Сравнительная структура типового основного и типового дистического (сахарный диабет) меню

Основное меню 7+ лет

№ рец.	Наименование дней недели, блюд	порци
	День/неделя: Понедельник-1	
	Завтрак	
	Каша жидкая молочная (рисовая)	230
	Бутерброд с сыром "Голландский" и	40
	маслом сливочным	
	Фрукты свежие (яблоки)	120

Какао с молоком Хлеб пшеничный

Итого за Завтрак

200

20

610

Обед

П	Ци из свежей капусты с картофелем	
		250
88 Г	уляш	80
K	аша вязкая с маслом сливочным	
260 (п	перловая), 150/5	155
Φ	рукты свежие (яблоки)	200
C	ок натуральный (грушевый)	200
X	леб пшеничный	60
X	леб ржаной йодированный	20
И	Ітого за Обед	965

Полдник

День/неделя: Вторник-1

Завтрак

Завтрак		
Подгарнировка из огурцов свежих	60	
Жаркое по-домашнему	175	
Фруктовый чай	200	
Кисломолочный продукт (кефир 2,5 %-ой жирности)	200	
Хлеб пшеничный	25	
Хлеб ржаной йодированный	25	
Итого за Завтрак		

Меню БМД 7+ лет

	Наименование дней недели, блюд	порци
	День/неделя: Понедельник-1	
294М/БМД	Котлеты рубленные (филе индейки) с соусом овощным, 80/30	110
	Рис отварной	150
	Батон нарезной из муки в/с	20
377М/БМД	Чай с лимоном	200
	Фрукты свежие (яблоки)	120
	Итого за Завтрак	600

	Промежуточное питание	
553/К/БМД	Булочка с маком пониженной калорийности	50
	Сок фруктовый	200
	Пастила	15
Итого за Промежуточное питание		265

	Щи из свежей капусты с картофелем	
88M		250
260М/БМД	Гуляш из свинины	90
	Каша вязкая с маслом растительным	
	(перловая), 150/5	155
	Фрукты свежие (яблоки)	200
	Сок натуральный (грушевый)	200
	Хлеб пшеничный	60
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Итого за обед	975

553/К/БМД	Булочка с маком пониженной калорийности	50
473K	Напиток витаминный	200
	Пастила	15
	Итого за Полдник	265

День/неделя: Вторник-1

71M	Подгарнировка из овощей свежих	
	(огурцы)	60
	Жаркое по-домашнему (индейка	
259М/БМД	филе)	175
	Фруктовый чай	200
	Фрукт (яблоки)	200
	Хлеб пшеничный	25
	Хлеб ржаной йодированный	25
Итого за Завтрак		685

	Промежуточное питание	
590/К/БМД	Лепешка с кунжутом	50
	Сок фруктовый	200
	Мармелад	15
Итого за Промежуточное питание		265

Обед

	300	
	Овощи свежие (огурцы)	60
	Суп крестьянский с крупой	
98		250
227	Рыба припущенная	70
312	Картофельное пюре	150
349	Компот из сухофруктов	200
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржаной йодированный	40
	Молоко 2,5 %-ной жирности	200
Итого за Обед		1010

Полдник

День/неделя: Среда-1

Завтрак

Итого за Завтрак		690
	Сок натуральный (яблочный)	150
	Хлеб ржаной йодированный	25
	Хлеб пшеничный	25
	Кофейный напиток	200
	(ячневая), 130/5	133
	Каша вязкая с маслом сливочным	135
	Котлеты рубленные из кур, запеченные с соусом молочным	75
	огурцов)	
	Салат из овощей (помидоров и	80

Обед

	Суп картофельный с мясными	
104	фрикадельками, 250/20	270
	Запеканка из творога	
223		185
	Соус сметанный сладкий	35
	Компот из ягод	200
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржаной йодированный	40
	Кисломолочный продукт (ряженка	
	2,7 %-ной жирности)	180
Итого за С	бед	950

Полдник

71M	Овощи свежие (огурцы)	60
	Суп крестьянский с крупой (перловая)	
98M		250
227M	Рыба припущенная	90
312М/БМД	Картофельное пюре	150
349M	Компот из сухофруктов	200
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржаной йодированный	40
Итого за обед		830

590/К/БМД Лепешка с кунжутом	50
Сок фруктовый	200
Мармелад	15
Итого за Полдник	265

День/неделя: Среда-1

Итого за Зав	трак	740
	Сок натуральный (яблочный)	150
	Хлеб ржаной йодированный	25
	Хлеб пшеничный	25
376М/БМД	Чай с сахаром	200
	Каша вязкая с маслом растительным (ячневая)	150
312K	Котлеты рубленные из птицы с соусом овощным, 80/30	110
24/М/БМД	Салат из овощей (помидоров и огурцов)	80

	Промежуточное питание	
553/К/БМД	Булочка с маком пониженной калорийности	50
	Сок фруктовый	200
	Пастила	15
	Итого за Промежуточное питание	265

	Суп картофельный с мясными	
104M	фрикадельками (свинина б/к), 250/20	270
294М/БМД	Котлеты рубленые из кролика с соусом томатным, 80/30	110
184К/БМД	Рагу из овощей	150
350М/БМД	Кисель из ягод (черная смородина)	200
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржаной йодированный	40
	Итого за Обед	810

553/К/БМД	Булочка с маком пониженной калорийности	50
	Сок фруктовый	200
	Пастила	15
	Итого за Полдник	265

День/неделя: Четверг-1 Завтрак

	Завтрак	
	Салат из овощей (белокачанной	80
	капусты)	
	Рыба запеченная с молочным соусом	110
	Картофельное пюре	150
	Чай с лимоном	200
	Хлеб ржаной йодированный	25
	Пирог фруктовый "Школьный"	50
Ітого з	а Завтрак	615

День/неделя: Четверг-1

		Салат из овощей (белокачанной	
	45/М/БМД	капусты)	80
		Рыба запеченная (треска) с соусом	
	233M/328M	овощным, 80/30	110
	312М/БМД	Картофельное пюре	150
	377М/БМД	Чай с лимоном	200
		Хлеб ржаной йодированный	50
юг	о за Завтрак		590

Промежсуточное питание 590/К/БМД Лепешка с кунжутом 50 Сок фруктовый 200 Мармелад 15 Итого за Промежуточное питание 265

Обед

96	Рассольник по-ленинградски	250
	Птица запеченная	85
143	Рагу из овощей	150
	Фрукты свежие (груши)	200
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Молоко 2,5 %-ной жирности	200
Итого за Обед		945

96M	Рассольник по-ленинградски	250
	Птица запеченная	90
143/М/БМД	Рагу из овощей	150
	Фрукты свежие (груши)	200
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржаной йодированный	20
349M	Компот из сухофруктов	200
	Итого за Обед	950

Полдник

День/неделя: Пятница-1

Завтрак

Овощи свежие (помидоры)	70
Омлет с колбасой или сосисками	150
Фруктовый чай	200
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржаной йодированный	25
Фрукты свежие (груши)	120
Итого за Завтрак	605

Обед

Итого за О	бед	1010
	Сок натуральный (виноградный)	200
	Хлеб ржаной йодированный	40
	Хлеб пшеничный	40
	Пирог фруктовый "Кубанский"	80
392	Чай с молоком	200
229		200
	Рыба тушенная в томате с овощами	
84	Борщ с картофелем и фасолью	250

Полдник

590/К/БМД	Лепешка с кунжутом	50
	Сок фруктовый	200
	Мармелад	15
	Итого за Полдник	265

День/неделя: Пятница-1

	Салат из свежих помидоров	
23M	_	70
210М/БМД	Омлет натуральный	150
	Фруктовый чай	200
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржаной йодированный	25
	Фрукты свежие (груши)	120
	Итого за завтрак	605
	Промежуточное питание	
553/К/БМД	Булочка с маком пониженной калорийности	50
	Сок фруктовый	200
	Пастила	15
	Итого за Промежуточное питание	265

84/М/БМД	Борщ с картофелем и фасолью	250
	Рыба тушенная в томате с овощами	
		200
376М/БМД	Чай с сахаром	200
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржаной йодированный	40
	Сок натуральный (виноградный)	200
	Итого за Обед	930

553/К/БМД	Булочка с маком пониженной калорийности	50
473K	Напиток витаминный	200
	Пастила	15
	Итого за Полдник	265

День/неделя: Понедельник-2 Завтрак

Овощи свежие (огурцы)	60
Котлеты (биточки) особые	70
Рагу из овощей	160
Чай с сахаром	200
Хлеб ржаной йодированный	25
Хлеб пшеничный	40
Сок натуральный (персиковый)	200
Итого за Завтрак	755

Обед

Л135	Суп из овощей	250
211	Омлет с сыром	140
	Зеленый горошек консервированный	
		60
	Кисломолочный продукт (йогурт 2,7	
	%-ной жирности)	180
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржаной йодированный	
		20
	C	
	Сок натуральный (яблочный)	200
Итого за Обед		890

Полдник

День/неделя: Понедельник-2

	Подгарнировка из свежих овощей	
71M	(огурцы)	60
294М/БМД	Котлеты рубленые из кролика	90
184K	Рагу из овощей	160
376М/БМД	Чай с сахаром	200
	Хлеб ржаной йодированный	25
	Хлеб пшеничный	40
	Сок натуральный (персиковый)	200
	Итого за Завтрак	775
	Промежуточное питание	
553/К/БМД	Булочка с маком пониженной калорийности	50
	Сок фруктовый	200
	Пастила	15
	Итого за Промежуточное питание	265

99/М/БМД	Суп из овощей	250
210М/БМД	Омлет натуральный	150
	Зеленый горошек консервированный	
		60
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржаной йодированный	
		20
	Сок натуральный (яблочный)	200
	31 \	200
	Итого за обед	720

553/К/БМД вулочка с маком пониженной	50
473К Напиток витаминный	200
Пастила	15
Итого за Полдник	265

День/неделя: Вторник-2 Завтрак

	Овощи свежие (помидоры)	70
	Шницель рыбный натуральный	75
	Картофель отварной	170
	Фруктовый чай	200
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржаной йодированный	25
	Сок натуральный (грушевый)	150
Итого за 3	автрак	730

Обед

8	1 Борщ	250
256/330	Мясо тушеное в соусе	80
	Каша вязкая с маслом сливочным	
	(рисовая), 150/5	155
	Напиток из сухофруктов	200
	Фрукты свежие (яблоки)	200
	Хлеб пшеничный	60
	Хлеб ржаной йодированный	20
Итого за	Обед	965

Полдник

День/неделя: Среда-2 Завтрак

	Салат из овощей (белокачанной капусты с морковью)	80
	Тефтели из говядины с соусом	110
	сметанным, 60/50	
	Каша вязкая с маслом сливочным	155
	(гречневая), 150/5	
	Фруктовый чай	200
	Хлеб ржаной йодированный	25
	Хлеб пшеничный	40
	Кондитерское изделие (печенье	25
	сахарное)	
Итого за З	автрак	635

Обед

	Овощи натуральные	60
Л 147	Суп с макаронными изделиями	250
234	Котлеты или биточки рыбные	80
	Картофель отварной (с маслом	
125	сливочным), 140/5	145
397	Компот из фруктов	200
	Хлеб пшеничный	60
	Хлеб ржаной йодированный	40
	Молоко 2,5 %-ной жирности	200

День/неделя: Вторник-2

23М/ссж	Салат из свежих помидоров	70
	Шницель рыбный натуральный	90
235/M	(минтай филе)	
	Картофель отварной	170
349М/БМД	Фруктовый чай	200
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржаной йодированный	25
	Сок натуральный (грушевый)	150
	Итого за Завтрак	745
	Промежуточное питание	
590/К/БМД	Лепешка с кунжутом	50
	Сок фруктовый	200
	Мармелад	15
	Итого за Промежуточное питание	265
	Борщ	250
312/К/БМЛ	Индейка отварная	60
312/10/ВМД		
312/R/ВМД	Соус овощной	30

81M	Борщ	250
312/К/БМД	Индейка отварная	60
	Соус овощной	30
	Каша вязкая с маслом растительным	
	(ячневая), 150/5	155
349М/БМД	Компот из сухофруктов	200
	Фрукты свежие (яблоки)	200
	Хлеб пшеничный	60
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Итого за Обед	975

590/К/БМД	Лепешка с кунжутом	50
	Сок фруктовый	200
	Мармелад	15
	Итого за Полдник	265

День/неделя: Среда-2

45/М/БМД	Салат из овощей (белокачанной капусты с морковью)	80
288M	Кролик отварной с соусом томатным, 80/30	110
	Каша вязкая с маслом растительным (гречневая), 150	150
	Фруктовый чай	200
	Хлеб ржаной йодированный	25
	Хлеб пшеничный	40
	Кондитерское изделие (печенье сахарное)	25
	Итого за Завтрак	550
	Промежуточное питание	
553/К/БМД	Булочка с маком пониженной калорийности	50

200

15

265

	Икра свекольная	60
73M	Суп с макаронными изделиями	250
156К/БМД	Котлеты или биточки рыбные	90
	Картофель отварной (с маслом	
234M	растительным)	150
125/М/БМД	Компот из сухофруктов	200
349M	Хлеб пшеничный	60
	Хлеб ржаной йодированный	40

Итого за Промежуточное питание

Сок фруктовый

Пастила

го за Обед		1035
	П	

Полдник

День/неделя: Четі	верг-2
Завтрак	

Пудинг из творога (запечённый) с	175
молоком сгущенным, 160/15	1
Какао с молоком	200
Хлеб пшеничный	40
Кисломолочный продукт (йогурт 3,2	180
%-ой жирности)	

595

Итого за Завтрак

	Итого за обед	850
553/К/БМД	Булочка с маком пониженной калорийности	50
	Сок фруктовый	200
	Пастила	15

Итого за Полдник

День/неделя: Четверг-2

265

292М/БМД	Птица (грудки кур), тушенная в соусе с овощами	270
376М/БМД	Чай с сахаром	200
	Хлеб пшеничный	40
	Фрукт (груши)	
		180
	Итого за Завтрак	690

Обед

ООСД		
Л 145	Суп летний овощной	250
	Шницель натуральный рубленный	
267		75
	Каша вязкая с маслом сливочным	
	(пшеничная), 150/5	155
	Кисель из сока плодового или	
*359	ягодного натурального с сахаром	200
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Кисломолочный продукт (кефир 2,7	
	%-ной жирности)	180
Итого за Обед		920

Полдник

День/неделя: Пятница-2

Завтрак

	Подгарнировка из свежих овощей	70
	(огурцы)	
297M	Фрикадельки из кур или бройлеров-	115
	цыплят с соусом молочным, 65/50	
203M	Макаронные изделия отварные с	115
	маслом, 110/5	
379M	Кофейный напиток на молоке	200
	Хлеб ржаной йодированный	25
	Хлеб пшеничный	40
	Фрукты свежие (персики)	120
Итого за	Завтрак	685

Обед

250
70
50
130
35
60
20
200
815

Полдник

	Промежуточное питание	
590/К/БМД	Лепешка с кунжутом	50
	Сок фруктовый	200
	Мармелад	15
	Итого за Промежуточное питание	265

99/М/БМД	Суп летний овощной	250
	Шницель натуральный рубленный	
267М/БМД	(индейка филе),	90
	Каша вязкая с маслом растительным	
	(пшеничная), 150/5	155
	Кисель из сока плодового или	
350М/БМД	ягодного натурального	200
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Итого за обед	755

590/К/БМД	Лепешка с кунжутом	50
	Сок фруктовый	200
	Мармелад	15
	Итого за Полдник	265

День/неделя: Пятница-2

	Подгарнировка из свежих овощей	
71M	(огурцы)	70
	Фрикадельки из кур или бройлеров-	110
297/М/БМД	цыплят с соусом томатным, 65/50	
	Макаронные изделия отварные с	150
	маслом растительным	
309М/БМД	Чай с сахаром	200
376М/БМД	Хлеб ржаной йодированный	25
	Хлеб пшеничный	40
	Фрукты свежие (персики)	120
	Итого за Завтрак	715
	Промежуточное питание	
552/JC/FMII	Булочка с маком пониженной	50
555/К/ЫИД	калорийности	50
	Сок фруктовый	200
	Пастила	15
	Итого за Промежуточное питание	265

	Борщ с капустой и картофелем	
82M		250
	Плов из птицы (грудки куриные, рис)	
291М/БМД		250
342М/БМД	Компот из яблок	200
	Хлеб пшеничный	60
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Итого за обед	780

553/К/БМД	Булочка с маком пониженной калорийности	50
	Сок фруктовый	200
	Пастила	15
	Итого за Полдник	265

Вариант реализации 10-ти дневного типового диетического меню для обучающихся общеобразовательных организаций Краснодарского края с заболеванием: аллергия на коровье молоко

Возраст 7-11 лет

Сезон осенне-зи	мний					Энергети								
№ рец.	Наименование дней недели,	Macca		вые вещест	ъа (г)	ческая			ины (мг)			-	вещества	· /
ж рец.	блюд	порции	Б	Ж	У	ценность	B1	C	А (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
День/неделя: По	недельник -1					(ккал)								
_Завтрак														
294/М/БДМ	Котлеты рубленные (из мяса ин	80	13.05		11.20		0.07		5.90	2.25		138.44		
	Соус овощной	30	0.75	1.57	4.23	34.46	0.04	2.85	240.00	0.80	8.83	16.81	7.90	0.2
302М/БМД	Рис отварной (масло растительн	150	3.78	3.54	39.96	206.79	0.04			1.54	4.87	81.17	27.03	
377М/БМД	Чай с лимоном	207	0.06	0.01	10.19	42.29	0.00	2.90		0.01	7.75	9.78	5.24	
	0 Хлеб пшеничный	20	1.58		9.66	47.00	0.03			0.26	4.60	17.40	6.60	
	0 Фрукты (яблоки)	120	0.48	0.48	11.76	56.40	0.04	12.00	6.00	0.24	19.20	13.20	10.80	2.64
Итого за _Завтрак		607	19.71	14.15	87.00	558.34	0.22	17.75	251.90	5.10	57.57	276.80	76.50	6.08
Второй завтрак														
553/К/БМД	Булочка с маком пониженной к	50	4.47	8.17	23.89	186.88	0.22		5.00	2.44	123.58	92.99	35.86	1.1
, ,	0 Сок фруктовый	200	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	40.00		0.20		14.00	8.00	2.80
	Пастила	15	0.08		12.00	48.60					3.15	1.65	1.05	
Итого за Второй завтрак		265	5.55	8.37	56.09	327.48	0.24	40.00	5.00	2.64	140.73	108.64	44.91	
Обед														
88M	Щи из свежей капусты с картоф	250	1.96	5.21	9.62	94.25	0.07	32.40	200.00	2.37	42.47	50.03	22.70	0.8
260М/БМД	Гуляш из свинины, 45/45	90	10.12		3.47		0.37	4.05		1.70		120.00		
	Каша вязкая перловая на воде	155	3.11	3.99	22.14	137.00	0.04		20.00	0.41		108.33	13.27	
	0 Фрукты (яблоки)	200	1.00		20.20		0.02	40.00		0.20		14.00	8.00	
	0 Сок фруктовый	200	1.00	0.20	20.20		0.02	40.00		0.20	14.00	14.00		
	0 Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.10			0.78	13.80	52.20	19.80	
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.84	34.80	0.04		1.20	0.44	7.00	31.60	9.40	
Итого за Обед		975	23.24	26.68	111.45	792.08	0.66	116.45	221.20	6.11	115.34	390.16	102.09	10.5
Полдник														
553/К/БМД	Булочка с маком пониженной к	50	4.47	8.17	23.89	186.88	0.22		5.00	2.44	123.58	92.99	35.86	
473K	Напиток витаминный (шиповни	200	0.46	0.15	15.12	69.14	0.02	80.00	65.36	0.34	11.20	11.68	4.72	
	Пастила	15	0.08		12.00	48.60					3.15	1.65	1.05	0.24
Итого за Полдник		265	5.01	8.32	51.01	304.62	0.24	80.00	70.36	2.78	137.93	106.32	41.63	1.83
Всего за Понедельник-1		2112	53.51	57.52	305.56	1982.51	1.36	254.20	548.46	16.62	451.56	881.91	265.13	22.63
День/неделя: Вторник-1														
№ рец.	Наименование дней недели, бл	Масса пор	Пищевые	вещества (г)	Энергетич	Витамины	(мг)			Минералы	ные вещес	тва (мг)	
			Б		У		B1	C	А (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак									<u> </u>				1	
71M	Овощи натуральные свежие (ог	60	0.42	0.06	1.14	6.60	0.02	4.20		0.06	10.20	18.00	8.40	0.30
259М/БМД	Жаркое по-домашнему (индейк	175	17.44		18.26	249.40	0.17			3.06	27.46	226.75	42.63	

	Фруктовый чай (яблоки свежие	200	0.16	0.16	13.90	58.70	0.01	4.01	2.00	0.08	6.90	5.22	4.04	0.99
(Хлеб пшеничный	25	1.98	0.25	12.08					0.33				
	Хлеб ржаной	25	1.65	0.30	8.55				1.50	0.55				
	Фрукты (яблоки)	200	0.80	0.80	19.60			20.00		0.40				
Итого за _Завтрак		685	22.44	13.51	73.53	510.95	0.35	51.91	21.40	4.47	91.06	333.22	93.07	9.42
Второй завтрак														
590/К/БМД	Лепешка с кунжутом (раст. мас.	50	4.29	3.93	29.72	171.24	0.31			1.45	52.36	57.54	22.45	0.96
C	ОСок фруктовый	200	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	40.00		0.20	14.00	14.00	8.00	2.80
	Мармелад	15	0.02		11.91	48.15	5				0.60	0.15	0.30	0.06
Итого за Второй завтрак		265	5.31	4.13	61.83	311.39	0.33	40.00		1.65	66.96	71.69	30.75	3.82
Обед														
71M	Огурец свежий	60	0.42	0.06	1.14	6.60		4.20		0.06	10.20	18.00	8.40	0.30
98M	Суп крестьянский с крупой	250	2.84	5.35	10.65	102.58			244.00	2.35				
227M	Рыба припущенная (горбуша фі		22.88	7.23	0.74			1.90	33.30	1.68				
312М/БМД	Картофельное пюре (растительн		2.58	4.51	21.03	135.29	0.16	25.80		1.89	16.58	75.65	29.89	1.19
349M	Компот из сухофруктов	200	0.78	0.06	20.12		0.02	0.80		1.10	32.00	29.20	21.00	
	Хлеб пшеничный	40	3.16	0.40	19.32	94.00	0.06			0.52	9.20	34.80	13.20	
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.68	69.60	0.08		2.40	0.88	14.00	63.20	18.80	1.56
Итого за Обед		830	35.31	18.10	86.68	652.46	0.64	53.03	279.70	8.49	147.52	506.41	147.77	6.15
Полдник														
590/К/БМД	Лепешка с кунжутом (раст. мас.	50	4.29	3.93	29.72	171.24	0.31			1.45	52.36	57.54	22.45	0.96
(ОСок фруктовый	200	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	40.00		0.20	14.00	14.00	8.00	2.80
	Мармелад	15	0.02		11.91	48.15	5				0.60	0.15	0.30	0.06
Итого за Полдник		265	5.31	4.13	61.83	311.39	0.33	40.00	0.00	1.65	66.96	71.69	30.75	3.82
Всего за Вторник-1		2045	68.36	39.87	283.86	1786.20	1.65	184.94	301.10	16.25	372.49	983.00	302.34	23.22
День/неделя: Среда-1														
№ рец.	Наименование дней недели, бл	Масса пор	Пищевые	вещества (1	7)	Энергетич	Витамины	(мг)			Минераль	ные вещес	тва (мг)	
			Б	Ж	У		B1	C	А (мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe
_Завтрак														
24/М/БМД	Салат из свежих помидоров и о		0.75	5.12	2.75					2.52		23.86		
312K	Котлеты рубленные (из мяса пт		19.76	7.28		142.48			10.40	0.31				
	Соус овощной	30	0.75	1.57	4.23			2.85	240.00	0.80				
	Каша ячневая вязкая на воде с	150	3.24	4.04	20.99				20.00	0.05				
376М/БМД	Чай с сахаром	200			9.98						4.95			0.00
C	Хлеб пшеничный	25	1.98							0.33				
	Хлеб ржаной	25	1.65	0.30					1.50	0.55				
C	Оск фруктовый	150	0.75	0.15	15.15	69.00	0.02	30.00		0.15	10.50	10.50	6.00	2.10
Итого за _Завтрак		740	28.88	18.71	73.74	582.39	0.32	45.56	271.90	4.71	94.51	440.62	87.25	7.33
Второй завтрак														

553/К/БМД	Булочка с маком пониженной к	50	4.47	8.17	23.89	186.88	0.22		5.00	2.44	123.58	92.99	35.86	1.11
	Осок фруктовый	200	1.00		20.20	92.00				0.20			8.00	2.80
	Пастила	15	0.08		12.00	48.60		10.00		0.20	3.15	1.65	1.05	
Итого за Второй завтрак		265	5.55		56.09	327.48		40.00	5.00	2.64			44.91	4.15
Обед														
104M	Суп картофельный с мясными	270	5.89	8.17	18.39	171.28	0.26	22.85	204.00	1.61	19.40	112.44	35.41	1.60
294М/БМД	Котлеты рубленые из кролика (80	14.59	14.74	12.65	241.55	0.11	0.47		4.16	17.73	23.13	23.46	2.51
363K	Соус томатный (2-й вариант)	30	0.43	1.09	2.79	22.84	0.03	1.19	22.42	0.53	1.65	5.20	2.15	0.10
184К/БМД	Рагу из овощей	150	2.42	6.36	18.76	142.80	0.13	18.05	680.00	2.94	24.45	71.38	32.62	1.08
350М/БМД	Кисель из плодов чёрной сморо	200	0.21	0.04	19.32	75.67	0.01	40.00		0.14	10.80	13.53	6.20	0.29
	Хлеб пшеничный	40	3.16	0.40	19.32	94.00	0.06			0.52	9.20	34.80	13.20	0.80
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.68	69.60	0.08		2.40	0.88	14.00	63.20	18.80	1.56
Итого за Обед		810	29.33	31.28	104.91	817.73	0.67	82.56	908.82	10.79	97.22	323.68	131.85	7.95
Полдник														
553/К/БМД	Булочка с маком пониженной к	50	4.47	8.17	23.89	186.88	0.22		5.00	2.44	123.58	92.99	35.86	1.11
	Сок фруктовый	200	1.00		20.20	92.00				0.20			8.00	2.80
	Пастила	15	0.08		12.00	48.60		10,00		****	3.15	1.65	1.05	0.24
Итого за Полдник		265	5.55		56.09	327.48		40.00	5.00	2.64			44.91	4.15
Всего за Среда-1		2080	69.31	66.72	290.83	2055.07	1.48	208.12	1190.72	20.77	473.18	981.57	308.91	23.58
День/неделя: Четверг-1														
№ рец.	Наименование дней недели, бл	Масса пор	Пишевые	вешества (т	7)	Энергетич	Витамины	(мг)			Минералы	ные вещест	тва (мг)	
т- ред.	Transcribbanic giron negerin, on	nacca nop	Б		У		B1	C	А (мкг)		Са		Mg	Fe
Завтрак					•				()					
45/М/БМД	Салат из белокачанной капусты	80	1.24	4.07	7.51	72.36	0.02	28.75	160.00	1.86	32.40	24.01	13.12	0.45
233M/328M	Рыба запеченая (минтай филе),	80	16.62		1.31	143.15				0.34		257.88	58.89	
	Соус овощной	30	0.75		4.23					0.80		16.81	7.90	
312М/БМД	Картофельное пюре (растительн		2.58		21.03					1.89		75.65	29.89	
377М/БМД	Чай с лимоном	207	0.06		10.19					0.01		9.78	5.24	
, ,	Хлеб ржаной	50	3.30		17.10	87.00			3.00	1.10		79.00	23.50	
Итого за Завтрак		597	24.55	18.64	61.37	514.55	0.44	62.42	455.30	6.00	129.64	463.13	138.54	
Второй завтрак														
590/К/БМД	Лепешка с кунжутом (раст. мас.	50	4.29	3.93	29.72	171.24	0.31			1.45	52.36	57.54	22.45	0.96
	Сок фруктовый	200	1.00		20.20	92.00				0.20			8.00	
	Мармелад	15	0.02		11.91	48.15					0.60		0.30	
Итого за Второй завтрак		265	5.31	4.13				40.00		1.65	66.96		30.75	3.82
Обед														
96M	Рассольник ленинградский	250	3.04		17.52					2.38			27.50	
320K	Птица запеченная (грудки кур)	90	24.99			190.66				2.12			23.05	
143/М/БМД	Рагу из овошей	150	2.93	6.95	16.23	140.12	0.13	32.20	460.00	2.46	38.54	68.61	30.73	1.07

349M	Компот из сухофруктов	200	0.78	0.06	20.12	85.30	0.02	0.80		1.10	32.00	29.20	21.00	0.67
	Хлеб пшеничный	40	3.16	0.40	19.32	94.00	0.06			0.52	9.20	34.80	13.20	0.80
0	Фрукты (Груши)	200	0.80	0.60	20.60	94.00	0.04	10.00	0.00	0.80	38.00	32.00	24.00	4.60
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.84	34.80	0.04		1.20	0.44	7.00	31.60	9.40	0.78
Итого за Обед		950	37.02	23.60	100.63	770.17	0.51	62.24	750.71	9.81	175.71	460.47	148.88	10.59
Полдник														
590/К/БМД	Лепешка с кунжутом (раст. мас.	50	4.29	3.93	29.72	171.24	0.31			1.45	52.36	57.54	22.45	0.96
0	Сок фруктовый	200	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	40.00		0.20	14.00	14.00	8.00	2.80
	Мармелад	15	0.02		11.91	48.15					0.60	0.15	0.30	0.06
Итого за Полдник		265	5.31	4.13	61.83	311.39	0.33	40.00	0.00	1.65	66.96	71.69	30.75	3.82
Всего за Четверг- 1		2077	72.18	50.50	285.66	1907.51	1.60	204.66	1206.01	19.10	439.26	1066.96	348.92	23.96
День/неделя: Пятница-1														
№ рец.	Наименование дней недели, бл	Масса пор	Пищевые	вещества (r)	Энергетич	Витамины	(мг)			Минераль	ные вещес	гва (мг)	
•		1	Б	_	У			Ċ	А (мкг)	Е	Ca	P		Fe
Завтрак									, í					
23М/ссж	Салат из свежих помидоров	70	0.77	3.13	3.21	45.53	0.04	14.10		1.70	11.96	22.34	12.24	0.58
210М/БМД	Омлет натуральный (на воде, ма	150	14.22	15.88	0.78	202.81	0.08		280.00	1.99	62.55	215.29	13.50	2.81
	Фруктовый чай (яблоки свежие)	200	0.16	0.16	13.90	58.70	0.01	4.01	2.00	0.08	6.90	5.22	4.04	0.99
0	Фрукты (Груши)	120	0.48	0.36	12.36	56.40	0.02	6.00		0.48	22.80	19.20	14.40	2.76
	Хлеб пшеничный	40	3.16	0.40	19.32	94.00	0.06			0.52	9.20	34.80	13.20	0.80
	Хлеб ржаной	25	1.65	0.30	8.55	43.50	0.05		1.50	0.55	8.75	39.50	11.75	0.98
Итого за _Завтрак		605	20.45	20.23	58.13	500.95	0.27	24.11	283.50	5.32	122.15	336.36	69.13	8.91
Второй завтрак														
553/К/БМД	Булочка с маком пониженной к	50	4.47	8.17	23.89	186.88	0.22		5.00	2.44	123.58	92.99	35.86	1.11
0	Сок фруктовый	200	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	40.00		0.20	14.00	14.00	8.00	2.80
	Пастила	15	0.08		12.00	48.60					3.15	1.65	1.05	0.24
Итого за Второй завтрак		265	5.55	8.37	56.09	327.48	0.24	40.00	5.00	2.64	140.73	108.64	44.91	4.15
Обед														
84/М/БМД	Борщ с фасолью и картофелем	250	3.92		16.37	122.06	0.11	14.20	200.00	2.03	41.50	97.52	34.35	1.73
	Рыба тушеная в томате с овоща	200	13.76	6.01	23.40		0.22	29.15	486.50	3.11	38.21	225.04	60.04	1.78
376М/БМД	Чай с сахаром	200			9.98	39.91	0.00	0.10			4.95	8.24	4.40	0.85
	Хлеб пшеничный	40	3.16	0.40	19.32	94.00	0.06			0.52	9.20	34.80	13.20	0.80
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.68	69.60	0.08		2.40	0.88	14.00	63.20	18.80	1.56
0	Сок фруктовый	200	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	40.00		0.20	14.00	14.00	8.00	2.80
Итого за Обед		930	24.48	11.46	102.96	621.35	0.50	83.45	688.90	6.74	121.86	442.80	138.79	9.51
Полдник														
	Булочка с маком пониженной ка	50	4.47	8.17	23.89	186.88	0.22		5.00	2.44	123.58	92.99	35.86	1.11
	Напиток витаминный (шиповни	200	0.46					80.00						

Пастила	15	0.08		12.00	48.60					3.15	1.65	1.05	0.24
	265	5.01	8.32	51.01	304.62	0.24	80.00	70.36	2.78	137.93	106.32	41.63	1.85
	2065	55.49	48.37	268.19	1754.40	1.25	227.56	1047.76	17.48	522.66	994.11	294.46	24.43
Наименование дней недели, бл	Масса пор	Пищевые	вещества (1	7)	Энергетич	Витамины	(мг)			Минералы	ные вещест	тва (мг)	
		Б	Ж	У	-	B1	C	А (мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe
Огурец свежий						0.02	4.20				18.00	8.40	
Котлеты рубленые из кролика (26.13	26.34	
Рагу из овощей		2.54	8.38					720.00	3.83			34.44	
Чай с сахаром	200					0.00	0.10			4.95	8.24	4.40	
Хлеб пшеничный												13.20	
-								1.50					
Сок фруктовый	200	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	40.00		0.20	14.00	14.00	8.00	2.80
	775	25.11	25.88	93.11	712.33	0.42	63.88	721.50	9.84	92.78	216.10	106.53	9.68
Булочка с маком пониженной к	50	4.47	8.17	23.89	186.88	0.22		5.00	2.44	123.58	92.99	35.86	1.11
Сок фруктовый	200	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	40.00		0.20	14.00	14.00	8.00	2.80
Пастила	15	0.08		12.00	48.60					3.15	1.65	1.05	0.24
	265	5.55	8.37	56.09	327.48	0.24	40.00	5.00	2.64	140.73	108.64	44.91	4.15
Суп из овощей	250	1.85	5.26	11.06	99.46	0.09	21.20	203.50	2.34	25.48	51.69	21.59	0.80
Омлет натуральный (на воде, ма	150	14.22	15.88	0.78	202.81	0.08		280.00	1.99	62.55	215.29	13.50	2.81
Горошек зелёный	60	1.86	0.12	3.90	24.00	0.07	6.00	30.00	0.12	12.00	37.20	12.60	
Сок фруктовый	200	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	40.00		0.20	14.00	14.00	8.00	2.80
Хлеб пшеничный	60					0.10					52.20	19.80	
Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.84	34.80	0.04		1.20	0.44	7.00	31.60	9.40	0.78
	740	24.99	22.30	71.76	594.07	0.39	67.20	514.70	5.88	134.83	401.98	84.89	8.81
Булочка с маком пониженной к		4.47	8.17	23.89		0.22		5.00			92.99	35.86	
Напиток витаминный (шиповни	200	0.46	0.15	15.12	69.14	0.02	80.00	65.36	0.34	11.20	11.68	4.72	0.50
Пастила	15	0.08		12.00	48.60				·	3.15	1.65	1.05	0.24
	265	5.01	8.32	51.01	304.62	0.24	80.00	70.36	2.78	137.93	106.32	41.63	1.85
	2045	60.66	64.87	271.97	1938.49	1.28	251.08	1311.56	21.14	506.25	833.04	277.96	24.49
	Наименование дней недели, бл Огурец свежий Котлеты рубленые из кролика (Рагу из овощей Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Сок фруктовый Булочка с маком пониженной к Сок фруктовый Пастила Суп из овощей Омлет натуральный (на воде, ма Горошек зелёный Сок фруктовый Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	265 2065	Наименование дней недели, бл Масса пор Пищевые Б	265 5.01 8.32	Наименование дней недели, бл Масса пор Пищевые вещества (т)	Наименование дней недели, бл Масса пор Пищевые вещества (†) Энергетич Б Ж У	Наименование дней недели, бл Масса пор Пищевые вещества (†) Энергетич Витамины Б Ж У В1	Наименование дней недели, бл Масса порПищевые вещества (г) Энергетич Витамины (мг)	Наименование дней недели, бл Масса пор Пищевые вещества (*) Эпергетич Витамины (мг)	Наименование дней недели, бл Масса пор Пищевые вещества (т) Энергетич Витамины (мг) ВП С А (мкг) Е	Наименование дней недели, бл Масса порПишевые вещества (1) Энергетич Витаминь (мг) Минераль Сара (1)	Наименование дней недели, бл Масса порПишевые вещества (т) Энергегие Витамины (оит) Даминераль ные вещества (т) Отурец свежий Даминераль нае вещества (т) Отурец свежий Оту	Наименование дней педеля, ба масса порПишевые вещества (т) Опертени-Витамины (мг) Минеральные вещества (мг)

					1			İ						
День/неделя: Вторник-2														
№ рец.	Наименование дней недели, бл	Масса пор	Пищевые	вещества (r)	Энергетич	Витамины	(мг)			Минераль	ные вещес	тва (мг)	
P - V			Б	Ж	У	- · r	B1	Ċ	А (мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак														
23М/ссж	Салат из свежих помидоров	70	0.77	3.13	3.21	45.53	0.04	14.10		1.70	11.96	22.34	12.24	0.58
235/M	Шницель рыбный (минтай филе	90	13.61	13.81	8.30	212.49	0.12	4.97	34.90					
125/М/БМД	Картофель отварной (масло рас		3.22	5.64	26.24	168.93	0.19	32.20		2.36		94.98	37.47	
	Фруктовый чай (яблоки свежие		0.16	0.16	13.90	58.70	0.01	4.01	2.00	0.08	6.90	5.22	4.04	0.99
	Хлеб пшеничный	40	3.16	0.40	19.32	94.00	0.06			0.52	9.20	34.80	13.20	0.80
	Хлеб ржаной	25	1.65	0.30	8.55	43.50	0.05		1.50	0.55	8.75	39.50	11.75	0.98
(Осок фруктовый	150	0.75	0.15	15.15	69.00	0.02	30.00		0.15	10.50	10.50	6.00	2.10
Итого за _Завтрак		745	23.32	23.59	94.68	692.15	0.49	85.28	38.40	9.84	123.54	415.56	133.14	8.18
Второй завтрак														
590/К/БМД	Лепешка с кунжутом (раст. мас.	50	4.29	3.93	29.72	171.24	0.31			1.45	52.36	57.54	22.45	0.96
	Сок фруктовый	200	1.00	0.20						0.20				
	Мармелад	15	0.02		11.91	48.15	;				0.60	0.15	0.30	0.06
Итого за Второй завтрак		265	5.31	4.13	61.83	311.39	0.33	40.00		1.65	66.96	71.69	30.75	3.82
Обед														
81M	Борщ (без картофеля)	250	1.79	5.10	9.97	93.93	0.04	22.30	260.00	2.41	40.89	45.06	23.66	1.11
312/К/БМД	Индейка отварная	60	20.28	22.88		287.04	0.05		10.40	0.31	14.83	208.48	19.90	1.48
	Соус овощной	30	0.75	1.57	4.23	34.46	0.04	2.85	240.00	0.80	8.83	16.81	7.90	0.27
	Каша ячневая вязкая на воде с	155	3.34	4.05	21.65	136.34	0.09		20.00	0.05	28.72	114.92	16.57	0.61
349М/БМД	Компот из сухофруктов	200	0.78	0.06	20.12	85.30	0.02	0.80		1.10	32.00	29.20	21.00	0.67
(Хлеб пшеничный	60	4.74		28.98					0.78			19.80	
	Хлеб ржаной	20	1.32		6.84	34.80	0.04		1.20	0.44	7.00			0.78
	Фрукты (яблоки)	200	0.80	0.80	19.60	94.00	0.06	20.00	10.00	0.40	32.00	22.00	18.00	4.40
Итого за Обед		975	33.80	35.30	111.39	906.86	0.44	45.95	541.60	6.30	178.07	520.27	136.23	10.52
Полдник														
590/К/БМД	Лепешка с кунжутом (раст. мас.		4.29	3.93						1.45				
(Оск фруктовый	200	1.00	0.20				40.00		0.20	-			
	Мармелад	15	0.02		11.91	48.15	i				0.60	0.15	0.30	0.06
Итого за Полдник		265	5.31	4.13	61.83	311.39	0.33	40.00	0.00	1.65	66.96	71.69	30.75	3.82
Всего за Вторник-2		2250	67.73	67.14	329.73	2221.80	1.58	211.23	580.00	19.42	435.53	1079.20	330.87	26.35
День/неделя: Среда-2														
№ рец.	Наименование дней недели, бл	Масса пор	Пищевые	вещества (r)	Энергетич	Витамины	(мг)			Минераль	ные вещес	тва (мг)	
			Б	Ж	У		B1	С	А (мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe
_Завтрак														
45/М/БМД	Салат из белокачанной капусты													
288M	Кролик отварной без масла	80	19.56	10.14	0.37	170.20	0.11	1.64		0.46	26.04	3.82	24.07	3.11

363К	Соус томатный (2-й вариант)	30	0.43	1.09	2.79	22.84	0.03	1.19	22.42	0.53	1.65	5.20	2.15	0.10
	Каша вязкая гречневая на воде (150	4.61	4.82	20.79	144.85	0.16		20.00	0.34	9.55	109.90	72.67	2.45
	Фруктовый чай (яблоки свежие	200	0.16	0.16	13.90	58.70	0.01	4.01	2.00	0.08	6.90	5.22	4.04	0.99
	Печенье	25	1.88	2.45	18.60	104.25	0.02		2.50		7.25	22.50	5.00	0.53
	Хлеб пшеничный	40	3.16	0.40	19.32	94.00	0.06			0.52	9.20	34.80	13.20	0.80
	Хлеб ржаной	25	1.65	0.30	8.55	43.50	0.05		1.50	0.55	8.75	39.50	11.75	0.98

Итого за _Завтрак		630	32.69	23.42	91.82	710.70	0.47	35.59	208.42	4.34	101.73	244.95	146.00	9.40
Второй завтрак														
553/К/БМД	Булочка с маком пониженной к	50	4.47	8.17	23.89	186.88	0.22		5.00	2.44	123.58	92.99	35.86	1.11
(ОСок фруктовый	200	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	40.00		0.20	14.00	14.00	8.00	2.80
	Пастила	15	0.08		12.00	48.60					3.15	1.65	1.05	0.24
Итого за Второй завтрак		265	5.55	8.37	56.09	327.48	0.24	40.00	5.00	2.64	140.73	108.64	44.91	4.15
Обед														
73M	Икра свекольная	60	1.55	5.06	8.71	87.66	0.04	12.35		2.42	26.74	36.78	19.16	1.10
156К/БМД	Суп с макаронными изделиями	250	2.50	3.19	15.66	101.64	0.05	1.50	216.00	0.40	13.32	30.46	8.57	0.50
234M	Биточек рыбный паровой	90	11.87	0.65	13.80	108.70	0.10	0.60	6.00	0.92	25.15	151.83	27.73	0.95
125/М/БМД	Картофель отварной (масло рас	150	2.84	4.56	23.15	145.30	0.17	28.40		1.90	21.56	83.94	33.10	1.34
349M	Компот из сухофруктов	200	0.78	0.06	20.12	85.30	0.02	0.80		1.10	32.00	29.20	21.00	0.67
(Хлеб пшеничный	60	4.74	0.60	28.98	141.00	0.10			0.78	13.80	52.20	19.80	1.20
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.68	69.60	0.08		2.40	0.88	14.00	63.20	18.80	1.56
Итого за Обед		850	26.92	14.60	124.10	739.20	0.55	43.65	224.40	8.40	146.57	447.61	148.16	7.31
Полдник														
553/К/БМД	Булочка с маком пониженной к	50	4.47	8.17	23.89	186.88	0.22		5.00	2.44	123.58	92.99	35.86	1.11
	ОСок фруктовый	200	1.00	0.20	20.20		0.02			0.20				
	Пастила	15			12.00						3.15			
Итого за Полдник		265	5.55	8.37	56.09	327.48	0.24	40.00	5.00	2.64		108.64		
Всего за Среда-2		2095	70.89	54.91	318.53	2071.39	1.56	237.24	508.18	18.36	558.80	922.86	390.65	22.57
День/неделя: Четверг-2														
№ рец.	Наименование дней недели, бл	Масса пор	Пишевые	вешества (1	7)	Энергетич	Витамины	(мг)			Минераль	ные вещес	тва (мг)	
F · V		F			У	- · r	B1		А (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак													- 5	
	Птица (грудки кур.), тушенные	270	33.30	19.72	28.27	426.46	0.35	30.75	878.50	4.44	53.39	323.11	73.13	3.41
376М/БМД	Чай с сахаром	200			9.98		0.00				4.95			
, ,	Хлеб пшеничный	40	3.16	0.40	19.32	94.00	0.06			0.52				
(Фрукты (Груши)	180	0.72	0.54	18.54	84.60	0.04	9.00		0.72	34.20	28.80	21.60	4.14
Итого за _Завтрак		690	37.18	20.66			0.46	39.85	878.50	5.68		394.95		
Второй завтрак														
590/К/БМД	Лепешка с кунжутом (раст. мас	50	4.29	3.93	29.72	171.24	0.31			1.45	52.36	57.54	22.45	0.96
	ОСок фруктовый	200		0.20						0.20				
	Мармелад	15			11.91			13.30			0.60			
Итого за Второй завтрак		265		4.13			0.33	40.00		1.65				
Обед		250	1.05	5.00	11.00	00.45	0.00	21.00	202.50	2.2.4	25.10	F1 60	21.50	0.00
99/М/БМД	Суп из овощей	250	1.85	5.26	11.06	99.46	0.09	21.20	203.50	2.34	25.48	51.69	21.59	0.80

0.673.4/E3.4H	TII	0.0	10.04	20.40	0.54	265.05	0.00		20.50	0.12	20.20	170.00	24.07	2.77
267М/БМД	Шницель натурально рубленны		18.04	28.40					28.50	8.13 2.84				
250M/FMH	Каша вязкая пшеничная на воде		4.13	5.45				40.00						
350М/БМД	Кисель из плодов чёрной сморо		0.21	0.04				40.00		0.14				
(Хлеб пшеничный	60	4.74 1.32		28.98				1.20	0.78				
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.84	34.80	0.04		1.20	0.44	7.00	31.60	9.40	0.78
Итого за Обед		755	28.70	39.78	91.76	838.03	0.39	61.20	233.20	14.42	88.98	413.53	97.83	7.21
Полдник														
590/К/БМД	Лепешка с кунжутом (раст. мас.		4.29	3.93	29.72					1.45				
(ОСок фруктовый	200	1.00	0.20				40.00		0.20				
	Мармелад	15	0.02		11.91	48.15					0.60	0.15	0.30	0.06
Итого за Полдник		265	5.31	4.13	61.83	311.39	0.33	40.00	0.00	1.65	66.96	71.69	30.75	3.82
Всего за Четверг-	-	1975	76.49	68.70	291.54	2105.79	1.50	181.05	1111.70	23.39	324.64	951.85	271.66	24.05
2		1575	70.15	00.70	271.51	2103.77	1.50	101.03	1111.70		321.01	751.05	271.00	21.03
День/неделя: Пятница-2														
№ рец.	Наименование дней недели, бл	Масса пор	Пищевые	вещества (1	7)	Энергетич	Витамины	(мг)			Минераль	ные вещес	тва (мг)	
1		1			У	1	B1		А (мкг)	Е	Ca	P		Fe
Завтрак														
20М/ссж	Салат из свежих огурцов	70	0.47	3.06	1.27	34.34	0.02	4.69		1.39	11.39	20.16	9.38	0.34
297/М/БМД	Фрикадельки из кур	65	9.77	8.83	4.83			0.96	33.60	0.71				
363К	Соус томатный (2-й вариант)	50	0.72	1.81	4.65	38.06	0.04	1.98	37.36	0.89	2.74	8.66	3.59	
309М/БМД	Макаронные изделия отварные	150	5.83	4.19	37.37	210.61	0.09			2.34	11.17	46.41	8.55	0.86
376М/БМД	Чай с сахаром	200			9.98	39.91	0.00	0.10			4.95	8.24	4.40	0.85
(Фрукты (яблоки)	120	0.48	0.48	11.76	56.40	0.04	12.00	6.00	0.24	19.20	13.20	10.80	2.64
	Хлеб пшеничный	40	3.16	0.40	19.32	94.00	0.06			0.52	9.20	34.80	13.20	0.80
	Хлеб ржаной	25	1.65	0.30	8.55	43.50	0.05		1.50	0.55	8.75	39.50	11.75	0.98
Итого за _Завтрак		720	22.07	19.07	97.73	654.92	0.36	19.73	78.46	6.63	76.43	256.49	74.09	7.60
Второй завтрак														
553/К/БМД	Булочка с маком пониженной к	50	4.47	8.17	23.89	186.88	0.22		5.00	2.44	123.58	92.99	35.86	1.11
	ОСок фруктовый	200	1.00	0.20	20.20			40.00		0.20				
	Пастила	15	0.08		12.00)				3.15			
Итого за Второй завтрак		265	5.55	8.37				40.00	5.00	2.64		108.64		
Обед														
82M	Борщ из свежей капусты с карт	250	1.97	3.17	12.56				200.00	1.53				
291М/БМД	Плов из птицы (грудки кур)	250	30.31						328.40	4.29				
342М/БМД	Компот из свежих яблок	200	0.16						2.00	0.08				
(Хлеб пшеничный	60	4.74							0.78				
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.84	34.80	0.04		1.20	0.44	7.00	31.60	9.40	0.78
Итого за Обед		780	38.49	18.84	109.71	766.28	0.39	33.92	531.60	7.12	101.26	443.78	122.54	6.70
Полдник														

553/К/БМД	Булочка с маком пониженной к	50	4.47	8.17	23.89	186.88	0.22		5.00	2.44	123.58	92.99	35.86	1.11
(Осок фруктовый	200	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	40.00		0.20	14.00	14.00	8.00	2.80
	Пастила	15	0.08		12.00	48.60					3.15	1.65	1.05	0.24
Итого за Полдник		265	5.55	8.37	56.09	327.48	0.24	40.00	5.00	2.64	140.73	108.64	44.91	4.15
Всего за Пятница-2		2030	71.67	54.64	319.63	2076.15	1.24	133.65	620.06	19.03	459.14	917.54	286.45	22.60
Итого		20774	666.27	573.25	2965.50	19899.30	14.48	2093.72	8425.55	191.57	4543.51	9612.03	3077.35	237.90
			·					·			·		·	

		10.00			2								
	Macca		 вые вещес	 тва (г)	Энергети ческая		Витами	∟ ны (мг)		Мин	ena II.HLIE	вещества	(ME)
	порции	Б	ж	y	ценность	B1	C	А (мкг)	Е	Ca	Р	Mg	Fe
Итого за завтраки	-	256.39	197.86	807.22	(682.2)	3.80	446.07	3209.28	61.93	991.13	3378.17	1036.57	81.53
Среднее значение за завтраки		25.64	19.79	80.72	608.22	0.38	44.61	320.93	6.19	99.11	337.82	103.66	8.15
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		17%	13%	53%									
Выполнение СанПиН, % от суточной нормы		33%	25%	24%	26%	32%	74%	46%	62%	9%	31%	41%	68%
Итого за промежуточное питание	2650	54.52	66.72	583.88	3210.44	2.75	400.00	30.00	22.41	1112.19	938.56	392.47	40.21
Среднее значение за промежуточное питание	265	5.45	6.67	58.39	321.04	0.28	40.00	3.00	2.24	111.22	93.86	39.25	4.02
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		7%	8%	73%									
Выполнение СанПиН, % от суточной нормы		7%	8%	17%	14%	23%	67%	0%	22%	10%	9%	16%	34%
Итого за обеды	8595	302.29	241.93	1015.35	7498.22	5.13	649.65	4894.83	84.03	1307.35	4350.68	1259.02	85.31
Среднее значение за обеды	860	30.23	24.19	101.54	749.82	0.51	64.97	489.48	8.40	130.74	435.07	125.90	8.53
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		16%	13%	54%									
Выполнение СанПиН, % от суточной нормы		39%	31%	30%	32%	43%	108%	70%	84%	12%	40%	50%	71%
Итого за полдники	2650	52.89	66.58	568.63	3141.86	2.74	520.00	226.08	22.85	1103.79	931.60	382.63	33.30
Среднее значение за полдники	265	5.29	6.66	56.86	314.19	0.27	52.00	22.61	2.28	110.38	93.16	38.26	3.33
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		7%	8%	72%									
Выполнение СанПиН, % от суточной нормы		7%	8%	17%	13%	23%	87%	3%	23%	10%	8%	15%	28%
Итого за весь период	20689	666.27	573.25	2965.50	19899.30	14.48	2093.72	8425.55	191.57	4543.51	9612.03	3077.35	237.90
Среднее значение	2069	66.63	57.33	296.55	1989.93	1.45	209.37	842.56	19.16	454.35	961.20	307.74	23.79
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		13%	12%	60%									
100 % Норма СанПиН		77.00	79.00	335.00	2350.00	1.20	60.00	700.00	10.00	1100.00	1100.00	250.00	12.00

Возраст 7-11 лет

100 % Норма СанПиН	77	79	335	2350	Завтраки						
	Пише	вые веществ	а (г)	Энергетическ	эивтраки	Выполне	ение БЖУ		0	оотношение Б	жу
Наименование дней недели, блюд	Б	ж	У	ая ценность (ккал)	Б	ж	у	де	Б	ж	у
Понедельник - 1	19.71	14.15	87.00	. /	26%	18%	26%	24%	14%	23%	62%
Вторник - 1	22.44	13.51	73.53	510.95	29%	17%	22%	22%	18%	24%	58%
Среда - 1	28.88	18,71	73.74		38%	24%	22%	25%	20%	29%	51%
Четверг - 1	24.55	18.64	61.37	514.55	32%	24%	18%	22%	19%	33%	48%
Пятница - 1	20.45	20.23	58.13		27%	26%	17%	21%	16%	36%	46%
Понедельник - 2	25.11	25.88	93.11	712.33	33%	33%	28%	30%	14%	33%	52%
Вторник - 2	23.32	23.59	94.68		30%	30%	28%	29%	13%	31%	55%
Среда - 2	32.69	23,42	91.82		42%	30%	27%	30%	18%	30%	52%
Четверг - 2	37.18	20.66	76.12		48%	26%	23%	27%	23%	29%	47%
Пятница - 2	22.07	19.07	97.73	654,92	29%	24%	29%	28%	13%	26%	60%
Среднее	25.64	19.79	80.72		33%	25%	24%	26%	17%	29%	53%
•											
	Пиша	вые веществ	a (r)	Энергетическ	Второй завт		ение БЖУ		-	оотношение Б	WV.
Іаименование дней недели, блюд				ая ценность	_						
	Б	ж	У	(ккал)	Б	ж	У	ЭЦ	Б	ж	У
Понедельник - 1	5.55	8.37	56.09		7%	11%	17%	14%	7%	23%	69%
Вторник - 1	5.31	4.13	61.83	311.39	7%	5%	18%	13%	7%	12%	79%
Cpeða - 1	5.55	8.37	56.09	327.48	7%	11%	17%	14%	7%	23%	69%
Четверг - 1	5.31	4.13	61.83	311.39	7%	5%	18%	13%	7%	12%	79%
Пятница - 1	5.55	8.37	56.09	327.48	7%	11%	17%	14%	7%	23%	69%
Понедельник - 2	5.55	8.37	56.09	327.48	7%	11%	17%	14%	7%	23%	69%
Вторник - 2	5.31	4.13	61.83	311.39	7%	5%	18%	13%	7%	12%	79%
Среда - 2	5.55	8.37	56.09		7%	11%	17%	14%	7%	23%	69%
Четверг - 2	5.31	4.13	61.83		7%	5%	18%	13%	7%	12%	79%
Пятница - 2	5,55	8.37	56.09		7%	11%	17%	14%	7%	23%	69%
Среднее	5.45	6.67	58.39		7%	8%	17%	14%	7%	19%	73%
					Обеды						
	Пище	вые веществ	а (г)	Энергетическ		Выполно	ение БЖУ		С	оотношение Б	жу
Наименование дней недели, блюд		222		ая ценность	Б		у	ЭЦ	Б	ж	
	Б	ж	У	(ккал)		ж			ь	- A	У
				. ,	30%			3.1%			
Понедельник - 1	23.24	26.68	111.45	792.08	30%	34%	33%	34%	12%	30%	56%
Понедельник - 1 Вторник - 1	23.24 35.31	26.68 18.10	111.45 86.68	792.08 652.46	46%	34% 23%	33% 26%	28%	12% 22%	30% 25%	56% 53%
Попедельник - 1 Вторник - 1 Среда - 1	23.24 35.31 29.33	26.68 18.10 31.28	111.45 86.68 104.91	792.08 652.46 817.73	46% 38%	34% 23% 40%	33% 26% 31%	28% 35%	12% 22% 14%	30% 25% 34%	56% 53% 51%
Понедельник - 1 Вторник - 1 Среда - 1 Четверт - 1	23.24 35.31 29.33 37.02	26.68 18.10 31.28 23.60	111.45 86.68 104.91 100.63	792.08 652.46 817.73 770.17	46% 38% 48%	34% 23% 40% 30%	33% 26% 31% 30%	28% 35% 33%	12% 22% 14% 19%	30% 25% 34% 28%	56% 53% 51% 52%
Понедельник - 1 Вторник - 1 Среда - 1 Четверг - 1 Пятница - 1	23.24 35.31 29.33 37.02 24.48	26.68 18.10 31.28 23.60 11.46	111.45 86.68 104.91 100.63 102.96	792.08 652.46 817.73 770.17 621.35	46% 38% 48% 32%	34% 23% 40% 30% 15%	33% 26% 31% 30% 31%	28% 35% 33% 26%	12% 22% 14% 19%	30% 25% 34% 28% 17%	56% 53% 51% 52% 66%
Понедельник - 1 Вторник - 1 Среда - 1 Четверт - 1 Пятница - 1 Понедельник - 2	23.24 35.31 29.33 37.02 24.48 24.99	26.68 18.10 31.28 23.60 11.46 22.30	111.45 86.68 104.91 100.63 102.96 71.76	792.08 652.46 817.73 770.17 621.35 594.07	46% 38% 48% 32% 32%	34% 23% 40% 30% 15% 28%	33% 26% 31% 30% 31% 21%	28% 35% 33% 26% 25%	12% 22% 14% 19% 16%	30% 25% 34% 28% 17% 34%	56% 53% 51% 52% 66% 48%
Попедельник - 1 Вторник - 1 Среда - 1 Четверт - 1 Пятница - 1 Попедельник - 2 Вторник - 2	23.24 35.31 29.33 37.02 24.48 24.99 33.80	26.68 18.10 31.28 23.60 11.46 22.30 35.30	111.45 86.68 104.91 100.63 102.96 71.76 111.39	792.08 652.46 817.73 770.17 621.35 594.07 906.86	46% 38% 48% 32% 32% 44%	34% 23% 40% 30% 15% 28% 45%	33% 26% 31% 30% 31% 21% 33%	28% 35% 33% 26% 25% 39%	12% 22% 14% 19% 16% 17%	30% 25% 34% 28% 17% 34% 35%	56% 53% 51% 52% 66% 48% 49%
Попедельник - 1 Вторник - 1 Среда - 1 Четверг - 1 Пятища - 1 Попедельник - 2 Вторник - 2 Среда - 2	23.24 35.31 29.33 37.02 24.48 24.99 33.80 26.92	26.68 18.10 31.28 23.60 11.46 22.30 35.30 14.60	111.45 86.68 104.91 100.63 102.96 71.76 111.39	792.08 652.46 817.73 770.17 621.35 594.07 906.86 739.20	46% 38% 48% 32% 32% 44% 35%	34% 23% 40% 30% 15% 28% 45%	33% 26% 31% 30% 311% 21% 33% 37%	28% 35% 33% 26% 25% 39% 31%	12% 22% 14% 19% 16% 17% 15%	30% 25% 34% 28% 17% 34% 35%	56% 53% 51% 52% 66% 48% 49%
Попедельник - 1 Вторник - 1 Среда - 1 Четверт - 1 Патициа - 1 Попедельник - 2 Вторник - 2 Среда - 2 Четверт - 2	23.24 35.31 29.33 37.02 24.48 24.99 33.80 26.92 28.70	26.68 18.10 31.28 23.60 11.46 22.30 35.30 14.60 39.78	111.45 86.68 104.91 100.63 102.96 71.76 111.39 124.10 91.76	792.08 652.46 817.73 770.17 621.35 594.07 906.86 739.20 838.03	46% 38% 48% 32% 32% 44% 35% 37%	34% 23% 40% 30% 15% 28% 45% 18%	33% 26% 31% 30% 31% 21% 33% 37% 27%	28% 35% 33% 26% 25% 39% 31% 36%	12% 22% 14% 19% 16% 17% 15% 14%	30% 25% 34% 28% 17% 34% 35% 18%	56% 53% 51% 52% 66% 48% 49% 67% 44%
Попедельник - 1 Вторник - 1 Среда - 1 Четверг - 1 Патинца - 1 Попедельник - 2 Вторник - 2 Среда - 2 Четверг - 2 Патинца - 2	23.24 35.31 29.33 37.02 24.48 24.99 33.80 26.92 28.70 38.49	26.68 18.10 31.28 23.60 11.46 22.30 35.30 14.60 39.78 18.84	111.45 86.68 104.91 100.63 102.96 71.76 111.39 124.10 91.76	792.08 652.46 817.73 770.17 621.35 594.07 906.86 739.20 838.03 766.28	46% 38% 48% 32% 32% 44% 355% 37% 50%	34% 23% 40% 30% 15% 28% 45% 18% 50%	33% 26% 31% 30% 31% 21% 33% 37% 27% 33%	28% 35% 33% 26% 25% 39% 31% 36% 33%	12% 22% 14% 19% 16% 17% 15% 15% 14%	30% 25% 34% 28% 17% 34% 35% 18% 43% 22%	56% 53% 51% 52% 66% 48% 49% 67% 44%
Попедельник - 1 Вторник - 1 Среда - 1 Четверт - 1 Изтанциа - 1 Изоседенник - 2 Вторник - 2 Среда - 2 Четверт - 2	23.24 35.31 29.33 37.02 24.48 24.99 33.80 26.92 28.70	26.68 18.10 31.28 23.60 11.46 22.30 35.30 14.60 39.78	111.45 86.68 104.91 100.63 102.96 71.76 111.39 124.10 91.76	792.08 652.46 817.73 770.17 621.35 594.07 906.86 739.20 838.03 766.28	46% 38% 48% 32% 32% 44% 35% 37%	34% 23% 40% 30% 15% 28% 45% 18%	33% 26% 31% 30% 31% 21% 33% 37% 27%	28% 35% 33% 26% 25% 39% 31% 36%	12% 22% 14% 19% 16% 17% 15% 14%	30% 25% 34% 28% 17% 34% 35% 18%	56% 53% 51% 52% 66% 48% 49% 67% 44%
Попедельник - 1 Вторник - 1 Среда - 1 Четверт - 1 Патица - 1 Попедельник - 2 Вторник - 2 Среда - 2 Четверт - 2 Патица - 2 Патица - 2	23.24 35.31 29.33 37.02 24.48 24.99 33.80 26.92 28.70 38.49 30.23	26.68 18.10 31.28 23.60 11.46 22.30 35.30 14.60 39.78 18.84 24.19	111.45 86.68 104.91 100.63 102.96 71.76 111.39 124.10 91.76 109.71	792.08 652.46 817.73 770.17 621.35 594.07 906.86 739.20 838.03 766.28	46% 38% 48% 32% 32% 44% 355% 37% 50%	34% 23% 40% 30% 15% 28% 45% 45% 24% 31%	33% 26% 31% 30% 31% 31% 31% 33% 37% 27% 33% 33% 30%	28% 35% 33% 26% 25% 39% 31% 36% 33%	12% 22% 14% 19% 16% 17% 15% 14% 20% 16%	30% 25% 34% 28% 17% 33% 18% 43% 22% 29%	56% 53% 51% 52% 66% 48% 49% 67% 44% 57% 54%
Попедельник - 1 Вторник - 1 Среда - 1 Четверт - 1 Патища - 1 Попедельник - 2 Вторник - 2 Среда - 2 Четверт - 2 Патища - 2 Патища - 2 Патища - 2 Среда - 2 Патища - 2 Среднее	23.24 35.31 29.33 37.02 24.48 24.99 33.80 26.92 28.70 38.49 30.23	26.68 18.10 31.28 23.60 11.46 22.30 35.30 14.60 39.78 18.84	111.45 86.68 104.91 100.63 102.96 71.76 111.39 124.10 91.76 109.71	792.08 652.46 817.73 770.17 621.35 594.07 906.86 739.20 838.03 766.28 749.82	46% 38% 48% 32% 32% 44% 35% 37% 59% 39%	34% 23% 40% 30% 15% 28% 45% 45% 24% 31%	33% 26% 31% 30% 31% 21% 33% 37% 27% 33%	28% 35% 33% 26% 25% 39% 31% 36% 33%	12% 22% 14% 19% 16% 17% 15% 14% 20% 16%	30% 25% 34% 28% 17% 34% 35% 18% 43% 22%	56% 53% 51% 52% 66% 48% 49% 67% 44% 57% 54%
Попедельник - 1 Вторник - 1 Среда - 1 Четкерт - 1 Пятица - 1 Попедельник - 2 Вторник - 2 Среда - 2 Четкерт - 2 Пятица - 2 Пятица - 2 Среда - 2 Среда - 2 Четкерт - 2 Пятица - 2 Среднее	23.24 35.31 29.33 37.02 24.48 24.99 33.80 26.92 28.70 38.49 30.23	26.68 18.10 31.28 23.60 11.46 22.30 35.30 14.60 14.60 24.19	111.45 86.68 104.91 100.63 102.96 71.76 111.39 124.10 91.76 109.71 101.54	792.08 652.46 817.73 770.17 621.35 594.07 906.86 739.20 338.03 766.28 749.82	45% 38% 45% 32% 44% 33% 55% 35% 50% 37% 1000ники	34% 23% 40% 30% 15% 28% 45% 18% 50% 24% 31%	33% 26% 31% 30% 31% 211% 221% 33% 33% 37% 27% 33% 39%	28% 35% 33% 26% 25% 39% 34% 36% 32%	12% 22% 14% 19% 16% 17% 15% 15% 16% 16% CC	30% 25% 34% 28% 17% 34% 35% 18% 43% 22% 29%	56% 53% 51% 52% 66% 48% 49% 67% 44% 57% 54%
Попедельник - 1 Вторник - 1 Среда - 1 Четверг - 1 Изтица - 1 Попедельник - 2 Вторник - 2 Среда - 2 Четверг - 2 Четверг - 2 Натища - 2 Среднее	23.24 35.31 29.33 37.02 24.49 33.80 26.92 28.70 38.49 30.23	26.68 18.10 31.28 23.60 11.46 22.30 35.30 14.60 39.78 18.84 24.19	111.45 86.68 104.91 100.63 102.96 71.76 111.39 124.10 91.76 109.71 101.54	792.08 652.46 817.73 770.17 621.35 594.07 906.86 739.20 838.03 766.28 749.82	45% 38% 48% 48% 32% 42% 43% 35% 35% 39% 50% Bordnusu B F	34% 23% 40% 30% 15% 15% 45% 45% 45% 31% Bhanoard Ж	33% 26% 31% 30% 31% 21% 31% 21% 33% 33% 37% 27% 27% 27% 33% 39%	28% 35% 33% 26% 25% 39% 31% 36% 32%	12% 22% 14% 19% 16% 17% 15% 15% 15% 16% 6 6 6 7%	30% 25% 34% 34% 17% 34% 35% 18% 43% 22% 29%	56% 53% 51% 52% 66% 49% 49% 54% 54% WY
Попедельник - 1 Вторник - 1 Среда - 1 Четкерт - 1 Пятица - 1 Попедельник - 2 Вторник - 2 Среда - 2 Четкерт - 2 Пятица - 2 Пятица - 2 Среда - 2 Среда - 2 Четкерт - 2 Пятица - 2 Среднее	23.24 35.31 29.33 37.02 24.48 24.99 33.80 26.92 28.70 38.49 30.23	26.68 18.10 31.28 23.60 11.46 22.30 33.30 14.60 39.78 18.84 24.19 Ж 8.32	111.45 86.68 104.91 100.63 102.96 111.39 124.10 91.76 109.71 101.54 y	792.08 652.46 817.73 770.17 621.35 594.07 906.86 739.20 838.03 766.28 749.82	45% 38% 44% 32% 44% 32% 44% 37% 55% 59% Hordnuru B 7% 7%	34% 23% 40% 30% 15% 15% 18% 28% 45% 24% 31% Bahoane Ж	33% 26% 31% 30% 31% 30% 31% 33% 37% 33% 37% 37% 33% 39%	28% 35% 33% 26% 25% 31% 36% 33% 32% 31% 36% 33% 32%	12% 22% 14% 19% 16% 15% 15% 15% 16% 20% 16%	30% 25% 34% 34% 17% 34% 35% 18% 43% 22% 29%	56% 53% 51% 52% 66% 48% 48% 49% 57% 54% WY
Попедельник - 1 Вторник - 1 Среда - 1 Четверт - 1 Патища - 1 Попедельник - 2 Вторник - 2 Среда - 2 Четверт - 2 Четверт - 2 Патища - 2 Среда - 2 Четверт - 2 Патища - 2 Среднее	23.24 35.31 29.33 37.02 24.48 24.99 33.80 26.92 28.70 30.23 Hunnes B	26.68 18.10 31.28 23.60 11.46 22.30 35.30 14.60 39.78 18.84 24.19 BMB BEHECTB W 8.32 4.13 8.37	111.45 86.68 104.91 100.63 102.96 71.76 111.39 124.10 109.71 101.54 a (r) y 51.01 61.83 56.09	792.08 652.46 817.73 770.17 621.35 594.07 906.86 739.20 8318.03 766.28 749.82 749.82	45% 38% 48% 48% 32% 44% 35% 35% 39% Handmaka B 7% 7%	34% 23% 40% 30% 15% 15% 28% 45% 24% 31% Bahnoing ###################################	33% 26% 31% 30% 31% 30% 311% 21% 33% 33% 33% 30%	28% 35% 33% 26% 25% 39% 31% 36% 33% 32%	12% 22% 14% 19% 16% 15% 15% 20% 16% CC B 7% 7%	30% 25% 33% 28% 17% 34% 15% 35% 18% 43% 22% 29% 00THOMERINE E. K 25% 25% 22% 23%	56% 53% 51% 52% 52% 48% 49% 57% 54% WY 9 67% 67% 69%
Попедельник - 1 Вторник - 1 Среда - 1 Четвер - 1 Патинца - 1 Попедельник - 2 Вторник - 2 Среда - 2 Четвер - 2 Четвер - 2 Патинца - 2 Среда - 2 Четвер - 2 Патинца - 2 Среднее Патинца - 2 Среднее	23.24 35.31 29.33 37.02 24.48 24.99 33.80 26.92 28.70 38.49 30.23	26.68 18.10 31.28 23.60 11.46 22.30 33.30 14.60 39.78 18.84 24.19 Ж 8.32	111.45 86.68 104.91 100.63 102.96 111.39 124.10 91.76 109.71 101.54 y	792.08 652.46 817.73 770.17 621.35 594.07 906.86 739.20 8318.03 766.28 749.82 749.82	45% 38% 44% 32% 44% 32% 44% 37% 55% 59% Hordnuru B 7% 7%	34% 23% 40% 30% 15% 15% 18% 28% 45% 24% 31% Bahoane Ж	33% 26% 31% 30% 31% 30% 31% 33% 37% 33% 37% 37% 33% 39%	28% 35% 33% 26% 25% 31% 36% 33% 32% 31% 36% 33% 32%	12% 22% 14% 19% 16% 15% 15% 15% 16% 20% 16%	30% 25% 34% 34% 17% 34% 35% 18% 43% 22% 29%	56% 53% 51% 52% 66% 48% 49% 67% 54% WY V 67% 79% 69%
Попедельник - 1 Вторник - 1 Среда - 1 Четверт - 1 Изтаница - 1 Изтаница - 1 Изтаница - 2 Вторник - 2 Среда - 2 Четверт - 2 Нятица - 2 Пятица - 2 Среда - 2 Четверт - 2 Пятица - 2 Среднее	23.24 35.31 29.33 37.02 24.48 24.99 33.80 38.49 30.23 Humes 5.01 5.55 5.55	26.68 18.10 31.28 23.60 11.46 22.30 35.30 14.60 39.78 18.84 24.19 BMB BEHECTB W 8.32 4.13 8.37	111.45 86.68 104.91 100.63 102.96 71.76 111.39 124.10 91.76 109.71 101.54 y \$1.01 61.83 56.09 61.83 51.01	792.08 652.46 817.73 770.17 621.35 594.07 996.86 739.20 8318.03 766.28 749.82	45% 38% 48% 48% 32% 44% 35% 35% 39% Handmaka B 7% 7%	34% 23% 40% 30% 15% 15% 28% 45% 24% 31% Bahnoing ###################################	33% 26% 31% 30% 31% 30% 311% 21% 33% 33% 33% 30%	28% 35% 33% 26% 25% 39% 31% 36% 33% 32%	12% 22% 14% 19% 16% 15% 15% 20% 16% CC B 7% 7%	30% 25% 33% 28% 17% 34% 15% 35% 18% 43% 22% 29% 00THOMERINE E. K 25% 25% 22% 23%	56% 553% 51% 52% 56% 48% 49% 67% 54% WY Y 67% 79% 69% 79%
Понедельник - 1 Вторник - 1 Среда - 1 Четверт - 1 Иятица - 1 Попедельник - 2 Вторник - 2 Среда - 2 Четверт - 2 Четверт - 2 Пятица - 2 Средьее Пятица - 2 Средьее Патица - 2 Средьее Питица - 1 Средье - 1 Вторник - 1 Вторник - 1 Среда - 1 Четверт - 1 Четверт - 1	23.24 35.31 29.33 37.02 24.48 24.99 33.80 26.92 28.70 30.23 Humee 5	26.68 18.10 31.28 23.50 11.46 22.30 35.30 14.60 39.78 18.84 24.19 BMC BEHICCTB	111.45 86.68 104.91 100.63 102.96 111.39 124.10 199.71 101.54	792.08 652.46 817.73 770.17 621.35 594.07 996.86 739.20 8318.03 766.28 749.82	46% 38% 48% 32% 32% 44% 33% 37% 50% 50% 7% 7% 7%	34% 23% 40% 30% 35% 45% 45% 45% 45% 45% 45% 50% 31% Выполис Ж 11% 5% 11% 5%	33% 26% 31% 36% 30% 31% 31% 31% 33% 33% 35% 35% 35% 35% 40% 15% 15% 18% 17%	28% 35% 35% 33% 26% 25% 39% 31% 36% 33% 32%	12% 22% 14% 19% 16% 15% 15% 15% 15% 20% 16% CC B 7% 7%	30% 25% 34% 28% 34% 34% 35% 35% 35% 43% 22% 29% 00THOHICHIE E: X 25% 12% 22% 22% 22% 22% 22% 22% 22%	56% 53% 51% 51% 52% 52% 52% 56% 48% 49% 67% 54% 57% 54% WY
Попедельник - 1 Вторник - 1 Среда - 1 Четверт - 1 Патища - 1 Попедельник - 2 Вторник - 2 Четверт - 2 Натища - 2 Патища - 2 Среда - 2 Четверт - 2 Патища - 2 Средие Патища - 2 Средие Патища - 1 Попедельник - 1 Вторник - 1 Среда - 1 Четверт - 1 Патища - 1	23.24 35.31 29.33 37.02 24.48 24.99 33.80 38.49 30.23 Humes 5.01 5.55 5.55	26.68 18.10 31.28 23.50 11.46 22.39 33.39 14.60 24.19 зые веществ ж 8.32 4.13 8.37 4.13	111.45 86.68 104.91 100.63 102.96 71.76 111.39 124.10 91.76 109.71 101.54 y \$1.01 61.83 56.09 61.83 51.01	792.08 652.46 817.73 770.17 621.35 594.07 906.86 739.20 838.03 766.28 749.82 Энергетическ вя ценность (ккал) 304.62 311.39 327.48 311.39	45% 38% 48% 32% 44% 32% 44% 37% 50% 37% 50% 7% 7% 7% 7%	34% 23% 40% 30% 15% 15% 45% 45% 45% 45% 45% 11% Выполие Ж 11% 5% 11%	33% 26% 31% 36% 31% 38% 33% 37% 27% 33% 37% 27% 33% 37% 17% 18% 18% 15% 15%	28% 33% 26% 25% 33% 31% 36% 33% 32% 31% 36% 33% 32%	12% 22% 14% 19% 16% 15% 15% 15% 15% 15% 16% CO B CO T T T T T T T T T T T T T	30% 25% 34% 28% 17% 34% 18% 43% 43% 22% 29% 29% 22% 22% 22% 22% 22% 22% 22	56% 53% 51% 51% 52% 666% 48% 49% 67% 54% WY
Попедельник - 1 Вторник - 1 Среда - 1 Четверг - 1 Патища - 1 Попедельник - 2 Вторник - 2 Среда - 2 Четверг - 2 Четверг - 2 Патища - 2 Среда - 2 Четверг - 2 Патища - 2 Среднее Патища - 1 Среда - 1 Четверг - 1 Попедельник - 1 Вторник - 1 Среда - 1 Четверг - 1 Патища - 1 Попедельник - 2	23.24 35.31 29.33 37.02 24.48 24.99 33.80 38.49 30.23 Humres 5 5.01 5.31 5.55 5.55 5.55 5.55	26.68 18.10 31.28 23.60 11.46 22.30 35.30 14.60 24.19 ж 8.32 4.13 8.37 4.13 8.32 8.32 8.32	111.45 86.68 104.91 100.63 102.96 71.76 111.39 124.10 91.76 109.71 101.54 a (r) y 51.01 61.83 55.09 61.83 51.01 51.01	792.08 652.46 817.73 770.17 621.35 594.07 906.86 739.20 838.03 766.28 749.82 Энергетическ ая ценюсть (иква) 304.62 311.39 304.62 304.62 311.39	45% 38% 48% 32% 42% 32% 44% 35% 35% 39% 50% 50% 7% 7% 7% 7%	34% 23% 40% 30% 15% 15% 28% 45% 24% 50% 24% 31% Bhanoard ### Hill ### S% 11% 5% 11% 5% 11%	33% 26% 31% 30% 31% 31% 32% 33% 33% 33% 35% 15% 15% 15% 15% 15% 15%	28% 333% 26% 25% 39% 31% 36% 33% 32% 9U 13% 13% 13% 13% 13% 13% 13%	12% 22% 14% 19% 16% 15% 15% 20% 16% 55% 66% 77% 7% 7% 7% 7%	30% 25% 34% 28% 28% 17% 34% 35% 35% 35% 43% 22% 29% 00 THOMERINE E. K 25% 12% 25% 12% 25%	56% 53% 53% 51% 51% 52% 66% 48% 49% 44% 57% 54% WY
Попедельник - 1 Вторник - 1 Среда - 1 Четверт - 1 Пятища - 1 Попедельник - 2 Вторник - 2 Среда - 2 Четверт - 2 Пятища - 1 Пятища - 2 Среднее Пятища - 2 Среднее Пятища - 1 Вторник - 1 Вторник - 1 Вторник - 1 Четверт - 1 Пятища - 1 Попедельник - 2 Вторник - 2 Вторник - 2 Вторник - 2 Вторник - 2 Среда - 2	23.24 35.31 37.02 24.48 24.99 33.80 26.92 28.70 38.49 30.23 Hunnel 5.01 5.55 5.55 5.01 5.01	26.68 18.10 31.28 23.50 11.46 22.39 35.39 18.84 24.19 вые веществ Ж 8.32 4.13 8.32 8.32 8.32	111.45 86.68 104.91 100.63 102.96 71.76 111.39 12.4.10 91.76 109.71 101.54 x (r) y \$1.01 61.83 \$5.00 61.83 \$5.00 61.83 \$5.00 61.83	792.08 652.46 817.73 770.17 621.35 594.07 906.86 739.20 838.03 766.28 749.82 Энергетическ ая ценюсть (иква) 304.62 311.39 304.62 304.62 311.39	45% 38% 48% 32% 44% 32% 44% 37% 50% 37% 50% 7% 7% 7% 7%	34% 23% 40% 30% 15% 15% 45% 45% 45% 45% 45% 50% 11% Bahoane Ж 11% 5% 11% 5% 11% 11%	33% 26% 31% 36% 31% 39% 33% 37% 27% 27% 27% 38% 37% 15% 18% 15% 18% 15% 18%	28% 35% 33% 26% 25% 39% 39% 34% 34% 32% 32% 31% 13% 13% 13% 13%	12% 22% 14% 19% 16% 15% 15% 15% 14% 20% 16% 7% 7% 7% 7% 7% 7% 7% 7%	30% 25% 34% 28% 17% 34% 35% 18% 43% 42% 42% 29% 00THOHIGHUE E: ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** *	56% 53% 51% 51% 66% 48% 49% 67% 54%
Попедельник - 1 Вторник - 1 Среда - 1 Четверт - 1 Пятища - 1 Попедельник - 2 Вторник - 2 Четверт - 2 Натища - 2 Пятища - 2 Среда - 2 Четверт - 2 Пятища - 2 Средие Наименование дией недели, блюд Попедельник - 1 Вторник - 1 Четверт - 1 Пятища - 1 Попедельник - 2 Вторник - 2 Вторник - 2	23.24 35.31 29.33 37.02 24.48 24.99 33.380 38.49 30.23 Hunnes 5.01 5.31 5.55 5.55 5.55	26.68 18.10 13.128 23.60 11.46 22.30 35.30 35.30 14.60 39.78 16.84 24.19 **M** **Base Bethect Bethec	111.45 86.68 104.91 100.63 102.96 71.76 71.76 111.39 124.10 91.76 109.71 101.54 a (r) V 51.01 61.83 56.09 61.83 55.01 51.01 51.01 56.83	792.08 652.46 817.73 770.17 621.35 594.07 906.86 739.20 739.20 749.82 Энергетическая ценность (ккал) 304.62 311.39 304.62 304.62 304.62 304.62 304.62	45% 38% 44% 22% 44% 35% 35% 37% 50% 7% 7% 7% 7% 7% 7% 7%	34% 23% 40% 30% 15% 15% 15% 28% 45% 24% 31% Bahnoing ###################################	33% 26% 36% 36% 37% 38% 37% 21% 33% 35% 37% 27% 33% 36% 27% 15% 15% 15% 15% 15% 15% 15% 15%	28% 333% 26% 25% 39% 31% 36% 33% 32% 9U 13% 13% 13% 13% 13% 13% 13% 13% 13% 13%	12% 22% 14% 19% 16% 15% 15% 15% 15% 15% 16% CO B CO T T T T T T T T T T T T T	30% 25% 34% 28% 17% 34% 35% 18% 43% 22% 29% 0otnomenic E:	56% 53% 51% 52% 66% 48% 49% 67% 44%

Показатели соотношения пищевых веществ и энергии Варианта реализации типового основного меню (организованного питания) для обучающихся общеобразовательных организаций Краснодарского края