

СОГЛАСОВАНО

Заместитель главного государственного
санитарного врача по Красноярскому краю

УТВЕРЖДАЮ

Директор КГБОУ «Назаровская школа»



М. Р. Аккерт

2017 г.



И. В. Куклина

2017 г.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
В КРАЕВОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ БЮДЖЕТНОМ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ
«НАЗАРОВСКАЯ ШКОЛА»
(КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ, Г. НАЗАРОВО, УЛ. КЛУБНАЯ, Д. 4, СТР. 1)**

**РАЗРАБОТАНО
ООО «ФСЭБ»**

« 04 августа 2017 г. Регистр № 0101179-М
Полное или частичное копирование для использования
третьими лицами без разрешения разработчика
запрещено

г. Назарово
2017 г.

Расчет продуктов питания, в гр., на одного ребенка

Дети с 7-11 лет

День 1

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, нетто	Овощи, нетто	Фрукты свежие, брутто	Соки, брутто	Фрукты сухие, брутто	Сахар, брутто	Кондитерские изделия, брутто	Какао, брутто	Чай, брутто	Мясо, нетто	Птица, нетто	Рыба (сельдь), нетто	Колбасные изделия, брутто	Кисломолоч. продукт, брутто	Молоко, брутто	Творог, брутто	Сметана, брутто	Сыр, брутто	Масло сливочное, брутто	Масло растительное, брутто	Яйцо (гр), нетто	Соль, брутто	Дрожжи, брутто		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
Завтрак																															
64	Макаронные изделия, запеченные с сыром					55																		5	6						
3	Какао с молоком											12	2								180										
63	Бутерброд с маслом	40																							10						
	Итого	40	0	0	0	55	0	0	0	0	0	12	0	2	0	0	0	0	0	0	180	0	0	5	16	0	0	0	0		
Обед																															
4.61	Огурцы свежие или оурцы соленые							80																							
27	Суп с рыбными консервами					50	24											80								3					
21	Капуста тушеная с мясом			0.7			188									57										7					
ГП	Сок									200																					
ГП	Хлеб пшеничный	55																													
ГП	Хлеб ржаной		50																												
	Итого	55	50	0.7	0	0	50	292	0	200	0	0	0	0	0	57	0	80	0	0	0	0	0	0	0	10	0	0	0	0	
Полдник																															
25	Чай с сахаром											12		0.38																	
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)							120																							
ГП	Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)												13																		
	Итого	0	0	0	0	0	0	120	0	0	0	12	13	0	0.38	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли на весь день																												3.25		
	Итого за день (приходящие дети)	95	50	0.7	0	55	50	292	120	200	0	24	13	2	0.38	57	0	80	0	0	180	0	0	5	16	10	0	3.25	0		

Дети с 7-11 лет

День 2

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, бругто	Хлеб ржаной, бругто	Мука пшеничная, бругто	Крупы, бобовые, бругто	Макаронные изделия, бругто	Картофель, нетто	Овощи, нетто	Фрукты свежие, бругто	Соки, бругто	Фрукты сухие, бругто	Сахар, бругто	Кондитерские изделия, бругто	Какао, бругто	Чай, бругто	Мясо, нетто	Птица, нетто	Рыба (сельдь), нетто	Колбасные изделия, бругто	Кисломолоч. продукт, бругто	Молоко, бругто	Творог, бругто	Сметана, бругто	Сыр, бругто	Масло сливочное, бругто	Масло растительное, бругто	Яйцо (гр), нетто	Соль, бругто	Дрожжи, бругто		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
Завтрак																															
43	Запеканка из творога с молоком густым	6			10							10									132	131	6		6		4				
25	Чай с сахаром											12			0.38																
63	Бутерброд с маслом	40																							10						
	Итого	46	0	0	10	0	0	0	0	0	0	22	0	0	0.38	0	0	0	0	0	132	131	6	0	16	0	4	0	0		
Обед																															
19.61	Помидоры свежие или соленые							80																							
5	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом						27	70								24										4					
46	Гуляш			1				6								105										2					
33	Макаронные изделия отварные с овощами					30		80																	4	4					
16	Компот из сухофруктов										25	12																			
ГП	Хлеб пшеничный	55																													
ГП	Хлеб ржаной		50																												
	Итого	55	50	1	0	30	27	236	0	0	25	12	0	0	0	129	0	0	0		0	0	10	0	4	10	0	0	0		
Полдник																															
ГП	Сок									200																					
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)								120																						
36	Пирожок печеный из сдобного теста с фаршем из свежей капусты			18.6				23				1.6									5				3.7	0.6	2.8		0.6		
	Итого	0	0	18.6	0	0	0	23	120	200	0	1.6	0	0	0	0	0	0	0	0	5	0	0	0	3.7	0.6	2.8	0	0.6		
	Норма соли на весь день																											3.25			
	Итого за день (приходящие дети)	101	50	19.6	10	30	27	259	120	200	25	35.6	0	0	0.38	129	0	0	0	0	137	131	16	0	23.7	10.6	6.8	3.25	0.6		

Дети с 7-11 лет

День 3

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, нетто	Овощи, нетто	Фрукты свежие, брутто	Соки, брутто	Фрукты сухие, брутто	Сахар, брутто	Кондитерские изделия, брутто	Какао, брутто	Чай, брутто	Мясо, нетто	Птица, нетто	Рыба (сельдь), нетто	Колбасные изделия, брутто	Кисломолоч. продукт, брутто	Молоко, брутто	Творог, брутто	Сметана, брутто	Сыр, брутто	Масло сливочное, брутто	Масло растительное, брутто	Яйцо (гр), нетто	Соль, брутто	Дрожжи, брутто		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
Завтрак																															
51,52,53	Каша рисовая (манная) молочная жидкая (или каша овсяная из "Геркулеса" жидкая)				31							5									150				5						
38	Яйцо отварное																											40			
3	Какао с молоком											12		2							180										
9	Бутерброд с сыром	40																						12	10						
	Итого	40	0	0	31	0	0	0	0	0	0	17	0	2	0	0	0	0	0	0	330	0	0	12	15	0	40	0	0		
Обед																															
2	Зеленый горошек (или кукуруза, или фасоль) отварные							60																							
89	Суп-харчо со сметаной, с мясом				8		68	25								24							10				3				
6	Рыба, тушенная в томате с овощами							19										121								3					
59	Картофель тушенный						130	32																		6					
ГП	Сок									200																					
ГП	Хлеб пшеничный	55																													
ГП	Хлеб ржаной		50																												
	Итого	55	50	0	8	0	198	136	0	200	0	0	0	0	0	24	0	121	0	0	0	0	10	0	0	12	0	0	0		
Полдник																															
17	Кисломолочный продукт																			206											
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)								120																						
ГП	Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)												13																		
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	120	0	0	0	13	0	0	0	0	0	0	206	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли на весь день																											3.25			
	Итого за день (приходящие дети)	95	50	0	39	0	198	136	120	200	0	17	13	2	0	24	0	121	0	206	330	0	10	12	15	12	40	3.25	0		

Дети с 7-11 лет

День 4

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, нетто	Овощи, нетто	Фрукты свежие, брутто	Соки, брутто	Фрукты сухие, брутто	Сахар, брутто	Кондитерские изделия, брутто	Какао, брутто	Чай, брутто	Мясо, нетто	Птица, нетто	Рыба (сельдь), нетто	Колбасные изделия, брутто	Кисломолоч. продукт, брутто	Молоко, брутто	Творог, брутто	Сметана, брутто	Сыр, брутто	Масло сливочное, брутто	Масло растительное, брутто	Яйцо (гр), нетто	Соль, брутто	Дрожжи, брутто		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
Завтрак																															
1	Омлет натуральный																				100				3	3	100				
25	Чай с сахаром											12			0.38																
9	Бутерброд с сыром	40																						12	10						
	Итого	40	0	0	0	0	0	0	0	0	0	12	0	0	0.38	0	0	0	0	0	100	0	0	12	13	3	100	0	0		
Обед																															
39	Икра кабачковая							100																							
65	Суп картофельный с рыбой						107	20									61										3				
66	Колбасные изделия отварные																														
87, 30	Каша перловая рассыпчатая или каша гречневая рассыпчатая				50																				5						
26	Компот из свежих фруктов								40			12																			
ГП	Хлеб пшеничный	55																													
ГП	Хлеб ржаной		50																												
	Итого	55	50	0	50	0	107	120	40	0	0	12	0	0	0	0	0	61	82		0	0	0	0	5	3	0	0	0		
Полдник																															
22	Молоко кипяченое или молоко стерилизованное																				210										
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)								120																						
ГП	Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)												13																		
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	120	0	0	0	13	0	0	0	0	0	0	0	210	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Норма соли на весь день																											3.25			
	Итого за день (приходящие дети)	95	50	0	50	0	107	120	160	0	0	24	13	0	0.38	0	0	61	82	0	310	0	0	12	18	6	100	3.25	0		

Дети с 7-11 лет

День 5

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, нетто	Овощи, нетто	Фрукты свежие, брутто	Соки, брутто	Фрукты сухие, брутто	Сахар, брутто	Кондитерские изделия, брутто	Какао, брутто	Чай, брутто	Мясо, нетто	Птица, нетто	Рыба (сельдь), нетто	Колбасные изделия, брутто	Кисломолоч. продукт, брутто	Молоко, брутто	Творог, брутто	Сметана, брутто	Сыр, брутто	Масло сливочное, брутто	Масло растительное, брутто	Яйцо (гр), нетто	Соль, брутто	Дрожжи, брутто		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
Завтрак																															
32	Суп молочный с макаронными изделиями					16						2									170				2						
25	Чай с сахаром											12			0.38																
9	Бутерброд с сыром	40																						12	10						
	Итого	40	0	0	0	16	0	0	0	0	0	14	0	0	0.38	0	0	0	0	0	170	0	0	12	12	0	0	0	0	0	
Обед																															
19.61	Помидоры свежие или соленые							80																							
34	Суп картофельный с крупой на бульоне				5	76	20																			4					
15	Плов из отварной птицы				42		20										49									5					
7	Пюре картофельное					158															25			7							
8	Компот из изюма (кураги)									25	12																				
ГП	Хлеб пшеничный	55																													
ГП	Хлеб ржаной		50																												
	Итого	55	50	0	47	0	234	120	0	0	25	12	0	0	0	49	0	0	0	0	25	0	0	0	7	9	0	0	0		
Полдник																															
22	Молоко кипяченое или молоко стерилизованное																				210										
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)							120																							
62	Пирог творожный			24							9											24		6	0.7	6					
	Итого	0	0	24	0	0	0	120	0	0	9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	210	24	0	0	6	0.7	6	0	0		
	Норма соли на весь день																											3.25			
	Итого за день (приходящие дети)	95	50	24	47	16	234	120	120	0	25	35	0	0	0.38	0	49	0	0	0	405	24	0	12	25	9.7	6	3.25	0		

Дети с 7-11 лет

День 8

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, нетто	Овощи, нетто	Фрукты свежие, брутто	Соки, брутто	Фрукты сухие, брутто	Сахар, брутто	Кондитерские изделия, брутто	Какао, брутто	Чай, брутто	Масо, нетто	Птица, нетто	Рыба (сельдь), нетто	Колбасные изделия, брутто	Кисломолоч. продукт, брутто	Молоко, брутто	Творог, брутто	Сметана, брутто	Сыр, брутто	Масло сливочное, брутто	Масло растительное, брутто	Яйцо (гр), нетто	Соль, брутто	Дрожжи, брутто		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
Завтрак																															
37, 18	Каша пшеничная (или пшеничная) молочная жидкая				41							5									150				5						
25	Чай с сахаром											12			0.38																
63	Бутерброд с маслом	40																							10						
	Итого	40	0	0	41	0	0	0	0	0	0	17	0	0	0.38	0	0	0	0	0	150	0	0	0	15	0	0	0	0		
Обед																															
19,61	Помидоры свежие или соленые							80																							
20	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом птицы				3		66	29									21									4					
41,42	Жаркое по-домашнему или азу						114	21								79										6					
ГП	Сок									200																					
ГП	Хлеб пшеничный	55																													
ГП	Хлеб ржаной		50																												
	Итого	55	50	0	3	0	180	130	0	200	0	0	0	0	0	79	21	0	0	0	0	0	10	0	0	10	0	0	0		
Полдник																															
22	Молоко кипяченое или молоко стерилизованное																				210										
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)								120																						
ГП	Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)												13																		
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	120	0	0	0	13	0	0	0	0	0	0	0	210	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Норма соли на весь день																											3.25			
	Итого за день (приходящие дети)	95	50	0	44	0	180	130	120	200	0	17	13	0	0.38	79	21	0	0	0	360	0	10	0	15	10	0	3.25	0		

Дети с 7-11 лет

День 7

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, нетто	Овощи, нетто	Фрукты свежие, брутто	Соки, брутто	Фрукты сухие, брутто	Сахар, брутто	Кондитерские изделия, брутто	Какао, брутто	Чай, брутто	Мясо, нетто	Птица, нетто	Рыба (сельдь), нетто	Колбасные изделия, брутто	Кисломолоч. продукт, брутто	Молоко, брутто	Творог, брутто	Сметана, брутто	Сыр, брутто	Масло сливочное, брутто	Масло растительное, брутто	Яйцо (гр), нетто	Соль, брутто	Дрожжи, брутто		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
Завтрак																															
68	Запеканка рисовая с творогом с джемом или повидлом	4			36				25			11																			
9	Бутерброд с сыром	40																													
3	Какао с молоком											12	2								180										
	Итого	44	0	0	36	0	0	0	25	0	0	23	0	2	0	0	0	0	0	0	180	31	4	12	14	0	8	0	0		
Обед																															
2	Зеленый горошек (или кукуруза, или фасоль) отварные							60																							
14	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом						18	81				0.5				24															
58	Котлеты или биточки рыбные	21																													
59	Картофель тушеный						130	32																							
ГП	Сок										200																				
ГП	Хлеб пшеничный	55																													
ГП	Хлеб ржаной		50																												
	Итого	76	50	0	0	0	148	173	0	200	0	0.5	0	0	0	24	0	64	0	0	11	0	10	0	0	12	5	0	0		
Полдник																															
17	Кисломолочный продукт																			206											
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)								120																						
ГП	Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)												13																		
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	120	0	0	0	13	0	0	0	0	0	0	206	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли на весь день																												3.25		
	Итого за день (приходящие дети)	120	50	0	36	0	148	173	145	200	0	23.5	13	2	0	24	0	64	0	206	191	31	14	12	14	12	13	3.25	0		

Дети с 7-11 лет																													
День 9																													
№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, нетто	Овощи, нетто	Фрукты свежие, брутто	Соки, брутто	Фрукты сухие, брутто	Сахар, брутто	Кондитерские изделия, брутто	Какао, брутто	Чай, брутто	Мясо, нетто	Птица, нетто	Рыба (сельдь), нетто	Колбасные изделия, брутто	Кисломолоч. продукт, брутто	Молоко, брутто	Творог, брутто	Сметана, брутто	Сыр, брутто	Масло сливочное, брутто	Масло растительное, брутто	Яйцо (гр), нетто	Соль, брутто	Дрожжи, брутто
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Завтрак																													
43	Запеканка из творога с молоком сгущенным	6			10							10									132	131	6		6		4		
3	Какао с молоком											12		2							180								
9	Бутерброд с сыром	40							0	0	0	22	0	2	0	0	0	0	0	0				12	10				
	Итого	46	0	0	10	0	0	0	0	0	0	22	0	2	0	0	0	0	0	0	312	131	6	12	16	0	4	0	0
Обед																													
39	Икра кабачковая							100																					
44	Суп картофельный с крупой с мясом птицы				4		71	23									21									3.5			
69	Птица отварная							4									114												
55	Капуста тушеная			0.7				188																		7			
16	Компот из сухофруктов										25	12																	
ГП	Хлеб пшеничный	55																											
ГП	Хлеб ржаной		50																										
	Итого	55	50	0.7	4	0	71	315	0	0	25	12	0	0	0	0	135	0	0	0	0	0	0	0	0	10.5	0	0	0
Полдник																													
17	Кисломолочный продукт																			206									
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)								120																				
31	Пирожок печеный из сдобного теста с фаршем картофельным с луком			18.6			15	2				1.6									5				2	1.4	2.8		0.6
	Итого	0	0	18.6	0	0	15	2	120	0	0	1.6	0	0	0	0	0	0	0	206	5	0	0	0	2	1.4	2.8	0	0.6
	Норма соли на весь день																											3.25	
	Итого за день (приходящие дети)	101	50	19.3	14	0	86	317	120	0	25	35.6	0	2	0	0	135	0	0	206	317	131	6	12	18	11.9	6.8	3.25	0.6

Дети с 7-11 лет

День 10

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, нетто	Овощи, нетто	Фрукты свежие, брутто	Соки, брутто	Фрукты сухие, брутто	Сахар, брутто	Кондитерские изделия, брутто	Какао, брутто	Чай, брутто	Мясо, нетто	Птица, нетто	Рыба (сельдь), нетто	Колбасные изделия, брутто	Кисломолоч. продукт, брутто	Молоко, брутто	Творог, брутто	Сметана, брутто	Сыр, брутто	Масло сливочное, брутто	Масло растительное, брутто	Яйцо (гр), нетто	Соль, брутто	Дрожжи, брутто		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
Завтрак																															
24	Суп молочный с крупой				12							2									120				2						
38	Яйцо отварное																										40				
25	Чай с сахаром											12			0.38																
63	Бутерброд с маслом	40																						10							
	Итого	40	0	0	12	0	0	0	0	0	0	14	0	0	0.38	0	0	0	0	0	120	0	0	0	12	0	40	0	0		
Обед																															
86	Сельдь с луком							8										50								3					
45	Суп картофельный с бобовыми с мясом				26		47	26								24										4					
28	Котлеты, биточки, шницели из говядины	24														69					19					5					
7	Пюре картофельное						158														25			7							
26	Компот из свежих фруктов							40			12																				
ГП	Хлеб пшеничный	55																													
ГП	Хлеб ржаной		50																												
	Итого	79	50	0	26	0	205	34	40	0	0	12	0	0	0	93	0	50	0	0	44	0	0	0	7	12	0	0	0		
Полдник																															
ГП	Сок									200																					
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)								120																						
56	Манник с повидлом или джемом			6	25				15		6												6	6	0.6	5					
	Итого	0	0	6	25	0	0	0	135	200	0	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6	0	6	0.6	5	0	0		
	Норма соли на весь день																											3.25			
	Итого за день (приходящие дети)	119	50	6	63	0	205	34	175	200	0	32	0	0	0.38	93	0	50	0	0	164	0	6	0	25	12.6	45	3.25	0		

Средние показатели продуктов питания на одного ребенка, в гр., дети с 7-11 лет

	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, нетто	Овощи, нетто	Фрукты свежие, брутто	Соки, брутто	Фрукты сухие, брутто	Сахар, брутто	Кондитерские изделия, брутто	Какао, брутто	Чай, брутто	Мясо, нетто	Птица, нетто	Рыба (сельдь), нетто	Колбасные изделия, брутто	Кисломолоч. продукт, брутто	Молоко, брутто	Творог, брутто	Сметана, брутто	Сыр, брутто	Масло сливочное, брутто	Масло растительное, брутто	Яйцо (гр), нетто	Соль, брутто	Дрожжи, брутто
дети)	1011	500	102.7	303	101	1273	1870	1328	1400	100	272	65	8	2.66	463	226	376	98	618	2405	317	62	65	188.1	102.2	261	32.5	1.8
Итого за 1 дней (приходящие дети)	101.1	50	10.27	30.3	10.1	127	187	132.8	140	10	27.2	6.5	0.8	0.27	46.3	22.6	37.6	9.8	61.8	240.5	31.7	6.2	6.5	18.81	10.22	26.1	3.25	0.18
																			302.3									
Нормы продуктов питания на одного ребенка, в гр., согласно СанПиНа (приходящие дети) 65%	97.5	52	9.75	29.25	9.75	122	182	130	130	9.75	26	6.5	0.78	0.26	45.5	22.8	37.7	9.75	292.5							26	3.25	0.65
процент удовлетворения норм продуктов питания от среднесуточной нормы (приходящие дети)	103.7	96.2	105.3	103.6	103.6	#####	#####	102.2	107.7	#####	#####	100.0	#####	#####	#####	99.1	99.7	100.5	103.4							100.2	#####	27.7

Расчет продуктов питания, в гр., на одного ребенка

Дети с 12-18 лет

День 1

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, нетто	Овощи, нетто	Фрукты свежие, брутто	Соки, брутто	Фрукты сухие, брутто	Сахар, брутто	Кондитерские изделия, брутто	Какао, брутто	Чай, брутто	Мясо, нетто	Птица, нетто	Рыба (сельдь), нетто	Колбасные изделия, брутто	Кисломолоч. продукт, брутто	Молоко, брутто	Творог, брутто	Сметана, брутто	Сыр, брутто	Масло сливочное, брутто	Масло растительное, брутто	Яйцо (гр), нетто	Соль, брутто	Дрожжи, брутто		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
Завтрак																															
64	Макаронные изделия, запеченные с сыром					74																		6	8						
3	Какао с молоком											12	2								180										
63	Бутерброд с маслом	55																							12						
	Итого	55	0	0	0	74	0	0	0	0	0	12	0	2	0	0	0	0	0	0	180	0	0	6	20	0	0	0	0		
Обед																															
4.61	Огурцы свежие или оурцы соленые							100																							
27	Суп с рыбными консервами					50	24										80									3					
21	Капуста тушеная с мясом			0.8				225								57										8					
ГП	Сок									200																					
ГП	Хлеб пшеничный	65																													
ГП	Хлеб ржаной		80																												
	Итого	65	80	0.8	0	0	50	349	0	200	0	0	0	0	0	57	0	80	0	0	0	0	0	0	0	11	0	0	0		
Полдник																															
25	Чай с сахаром											12		0.38																	
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)								120																						
ГП	Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)											20																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	120	0	0	12	20	0	0.38	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Норма соли на весь день																											4.55			
	Итого за день (приходящие дети)	120	80	0.8	0	74	50	349	120	200	0	24	20	2	0.38	57	0	80	0	0	180	0	0	6	20	11	0	4.55	0		

Дети с 12-18 лет																													
День 2																													
№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, нетто	Овощи, нетто	Фрукты свежие, брутто	Соки, брутто	Фрукты сухие, брутто	Сахар, брутто	Кондитерские изделия, брутто	Какао, брутто	Чай, брутто	Масо, нетто	Птица, нетто	Рыба (сельдь), нетто	Колбасные изделия, брутто	Кисломолоч. продукт, брутто	Молоко, брутто	Творог, брутто	Сметана, брутто	Сыр, брутто	Масло сливочное, брутто	Масло растительное, брутто	Яйцо (гр), нетто	Соль, брутто	Дрожжи, брутто
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Завтрак																													
43	Запеканка из творога с молоком гущеным	7			11							11									132	150	7		7		5		
25	Чай с сахаром											12			0.38														
63	Бутерброд с маслом	55																							12				
	Итого	62	0	0	11	0	0	0	0	0	0	23	0	0	0.38	0	0	0	0	0	132	150	7	0	19	0	5	0	0
Обед																													
19.61	Помидоры свежие или соленые							100																					
5	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом						27	70								24										4			
46	Гуляш			1.5				7								131										3			
33	Макаронные изделия отварные с овощами					40		107																	5	5			
16	Компот из сухофруктов										33	12																	
ГП	Хлеб пшеничный	65																											
ГП	Хлеб ржаной		80																										
	Итого	65	80	1.5	0	40	27	284	0	0	33	12	0	0	0	155	0	0	0	0	0	0	10	0	5	12	0	0	0
Полдник																													
ГП	Сок									200																			
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)								120																				
36	Пирожок печеный из сдобного теста с фаршем из свежей капусты			23.8				29			2										6				5.1	0.8	4		0.8
	Итого	0	0	23.8	0	0	0	29	120	200	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	6	0	0	0	5.1	0.8	4	0	0.8
	Норма соли на весь день																											4.55	
	Итого за день (приходящие дети)	127	80	25.3	11	40	27	313	120	200	33	37	0	0	0.38	155	0	0	0	0	138	150	17	0	29.1	12.8	9	4.55	0.8

Дети с 12-18 лет																														
День 3																														
№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, нетто	Овощи, нетто	Фрукты свежие, брутто	Соки, брутто	Фрукты сухие, брутто	Сахар, брутто	Кондитерские изделия, брутто	Какао, брутто	Чай, брутто	Масло, нетто	Птица, нетто	Рыба (сельдь), нетто	Колбасные изделия, брутто	Кисломолоч. продукт, брутто	Молоко, брутто	Творог, брутто	Сметана, брутто	Сыр, брутто	Масло сливочное, брутто	Масло растительное, брутто	Яйцо (гр), нетто	Соль, брутто	Дрожжи, брутто	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
Завтрак																														
	Каша рисовая (манная) молочная жидкая (или каша овсяная из "Геркулеса" жидкая)				31							5									150				5					
38	Яйцо отварное																											40		
3	Какао с молоком											12		2								180								
9	Бутерброд с сыром	55																						15	12					
	Итого	55	0	0	31	0	0	0	0	0	0	17	0	2	0	0	0	0	0	0	330	0	0	15	17	0	40	0	0	
Обед																														
2	Зеленый горошек (или кукуруза, или фасоль) отварные							100																						
89	Суп-харчо со сметаной, с мясом				8		68	25								24											3			
6	Рыба, тушенная в томате с овощами							24										151								4				
59	Картофель тушенный						130	32																		6				
ГП	Сок									200																				
ГП	Хлеб пшеничный	65																												
ГП	Хлеб ржаной		80																											
	Итого	65	80	0	8	0	198	181	0	200	0	0	0	0	0	24	0	151	0	0	0	0	10	0	0	13	0	0	0	
Полдник																														
17	Кисломолочный продукт																			206										
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)								120																					
ГП	Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)												20																	
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	120	0	0	0	20	0	0	0	0	0	0	0	206	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли на весь день																											4.55		
	Итого за день (приходящие дети)	120	80	0	39	0	198	181	120	200	0	17	20	2	0	24	0	151	0	206	330	0	10	15	17	13	40	4.55	0	

Дети с 12-18 лет																													
День 4																													
№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, нетто	Овощи, нетто	Фрукты свежие, брутто	Соки, брутто	Фрукты сухие, брутто	Сахар, брутто	Кондитерские изделия, брутто	Какао, брутто	Чай, брутто	Мясо, нетто	Птица, нетто	Рыба (сельдь), нетто	Колбасные изделия, брутто	Кисломолоч. продукт, брутто	Молоко, брутто	Творог, брутто	Сметана, брутто	Сыр, брутто	Масло сливочное, брутто	Масло растительное, брутто	Яйцо (гр), нетто	Соль, брутто	Дрожжи, брутто
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Завтрак																													
1	Омлет натуральный											12									100				3	3	100		
25	Чай с сахаром													0.38															
9	Бутерброд с сыром	55																						15	12				
	Итого	55	0	0	0	0	0	0	0	0	0	12	0	0	0.38	0	0	0	0	0	100	0	0	15	15	3	100	0	0
Обед																													
39	Икра кабачковая							100																					
65	Суп картофельный с рыбой						107	20										61								3			
66	Колбасные изделия отварные																												
87, 30	Каша перловая рассыпчатая или каша гречневая рассыпчатая				60																				6				
26	Компот из свежих фруктов								40			12																	
ГП	Хлеб пшеничный	65																											
ГП	Хлеб ржаной		80																										
	Итого	65	80	0	60	0	107	120	40	0	0	12	0	0	0	0	0	61	102		0	0	0	0	6	3	0	0	0
Полдник																													
22	Молоко кипяченое или молоко стерилизованное																				210								
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)								120																				
ГП	Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)												20																
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	120	0	0	0	20	0	0	0	0	0	0	0	210	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли на весь день																											4.55	
	Итого за день (приходящие дети)	120	80	0	60	0	107	120	160	0	0	24	20	0	0.38	0	0	61	102	0	310	0	0	15	21	6	100	4.55	0

Дети с 12-18 лет																													
День 5																													
№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, нетто	Овощи, нетто	Фрукты свежие, брутто	Соки, брутто	Фрукты сухие, брутто	Сахар, брутто	Кондитерские изделия, брутто	Какао, брутто	Чай, брутто	Мясо, нетто	Птица, нетто	Рыба (сельдь), нетто	Колбасные изделия, брутто	Кисломолоч. продукт, брутто	Молоко, брутто	Творог, брутто	Сметана, брутто	Сыр, брутто	Масло сливочное, брутто	Масло растительное, брутто	Яйцо (гр), нетто	Соль, брутто	Дрожжи, брутто
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Завтрак																													
32	Суп молочный с макаронными изделиями					16						2									170				2				
25	Чай с сахаром											12			0.38														
9	Бутерброд с сыром	55									0	14	0											15	12				
	Итого	55	0	0	0	16	0	0	0	0	0	14	0	0	0.38	0	0	0	0	0	170	0	0	15	14	0	0	0	0
Обед																													
19.61	Помидоры свежие или соленые							100																					
34	Суп картофельный с крупой на бульоне				5	76	20																			4			
15	Плов из отварной птицы				47		22										140								6				
7	Пюре картофельное					158															25			7					
8	Компот из изюма (кураги)										33	12																	
ГП	Хлеб пшеничный	65																											
ГП	Хлеб ржаной		80																										
	Итого	65	80	0	52	0	234	142	0	0	33	12	0	0	0	0	140	0	0		25	0	0	0	7	10	0	0	0
Полдник																													
22	Молоко кипяченое или молоко стерилизованное																				210								
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)								120																				
62	Пирог творожный			32							12											32			12	0.9	8		
	Итого	0	0	32	0	0	0	0	120	0	0	12	0	0	0	0	0	0	0	0	210	32	0	0	12	0.9	8	0	0
	Норма соли на весь день																											4.55	
	Итого за день (приходящие дети)	120	80	32	52	16	234	142	120	0	33	38	0	0	0.38	0	140	0	0	0	405	32	0	15	33	10.9	8	4.55	0

Дети с 12-18 лет																													
День 8																													
№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, нетто	Овощи, нетто	Фрукты свежие, брутто	Соки, брутто	Фрукты сухие, брутто	Сахар, брутто	Кондитерские изделия, брутто	Какао, брутто	Чай, брутто	Масо, нетто	Птица, нетто	Рыба (сельдь), нетто	Колбасные изделия, брутто	Кисломолоч. продукт, брутто	Молоко, брутто	Творог, брутто	Сметана, брутто	Сыр, брутто	Масло сливочное, брутто	Масло растительное, брутто	Яйцо (гр), нетто	Соль, брутто	Дрожжи, брутто
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Завтрак																													
37, 18	Каша пшеничная (или пшеничная) молочная жидкая				41							5									150				5				
25	Чай с сахаром											12			0.38														
63	Бутерброд с маслом	55																							12				
	Итого	55	0	0	41	0	0	0	0	0	0	17	0	0	0.38	0	0	0	0	0	150	0	0	0	17	0	0	0	0
Обед																													
19,61	Помидоры свежие или соленые							100																					
20	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом птицы				3		66	29									21									4			
41,42	Жаркое по-домашнему или азу						114	21								79										6			
ГП	Сок									200																			
ГП	Хлеб пшеничный	65																											
ГП	Хлеб ржаной		80																										
	Итого	65	80	0	3	0	180	150	0	200	0	0	0	0	0	79	21	0	0	0	0	0	10	0	0	10	0	0	0
Полдник																													
22	Молоко кипяченое или молоко стерилизованное																				210								
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)								120																				
ГП	Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)												20																
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	120	0	0	0	20	0	0	0	0	0	0	0	210	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли на весь день																											4.55	
	Итого за день (приходящие дети)	120	80	0	44	0	180	150	120	200	0	17	20	0	0.38	79	21	0	0	0	360	0	10	0	17	10	0	4.55	0

Дети с 12-18 лет																													
День 7																													
№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, нетто	Овощи, нетто	Фрукты свежие, брутто	Соки, брутто	Фрукты сухие, брутто	Сахар, брутто	Кондитерские изделия, брутто	Какао, брутто	Чай, брутто	Масло, нетто	Птица, нетто	Рыба (сельдь), нетто	Колбасные изделия, брутто	Кисломолоч. продукт, брутто	Молоко, брутто	Творог, брутто	Сметана, брутто	Сыр, брутто	Масло сливочное, брутто	Масло растительное, брутто	Яйцо (гр), нетто	Соль, брутто	Дрожжи, брутто
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Завтрак																													
68	Запеканка рисовая с творогом с джемом или повидлом	5			48				30			14										41	5		5		10		
9	Бутерброд с сыром	55																						15	12				
3	Какао с молоком										12		2								180								
	Итого	60	0	0	48	0	0	0	30	0	0	26	0	2	0	0	0	0	0	0	180	41	5	15	17	0	10	0	0
Обед																													
2	Зеленый горошек (или кукуруза, или фасоль) отварные							100																					
14	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом						18	81				0.5				24							10			4			
58	Котлеты или биточки рыбные	37																120							4	9			
59	Картофель тушеный						130	32																		6			
ГП	Сок									200																			
ГП	Хлеб пшеничный	65																											
ГП	Хлеб ржаной		80																										
	Итого	102	80	0	0	0	148	213	0	200	0	0.5	0	0	0	24	0	120	0	0	21	0	10	0	0	14	9	0	0
Полдник																													
17	Кисломолочный продукт																			206									
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)								120																				
ГП	Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)											20																	
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	120	0	0	0	20	0	0	0	0	0	0	0	206	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли на весь день																											4.55	
	Итого за день (приходящие дети)	162	80	0	48	0	148	213	150	200	0	26.5	20	2	0	24	0	120	0	206	201	41	15	15	17	14	19	4.55	0

Дети с 12-18 лет																													
День 9																													
№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, нетто	Овощи, нетто	Фрукты свежие, брутто	Соки, брутто	Фрукты сухие, брутто	Сахар, брутто	Кондитерские изделия, брутто	Какао, брутто	Чай, брутто	Мясо, нетто	Птица, нетто	Рыба (сельдь), нетто	Колбасные изделия, брутто	Кисломолоч. продукт, брутто	Молоко, брутто	Творог, брутто	Сметана, брутто	Сыр, брутто	Масло сливочное, брутто	Масло растительное, брутто	Яйцо (гр), нетто	Соль, брутто	Дрожжи, брутто
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Завтрак																													
43	Запеканка из творога с молоком сгущенным	7			11							11									132	150	7		7		5		
3	Какао с молоком											12		2							180								
9	Бутерброд с сыром	55							0	0	0	23	0	0	0	0	0	0	0	0				15	12				
	Итого	62	0	0	11	0	0	0	0	0	0	23	0	2	0	0	0	0	0	0	312	150	7	15	19	0	5	0	0
Обед																													
39	Икра кабачковая							100																					
44	Суп картофельный с крупой с мясом птицы				4	71	23										21								3.5				
69	Птица отварная						5										143												
55	Капуста тушеная			0.8			225																		8				
16	Компот из сухофруктов										33	12																	
ГП	Хлеб пшеничный	65																											
ГП	Хлеб ржаной		80																										
	Итого	65	80	0.8	4	0	71	353	0	0	33	12	0	0	0	0	164	0	0	0	0	0	0	0	11.5	0	0	0	0
Полдник																													
17	Кисломолочный продукт																			206									
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)							120																					
31	Пирожок печеный из сдобного теста с фаршем картофельным с луком			23.8		18	3				2	0	0	0	0	0	0	0	0		6				3	1.8	4	0	0.8
	Итого	0	0	23.8	0	18	3	120	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	206	6	0	0	0	3	1.8	4	0	0.8
	Норма соли на весь день																											4.55	
	Итого за день (приходящие дети)	127	80	24.6	15	0	89	356	120	0	33	37	0	2	0	0	164	0	0	206	318	150	7	15	22	13.3	9	4.55	0.8

Дети с 12-18 лет																													
День 10																													
№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, нетто	Овощи, нетто	Фрукты свежие, брутто	Соки, брутто	Фрукты сухие, брутто	Сахар, брутто	Кондитерские изделия, брутто	Какао, брутто	Чай, брутто	Масло, нетто	Птица, нетто	Рыба (сельдь), нетто	Колбасные изделия, брутто	Кисломолоч. продукт, брутто	Молоко, брутто	Творог, брутто	Сметана, брутто	Сыр, брутто	Масло сливочное, брутто	Масло растительное, брутто	Яйцо (гр), нетто	Соль, брутто	Дрожжи, брутто
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Завтрак																													
24	Суп молочный с крупой				12							2									120				2				
38	Яйцо отварное																										40		
25	Чай с сахаром											12			0.38														
63	Бутерброд с маслом	55																							12				
	Итого	55	0	0	12	0	0	0	0	0	0	14	0	0	0.38	0	0	0	0	0	120	0	0	0	14	0	40	0	0
Обед																													
86	Сельдь с луком							13										83								5			
45	Суп картофельный с бобовыми с мясом				26		47	26								24										4			
28	Котлеты, биточки, шницели из говядины	30														86					24					6			
7	Пюре картофельное						158														25				7				
26	Компот из свежих фруктов								40			12																	
ГП	Хлеб пшеничный	65																											
ГП	Хлеб ржаной		80																										
	Итого	95	80	0	26	0	205	39	40	0	0	12	0	0	0	110	0	83	0	0	49	0	0	0	7	15	0	0	0
Полдник																													
ГП	Сок									200																			
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)								120																				
56	Манник с повидлом или джемом			6	25				15		6												6	6	0.6	5			
	Итого	0	0	6	25	0	0	0	135	200	0	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6	6	0.6	5	0	0	
	Норма соли на весь день																											4.55	
	Итого за день (приходящие дети)	150	80	6	63	0	205	39	175	200	0	32	0	0	0.38	110	0	83	0	0	169	0	6	0	27	15.6	45	4.55	0

Средние показатели продуктов питания на одного ребенка, в гр., дети с 12-18 лет

	Хлеб пшеничный, брутто	Хлеб ржаной, брутто	Мука пшеничная, брутто	Крупы, бобовые, брутто	Макаронные изделия, брутто	Картофель, нетто	Овощи, нетто	Фрукты свежие, брутто	Соки, брутто	Фрукты сухие, брутто	Сахар, брутто	Кондитерские изделия, брутто	Какао, брутто	Чай, брутто	Мясо, нетто	Птица, нетто	Рыба (сельдь), нетто	Колбасные изделия, брутто	Кисломолоч. продукт, брутто	Молоко, брутто	Творог, брутто	Сметана, брутто	Сыр, брутто	Масло сливочное, брутто	Масло растительное, брутто	Яйцо (гр), нетто	Соль, брутто	Дрожжи, брутто
дети)	1286	800	131.5	332	130	1276	2189	1333	1400	132	283	100	8	2.7	506	346	495	130	61.8	2426	373	65	81	226.1	115.1	273	45.5	2.4
Итого за 1 дней (приходящие дети)	128.6	80	13.15	33.2	13	128	218.9	133.3	140	13.2	28.3	10	0.8	0.27	50.6	34.6	49.5	13	61.8	242.6	37.3	6.5	8.1	22.61	11.51	27.3	4.55	0.2
																		304.4										
Нормы продуктов питания на одного ребенка, в гр., согласно СанПиНа (приходящие дети) 65%	130	78	13	32.5	13	122	208	130	130	13	29.3	9.75	0.78	0.26	51	34	50	13	312	39	6.5	7.8	23	12	26	4.55	1.3	
Процент удовлетворения норм продуктов питания от среднесуточной нормы (приходящие дети)	98.9	102.6	101.2	102.2	100.0	104.4	105.2	102.5	107.7	####	96.6	102.6	####	####	99.2	101.8	99.0	100.0	97.6	95.6	100.0	103.8	98.3	95.9	105.0	####	####	18.5

		Дети с 7-11 лет													
		День 1													
№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Завтрак															
64	Макаронные изделия, запеченные с сыром	150	6,68	6,06	36,52	233,00	0,03	0,07	0,03	0,76	46,15	67,56	9,79	0,90	
3	Какао с молоком	200	5,53	6,06	20,64	158,00	2,34	0,07	0,05	0,01	218,92	175,10	33,70	0,59	
63	Бутерброд с маслом	50	3,12	7,47	19,81	159,00	0,00	0,04	0,04	0,50	10,40	29,00	5,60	0,46	
	Итого		15,33	19,59	76,97	550,00	2,37	0,18	0,12	1,27	275,47	271,66	49,09	1,95	
Обед															
4,61	Огурцы свежие или оурцы соленые	80	0,64	0,08	2,08	11,00	8,00	0,02	0,00	0,08	18,40	33,60	11,20	0,48	
27	Суп с рыбными консервами	250	14,59	3,83	11,06	150,00	5,80	0,06	0,01	0,16	24,92	226,84	37,20	1,60	
21	Капуста тушеная с мясом	185	11,99	12,28	8,19	198,00	24,17	0,06	0,00	2,43	89,65	125,24	42,54	1,73	
ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	
ГП	Хлеб пшеничный	55	4,69	0,76	24,49	123,77	0,00	0,13	0,00	0,61	17,60	64,90	34,10	2,37	
ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00	0,09	0,00	0,65	17,50	79,00	23,50	1,95	
	Итого		35,71	17,75	90,72	657,77	41,97	0,38	0,01	3,95	182,07	543,58	156,54	8,73	
Полдник															
25	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,43	0,12	0,06	0,05	
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	120	1,57	0,48	38,29	146,40	22,08	0,06	0,00	0,18	3,60	40,80	44,40	0,72	
ГП	Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	13	0,51	3,98	8,13	70,46	0,00	0,01	0,00	0,61	1,04	5,46	0,78	0,08	
	Итого		2,08	4,46	58,40	264,86	22,08	0,07	0,00	0,79	5,07	46,38	45,24	0,85	
	Норма соли на весь день	3,25 гр.													
	Итого за день (приходящие дети)		53,12	41,80	226,09	1472,63	66,42	0,63	0,13	6,01	462,61	861,62	250,87	11,53	
	Суточная потребность (приходящие дети) 65%		50,05	51,35	217,75	1527,50	39,00	0,78	0,50	6,50	715,00	1072,50	162,50	7,80	
	Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		106,13	81,40	103,83	96,41	170,31	80,77	26,00	92,46	64,70	80,34	154,38	147,82	

		Дети с 7-11 лет												
		День 2												
№ ТК	Прием пищи, наименование блюда 1	Выход блюда 2	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал) 6	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б 3	Ж 4	У 5		С 7	В1 8	А 9	Е 10	Са 11	Р 12	Mg 13	Fe 14
Завтрак														
43	Запеканка из творога с молоком сгущенным	140/50	27,58	21,70	45,07	504,00	0,60	0,08	0,14	0,58	347,52	392,00	44,14	0,87
25	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,43	0,12	0,06	0,05
63	Бутерброд с маслом	50	3,12	7,47	19,81	159,00	0,00	0,04	0,04	0,50	10,40	29,00	5,60	0,46
	Итого		30,70	29,17	76,86	711,00	0,60	0,12	0,18	1,08	358,35	421,12	49,80	1,38
Обед														
19,61	Помидоры свежие или соленые	80	0,88	0,16	3,04	18,00	20,00	0,05	0,00	0,56	11,20	20,80	16,00	0,72
5	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом	235/15	8,62	10,18	7,52	164,00	16,53	0,05	0,03	1,73	42,88	74,65	4,60	0,93
46	Гуляш	80	10,93	12,47	1,56	163,33	0,31	0,01	0,01	0,30	11,07	116,95	13,70	1,63
33	Макаронные изделия отварные с овощами	150	4,29	7,19	24,18	171,00	4,60	0,06	0,02	1,30	16,38	55,89	31,03	1,00
16	Компот из сухофруктов	200	0,55	0,00	23,13	98,00	0,50	0,00	0,00	0,10	55,86	19,25	7,50	1,54
ГП	Хлеб пшеничный	55	4,69	0,76	24,49	123,77	0,00	0,13	0,00	0,61	17,60	64,90	34,10	2,37
ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00	0,09	0,00	0,65	17,50	79,00	23,50	1,95
	Итого		31,88	31,36	108,62	838,10	41,94	0,39	0,06	5,25	172,49	431,44	130,43	10,14
Полдник														
ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	120	1,57	0,48	38,29	146,40	22,08	0,06	0,00	0,18	3,60	40,80	44,40	0,72
36	Пирожок печеный из сдобного теста с фаршем из свежей капусты	40	2,61	3,09	13,15	97,00	9,36	0,04	0,02	0,35	19,33	28,92	6,04	0,30
	Итого		5,18	3,77	71,64	318,40	35,44	0,12	0,02	0,55	36,93	83,72	58,44	1,62
	Норма соли на весь день	3,25 гр.												
			Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
	Итого за день (приходящие дети)		67,76	64,30	257,12	1867,50	77,98	0,63	0,26	6,88	567,77	936,28	238,67	13,14
	Суточная потребность (приходящие дети) 65%		50,05	51,35	217,75	1527,50	39,00	0,78	0,50	6,50	715,00	1072,50	162,50	7,80
	Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		135,38	125,22	118,08	122,26	199,95	80,77	52,00	105,85	79,41	87,30	146,87	168,46

		Дети с 7-11 лет																		
		День 3																		
№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)					Эн/ц					Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У	Эн/ц (ккал)	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe						
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14					
Завтрак																				
51,52,53	Каша рисовая (манная) молочная жидкая (или каша овсяная из "Геркулеса" жидкая)	200	6,35	8,68	34,69	240,00	1,95	0,07	0,06	0,16	181,99	181,17	36,13	0,42						
38	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	0,03	0,01	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00						
3	Какао с молоком	200	5,53	6,06	20,64	158,00	2,34	0,07	0,05	0,01	218,92	175,10	33,70	0,59						
9	Бутерброд с сыром	61	5,67	10,71	19,81	199,00	0,08	0,04	0,07	0,59	107,20	84,00	9,45	0,57						
	Итого		22,63	30,05	75,42	660,00	4,37	0,21	0,19	1,00	530,11	517,07	84,08	2,58						
Обед																				
2	Зеленый горошек (или кукуруза, или фасоль) отварные	60	1,86	0,12	3,90	24,00	6,00	0,07	0,00	0,12	12,00	37,20	12,60	0,42						
89	Суп-харчо со сметаной, с мясом	235/15	7,84	8,72	16,92	174,00	6,58	0,08	0,03	1,38	28,17	84,58	25,36	1,10						
6	Рыба, тушеная в томате с овощами	120	15,24	3,67	1,42	99,00	1,43	0,09	0,02	1,43	49,34	185,58	46,18	1,00						
59	Картофель тушеный	180	3,07	4,50	19,64	141,00	11,24	0,12	0,02	0,26	21,61	87,50	36,20	1,29						
ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60						
ГП	Хлеб пшеничный	55	4,69	0,76	24,49	123,77	0,00	0,13	0,00	0,61	17,60	64,90	34,10	2,37						
ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00	0,09	0,00	0,65	17,50	79,00	23,50	1,95						
	Итого		36,50	18,57	111,27	736,77	29,25	0,60	0,07	4,47	160,22	552,76	185,94	8,73						
Полдник																				
17	Кисломолочный продукт	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40	0,06	0,04	0,00	240,00	190,00	28,00	0,20						
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	120	1,57	0,48	38,29	146,40	22,08	0,06	0,00	0,18	3,60	40,80	44,40	0,72						
ГП	Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	13	0,51	3,98	8,13	70,46	0,00	0,01	0,00	0,61	1,04	5,46	0,78	0,08						
	Итого		7,88	10,86	54,42	334,86	23,48	0,13	0,04	0,79	244,64	236,26	73,18	1,00						
	Норма соли на весь день	3,25 гр.																		
			Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe						
Итого за день (приходящие дети)			67,01	59,48	241,11	1731,63	57,10	0,94	0,30	6,26	934,97	1306,09	343,20	12,31						
Суточная потребность (приходящие дети) 65%			50,05	51,35	217,75	1527,50	39,00	0,78	0,50	6,50	715,00	1072,50	162,50	7,80						
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)			133,89	115,83	110,73	113,36	146,41	120,51	60,00	96,31	130,77	121,78	211,20	157,82						

		Дети с 7-11 лет													
		День 4													
№ ТК	Прием пищи, наименование блюда 1	Выход блюда 2	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал) 6	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б 3	Ж 4	У 5		С 7	В1 8	А 9	Е 10	Са 11	Р 12	Мg 13	Fe 14	
Завтрак															
1	Омлет натуральный	200	14,90	18,25	5,44	234,00	1,30	0,10	0,03	1,95	175,75	282,90	26,00	2,57	
25	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,43	0,12	0,06	0,05	
9	Бутерброд с сыром	61	5,67	10,71	19,81	199,00	0,08	0,04	0,07	0,59	107,20	84,00	9,45	0,57	
	Итого		20,57	28,96	37,23	481,00	1,38	0,14	0,10	2,54	283,38	367,02	35,51	3,19	
Обед															
39	Икра кабачковая	100	1,20	4,70	7,70	78,00	9,60	0,03	0,00	2,10	32,00	30,00	13,00	0,80	
65	Суп картофельный с рыбой	250	13,05	6,00	15,38	183,00	11,45	0,21	0,02	0,92	35,47	100,00	39,81	1,52	
66	Колбасные изделия отварные	80	7,92	14,34	1,28	168,00	0,00	0,00	0,00	0,23	21,56	87,77	11,36	1,14	
87. 30	Каша перловая рассыпчатая или каша гречневая рассыпчатая	150	4,60	4,12	32,84	185,00	0,00	0,04	0,02	0,47	198,00	159,74	19,60	0,89	
26	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	15,90	67,00	4,00	0,01	0,00	0,08	6,76	4,40	3,60	0,92	
ГП	Хлеб пшеничный	55	4,69	0,76	24,49	123,77	0,00	0,13	0,00	0,61	17,60	64,90	34,10	2,37	
ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00	0,09	0,00	0,65	17,50	79,00	23,50	1,95	
	Итого		34,42	30,68	122,29	904,77	25,05	0,51	0,04	5,06	328,89	525,81	144,97	9,59	
Полдник															
22	Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	200	6,00	6,40	9,40	120,00	1,20	0,04	0,03	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	120	1,57	0,48	38,29	146,40	22,08	0,06	0,00	0,18	3,60	40,80	44,40	0,72	
ГП	Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	13	0,51	3,98	8,13	70,46	0,00	0,01	0,00	0,61	1,04	5,46	0,78	0,08	
	Итого		8,08	10,86	55,82	336,86	23,28	0,11	0,03	0,79	246,64	228,26	73,18	1,00	
	Норма соли на весь день	3,25 гр.													
			Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)			63,07	70,50	215,34	1722,63	49,71	0,76	0,17	8,39	858,91	1121,09	253,66	13,78	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%			50,05	51,35	217,75	1527,50	39,00	0,78	0,50	6,50	715,00	1072,50	162,50	7,80	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)			126,01	137,29	98,89	112,77	127,46	97,44	34,00	129,08	120,13	104,53	156,10	176,67	

		Дети с 7-11 лет														
№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)					Эн/ц (ккал)	С	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У	В1	А			Е	Са	Р	Mg	Fe		
			3	4	5	6	7			8	9	10	11	12	13	14
1	2	День 5														
Завтрак																
67	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,41	6,94	20,87	171,00	1,10	0,09	0,05	0,23	207,58	167,52	26,36	0,37		
25	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,43	0,12	0,06	0,05		
9	Бутерброд с сыром	61	5,67	10,71	19,81	199,00	0,08	0,04	0,07	0,59	107,20	84,00	9,45	0,57		
	Итого		12,08	17,65	52,66	418,00	1,18	0,13	0,12	0,82	315,21	251,64	35,87	0,99		
Обед																
19,61	Помидоры свежие или соленые	80	0,88	0,16	3,04	18,00	20,00	0,05	0,00	0,56	11,20	20,80	16,00	0,72		
34	Суп картофельный с крупой на бульоне	250	5,26	4,05	14,69	133,00	8,35	0,09	0,00	1,33	13,80	62,88	25,18	0,88		
15	Плов из отварной птицы	150	10,17	10,10	28,68	247,00	1,50	0,03	0,01	1,67	5,25	92,02	23,57	1,13		
7	Пюре картофельное	180	3,70	8,72	21,70	191,70	21,54	0,17	0,04	0,24	50,64	109,92	38,26	1,27		
8	Компот из изюма (кураги)	200	0,45	0,00	28,48	113,00	0,00	0,04	0,00	0,10	20,36	32,25	10,50	0,79		
ГП	Хлеб пшеничный	55	4,69	0,76	24,49	123,77	0,00	0,13	0,00	0,61	17,60	64,90	34,10	2,37		
ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00	0,09	0,00	0,65	17,50	79,00	23,50	1,95		
	Итого		27,07	24,39	145,78	926,47	51,39	0,60	0,05	5,16	136,35	461,77	171,11	9,11		
Полдник																
22	Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	200	6,00	6,40	9,40	120,00	1,20	0,04	0,03	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20		
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	120	1,57	0,48	38,29	146,40	22,08	0,06	0,00	0,18	3,60	40,80	44,40	0,72		
6	Пирог творожный	60	6,19	11,49	22,18	225,00	0,11	0,05	0,05	0,87	39,20	63,32	7,68	0,42		
	Итого		13,76	18,37	69,87	491,40	23,39	0,15	0,08	1,05	284,80	286,12	80,08	1,34		
	Норма соли на весь день	3,25 гр.														
	Итого за день (приходящие дети)		52,91	60,41	268,31	1835,87	75,96	0,88	0,25	7,03	736,36	999,53	287,06	11,44		
	Суточная потребность (приходящие дети) 65%		50,05	51,35	217,75	1527,50	39,00	0,78	0,50	6,50	715,00	1072,50	162,50	7,80		
	Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		105,71	117,64	123,22	120,19	194,77	112,82	50,00	108,15	102,99	93,20	176,65	146,67		

		Дети с 7-11 лет													
		День 6													
№ ТК	Прием пищи, наименование блюда 1	Выход блюда 2	Пищевые вещества (г)				Эн/ц (ккал) 6	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б 3	Ж 4	У 5	С 7		В1 8	А 9	Е 10	Са 11	Р 12	Мg 13	Fe 14	
Завтрак															
38	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	0,03	0,01	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	
11	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	12,19	50,00	2,80	0,00	0,00	0,01	3,23	1,66	0,90	0,09	
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	120	1,57	0,48	38,29	146,40	22,08	0,06	0,00	0,18	3,60	40,80	44,40	0,72	
12	Бутерброд с колбасой	65	5,37	9,22	19,82	184,00	0,00	0,05	0,04	0,60	13,85	60,35	8,75	0,98	
	Итого		12,08	14,31	70,58	443,40	24,88	0,14	0,05	1,03	42,68	179,61	58,85	2,79	
Обед															
4,61	Огурцы свежие или оурцы соленые	80	0,64	0,08	2,08	11,00	8,00	0,02	0,00	0,08	18,40	33,60	11,20	0,48	
90	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	235/15	4,83	3,31	11,53	109,00	4,40	0,06	0,02	0,24	12,43	45,48	14,70	0,64	
21	Капуста тушеная с мясом	185	11,99	12,28	8,19	198,00	24,17	0,06	0,00	243,17	89,65	125,24	42,54	1,73	
16	Компот из сухофруктов	200	0,55	0,00	23,13	98,00	0,50	0,00	0,00	0,10	55,86	19,25	7,50	1,54	
ГП	Хлеб пшеничный	55	4,69	0,76	24,49	123,77	0,00	0,13	0,00	0,61	17,60	64,90	34,10	2,37	
ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00	0,09	0,00	0,65	17,50	79,00	23,50	1,95	
	Итого		25,50	17,03	94,12	639,77	37,07	0,36	0,02	244,85	211,44	367,47	133,54	8,71	
Полдник															
ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	
60	Булочка дорожная	35	2,77	4,34	17,16	126,00	0,14	0,04	0,02	0,40	17,19	29,31	4,38	0,24	
	Итого		3,77	4,54	37,36	201,00	4,14	0,06	0,02	0,42	31,19	43,31	12,38	0,84	
	Норма соли на весь день	3,25 гр.													
	Итого за день (приходящие дети)		41,35	35,88	202,06	1284,17	66,09	0,56	0,09	246,30	285,31	590,39	204,77	12,34	
	Суточная потребность (приходящие дети) 65%		50,05	51,35	217,75	1527,50	39,00	0,78	0,50	6,50	715,00	1072,50	162,50	7,80	
	Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		82,62	69,87	92,79	84,07	169,46	71,79	18,00	3789,23	39,90	55,05	126,01	158,21	

		Дети с 7-11 лет												
		День 7												
№ ТК	Прием пищи, наименование блюда 1	Выход блюда 2	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал) 6	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б 3	Ж 4	У 5		С 7	В1 8	А 9	Е 10	Са 11	Р 12	Мg 13	Fe 14
Завтрак														
68	Запеканка рисовая с творогом с джемом или повидлом	150/25	7,67	10,31	50,50	337,00	0,11	0,04	0,03	0,31	55,14	133,69	25,27	1,00
9	Бутерброд с сыром	61	5,67	10,71	19,81	199,00	0,08	0,04	0,07	0,59	107,20	84,00	9,45	0,57
3	Какао с молоком	200	5,53	6,06	20,64	158,00	2,34	0,07	0,05	0,01	218,92	175,10	33,70	0,59
	Итого		18,87	27,08	90,95	694,00	2,53	0,15	0,15	0,91	381,26	392,79	68,42	2,16
Обед														
2	Зеленый горошек (или кукуруза, или фасоль) отварные	60	1,86	0,12	3,90	24,00	6,00	0,07	0,00	0,12	12,00	37,20	12,60	0,42
14	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом	235/15	6,36	9,54	7,45	150,00	8,78	0,07	0,03	1,76	51,92	137,07	28,61	1,23
58	Котлеты или биточки рыбные	80	12,15	2,63	11,04	113,00	0,18	0,08	0,02	1,31	43,63	176,97	39,72	0,95
59	Картофель тушеный	180	3,07	4,50	19,64	141,00	11,24	0,12	0,02	0,26	21,61	87,50	36,20	1,29
ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60
ГП	Хлеб пшеничный	55	4,69	0,76	24,49	123,77	0,00	0,13	0,00	0,61	17,60	64,90	34,10	2,37
ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00	0,09	0,00	0,65	17,50	79,00	23,50	1,95
	Итого		31,93	18,35	111,42	726,77	30,20	0,58	0,07	4,73	178,26	596,64	182,73	8,81
Полдник														
17	Кисломолочный продукт	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40	0,06	0,04	0,00	240,00	190,00	28,00	0,20
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	120	1,57	0,48	38,29	146,40	22,08	0,06	0,00	0,18	3,60	40,80	44,40	0,72
ГП	Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	13	0,51	3,98	8,13	70,46	0,00	0,01	0,00	0,61	1,04	5,46	0,78	0,08
	Итого		7,88	10,86	54,42	334,86	23,48	0,13	0,04	0,79	244,64	236,26	73,18	1,00
	Норма соли на весь день	3,25 гр.												
			Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
	Итого за день (приходящие дети)		58,68	56,29	256,79	1755,63	56,21	0,86	0,26	6,43	804,16	1225,69	324,33	11,97
	Суточная потребность (приходящие дети) 65%		50,05	51,35	217,75	1527,50	39,00	0,78	0,50	6,50	715,00	1072,50	162,50	7,80
	Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		117,24	109,62	117,93	114,93	144,13	110,26	52,00	98,92	112,47	114,28	199,59	153,46

Дети с 7-11 лет														
День 8														
№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Завтрак														
37, 18	Каша пшеничная (или пшеничная) молочная жидкая	200	8,86	9,72	38,97	276,00	1,95	0,21	0,06	0,16	190,50	229,71	54,48	1,21
25	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,43	0,12	0,06	0,05
63	Бутерброд с маслом	50	3,12	7,47	19,81	159,00	0,00	0,04	0,04	0,50	10,40	29,00	5,60	0,46
	Итого		11,98	17,19	70,76	483,00	1,95	0,25	0,10	0,66	201,33	258,83	60,14	1,72
Обед														
19,61	Помидоры свежие или соленые	80	0,88	0,16	3,04	18,00	20,00	0,05	0,00	0,56	11,20	20,80	16,00	0,72
20	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом птицы	235/15	7,77	9,67	17,17	183,00	6,58	0,08	0,03	1,75	27,70	79,39	25,66	1,08
41,42	Жаркое по-домашнему или азу	200	10,55	13,84	16,91	241,00	9,83	0,12	0,00	2,54	61,90	152,90	36,52	2,12
ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60
ГП	Хлеб пшеничный	55	4,69	0,76	24,49	123,77	0,00	0,13	0,00	0,61	17,60	64,90	34,10	2,37
ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00	0,09	0,00	0,65	17,50	79,00	23,50	1,95
	Итого		27,69	25,23	106,51	740,77	40,41	0,49	0,03	6,13	149,90	410,99	143,78	8,84
Полдник														
22	Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	200	6,00	6,40	9,40	120,00	1,20	0,04	0,03	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	120	1,57	0,48	38,29	146,40	22,08	0,06	0,00	0,18	3,60	40,80	44,40	0,72
ГП	Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	13	0,51	3,98	8,13	70,46	0,00	0,01	0,00	0,61	1,04	5,46	0,78	0,08
	Итого		8,08	10,86	55,82	336,86	23,28	0,11	0,03	0,79	246,64	228,26	73,18	1,00
	Норма соли на весь день	3,25 гр.												
			Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
	Итого за день (приходящие дети)		47,75	53,28	233,09	1560,63	65,64	0,85	0,16	7,58	597,87	898,08	277,10	11,56
	Суточная потребность (приходящие дети) 65%		50,05	51,35	217,75	1527,50	39,00	0,78	0,50	6,50	715,00	1072,50	162,50	7,80
	Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		95,40	103,76	107,04	102,17	168,31	108,97	32,00	116,62	83,62	83,74	170,52	148,21

		Дети с 7-11 лет												
		День 9												
№ ТК	Прием пищи, наименование блюда 1	Выход блюда 2	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)		Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б 3	Ж 4	У 5	С 7	В1 8	А 9	Е 10	Са 11	Р 12	Mg 13	Fe 14	
		Завтрак												
43	Запеканка из творога с молоком сгущенным	140/50	27,58	21,70	45,07	504,00	0,60	0,08	0,14	0,58	347,52	392,00	44,14	0,87
3	Какао с молоком	200	5,53	6,06	20,64	158,00	2,34	0,07	0,05	0,01	218,92	175,10	33,70	0,59
9	Бутерброд с сыром	61	5,67	10,71	19,81	199,00	0,08	0,04	0,07	0,59	107,20	84,00	9,45	0,57
	Итого		38,78	38,47	85,52	861,00	3,02	0,19	0,26	1,18	673,64	651,10	87,29	2,03
		Обед												
39	Икра кабачковая	100	1,20	4,70	7,70	78,00	9,60	0,03	0,00	2,10	32,00	30,00	13,00	0,80
44	Суп картофельный с крупой с мясом птицы	235/15	8,28	6,09	19,39	162,00	7,77	0,10	0,00	1,36	18,57	80,30	26,51	1,09
69	Птица отварная	80	16,88	10,88	0,00	169,00	0,00	0,03	0,02	0,24	31,20	114,40	16,00	1,44
55	Капуста тушеная	150	2,96	6,40	8,19	109,00	24,17	0,04	0,00	2,43	79,15	60,84	31,69	1,21
16	Компот из сухофруктов	200	0,55	0,00	23,13	98,00	0,50	0,00	0,00	0,10	55,86	19,25	7,50	1,54
ГП	Хлеб пшеничный	55	4,69	0,76	24,49	123,77	0,00	0,13	0,00	0,61	17,60	64,90	34,10	2,37
ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00	0,09	0,00	0,65	17,50	79,00	23,50	1,95
	Итого		20,48	18,55	107,60	670,77	42,04	0,39	0,00	7,25	220,68	334,29	136,30	8,96
		Полдник												
17	Кисломолочный продукт	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40	0,06	0,04	0,00	240,00	190,00	28,00	0,20
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	120	1,57	0,48	38,29	146,40	22,08	0,06	0,00	0,18	3,60	40,80	44,40	0,72
31	Пирожок печеный из сдобного теста с фаршем картофельным с луком	40	2,54	2,73	14,24	98,00	2,43	0,04	0,01	0,66	11,84	29,59	6,01	0,30
	Итого		9,91	9,61	60,53	362,40	25,91	0,16	0,05	0,84	255,44	260,39	78,41	1,22
	Норма соли на весь день	3,25 гр.												
			Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Итого за день (приходящие дети)			69,17	66,63	253,65	1894,17	70,97	0,74	0,31	9,27	1149,76	1245,78	302,00	12,21
Суточная потребность (приходящие дети) 65%			50,05	51,35	217,75	1527,50	39,00	0,78	0,50	6,50	715,00	1072,50	162,50	7,80
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)			138,20	129,76	116,49	124,00	181,97	94,87	62,00	142,62	160,81	116,16	185,85	156,54

		Дети с 7-11 лет													
		День 10													
№ ТК	Прием пищи, наименование блюда 1	Выход блюда 2	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал) 6	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б 3	Ж 4	У 5		С 7	В1 8	А 9	Е 10	Са 11	Р 12	Мg 13	Fe 14	
Завтрак															
24	Суп молочный с крупой	200	4,14	5,34	15,89	128,00	0,78	0,05	0,04	0,06	139,28	121,41	20,83	0,23	
38	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	0,03	0,01	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	
25	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,43	0,12	0,06	0,05	
63	Бутерброд с маслом	50	3,12	7,47	19,81	159,00	0,00	0,04	0,04	0,50	10,40	29,00	5,60	0,46	
	Итого		12,34	17,41	47,96	398,00	0,78	0,12	0,09	0,80	172,11	227,33	31,29	1,74	
Обед															
86	Сельдь с луком	60	8,61	7,27	0,66	102,00	0,80	0,01	0,00	1,89	42,48	139,64	21,12	0,61	
45	Суп картофельный с бобовыми с мясом	235/15	10,54	7,10	23,16	192,00	5,45	0,26	0,00	1,67	45,73	177,63	4,93	2,54	
28	Котлеты, биточки, шницели из говядины	80	13,71	11,31	12,81	207,20	0,24	0,07	0,01	2,79	30,30	64,00	23,50	1,16	
7	Пюре картофельное	180	3,70	8,72	21,70	191,70	21,54	0,17	0,04	0,24	50,64	109,92	38,26	1,27	
26	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	15,90	67,00	4,00	0,01	0,00	0,08	6,76	4,40	3,60	0,92	
ГП	Хлеб пшеничный	55	4,69	0,76	24,49	123,77	0,00	0,13	0,00	0,61	17,60	64,90	34,10	2,37	
ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00	0,09	0,00	0,65	17,50	79,00	23,50	1,95	
	Итого		44,21	35,92	123,42	983,67	32,03	0,74	0,05	7,93	211,01	639,49	149,01	10,82	
Полдник															
ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	120	1,57	0,48	38,29	146,40	22,08	0,06	0,00	0,18	3,60	40,80	44,40	0,72	
56	Манник с повидлом или джемом	50/15	2,54	2,73	14,24	98,00	2,43	0,04	0,01	0,66	11,84	29,59	6,01	0,30	
	Итого		5,11	3,41	72,73	319,40	28,51	0,12	0,01	0,86	29,44	84,39	58,41	1,62	
	Норма соли на весь день	3,25 гр.													
	Итого за день (приходящие дети)		Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
			61,66	56,74	244,11	1701,07	61,32	0,98	0,15	9,59	412,56	951,21	238,71	14,18	
	Суточная потребность (приходящие дети) 65%		50,05	51,35	217,75	1527,50	39,00	0,78	0,50	6,50	715,00	1072,50	162,50	7,80	
	Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		123,20	110,50	112,11	111,36	157,23	125,64	30,00	147,54	57,70	88,69	146,90	181,79	

Средние показатели пищевых веществ, энергетической ценности, витаминов и минеральных веществ

	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	С	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	Б	Ж	У			В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Итого за 10 дней (приходящие дети)	582,48	565,31	2397,67	16825,93	647,40	7,83	2,08	313,74	6810,28	10135,76	2720,37	124,46
Среднее значение (приходящие дети)	58,25	56,53	239,77	1682,59	64,74	0,78	0,21	31,37	681,03	1013,58	272,04	12,45
Соотношение Б:Ж:У, Са:Р	1,00	0,97	4,12						1,00	1,5		
Суточная потребность (приходящие дети)	50,05	51,35	217,75	1527,50	39,00	0,78	0,50	6,50	715,00	1072,50	162,50	7,80
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)	116,38	110,09	110,11	110,15	166,00	100,38	41,60	482,68	95,25	94,51	167,41	159,56

		Дети с 12-18 лет													
№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)					Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	Эн/ц (ккал)	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
15	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
Завтрак															
64	Макаронные изделия, запеченные с сыром	200	8,91	8,08	48,69	310,67	0,04	0,09	0,04	1,01	61,53	90,08	13,05	1,20	
3	Какао с молоком	200	5,53	6,06	20,64	158,00	2,34	0,07	0,05	0,01	218,92	175,10	33,70	0,59	
63	Бутерброд с маслом	67	4,28	9,02	27,22	207,00	0,00	0,06	0,05	0,72	13,88	39,35	7,70	0,62	
	Итого		18,72	23,16	96,55	675,67	2,38	0,22	0,14	1,74	294,33	304,53	54,45	2,41	
Обед															
4,61	Огурцы свежие или оурцы соленые	100	0,80	0,10	2,60	13,75	10,00	0,03	0,00	0,10	23,00	42,00	14,00	0,60	
27	Суп с рыбными консервами	250	14,59	3,83	11,06	150,00	5,80	0,06	0,01	0,16	24,92	226,84	37,20	1,60	
21	Капуста тушеная с мясом	215	12,58	13,56	9,83	219,80	29,00	0,07	0,00	2,92	105,48	137,41	48,88	1,97	
ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	
ГП	Хлеб пшеничный	65	5,54	0,90	28,94	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	
ГП	Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	
	Итого		38,99	19,55	112,15	764,82	48,80	0,48	0,01	4,96	216,20	623,35	185,98	10,69	
Полдник															
25	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,43	0,12	0,06	0,05	
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	120	1,57	0,48	38,29	146,40	22,08	0,06	0,00	0,18	3,60	40,80	44,40	0,72	
ГП	Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	20	0,78	6,12	12,51	108,40	0,00	0,02	0,00	0,94	1,60	8,40	1,20	0,12	
	Итого		2,35	6,60	62,78	302,80	22,08	0,08	0,00	1,12	5,63	49,32	45,66	0,89	
	Норма соли на весь день	4,55 гр.													
			Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
	Итого за день (приходящие дети)		60,06	49,31	271,48	1743,29	73,26	0,78	0,15	7,82	516,16	977,20	286,09	13,99	
	Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
	Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		102,67	82,46	109,05	98,86	161,01	85,71	25,00	100,26	66,17	83,52	146,71	126,61	

Дети с 12-18 лет

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда 1	Выход блюда 2	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал) 6	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
			3	4	5	7	8	9	10	11	12	13	14	
День 2														
Завтрак														
43	Запеканка из творога с молоком сгущенным	160/50	31,11	24,42	47,21	554,00	0,65	0,10	0,15	0,64	377,91	434,73	48,36	0,98
25	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,43	0,12	0,06	0,05
63	Бутерброд с маслом	67	4,28	9,02	27,22	207,00	0,00	0,06	0,05	0,72	13,88	39,35	7,70	0,62
	Итого		35,39	33,44	86,41	809,00	0,65	0,16	0,20	1,36	392,22	474,20	56,12	1,65
Обед														
19.61	Помидоры свежие или соленые	100	1,10	0,20	3,80	22,50	25,00	0,06	0,00	0,70	14,00	26,00	20,00	0,90
5	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом	235/15	8,62	10,18	7,52	164,00	16,53	0,05	0,03	1,73	42,88	74,65	4,60	0,93
46	Гуляш	100	13,66	15,59	1,95	204,16	0,39	0,01	0,01	0,38	13,84	146,19	17,13	2,04
33	Макаронные изделия отварные с овощами	200	5,72	9,59	32,24	228,00	6,13	0,08	0,03	1,73	21,84	74,52	41,37	1,33
16	Компот из сухофруктов	200	0,73	0,00	26,70	114,00	0,66	0,01	0,00	0,13	73,62	25,41	9,90	2,02
ГП	Хлеб пшеничный	65	5,54	0,90	28,94	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80
ГП	Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12
	Итого		38,75	37,42	140,67	1038,93	48,71	0,51	0,07	6,43	214,98	549,87	170,90	13,14
Полдник														
ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	120	1,57	0,48	38,29	146,40	22,08	0,06	0,00	0,18	3,60	40,80	44,40	0,72
36	Пирожок печеный из сдобного теста с фаршем из свежей капусты	50	3,26	3,86	16,44	121,25	11,70	0,05	0,03	0,44	24,16	36,15	7,55	0,38
	Итого		5,83	4,54	74,93	342,65	37,78	0,13	0,03	0,64	41,76	90,95	59,95	1,70
	Норма соли на весь день	4,55 гр.												
			Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
	Итого за день (приходящие дети)		79,97	75,40	302,01	2190,58	87,14	0,80	0,30	8,43	648,96	1115,02	286,97	16,49
	Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05
	Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		136,70	126,09	121,31	124,22	191,52	87,91	50,00	108,08	83,20	95,30	147,16	149,23

		Дети с 12-18 лет													
		День 3													
№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	С	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У			В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
				3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Завтрак															
51,52,53	Каша рисовая (манная) молочная жидкая (или каша овсяная из "Геркулеса" жидкая)	200	6,35	8,68	34,69	240,00	1,95	0,07	0,06	0,16	181,99	181,17	36,13	0,42	
38	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	0,03	0,01	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	
3	Какао с молоком	200	5,53	6,06	20,64	158,00	2,34	0,07	0,05	0,01	218,92	175,10	33,70	0,59	
9	Бутерброд с сыром	81	7,51	11,72	27,19	245,00	0,10	0,07	0,08	0,77	136,60	108,75	12,60	0,76	
Итого			24,47	31,06	82,80	706,00	4,39	0,24	0,20	1,18	559,51	541,82	87,23	2,77	
Обед															
2	Зеленый горошек (или кукуруза, или фасоль) отварные	100	3,10	0,20	6,50	40,00	10,00	0,12	0,00	0,20	20,00	62,00	21,00	0,70	
89	Суп-харчо со сметаной, с мясом	235/15	7,84	8,72	16,92	174,00	6,58	0,08	0,03	1,38	28,17	84,58	25,36	1,10	
6	Рыба, тушеная в томате с овощами	150	19,05	4,59	1,78	123,75	1,79	0,11	0,03	1,79	61,68	231,98	57,73	1,25	
59	Картофель тушеный	180	3,07	4,50	19,64	141,00	11,24	0,12	0,02	0,26	21,61	87,50	36,20	1,29	
ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	
ГП	Хлеб пшеничный	65	5,54	0,90	28,94	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	
ГП	Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	
Итого			44,08	20,07	133,50	860,02	33,61	0,75	0,08	5,41	194,26	683,16	226,19	10,86	
Полдник															
17	Кисломолочный продукт	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40	0,06	0,04	0,00	240,00	190,00	28,00	0,20	
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	120	1,57	0,48	38,29	146,40	22,08	0,06	0,00	0,18	3,60	40,80	44,40	0,72	
ГП	Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	20	0,78	6,12	12,51	108,40	0,00	0,02	0,00	0,94	1,60	8,40	1,20	0,12	
Итого			8,15	13,00	58,80	372,80	23,48	0,14	0,04	1,12	245,20	239,20	73,60	1,04	
Норма соли на весь день		4,55 гр.													
			Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)			76,70	64,13	275,10	1938,82	61,48	1,13	0,32	7,71	998,97	1464,18	387,02	14,67	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%			58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)			131,11	107,24	110,50	109,94	135,12	124,18	53,33	98,85	128,07	125,14	198,47	132,76	

		Дети с 12-18 лет													
		День 4													
№ ТК	Прием пищи, наименование блюда 1	Выход блюда 2	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал) 6	С 7	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б 3	Ж 4	У 5			В1 8	А 9	Е 10	Са 11	Р 12	Mg 13	Fe 14	
Завтрак															
1	Омлет натуральный	200	14,90	18,25	5,44	234,00	1,30	0,10	0,03	1,95	175,75	282,90	26,00	2,57	
25	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,43	0,12	0,06	0,05	
9	Бутерброд с сыром	81	7,51	11,72	27,19	245,00	0,10	0,07	0,08	0,77	136,60	108,75	12,60	0,76	
	Итого		22,41	29,97	44,61	527,00	1,40	0,17	0,11	2,72	312,78	391,77	38,66	3,38	
Обед															
39	Икра кабачковая	100	1,20	4,70	7,70	78,00	9,60	0,03	0,00	2,10	32,00	30,00	13,00	0,80	
65	Суп картофельный с рыбой	250	13,05	6,00	15,38	183,00	11,45	0,21	0,02	0,92	35,47	100,00	39,81	1,52	
66	Колбасные изделия отварные	100	9,90	17,93	1,60	210,00	0,00	0,00	0,00	0,29	26,95	109,71	14,20	1,43	
87, 30	Каша перловая рассыпчатая или каша гречневая рассыпчатая	180	5,52	4,94	39,41	222,00	0,00	0,05	0,02	0,56	23,76	191,69	23,52	1,07	
26	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	15,90	67,00	4,00	0,01	0,00	0,08	6,76	4,40	3,60	0,92	
ГП	Хлеб пшеничный	65	5,54	0,90	28,94	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	
ГП	Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	
	Итого		39,85	35,59	148,45	1066,27	25,05	0,60	0,04	5,71	173,74	638,90	172,03	11,66	
Полдник															
22	Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	200	6,00	6,40	9,40	120,00	1,20	0,04	0,03	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	120	1,57	0,48	38,29	146,40	22,08	0,06	0,00	0,18	3,60	40,80	44,40	0,72	
ГП	Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	20	0,78	6,12	12,51	108,40	0,00	0,02	0,00	0,94	1,60	8,40	1,20	0,12	
	Итого		8,35	13,00	60,20	374,80	23,28	0,12	0,03	1,12	247,20	231,20	73,60	1,04	
	Норма соли на весь день	4,55 гр.													
			Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
	Итого за день (приходящие дети)		70,61	78,56	253,26	1968,07	49,73	0,89	0,18	9,55	733,72	1261,87	284,29	16,08	
	Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
	Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		120,70	131,37	101,73	111,60	109,30	97,80	30,00	122,44	94,07	107,85	145,79	145,52	

		Дети с 12-18 лет													
		День 5													
№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
		Завтрак													
32	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,41	6,94	20,87	171,00	1,10	0,09	0,05	0,23	207,58	167,52	26,36	0,37	
25	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,43	0,12	0,06	0,05	
9	Бутерброд с сыром	81	7,51	11,72	27,19	245,00	0,10	0,07	0,08	0,77	136,60	108,75	12,60	0,76	
	Итого		13,92	18,66	60,04	464,00	1,20	0,16	0,13	1,00	344,61	276,39	39,02	1,18	
		Обед													
19,61	Помидоры свежие или соленые	100	1,10	0,20	3,80	22,50	25,00	0,06	0,00	0,70	14,00	26,00	20,00	0,90	
34	Суп картофельный с крупой на бульоне	250	5,26	4,05	14,69	133,00	8,35	0,09	0,00	1,33	13,80	62,88	25,18	0,88	
15	Плов из отварной птицы	230	23,69	19,89	32,07	401,00	1,65	0,05	0,02	2,11	11,30	167,19	34,95	2,29	
8	Компот из изюма (кураги)	200	0,59	0,00	33,76	134,00	0,00	0,05	0,00	0,13	26,76	42,57	13,86	1,03	
ГП	Хлеб пшеничный	65	5,54	0,90	28,94	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	
ГП	Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	
	Итого		40,66	26,00	152,78	996,77	35,00	0,55	0,02	6,03	114,66	501,74	171,89	11,02	
		Полдник													
22	Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	200	6,00	6,40	9,40	120,00	1,20	0,04	0,04	0,00	242,00	150,00	28,00	0,20	
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	120	1,57	0,48	38,29	146,40	22,08	0,06	0,00	0,18	3,60	40,80	44,40	0,72	
62	Пирог творожный	80	8,25	15,32	29,57	300,00	0,15	0,07	0,07	1,16	52,27	84,43	10,24	0,56	
	Итого		15,82	22,20	77,26	566,40	23,43	0,17	0,11	1,34	297,87	275,23	82,64	1,48	
	Норма соли на весь день	4,55 гр.													
			Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
			70,40	66,86	290,08	2027,17	59,63	0,88	0,26	8,37	757,14	1053,36	293,55	13,68	
			58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
			120,34	111,81	116,52	114,95	131,05	96,70	43,33	107,31	97,07	90,03	150,54	123,80	

		Дети с 12-18 лет													
		День 6													
№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)					Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У	С	В1		А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Завтрак															
38	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	0,03	0,01	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	
11	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	12,19	50,00	2,80	0,00	0,00	0,01	3,23	1,66	0,90	0,09	
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	120	1,57	0,48	38,29	146,40	22,08	0,06	0,00	0,18	3,60	40,80	44,40	0,72	
12	Бутерброд с колбасой	67	8,33	12,18	27,25	252,00	0,00	0,08	0,05	0,83	20,09	95,78	13,37	1,56	
	Итого		15,04	17,27	78,01	511,40	24,88	0,17	0,06	1,26	48,92	215,04	63,47	3,37	
Обед															
4,61	Огурцы свежие или оурцы соленые	80	0,64	0,08	2,08	11,00	8,00	0,02	0,00	0,08	18,40	33,60	11,20	0,48	
90	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	235/15	4,83	3,31	11,53	109,00	4,40	0,06	0,02	0,24	12,43	45,48	14,70	0,64	
21	Капуста тушенная с мясом	215	12,58	13,56	9,83	219,80	29,00	0,07	0,00	2,92	105,48	137,41	48,88	1,97	
16	Компот из сухофруктов	200	0,73	0,00	26,70	114,00	0,66	0,01	0,00	0,13	73,62	25,41	9,90	2,02	
ГП	Хлеб пшеничный	65	5,54	0,90	28,94	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	
ГП	Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	
	Итого		28,80	18,81	118,60	760,07	42,06	0,46	0,02	5,13	258,73	445,00	162,58	11,03	
Полдник															
ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	
60	Булочка дорожная	50	3,96	6,20	24,51	180,00	0,20	0,06	0,03	0,57	24,56	41,87	6,26	0,34	
	Итого		4,96	6,40	44,71	255,00	4,20	0,08	0,03	0,59	38,56	55,87	14,26	0,94	
	Норма соли на весь день	4,55 гр.													
			Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)			48,80	42,48	241,32	1526,47	71,14	0,71	0,11	6,98	346,21	715,91	240,31	15,34	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%			58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)			83,42	71,04	96,94	86,56	156,35	78,02	18,33	89,49	44,39	61,19	123,24	138,82	

		Дети с 12-18 лет													
		День 7							Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
			Б	Ж	У										8
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Завтрак															
68	Запеканка рисовая с творогом с джемом или повидлом	200/30	8,90	12,24	65,74	422,00	0,14	0,05	0,05	0,36	67,45	158,15	32,26	1,03	
9	Бутерброд с сыром	81	7,51	11,72	27,19	245,00	0,10	0,07	0,08	0,77	136,60	108,75	12,60	0,76	
3	Какао с молоком	200	5,53	6,06	20,64	158,00	2,34	0,07	0,05	0,01	218,92	175,10	33,70	0,59	
	Итого		21,94	30,02	113,57	825,00	2,58	0,19	0,18	1,14	422,97	442,00	78,56	2,38	
Обед															
2	Зеленый горошек (или кукуруза, или фасоль) отварные	100	3,10	0,20	6,50	40,00	10,00	0,12	0,00	0,20	20,00	62,00	21,00	0,70	
14	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом	235/15	6,36	9,54	7,45	150,00	8,78	0,07	0,03	1,76	51,92	137,07	28,61	1,23	
58	Котлеты или биточки рыбные	150	22,78	4,93	20,70	211,88	0,34	0,15	0,04	2,46	81,81	331,82	74,48	1,78	
59	Картофель тушеный	180	3,07	4,50	19,64	141,00	11,24	0,12	0,02	0,26	21,61	87,50	36,20	1,29	
ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	
ГП	Хлеб пшеничный	65	5,54	0,90	28,94	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	
ГП	Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	
	Итого		46,33	21,23	142,95	924,15	34,36	0,78	0,09	6,46	238,14	835,49	246,19	11,52	
Полдник															
17	Кисломолочный продукт	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40	0,06	0,04	0,00	240,00	190,00	28,00	0,20	
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	120	1,57	0,48	38,29	146,40	22,08	0,06	0,00	0,18	3,60	40,80	44,40	0,72	
ГП	Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	20	0,78	6,12	12,51	108,40	0,00	0,02	0,00	0,94	1,60	8,40	1,20	0,12	
	Итого		8,15	13,00	58,80	372,80	23,48	0,14	0,04	1,12	245,20	239,20	73,60	1,04	
	Норма соли на весь день	4,55 гр.													
			Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)			76,42	64,25	315,32	2121,95	60,42	1,11	0,31	8,72	906,31	1516,69	398,35	14,94	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%			58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)			130,63	107,44	126,66	120,33	132,79	121,98	51,67	111,79	116,19	129,63	204,28	135,20	

		Дети с 12-18 лет													
		День 8													
№ ТК	Прием пищи, наименование блюда 1	Выход блюда 2	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал) 6	С 7	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б 3	Ж 4	У 5			В1 8	А 9	Е 10	Са 11	Р 12	Мg 13	Fe 14	
Завтрак															
37, 18	Каша пшеничная (или пшеничная) молочная жидкая	200	8,86	9,72	38,97	276,00	1,95	0,21	0,06	0,16	190,50	229,71	54,48	1,21	
25	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,43	0,12	0,06	0,05	
63	Бутерброд с маслом	67	4,28	9,02	27,22	207,00	0,00	0,06	0,05	0,72	13,88	39,35	7,70	0,62	
	Итого		13,14	18,74	78,17	531,00	1,95	0,27	0,11	0,88	204,81	269,18	62,24	1,88	
Обед															
19,61	Помидоры свежие или соленые	100	1,10	0,20	3,80	22,50	25,00	0,06	0,00	0,70	14,00	26,00	20,00	0,90	
20	Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом птицы	235/15	7,77	9,67	17,17	183,00	6,58	0,08	0,03	1,75	27,70	79,39	25,66	1,08	
41,42	Жаркое по-домашнему или азу	200	10,55	13,84	16,91	241,00	9,83	0,12	0,00	2,54	61,90	152,90	36,52	2,12	
ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	
ГП	Хлеб пшеничный	65	5,54	0,90	28,94	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	
ГП	Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	
	Итого		30,44	25,77	126,54	827,77	45,41	0,58	0,03	6,77	166,40	475,39	168,08	10,62	
Полдник															
22	Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	200	6,00	6,40	9,40	120,00	1,20	0,04	0,04	0,00	242,00	150,00	28,00	0,20	
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	120	1,57	0,48	38,29	146,40	22,08	0,06	0,00	0,18	3,60	40,80	44,40	0,72	
ГП	Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	20	0,78	6,12	12,51	108,40	0,00	0,02	0,00	0,94	1,60	8,40	1,20	0,12	
	Итого		8,35	13,00	60,20	374,80	23,28	0,12	0,04	1,12	247,20	199,20	73,60	1,04	
	Норма соли на весь день	4,55 гр.													
			Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)			51,93	57,51	264,91	1733,57	70,64	0,97	0,18	8,77	618,41	943,77	303,92	13,54	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%			58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)			88,77	96,17	106,41	98,31	155,25	106,59	30,00	112,44	79,28	80,66	155,86	122,53	

		Дети с 12-18 лет													
		День 9													
№ ТК	Прием пищи, наименование блюда 1	Выход блюда 2	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал) 6	С 7	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б 3	Ж 4	У 5			В1 8	А 9	Е 10	Са 11	Р 12	Mg 13	Fe 14	
Завтрак															
43	Запеканка из творога с молоком сгущенным	160/50	31,11	24,42	47,21	554,00	0,65	0,10	0,15	0,64	377,91	434,73	48,36	0,98	
3	Какао с молоком	200	5,53	6,06	20,64	158,00	2,34	0,07	0,05	0,01	218,92	175,10	33,70	0,59	
9	Бутерброд с сыром	81	7,51	11,72	27,19	245,00	0,10	0,07	0,08	0,77	136,60	108,75	12,60	0,76	
	Итого		44,15	42,20	95,04	957,00	3,09	0,24	0,28	1,42	733,43	718,58	94,66	2,33	
Обед															
39	Икра кабачковая	100	1,20	4,70	7,70	78,00	9,60	0,03	0,00	2,10	32,00	30,00	13,00	0,80	
44	Суп картофельный с крупой с мясом птицы	235/15	8,28	6,09	19,39	162,00	7,77	0,10	0,00	1,36	18,57	80,30	26,51	1,09	
69	Птица отварная	100	21,10	13,60	0,00	211,00	0,00	0,04	0,02	0,30	39,00	143,00	20,00	1,80	
55	Капуста тушеная	180	3,55	7,68	9,83	130,80	29,00	0,05	0,00	2,92	94,98	73,01	38,03	1,45	
16	Компот из сухофруктов	200	0,73	0,00	26,70	114,00	0,66	0,01	0,00	0,13	73,62	25,41	9,90	2,02	
ГП	Хлеб пшеничный	65	5,54	0,90	28,94	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	
ГП	Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	
	Итого		23,78	20,33	132,08	791,07	47,03	0,49	0,00	8,27	267,97	411,82	165,34	11,28	
Полдник															
17	Кисломолочный продукт	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40	0,06	0,04	0,00	240,00	190,00	28,00	0,20	
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	120	1,57	0,48	38,29	146,40	22,08	0,06	0,00	0,18	3,60	40,80	44,40	0,72	
31	Пирожок печеный из сдобного теста с фаршем картофельным с луком	50	3,18	3,41	17,80	122,50	3,04	0,05	0,01	0,83	14,80	36,99	7,51	0,38	
	Итого		10,55	10,29	64,09	386,90	26,52	0,17	0,05	1,01	258,40	267,79	79,91	1,30	
	Норма соли на весь день	4,55 гр.													
			Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
	Итого за день (приходящие дети)		78,48	72,82	291,21	2134,97	76,64	0,90	0,33	10,70	1259,80	1398,19	339,91	14,91	
	Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
	Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		134,15	121,77	116,98	121,07	168,44	98,90	55,00	137,18	161,51	119,50	174,31	134,93	

		Дети с 12-18 лет													
№ ТК	Прием пищи, наименование блюда 1	Выход блюда 2	Пищевые вещества (г)			День 10		Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У	Эн/ц (ккал)	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
															3
Завтрак															
24	Суп молочный с крупой	200	4,14	5,34	15,89	128,00	0,78	0,05	0,04	0,06	139,28	121,41	20,83	0,23	
38	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	0,03	0,01	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	
25	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,43	0,12	0,06	0,05	
63	Бутерброд с маслом	67	4,28	9,02	27,22	207,00	0,00	0,06	0,05	0,72	13,88	39,35	7,70	0,62	
	Итого		13,50	18,96	55,37	446,00	0,78	0,14	0,10	1,02	175,59	237,68	33,39	1,90	
Обед															
86	Сельдь с луком	100	14,35	12,12	0,10	170,00	1,33	0,01	0,00	3,15	70,80	232,73	35,20	1,02	
45	Суп картофельный с бобовыми с мясом	235/15	10,54	7,10	23,16	192,00	5,45	0,26	0,00	1,67	45,73	177,63	4,93	2,54	
28	Котлеты, биточки, шницели из говядины	100	17,14	14,14	16,01	259,00	0,30	0,09	0,01	3,49	37,87	80,00	29,38	1,45	
7	Пюре картофельное	180	3,70	8,72	21,70	191,70	21,54	0,17	0,04	0,24	50,64	109,92	38,26	1,27	
26	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	15,90	67,00	4,00	0,01	0,00	0,08	6,76	4,40	3,60	0,92	
ГП	Хлеб пшеничный	65	5,54	0,90	28,94	146,27	0,00	0,15	0,00	0,72	20,80	76,70	40,30	2,80	
ГП	Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	
	Итого		55,91	44,10	145,33	1185,97	32,62	0,84	0,05	10,39	260,60	807,78	189,27	13,12	
Полдник															
ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	
ГП	Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	120	1,57	0,48	38,29	146,40	22,08	0,06	0,00	0,18	3,60	40,80	44,40	0,72	
56	Манник с повидлом или джемом	50/15	2,54	2,73	14,24	98,00	2,43	0,04	0,01	0,66	11,84	29,59	6,01	0,30	
	Итого		5,11	3,41	72,73	319,40	28,51	0,12	0,01	0,86	29,44	84,39	58,41	1,62	
	Норма соли на весь день	4,55 гр.													
			Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
	Итого за день (приходящие дети)		74,52	66,47	273,43	1951,37	61,91	1,10	0,16	12,27	465,63	1129,85	281,07	16,64	
	Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
	Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		127,38	111,15	109,83	110,66	136,07	120,88	26,67	157,31	59,70	96,57	144,14	150,59	

Средние показатели пищевых веществ, энергетической ценности, витаминов и минеральных веществ

	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	С	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	Б	Ж	У			В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Итого за 10 дней (приходящие дети)	687,89	637,79	2778,12	19336,26	671,99	9,27	2,30	89,32	7251,31	11576,04	3101,48	150,28
Среднее значение (приходящие дети)	68,79	63,78	277,81	1933,63	67,20	0,93	0,23	8,93	725,13	1157,60	310,15	15,03
Соотношение Б:Ж:У, Са:Р	1,00	0,93	4,04						1,00	1,6		
Суточная потребность (приходящие дети)	58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,60	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)	117,59	106,65	111,59	109,65	147,69	101,87	38,33	114,51	92,97	98,94	159,05	136,00