

Муниципальное унитарное предприятие
«Школьное питание»

**Циклическое меню на 10 дней для организации питания
детей в летнем лагере 2024 г.**

Утверждаю директор МУП «Школьное питание»
Согласовано директор МОУ СОШ № 1
Согласовано директор МОУ СОШ № 3
Согласовано директор МОУ СОШ № 4
Согласовано директор МОУ СОШ № 5
Согласовано директор МОУ СОШ № 6
Согласовано директор МОУ СОШ гимназия № 8
Согласовано директор МОУ СОШ № 9
Согласовано директор МОУ СОШ № 10
Согласовываю директор МБУ ДО "ДДТ"



И.Ф. Ахметшин

Насырова

Кузнецова

О.Л. Пономарёва

О.Д. Валитова

В. П. Карпов

В.В. Чернышова

О.С. Логинова

А.В. Ефимова

Л.Ю. Репина

Сезон: лето

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет.

День: понедельник.

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценности, ккал	КДж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
ЗАВТРАК															
тк	Фрикадельки в соусе /70/30/	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
510/04	Каша гречневая вязкая	150	4.92	8.88	28.94	215.36	901.67	42.60	35.64	6.29	0.66	0.04	0.00	35.91	0.08
685/04	Чай с сахаром	200	0.18	0.04	20.47	82.96	347.34	0.59	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	0.00	0.00
ГОСТ	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
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		480	36.08	25.16	65.21	631.60	2644.38	229.89	303.24	38.59	5.29	0.14	0.50	66.21	0.49
ОБЕД															
табл	Огурцы свежие порциями	60	0.47	0.06	1.47	8.30	34.75	10.20	18.00	8.40	0.30	0.02	5.88	0.00	0.06
124/04	Щи из свеж. капусты с картофелем со сметаной	200/10	2.31	4.41	10.30	90.13	377.36	39.40	54.60	24.20	0.84	0.06	16.80	352.60	0.21
тк	Птица запеченная	90	13.35	8.50	0.23	130.82	547.72	210.00	215.60	12.00	0.70	0.07	0.80	56.20	0.30
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	0.08
тк	Напиток "Янтарный"	200	0.29	0.04	18.24	74.48	311.83	9.57	18.10	10.88	0.36	0.01	20.90	39.55	0.29
ГОСТ	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	Хлеб дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	0.05	0.00	0.00	0.42	0.50	0.00	14.10	0.17
ИТОГО ЗА ОБЕД:		770	25.60	22.46	87.15	653.14	2734.57	287.87	361.44	65.97	3.61	0.73	44.38	498.66	1.44
ПОЛДНИК															
РКС	Плюшка московская	100	9.27	10.55	64.81	391.27	1638.17	43.10	84.5	15.0	1.06	0.11	0.12	51.83	0.38
ГОСТ	Фрукты свежие	150	0.57	0.53	13.38	60.57	253.59	121.12	14.4	51.8	1.91	0.03	6.00	0.30	0.07
ИТОГО ПОЛДНИК		250	9.84	11.08	78.19	451.84	1891.76	164.22	98.88	66.72	2.97	0.14	6.12	52.13	0.45
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1500.00	71.52	58.70	230.55	1736.58	7270.71	681.98	763.56	171.28	11.87	1.01	51.00	617.00	2.38
НОРМА		1700	77.00	79.00	335.00	2350.00		1100.00	1100	250.0	12.0	1.20	60.0	700	1.31
ОТКЛОНЕНИЕ		-200.00	-5.48	-20.30	-104.45	-613.42	7270.71	-418.02	-336.44	-78.72	-0.13	-0.19	-9.00	-83.00	1.07
% от нормы		88.24	92.88	74.30	68.82	73.90		62.00	69.41	68.51	98.91	84.25	85.00	88.14	181.68

Сезон: лето
 Возрастная категория: 7-11 лет.

Неделя: первая
 День: вторник

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценности, ккал	КДж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
ЗАВТРАК															
119/08	Каша молочная "Дружба" с маслом	200/10	7.24	10.16	42.29	289.56	1212.33	127.80	170.90	44.02	1.04	0.14	0.51	71.48	0.34
686/04	Чай с 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
РШП	Бутерброд с сыром запеченый (батон, сыр, сл.масло)	25/15/5	10.50	15.20	35.80	322.00	1348.15	213.26	26.30	4.20	1.58	0.11	0.16	0.69	0.08
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		605	17.99	25.38	98.80	695.58	2912.25	344.82	198.92	49.16	2.73	0.25	2.11	72.17	0.60
ОБЕД															
табл	Томаты свежие	60	0.66	0.12	2.28	12.84	53.76	8.40	15.60	12.00	0.53	0.04	14.70	79.80	0.02
60/08	Уха со взбитым яйцом	200/25	5.85	2.68	19.56	125.76	526.53	210.14	98.96	25.49	0.87	0.08	5.17	120.54	0.08
тк	Шницель "Школьный"	90	19.20	18.80	10.60	288.40	1207.47	96.75	207.00	29.50	2.79	0.09	0.09	54.50	1.08
520/04	Пюре картофельное	150	4.05	8.85	19.40	173.45	726.20	42.50	112.00	36.20	0.99	0.15	1.98	75.00	0.20
631/04	Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	27.30	111.28	465.91	6.91	3.42	4.09	0.92	0.01	1.60	0.00	0.01
ГОСТ	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	Хлеб дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	0.05	0.00	0.00	0.42	0.50	0.00	14.10	0.17
ИТОГО ЗА ОБЕД:		810	34.18	31.18	107.11	845.78	3541.11	370.75	456.48	111.48	6.85	0.90	23.54	344.24	1.89
ПОЛДНИК															
806/08	Коржик молочный	75	4.83	10.05	97.38	299.29	1253.07	18.69	49.12	8.18	0.65	0.80	0.10	9.77	0.29
ГОСТ	Фрукты свежие	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
ИТОГО ПОЛДНИК		275	7.77	11.03	138.54	484.51	2028.55	34.37	104.00	90.50	1.83	0.88	19.70	9.77	1.09
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1415.00	52.17	56.56	205.91	1541.36	6453.37	715.57	655.40	160.64	9.58	1.15	25.65	416.41	2.49
	НОРМА	1700	77.00	79.00	335.00	2350.00		1100.00	1100	250.0	12.0	1.20	60.0	700	1.31
	ОТКЛОНЕНИЕ	-285.00	-24.83	-22.44	-129.09	-808.64	6453.37	-384.43	-444.60	-89.36	-2.42	-0.05	-34.35	-283.59	1.18
	% от нормы	83.24	67.75	71.59	61.47	65.59		65.05	59.58	64.26	79.83	95.75	42.75	59.49	190.08

Сезон: лето

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет.

День: среда

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценности, ккал	КДж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
ЗАВТРАК															
160/04	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7.53	8.57	63.53	361.37	1512.98	214.90	172.20	27.14	0.46	0.08	1.04	46.62	0.53
158/08	Напиток "Здоровье"	200	0.10	0.10	23.30	94.50	395.65	4.00	0.00	0.40	0.00	0.00	1.50	1.30	0.00
11//04	Горячий бутерброд с колбасой и сыром	30/20/10	7.91	6.22	14.98	147.54	617.72	114.30	111.11	21.30	0.89	0.05	0.28	40.00	0.54
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		510	15.54	14.89	101.81	603.41	2526.36	333.20	283.31	48.84	1.35	0.13	2.82	87.92	1.07
ОБЕД															
табл	Огурцы свежие	60	0.47	0.06	1.47	8.30	34.75	10.20	18.00	8.40	0.30	0.02	5.88	0.00	0.06
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	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
тпк	Котлета куриная с сыром	90	18.55	7.86	12.07	153.19	641.37	151.21	185.31	26.64	2.93	0.01	0.77	3.69	0.08
302/04	Каша пшеничная вязкая	150	3.20	10.20	31.73	231.52	969.33	115.07	2.95	0.22	0.05	0.00	0.00	48.90	0.14
686/04	Сок фруктовый	200	1.00	0.20	20.20	86.60	362.58	14.00	34.00	13.20	2.80	0.02	53.20	0.00	0.20
ГОСТ	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	Хлеб дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	0.05	0.00	0.00	0.42	0.50	0.00	1.41	0.17
ИТОГО ЗА ОБЕД:		770	35.46	24.92	104.74	745.05	3119.37	332.43	367.76	82.06	8.93	0.64	69.95	894.30	1.19
ПОЛДНИК															
РКС	Сдоба Выборгская	100	7.39	4.98	63.28	309.70	1296.65	26.37	65.16	13.32	0.99	0.09	0.02	19.48	0.31
ГОСТ	Йогурт фруктовый	150	6.90	8.60	24.70	203.80	853.27	185.20	163.50	15.00	55.50	0.03	0.00	69.00	0.50
ИТОГО ПОЛДНИК		250	14.29	13.58	87.98	513.50	2149.92	211.57	228.66	28.32	56.49	0.12	0.02	88.48	0.81
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1280.00	51.00	39.81	206.55	1348.46	5645.73	665.63	651.07	130.90	10.28	0.77	72.77	982.22	2.26
НОРМА		1700	77.00	79.00	335.00	2350.00		1100.00	1100	250.0	12.0	1.20	60.0	700	1.31
ОТКЛОНЕНИЕ		-420.00	-26.00	-39.19	-128.45	-1001.54	5645.73	-434.37	-448.93	-119.10	-1.73	-0.43	12.77	282.22	0.95
% от нормы		75.29	66.23	50.39	61.66	57.38		60.51	59.19	52.36	85.63	64.17	121.29	140.32	172.52

Сезон: лето

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет.

День: четверг

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценности, ккал	КДж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
ЗАВТРАК															
302/04	Каша молочная пшенная вязкая с маслом	200/10	16.97	15.98	32.88	343.22	1436.99	222.77	151.70	41.38	1.45	0.19	0.00	14.30	0.33
686/04	Чай с 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
ГОСТ	Кондитерские изделия (круассан)	40	1.30	0.80	18.60	86.80	415.50	2.43	11.10	5.30	0.16	0.02	0.00	3.26	0.01
ГОСТ	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
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		460	20.80	17.04	86.99	584.52	2499.35	234.96	184.02	51.82	2.05	0.24	1.44	17.86	0.85
ОБЕД															
табл	Томаты свежие	60	0.66	0.12	2.28	12.84	53.76	8.40	15.60	12.00	0.53	0.04	14.70	79.80	0.42
132/04	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	11.73	13.57	18.50	117.05	490.06	123.10	97.90	28.80	1.05	0.11	10.70	840.00	0.26
452/04	Биточки особые	90	25.19	12.07	9.30	182.61	764.55	166.46	142.62	21.03	1.53	0.10	0.17	13.58	0.54
510/04	Каша гречневая вязкая	150	4.92	8.88	28.94	215.36	901.67	82.60	35.64	6.29	0.66	0.04	0.00	35.91	0.07
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	0.00
ГОСТ	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	Хлеб дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	0.05	0.00	0.00	0.42	0.50	0.00	14.10	0.17
ИТОГО ЗА ОБЕД:		770	47.40	35.46	113.94	774.52	3242.76	397.70	314.22	75.28	5.09	0.83	105.57	983.69	1.79
ПОЛДНИК															
747/04	Сосиска в тесте	50/50	20.10	20.25	25.08	362.97	1519.68	38.77	187.10	24.30	2.95	0.10	0.00	4.50	1.46
ГОСТ	Фрукты свежие	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	0.50
ИТОГО ПОЛДНИК		250	20.67	20.78	38.46	423.54	1773.28	59.89	201.46	36.05	4.86	0.13	6.00	4.80	1.96
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1230.00	68.20	52.50	200.93	1359.04	5742.11	632.66	498.24	127.10	7.14	1.07	107.01	1001.55	2.64
НОРМА		1700	77.00	79.00	335.00	2350.00		1100.00	1100.00	250.00	12.00	1.20	60.00	700.00	1.31
ОТКЛОНЕНИЕ		-470.00	-8.80	-26.50	-134.07	-990.96	5742.11	-467.34	-601.76	-122.90	-4.86	-0.13	47.01	301.55	1.33
% от нормы		72.35	88.58	66.46	59.98	57.83		57.51	45.29	50.84	59.52	89.15	178.35	143.08	201.83

Сезон: лето

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет.

День: пятница

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценности, ккал	КДЖ	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Са	Р	Mg	Fe	В1	С	А	Е
ЗАВТРАК															
3//04	Бутерброд с сыром (батон, сыр, масло)	20/15/5	7.22	21.91	12.35	275.47	1153.34	220.90	175.50	35.21	0.83	0.06	0.28	41.36	0.36
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
685/04	Чай с сахаром	200	0.18	0.04	20.47	82.96	347.34	0.59	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	0.00	0.00
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		470	12.30	31.78	61.64	581.78	2435.80	340.49	293.80	60.74	1.86	0.10	0.50	89.58	0.46
ОБЕД															
табл	Огурцы свежие	60	0.47	0.06	1.47	51.82	34.75	10.20	18.00	8.40	0.30	0.02	5.88	0.00	0.06
140/04	Суп картофельный с домашней лапшой	200	12.9	12.5	23.6	279.38	1169.71	123.1	177.90	28.80	1.05	0.105	10.7	640	0.26
ТТК	Жаркое из курицы	200	18.80	15.90	92.50	300.18	1391.27	206.75	207.00	109.50	2.79	0.09	0.09	4.50	1.08
РКС	Напиток из сухофруктов	200	0.21	0.01	18.99	247.49	321.92	3.76	1.72	0.94	0.11	0.00	11.44	0.00	0.18
ГОСТ	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.80	11.28	295.09	6.00	19.50	4.20	0.33	0.03	0.00	0.30	0.33
ГОСТ	Хлеб дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	16.77	266.15	0.05	0.00	0.00	0.42	0.50	0.00	14.10	0.17
ИТОГО ЗА ОБЕД:		770	36.64	29.04	164.53	906.92	3478.90	349.86	424.12	151.84	5.00	0.74	28.11	658.90	2.08
ПОЛДНИК															
738/04	Пирожок печеный с яйцом	75	5.07	3.63	61.57	299.23	1252.82	12.02	50.79	9.73	0.63	0.06	0.02	13.83	1.26
ГОСТ	Кондитерские изделия (конфета)	20	1.90	0.96	28.60	130.64	415.50	2.43	11.10	5.30	0.16	0.02	0.00	3.26	0.63
ГОСТ	Фрукты свежие	200	2.94	0.98	41.16	185.22	775.48	15.68	54.88	82.32	1.18	0.08	69.60	0.00	0.80
ИТОГО ПОЛДНИК		295	9.91	5.57	131.33	615.09	2443.79	30.13	116.77	97.35	1.97	0.16	69.62	17.09	2.69
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1240.00	48.94	60.82	226.17	1488.70	5914.69	690.35	717.92	212.58	6.86	0.84	28.61	748.48	2.54
НОРМА		1700	77.00	79.00	335.00	2350.00		1100.00	1100	250.0	12.0	1.20	60.0	700	1.31
ОТКЛОНЕНИЕ		-460.00	-28.06	-18.18	-108.83	-861.30	5914.69	-409.65	-382.08	-37.42	-5.14	-0.36	-31.39	48.48	1.23
% от нормы		72.94	63.56	76.99	67.51	63.35		62.76	65.27	85.03	57.17	70.25	47.68	106.93	193.89

Сезон: лето

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет.

День: понедельник

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценности, ккал	КДж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
ЗАВТРАК															
тк	Макароны с сыром	200	19.36	18.70	36.67	392.42	1642.98	286.10	197.90	18.83	1.04	0.08	0.06	130.50	0.10
685/04	Чай с сахаром	200	0.18	0.04	20.47	82.96	347.34	0.59	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	0.00	0.00
ГОСТ	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 (вафли венские)	40	2.90	1.60	65.30	287.20	1202.45	2.43	11.10	5.30	0.16	0.02	0.00	3.26	0.60
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		470	24.72	20.58	137.24	833.06	3487.86	295.12	228.50	28.33	2.13	0.13	0.06	134.06	1.03
ОБЕД															
табл	Томаты свежие	60	0.66	0.12	2.28	12.84	53.76	8.40	15.60	12.00	0.53	0.04	14.70	79.80	0.42
48/04	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/10	1.97	5.96	10.75	104.52	437.60	127.70	155.32	15.62	0.59	0.05	6.40	435.60	0.26
тк	Биточки "Малышок"	90	17.55	11.10	12.26	219.10	917.33	208.70	166.57	49.87	1.68	0.15	0.98	0.08	0.50
302/04	Каша пшенная вязкая	150	4.44	5.31	24.73	164.47	688.60	16.19	86.78	31.20	1.08	0.14	0.00	29.50	0.17
тк	Напиток ягодный (клубничный или вишневый)	200	1.00	0.20	20.20	86.60	362.58	14.00	14.00	8.00	2.80	0.02	40.60	0.00	0.20
ГОСТ	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	Хлеб дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	0.05	0.00	0.00	0.42	10.50	0.00	14.10	0.17
ИТОГО ЗА ОБЕД:		810	29.88	23.26	98.19	721.58	3021.12	381.04	457.77	120.89	7.43	10.93	62.68	559.38	2.05
ПОЛДНИК															
тк	Булочка с творогом	80	13.78	12.51	28.72	184.59	772.84	234.20	68.87	10.80	0.57	0.05	0.02	5.10	0.49
ГОСТ	Фрукты свежие	150	0.57	1.25	14.06	69.77	292.11	28.08	20.90	15.66	3.00	0.02	3.00	0.00	0.60
ИТОГО ПОЛДНИК		230	14.35	13.76	42.78	254.36	1064.954	262.28	89.77	26.46	3.57	0.07	3.02	5.10	1.09
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1280.00	54.60	43.84	235.43	1554.64	6508.97	676.16	686.27	149.22	9.57	11.06	62.74	693.44	3.08
НОРМА		1700	77.00	79.00	335.00	2350.00		1100.00	1100	250.0	12.00	1.20	60.0	700	1.31
ОТКЛОНЕНИЕ		-420.00	-22.40	-35.16	-99.57	-795.36	6508.97	-423.84	-413.73	-100.78	-2.43	9.86	2.74	-6.56	1.77
% от нормы		75.29	70.91	55.49	70.28	66.15		61.47	62.39	59.69	79.72	921.75	104.57	99.06	235.11

Сезон: лето

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет.

День: вторник

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценности, ккал	КДж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
ЗАВТРАК															
125/04	Каша манная молочная с маслом	200/10	6.97	10.13	33.04	251.21	1051.77	337.05	118.30	19.74	0.48	0.06	0.14	41.16	0.36
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	0.60
6//04	Бутерброд с вареной колбасой (батон, колбаса)	30/30	3.65	9.88	21.58	189.84	794.82	18.96	49.12	8.18	0.65	0.08	0.10	9.77	0.80
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		470	11.26	20.26	81.57	553.66	2318.06	367.10	170.38	30.88	1.70	0.15	80.24	50.93	1.76
ОБЕД															
табл	Огурцы свежие	60	0.47	0.06	1.47	8.30	34.75	10.20	18.00	8.40	0.30	0.02	5.88	0.00	0.06
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	7.98	6.03	11.30	131.39	550.10	135.90	108.00	29.40	2.10	0.06	10.10	640.00	0.21
460/04	Котлета, рубленая из птицы	90	17.50	10.80	13.41	220.84	924.61	81.20	163.70	25.82	1.97	0.07	0.25	28.80	0.09
510/04	Каша гречневая вязкая	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
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
ГОСТ	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	Хлеб дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	0.05	0.00	0.00	0.42	0.50	0.00	14.10	0.17
ИТОГО ЗА ОБЕД:		775	35.32	26.38	106.51	804.74	3369.29	253.22	349.24	76.60	5.90	0.73	21.51	719.11	1.77
ПОЛДНИК															
741/04	Ватрушка с картофелем	100	20.10	20.25	25.08	362.97	1519.68	38.77	187.10	24.30	2.95	0.10	0.00	4.50	0.40
ГОСТ	Фрукты свежие	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
ИТОГО ПОЛДНИК		300	23.04	21.23	66.24	548.19	2295.16	54.45	241.98	106.62	4.13	0.18	19.60	4.50	1.20
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1545.00	69.62	67.87	254.32	1906.59	7982.51	674.77	761.60	214.10	11.73	1.06	121.35	774.54	4.73
	НОРМА	1700	77.00	79.00	335.00	2350.00		1100.00	1100	250.0	12.0	1.20	60.0	700	1.31
	ОТКЛОНЕНИЕ	-155.00	-7.38	-11.13	-80.68	-443.41	7982.51	-425.23	-338.40	-35.90	-0.27	-0.14	61.35	74.54	3.42
	% от нормы	90.88	90.42	85.91	75.92	81.13		61.34	69.24	85.64	97.75	88.42	202.25	110.65	361.07

Сезон: лето

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет.

День: среда

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценности, ккал	КДж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
ЗАВТРАК															
130/04	Каша молочная рисовая с маслом	200/10	4.9	9.83	28.82	223.35	935.12	229.3	118.30	25.53	0.43	0.04	0.22	48.22	0.10
686/04	Чай с лимоном	200	0.25	0.0	20.71	84.0	351.77	3.76	1.72	0.9	0.11	0	1.44	0	0.18
ГОСТ	Круассан с джемом	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
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		590	5.87	19.73	71.11	485.49	2032.65	252.02	169.14	34.65	1.19	0.12	1.76	57.99	5.16
ОБЕД															
табл	Томаты свежие	60	0.66	0.12	2.28	12.84	53.76	8.4	15.60	12.00	0.53	0.036	14.7	79.8	0.42
139/04	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	5.40	4.80	21.60	151.20	633.04	139.40	139.00	38.60	2.80	0.16	7.00	830.00	0.08
тпк	Котлета рыбная "Дружба"	90	12.92	17.71	10.72	253.95	1063.24	183.02	202.35	40.64	0.98	0.18	1.33	15.80	0.11
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	0.80
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
ГОСТ	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	Хлеб дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	0.05	0.00	0.00	0.42	0.50	0.00	1.10	0.17
ИТОГО ЗА ОБЕД:		760	29.16	32.28	111.71	854.00	3575.53	363.52	426.09	109.73	8.52	0.97	27.03	962.91	2.11
ПОЛДНИК															
тпк	"Хот-дог" школьный	100	20.1	20.25	25.08	362.97	1519.68	38.77	187.1	24.3	2.95	0.10	0.00	4.5	1.46
ГОСТ	Фрукты свежие	150	0.57	0.53	13.38	60.57	253.59	21.12	14.4	11.8	1.91	0.03	6.00	0.30	7.5
ИТОГО ПОЛДНИК		250	20.67	20.78	38.46	423.54	1773.28	59.89	201.46	36.05	4.86	0.13	6.00	4.8	8.96
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1350.00	55.70	72.79	221.28	1763.03	7381.45	675.43	796.69	180.43	14.57	1.22	34.79	1025.70	16.23
НОРМА															
	НОРМА	1700	77.00	79.00	335.00	2350.00		1100.00	1100	250.0	12.0	1.20	60.0	700	1.31
ОТКЛОНЕНИЕ															
	ОТКЛОНЕНИЕ	-350.00	-21.30	-6.21	-113.72	-586.97	7381.45	-424.57	-303.31	-69.57	2.57	0.02	-25.21	325.70	14.92
% от нормы															
	% от нормы	79.41	72.34	92.14	66.05	75.02		61.40	72.43	72.17	121.42	101.58	57.98	146.53	1238.93

Сезон: лето

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет.

День: четверг

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценности, ккал	КДж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
ЗАВТРАК															
119/08	Каша молочная "Дружба" с маслом	200/10	7.24	10.16	42.29	289.56	1212.33	127.80	170.9	44.0	1.04	0.14	0.51	71.48	0.34
158/08	Напиток "Здоровье"	200	0.10	0.10	23.30	94.50	395.65	4.00	0.00	0.40	0.00	0.00	1.50	1.30	0.00
3//04	Бутерброд с сыром (батон, сыр, масло)	20/15/5	7.22	21.91	12.35	275.47	1153.34	220.90	175.50	35.21	0.83	0.06	0.28	41.36	0.36
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		450	14.56	32.17	77.94	659.53	2761.32	352.70	346.40	79.63	1.87	0.20	2.29	114.14	0.70
ОБЕД															
табл	Огурцы свежие	60	0.47	0.06	1.47	8.30	34.75	10.20	18.00	8.40	0.30	0.02	5.88	0.00	0.06
124/04	Щи из св. капусты с картофелем со смет.	200/10	2.31	1.758	1.812	25.66	107.44	17.382	10.30	5.65	0.228	0.006	14.844	553.2	0.84
тпк	Плов из филе кури	200	17.60	26.00	53.20	517.20	2165.41	185.60	218.00	52.30	2.20	0.10	2.00	0.40	0.10
тпк	Напиток абрикосовый	200	0.52	0.03	20.10	82.8	346.46	16.45	14.60	10.50	0.37	0.01	0.40	58.30	0.00
ГОСТ	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	Хлеб дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	0.05	0.00	0.00	0.42	10.50	0.00	14.10	0.10
ИТОГО ЗА ОБЕД:		770	25.16	28.42	104.55	767.96	3215.30	235.69	280.40	81.05	3.84	10.66	23.12	626.30	1.43
ПОЛДНИК															
РКС	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
ГОСТ	Фрукты свежие	150	0.57	1.25	14.06	69.77	292.11	28.08	20.90	15.66	3.00	0.02	3.00	0.00	0.60
ИТОГО ПОЛДНИК		250	9.84	11.80	78.87	461.04	1930.28	71.18	105.42	30.63	4.06	0.13	3.12	51.83	1.98
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1220.00	49.56	72.39	261.36	1888.53	7906.91	659.57	732.22	191.31	9.77	10.99	28.53	792.27	4.11
НОРМА		1700	77.00	79.00	335.00	2350.00		1100.00	1100	250.0	12.0	1.20	60.0	700	1.31
ОТКЛОНЕНИЕ		-480.00	-27.44	-6.61	-73.64	-461.47	7906.91	-440.43	-367.78	-58.69	-2.23	9.79	-31.47	92.27	2.80
% от нормы		71.76	64.36	91.63	78.02	80.36		59.96	66.57	76.52	81.44	916.17	47.56	113.18	313.74

Сезон: лето

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет.

День: пятница

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценности, ккал	КДж	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы			Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
ЗАВТРАК															
127/08	Каша молочная пшеничная с маслом	200/10	6.98	2.91	10.57	96.39	403.57	119.90	151.70	39.47	1.08	0.13	0.21	47.50	0.22
685/04	Чай с сахаром	200	0.18	0.04	20.47	82.96	347.34	0.59	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	0.00	0.00
ГОСТ	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 (вафли, печенье)	40	1.30	0.80	18.60	86.80	363.41	2.43	11.10	5.30	0.16	0.02	0.00	3.26	0.30
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		580	10.74	3.99	64.44	336.63	1409.40	128.92	182.30	48.97	2.17	0.18	0.21	51.06	0.85
ОБЕД															
табл	Томаты свежие	60	0.66	0.12	2.28	12.84	53.76	8.40	15.60	12.00	0.53	0.04	14.70	79.80	0.42
109/удм.	Пуштые шyd (суп картофельный со взбитым яйцом)	200	2.84	2.88	15.87	100.76	421.86	126.36	145.30	18.96	2.30	0.01	0.20	504.30	0.02
тк	Котлеты "Уральские"	90	14.50	7.30	10.40	165.30	692.08	196.75	207.00	29.50	2.79	0.09	0.09	54.50	0.08
520/04	Пюре картофельное	150	4.05	8.85	19.40	173.45	726.20	42.50	112.00	36.20	0.99	0.15	21.00	75.00	0.40
631/04	Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	27.30	111.28	465.91	6.91	3.42	4.09	0.92	0.01	1.60	0.00	0.01
ГОСТ	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	Хлеб дарницкий	30	1.98	0.33	13.17	63.57	266.15	0.05	0.00	0.00	0.42	0.50	0.00	14.10	0.17
ИТОГО ЗА ОБЕД:		770	26.47	19.88	103.22	697.68	2921.05	386.97	502.82	104.95	8.28	0.83	37.59	728.00	1.43
ПОЛДНИК															
758/04	Пирожок печенные с капустой и мясом	75	9.06	15.90	35.30	320.54	1342.04	50.10	96.30	11.10	0.75	0.05	0.03	56.60	0.89
ГОСТ	Йогурт фруктовый	150	6.90	8.60	24.70	203.80	853.27	252.30	163.50	15.00	55.50	0.03	0.00	69.00	0.50
ИТОГО ПОЛДНИК		225	15.96	24.50	60.00	524.34	2195.31	302.4	259.80	26.10	56.25	0.08	0.03	125.6	1.39
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1350.00	53.17	48.37	227.66	1558.65	6525.76	818.29	944.92	180.02	66.70	1.09	37.83	904.66	3.67
НОРМА		1700	77.00	79.00	335.00	2350.00		1100.00	1100	250.0	12.0	1.20	60.0	700	1.31
ОТКЛОНЕНИЕ		-350.00	-23.83	-30.63	-107.34	-791.35	6525.76	-281.71	-155.08	-69.98	54.70	-0.11	-22.17	204.66	2.36
от нормы %		79.41	69.05	61.23	67.96	66.33		74.39	85.90	72.01	555.85	91.00	63.05	129.24	280.15