










Муниципальное унитарное предприятие «Школьное питание»

**Примерное меню на 12 дней  
для организации циклического рационального питания  
школьников 7-11 лет на осенний период**

Утверждаю директор МУП «Школьное питание»		И.Ф. Ахметшин
Согласовано директор МОУ СОШ № 1		В.Г. Насырова
Согласовано директор МОУ СОШ № 3		С.П. Кузнецова
Согласовано директор МОУ СОШ № 4		О.Л. Пономарёва
Согласовано директор МОУ СОШ № 5		О.Д. Валитова
Согласовано директор МОУ СОШ № 6		В. П. Карпов
Согласовано директор МОУ СОШ гимназия № 8		В.В. Чернышова
Согласовано директор МОУ СОШ № 9		О.С. Логинова
Согласовано директор МОУ СОШ № 10		А.В. Ефимова

День: **понедельник**  
Неделя: **первая**

Сезон: **осенний**  
Возрастная категория: **7-11лет**

№ рецептуры	Наименование блюда.	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Каж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
<b>ЗАВТРАК</b>															
тк	Биточки мясные "Малышок"	90	15.36	19.94	10.20	281.70	1179.42	44.71	179.87	26.56	2.14	0.24	1.46	3.75	2.43
302/04	Каша пшеничная вязкая	150	3.20	10.20	31.73	231.52	969.33	5.07	2.95	0.22	0.05	0.00	0.00	48.90	0.14
686/04	Чай с сахаром и лимоном	200	0.25	0.02	20.71	84.02	351.77	3.76	1.72	0.94	0.11	0.00	1.44	0.00	0.18
тк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
гост	Круассан с джемом (пром.произв.)	40	3.10	6.80	17.20	142.40	596.20	20.70	41.40	5.45	0.55	0.15	0.03	50.00	0.65
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>510</b>	<b>24.19</b>	<b>37.20</b>	<b>94.64</b>	<b>810.12</b>	<b>3391.81</b>	<b>80.24</b>	<b>245.44</b>	<b>37.37</b>	<b>3.18</b>	<b>0.42</b>	<b>2.93</b>	<b>102.95</b>	<b>3.73</b>
<b>ОБЕД</b>															
74/04	Икра овощная порциями (пром.пр.)	60	0.98	3.95	5.84	62.83	263.06	17.49	21.24	12.74	0.58	0.04	8.83	0.00	1.80
109/04 удм	Пуштыё шыд (суп картофельный со взбитым яйцом )	200	3.03	2.71	14.26	93.55	391.68	117.52	71.41	23.60	1.05	0.11	17.20	32.20	0.16
тк	Шницель "Школьный"	90	19.20	18.80	10.60	288.40	1207.47	60.75	207.00	29.50	2.79	0.09	0.09	4.50	1.08
510/04	Каша гречневая вязкая	150	4.38	10.38	18.35	184.34	771.79	11.93	90.55	59.00	2.03	0.09	0.00	40.21	0.45
705/04	Напиток из шиповника	200	0.64	0.25	26.95	112.61	471.48	11.09	2.96	2.96	0.57	0.01	80.00	0.00	0.76
тк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
тк	Хлеб Дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	17.15	77.42	23.03	1.92	0.09	0.00	0.70	0.00
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>760</b>	<b>32.49</b>	<b>36.66</b>	<b>103.97</b>	<b>875.78</b>	<b>3666.72</b>	<b>241.93</b>	<b>490.08</b>	<b>155.03</b>	<b>9.27</b>	<b>0.46</b>	<b>106.12</b>	<b>77.91</b>	<b>4.58</b>
<b>ПОЛДНИК</b>															
гост	Апельсин свежий	100	0.88	0.20	7.94	37.08	155.25	33.32	22.54	12.74	0.29	0.04	58.80	0.00	0.20
гост	Йогурт фруктовый	150	7.50	4.80	5.25	94.20	394.40	283.00	144.00	22.50	0.15	0.06	0.90	33.00	0.00
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>250</b>	<b>8.38</b>	<b>5.00</b>	<b>13.19</b>	<b>131.28</b>	<b>549.64</b>	<b>316.32</b>	<b>166.54</b>	<b>35.24</b>	<b>0.44</b>	<b>0.10</b>	<b>59.70</b>	<b>33.00</b>	<b>0.20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1520</b>	<b>65.06</b>	<b>78.86</b>	<b>211.80</b>	<b>1817.18</b>	<b>7608.17</b>	<b>638.49</b>	<b>902.06</b>	<b>227.64</b>	<b>12.89</b>	<b>0.99</b>	<b>168.75</b>	<b>213.86</b>	<b>8.51</b>
<b>НОРМА</b>			<b>77.00</b>	<b>79.00</b>	<b>335.00</b>	<b>2350.00</b>		<b>1100.00</b>	<b>1100.00</b>	<b>250.00</b>	<b>12.00</b>	<b>1.20</b>	<b>60.00</b>	<b>700.00</b>	<b>1.31</b>
<b>ОТКЛОНЕНИЕ</b>			-11.94	-0.14	-123.20	-532.82	7608.17	-461.51	-197.94	-22.36	0.89	-0.21	108.75	-486.14	

День: вторник  
Неделя: первая

Сезон: осенний  
Возрастная категория: 7-11лет

№ рецептур ы	Наименование блюда.	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Кдж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
<b>ЗАВТРАК</b>															
ТТК	Сыр голландский порциями	20	4.95	4.68	0.00	61.91	259.19	176.00	104.40	9.57	0.12	0.01	0.05	25.20	0.08
130/04	Каша молочная рисовая с маслом	200/10	4.90	9.83	28.82	223.35	935.12	119.00	118.30	25.53	0.43	0.04	0.22	48.22	0.10
639/04	Компот из смеси сухофруктов	200	0.42	0.02	30.87	125.34	524.77	21.69	14.04	5.59	1.20	0.00	0.16	0.00	0.59
ТТК	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
177/08	Сочни из песочного теста с творогом	80	7.25	12.70	28.25	256.25	1072.86	40.05	77.05	8.88	0.60	0.04	0.02	45.26	0.71
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>540</b>	<b>19.79</b>	<b>27.47</b>	<b>102.74</b>	<b>737.32</b>	<b>3087.03</b>	<b>362.74</b>	<b>333.29</b>	<b>53.77</b>	<b>2.68</b>	<b>0.12</b>	<b>0.46</b>	<b>118.98</b>	<b>1.81</b>
<b>ОБЕД</b>															
ТТК	Салат "Светафор"	60	1.02	2.52	3.36	41.10	172.08	25.92	23.88	13.08	0.39	0.02	18.84	303.54	1.14
148/04	Суп крестьянский с крупой и сметаной	200/10	1.97	5.96	10.75	104.52	437.60	27.70	55.32	15.62	0.59	0.05	6.40	35.60	0.26
ТТК	Жаркое по-деревенски	200	32.40	27.60	31.40	503.60	2108.47	39.60	42.30	79.20	5.80	0.20	20.20	40.20	0.80
ТТК	Напиток яблочный	200	0.06	0.05	16.37	66.17	277.04	2.69	1.26	1.26	0.35	0.00	1.40	0.00	0.01
ТТК	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
ТТК	Хлеб Дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	17.15	77.42	23.03	1.92	0.09	0.00	0.70	0.00
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>730</b>	<b>39.71</b>	<b>36.70</b>	<b>89.85</b>	<b>861.99</b>	<b>3556.44</b>	<b>119.06</b>	<b>219.68</b>	<b>136.39</b>	<b>9.38</b>	<b>0.40</b>	<b>46.84</b>	<b>380.34</b>	<b>2.54</b>
<b>ПОЛДНИК</b>															
гост	Груша свежая	200	0.76	0.52	18.74	82.68	346.16	33.40	27.84	20.88	4.00	0.02	14.00	0.00	0.80
гост	Молоко топтыжка ультрапаст.	200	5.45	5.63	17.11	140.07	586.45	265.8	156.60	24.36	0.17	0.0	0.0	24.0	8.0
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>400</b>	<b>6.21</b>	<b>6.15</b>	<b>35.85</b>	<b>222.75</b>	<b>932.61</b>	<b>299.20</b>	<b>184.44</b>	<b>45.24</b>	<b>4.17</b>	<b>0.02</b>	<b>14.00</b>	<b>24.00</b>	<b>8.80</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1670</b>	<b>65.71</b>	<b>70.32</b>	<b>228.44</b>	<b>1822.06</b>	<b>7576.08</b>	<b>781.00</b>	<b>737.41</b>	<b>235.40</b>	<b>16.23</b>	<b>0.54</b>	<b>61.30</b>	<b>523.32</b>	<b>13.15</b>
<b>НОРМА</b>			<b>77.00</b>	<b>79.00</b>	<b>335.00</b>	<b>2350.00</b>		<b>1100.00</b>	<b>1100.00</b>	<b>250.00</b>	<b>12.00</b>	<b>1.20</b>	<b>60.00</b>	<b>700.00</b>	<b>1.31</b>
<b>ОТКЛОНЕНИЕ</b>			<b>-11.29</b>	<b>-8.68</b>	<b>-106.56</b>	<b>-527.94</b>	<b>7576.08</b>	<b>-319.00</b>	<b>-362.59</b>	<b>-14.60</b>	<b>4.23</b>	<b>-0.66</b>	<b>1.30</b>	<b>-176.68</b>	

День: среда

Сезон: осенний

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11лет

№ рецепту ры	Наименование блюда.	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	КДЖ	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
<b>ЗАВТРАК</b>															
271/17	Котлеты домашние	90	10.94	20.90	8.24	264.82	1108.75	15.83	108.00	16.08	1.72	0.14	0.20	0.05	2.37
332/04	Макаронные изделия отварные	150	4.92	8.88	28.94	215.36	901.67	12.65	35.64	6.29	0.66	0.04	0.00	35.91	0.87
628/04	Чай с сахаром	200	0.18	0.04	20.47	82.96	347.34	0.59	0.00	0.00	0.06	0.00	0.00	0.00	0.00
тк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
тк	Фрукты свежие	100	1.32	0.29	11.91	55.53	232.49	49.98	33.81	19.11	0.44	0.06	18.20	0.00	0.30
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>570</b>	<b>19.64</b>	<b>30.35</b>	<b>84.36</b>	<b>689.15</b>	<b>2885.33</b>	<b>85.05</b>	<b>196.95</b>	<b>45.68</b>	<b>3.21</b>	<b>0.27</b>	<b>18.40</b>	<b>36.26</b>	<b>3.87</b>
<b>ОБЕД</b>															
тк	Салат из свежей моркови с чесноком	60	0.76	6.05	3.96	74.03	309.94	20.68	30.96	20.48	0.42	0.03	2.73	1044.00	2.64
139/04	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	5.40	4.80	21.60	151.20	633.04	39.40	139.00	38.60	2.80	0.16	7.00	1000.00	0.80
тк	Тефтели по-деревенски	100	8.28	14.63	10.80	207.99	870.81	19.27	105.61	20.09	1.01	0.18	1.83	0.01	0.09
94/08	Рис припущенный	150	3.47	5.78	34.29	203.06	850.17	6.94	71.52	23.44	0.50	0.03	0.00	39.83	0.27
156/08	Напиток лимонный	200	0.19	0.04	23.42	94.80	396.91	7.22	4.40	2.49	0.12	0.01	5.28	0.00	0.04
тк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
тк	Хлеб Дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	17.15	77.42	23.03	1.92	0.09	0.00	0.70	0.00
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>770</b>	<b>22.36</b>	<b>31.87</b>	<b>122.04</b>	<b>865.13</b>	<b>3622.11</b>	<b>116.66</b>	<b>448.41</b>	<b>132.33</b>	<b>7.10</b>	<b>0.54</b>	<b>16.84</b>	<b>2084.84</b>	<b>4.17</b>
<b>ПОЛДНИК</b>															
тк	Булочка "Творожная"	80	11.80	5.60	46.80	284.80	1192.40	104.73	49.38	9.14	0.85	0.06	0.02	8.22	1.03
гост	Молоко топтыжка ультрапаст.	200	5.45	5.63	17.11	140.07	586.45	265.8	156.60	24.36	0.17	0.0	0.0	24.0	8.0
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>280</b>	<b>17.25</b>	<b>11.23</b>	<b>63.91</b>	<b>424.87</b>	<b>1778.85</b>	<b>370.53</b>	<b>205.98</b>	<b>33.50</b>	<b>1.02</b>	<b>0.06</b>	<b>0.02</b>	<b>32.22</b>	<b>9.03</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1620</b>	<b>59.25</b>	<b>73.45</b>	<b>270.31</b>	<b>1979.15</b>	<b>8286.29</b>	<b>572.24</b>	<b>851.34</b>	<b>211.51</b>	<b>11.33</b>	<b>0.86</b>	<b>35.26</b>	<b>2153.32</b>	<b>17.07</b>
<b>НОРМА</b>			<b>77.00</b>	<b>79.00</b>	<b>335.00</b>	<b>2350.00</b>		<b>1100.00</b>	<b>1100.00</b>	<b>250.00</b>	<b>12.00</b>	<b>1.20</b>	<b>60.00</b>	<b>700.00</b>	<b>1.31</b>
<b>ОТКЛОНЕНИЕ</b>			<b>-17.75</b>	<b>-5.55</b>	<b>-64.69</b>	<b>-370.85</b>	<b>8286.29</b>	<b>-527.76</b>	<b>-248.66</b>	<b>-38.49</b>	<b>-0.67</b>	<b>-0.34</b>	<b>-24.74</b>	<b>1453.32</b>	

День: **четверг**  
Неделя: **первая**

Сезон: **осенний**  
Возрастная категория: **7-11лет**

№ рецепту ры	Наименование блюда.	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Кдж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы			Са	P	Mg	Fe	B1	C	A	E	
<b>ЗАВТРАК</b>																
ттк	Биточки рыбные домашнему	90	14.36	9.33	11.24	186.38	780.34	58.61	192.78	37.21	0.87	0.13	1.47	38.68	2.97	
520/04	Пюре картофельное	150	2.98	10.56	18.12	179.44	751.28	37.81	78.27	26.23	0.99	0.08	2.11	66.58	0.26	
ттк	Напиток ягодный	200	0.10	0.10	23.30	94.50	395.65	4.00	0.00	0.40	0.00	0.00	11.50	1.30	0.00	
ттк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33	
ттк	Фрукты свежие	100	1.32	0.29	11.91	55.53	232.49	49.98	33.81	19.11	0.44	0.06	8.20	0.00	0.30	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>570</b>	<b>21.04</b>	<b>20.52</b>	<b>79.37</b>	<b>586.33</b>	<b>2454.85</b>	<b>156.40</b>	<b>324.36</b>	<b>87.15</b>	<b>2.63</b>	<b>0.31</b>	<b>23.28</b>	<b>106.86</b>	<b>3.86</b>	
<b>ОБЕД</b>																
14/2008	Салат из свежих овощей	60	0.70	5.92	5.02	76.16	318.87	18.43	18.97	8.94	0.31	0.02	13.97	0.00	2.71	
140/04	Суп картофельный с вермишелью	200	2.60	2.00	17.60	98.80	413.66	19.20	62.40	24.20	1.00	0.10	5.69	512.00	0.80	
ттк	Котлета "Загадка"	90	13.11	24.74	10.47	316.98	1327.13	54.23	172.64	27.40	1.95	0.35	4.62	25.92	0.26	
302/04	Каша пшеничная вязкая	150	4.28	5.10	23.70	157.82	660.76	59.55	115.70	41.60	1.65	0.19	0.00	39.33	0.22	
ттк	Напиток янтарный	200	0.29	0.04	18.23	74.44	311.67	9.57	8.11	5.88	0.36	0.01	0.90	29.50	0.29	
ттк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33	
ттк	Хлеб Дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	17.15	77.42	23.03	1.92	0.09	0.00	0.70	0.00	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>760</b>	<b>25.24</b>	<b>38.37</b>	<b>102.99</b>	<b>858.25</b>	<b>3593.32</b>	<b>184.13</b>	<b>474.74</b>	<b>135.25</b>	<b>7.52</b>	<b>0.79</b>	<b>25.18</b>	<b>607.75</b>	<b>4.61</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>																
ттк	Ряженка	200	5.64	0.09	7.28	52.49	219.77	221.80	165.30	26.10	0.17	0.06	0.56	0.00	0.00	
ттк	Банан свежий	200	2.94	0.98	41.16	185.22	775.48	15.68	54.88	82.32	1.18	0.08	19.60	0.00	0.80	
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>400</b>	<b>8.58</b>	<b>1.07</b>	<b>48.44</b>	<b>237.71</b>	<b>995.24</b>	<b>237.48</b>	<b>220.18</b>	<b>108.42</b>	<b>1.35</b>	<b>0.14</b>	<b>20.16</b>	<b>0.00</b>	<b>0.80</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1730</b>	<b>54.86</b>	<b>59.96</b>	<b>230.80</b>	<b>1682.29</b>	<b>7043.42</b>	<b>578.01</b>	<b>1019.28</b>	<b>330.82</b>	<b>11.50</b>	<b>1.24</b>	<b>68.62</b>	<b>714.61</b>	<b>9.27</b>	
<b>НОРМА</b>				<b>77.00</b>	<b>79.00</b>	<b>335.00</b>	<b>2350.00</b>		<b>1100.00</b>	<b>1100.00</b>	<b>250.00</b>	<b>12.00</b>	<b>1.20</b>	<b>60.00</b>	<b>700.00</b>	<b>1.31</b>
<b>ОТКЛОНЕНИЕ</b>				-22.14	-19.04	-104.20	-667.71	7043.42	-521.99	-80.72	80.82	-0.51	0.04	8.61	14.61	

День: **пятница**  
Неделя: **первая**

Сезон: **осенний**  
Возрастная категория: **7-11лет**

№ рецептуры	Наименование блюда.	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Кдж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
	<b>ЗАВТРАК</b>														
тк	Фрикадельки куриные в соусе	130	12.28	16.36	7.16	225.00	942.03	78.12	111.06	14.54	1.10	0.06	1.33	85.05	0.46
510/04	Каша гречневая вязкая	150	4.38	10.38	18.35	184.34	771.79	11.93	90.55	59.00	2.03	0.09	0.00	40.21	0.45
705/04	Напиток из шиповника	200	0.64	0.25	26.95	112.61	471.48	11.09	2.96	2.96	0.57	0.01	80.00	0.00	0.76
тк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
тк	Булочка десертная	80	5.25	5.23	47.15	256.69	1074.70	33.17	63.39	9.62	0.72	0.06	0.10	0.03	0.48
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>590</b>	<b>24.83</b>	<b>32.46</b>	<b>114.41</b>	<b>849.12</b>	<b>3555.09</b>	<b>140.31</b>	<b>287.46</b>	<b>90.32</b>	<b>4.75</b>	<b>0.26</b>	<b>81.43</b>	<b>125.59</b>	<b>2.48</b>
	<b>ОБЕД</b>														
43/04	Салат из свежей капусты	60	0.95	2.93	3.02	42.25	176.89	28.97	17.17	9.42	0.38	0.01	4.74	0.00	1.40
110/04	Борщ с капустой и картофелем со смет	200/10	7.98	6.03	11.30	131.39	550.10	75.90	108.00	29.40	2.10	0.06	0.10	840.00	0.21
тк	Битки сельские	90	15.50	11.78	16.07	232.30	972.59	43.50	123.65	12.36	1.50	0.10	0.15	62.30	0.20
332/04	Макаронные изделия отварные	150	4.92	8.88	28.94	215.36	901.67	12.65	35.64	6.29	0.66	0.04	0.00	35.91	0.87
639/04	Компот из смеси сухофруктов	200	0.42	0.02	30.87	125.34	524.77	21.69	14.04	5.59	1.20	0.00	0.16	0.00	0.59
тк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
тк	Хлеб Дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	17.15	77.42	23.03	1.92	0.09	0.00	0.70	0.00
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>770</b>	<b>34.03</b>	<b>30.21</b>	<b>118.17</b>	<b>880.69</b>	<b>3687.27</b>	<b>205.86</b>	<b>395.42</b>	<b>90.29</b>	<b>8.09</b>	<b>0.34</b>	<b>5.15</b>	<b>939.21</b>	<b>3.60</b>
	<b>ПОЛДНИК</b>														
гост	Йогурт фруктовый	150	7.50	4.80	5.25	94.20	394.40	283.00	144.00	22.50	0.15	0.06	0.90	33.00	0.00
тк	Яблоко свежее	150	0.57	0.53	13.38	60.57	253.59	21.12	14.36	11.75	1.91	0.03	6.00	0.30	7.50
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>300</b>	<b>8.07</b>	<b>5.33</b>	<b>18.63</b>	<b>154.77</b>	<b>647.99</b>	<b>304.12</b>	<b>158.36</b>	<b>34.25</b>	<b>2.06</b>	<b>0.09</b>	<b>6.90</b>	<b>33.30</b>	<b>7.50</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1660</b>	<b>66.93</b>	<b>68.00</b>	<b>251.21</b>	<b>1884.58</b>	<b>7890.35</b>	<b>650.29</b>	<b>841.24</b>	<b>214.86</b>	<b>14.90</b>	<b>0.68</b>	<b>93.48</b>	<b>1098.10</b>	<b>13.58</b>
	<b>НОРМА</b>		<b>77.00</b>	<b>79.00</b>	<b>335.00</b>	<b>2350.00</b>		<b>1100.00</b>	<b>1100.00</b>	<b>250.00</b>	<b>12.00</b>	<b>1.20</b>	<b>60.00</b>	<b>700.00</b>	<b>1.31</b>
	<b>ОТКЛОНЕНИЕ</b>		-10.07	-11.00	-83.79	-465.42	7890.35	-449.71	-258.76	-35.14	2.90	-0.52	33.48	398.10	

День: **суббота**  
Неделя: **первая**

Сезон: **осенний**  
Возрастная категория: **7-11лет**

№ рецептуры	Наименование блюда.	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	КДЖ	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Са	Р	Mg	Fe	В1	С	А	Е
<b>ЗАВТРАК</b>															
тк	Плов детский (2вариант)	200	21.65	14.23	42.83	385.99	1616.06	23.08	246.85	80.86	2.71	0.14	6.09	78.80	12.45
686/04	Сок фруктовый	250	1.25	0.25	25.25	108.25	453.22	17.50	17.50	10.00	3.50	0.03	5.00	0.00	0.25
тк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
тк	Конфета	20	1.16	6.40	11.70	109.04	456.53	8.80	29.20	8.80	0.38	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>500</b>	<b>26.34</b>	<b>21.12</b>	<b>94.58</b>	<b>673.76</b>	<b>2820.90</b>	<b>55.38</b>	<b>313.05</b>	<b>103.86</b>	<b>6.92</b>	<b>0.20</b>	<b>11.09</b>	<b>79.10</b>	<b>13.03</b>
<b>ОБЕД</b>															
49/2007	Салат витаминный	60	4.97	4.08	14.84	115.96	485.50	44.89	72.87	25.67	2.09	0.16	11.37	0.16	3.49
тк	Суп пшенный с помидорами	200	1.99	4.66	12.27	98.98	414.41	19.20	53.36	21.32	0.77	0.09	6.60	0.00	0.90
90/08	Котлета рыбная "Любительская"	90	7.64	6.80	17.50	161.76	677.26	89.98	80.31	24.54	0.98	0.06	2.66	0.63	3.63
330/04	Бобовые отварные	150	15.61	6.09	35.31	261.13	91.75	91.75	140.92	77.53	0.98	0.45	0.00	34.42	0.62
154/04	Компот из кураги	200	1.22	0.07	29.77	124.59	521.63	35.73	31.76	22.84	0.75	0.02	0.40	0.00	1.38
тк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
тк	Хлеб Дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	17.15	77.42	23.03	1.92	0.09	0.00	0.70	0.00
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>770</b>	<b>35.69</b>	<b>22.27</b>	<b>137.66</b>	<b>896.47</b>	<b>2751.79</b>	<b>304.70</b>	<b>476.14</b>	<b>199.13</b>	<b>7.82</b>	<b>0.90</b>	<b>21.03</b>	<b>36.21</b>	<b>10.35</b>
<b>ПОЛДНИК</b>															
тк	Булочка с творогом	80	11.78	2.51	28.72	184.59	772.84	87.36	68.87	10.80	0.57	0.05	0.02	5.10	1.49
гост	Молоко топтыжка ультрапаст.	200	5.45	5.63	17.11	140.07	586.45	265.8	156.60	24.36	0.17	0.0	0.0	24.0	8.0
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>280</b>	<b>17.23</b>	<b>8.14</b>	<b>45.83</b>	<b>324.66</b>	<b>1359.29</b>	<b>353.16</b>	<b>225.47</b>	<b>35.16</b>	<b>0.74</b>	<b>0.05</b>	<b>0.02</b>	<b>29.10</b>	<b>9.49</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1550</b>	<b>79.26</b>	<b>51.53</b>	<b>278.07</b>	<b>1894.89</b>	<b>6931.98</b>	<b>713.24</b>	<b>1014.66</b>	<b>338.15</b>	<b>15.48</b>	<b>1.15</b>	<b>32.14</b>	<b>144.41</b>	<b>32.87</b>
<b>НОРМА</b>			<b>77.00</b>	<b>79.00</b>	<b>335.00</b>	<b>2350.00</b>		<b>1100.00</b>	<b>1100.00</b>	<b>250.00</b>	<b>12.00</b>	<b>1.20</b>	<b>60.00</b>	<b>700.00</b>	<b>1.31</b>
<b>ОТКЛОНЕНИЕ</b>			<b>2.26</b>	<b>-27.47</b>	<b>-56.93</b>	<b>-455.11</b>	<b>6931.98</b>	<b>-386.76</b>	<b>-85.34</b>	<b>88.15</b>	<b>3.48</b>	<b>-0.05</b>	<b>-27.86</b>	<b>-555.59</b>	

День: **понедельник**

Неделя: **вторая**

Сезон: **осенний**

Возрастная категория: **7-11лет**

№ рецептур ы	Наименование блюда.	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	КДж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
<b>ЗАВТРАК</b>															
тпк	Биточки школьные	90	17.55	11.10	12.26	219.14	917.50	48.70	166.57	49.87	1.68	0.15	0.98	0.08	1.53
332/04	Макаронные изделия отварные	150	4.92	8.88	28.94	215.36	901.67	12.65	35.64	6.29	0.66	0.04	0.00	35.91	0.87
628/04	Чай с сахаром	200	0.18	0.04	20.47	82.96	347.34	0.59	0.00	0.00	0.06	0.00	0.00	0.00	0.00
тпк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
гост	Кондитерские изделия	40	0.72	9.88	21.58	178.12	745.75	18.96	49.12	8.18	0.65	0.08	0.10	9.77	4.88
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>510</b>	<b>25.65</b>	<b>30.14</b>	<b>98.05</b>	<b>766.06</b>	<b>3207.34</b>	<b>86.90</b>	<b>270.83</b>	<b>68.54</b>	<b>3.38</b>	<b>0.30</b>	<b>1.08</b>	<b>46.06</b>	<b>7.61</b>
<b>ОБЕД</b>															
74/04	Икра овощная пром.пр.	60	0.95	2.93	3.02	42.25	176.89	28.97	17.17	9.42	0.38	0.01	24.74	0.00	1.40
139/04	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	5.40	4.80	21.60	151.20	633.04	39.40	139.00	38.60	2.80	0.16	7.00	550.50	0.80
452/04	Котлеты особые	90	9.19	12.07	9.30	182.61	764.55	26.46	112.62	21.03	1.53	0.10	0.17	13.58	0.54
302/04	Каша пшеничная вязкая	150	4.28	5.10	23.70	157.82	660.76	59.55	115.70	41.60	1.65	0.19	0.00	39.33	0.22
тпк	Напиток ягодный	200	0.10	0.10	23.30	94.50	395.65	4.00	0.00	0.40	0.00	0.00	11.50	1.30	0.00
тпк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
тпк	Хлеб Дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	17.15	77.42	23.03	1.92	0.09	0.00	0.70	0.00
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>760</b>	<b>24.18</b>	<b>25.57</b>	<b>108.89</b>	<b>762.43</b>	<b>3192.14</b>	<b>181.53</b>	<b>481.41</b>	<b>138.28</b>	<b>8.61</b>	<b>0.59</b>	<b>43.41</b>	<b>605.71</b>	<b>3.29</b>
<b>ПОЛДНИК</b>															
806/08	Коржик молочный	75	4.83	10.05	47.38	299.29	1253.07	18.69	49.12	8.18	0.65	0.80	0.10	9.77	10.29
гост	Молоко топтыжка ультрапаст.	200	5.45	5.63	17.11	140.07	586.45	265.8	156.60	24.36	0.17	0.00	0.00	24.00	8.00
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>275</b>	<b>10.28</b>	<b>15.68</b>	<b>64.49</b>	<b>439.36</b>	<b>1839.51</b>	<b>284.49</b>	<b>205.72</b>	<b>32.54</b>	<b>0.82</b>	<b>0.80</b>	<b>0.10</b>	<b>33.77</b>	<b>18.29</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1545.00</b>	<b>60.11</b>	<b>71.39</b>	<b>271.43</b>	<b>1967.85</b>	<b>8238.99</b>	<b>552.92</b>	<b>957.96</b>	<b>239.36</b>	<b>12.81</b>	<b>1.69</b>	<b>44.59</b>	<b>685.54</b>	<b>29.19</b>
<b>НОРМА</b>			<b>77.00</b>	<b>79.00</b>	<b>335.00</b>	<b>2350.00</b>		<b>1100.00</b>	<b>1100.00</b>	<b>250.00</b>	<b>12.00</b>	<b>1.20</b>	<b>60.00</b>	<b>700.00</b>	<b>1.31</b>
<b>ОТКЛОНЕНИЕ</b>			-16.89	-7.61	-63.57	-382.15	8238.99	-547.08	-142.04	-10.64	0.81	0.49	-15.41	-14.46	



День: вторник  
Неделя: вторая

Сезон: осенний  
Возрастная категория: 7-11лет

№ рецептуры	Наименование блюда.	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	КДЖ	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Са	Р	Mg	Fe	В1	С	А	Е
	<b>ЗАВТРАК</b>														
тк	Сыр голландский порциями	25	6.18	5.85	0.00	77.38	323.99	220.00	130.50	11.97	0.15	0.01	0.07	31.50	0.10
119/08	Каша молочная "Дружба" с маслом	200/10	7.15	11.49	41.80	299.21	1252.73	126.30	169.00	43.39	1.03	0.14	0.51	78.44	0.26
686/04	Чай с сахаром и лимоном	200	0.25	0.02	20.71	84.02	351.77	3.76	1.72	0.94	0.11	0.00	1.44	0.00	0.18
тк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
747/04	Сосиска в тесте	50/50	9.10	11.30	24.60	236.50	990.18	24.80	187.10	24.30	1.30	0.10	0.40	4.50	1.46
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>565</b>	<b>24.96</b>	<b>28.90</b>	<b>101.91</b>	<b>767.59</b>	<b>3213.76</b>	<b>380.86</b>	<b>507.82</b>	<b>84.80</b>	<b>2.92</b>	<b>0.28</b>	<b>2.42</b>	<b>114.74</b>	<b>2.33</b>
	<b>ОБЕД</b>														
тк	Салат из сборных овощей	60	0.83	6.05	2.86	69.21	289.77	21.11	21.50	12.73	0.30	0.02	15.02	363.50	2.76
110/04	Борщ с капустой и картофелем со смет	200/10	7.98	6.03	11.30	131.39	550.10	35.90	108.00	29.40	2.10	0.06	10.10	840.00	0.21
75/08	Котлета детская	90	13.58	10.11	9.05	181.51	759.95	109.52	130.39	21.74	1.57	0.09	0.18	36.00	2.66
510/04	Каша гречневая вязкая	150	4.38	10.38	18.35	184.34	771.79	11.93	90.55	59.00	2.03	0.09	0.00	40.21	0.45
705/04	Напиток из шиповника	200	0.64	0.25	26.95	112.61	471.48	11.09	2.96	2.96	0.57	0.01	80.00	0.00	0.76
тк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
тк	Хлеб Дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	17.15	77.42	23.03	1.92	0.09	0.00	0.70	0.00
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>770</b>	<b>31.67</b>	<b>33.39</b>	<b>96.48</b>	<b>813.11</b>	<b>3404.33</b>	<b>212.70</b>	<b>450.32</b>	<b>153.06</b>	<b>8.82</b>	<b>0.40</b>	<b>105.30</b>	<b>1280.71</b>	<b>7.17</b>
	<b>ПОЛДНИК</b>														
738/04	Пирожок с мясом и луком	75	15.07	8.63	31.57	264.23	1106.28	12.02	50.79	9.73	0.63	0.06	0.00	13.83	1.26
гост	Йогурт фруктовый	150	7.50	4.80	5.25	94.20	394.40	283.00	144.00	22.50	0.15	0.06	0.90	33.00	0.00
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>225</b>	<b>22.57</b>	<b>13.43</b>	<b>36.82</b>	<b>358.43</b>	<b>1500.67</b>	<b>295.02</b>	<b>194.79</b>	<b>32.23</b>	<b>0.78</b>	<b>0.12</b>	<b>0.90</b>	<b>46.83</b>	<b>1.26</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1560</b>	<b>79.203</b>	<b>75.72</b>	<b>235.21</b>	<b>1939.13333</b>	<b>8118.7634</b>	<b>888.58</b>	<b>1152.93</b>	<b>270.087</b>	<b>12.52</b>	<b>0.797</b>	<b>108.617</b>	<b>1442.28</b>	<b>10.76</b>
	<b>НОРМА</b>		<b>77.00</b>	<b>79.00</b>	<b>335.00</b>	<b>2350.00</b>		<b>1100.00</b>	<b>1100.00</b>	<b>250.00</b>	<b>12.00</b>	<b>1.20</b>	<b>60.00</b>	<b>700.00</b>	<b>1.31</b>
	<b>ОТКЛОНЕНИЕ</b>		2.20	-3.28	-99.79	-410.87	8118.76	-211.42	52.93	20.09	0.52	-0.40	48.62	742.28	

День: среда  
Неделя: вторая

Сезон: осенний  
Возрастная категория: 7-11лет

№ рецептуры	Наименование блюда.	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	КДЖ	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Са	Р	Mg	Fe	B1	С	А	Е
	<b>ЗАВТРАК</b>														
тпк	Котлеты "Сочные"	90	16.69	9.02	8.41	181.55	760.12	32.06	176.43	33.09	2.13	0.08	0.60	37.20	1.23
520/04	Пюре картофельное	150	2.98	10.56	18.12	179.44	751.2794	37.81	78.27	26.23	0.99	0.08	2.11	66.58	0.26
639/04	Компот из смеси сухофруктов	200	0.42	0.02	30.87	125.34	524.77	21.69	14.04	5.59	1.20	0.00	0.16	0.00	0.59
тпк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
тпк	Фрукты свежие	100	1.80	0.40	16.20	75.60	316.52	68.00	46.00	26.00	3.80	0.08	12.00	16.00	0.40
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>570</b>	<b>24.17</b>	<b>20.24</b>	<b>88.40</b>	<b>632.41</b>	<b>2647.78</b>	<b>165.56</b>	<b>334.24</b>	<b>95.11</b>	<b>8.45</b>	<b>0.27</b>	<b>14.87</b>	<b>120.08</b>	<b>2.81</b>
	<b>ОБЕД</b>														
43/04	Салат из свежей капусты	60	0.95	2.93	3.02	42.25	176.89	28.97	17.17	9.42	0.38	0.01	24.74	0.00	1.40
132/04	Рассольник ленинградский со смет	200/10	0.40	1.24	1.44	18.52	77.54	70.20	13.98	7.14	0.66	0.00	1.68	0.56	0.08
тпк	Птица запеченая	90	13.35	8.50	0.23	130.82	547.72	97.80	15.60	12.00	0.70	0.07	0.80	56.20	0.30
302/04	Каша пшеничная вязкая	150	3.20	10.20	31.73	231.52	969.33	5.07	2.95	0.22	0.05	0.00	0.00	48.90	0.14
тпк	Напиток янтарный	200	0.29	0.04	18.23	74.44	311.67	9.57	8.11	5.88	0.36	0.01	0.90	29.50	0.29
тпк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
тпк	Хлеб Дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	17.15	77.42	23.03	1.92	0.09	0.00	0.70	0.00
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>770</b>	<b>22.45</b>	<b>23.48</b>	<b>82.62</b>	<b>631.60</b>	<b>2644.38</b>	<b>234.76</b>	<b>154.73</b>	<b>61.89</b>	<b>4.40</b>	<b>0.21</b>	<b>28.12</b>	<b>136.16</b>	<b>2.54</b>
	<b>ПОЛДНИК</b>														
гост	Булочка с кунжутом	100	6.30	4.30	89.30	421.10	1763.06	89.36	98.00	38.00	1.90	0.17	0.10	9.77	2.50
гост	Молоко топтыжка ультрапаст.	200	5.45	5.63	17.11	140.07	586.45	265.8	156.60	24.36	0.17	0.0	0.0	24.0	8.0
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>300</b>	<b>11.75</b>	<b>9.93</b>	<b>106.41</b>	<b>561.17</b>	<b>2349.51</b>	<b>355.16</b>	<b>254.60</b>	<b>62.36</b>	<b>2.07</b>	<b>0.17</b>	<b>0.10</b>	<b>33.77</b>	<b>10.50</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1640</b>	<b>58.37</b>	<b>53.65</b>	<b>277.43</b>	<b>1825.18</b>	<b>7641.67</b>	<b>755.48</b>	<b>743.57</b>	<b>219.36</b>	<b>14.92</b>	<b>0.65</b>	<b>43.09</b>	<b>290.01</b>	<b>15.85</b>
	<b>НОРМА</b>		<b>77.00</b>	<b>79.00</b>	<b>335.00</b>	<b>2350.00</b>		<b>1100.00</b>	<b>1100.00</b>	<b>250.00</b>	<b>12.00</b>	<b>1.20</b>	<b>60.00</b>	<b>700.00</b>	<b>1.31</b>
	<b>ОТКЛОНЕНИЕ</b>		-18.63	-25.35	-57.57	-524.82	7641.67	-344.52	-356.43	-30.64	2.92	-0.55	-16.92	-409.99	

День: **четверг**

Сезон: **осенний**

Неделя: **вторая**

Возрастная категория: **7-11лет**

№ рецептур ы	Наименование блюда.	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Кдж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Са	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
<b>ЗАВТРАК</b>															
тпк	Запеканка из творога с соусом молочным сладким	170	25.87	10.00	21.87	280.96	1176.32	223.50	275.11	30.73	0.83	0.06	0.60	76.13	0.40
гост	Круассан с джемом (пром.произв.)	40	3.10	6.80	17.20	142.40	596.20	20.70	41.40	5.45	0.55	0.15	0.03	50.00	0.65
тпк	Напиток яблочный	250	0.45	0.06	28.48	116.31	486.98	14.95	12.67	9.19	0.56	0.02	1.41	46.09	0.45
тпк	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.73	93.97	393.45	8.00	26.00	5.60	0.44	0.04	0.00	0.40	0.44
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>500</b>	<b>32.46</b>	<b>17.18</b>	<b>87.29</b>	<b>633.65</b>	<b>2652.95</b>	<b>267.15</b>	<b>355.18</b>	<b>50.97</b>	<b>2.38</b>	<b>0.27</b>	<b>2.04</b>	<b>172.62</b>	<b>1.94</b>
<b>ОБЕД</b>															
тпк	Салат из свежей моркови с чесноком	60	0.76	6.05	3.96	73.35	309.94	20.68	30.96	20.48	0.42	0.03	2.73	1044.00	2.64
124/04	Щи из свеж. капусты с картофелем со смет	200/10	2.31	4.41	10.30	90.13	377.36	139.40	54.60	24.20	0.84	0.06	16.80	750.00	0.21
тпк	Биточки рыбные "Нежные"	90	10.70	6.20	14.60	157.00	657.33	94.29	137.70	24.10	0.79	0.10	0.68	26.30	1.79
332/04	Макаронные изделия отварные	150	4.92	8.88	28.94	215.36	901.67	12.65	35.64	6.29	0.66	0.04	0.00	35.91	0.87
тпк	Напиток плодово-ягодный	200	0.10	0.10	21.40	86.90	363.83	2.80	1.30	1.30	0.40	0.00	1.40	0.00	0.00
тпк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
тпк	Хлеб Дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	17.15	77.42	23.03	1.92	0.09	0.00	0.70	0.00
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>770</b>	<b>23.05</b>	<b>26.21</b>	<b>107.17</b>	<b>756.79</b>	<b>3171.36</b>	<b>292.97</b>	<b>357.12</b>	<b>103.60</b>	<b>5.36</b>	<b>0.36</b>	<b>21.61</b>	<b>1857.21</b>	<b>5.84</b>
<b>ПОЛДНИК</b>															
тпк	Кефир с сахаром	200/10	5.64	0.09	10.65	65.97	276.20	221.80	165.30	26.10	0.17	0.06	0.56	0.00	0.00
тпк	Плюшка московская	100	9.27	10.55	64.81	391.27	1638.17	43.10	84.52	14.97	1.06	0.11	0.12	51.83	1.38
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>310</b>	<b>14.91</b>	<b>10.64</b>	<b>75.46</b>	<b>457.24</b>	<b>1914.37</b>	<b>264.90</b>	<b>249.82</b>	<b>41.07</b>	<b>1.23</b>	<b>0.17</b>	<b>0.68</b>	<b>51.83</b>	<b>1.38</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1580</b>	<b>70.42</b>	<b>54.04</b>	<b>269.92</b>	<b>1847.67</b>	<b>7738.68</b>	<b>825.02</b>	<b>962.12</b>	<b>195.65</b>	<b>8.97</b>	<b>0.80</b>	<b>24.33</b>	<b>2081.66</b>	<b>9.16</b>
<b>НОРМА</b>			<b>77.00</b>	<b>79.00</b>	<b>335.00</b>	<b>2350.00</b>		<b>1100.00</b>	<b>1100.00</b>	<b>250.00</b>	<b>12.00</b>	<b>1.20</b>	<b>60.00</b>	<b>700.00</b>	<b>1.31</b>
<b>ОТКЛОНЕНИЕ</b>			-6.58	-24.96	-65.08	-502.33	7738.68	-274.98	-137.88	-54.35	-3.03	-0.40	-35.67	1381.66	

День: пятница  
Неделя: вторая

Сезон: осенний  
Возрастная категория: 7-11лет

№ рецептур ы	Наименование блюда.	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Кдж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
<b>ЗАВТРАК</b>															
тпк	Битки сельские	90	15.50	11.78	16.07	232.30	972.59	43.50	123.65	12.36	1.50	0.10	0.15	62.30	0.20
302/04	Каша пшенная вязкая	150	4.28	5.10	23.70	157.82	660.76	59.55	115.70	41.60	1.65	0.19	0.00	39.33	0.22
705/04	Напиток из шиповника	200	0.64	0.25	26.95	112.61	471.48	11.09	2.96	2.96	0.57	0.01	80.00	0.00	0.76
806/08	Коржик молочный	75	4.83	10.05	47.38	299.29	1253.07	18.69	49.12	8.18	0.65	0.80	0.10	9.77	10.29
тпк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>545</b>	<b>27.53</b>	<b>27.42</b>	<b>128.90</b>	<b>872.50</b>	<b>3652.98</b>	<b>138.83</b>	<b>310.93</b>	<b>69.30</b>	<b>4.70</b>	<b>1.13</b>	<b>80.25</b>	<b>111.70</b>	<b>11.80</b>
<b>ОБЕД</b>															
тпк	Салат "Овощной квартет"	60	1.02	2.46	3.15	39.35	164.74	21.78	24.42	13.62	1.14	0.03	15.82	363.78	1.14
140/04	Суп картофельный с вермишелью	200	2.60	2.00	17.60	98.80	413.66	19.20	62.40	24.20	1.00	0.10	5.69	512.00	0.80
тпк	Фрикадельки в соусе	100	28.70	16.00	1.00	262.80	1100.29	180.70	248.10	28.10	3.70	0.07	0.50	30.00	0.08
520/04	Пюре картофельное	150	2.98	10.56	18.12	179.44	751.28	37.81	78.27	26.23	0.99	0.08	2.11	66.58	0.26
686/04	Сок фруктовый	200	1.00	0.20	20.20	86.60	362.58	14.00	14.00	8.00	2.80	0.02	4.00	0.00	0.20
тпк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
тпк	Хлеб Дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	17.15	77.42	23.03	1.92	0.09	0.00	0.70	0.00
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>760</b>	<b>40.56</b>	<b>31.79</b>	<b>88.04</b>	<b>801.04</b>	<b>3353.79</b>	<b>296.64</b>	<b>524.11</b>	<b>127.38</b>	<b>11.88</b>	<b>0.42</b>	<b>28.12</b>	<b>973.36</b>	<b>2.81</b>
<b>ПОЛДНИК</b>															
гост	Йогурт фруктовый	150	7.50	4.80	5.25	94.20	394.40	283.00	144.00	22.50	0.15	0.06	0.90	33.00	0.00
тпк	Банан свежий	200	2.94	0.98	41.16	185.22	775.48	15.68	54.88	82.32	1.18	0.08	19.60	0.00	0.80
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>350</b>	<b>10.44</b>	<b>5.78</b>	<b>46.41</b>	<b>279.42</b>	<b>1169.88</b>	<b>298.68</b>	<b>198.88</b>	<b>104.82</b>	<b>1.33</b>	<b>0.14</b>	<b>20.50</b>	<b>33.00</b>	<b>0.80</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1655</b>	<b>78.53</b>	<b>64.99</b>	<b>263.35</b>	<b>1952.96</b>	<b>8176.64</b>	<b>734.15</b>	<b>1033.92</b>	<b>301.50</b>	<b>17.91</b>	<b>1.70</b>	<b>128.87</b>	<b>1118.06</b>	<b>15.41</b>
<b>НОРМА</b>			<b>77.00</b>	<b>79.00</b>	<b>335.00</b>	<b>2350.00</b>		<b>1100.00</b>	<b>1100.00</b>	<b>250.00</b>	<b>12.00</b>	<b>1.20</b>	<b>60.00</b>	<b>700.00</b>	<b>1.31</b>
<b>ОТКЛОНЕНИЕ</b>			1.53	-14.01	-71.65	-397.04	8176.64	-365.85	-66.08	51.50	5.91	0.50	68.87	418.06	

День: **суббота**

Сезон: **осенний**

Неделя: **вторая**

Возрастная категория: **7-11лет**

№ рецептуры	Наименование блюда.	Масса порции, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Кдж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Са	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
<b>ЗАВТРАК</b>															
тпк	Колбаски куриные	90	21.65	14.23	42.83	385.99	1616.06	23.08	246.85	80.86	2.71	0.14	6.09	78.80	12.45
332/04	Макаронные изделия отварные	150	4.92	8.88	28.94	215.36	901.67	12.65	35.64	6.29	0.66	0.04	0.00	35.91	0.87
628/04	Чай с сахаром	200	0.18	0.04	20.47	82.96	347.34	0.59	0.00	0.00	0.06	0.00	0.00	0.00	0.00
тпк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
тпк	Фрукты свежие	100	1.32	0.29	11.91	55.53	232.49	49.98	33.81	19.11	0.44	0.06	18.20	0.00	0.30
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>570</b>	<b>30.35</b>	<b>23.68</b>	<b>118.95</b>	<b>810.32</b>	<b>3392.65</b>	<b>92.30</b>	<b>335.80</b>	<b>110.46</b>	<b>4.20</b>	<b>0.27</b>	<b>24.29</b>	<b>115.01</b>	<b>13.95</b>
<b>ОБЕД</b>															
тпк	Салат "Венгерский"	60	4.12	4.27	3.20	67.71	283.49	13.18	21.82	15.09	0.45	0.04	24.87	59.49	2.11
тпк	Уха ростовская	200	7.21	4.36	18.10	140.49	588.21	43.61	146.74	46.22	1.54	0.17	6.60	56.38	0.41
312/04	Крупеник со сметанным соусом	200	10.80	11.00	29.40	259.80	1087.73	212.30	189.00	69.80	2.25	0.14	1.20	90.00	2.10
156/08	Напиток лимонный	200	0.19	0.04	23.42	94.80	396.91	7.22	4.40	2.49	0.12	0.01	5.28	0.00	0.04
тпк	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	70.48	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
тпк	Хлеб Дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	17.15	77.42	23.03	1.92	0.09	0.00	0.70	0.00
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>720</b>	<b>26.58</b>	<b>20.24</b>	<b>102.09</b>	<b>696.85</b>	<b>2917.58</b>	<b>299.46</b>	<b>458.88</b>	<b>160.83</b>	<b>6.61</b>	<b>0.48</b>	<b>37.95</b>	<b>206.87</b>	<b>4.99</b>
<b>ПОЛДНИК</b>															
тпк	Сдоба выборгская	100	7.39	4.98	58.83	309.70	1296.65	26.37	65.16	13.32	0.99	0.09	0.02	19.48	1.31
гост	Молоко топтыжка ультрапаст.	200	5.45	5.63	17.11	140.07	586.45	265.8	156.60	24.36	0.17	0.0	0.0	24.0	8.0
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>300</b>	<b>12.84</b>	<b>10.61</b>	<b>75.94</b>	<b>449.77</b>	<b>1883.10</b>	<b>292.17</b>	<b>221.76</b>	<b>37.68</b>	<b>1.16</b>	<b>0.09</b>	<b>0.02</b>	<b>43.48</b>	<b>9.31</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1590</b>	<b>69.77375</b>	<b>54.53125</b>	<b>296.97625</b>	<b>1956.94125</b>	<b>8193.3216</b>	<b>683.9325</b>	<b>1016.4375</b>	<b>308.97</b>	<b>11.97375</b>	<b>0.84225</b>	<b>62.26</b>	<b>365.355</b>	<b>28.24625</b>
<b>НОРМА</b>			<b>77.00</b>	<b>79.00</b>	<b>335.00</b>	<b>2350.00</b>		<b>1100.00</b>	<b>1100.00</b>	<b>250.00</b>	<b>12.00</b>	<b>1.20</b>	<b>60.00</b>	<b>700.00</b>	<b>1.31</b>
<b>ОТКЛОНЕНИЕ</b>			<b>-7.23</b>	<b>-24.47</b>	<b>-38.02</b>	<b>-393.06</b>	<b>8193.32</b>	<b>-416.07</b>	<b>-83.56</b>	<b>58.97</b>	<b>-0.03</b>	<b>-0.36</b>	<b>2.26</b>	<b>-334.65</b>	

**При составлении меню были использованы следующие нормативные документы:**

1. "Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах" Лапшина В.Т. (ред.) М.: Хлебпродинформ, 2004. — 640 с.
2. "Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников" Могильный М.П. (ред.) Сборник технических нормативов — М.: ДеЛи принт, 2005. — 628 с.
3. "Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях" / Под редакцией Могильного М.П., Тутельяна В.А. 544с, 2017 г.
4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

**Сводная таблица расчета химического состава блюд по дням недели**

День	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценности, ккал	КДж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
	Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
1	65.06	78.86	211.80	1817.18	7608.17	638.49	902.06	227.64	12.89	0.99	168.75	213.86	8.51
2	65.71	70.32	228.44	1822.06	7576.08	781.00	737.41	235.40	16.23	0.54	61.30	523.32	13.15
3	59.25	73.45	270.31	1979.15	8286.29	572.24	851.34	211.51	11.33	0.86	35.26	2153.32	17.07
4	54.86	59.96	230.80	1682.29	7043.42	578.01	1019.28	330.82	11.50	1.24	68.62	714.61	9.27
5	66.93	68.00	251.21	1884.58	7890.35	650.29	841.24	214.86	14.90	0.68	93.48	1098.10	13.58
6	79.26	51.53	278.07	1894.89	6931.98	713.24	1014.66	338.15	15.48	1.15	32.14	144.41	32.87
7	60.11	71.39	271.43	1967.85	8238.99	552.92	957.96	239.36	12.81	1.69	44.59	685.54	29.19
8	79.20	75.72	235.21	1939.13	8118.76	888.58	1152.93	270.09	12.52	0.80	108.62	1442.28	10.76
9	58.37	53.65	277.43	1825.18	7641.67	755.48	743.57	219.36	14.92	0.65	43.09	290.01	15.85
10	70.42	54.04	269.92	1847.67	7738.68	825.02	962.12	195.65	8.97	0.80	24.33	2081.66	9.16
11	78.53	64.99	263.35	1952.96	8176.64	734.15	1033.92	301.50	17.91	1.70	128.87	1118.06	15.41
12	69.77	54.53	296.98	1956.94	8193.32	683.93	1016.44	308.97	11.97	0.84	62.26	365.36	28.25
<b>итого за 12 дней</b>	<b>807.48</b>	<b>776.44</b>	<b>3084.93</b>	<b>22569.89</b>	<b>93444.36</b>	<b>8373.34</b>	<b>11232.92</b>	<b>3093.31</b>	<b>161.43</b>	<b>11.94</b>	<b>871.28</b>	<b>10830.52</b>	<b>203.07</b>
<b>Среднее значение</b>	<b>67.29</b>	<b>64.70</b>	<b>257.08</b>	<b>1880.82</b>	<b>7787.03</b>	<b>697.78</b>	<b>936.08</b>	<b>257.78</b>	<b>13.45</b>	<b>0.99</b>	<b>72.61</b>	<b>902.54</b>	<b>16.92</b>
<b>Суточная потребность</b>	<b>77.00</b>	<b>79.00</b>	<b>335.00</b>	<b>2350.00</b>		<b>1100.00</b>	<b>1100</b>	<b>250.0</b>	<b>12.0</b>	<b>1.20</b>	<b>60.0</b>	<b>700</b>	
<b>% от суточной потребности</b>	<b>87.4</b>	<b>81.9</b>	<b>76.7</b>	<b>80.0</b>		<b>63.4</b>	<b>85.1</b>	<b>103.1</b>	<b>112.1</b>	<b>82.9</b>	<b>121.0</b>	<b>128.9</b>	

1 неделя					
Биточки мясные "Малышок"	Сыр голландский порциями	Котлеты домашние	Биточки рыбные по-домашнему	Фрикадельки куриные в соусе	Плов детский (2вариант)
Каша пшеничная вязкая	Каша молочная рисовая с маслом	Макаронные изделия отварные	Пюре картофельное	Каша гречневая вязкая	Сок фруктовый
Чай с сахаром и лимоном	Компот из смеси сухофруктов	Чай с сахаром	Напиток ягодный	Напиток из шиповника	Хлеб пшеничный
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Конфета
Круассан с джемом (пром.произв.)	Сочни из песочного теста с творогом	Фрукты свежие	Фрукты свежие	Булочка десертная	
Икра овощная порциями (пром.пр.)	Салат "Светафор"	Салат из свежей моркови с чесноком	Салат из свежих овощей	Салат из свежей капусты	Салат витаминный
Пуштыё шьд (суп картофельный со взбитым яйцом)	Суп крестьянский с крупой и сметаной	Суп картофельный с бобовыми (горох)	Суп картофельный с вермишелью	Борщ с капустой и картофелем со смет	Суп пшенный с помидорами
Шницель "Школьный"	Жаркое по-деревенски	Тефтели по-деревенски	Котлета "Загадка"	Битки сельские	Котлета рыбная "Любительская"
Каша гречневая вязкая	#REF!	Рис припущенный	Каша пшеничная вязкая	Макаронные изделия отварные	Бобовые отварные
Напиток из шиповника	Напиток яблочный	Напиток лимонный	Напиток янтарный	Компот из смеси сухофруктов	Компот из кураги
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
Хлеб Дарницкий	Хлеб Дарницкий	Хлеб Дарницкий	Хлеб Дарницкий	Хлеб Дарницкий	Хлеб Дарницкий
2 неделя					
Биточки школьные	Сыр голландский порциями	Котлеты "Сочные"		Битки сельские	Колбаски куриные
Макаронные изделия отварные	Каша молочная "Дружба" с маслом	Пюре картофельное	Запеканка из творога с соусом молочным сладким	Каша пшенная вязкая	Макаронные изделия отварные
Чай с сахаром	Чай с сахаром и лимоном	Компот из смеси сухофруктов	Круассан с джемом (пром.произв.)	Напиток из шиповника	Чай с сахаром
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Напиток яблочный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
Кондитерские изделия	Сосиска в тесте	Фрукты свежие	Хлеб пшеничный		Фрукты свежие
Икра овощная пром.пр.	Салат из сборных овощей	Салат из свежей капусты	Салат из свежей моркови с чесноком	Салат "Овощной квартал"	Салат "Венгерский"
Суп картофельный с бобовыми (горох)	Борщ с капустой и картофелем со смет	Рассольник ленинградский со смет	Щи из свеж. капусты с картофелем со смет	Суп картофельный с вермишелью	Уха ростовская
Котлеты особые	Котлета детская	Птица запеченая	Биточки рыбные "Нежные"	Фрикадельки в соусе	Крупеник со сметаным соусом
Каша пшенная вязкая	Каша гречневая вязкая	Каша пшеничная вязкая	Макаронные изделия отварные	Пюре картофельное	Напиток лимонный
Напиток ягодный	Напиток из шиповника	Напиток янтарный	Напиток плодово-ягодный	Сок фруктовый	Хлеб пшеничный
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб Дарницкий
Хлеб Дарницкий	Хлеб Дарницкий	Хлеб Дарницкий	Хлеб Дарницкий	Хлеб Дарницкий	