. ие для обрч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5	4,33	5,77	28,79	226,49	0,20	1,11	37,15	0,63	144,48	218,11	57,81	1,62	
№ 210 Сбор рец. на прод. ие для обрч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017	Омлет натуральный	100	9,29	16,55	1,76	193,10	0,07	0,17	216,38	0,50	68,72	150,52	10,76	1,76	
№ 277 Сбор рец. на прод. ие для обрч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017	Чай с сахаром, с лимонном	185/10/5	0,13	0,02	10,2	42	0	2,83	0	0,01	14,2	4,4	2,4	0,36	
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл. 6 стр. 132., 2012 Дели +	Батон	70	5,25	2,03	35,96	163,40	0,07	0	0	1,19	13,30	45,50	9,10	0,94	
	Итого:	555	23,33	22,34	96,72	646,99	0,34	4,12	253,53	2,33	240,71	418,53	80,06	4,58	
	Обед														
№ 39 Сбор рец. на прод. ие для обрч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017	Салат картофельный с кукурузой, КС и морковью	100	3,02	6,36	23,72	164,20	0,08	5,78	0,00	2,93	19,36	39,20	25,29	1,20	
№ 23 Сбор рец. на прод. ие для обрч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017	Ши из свежей капусты, с картофелем, с куринными фрикадельками со сметаной	250/11/10	5,64	9,66	10,57	181,21	0,07	15,72	10,15	2,37	58,55	71,28	25,91	0,93	
ТТК	Тертые куриные с гречневой крупой в сметанно-томатном соусе	60/40	7,26	7,86	5,74	123,03	0,16	1,05	46,38	1,98	47,43	61,00	16,75	1,23	
№ 203 Сбор рец. на прод. ие для обрч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/3	6,79	0,80	38,30	168,00	0,07	0,00	0,02	0,93	13,43	44,60	10,34	1,02	
ТТК	Компот из свежих фруктов	200	0,34	0,17	11,48	63,60	0,02	3,17	0,00	0,13	16,67	7,05	7,78	0,88	
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл. 6 стр. 134., 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,35	36,90	94,57	0,05	0,00	0,00	0,55	12,73	47,13	16,15	1,85	
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл. 6, стр. 144., 2012 Дели +	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	
	Итого:	951	30,15	32,16	135,03	913,61	0,54	25,72	56,55	9,59	183,66	345,25	125,73	9,05	
	Полдник														
№ 389 Сбор рец. на прод. ие для обрч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017	Сок	200	1,00		20,20	84,80	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
№ 410 Сбор рец. на прод. ие для обрч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017	Ватрушка с творогом	75	6,12	7,48	19,18	177,20	0,08	0,04	34,00	0,96	50,80	90,20	21,60	0,90	
	Итого:	275	7,12	7,48	39,38	262,00	0,10	4,04	34,00	1,16	64,80	104,20	29,60	3,70	
	Ужин														
№ 271 Сбор рец. на прод. ие для обрч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017	Котлеты домашние из говядины	100	11,28	16,71	9,00	221,74	0,19	0,14	62,00	0,53	235,80	280,50	31,00	1,93	
№ 203 Сбор рец. на прод. ие для обрч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017	Каша полбяная вязкая на воде с маслом сливочным	200/3	4,83	7,27	29,51	202,68	0,10	0,00	12,00	0,83	19,49	122,04	25,92	2,05	
№ 217 Сбор рец. на прод. ие для обрч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,00	40,00	0,03	0,03	0,00	0,55	10,95	2,80	1,40	0,26	
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл. 5 стр. 134., 2012 Дели +	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,35	36,90	94,57	0,05	0,00	0,00	0,55	12,73	47,13	16,15	1,85	
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл. 6, стр. 144., 2012 Дели +	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95	
	Итого:	603	23,28	24,95	105,21	657,99	0,42	0,17	74,00	2,61	293,47	527,47	97,97	8,04	
	Поздний ужин														
№ 286 Сбор рец. на прод. ие для обрч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017	Ряженка 2,5%	180	5,40	4,50	7,56	91,80	0,04	0,54	36,00	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18	
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл. 10 стр. 202., 2012 Дели +	Вафли	20	0,75	6,1	12,5	108,5	0,01	0	1	0,95	1,5	8,5	1	0,1	
	Итого:	200	6,15	10,60	20,06	200,30	0,05	0,54	37,00	0,95	224,70	174,10	26,20	0,28	
	Итого:	2584	90,03	97,52	396,40	2680,90	1,44	34,59	455,08	16,64	1007,34	1569,55	359,57	25,64	

		5 День												
		Завтрак												
№ 123 Сбор рещ. На производство овощей по всем област. учреж. Девн. 2017	Каша пшеничная колбасная с маслом сливочным	230/5	8,60	7,43	48,25	270,00	0,14	0,96	34,80	0,72	170,20	219,80	44,33	0,33
№ 3 Сбор рещ. На производство овощей по всем област. учреж. Девн. 2017	Бутерброд с маслом сливочным с сыром	409/10/20	8,30	17,24	16,45	253,67	0,04	0,16	107,15	0,62	225,32	155,10	16,45	0,56
№ 179 Сбор рещ. На производство овощей по всем област. учреж. Девн. 2017	Колбасный напиток с молоком	200	1,12	1,01	7,00	41,70	0,10	0,00	4,00	0,10	18,82	42,47	12,34	0,94
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл. 6 стр. 132, 2012 Девн. *	Батон	45	3,375	1,305	23,13	117,90	0,045	0	0	0,765	8,55	29,25	5,85	0,54
	Итого:	560	21,39	23,37	90,83	692,27	0,33	1,12	145,95	2,21	398,26	446,62	78,97	4,36
	Обед													
№ 71 Сбор рещ. На производство овощей по всем област. учреж. Девн. 2017	Огурцы свежие (доп. гарнир)	50	0,35	0,05	0,95	5,50	0,02	3,50	0,00	0,05	8,50	15,00	7,00	0,25
№ 113,288 Сбор рещ. На производство овощей по всем област. учреж. Девн. 2017	Суп-лапша домашняя на курином бульоне с мясом птицы	250/10	2,57	5,54	11,82	115,75	0,05	0,50	12,50	2,58	28,55	36,50	10,68	0,65
№ 143,241 Сбор рещ. На производство овощей по всем област. учреж. Девн. 2017	Овощи тушеные с мясным фаршем	50/200	13,33	13,28	43,58	346,67	0,02	18,77	39,00	0,00	68,94	172,79	38,24	2,24
11 *	Кисель	200	0,60	0,10	30,20	123,60	0,00	1,10			15,70	16,30	3,35	0,37
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл. 6 стр. 124, 2012 Девн. *	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,35	36,90	94,57	0,05	0,00	0,00	0,55	12,73	47,13	16,15	1,85
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл. 6 стр. 144, 2012 Девн. *	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95
	Итого:	860	31,05	33,19	134,87	908,69	0,22	23,87	51,50	3,88	148,92	364,72	98,93	7,31
	Полдник													
№ 389 Сбор рещ. На производство овощей по всем област. учреж. Девн. 2017	Сок	200	1,00		20,20	84,80	0,02	4,00	0,20	14,00	14,00	14,00	8,00	2,80
11 *	Слюшья сливочная	50	4,46	5,60	22,45	154,17	0,08	0,00	0,00	1,10	11,25	35,42	16,17	0,73
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл. 9 стр. 186, 2012 Девн. *	Фрукты и ягоды свежие (заморожен)	100	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	60,00	0,20	34,00	22,00	22,00	13,00	0,30
	Итого:	350	6,36	5,80	50,73	281,97	0,14	64,00	0,00	1,50	59,25	75,42	37,17	3,83
	Ужин													
11 *	Батошки "Солнышко"	100	5,66	8,77	10,09	155,50	0,10	1,04	71,40	2,85	54,34	66,04	20,80	1,41
№ 130 Сбор рещ. На производство овощей по всем област. учреж. Девн. 2017	Капустя тушеная	200	4,08	7,36	15,76	154,00	0,06	34,16	0,00	3,90	117,50	81,38	41,70	1,08
№ 376 Сбор рещ. На производство овощей по всем област. учреж. Девн. 2017	Чай с сахаром и яблоком	160/10/10	0,11	0,06	10,96	44,70	0,00	1,03	0,00	0,02	12,55	3,90	2,30	0,48
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл. 6 стр. 134, 2012 Девн. *	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,35	36,90	94,57	0,05	0,00	0,00	0,55	12,73	47,13	16,15	1,85
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл. 6 стр. 144, 2012 Девн. *	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95
	Итого:	600	17,17	17,80	74,64	547,77	0,30	37,26	71,40	8,04	224,17	307,35	108,75	7,83
	Поздний ужин													
№ 386 Сбор рещ. На производство овощей по всем област. учреж. Девн. 2017	Кефир	180	5,22	4,50	7,20	90,00	0,07	1,26	36,00	0,00	216,00	162,00	25,20	0,18
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл. 6 стр. 130, 2012 Девн. *	Печенье	20	1,48	1,88	1,14	8,6	0,028	0	0	0,74	5,2	16,8	6	0,28
	Итого:	200	6,70	6,38	8,34	98,60	0,10	1,26	36,00	0,74	221,20	178,80	31,20	0,46
	Итого:	2560	82,67	86,53	359,40	2529,30	1,08	127,51	304,85	16,36	1051,80	1372,89	353,02	23,79

		6 День		Завтрак															
№ 181	Сбор рец. на прод.мо для общ. Во всех образ.учреж.-Дети-2017	Каша Молочная Мясная с маслом сливочным	220/5	6,55	11,49	34,69	266,93	0,08	1,29	62,14	0,56	143,33	126,63	21,75	0,9				
ТТК		Яйцо отварное с зелеными горошком кис	40/40	11,99	14,01	2,89	182,78	0,045	3,54	235	0,75	64,73	196,89	17,94	2,51				
№ 387	Сбор рец. на прод.мо для общ. Во всех образ.учреж.-Дети-2017	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,59	118,6	0,06	1,39	24,4		152,22	124,16	21,34					
Хит продаж в категории "Засеянная продукция питания" №1 в стр.137, 2012		Батон	45	3,38	1,31	23,13	117,9	0,05			0,77	8,55	29,25	5,85	0,54				
Дети *		Итого:	550	22,62	23,27	95,87	688,21	0,25	6,18	321,54	2,08	368,83	477,33	66,88	3,55				
		Обед																	
№ 67	Сбор рец. на прод.мо для общ. Во всех образ.учреж.-Дети-2017	Вилегрет	100	1,40	10,04	7,29	125,10	0,04	9,63	0,00	4,50	31,24	43,27	19,53	0,83				
№101,105	Сбор рец. на прод.мо для общ. Во всех образ.учреж.-Дети-2017	Суп - харчо с мясными фрикадельками	250/11	4,17	4,00	12,19	107,32	0,10	8,31	2,20	1,30	29,07	78,62	26,32	1,05				
ТТК		Котлеты "Амлетингс" в томатном соусе	75/30	7,60	10,55	7,17	129,31	0,06	2,20	19,18	1,25	18,77	115,60	17,54	1,63				
№ 171	Сбор рец. на прод.мо для общ. Во всех образ.учреж.-Дети-2017	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,51	4,76	37,65	256,76	0,25	0,00	11,96	0,50	28,48	248,20	168,62	5,66				
№ 348	Сбор рец. на прод.мо для общ. Во всех образ.учреж.-Дети-2017	Коклет из урюка	200	0,75	0,06	27,93	116,40	0,02	0,60	0,00	0,83	33,22	22,80	18,15	0,48				
Хит продаж в категории "Засеянная продукция питания" №1 в стр.134, 2012		Хлеб пшеничный	50	3,80	0,35	36,50	94,57	0,05	0,00	0,00	0,55	12,73	47,13	16,15	1,85				
Дети *		Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,09	23,50	1,95				
		Итого:	946	30,70	30,96	134,47	928,46	0,60	20,74	33,36	9,63	168,00	630,81	289,82	13,44				
		Полдник																	
№ 380	Сбор рец. на прод.мо для общ. Во всех образ.учреж.-Дети-2017	Сол:	200	1,00		20,20	84,80	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80				
№ 184	Сбор рец. Парчае - Май-2010	Пирожки "Новомосковская"	75	4,8	4,65	36	204	0,09		3	3,5	14,85	52,5	20,55	0,98				
		Итого:	275	5,80	4,65	56,20	288,80	0,11	4,00	3,00	3,70	28,85	66,50	28,55	3,78				
		Итого:	1771	59,12	58,88	286,54	1905,47	0,96	30,92	357,90	15,41	565,68	1174,64	385,25	20,77				
		ВСЕГО за 12 дней:	29005	970,09	994,03	4309,86	29683,77	15,99	810,94	3956,35	191,15	10762,09	18124,24	4840,94	336,94				
		В среднем на 1 учащегося в день:	2417	80,84	82,84	359,15	2473,65	1,33	67,58	329,70	15,93	896,84	1510,35	403,41	28,08				