



СОГЛАСОВАНО:  
Муниципальное  
Общественное  
образовательное  
учреждение  
«Средняя  
общеобразовательная  
школа №1»

2024 г



УТВЕРЖДАЮ:  
Генеральный директор  
ООО «Академия питания»  
В.Ю.Лыкова

2024 г

# ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ РАЦИОНОВ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ЗАВТРАК, ОБЕД)

ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ 1-4, 5-11 КЛАССОВ  
МУНИЦИПАЛЬНЫХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ ГОРОДА ПОКАЧИ  
(НА ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД)

День: 1 понедельник  
Неделя: первая  
Сезон: осенне-зимний  
для обучающихся 1-4 классов (возраст 7-11 лет)

Льготная категория

1 вариант

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
ттк453	Каша молочная рисовая с маслом сл.	205	5,56	7,77	32,86	223,6	163,2	147,0	155,0	32,20	0,45	8,50	7,26	39,7	0,07	0,14	1,56	44,00	0,65
ттк243	Бутерброд(батон) с колбасой п/к и сыром твердых сортов	75	8,48	9,10	27,89	153,30	195,00	180,75	25,25	133,3	0,50	1,10	4,90	4,80	0,04	0,07	0,14	52,00	0,19
тк37	Какао с витаминами "Витошка"	200	3,77	2,50	26,00	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50
таб.9 Скюрихин	Фрукты свежие( мандарины)	100	0,70	0,10	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,00	0,04	0,03	35,00	0,00	0,20
	<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>18,51</b>	<b>19,47</b>	<b>94,25</b>	<b>566,18</b>	<b>659,18</b>	<b>578,75</b>	<b>205,25</b>	<b>185,65</b>	<b>2,05</b>	<b>10,80</b>	<b>14,26</b>	<b>214,5</b>	<b>0,45</b>	<b>0,39</b>	<b>51,70</b>	<b>226,00</b>	<b>3,54</b>
<b>Обед</b>																			
ттк 174	Салат из свеклы с яблоками	60	0,80	3,10	7,50	61,00	125,70	21,00	12,00	22,00	1,10	2,30	0,25	7,20	0,01	0,01	5,00	0,00	0,00
ттк1	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, сметаной и зеленью	250/15/10	2,98	4,30	12,00	134,00	332,10	48,50	49,60	57,65	1,13	4,42	0,24	23,30	0,07	0,01	22,00	0,21	0,65
ттк115	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски с соусом томатным	90/50	10,80	11,10	8,00	176,00	259,00	140,00	22,00	340,00	2,00	5,30	2,70	37,50	0,12	0,12	4,00	0,02	0,20
тк302	Каша пшеничная вязкая	150	7,60	5,61	37,33	230,15	226,25	13,20	180,30	420,00	4,03	1,90	3,54	0,20	0,26	0,02	0,00	20,00	0,01
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	1,00	0,00	19,20	80,80	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>825</b>	<b>27,31</b>	<b>24,66</b>	<b>107,50</b>	<b>797,30</b>	<b>1024,9</b>	<b>250,20</b>	<b>337,90</b>	<b>870,90</b>	<b>12,14</b>	<b>17,82</b>	<b>9,83</b>	<b>82,20</b>	<b>0,56</b>	<b>0,19</b>	<b>35,00</b>	<b>20,23</b>	<b>0,86</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>45,82</b>	<b>44,13</b>	<b>201,75</b>	<b>1363,48</b>	<b>1684,0</b>	<b>828,95</b>	<b>543,15</b>	<b>1056,6</b>	<b>14,19</b>	<b>28,62</b>	<b>24,09</b>	<b>296,7</b>	<b>1,01</b>	<b>0,58</b>	<b>86,70</b>	<b>246,2</b>	<b>4,4</b>

для обучающихся 5-11 классов(возраст старше 12 лет)

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
ттк453	Каша молочная рисовая с маслом сл.	205	5,56	7,77	32,86	223,6	163,2	147,0	155,0	32,20	0,45	8,50	7,26	39,7	0,07	0,14	1,56	44,00	0,65
ттк243	Бутерброд(батон) с колбасой п/к и сыром твердых сортов	75	8,48	9,10	27,89	153,30	195,00	180,75	25,25	133,3	0,50	1,10	4,90	4,80	0,04	0,07	0,14	52,00	0,19
тк37	Какао с витаминами "Витошка"	200	3,77	2,50	26,00	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50
таб.9 Скюрихин	Фрукты свежие( мандарины)	100	0,70	0,10	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,00	0,04	0,03	35,00	0,00	0,20
	<b>Итого:</b>	<b>590</b>	<b>18,51</b>	<b>19,47</b>	<b>94,25</b>	<b>566,18</b>	<b>659,18</b>	<b>578,75</b>	<b>205,25</b>	<b>185,65</b>	<b>2,05</b>	<b>10,80</b>	<b>14,26</b>	<b>214,5</b>	<b>0,45</b>	<b>0,39</b>	<b>51,70</b>	<b>226,00</b>	<b>3,54</b>
<b>Обед</b>																			
ттк 174	Салат из свеклы с яблоками	100	1,30	5,16	12,50	101,60	209,50	35,00	20,00	36,70	1,80	3,83	0,41	12,00	0,02	0,01	8,30	0,00	0,00
ттк1	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, сметаной и зеленью	250/15/10	2,98	4,30	12,00	134,00	332,10	48,50	49,60	57,65	1,13	4,42	0,24	23,30	0,07	0,01	22,00	0,21	0,65
ттк115	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски с соусом томатным	100/50	12,25	13,00	9,50	195,00	195,00	170,50	27,50	425,00	2,50	5,90	3,00	41,70	0,15	0,01	5,00	0,03	0,01
тк302	Каша пшеничная вязкая	180	7,12	6,73	46,79	276,18	271,50	15,84	216,36	504,00	4,84	2,28	4,25	17,54	0,31	0,02	0,00	24,00	0,01
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	1,00	0,00	19,20	80,80	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>905</b>	<b>28,78</b>	<b>29,74</b>	<b>123,47</b>	<b>902,93</b>	<b>891,8</b>	<b>580,94</b>	<b>387,46</b>	<b>1054,60</b>	<b>14,14</b>	<b>20,33</b>	<b>11,00</b>	<b>108,5</b>	<b>0,65</b>	<b>0,08</b>	<b>39,30</b>	<b>24,24</b>	<b>0,67</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>47,29</b>	<b>49,21</b>	<b>217,71</b>	<b>1469,11</b>	<b>1551,0</b>	<b>1159,7</b>	<b>592,71</b>	<b>1240,3</b>	<b>16,19</b>	<b>31,13</b>	<b>25,26</b>	<b>323,0</b>	<b>1,10</b>	<b>0,47</b>	<b>91,00</b>	<b>250,24</b>	<b>4,21</b>

День: 2 вторник

Льготная категория

1 вариант

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
скур.т8	Овощи свежие (помидор) порционно	60	0,55	0,10	3,80	12,00	145,00	5,50	10,50	3,50	0,15	0,40	0,20	10,00	0,04	0,02	15,00	0,00	0,00
тгк151	Рагу из говядины	200	19,24	20,68	40,50	416,88	670,00	30,09	58,00	298,0	4,30	6,34	0,24	55,44	0,20	0,12	22,00	1,80	0,00
тгк459	Напиток "Здоровье"(чай с шиповн.)	200	0,40	0,10	22,00	77,00	8,00	10,00	6,00	9,00	1,10	0,05	0,04	0,52	0,01	0,002	70,00	7,50	0,00
тгк239	Хлеб северный (с ламин)	40	1,16	0,23	16,40	65,60	23,00	7,25	37,50	11,75	0,95	0,50	1,50	3,63	0,04	0,01	0,00	0,00	0,35
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>21,35</b>	<b>21,11</b>	<b>82,70</b>	<b>571,48</b>	<b>846,00</b>	<b>52,84</b>	<b>112,00</b>	<b>322,25</b>	<b>6,50</b>	<b>7,29</b>	<b>1,98</b>	<b>69,59</b>	<b>0,29</b>	<b>0,15</b>	<b>107,00</b>	<b>9,30</b>	<b>0,35</b>
<b>Обед</b>																			
тгк185	Салат "Нежность"	60	2,28	4,86	9,50	70,80	73,90	19,20	19,80	33,60	0,60	3,26	4,11	15,48	0,03	0,06	3,00	0,91	0,31
тгк256	Уха деликатесная с горбушей(рыба)	250/30	7,34	2,72	23,21	119,70	227,11	226,98	177,19	241,72	1,37	14,60	12,60	122,7	0,24	0,06	22,29	26,20	0,00
тк183	Пельмени "Домашние "отварные с маслом и сметаной	185/10/20	12,50	15,60	43,00	436,00	195,00	31,48	22,00	169,00	1,97	4,67	2,70	45,00	0,31	0,13	2,07	119,00	0,65
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк14	Компот из яблок	200	0,20	0,20	17,90	105,00	57,50	7,00	4,00	4,00	1,00	0,44	0,07	0,14	0,01	0,00	2,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>805</b>	<b>26,45</b>	<b>23,93</b>	<b>117,08</b>	<b>846,85</b>	<b>635,3</b>	<b>298,16</b>	<b>288,99</b>	<b>465,57</b>	<b>6,02</b>	<b>26,87</b>	<b>22,58</b>	<b>197,3</b>	<b>0,67</b>	<b>0,28</b>	<b>29,36</b>	<b>146,11</b>	<b>0,96</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>47,8</b>	<b>45,04</b>	<b>199,78</b>	<b>1418,33</b>	<b>1481,3</b>	<b>351,00</b>	<b>400,99</b>	<b>787,82</b>	<b>12,52</b>	<b>34,16</b>	<b>24,56</b>	<b>266,9</b>	<b>0,96</b>	<b>0,44</b>	<b>136,36</b>	<b>155,41</b>	<b>1,31</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
таб.8	Овощи свежие (помидор) порционно	100	1,10	0,20	8,00	26,00	241,60	18,90	21,70	27,90	0,90	0,70	0,33	16,70	0,06	0,03	28,00	0,00	0,00
тгк151	Рагу из говядины	225	21,00	22,30	45,56	475,00	670,00	30,09	58,00	298,0	4,30	6,34	0,24	55,44	0,20	0,12	22,00	1,80	0,00
тгк459	Напиток "Здоровье"(чай с шиповн.)	200	0,40	0,10	22,00	77,00	8,00	10,00	6,00	9,00	1,10	0,05	0,04	0,52	0,01	0,002	70,00	7,50	0,00
тгк239	Хлеб северный (с ламин)	40	1,16	0,23	16,40	65,60	23,00	7,25	37,50	11,75	0,95	0,50	1,50	3,63	0,04	0,01	0,00	0,00	0,35
	<b>Итого:</b>	<b>567</b>	<b>23,66</b>	<b>22,83</b>	<b>91,96</b>	<b>643,60</b>	<b>942,60</b>	<b>66,24</b>	<b>123,20</b>	<b>346,65</b>	<b>7,25</b>	<b>7,59</b>	<b>2,11</b>	<b>76,29</b>	<b>0,31</b>	<b>0,16</b>	<b>120,00</b>	<b>9,30</b>	<b>0,35</b>
<b>Обед</b>																			
тгк185	Салат "Нежность"	100	3,80	8,10	17,00	118,00	118,00	19,20	19,80	33,60	0,60	5,43	6,85	25,80	0,04	0,10	5,00	1,51	0,52
тгк256	Уха деликатесная с горбушей(рыба)	250/30	7,34	2,72	23,21	159,70	227,11	226,98	177,19	241,72	1,37	14,60	12,60	122,7	0,24	0,06	22,29	26,20	0,00
тк183	Пельмени "Домашние "отварные с маслом и сметаной	200/10/20	13,50	17,60	45,00	465,00	195,00	31,48	22,00	169,00	1,97	4,67	2,70	45,00	0,31	0,13	2,07	119,00	0,65
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк14	Компот из яблок	200	0,20	0,20	17,90	105,00	57,50	7,00	4,00	4,00	1,00	0,44	0,07	0,14	0,01	0,00	2,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>910</b>	<b>28,97</b>	<b>29,17</b>	<b>126,58</b>	<b>963,05</b>	<b>679,4</b>	<b>298,16</b>	<b>288,99</b>	<b>465,57</b>	<b>6,02</b>	<b>29,04</b>	<b>25,32</b>	<b>207,6</b>	<b>0,68</b>	<b>0,32</b>	<b>31,36</b>	<b>146,71</b>	<b>1,17</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>52,63</b>	<b>52,00</b>	<b>218,54</b>	<b>1606,6</b>	<b>1622,0</b>	<b>364,40</b>	<b>412,19</b>	<b>812,2</b>	<b>13,27</b>	<b>36,63</b>	<b>27,43</b>	<b>283,9</b>	<b>0,99</b>	<b>0,49</b>	<b>151,36</b>	<b>156,01</b>	<b>1,52</b>

День: 3 среда

Льготная категория

1 вариант

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se,	F,	В1	В2	С	А,мкг	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
таб.8 Скур.т8	Овощи свежие (огурец) порционно	60	0,55	0,10	3,80	8,00	98,00	6,90	7,20	4,20	0,18	0,10	0,10	5,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00
тгк204	Рыба(горбуша)запеченая с сыром	100	13,20	13,70	11,58	225,00	278,00	177,20	34,00	266,0	0,65	44,00	39,00	378,0	0,18	0,12	0,83	18,00	0,01
тгк70	Каша рисовая рассып. с овощами на масле сл.	150	3,59	4,57	33,63	198,15	41,00	10,00	26,00	70,00	0,80	0,61	6,60	22,00	0,04	0,02	1,00	0,00	0,06
тгк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55
тк27	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	10,64	45,00	10,80	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	0,02	0,70	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00
таб.9	Фрукты свежие(яблоко)	130	0,20	0,20	9,50	71,00	278,00	85,00	32,50	57,50	0,01	5,00	1,25	42,50	0,10	0,08	60,00	16,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>665</b>	<b>19,82</b>	<b>18,77</b>	<b>81,35</b>	<b>605,65</b>	<b>729,1</b>	<b>297,10</b>	<b>109,70</b>	<b>412,70</b>	<b>2,92</b>	<b>50,51</b>	<b>48,47</b>	<b>451,8</b>	<b>5,33</b>	<b>0,23</b>	<b>67,33</b>	<b>34,00</b>	<b>0,62</b>
<b>Обед</b>																			
тгк317	Салат "Мозайка"	60	1,00	6,12	12,50	94,00	108,00	33,00	10,00	95,00	1,00	6,90	11,00	22,0	0,03	0,15	3,00	0,10	0,90
тгк 199	Юшка гороховая с копченостями	250	8,92	10,94	25,00	185,00	413,00	240,95	138,76	147,10	2,90	4,00	2,43	27,40	0,33	0,06	12,00	0,00	0,00
тгк121/1	Печень по-строгановски	100	10,40	9,60	5,90	153,00	158,67	14,00	15,00	431,00	5,00	4,40	22,74	133,1	0,19	1,15	13,00	5,58	0,00
тк5	Макаронные изделия отварные	150	2,50	4,80	33,30	191,00	102,00	11,00	7,00	36,00	0,80	1,32	0,00	20,24	0,06	0,03	0,00	0,03	0,06
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тгк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	1,00	0,00	19,20	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
тгк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	2,90	3,50	15,30	88,00	129,00	235,00	30,00	196,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,24	0,20	0,70	22,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>925</b>	<b>30,85</b>	<b>35,51</b>	<b>134,68</b>	<b>907,15</b>	<b>1292</b>	<b>561</b>	<b>275</b>	<b>936</b>	<b>14</b>	<b>21</b>	<b>39</b>	<b>217</b>	<b>1,0</b>	<b>1,6</b>	<b>32,7</b>	<b>27,7</b>	<b>0,96</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>50,67</b>	<b>54,28</b>	<b>216,03</b>	<b>1512,80</b>	<b>2021,6</b>	<b>858,55</b>	<b>384,46</b>	<b>1349,1</b>	<b>16,60</b>	<b>71,0</b>	<b>87,74</b>	<b>668,5</b>	<b>6,28</b>	<b>1,84</b>	<b>100,03</b>	<b>61,71</b>	<b>1,58</b>	

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se,	F,	В1	В2	С	А,мкг	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
скур.т8	Овощи свежие (огурец) порционно	100	2,06	0,10	6,30	12,00	141,00	21,90	10,50	21,00	0,54	3,00	0,30	17,00	0,03	0,04	10,00	10,00	0,00
тгк204	Рыба(горбуша)запеченая с сыром	100	13,20	13,70	11,58	225,00	278,00	177,20	34,00	266,0	0,65	44,00	39,00	378,0	0,18	0,12	0,83	18,00	0,01
тгк70	Каша рисовая рассып. с овощами на масле сл.	180	4,09	6,57	43,63	240,00	49,20	10,00	26,00	70,00	0,02	2,42	7,44	44,16	0,90	0,04	2,00	1,50	0,00
тгк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55
тк27	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	9,50	40,00	10,80	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	0,02	0,70	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00
таб.9	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,20	0,20	9,50	71,00	278,00	85,00	32,50	57,50	0,01	5,00	1,25	42,50	0,10	0,08	60,00	16,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>705</b>	<b>21,83</b>	<b>20,77</b>	<b>92,71</b>	<b>646,50</b>	<b>780,3</b>	<b>312,10</b>	<b>113,00</b>	<b>429,50</b>	<b>2,50</b>	<b>55,22</b>	<b>49,51</b>	<b>486,0</b>	<b>6,21</b>	<b>0,28</b>	<b>76,83</b>	<b>45,50</b>	<b>0,56</b>
<b>Обед</b>																			
тгк317	Салат "Мозайка"	100	1,50	9,20	15,50	167,00	128,00	43,00	13,00	106,00	1,30	10,80	13,00	24,2	0,04	0,17	4,00	0,11	1,10
тгк 199	Юшка гороховая с копченостями	250	8,92	10,94	25,00	185,00	413,00	240,95	138,76	147,10	2,90	4,00	2,43	27,40	0,33	0,06	12,00	0,00	0,00
тгк121/1	Печень по-строгановски	100	10,40	9,60	5,90	153,00	158,67	14,00	15,00	431,00	5,00	4,40	22,74	133,1	0,19	1,15	13,00	5,58	0,00
тк5	Макаронные изделия отварные	180	3,60	5,76	37,56	229,20	61,20	13,20	8,40	43,20	0,96	0,73	0,00	12,10	0,07	0,10	0,02	0,00	0,03
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тгк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
тгк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	2,90	3,50	15,30	88,00	129,00	235,00	30,00	196,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,24	0,20	0,70	22,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>995</b>	<b>31,45</b>	<b>39,55</b>	<b>141,94</b>	<b>1018,35</b>	<b>1271,7</b>	<b>573,65</b>	<b>279,16</b>	<b>954,55</b>	<b>14,14</b>	<b>23,8</b>	<b>41,27</b>	<b>210,8</b>	<b>0,97</b>	<b>1,71</b>	<b>33,72</b>	<b>27,69</b>	<b>1,13</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>53,28</b>	<b>60,32</b>	<b>234,65</b>	<b>1664,85</b>	<b>2052</b>	<b>886</b>	<b>392</b>	<b>1384</b>	<b>17</b>	<b>79</b>	<b>91</b>	<b>697</b>	<b>7,2</b>	<b>2,0</b>	<b>110,6</b>	<b>73,2</b>	<b>2</b>	

День: 4 четверг

Льготная категория

1 вариант

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
таб.8 Скурихин	Икра кабачковая (пром.)	60	0,72	2,82	4,62	46,80	197,00	11,50	21,00	7,00	0,30	0,02	0,18	3,80	0,02	0,02	5,00	3,00	0,00
тк117	Котлета рубленая из птицы(филе)	90	11,12	10,20	19,25	145,50	158,00	20,50	5,1	25,60	0,24	5,00	20,00	114,0	0,08	0,19	2,66	43,00	0,03
тк90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	150	4,59	6,92	25,88	214,00	165,00	23,00	126,0	211,0	3,40	1,45	2,50	10,12	0,20	0,08	1,00	0,60	0,00
тк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	30	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тк136	Напиток кофейный с молоком	200	1,50	1,30	22,40	107,00	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие( мандарины)	100	0,70	0,10	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,00	0,04	0,03	35,00	0,00	0,20
	<b>Итого:</b>	<b>630</b>	<b>20,03</b>	<b>21,62</b>	<b>89,9</b>	<b>602,8</b>	<b>921</b>	<b>253,25</b>	<b>207,55</b>	<b>417,35</b>	<b>5,99</b>	<b>17,17</b>	<b>26,58</b>	<b>305,9</b>	<b>0,4</b>	<b>0,554</b>	<b>44,66</b>	<b>70,4</b>	<b>0,23</b>
<b>Обед</b>																			
тк207	Салат из зеленого горошка со свежей зеленью	60	1,50	3,12	10,79	43,00	50,00	10,20	8,40	15,00	0,25	0,01	0,00	0,00	0,06	0,02	5,00	0,00	0,00
тк7	Борщ с капустой и картофелем с мясом и сметаной	250/15/10	7,07	7,82	15,10	150,00	144,00	56,50	29,65	85,60	1,43	0,80	0,01	4,81	0,06	0,02	11,00	0,22	0,00
тк142	Сосиска отварная молочная	100	11,40	18,20	20,00	266,00	200,00	36,00	20,00	162,00	2,00	0,00	0,00	0,0	0,10	0,09	0,00	0,00	0,00
тк35	Картофельное пюре	150	2,54	5,44	20,30	132,00	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк111	Компот из ягодной смеси	200	0,10	0,10	14,90	103,00	96,60	4,00	4,00	3,00	0,00	0,90	7,90	0,90	0,01	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>950</b>	<b>26,74</b>	<b>35,23</b>	<b>104,57</b>	<b>809,35</b>	<b>1043,4</b>	<b>167,20</b>	<b>157,05</b>	<b>367,85</b>	<b>5,86</b>	<b>10,01</b>	<b>11,25</b>	<b>46,1</b>	<b>0,45</b>	<b>0,22</b>	<b>25,00</b>	<b>2,02</b>	<b>0,06</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>46,77</b>	<b>56,85</b>	<b>194,47</b>	<b>1412,15</b>	<b>1964,4</b>	<b>420,5</b>	<b>364,60</b>	<b>785,2</b>	<b>11,85</b>	<b>27,18</b>	<b>37,83</b>	<b>352,0</b>	<b>0,85</b>	<b>0,77</b>	<b>69,66</b>	<b>72,4</b>	<b>0,3</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
скур.т8	Икра кабачковая (пром.)	100	1,20	4,70	7,70	78,00	328,00	19,20	35,00	11,70	0,40	0,03	0,30	6,30	0,03	0,03	8,30	4,00	0,00
тк117	Котлета рубленая из птицы(филе)	100	13,00	12,00	20,00	180,00	175,60	22,70	5,6	28,40	0,30	4,00	9,50	97,3	0,08	0,12	2,41	54,40	0,00
тк90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	180	2,67	3,53	31,06	237,49	198,00	24,06	151,0	253,0	4,00	1,74	3,00	12,00	0,30	0,09	2,00	0,80	0,00
тк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	30	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тк136	Напиток кофейный с молоком	200	1,50	1,30	22,40	107,00	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие( мандарины)	100	0,70	0,10	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,00	0,04	0,03	38,00	5,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>710</b>	<b>20,47</b>	<b>21,91</b>	<b>98,91</b>	<b>691,99</b>	<b>1102,6</b>	<b>264,21</b>	<b>247,10</b>	<b>466,85</b>	<b>6,75</b>	<b>16,47</b>	<b>16,70</b>	<b>293,6</b>	<b>0,51</b>	<b>0,50</b>	<b>51,71</b>	<b>88,0</b>	<b>0,0</b>
<b>Обед</b>																			
тк207	Салат из зеленого горошка со свежей зеленью	100	5,74	4,57	17,98	93,58	99,00	10,20	8,40	15,00	0,25	0,01	0,01	0,00	0,11	0,05	10,00	0,00	0,00
тк7	Борщ с капустой и картофелем с мясом и сметаной	250/15/10	7,07	7,82	15,10	150,00	144,00	56,50	29,65	85,60	1,43	0,80	0,01	4,81	0,06	0,02	11,00	0,22	0,00
тк142	Сосиска отварная молочная	100	11,40	18,20	20,00	266,00	200,00	36,00	20,00	162,00	2,00	0,00	0,00	0,0	0,10	0,09	0,00	0,00	0,00
тк35	Картофельное пюре	180	3,78	8,10	26,28	196,20	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк111	Компот из ягодной смеси	200	0,10	0,10	19,90	103,00	96,60	4,00	4,00	3,00	0,00	0,90	7,90	0,90	0,01	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>905</b>	<b>32,22</b>	<b>39,34</b>	<b>122,74</b>	<b>924,13</b>	<b>1092,4</b>	<b>167,20</b>	<b>157,05</b>	<b>367,85</b>	<b>5,86</b>	<b>10,01</b>	<b>11,26</b>	<b>46,1</b>	<b>0,50</b>	<b>0,25</b>	<b>30,00</b>	<b>2,02</b>	<b>0,06</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>52,69</b>	<b>61,25</b>	<b>221,65</b>	<b>1616,12</b>	<b>2195,0</b>	<b>431,4</b>	<b>404,15</b>	<b>834,7</b>	<b>12,61</b>	<b>26,48</b>	<b>27,96</b>	<b>339,7</b>	<b>1,01</b>	<b>0,75</b>	<b>81,71</b>	<b>90,02</b>	<b>0,06</b>

День: 5 пятница

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

Льготная категория

1 вариант

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se,	F,	B1	B2	C	A,мкг	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
ттк265	Каша пшеничная молочная с маслом сл.	205	3,56	8,60	32,86	223,60	146,00	147,00	155,0	32,20	0,45	9,00	2,00	20,00	0,07	0,15	1,56	22,00	0,06
ттк243	Батон столовый	30	1,88	0,20	12,85	60,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
ттк 3	Запеканка творожная со сгущенным молоком	110	12,90	9,70	18,50	178,10	92,00	37,10	5,20	34,9	0,18	7,92	26,00	28,00	0,02	0,20	0,12	19,80	0,01
тк10	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,00	41,00	0,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие(яблоко)	130	0,50	0,50	11,00	55,90	278,00	43,18	11,00	17,0	0,10	1,76	0,26	7,04	0,04	0,02	35,00	3,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>675</b>	<b>19,04</b>	<b>19,00</b>	<b>85,21</b>	<b>559,30</b>	<b>682,0</b>	<b>237,03</b>	<b>191,45</b>	<b>95,35</b>	<b>2,03</b>	<b>19,78</b>	<b>30,26</b>	<b>59,84</b>	<b>0,16</b>	<b>0,38</b>	<b>36,68</b>	<b>44,80</b>	<b>0,07</b>
<b>Обед</b>																			
ттк171	Салат из свеклы с сыром	60	3,39	6,22	3,92	94,24	128,30	129,96	70,61	130,87	0,66	4,00	1,51	8,80	0,01	0,04	4,32	18,90	0,08
тк28	Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью	250/25/2	6,58	7,70	28,00	158,70	87,20	28,75	44,75	35,00	0,95	4,80	8,00	42,00	0,05	0,09	1,00	5,21	0,40
ттк248	Мясо духовое(говядина с картофелем)	200	17,67	17,40	21,88	265,00	670,00	146,82	229,54	260,14	2,47	6,34	0,24	55,44	0,20	0,12	23,32	36,00	0,01
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
ттк434	Кисель "Витошка"	200	0,20	0,00	24,23	95,00	15,20	60,00	20,00	3,00	2,30	0,00	0,00	0,00	0,30	0,34	20,00	130,00	1,68
скурихин	Кондитерские изделия(вафли)	25	0,90	1,25	15,50	84,00	115,00	88,00	17,00	80,00	0,40	0,00	0,00	0,00	0,02	0,11	41,34	0,10	41,34
	<b>Итого:</b>	<b>837</b>	<b>32,87</b>	<b>33,12</b>	<b>117,01</b>	<b>812,3</b>	<b>1097,5</b>	<b>467,03</b>	<b>447,90</b>	<b>526,26</b>	<b>7,86</b>	<b>19,04</b>	<b>12,85</b>	<b>120,2</b>	<b>0,66</b>	<b>0,73</b>	<b>89,98</b>	<b>190,21</b>	<b>43,5</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>51,91</b>	<b>52,12</b>	<b>202,22</b>	<b>1371,6</b>	<b>1779,5</b>	<b>704,06</b>	<b>639,35</b>	<b>621,61</b>	<b>9,89</b>	<b>38,82</b>	<b>43,11</b>	<b>180,1</b>	<b>0,82</b>	<b>1,11</b>	<b>126,66</b>	<b>235,01</b>	<b>43,6</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se,	F,	B1	B2	C	A,мкг	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
ттк265	Каша пшеничная молочная с маслом сл.	205	3,56	8,60	32,86	223,60	146,00	147,00	155,0	32,20	0,45	9,00	2,00	20,00	0,07	0,15	1,56	22,00	0,06
ттк243	Батон столовый	40	2,10	0,30	15,00	83,00	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
ттк 3	Запеканка творожная со сгущенным молоком	110	12,90	9,70	18,50	178,10	92,00	37,10	5,20	34,9	0,18	7,92	26,00	28,00	0,02	0,20	0,12	19,80	0,01
тк10	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,00	41,00	0,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
т.9 Скур	Фрукты свежие(яблоко)	130	0,50	0,50	11,00	65,00	278,00	30,00	13,50	30,0	0,75	3,00	0,45	12,00	0,05	0,03	15,00	7,50	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>695</b>	<b>19,26</b>	<b>19,10</b>	<b>87,36</b>	<b>590,70</b>	<b>682,00</b>	<b>223,85</b>	<b>193,95</b>	<b>108,35</b>	<b>2,68</b>	<b>21,02</b>	<b>30,45</b>	<b>64,80</b>	<b>0,17</b>	<b>0,39</b>	<b>16,68</b>	<b>49,30</b>	<b>0,07</b>
<b>Обед</b>																			
ттк171	Салат из свеклы с сыром	100	5,65	9,36	6,53	127,00	213,80	216,60	117,69	218,12	1,10	6,70	2,52	14,70	0,02	0,00	7,21	31,50	0,02
тк28	Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью	250/25/2	6,58	7,70	28,00	158,70	87,20	28,75	44,75	35,00	0,95	4,80	8,00	42,00	0,05	0,09	1,00	5,21	0,40
ттк248	Мясо духовое(говядина с картофелем)	225	18,03	18,40	24,79	444,38	759,00	146,82	229,54	260,14	2,47	7,18	0,27	62,80	0,30	0,15	23,32	36,00	0,01
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
ттк434	Кисель "Витошка"	200	0,20	0,00	24,23	95,00	15,20	60,00	20,00	3,00	2,30	0,00	0,00	0,00	0,30	0,34	20,00	130,00	1,68
скурихин	Кондитерские изделия(вафли)	25	1,88	2,50	18,50	104,00	115,00	88,00	17,00	80,00	0,40	0,00	0,00	0,00	0,02	0,11	41,34	0,10	41,34
	<b>Итого:</b>	<b>907</b>	<b>36,47</b>	<b>38,51</b>	<b>125,53</b>	<b>1044,43</b>	<b>1272,0</b>	<b>553,67</b>	<b>494,98</b>	<b>613,51</b>	<b>8,30</b>	<b>22,58</b>	<b>13,89</b>	<b>133,5</b>	<b>0,77</b>	<b>0,72</b>	<b>92,87</b>	<b>202,81</b>	<b>43,45</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>55,73</b>	<b>57,61</b>	<b>212,89</b>	<b>1635,13</b>	<b>1954,0</b>	<b>777,52</b>	<b>688,93</b>	<b>721,86</b>	<b>10,98</b>	<b>43,60</b>	<b>44,34</b>	<b>198,3</b>	<b>0,94</b>	<b>1,11</b>	<b>109,55</b>	<b>252,11</b>	<b>43,5</b>

День: 1 понедельник

Льготная категория

1 вариант

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	В,мкг
<b>Завтрак</b>																			
гткб	Омлет натуральный	150	13,90	14,30	10,00	259,00	176,50	216,00	19,0	257,0	3,00	21,56	27,82	57,20	0,07	0,99	0,30	156,0	2,20
гтк243	Бутерброд(батон) с сыром твердых сортов	60	6,48	6,10	27,85	133,30	195,00	180,75	25,25	133,3	0,50	1,10	4,90	4,80	0,04	0,07	0,14	52,00	0,19
гтк136	Напиток кофейный с молоком	200	1,50	1,30	22,40	107,00	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00
гтк243	Батон столовый	30	1,88	0,20	12,85	60,00	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
гтк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	2,90	3,50	21,30	124,00	129,00	235,00	30,00	196,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,20	2,00	22,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>26,66</b>	<b>25,40</b>	<b>94,4</b>	<b>683,3</b>	<b>834,5</b>	<b>798</b>	<b>98</b>	<b>735</b>	<b>5</b>	<b>33</b>	<b>37</b>	<b>87</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>254</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>																			
гтк175	Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,00	3,10	5,40	46,00	70,20	6,90	7,20	4,20	0,18	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00
гтк270	Борщ "Украинский" со сметаной	250/10	1,07	3,79	24,53	101,00	427,20	80,50	38,65	94,60	1,63	5,86	0,66	35,70	0,07	0,06	27,00	0,27	0,00
гтк45	Плов по-узбекски из говядины	200	18,23	21,29	38,15	435,00	408,50	33,81	233,83	255,81	1,85	9,30	6,68	103,9	0,09	0,16	1,50	0,00	0,01
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
гтк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	100	0,80	0,80	11,00	38,00	556,00	85,00	32,50	57,50	0,01	4,00	0,60	16,00	0,50	0,05	20,00	10,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>870</b>	<b>25,225</b>	<b>29,5265</b>	<b>121,756</b>	<b>816,15</b>	<b>1543,7</b>	<b>233,71</b>	<b>386,18</b>	<b>443,36</b>	<b>7,546</b>	<b>23,06</b>	<b>11,04</b>	<b>169,6</b>	<b>0,7745</b>	<b>0,31</b>	<b>54</b>	<b>10,27</b>	<b>0,01</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>51,89</b>	<b>54,93</b>	<b>216,16</b>	<b>1499,45</b>	<b>2378,2</b>	<b>1031,2</b>	<b>483,68</b>	<b>1177,9</b>	<b>12,35</b>	<b>55,82</b>	<b>47,76</b>	<b>256,4</b>	<b>1,13</b>	<b>1,73</b>	<b>57,44</b>	<b>264,07</b>	<b>2,40</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	В,мкг
<b>Завтрак</b>																			
гткб	Омлет натуральный	200	16,68	17,16	11,30	310,00	235,30	152,00	26,3	344,0	3,87	28,75	37,09	76,27	0,13	1,32	0,48	392,0	2,93
гтк243	Бутерброд(батон) с сыром твердых сортов	60	6,48	6,10	27,85	133,30	195,00	180,75	25,25	133,3	0,50	1,10	4,90	4,80	0,04	0,07	0,14	52,00	0,19
гтк136	Напиток кофейный с молоком	200	1,50	1,30	22,40	107,00	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00
гтк243	Батон столовый	30	1,88	0,20	12,85	60,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
гтк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	2,90	3,50	21,30	88,00	129,00	235,00	30,00	196,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,20	2,00	22,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>605</b>	<b>29,44</b>	<b>28,26</b>	<b>95,7</b>	<b>699,0</b>	<b>893,3</b>	<b>734</b>	<b>105</b>	<b>822</b>	<b>6</b>	<b>40</b>	<b>46</b>	<b>106</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>490</b>	<b>3</b>
<b>Обед</b>																			
гтк175	Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,00	3,10	5,40	46,00	70,20	6,90	7,20	4,20	0,18	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00
гтк270	Борщ "Украинский" со сметаной	250/10	1,07	3,79	24,53	101,00	427,20	80,50	38,65	94,60	1,63	5,86	0,66	35,70	0,07	0,06	27,00	0,27	0,00
гтк45	Плов по-узбекски из говядины	225	20,50	21,29	42,92	515,00	408,50	33,81		255,81	1,85	9,30	6,68	103,9	0,09	0,16	1,50	0,00	0,01
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
гтк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	100	0,80	0,80	11,00	38,00	556,00	85,00	32,50	57,50	0,01	4,00	0,60	16,00	0,50	0,05	20,00	10,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>935</b>	<b>27,50</b>	<b>29,53</b>	<b>126,53</b>	<b>896,15</b>	<b>1843,7</b>	<b>233,71</b>	<b>152,35</b>	<b>443,36</b>	<b>7,55</b>	<b>23,06</b>	<b>11,04</b>	<b>169,6</b>	<b>0,77</b>	<b>0,31</b>	<b>54,00</b>	<b>10,27</b>	<b>0,01</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>56,94</b>	<b>57,79</b>	<b>222,23</b>	<b>1595,15</b>	<b>2737,0</b>	<b>967,21</b>	<b>257,12</b>	<b>1264,9</b>	<b>13,22</b>	<b>63,01</b>	<b>57,03</b>	<b>275,5</b>	<b>1,19</b>	<b>2,06</b>	<b>57,62</b>	<b>500,07</b>	<b>3,13</b>

День: 2 вторник  
Неделя: вторая  
Сезон: осенне-зимний

Льготная категория

1 вариант

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
скур.т8	Овощи свежие (огурец) порционно с зеленью	60/2	0,55	0,10	3,80	12,00	98,00	6,90	7,20	4,20	0,18	0,10	0,10	5,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00
ттк110	Тефтели из говядины с рисом с соусом томатным	130	13,00	15,10	18,20	259,00	182,00	38,00	22,00	95,00	2,00	10,80	1,54	27,60	0,04	0,10	15,00	0,00	0,00
тк5	Макаронные изделия отварные	150	2,50	4,80	33,30	191,00	102,00	11,00	7,00	36,00	0,80	1,32	0,00	20,24	0,06	0,03	0,00	0,03	0,06
ттк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тк27	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,00	45,00	10,80	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	0,02	0,70	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>537</b>	<b>17,75</b>	<b>20,28</b>	<b>80,55</b>	<b>558,5</b>	<b>470,8</b>	<b>71,2</b>	<b>78,7</b>	<b>157,0</b>	<b>4,9</b>	<b>13,6</b>	<b>3,5</b>	<b>61,5</b>	<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>19,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>
<b>Обед</b>																			
ттк 53	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,76	3,06	4,14	48,00	180,00	31,20	9,00	16,20	0,39	1,80	0,18	6,00	0,02	0,02	23,40	0,02	0,01
тк12	Рассольник Ленинградский(с перл. крупой, мясом и сметаной)	250/15/10	6,87	7,02	19,40	132,00	312,20	34,00	27,00	79,00	1,00	4,90	0,26	29,30	0,04	0,08	8,00	0,21	0,65
ттк 39	Котлета любительская(минтай)	90	10,20	8,75	6,00	224,00	215,00	42,00	18,00	180,00	1,00	65,00	8,90	317,0	0,08	0,34	2,00	0,36	0,01
ттк 422	Картофель запеченый по-деревенски	150	3,20	8,40	19,50	184,93	481,60	39,83	93,13	31,76	1,21	5,10	0,27	27,90	0,16	0,07	25,45	0,54	0,65
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
ттк21	Напиток апельсиновый	200	0,20	0,00	25,70	94,00	32,60	8,00	3,00	5,00	0,10	0,35	0,09	3,00	0,01	0,00	5,00	0,00	0
таб.9	Фрукты свежие(груша )	100	0,96	0,24	20,00	42,00	310,00	42,00	20,40	13,20	0,12	2,00	0,20	20,00	0,04	0,06	10,00	4,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>1025</b>	<b>26,32</b>	<b>28,02</b>	<b>118,22</b>	<b>840,28</b>	<b>1613,2</b>	<b>210,53</b>	<b>236,53</b>	<b>342,41</b>	<b>4,90</b>	<b>83,05</b>	<b>13,00</b>	<b>417,2</b>	<b>0,43</b>	<b>0,60</b>	<b>73,85</b>	<b>5,13</b>	<b>1,32</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>44,07</b>	<b>48,30</b>	<b>198,77</b>	<b>1398,78</b>	<b>2084,0</b>	<b>281,68</b>	<b>315,23</b>	<b>499,36</b>	<b>9,83</b>	<b>96,67</b>	<b>16,46</b>	<b>478,7</b>	<b>0,58</b>	<b>0,82</b>	<b>93,35</b>	<b>5,16</b>	<b>1,38</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
скур.т8	Овощи свежие (огурец) порционно	100	2,06	0,10	6,30	12,00	141,00	21,90	10,50	21,00	0,54	3,00	0,30	17,00	0,03	0,04	10,00	10,00	0,00
ттк110	Тефтели из говядины с рисом с соусом	130	13,00	15,10	18,20	259,00	182,00	38,00	22,00	95,00	2,00	10,80	1,54	27,60	0,04	0,10	15,00	0,00	0,00
тк5	Макаронные изделия отварные	180	3,60	5,76	37,56	229,20	61,20	13,20	8,40	43,20	0,96	0,73	0,00	12,10	0,07	0,10	0,02	0,00	0,03
ттк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тк27	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,00	40,00	10,80	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	0,02	0,70	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>635</b>	<b>20,36</b>	<b>21,24</b>	<b>87,31</b>	<b>591,7</b>	<b>473,0</b>	<b>88,4</b>	<b>83,4</b>	<b>181,0</b>	<b>5,5</b>	<b>15,9</b>	<b>3,7</b>	<b>65,4</b>	<b>0,2</b>	<b>0,3</b>	<b>28,0</b>	<b>10,0</b>	<b>0,0</b>
<b>Обед</b>																			
ттк 53	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,60	4,10	16,90	116,00	316,60	52,00	15,00	27,00	0,67	3,40	0,39	14,80	0,03	0,05	39,00	0,04	0,01
тк12	Рассольник Ленинградский(с перл. крупой, мясом и сметаной)	250/15/10	6,87	7,02	19,40	132,00	312,20	34,00	27,00	79,00	1,00	4,90	0,26	29,30	0,04	0,08	8,00	0,21	0,65
ттк 39	Котлета любительская(минтай)	100	10,20	8,75	6,00	261,00	215,00	42,00	18,00	180,00	1,00	65,00	8,90	317,0	0,08	0,34	2,00	0,36	0,01
ттк 422	Картофель запеченый по-деревенски	150	3,20	8,40	19,50	184,93	481,60	39,83	93,13	31,76	1,21	5,10	0,27	27,90	0,16	0,07	25,45	0,54	0,65
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
ттк21	Напиток апельсиновый	200	0,20	0,00	25,70	94,00	32,60	8,00	3,00	5,00	0,10	0,35	0,09	3,00	0,01	0,00	5,00	0,00	0,0
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие(груша )	100	0,96	0,24	20,00	42,00	155,00	42,00	20,40	13,20	0,12	1,00	0,10	10,00	0,02	0,03	5,00	2,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>1155</b>	<b>27,155</b>	<b>29,06</b>	<b>130,975</b>	<b>945,28</b>	<b>1594,8</b>	<b>231,33</b>	<b>242,53</b>	<b>353,21</b>	<b>5,175</b>	<b>83,65</b>	<b>13,11</b>	<b>416</b>	<b>0,4225</b>	<b>0,59</b>	<b>84,45</b>	<b>3,15</b>	<b>1,32</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>47,515</b>	<b>50,30</b>	<b>218,285</b>	<b>1536,98</b>	<b>2067,8</b>	<b>319,68</b>	<b>325,93</b>	<b>534,16</b>	<b>10,625</b>	<b>99,58</b>	<b>16,77</b>	<b>481,4</b>	<b>0,6025</b>	<b>0,91</b>	<b>112,47</b>	<b>13,15</b>	<b>1,35</b>



День: 3 среда

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

Льготная категория

1 вариант

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
ттк 16	Ватрушка Царская (запеканка)	150	14,07	16,30	35,60	362,18	104,00	156,00	4,4	74,00	1,01	11,80	26,50	38,00	0,03	0,27	0,50	93,00	1,50
ттк243	Батон столовый	30	1,88	0,20	12,85	60,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
тк37	Какао с витаминами "Витошка"	200	3,77	2,50	26,00	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие(яблоко)	130	0,20	0,20	11,00	40,00	230,00	30,00	11,00	17,0	0,10	1,76	0,26	7,04	0,04	0,02	35,00	3,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>19,92</b>	<b>19,20</b>	<b>85,5</b>	<b>614,2</b>	<b>646</b>	<b>412</b>	<b>46</b>	<b>97</b>	<b>2</b>	<b>16</b>	<b>31</b>	<b>70</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>51</b>	<b>226</b>	<b>4,0</b>
<b>Обед</b>																			
тк131-	Салат из рыбопродуктов с яйцом и луком зеленым	60	3,10	5,10	18,26	77,40	99,50	26,00	13,00	79,00	0,50	14,30	17,05	24,60	0,02	0,12	2,00	0,01	1,50
ттк 18	Свекольник со сметаной	250/10	2,69	5,39	20,10	131,55	382,20	45,32	118,02	36,31	2,14	6,38	0,55	28,30	0,10	0,06	17,32	30,00	0,65
ттк97	Жаркое по-домашнему (говядина)	200	16,90	16,12	35,33	405,00	751,00	24,36	229,00	348,46	3,39	11,34	0,26	83,24	0,20	0,19	26,28	0,00	0,00
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>770</b>	<b>26,82</b>	<b>27,16</b>	<b>116,37</b>	<b>810,10</b>	<b>1314,5</b>	<b>123,18</b>	<b>434,02</b>	<b>495,02</b>	<b>9,91</b>	<b>35,92</b>	<b>20,96</b>	<b>150,1</b>	<b>0,42</b>	<b>0,40</b>	<b>49,60</b>	<b>30,01</b>	<b>2,15</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>46,74</b>	<b>46,36</b>	<b>201,82</b>	<b>1424,26</b>	<b>1960,5</b>	<b>534,93</b>	<b>479,67</b>	<b>592,47</b>	<b>12,32</b>	<b>51,48</b>	<b>51,72</b>	<b>220,0</b>	<b>0,82</b>	<b>0,85</b>	<b>100,10</b>	<b>256,01</b>	<b>6,15</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
ттк 16	Ватрушка Царская (запеканка)	200	18,76	21,73	52,80	484,24	138,70	195,70	320,5	29,00	1,74	15,70	35,30	50,70	0,08	0,36	0,70	124,00	2,00
ттк243	Батон столовый	30	1,88	0,20	12,85	60,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
тк37	Какао с витаминами	200	3,77	2,50	26,00	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие(яблоко)	120	0,40	0,40	9,50	43,00	230,00	30,00	11,00	17,0	0,10	1,76	0,26	7,04	0,04	0,02	35,00	3,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>24,8</b>	<b>24,8</b>	<b>101,2</b>	<b>739,2</b>	<b>681</b>	<b>451</b>	<b>362</b>	<b>52</b>	<b>3</b>	<b>19</b>	<b>40</b>	<b>83</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>51</b>	<b>257</b>	<b>4,5</b>
<b>Обед</b>																			
тк131-	Салат из рыбопродуктов с яйцом и луком зеленым	60	3,10	5,10	18,26	77,40	99,50	26,00	13,00	79,00	0,50	14,30	17,05	24,60	0,02	0,12	2,00	0,01	1,50
ттк 18	Свекольник со сметаной	250/10	2,69	5,39	20,10	131,55	382,20	45,32	118,02	36,31	2,14	6,38	0,55	28,30	0,10	0,06	17,32	30,00	0,65
ттк97	Жаркое по-домашнему (говядина)	225	19,00	18,13	39,74	455,60	751,00	24,36	229,00	348,46	3,39	11,34	0,26	83,24	0,20	0,19	26,28	0,00	0,00
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>		<b>28,915</b>	<b>29,17</b>	<b>120,775</b>	<b>860,7</b>	<b>1314,5</b>	<b>123,18</b>	<b>434,02</b>	<b>495,02</b>	<b>9,91</b>	<b>35,92</b>	<b>20,96</b>	<b>150,1</b>	<b>0,42</b>	<b>0,40</b>	<b>49,60</b>	<b>30,01</b>	<b>2,15</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>53,725</b>	<b>54</b>	<b>221,925</b>	<b>1599,92</b>	<b>1995,2</b>	<b>574,63</b>	<b>795,77</b>	<b>547,47</b>	<b>13,05</b>	<b>55,38</b>	<b>60,52</b>	<b>232,7</b>	<b>0,87</b>	<b>0,94</b>	<b>100,30</b>	<b>287,01</b>	<b>6,65</b>

День 4 четверг  
Неделя: вторая  
Сезон: осенне-зимний

Льготная категория

1 вариант

для обучающихся 1-4 классов (возраст 7-11 лет)

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
скур.т8	Овощи свежие (помидор) порционно	60	0,55	0,10	3,80	12,00	145,00	5,50	10,50	3,50	0,15	0,40	0,20	10,00	0,04	0,02	15,00	66,50	0,00
тк403	Кнели из птицы с соусом	110	13,00	13,20	10,54	193,00	121,00	100,84	143,8	17,24	1,14	2,70	10,00	57,00	0,08	0,03	0,36	44,40	0,01
тк35	Картофельное пюре	150	2,54	5,44	20,30	132,00	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тк10	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,00	41,00	0,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
таб.6 Скурихин	Кондитерские изделия	50	1,88	2,50	25,00	135,00	55,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,02	1,23	1,70	0,00
	<b>Итого</b>	<b>595</b>	<b>19,57</b>	<b>21,52</b>	<b>79,89</b>	<b>564,50</b>	<b>870,00</b>	<b>170,59</b>	<b>228,76</b>	<b>133,49</b>	<b>5,34</b>	<b>8,90</b>	<b>12,24</b>	<b>101,40</b>	<b>0,31</b>	<b>0,20</b>	<b>21,59</b>	<b>114,40</b>	<b>0,07</b>
<b>Обед</b>																			
тк11	Винегрет овощной	60	0,84	5,06	3,96	73,80	124,50	22,80	11,40	21,60	0,60	1,80	0,15	10,14	0,01	0,02	9,00	0,15	0,00
тк82	Суп крестьянский с мясом и сметаной	250/15/10	2,60	5,30	14,30	116,00	262,70	34,00	20,00	68,00	0,90	5,08	0,37	30,83	0,06	0,08	10,00	0,18	0,65
тк142	Сосиска отварная молочная с соусом томатным	90/50	10,26	16,38	18,00	245,00	200,00	36,00	20,00	162,00	2,00	0,00	0,00	0,0	0,10	0,09	0,00	0,00	0,00
тк2	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,60	5,61	37,33	230,15	226,25	13,20	180,30	420,00	4,03	1,90	3,54	0,20	0,26	0,02	0,00	20,00	0,01
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк206	Кисломолочный напиток(кефир)	180	2,50	2,50	21,70	85,00	292,00	240,00	28,00	190,00	0,20	18,00	4,00	40,00	0,08	0,34	2,00	44,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>840</b>	<b>27,93</b>	<b>35,40</b>	<b>118,76</b>	<b>865,30</b>	<b>1187,3</b>	<b>359,50</b>	<b>325,70</b>	<b>878,85</b>	<b>8,81</b>	<b>30,68</b>	<b>11,16</b>	<b>95,2</b>	<b>0,59</b>	<b>0,58</b>	<b>21,00</b>	<b>64,33</b>	<b>0,66</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>47,50</b>	<b>56,92</b>	<b>198,65</b>	<b>1429,80</b>	<b>2057,3</b>	<b>530,09</b>	<b>554,46</b>	<b>1012,3</b>	<b>14,15</b>	<b>39,58</b>	<b>23,40</b>	<b>196,6</b>	<b>0,90</b>	<b>0,78</b>	<b>42,59</b>	<b>178,73</b>	<b>0,73</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
скур.т8	Овощи свежие (помидор) порционно	100	1,26	0,20	6,33	58,34	241,60	18,90	21,70	27,90	0,90	0,70	0,33	16,70	0,06	0,03	28,00	0,00	0,00
тк403	Кнели из птицы с соусом	110	13,00	13,20	10,54	193,00	121,00	100,84	143,8	17,24	1,14	2,70	10,00	57,00	0,08	0,03	0,36	44,40	0,01
тк35	Картофельное пюре	180	3,78	8,10	26,28	196,20	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тк10	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,00	41,00	0,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
таб.9 Скурихин	Кондитерские изделия	50	1,88	2,50	18,50	104,00	55,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,02	1,23	1,70	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>665</b>	<b>21,52</b>	<b>24,28</b>	<b>81,90</b>	<b>644,04</b>	<b>966,6</b>	<b>183,99</b>	<b>239,96</b>	<b>157,89</b>	<b>6,09</b>	<b>9,20</b>	<b>12,37</b>	<b>108,1</b>	<b>0,33</b>	<b>0,22</b>	<b>34,59</b>	<b>47,90</b>	<b>0,07</b>
<b>Обед</b>																			
тк11	Винегрет овощной	100	2,40	8,10	6,60	133,00	207,50	38,00	19,00	36,00	1,00	3,00	0,25	16,90	0,02	0,04	15,00	0,25	0,00
тк82	Суп крестьянский с мясом и сметаной	250/15/10	2,60	5,30	14,30	116,00	262,70	34,00	20,00	68,00	0,90	3,00	0,37	30,83	0,06	0,08	10,00	0,18	0,65
тк142	Сосиска отварная молочная с соусом томатным	100/50	11,40	18,20	20,00	266,00	200,00	36,00	20,00	162,00	2,00	0,00	0,00	0,0	0,10	0,09	0,00	0,00	0,00
тк2	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,12	6,73	44,80	255,78	271,50	15,84	216,36	504,00	4,84	2,28	4,25	17,54	0,31	0,02	0,00	24,00	0,01
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк206	Кисломолочный напиток(кефир)	200	2,50	2,50	21,70	85,00	292,00	240,00	28,00	190,00	0,20	18,00	4,00	40,00	0,08	0,34	2,00	44,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>910</b>	<b>30,15</b>	<b>41,38</b>	<b>130,88</b>	<b>971,13</b>	<b>1315,5</b>	<b>377,34</b>	<b>369,36</b>	<b>977,3</b>	<b>10,01</b>	<b>30,18</b>	<b>11,97</b>	<b>119,3</b>	<b>0,65</b>	<b>0,60</b>	<b>27,00</b>	<b>68,43</b>	<b>0,66</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>51,67</b>	<b>65,66</b>	<b>212,78</b>	<b>1615,17</b>	<b>2282,1</b>	<b>561,33</b>	<b>609,32</b>	<b>1135,1</b>	<b>16,10</b>	<b>39,38</b>	<b>24,34</b>	<b>227,4</b>	<b>0,98</b>	<b>0,81</b>	<b>61,59</b>	<b>116,33</b>	<b>0,73</b>

День: 5 пятница

Льготная категория

1 вариант

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se	F	B1	B2	C	A,мкг	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
ттк438	Салат "Школьный"	60	3,20	4,80	3,26	63,41	70,00	13,00	15,00	140,0	0,18	1,70	10,50	61,00	0,01	0,50	8,00	1150	0,00
ттк258	Плов из птицы (филе)	200	10,66	10,00	36,10	350,00	242,00	244,00	46,70	26,00	2,70	5,28	20,00	114,0	0,12	0,06	14,70	0,30	0,00
ттк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55
ттк118	Какао "Хрутка"	200	2,50	2,50	22,40	107,00	62,00	60,00	60,00	47,0	53,70	0,00	0,00	0,00	0,02	0,08	10,00	0,01	0,00
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие(мандарины)	100	0,40	0,20	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,00	0,04	0,03	35,00	0,00	0,20
	<b>Итого</b>	<b>585</b>	<b>18,7</b>	<b>17,7</b>	<b>81,5</b>	<b>616,9</b>	<b>552,3</b>	<b>357,0</b>	<b>137,7</b>	<b>235,0</b>	<b>57,0</b>	<b>8,1</b>	<b>32,1</b>	<b>329</b>	<b>5,2</b>	<b>0,7</b>	<b>68,7</b>	<b>1150</b>	<b>0,8</b>
	<b>ВСЕГО ЗАВТРАК ЗА 10 ДНЕЙ :</b>		<b>201,39</b>	<b>204,07</b>	<b>855,16</b>	<b>5942,78</b>	<b>7211</b>	<b>3227</b>	<b>1414</b>	<b>2791</b>	<b>94</b>	<b>184</b>	<b>237</b>	<b>1750</b>	<b>13</b>	<b>5</b>	<b>471</b>	<b>2129</b>	<b>12</b>
	<i>в среднем за один день (завтрак)</i>		<b>20,139</b>	<b>20,407</b>	<b>85,5155</b>	<b>594,28</b>	<b>721,09</b>	<b>322,696</b>	<b>141,426</b>	<b>279,074</b>	<b>9,393</b>	<b>18,447</b>	<b>23,683</b>	<b>175</b>	<b>1,304</b>	<b>0,4664</b>	<b>47,11</b>	<b>212,9</b>	<b>1,208</b>
<b>Обед</b>																			
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно	60	1,30	0,06	3,80	8,00	84,60	15,10	10,10	19,90	0,31	1,80	0,18	10,20	0,02	0,02	6,00	6,00	0,00
ттк42	Суп-пюре из разных овощей с пшен.	250/20	3,76	6,29	24,00	135,00	344,10	65,30	21,00	68,00	1,08	4,38	2,34	25,30	0,06	0,06	6,20	0,15	0,01
ттк1а	Гуляш из говядины	100	15,50	15,90	13,10	145,00	270,00	14,00	20,00	150,00	2,00	6,34	0,00	55,4	0,04	0,12	1,00	0,01	0,00
тк5	Макаронные изделия отварные	150	2,50	4,80	33,30	191,00	102,00	11,00	7,00	36,00	0,80	1,32	0,00	20,24	0,06	0,03	0,00	0,03	0,06
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
таб.9	Фрукты свежие (банан)	100	1,80	0,40	18,80	105,00	696,00	68,00	46,00	26,00	0,60	0,10	2,00	4,40	0,08	0,10	20,00	40,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>920</b>	<b>28,99</b>	<b>28,00</b>	<b>135,68</b>	<b>780,15</b>	<b>1578,5</b>	<b>200,90</b>	<b>178,10</b>	<b>331,15</b>	<b>8,67</b>	<b>17,84</b>	<b>7,62</b>	<b>129,6</b>	<b>0,36</b>	<b>0,36</b>	<b>37,20</b>	<b>46,2</b>	<b>0,07</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>47,73</b>	<b>45,70</b>	<b>217,14</b>	<b>1397,06</b>	<b>2130,8</b>	<b>557,90</b>	<b>315,80</b>	<b>566,15</b>	<b>65,63</b>	<b>25,92</b>	<b>39,72</b>	<b>458,2</b>	<b>5,55</b>	<b>1,03</b>	<b>105,90</b>	<b>1196,5</b>	<b>0,82</b>
	<b>ВСЕГО ОБЕД ЗА 10 ДНЕЙ:</b>		<b>256,35</b>	<b>280,93</b>	<b>1092,89</b>	<b>7629,57</b>	<b>11199</b>	<b>2701</b>	<b>2923,73</b>	<b>5347,07</b>	<b>81,67</b>	<b>206,9</b>	<b>146,82</b>	<b>1235</b>	<b>5,60</b>	<b>4,75</b>	<b>399,29</b>	<b>537,6</b>	<b>49,89</b>
	<i>в среднем за один день (обед)</i>		<b>25,6347</b>	<b>28,0926</b>	<b>109,289</b>	<b>762,9574</b>	<b>1119,9</b>	<b>270,116</b>	<b>292,373</b>	<b>534,707</b>	<b>8,1672</b>	<b>20,686</b>	<b>14,682</b>	<b>123,5</b>	<b>0,56048</b>	<b>0,4752</b>	<b>39,929</b>	<b>53,762</b>	<b>4,989</b>
	<b>Итого за 10 дней</b>		<b>480,85</b>	<b>504,62</b>	<b>2046,76</b>	<b>14227,7</b>	<b>19542</b>	<b>6098,8</b>	<b>4481,4</b>	<b>8448,5</b>	<b>179,3</b>	<b>469,3</b>	<b>396,4</b>	<b>3374</b>	<b>18,9</b>	<b>9,9</b>	<b>918,8</b>	<b>2671,3</b>	<b>62,6</b>
	<b>Итого в среднем за 1 день</b>		<b>48,09</b>	<b>50,46</b>	<b>204,68</b>	<b>1422,77</b>	<b>1954,2</b>	<b>609,88</b>	<b>448,14</b>	<b>844,85</b>	<b>17,93</b>	<b>46,93</b>	<b>39,64</b>	<b>337,4</b>	<b>1,89</b>	<b>0,99</b>	<b>91,88</b>	<b>267,13</b>	<b>6,26</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se	F	B1	B2	C	A,мкг	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
ттк438	Салат "Школьный"	100	8,66	9,67	4,34	95,60	147,62	6,90	7,20	4,20	0,18	3,42	18,20	96,88	0,01	0,74	1,50	0,00	0,00
ттк258	Плов из птицы(филе)	200	10,66	10,00	46,90	363,00	510,40	244,00	46,70	26,00	0,01	5,83	12,12	67,40	2,70	0,09	0,01	14,70	0,30
ттк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55
ттк118	Какао "Хрутка"	200	4,08	4,32	22,40	115,00	62,00	60,00	60,00	47,0	53,70	0,00	0,00	0,00	0,02	0,08	10,00	0,01	0,00
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	100	0,40	0,20	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,00	0,04	0,03	35,00	0,00	0,20
	<b>Итого</b>	<b>625</b>	<b>25,8</b>	<b>24,4</b>	<b>93,3</b>	<b>670,1</b>	<b>1299</b>	<b>405,9</b>	<b>151,4</b>	<b>139,7</b>	<b>54,2</b>	<b>14,1</b>	<b>32,4</b>	<b>184</b>	<b>8,2</b>	<b>1,0</b>	<b>32,5</b>	<b>25</b>	<b>0,9</b>
	<b>ВСЕГО ЗАВТРАК ЗА 10 ДНЕЙ :</b>		<b>225,6</b>	<b>227,1</b>	<b>924,6</b>	<b>6483,0</b>	<b>8479,6</b>	<b>3308,3</b>	<b>1823,8</b>	<b>2889,5</b>	<b>95,8</b>	<b>209,7</b>	<b>247,0</b>	<b>1681</b>	<b>17,3</b>	<b>5,5</b>	<b>466,4</b>	<b>1247,5</b>	<b>13,1</b>
	<i>в среднем за один день (завтрак)</i>		<b>22,56</b>	<b>22,71</b>	<b>92,46</b>	<b>648,30</b>	<b>847,96</b>	<b>330,83</b>	<b>182,38</b>	<b>288,95</b>	<b>9,58</b>	<b>20,97</b>	<b>24,70</b>	<b>168,1</b>	<b>1,73</b>	<b>0,55</b>	<b>46,64</b>	<b>124,75</b>	<b>1,31</b>
<b>Обед</b>																			
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно	60	1,30	0,06	3,80	8,00	84,60	15,10	10,10	19,90	0,31	1,80	0,18	10,20	0,02	0,02	6,00	6,00	0,00
ттк42	Суп-пюре из разных овощей с пшен.	250/20	3,76	6,29	24,00	135,00	344,10	65,30	21,00	68,00	1,08	4,38	2,34	25,30	0,06	0,06	6,20	0,15	0,01
ттк1а	Гуляш из говядины	125	19,00	19,90	13,10	205,00	270,00	14,00	20,00	150,00	2,00	6,34	0,00	55,4	0,04	0,12	1,00	0,01	0,00
тк5	Макаронные изделия отварные	180	3,60	5,76	37,56	229,20	61,20	13,20	8,40	43,20	0,96	0,73	0,00	12,10	0,07	0,10	0,02	0,00	0,03
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие (бананы)	100	1,80	0,40	25,00	125,00	696,00	68,00	46,00	26,00	0,60	0,10	2,00	4,40	0,08	0,00	20,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>930</b>	<b>33,59</b>	<b>32,96</b>	<b>146,14</b>	<b>898,35</b>	<b>1537,7</b>	<b>203,10</b>	<b>179,50</b>	<b>338,35</b>	<b>8,83</b>	<b>17,25</b>	<b>7,62</b>	<b>121,4</b>	<b>0,37</b>	<b>0,33</b>	<b>37,22</b>	<b>6,2</b>	<b>0,04</b>

<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		59,37	57,35	239,48	1568,45	2837,0	609,00	330,90	478,05	63,01	31,30	40,04	305,4	8,60	1,30	69,73	30,9	0,04
<b>ВСЕГО ОБЕД ЗА 10 ДНЕЙ:</b>		305,2	338,4	1295,5	9424,5	12813	3342,3	2985,4	6063,3	89,9	295,9	167,4	1683	6,2	5,3	479,5	521,5	50,7
<i>в среднем за один день (обед)</i>		30,52	33,84	129,55	942,45	1281,3	334,23	298,54	606,33	8,99	29,59	16,74	168,3	0,62	0,53	47,95	52,15	5,07
<b>Итого за 10 дней</b>		530,8	565,5	2220,1	15908	21293	6651	4809	8953	186	506	414	3364	23,5	10,8	946	1769	64
<b>Итого в среднем за 1 день</b>		53,08	56,55	222,01	1590,75	2129,3	665,06	480,92	895,28	18,57	50,55	41,45	336,4	2,35	1,08	94,59	176,90	6,38

Технолог отдела общественного питания



И.И.Корниенко

День: 1 понедельник  
Неделя: первая  
Сезон: осенне-зимний

Льготная категория 2 вариант

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
тк6	Омлет натуральный	150	13,90	14,30	15,00	259,00	176,50	216,00	19,0	257,0	3,00	21,56	27,82	57,20	0,07	0,99	0,30	156,0	2,20
тк243	Бутерброд(батон) с сыром твердых сортов	60	6,48	6,10	27,85	133,30	195,00	180,75	25,25	133,3	0,50	1,10	4,90	4,80	0,04	0,07	0,14	52,00	0,19
тк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	2,90	3,50	25,00	128,00	129,00	235,00	30,00	196,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,20	2,00	22,00	0,00
тк27	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	12,00	45,00	10,80	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	0,02	0,70	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>525</b>	<b>23,58</b>	<b>23,90</b>	<b>79,9</b>	<b>565,3</b>	<b>511,3</b>	<b>639,8</b>	<b>79,3</b>	<b>596,3</b>	<b>4,50</b>	<b>23</b>	<b>33</b>	<b>63</b>	<b>0,31</b>	<b>1,26</b>	<b>5,44</b>	<b>230,0</b>	<b>2,39</b>
<b>Обед</b>																			
скурих	Овощи консервированные (огурец)	60	0,00	0,00	3,60	16,00	70,20	6,90	7,20	4,20	0,18	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00
тк25	Суп картофельный с макаронными изделиями, мясом и зеленью	250/15/2	2,00	2,80	25,00	125,00	332,10	48,50	49,60	57,65	1,13	4,42	0,24	23,30	0,07	0,01	22,00	0,21	0,65
тк134	Гуляш из отварной говядины	100	15,50	15,90	13,10	235,00	270,00	14,00	20,00	150,0	2,00	6,34	0,00	55,44	0,04	0,12	1,00	0,01	0,00
тк302	Каша пшеничная вязкая	150	7,60	5,61	37,33	230,15	226,25	13,20	180,30	420,00	4,03	1,90	3,54	0,20	0,26	0,02	0,00	20,00	0,01
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк524	Напиток из компотной смеси	200	0,10	0,10	19,90	103,00	96,60	4,00	4,00	3,00	0,00	0,90	7,90	0,90	0,01	0,00	4,00	0,00	0,00
таб 9 Скурихин	Фрукты свежие( мандарины)	100	0,70	0,10	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,00	0,04	0,03	38,00	5,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>927</b>	<b>30,03</b>	<b>25,06</b>	<b>129,90</b>	<b>862,50</b>	<b>1232,0</b>	<b>130,10</b>	<b>338,10</b>	<b>669,10</b>	<b>8,52</b>	<b>17,76</b>	<b>14,88</b>	<b>243,8</b>	<b>0,51</b>	<b>0,22</b>	<b>66,50</b>	<b>25,22</b>	<b>0,66</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>53,61</b>	<b>48,96</b>	<b>209,75</b>	<b>1427,80</b>	<b>1743,3</b>	<b>769,85</b>	<b>417,35</b>	<b>1265,4</b>	<b>13,02</b>	<b>40,42</b>	<b>47,62</b>	<b>306,5</b>	<b>0,82</b>	<b>1,48</b>	<b>71,94</b>	<b>255,2</b>	<b>3,1</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
тк6	Омлет натуральный	200	16,68	17,16	11,30	310,00	235,30	152,00	26,3	344,0	3,87	28,75	37,09	76,27	0,13	1,32	0,48	392,0	2,93
тк243	Бутерброд(батон) с сыром твердых	60	6,48	6,10	27,85	133,30	195,00	180,75	25,25	133,3	0,50	1,10	4,90	4,80	0,04	0,07	0,14	52,00	0,19
	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	2,90	3,50	21,30	88,00	129,00	235,00	30,00	196,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,20	2,00	22,00	0,00
тк27	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	10,64	45,00	10,80	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	0,02	0,70	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>26,36</b>	<b>26,76</b>	<b>71,1</b>	<b>576,3</b>	<b>570,1</b>	<b>575,8</b>	<b>86,5</b>	<b>683,3</b>	<b>5,37</b>	<b>30</b>	<b>42</b>	<b>82</b>	<b>0,37</b>	<b>1,59</b>	<b>5,62</b>	<b>466,0</b>	<b>3,12</b>
<b>Обед</b>																			
скурих	Овощи консервированные (огурец)	60	0,40	0,05	6,00	42,00	117,03	11,50	12,00	7,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01	2,50	3,00	0,00
тк25	Суп картофельный с макаронными изделиями, мясом и зеленью	250/15/2	2,00	2,80	25,00	125,00	332,10	48,50	49,60	57,65	1,13	4,42	0,24	23,30	0,07	0,01	22,00	0,21	0,65
тк134	Гуляш из отварной говядины	120	16,50	17,50	15,10	285,00	270,00	14,00	20,00	150,0	2,00	6,34	0,00	55,44	0,04	0,12	1,00	0,01	0,00
тк302	Каша пшеничная вязкая	180	7,12	6,73	46,79	276,18	271,50	15,84	216,36	504,00	4,84	2,28	4,25	17,54	0,31	0,02	0,00	24,00	0,01
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк524	Напиток из компотной смеси	200	0,10	0,10	19,90	103,00	96,60	4,00	4,00	3,00	0,00	0,90	7,90	0,90	0,01	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>897</b>	<b>30,25</b>	<b>27,73</b>	<b>136,27</b>	<b>946,53</b>	<b>1169,0</b>	<b>107,34</b>	<b>367,96</b>	<b>738,90</b>	<b>9,34</b>	<b>17,84</b>	<b>15,49</b>	<b>111,2</b>	<b>0,52</b>	<b>0,20</b>	<b>29,50</b>	<b>27,22</b>	<b>0,66</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>56,61</b>	<b>54,49</b>	<b>207,36</b>	<b>1522,83</b>	<b>1739,1</b>	<b>683,09</b>	<b>454,48</b>	<b>1422,2</b>	<b>14,71</b>	<b>47,69</b>	<b>57,50</b>	<b>193,0</b>	<b>0,89</b>	<b>1,79</b>	<b>35,12</b>	<b>493,2</b>	<b>3,78</b>

День: 2 вторник

Льготная категория 2 вариант

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг г
<b>Завтрак</b>																			
таб.8 Скурихин	Икра кабачковая (пром.)	60	0,72	2,82	4,62	46,80	197,00	11,50	21,00	7,00	0,30	0,02	0,18	3,80	0,02	0,02	5,00	3,00	0,00
тк110	Тефтели из говядины с рисом с соусом	130	13,00	15,10	18,20	259,00	182,00	38,00	22,00	95,00	2,00	10,80	1,54	27,60	0,04	0,10	15,00	0,00	0,00
тк302	Каша ячневая вязкая	150	2,50	4,80	33,30	191,00	102,00	11,00	7,00	36,00	0,80	1,32	0,00	20,24	0,06	0,03	0,00	0,03	0,06
тк136	Напиток кофейный с молоком	200	1,50	1,30	22,40	107,00	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00
тк243	Хлеб северный (с ламинариями)	25	1,16	0,23	10,25	41,00	23,00	7,25	37,50	11,75	0,95	0,50	1,50	3,63	0,04	0,01	0,00	0,00	0,35
таб.9	Фрукты свежие(яблоко)	130	0,20	0,20	9,50	47,00	278,00	85,00	32,50	57,50	0,01	5,00	1,25	42,50	0,10	0,08	10,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>565</b>	<b>19,1</b>	<b>24,5</b>	<b>98,3</b>	<b>691,8</b>	<b>950,0</b>	<b>313,8</b>	<b>127,0</b>	<b>352,3</b>	<b>5,1</b>	<b>26,6</b>	<b>6,5</b>	<b>117,8</b>	<b>0,3</b>	<b>0,4</b>	<b>31,0</b>	<b>26,8</b>	<b>0,4</b>
<b>Обед</b>																			
скур.18	Овощи свежие (помидор) порционно	60	0,55	0,10	3,80	12,00	145,00	5,50	10,50	3,50	0,15	0,40	0,20	10,00	0,04	0,02	15,00	0,00	0,00
тк38	Солянка домашняя со сметаной и зеленью	260	7,34	2,72	23,21	189,00	227,11	226,98	177,19	241,72	1,37	14,60	12,60	122,7	0,24	0,06	22,29	26,20	0,00
тк139	Оладьи из печени с маслом сливочным	100/5	9,00	12,20	20,10	281,00	115,00	7,00	10,00	157,00	4,00	2,70	14,00	100,0	0,14	0,85	17,00	4,02	0,65
тк15	Рагу овощное	150	4,50	6,70	12,00	121,00	454,00	37,00	25,00	92,00	1,10	3,60	0,19	25,00	0,08	0,04	12,00	0,86	0,00
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк39	Сок с трубочкой в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>825</b>	<b>25,5</b>	<b>22,3</b>	<b>101,8</b>	<b>799,2</b>	<b>1322,9</b>	<b>304,0</b>	<b>296,7</b>	<b>525,5</b>	<b>10,5</b>	<b>25,2</b>	<b>30,1</b>	<b>271,7</b>	<b>0,6</b>	<b>1,0</b>	<b>70,3</b>	<b>31,1</b>	<b>0,7</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>44,6</b>	<b>46,7</b>	<b>200,1</b>	<b>1491,0</b>	<b>2272,9</b>	<b>617,7</b>	<b>423,7</b>	<b>877,7</b>	<b>15,6</b>	<b>51,8</b>	<b>36,6</b>	<b>389,5</b>	<b>0,9</b>	<b>1,4</b>	<b>101,3</b>	<b>57,9</b>	<b>1,1</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг г
<b>Завтрак</b>																			
таб.8	Икра кабачковая (пром.)	100	1,20	4,70	7,70	78,00	328,00	19,20	35,00	11,70	0,40	0,03	0,30	6,30	0,03	0,03	8,30	4,00	0,00
тк110	Тефтели из говядины с рисом с соусом	130	13,00	15,10	18,20	259,00	182,00	38,00	22,00	95,00	2,00	10,80	1,54	27,60	0,04	0,10	15,00	0,00	0,00
тк302	Каша ячневая вязкая	180	4,59	6,92	25,88	234,52	165,00	23,00	126,0	211,0	3,40	1,45	2,50	10,12	0,20	0,08	1,00	0,60	0,00
тк136	Напиток кофейный с молоком	200	1,50	1,30	22,40	107,00	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00
тк243	Хлеб северный (с ламинариями)	25	1,16	0,23	10,25	41,00	23,00	7,25	37,50	11,75	0,95	0,50	1,50	3,63	0,04	0,01	0,00	0,00	0,35
таб.9	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,20	0,20	9,50	47,00	278,00	85,00	32,50	57,50	0,01	5,00	1,25	42,50	0,10	0,08	10,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>735</b>	<b>21,7</b>	<b>28,5</b>	<b>93,9</b>	<b>766,5</b>	<b>1144</b>	<b>333,5</b>	<b>260,0</b>	<b>532,0</b>	<b>7,8</b>	<b>26,8</b>	<b>9,1</b>	<b>110</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>35,3</b>	<b>28,4</b>	<b>0,4</b>
<b>Обед</b>																			
таб.8 Скурихин	Овощи свежие (помидор) порционно	100	1,10	0,20	8,00	26,00	241,60	18,90	21,70	27,90	0,90	0,70	0,33	16,70	0,06	0,03	28,00	0,00	0,00
тк38	Солянка домашняя со сметаной и зеленью	260	7,34	2,72	27,21	189,00	227,11	226,98	177,19	241,72	1,37	14,60	12,60	122,7	0,24	0,06	22,29	26,20	0,00
тк139	Оладьи из печени с маслом сливочным	120/5	13,00	15,50	25,00	357,00	120,00	8,00	12,00	159,00	5,00	2,80	15,00	110,0	0,15	0,86	20,00	4,50	0,65
тк15	Рагу овощное	180	5,40	8,04	18,00	175,00	544,80	37,00	25,00	92,00	1,10	4,32	0,23	30,00	0,59	0,05	9,00	0,86	0,00
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	25,00	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>915</b>	<b>30,97</b>	<b>27,01</b>	<b>126,69</b>	<b>943,15</b>	<b>1515,3</b>	<b>318,38</b>	<b>309,89</b>	<b>551,87</b>	<b>12,25</b>	<b>26,32</b>	<b>31,26</b>	<b>293,4</b>	<b>1,14</b>	<b>1,03</b>	<b>83,29</b>	<b>31,56</b>	<b>0,65</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>52,62</b>	<b>55,46</b>	<b>220,62</b>	<b>1709,7</b>	<b>2659,3</b>	<b>651,83</b>	<b>569,89</b>	<b>1083,8</b>	<b>20,01</b>	<b>53,10</b>	<b>40,35</b>	<b>403,6</b>	<b>1,57</b>	<b>1,48</b>	<b>118,59</b>	<b>59,96</b>	<b>1,00</b>

День: 3 среда

Льготная категория 2 вариант

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецепт	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se,	F,	B1	B2	C	A,мкг	D,мк
<b>Завтрак</b>																			
таб.8 Скучихин	Овощи свежие (огурец) порционно	60	0,55	0,10	3,80	8,00	98,00	6,90	7,20	4,20	0,18	0,10	0,10	5,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00
тк16	Котлета "Золотая рыбка"(минтай+цыплята)	100	13,20	13,70	15,58	235,00	278,00	177,20	34,00	266,0	0,65	44,00	39,00	378,0	0,18	0,12	0,83	18,00	0,01
тк 18	Рис отварной	150	3,70	6,30	27,56	209,00	61,20	13,20	8,40	43,20	0,96	0,73	0,00	12,10	0,07	0,10	0,02	1,80	0,03
ттк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55
ттк39	Сок фруктовый с трубочкой	200	0,00	0,00	25,00	80,80	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>535</b>	<b>19,4</b>	<b>20,3</b>	<b>84,1</b>	<b>591,3</b>	<b>460,5</b>	<b>221,3</b>	<b>62,6</b>	<b>332,4</b>	<b>4,9</b>	<b>45,6</b>	<b>40,6</b>	<b>399</b>	<b>5,3</b>	<b>0,2</b>	<b>7,4</b>	<b>19,8</b>	<b>0,6</b>
<b>Обед</b>																			
ттк473	Салат из белокачанной и морской капусты	60	1,00	6,12	1,08	44,00	33,00	33,00	28,00	21,60	2,28	750,00	0,20	150,0	0,02	0,03	21,60	2,00	0,00
ттк 270	Борщ Украинский со сметаной и зеленью	250/10/2	1,07	3,79	14,53	101,00	427,20	80,50	38,65	94,60	1,63	5,86	0,66	35,70	0,07	0,06	27,00	0,27	0,00
тк183	Пельмени "Домашние "отварные с маслом и сметаной	185/10/20	13,50	17,60	45,00	465,00	195,00	31,48	22,00	169,00	1,97	4,67	2,70	45,00	0,31	0,13	2,07	119,00	0,65
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк9	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,00	26,98	80,00	10,18	12,00	3,40	14,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,14	0,03	200,00	0,00	0,00
ттк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	2,90	3,50	15,30	88,00	129,00	235,00	30,00	196,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,24	0,20	0,70	22,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>907</b>	<b>23,28</b>	<b>31,56</b>	<b>126,37</b>	<b>893,35</b>	<b>876,18</b>	<b>405,48</b>	<b>188,05</b>	<b>512,45</b>	<b>7,66</b>	<b>764,43</b>	<b>6,66</b>	<b>244,7</b>	<b>0,86</b>	<b>0,48</b>	<b>251,37</b>	<b>143,3</b>	<b>0,65</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>42,71</b>	<b>51,86</b>	<b>210,51</b>	<b>1484,65</b>	<b>1336,7</b>	<b>626,78</b>	<b>250,65</b>	<b>844,9</b>	<b>12,53</b>	<b>810,1</b>	<b>47,26</b>	<b>643,4</b>	<b>6,14</b>	<b>0,72</b>	<b>258,72</b>	<b>163,07</b>	<b>1,24</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг г
<b>Завтрак</b>																			
скур.т8	Овощи свежие (огурец) порционно	100	2,06	0,10	6,30	12,00	141,00	21,90	10,50	21,00	0,54	3,00	0,30	17,00	0,03	0,04	10,00	10,00	0,00
тк16	Котлета "Золотая рыбка"(минтай+цыплята)	100	13,20	13,70	15,58	255,00	278,00	177,20	34,00	266,0	0,65	44,00	39,00	378,0	0,18	0,12	0,83	18,00	0,01
тк 18	Рис отварной	180	4,40	7,56	40,00	275,00	73,40	15,80	10,00	51,84	1,15	0,88	0,00	14,52	0,08	0,20	0,03	2,16	0,04
ттк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55
ттк39	Сок фруктовый с трубочкой	200	0,00	0,00	25,00	80,80	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>605</b>	<b>21,6</b>	<b>21,6</b>	<b>99,1</b>	<b>681,3</b>	<b>515,7</b>	<b>238,9</b>	<b>67,5</b>	<b>357,8</b>	<b>5,4</b>	<b>48,7</b>	<b>40,8</b>	<b>413</b>	<b>5,3</b>	<b>0,4</b>	<b>15,9</b>	<b>30,2</b>	<b>0,6</b>
<b>Обед</b>																			
ттк473	Салат из белокачанной и морской капусты	60	1,00	6,12	1,08	44,00	33,00	33,00	28,00	21,60	2,28	750,00	0,20	150,0	0,02	0,03	21,60	2,00	0,00
ттк 270	Борщ Украинский со сметаной и зеленью	250/10/2	1,07	3,79	14,53	101,00	427,20	80,50	38,65	94,60	1,63	5,86	0,66	35,70	0,07	0,06	27,00	0,27	0,00
тк183	Пельмени "Домашние "отварные с маслом и сметаной	200/10/20	13,50	17,60	45,00	465,00	195,00	31,48	22,00	169,00	1,97	4,67	2,70	45,00	0,31	0,13	2,07	119,00	0,65
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк9	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,00	26,98	80,00	10,18	12,00	3,40	14,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,14	0,03	200,00	0,00	0,00
ттк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	2,90	3,50	15,30	88,00	129,00	235,00	30,00	196,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,24	0,20	0,70	22,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>957</b>	<b>23,28</b>	<b>31,56</b>	<b>126,37</b>	<b>893,35</b>	<b>876,18</b>	<b>405,48</b>	<b>188,05</b>	<b>512,45</b>	<b>7,66</b>	<b>764,4</b>	<b>6,66</b>	<b>244,7</b>	<b>0,86</b>	<b>0,48</b>	<b>251,37</b>	<b>143,27</b>	<b>0,65</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>44,92</b>	<b>53,12</b>	<b>225,45</b>	<b>1574,65</b>	<b>1392</b>	<b>644</b>	<b>256</b>	<b>870</b>	<b>13</b>	<b>813</b>	<b>47</b>	<b>658</b>	<b>6,2</b>	<b>0,8</b>	<b>267,2</b>	<b>173,4</b>	<b>1</b>

День: 4 четверг

Льготная категория 2 вариант

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
таб 8 Скюрихин	Овощи свежие (помидор) порционно	60	0,55	0,10	3,80	12,00	145,00	5,50	10,50	3,50	0,15	0,40	0,20	10,00	0,04	0,02	15,00	66,50	0,00
гтк523	Гуляш из птицы в соусе молочном	100	10,12	13,20	15,20	218,00	191,00	391,00	198,7	22,47	1,29	5,00	20,00	114,0	0,08	0,19	2,66	43,00	0,03
гк35	Картофельное пюре	150	2,54	5,44	20,30	132,00	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
гтк243	Хлеб ржаной "Дарницкий"	30	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
гк6	Отвар из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	26,40	108,0	0,00	21,00	16,00	23,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	15,00	0,50
таб 9 Скюрихин	Фрукты свежие( мандарины)	130	0,70	0,10	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,00	0,04	0,03	35,00	0,00	0,20
<b>Итого:</b>		<b>540</b>	<b>15,91</b>	<b>19,22</b>	<b>83,45</b>	<b>559,50</b>	<b>1040,0</b>	<b>501,75</b>	<b>302,74</b>	<b>162,72</b>	<b>4,29</b>	<b>11,50</b>	<b>22,34</b>	<b>308,4</b>	<b>0,36</b>	<b>0,38</b>	<b>57,66</b>	<b>126,30</b>	<b>0,79</b>
<b>Обед</b>																			
гтк126	Салат "Витаминный"	60	1,50	3,12	1,79	43,00	50,00	10,20	8,40	15,00	0,25	0,01	0,00	0,00	0,06	0,02	5,00	0,00	0,00
гк95	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/25/2	5,07	5,22	17,68	130,00	144,00	56,50	29,65	85,60	1,43	0,80	0,01	4,81	0,06	0,02	11,00	0,22	0,00
гтк142	Сосиска отварная молочная с соусом	90/50	10,26	16,38	18,00	245,00	200,00	36,00	20,00	162,00	2,00	0,00	0,00	0,0	0,10	0,09	0,00	0,00	0,00
гк2	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,60	5,61	37,33	230,15	226,25	13,20	180,30	420,00	4,03	1,90	3,54	0,20	0,26	0,02	0,00	20,00	0,01
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
гтк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
<b>Итого:</b>		<b>827</b>	<b>28,56</b>	<b>30,88</b>	<b>117,47</b>	<b>844,30</b>	<b>1002,1</b>	<b>143,40</b>	<b>312,35</b>	<b>713,85</b>	<b>11,59</b>	<b>6,61</b>	<b>6,65</b>	<b>19,0</b>	<b>0,58</b>	<b>0,18</b>	<b>20,00</b>	<b>20,22</b>	<b>0,01</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>44,47</b>	<b>50,10</b>	<b>200,92</b>	<b>1403,80</b>	<b>2042,1</b>	<b>645,2</b>	<b>615,09</b>	<b>876,6</b>	<b>15,88</b>	<b>18,11</b>	<b>28,99</b>	<b>327,4</b>	<b>0,94</b>	<b>0,56</b>	<b>77,66</b>	<b>146,5</b>	<b>0,8</b>	

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
скур.т8	Овощи свежие (помидор) порционно с	100	1,26	0,20	6,33	58,34	241,60	18,90	21,70	27,90	0,90	0,70	0,33	16,70	0,06	0,03	28,00	0,00	0,00
гтк523	Гуляш из птицы в соусе молочном	100	10,12	13,20	15,20	180,00	191,00	391,00	198,7	22,47	1,29	5,00	20,00	114,0	0,08	0,19	2,66	43,00	0,03
гк35	Картофельное пюре	180	3,78	8,10	26,28	196,20	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
гтк243	Хлеб ржаной "Дарницкий"	30	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
гк6	Отвар из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	26,40	108,0	0,00	21,00	16,00	23,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	15,00	0,50
таб 9 Скюрихин	Фрукты свежие( мандарины)	100	0,70	0,10	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,0	0,04	0,03	35,00	0,00	0,20
<b>Итого:</b>		<b>610</b>	<b>17,86</b>	<b>21,98</b>	<b>91,96</b>	<b>632,04</b>	<b>1136,6</b>	<b>515,15</b>	<b>313,94</b>	<b>187,12</b>	<b>5,04</b>	<b>11,80</b>	<b>22,47</b>	<b>315,1</b>	<b>0,38</b>	<b>0,39</b>	<b>70,66</b>	<b>59,80</b>	<b>0,79</b>
<b>Обед</b>																			
гтк126	Салат "Витаминный"	100	4,00	8,00	2,98	75,00	147,00	11,50	21,00	7,00	0,30	2,46	0,08	26,70	0,02	0,04	5,00	0,00	0,00
гк95	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/25/2	5,07	5,22	17,68	130,00	144,00	56,50	29,65	85,60	1,43	0,80	0,01	4,81	0,06	0,02	11,00	0,22	0,00
гтк142	Сосиска отварная молочная с соусом	100/50	11,40	18,20	20,00	266,00	200,00	36,00	20,00	162,00	2,00	0,00	0,00	0,0	0,10	0,09	0,00	0,00	0,00
гк2	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,12	6,73	46,79	276,18	271,50	15,84	216,36	504,00	4,84	2,28	4,25	17,54	0,31	0,02	0,00	24,00	0,01
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
гтк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
<b>Итого:</b>		<b>907</b>	<b>31,72</b>	<b>38,70</b>	<b>130,13</b>	<b>943,33</b>	<b>1144,3</b>	<b>147,34</b>	<b>361,01</b>	<b>789,85</b>	<b>12,44</b>	<b>9,44</b>	<b>7,44</b>	<b>63,1</b>	<b>0,59</b>	<b>0,20</b>	<b>20,00</b>	<b>24,22</b>	<b>0,01</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>49,58</b>	<b>60,68</b>	<b>222,09</b>	<b>1575,37</b>	<b>2280,9</b>	<b>662,5</b>	<b>674,95</b>	<b>977,0</b>	<b>17,48</b>	<b>21,24</b>	<b>29,91</b>	<b>378,2</b>	<b>0,97</b>	<b>0,59</b>	<b>90,66</b>	<b>84,0</b>	<b>0,80</b>	



День: 5 пятница

Льготная категория 2 вариант

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецепт	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. веш-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se	F	В1	В2	С	А,мкг	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
тк174	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком	150/10	12,90	10,70	18,50	228,00	92,00	37,10	5,20	34,9	0,18	7,92	26,00	28,00	0,02	0,20	0,12	19,80	0,01
тк243	Бутерброд(батон) с колбасой п/к	60	3,88	3,20	12,85	80,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
тк12	Яйцо отварное	52	1,88	0,20	12,85	60,70	58,10	4,75	16,25	3,25	0,30	0,06	13,51	24,2	0,03	0,18	0,00	0,00	78,00
тк37	Какао с витаминами	200	3,77	2,50	26,00	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50
таб.9 Скурисин	Фрукты свежие(яблоко)	130	0,40	0,40	11,00	47,00	278,00	30,00	11,00	17,0	0,10	1,76	0,26	7,04	0,04	0,02	10,00	3,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>442</b>	<b>22,8</b>	<b>17,0</b>	<b>81,2</b>	<b>567,7</b>	<b>740,1</b>	<b>297,6</b>	<b>62,7</b>	<b>61,6</b>	<b>1,9</b>	<b>11,7</b>	<b>43,8</b>	<b>84,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,6</b>	<b>25,1</b>	<b>152,8</b>	<b>80,5</b>
<b>Обед</b>																			
таб.8 Скурисин	Овощи свежие (огурец) порционно	60	1,30	0,06	3,80	8,00	84,60	15,10	10,10	19,90	0,31	1,80	0,18	10,20	0,02	0,02	6,00	6,00	0,00
тк1	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	250/15/10	2,98	4,30	12,00	134,00	332,10	48,50	49,60	57,65	1,13	4,42	0,24	23,30	0,07	0,01	22,00	0,21	0,65
тк22	Рыба(филе ) жареное с луком	90	14,67	10,40	31,88	285,00	670,00	146,82	229,54	260,14	2,47	6,34	0,24	55,44	0,20	0,12	23,32	36,00	0,01
тк 422	Картофель запеченый по-деревенски	150	3,20	8,40	19,50	184,93	481,60	39,83	93,13	31,76	1,21	5,10	0,27	27,90	0,16	0,07	25,45	0,54	0,65
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк434	Кисель "Витошка"	200	0,20	0,00	24,23	95,00	15,20	60,00	20,00	3,00	2,30	0,00	0,00	0,00	0,30	0,34	20,00	130,00	1,68
	<b>Итого:</b>	<b>825</b>	<b>26,48</b>	<b>23,71</b>	<b>114,89</b>	<b>822,3</b>	<b>1665,3</b>	<b>323,75</b>	<b>468,37</b>	<b>389,70</b>	<b>8,50</b>	<b>21,56</b>	<b>4,03</b>	<b>130,8</b>	<b>0,83</b>	<b>0,59</b>	<b>96,77</b>	<b>172,8</b>	<b>3,0</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>49,31</b>	<b>40,71</b>	<b>196,09</b>	<b>1390,0</b>	<b>2405,4</b>	<b>621,35</b>	<b>531,07</b>	<b>451,30</b>	<b>10,38</b>	<b>33,30</b>	<b>47,80</b>	<b>214,9</b>	<b>1,25</b>	<b>1,14</b>	<b>121,89</b>	<b>325,6</b>	<b>84</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецепт	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. веш-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se	F	В1	В2	С	А,мкг	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
тк174	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком	180	14,60	14,27	35,00	337,50	92,00	37,10	5,20	34,9	0,18	7,92	26,00	28,00	0,02	0,20	0,12	19,80	0,01
тк243	Бутерброд(батон) с колбасой п/к	60	3,88	3,20	12,85	80,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
тк12	Яйцо отварное	52	1,88	0,20	12,85	60,70	58,10	4,75	16,25	3,25	0,30	0,06	13,51	24,2	0,03	0,18	0,00	0,00	78,00
тк37	Какао с витаминами	200	3,77	2,50	26,00	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50
т.9 Скур.	Фрукты свежие(яблоко)	130	0,50	0,50	11,00	55,90	278,00	30,00	13,50	30,0	0,75	3,00	0,45	12,00	0,05	0,03	15,00	7,50	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>622</b>	<b>24,6</b>	<b>20,7</b>	<b>97,7</b>	<b>686,1</b>	<b>740,1</b>	<b>297,6</b>	<b>65,2</b>	<b>74,6</b>	<b>2,5</b>	<b>13,0</b>	<b>44,0</b>	<b>89,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,6</b>	<b>30,1</b>	<b>157,3</b>	<b>80,5</b>
<b>Обед</b>																			
скур.т8	Овощи свежие (огурец) порционно	100	2,06	0,10	6,30	12,00	141,00	21,90	10,50	21,00	0,54	3,00	0,30	17,00	0,03	0,04	10,00	10,00	0,00
тк1	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	250/15/10	2,98	4,30	12,00	134,00	332,10	48,50	49,60	57,65	1,13	4,42	0,24	23,30	0,07	0,01	22,00	0,21	0,65
тк22	Рыба(филе ) жареное с луком	100	14,67	10,40	35,42	337,00	670,00	146,82	229,54	260,14	2,47	6,34	0,24	55,44	0,20	0,12	23,32	36,00	0,01
тк 422	Картофель запеченый по-деревенски	180	3,84	10,30	26,23	223,00	481,60	39,83	93,13	31,76	1,21	5,10	0,27	27,90	0,16	0,07	25,45	0,54	0,65
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк434	Кисель "Витошка"	200	0,20	0,00	24,23	95,00	15,20	60,00	20,00	3,00	2,30	0,00	0,00	0,00	0,30	0,34	20,00	130,00	1,68
	<b>Итого:</b>	<b>905</b>	<b>27,87</b>	<b>25,65</b>	<b>127,65</b>	<b>916,35</b>	<b>1721,7</b>	<b>330,55</b>	<b>468,77</b>	<b>390,80</b>	<b>8,73</b>	<b>22,76</b>	<b>4,15</b>	<b>137,6</b>	<b>0,84</b>	<b>0,61</b>	<b>100,77</b>	<b>176,75</b>	<b>2,99</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>52,50</b>	<b>46,32</b>	<b>225,35</b>	<b>1602,43</b>	<b>2461,8</b>	<b>628,15</b>	<b>533,97</b>	<b>465,40</b>	<b>11,26</b>	<b>35,74</b>	<b>48,11</b>	<b>226,6</b>	<b>1,27</b>	<b>1,18</b>	<b>130,89</b>	<b>334,1</b>	<b>84</b>

День: 1 понедельник

Льготная категория 2 вариант

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
тк453	Каша молочная рисовая с маслом сл.	205	5,56	7,77	32,86	223,6	163,2	147,0	155,0	32,20	0,45	8,50	7,26	39,7	0,07	0,14	1,56	44,00	0,65
тк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55
тк320	Ватрушка с творогом	85	10,30	10,50	17,00	207,00	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,05	0,15	0,31	29,6	0,05
тк27/1	Чай с грушей и апельсином	200	0,30	0,00	15,00	49,50	10,80	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	0,02	0,70	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00
таб.9	Фрукты свежие(яблоко)	130	0,40	0,40	11,00	47,00	278,00	30,00	11,00	17,0	0,10	1,76	0,26	7,04	0,04	0,02	10,00	3,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>645</b>	<b>18,54</b>	<b>18,87</b>	<b>88,1</b>	<b>585,6</b>	<b>621,3</b>	<b>416,0</b>	<b>190,0</b>	<b>67,4</b>	<b>2,8</b>	<b>12,0</b>	<b>11,0</b>	<b>71,1</b>	<b>5,2</b>	<b>0,3</b>	<b>27,9</b>	<b>76,6</b>	<b>1,3</b>
<b>Обед</b>																			
тк187	Салат из свежих помидоров с луком и заправкой	60	0,60	3,20	6,60	45,00	70,20	28,00	16,00	22,00	0,60	0,60	0,10	6,00	0,04	0,01	22,00	0,15	0,00
С6.2004 №132	Рассольник домашний со сметаной	250/10	3,87	4,32	17,20	121,00	322,70	38,50	31,65	106,60	1,23	4,08	0,37	22,43	0,10	0,08	8,00	0,21	0,65
тк75	Биточки по-беларусски	90	15,50	11,20	10,60	231,00	270,00	12,00	16,00	105,00	3,00	6,34	0,00	55,00	0,03	0,12	0,00	0,01	1,10
тк80	Картофель тушеный	150	3,90	7,80	24,30	187,00	408,50	19,00	24,00	60,00	1,85	9,30	6,68	103,9	0,08	0,16	7,00	0,19	0,01
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк21	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	19,20	98,00	26,00	7,00	2,00	4,00	0,20	0,00	0,10	0,10	0,01	0,00	3,00	0,00	0,00
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	100	0,80	0,80	11,00	38,00	556,00	85,00	32,50	57,50	0,01	4,00	0,60	16,00	0,50	0,05	20,00	10,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>910</b>	<b>28,895</b>	<b>27,87</b>	<b>112,375</b>	<b>835,35</b>	<b>1735,2</b>	<b>203</b>	<b>188,15</b>	<b>372,35</b>	<b>7,966</b>	<b>28,22</b>	<b>10,95</b>	<b>217,4</b>	<b>0,8425</b>	<b>0,445</b>	<b>60</b>	<b>10,56</b>	<b>1,76</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>47,44</b>	<b>46,74</b>	<b>200,44</b>	<b>1420,95</b>	<b>2356,5</b>	<b>619,0</b>	<b>378,15</b>	<b>439,8</b>	<b>10,80</b>	<b>40,18</b>	<b>21,99</b>	<b>288,5</b>	<b>6,00</b>	<b>0,76</b>	<b>87,87</b>	<b>87,2</b>	<b>3,01</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
тк453	Каша молочная рисовая с маслом сл.	205	5,56	7,77	32,86	223,6	163,2	147,0	155,0	32,20	0,45	8,50	7,26	39,7	0,07	0,14	1,56	44,00	0,65
тк243	Бутерброд(батон) с колбасой п/к	60	6,70	7,50	15,46	154,00	166,00	10,90	10,95	71,50	0,30	1,10	2,00	1,08	0,06	0,01	0,00	0,00	0,00
тк320	Ватрушка с творогом	85	10,30	10,50	17,00	207,00	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,05	0,15	0,31	29,6	0,05
тк27/1	Чай с грушей и апельсином	200	0,30	0,00	15,00	49,50	10,80	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	0,02	0,70	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00
таб.9	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,20	0,20	9,50	55,90	278,00	85,00	32,50	57,50	0,01	5,00	1,25	42,50	0,10	0,08	60,00	16,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>23,1</b>	<b>26,0</b>	<b>89,8</b>	<b>690,0</b>	<b>764,0</b>	<b>471,9</b>	<b>217,5</b>	<b>174,4</b>	<b>2,8</b>	<b>15,5</b>	<b>12,5</b>	<b>104</b>	<b>0,3</b>	<b>0,4</b>	<b>76,9</b>	<b>89,6</b>	<b>0,7</b>
<b>Обед</b>																			
тк187	Салат из свежих помидоров с луком и заправкой	100	1,00	5,20	15,00	109,00	145,00	30,00	18,00	24,00	1,00	1,00	0,20	10,00	0,05	0,01	24,00	0,16	0,00
С6.2004 №132	Рассольник домашний со сметаной	250/10	3,87	4,32	17,20	121,00	322,70	38,50	31,65	106,60	1,23	4,08	0,37	22,43	0,10	0,08	8,00	0,21	0,65
тк75	Биточки по-беларусски	100	17,50	15,20	17,60	256,70	270,00	12,00	16,00	105,00	3,00	6,34	0,00	55,00	0,03	0,12	0,00	0,01	1,10
тк80	Картофель тушеный	180	6,50	10,80	34,20	224,00	408,50	19,00	24,00	60,00	1,85	9,30	6,68	103,9	0,08	0,16	7,00	0,19	0,01
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк21	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	19,20	98,00	26,00	7,00	2,00	4,00	0,20	0,00	0,10	0,10	0,01	0,00	3,00	0,00	0,00
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	100	0,80	0,80	11,00	38,00	556,00	85,00	32,50	57,50	0,01	4,00	0,60	16,00	0,50	0,05	20,00	10,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>890</b>	<b>33,895</b>	<b>36,87</b>	<b>137,675</b>	<b>962,05</b>	<b>1254,0</b>	<b>120,00</b>	<b>157,65</b>	<b>316,85</b>	<b>8,36</b>	<b>24,62</b>	<b>10,45</b>	<b>205,4</b>	<b>0,35</b>	<b>0,40</b>	<b>42,00</b>	<b>0,57</b>	<b>1,76</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>56,96</b>	<b>62,84</b>	<b>227,50</b>	<b>1652,05</b>	<b>2018,0</b>	<b>591,90</b>	<b>375,10</b>	<b>491,3</b>	<b>11,12</b>	<b>40,12</b>	<b>22,98</b>	<b>309,4</b>	<b>0,63</b>	<b>0,77</b>	<b>118,87</b>	<b>90,2</b>	<b>2,46</b>

День: 2 вторник  
Неделя: вторая  
Сезон: осенне-зимний

Льготная категория

2 вариант

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. веш-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
тк516	Салат "Уральский"	60	1,20	3,10	7,80	38,00	180,00	31,20	9,36	32,94	0,47	1,80	0,20	6,00	0,04	0,03	14,70	15,00	0,10
тк134	Гуляш из отварной говядины	100	15,50	13,90	13,10	205,00	270,00	14,00	20,00	150,0	2,00	6,34	0,00	55,44	0,04	0,12	1,00	0,01	0,00
тк90	Каша гречневая с луком	150	4,59	6,92	25,88	214,00	165,00	23,00	126,0	211,0	3,40	1,45	2,50	10,12	0,20	0,08	1,00	0,60	0,00
тк243	Хлеб ржаной "Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тк434	Кисель "Витюшка"	200	0,20	0,00	24,23	95,00	15,20	60,00	20,00	3,00	2,30	0,00	0,00	0,00	0,30	0,34	20,00	130,0	1,68
	<b>Итого:</b>	<b>535</b>	<b>22,89</b>	<b>24,20</b>	<b>81,26</b>	<b>603,5</b>	<b>708,2</b>	<b>135,5</b>	<b>212,9</b>	<b>408,7</b>	<b>9,1</b>	<b>11,0</b>	<b>4,5</b>	<b>80</b>	<b>0,6</b>	<b>0,7</b>	<b>36,7</b>	<b>145,6</b>	<b>1,8</b>
<b>Обед</b>																			
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно	60	1,30	0,06	0,56	8,00	84,60	15,10	10,10	19,90	0,31	1,80	0,18	10,20	0,02	0,02	6,00	6,00	0,00
тк7	Борщ с капустой и картофелем с мясом и сметаной	250/15/10	7,07	7,82	15,10	150,00	144,00	56,50	29,65	85,60	1,43	0,80	0,01	4,81	0,06	0,02	11,00	0,22	0,00
тк4а	Рыба тушеная в томате с овощами	100	5,78	8,10	26,28	238,00	471,0	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тк35	Картофельное пюре	150	2,54	5,44	20,30	132,00	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
таб.9	Фрукты свежие (банан)	200	1,80	0,40	16,80	96,00	696,00	68,00	46,00	26,00	0,60	0,10	2,00	4,40	0,08	0,10	20,00	40,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>935</b>	<b>22,62</b>	<b>22,37</b>	<b>121,72</b>	<b>820,15</b>	<b>2248,4</b>	<b>261,10</b>	<b>217,75</b>	<b>332,75</b>	<b>8,42</b>	<b>15,40</b>	<b>5,77</b>	<b>86,2</b>	<b>0,54</b>	<b>0,29</b>	<b>51,00</b>	<b>49,82</b>	<b>0,12</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>45,51</b>	<b>46,57</b>	<b>202,98</b>	<b>1423,65</b>	<b>2956,6</b>	<b>396,55</b>	<b>430,61</b>	<b>741,44</b>	<b>17,54</b>	<b>26,39</b>	<b>10,27</b>	<b>165,8</b>	<b>1,16</b>	<b>0,94</b>	<b>87,70</b>	<b>195,4</b>	<b>1,90</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. веш-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
тк516	Салат "Уральский"	100	3,68	4,90	4,01	126,00	300,00	52,00	15,60	54,90	0,79	3,00	0,30	10,00	0,05	0,04	24,50	25,00	0,20
тк134	Гуляш из отварной говядины	100	15,50	13,90	13,10	205,00	270,00	14,00	20,00	150,0	2,00	6,34	0,00	55,44	0,04	0,12	1,00	0,01	0,00
тк90	Каша гречневая с луком	150	4,59	5,92	25,88	234,52	165,00	23,00	126,0	211,0	3,40	1,45	2,50	10,12	0,20	0,08	1,00	0,60	0,00
тк243	Хлеб ржаной "Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тк434	Кисель "Витюшка"	200	0,20	0,00	24,23	95,00	15,20	60,00	20,00	3,00	2,30	0,00	0,00	0,00	0,30	0,34	20,00	130,0	1,68
	<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>25,37</b>	<b>25,00</b>	<b>77,47</b>	<b>712,0</b>	<b>828,2</b>	<b>156,3</b>	<b>219,1</b>	<b>430,7</b>	<b>9,4</b>	<b>12,2</b>	<b>4,6</b>	<b>84</b>	<b>0,6</b>	<b>0,7</b>	<b>46,5</b>	<b>155,6</b>	<b>1,9</b>
<b>Обед</b>																			
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно	100	2,06	0,10	6,50	12,00	141,00	21,90	10,50	21,00	0,54	3,00	0,30	17,00	0,03	0,04	10,00	10,00	0,00
тк7	Борщ с капустой и картофелем с мясом и сметаной	250/15/10	7,07	7,82	15,10	150,00	144,00	56,50	29,65	85,60	1,43	0,80	0,01	4,81	0,06	0,02	11,00	0,22	0,00
тк4а	Рыба тушеная в томате с овощами	130	5,78	8,10	26,28	285,00	471,0	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тк35	Картофельное пюре	180	3,78	8,10	26,28	196,20	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
таб.9	Фрукты свежие (банан)	100	1,80	0,40	16,80	96,00	696,00	68,00	46,00	26,00	0,60	0,10	2,00	4,40	0,08	0,10	20,00	40,00	0,00
Скупных	<b>Итого:</b>	<b>1025</b>	<b>24,615</b>	<b>25,07</b>	<b>133,635</b>	<b>935,35</b>	<b>2304,8</b>	<b>267,9</b>	<b>218,15</b>	<b>333,85</b>	<b>8,645</b>	<b>16,6</b>	<b>5,89</b>	<b>93,01</b>	<b>0,5525</b>	<b>0,31</b>	<b>55</b>	<b>53,82</b>	<b>0,12</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>49,99</b>	<b>50,07</b>	<b>211,105</b>	<b>1647,37</b>	<b>3133</b>	<b>424,15</b>	<b>437,25</b>	<b>764,5</b>	<b>18,085</b>	<b>28,79</b>	<b>10,49</b>	<b>176,6</b>	<b>1,1825</b>	<b>0,97</b>	<b>101,5</b>	<b>209,4</b>	<b>2</b>

День: 3 среда

Льготная категория

2 вариант

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг г
<b>Завтрак</b>																			
тк37	Сырники из творога со сгущенным	160	14,60	15,60	33,50	365,00	158,67	14,00	15,00	431,0	5,00	4,40	22,74	133,1	0,19	1,15	13,00	5,58	0,00
тк243	Батон столовый	30	1,88	0,20	12,85	60,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
тк37	Какао с витаминами "Витюшка"	200	3,77	2,50	26,00	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50
таб.9	Фрукты свежие(яблоко)	150	0,20	0,20	11,00	40,00	230,00	30,00	11,00	17,0	0,10	1,76	0,26	7,04	0,04	0,02	35,00	3,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>540</b>	<b>20,5</b>	<b>18,5</b>	<b>83,4</b>	<b>617,0</b>	<b>700,7</b>	<b>269,8</b>	<b>56,3</b>	<b>454,5</b>	<b>6,4</b>	<b>8,2</b>	<b>27,0</b>	<b>164,9</b>	<b>0,6</b>	<b>1,3</b>	<b>63,0</b>	<b>138,6</b>	<b>2,5</b>
<b>Обед</b>																			
тк4а	Икра свекольная	60	0,80	3,10	7,50	41,00	125,70	21,00	12,00	22,00	1,10	2,30	0,25	7,20	0,01	0,01	5,00	0,00	0,00
тк 199	Юшка гороховая с копченостями	250	8,92	10,94	25,00	199,00	413,00	240,95	138,76	147,10	2,90	4,00	2,43	27,40	0,33	0,06	12,00	0,00	0,00
тк45	Плов по-узбекски из говядины	200	16,23	19,29	38,15	385,00	408,50	33,81	233,83	255,81	1,85	9,30	6,68	103,9	0,09	0,16	1,50	0,00	0,01
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк524	Напиток из компотной смеси	200	0,10	0,10	19,90	95,00	96,60	4,00	4,00	3,00	0,00	0,90	7,90	0,90	0,01	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>760</b>	<b>30,18</b>	<b>33,98</b>	<b>114,03</b>	<b>835,35</b>	<b>1125,6</b>	<b>313,26</b>	<b>454,59</b>	<b>445,16</b>	<b>6,93</b>	<b>20,40</b>	<b>20,36</b>	<b>153,4</b>	<b>0,52</b>	<b>0,26</b>	<b>22,50</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>50,63</b>	<b>52,48</b>	<b>197,38</b>	<b>1452,33</b>	<b>1826,3</b>	<b>583,01</b>	<b>510,84</b>	<b>899,61</b>	<b>13,33</b>	<b>28,56</b>	<b>47,36</b>	<b>318,3</b>	<b>1,08</b>	<b>1,59</b>	<b>85,50</b>	<b>138,6</b>	<b>2,51</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг г
<b>Завтрак</b>																			
тк37	Сырники из творога со сгущенным	170	14,60	15,60	35,70	370,00	158,67	14,00	15,00	431,0	5,00	4,40	22,74	133,1	0,19	1,15	13,00	5,58	0,00
тк243	Батон столовый	30	1,88	0,20	12,85	60,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
тк37	Какао с витаминами	200	3,77	2,50	26,00	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50
таб.9 Скюрихи	Фрукты свежие(яблоко)	150	0,40	0,40	9,50	43,00	230,00	30,00	11,00	17,0	0,10	1,76	0,26	7,04	0,04	0,02	35,00	3,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>20,7</b>	<b>18,7</b>	<b>84,1</b>	<b>625,0</b>	<b>700,7</b>	<b>269,8</b>	<b>56,3</b>	<b>454,5</b>	<b>6,4</b>	<b>8,2</b>	<b>27,0</b>	<b>164,9</b>	<b>0,6</b>	<b>1,3</b>	<b>63,0</b>	<b>138,6</b>	<b>2,5</b>
<b>Обед</b>																			
тк4а	Икра свекольная	100	1,30	5,16	15,50	68,00	209,50	35,00	20,00	36,70	1,80	3,83	0,41	12,00	0,02	0,01	8,30	0,00	0,00
тк 199	Юшка гороховая с копченостями	250	8,92	10,94	25,00	199,00	413,00	240,95	138,76	147,10	2,90	4,00	2,43	27,40	0,33	0,06	12,00	0,00	0,00
тк45	Плов по-узбекски из говядины	225	18,23	21,29	38,15	485,00	408,50	33,81	233,83	255,81	1,85	9,30	6,68	103,9	0,09	0,16	1,50	0,00	0,01
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк524	Напиток из компотной смеси	200	0,10	0,10	19,90	95,00	96,60	4,00	4,00	3,00	0,00	0,90	7,90	0,90	0,01	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>825</b>	<b>32,675</b>	<b>38,0335</b>	<b>122,026</b>	<b>962,35</b>	<b>1209,4</b>	<b>327,26</b>	<b>462,59</b>	<b>459,86</b>	<b>7,63</b>	<b>21,93</b>	<b>20,52</b>	<b>158,2</b>	<b>0,53</b>	<b>0,26</b>	<b>25,80</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>53,325</b>	<b>56,7335</b>	<b>206,076</b>	<b>1587,33</b>	<b>1910,1</b>	<b>597,01</b>	<b>518,84</b>	<b>914,31</b>	<b>14,03</b>	<b>30,09</b>	<b>47,52</b>	<b>323,1</b>	<b>1,09</b>	<b>1,59</b>	<b>88,80</b>	<b>138,6</b>	<b>2,51</b>

День 4 четверг

Льготная категория

2 вариант

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов (возраст 7-11 лет)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод, мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A, мкг рет.	D, мкг г
<b>Завтрак</b>																			
тк16	Салат из свежих огурцов с луком	60	0,70	3,10	1,90	42,00	145,00	5,50	10,50	3,50	0,15	0,40	0,20	10,00	0,04	0,02	15,00	66,50	0,00
тк121/1	Печень по-строгановски	100	10,40	9,60	5,90	163,00	158,67	14,00	15,00	431,0	5,00	4,40	22,74	133,1	0,19	1,15	13,00	5,58	0,00
тк5	Макаронные изделия отварные	150	2,50	4,80	33,30	191,00	102,00	11,00	7,00	36,00	0,80	1,32	0,00	20,24	0,06	0,03	0,00	0,03	0,06
тк243	Хлеб ржаной "Дарницкий"	25	1,40	0,28		51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тк459/1	Напиток "таежный" (чай с брусникой)	200	0,40	0,10	18,40	85,00	56,20	12,50	10,10	15,90	1,10	0,00	0,04	0,52	0,00	0,01	7,50	0,31	0,00
таб.6 Скурихи	Кондитерские изделия	50	1,88	1,50	16,50	85,00	55,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,02	1,23	1,70	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>585</b>	<b>17,28</b>	<b>19,38</b>	<b>76,00</b>	<b>617,50</b>	<b>594,87</b>	<b>55,25</b>	<b>84,10</b>	<b>506,15</b>	<b>9,00</b>	<b>7,52</b>	<b>24,78</b>	<b>171,82</b>	<b>0,34</b>	<b>1,31</b>	<b>36,73</b>	<b>74,12</b>	<b>0,06</b>
<b>Обед</b>																			
тк	Зеленый горошек консер. (порционно)	60	1,50	0,10	6,25	35,00	50,00	10,20	8,40	15,00	0,25	0,01	0,00	0,00	0,06	0,02	5,00	0,00	0,00
тк28	Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью	250/25/2	6,58	7,70	28,00	158,70	87,20	28,75	44,75	35,00	0,95	4,80	8,00	42,00	0,05	0,09	1,00	5,21	0,40
тк493	Биточки по-селянски	105	10,70	8,50	10,05	212,00	316,00	12,00	16,00	109,30	1,33	6,59	0,52	63,50	0,05	0,13	2,60	0,00	0,00
тк 35	Картофельное пюре	150	2,54	5,44	20,30	132,00	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк206	Кисломолочный напиток(ряженка)	200	2,50	2,50	25,00	128,00	292,00	240,00	28,00	190,00	0,20	18,00	4,00	40,00	0,08	0,34	2,00	44,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>842</b>	<b>27,945</b>	<b>24,79</b>	<b>113,075</b>	<b>781,05</b>	<b>1298</b>	<b>351,45</b>	<b>192,15</b>	<b>451,55</b>	<b>4,905</b>	<b>37,7</b>	<b>15,86</b>	<b>185,9</b>	<b>0,4625</b>	<b>0,666</b>	<b>15,6</b>	<b>51,01</b>	<b>0,46</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>45,23</b>	<b>44,17</b>	<b>189,08</b>	<b>1398,55</b>	<b>1892,9</b>	<b>406,70</b>	<b>276,25</b>	<b>957,7</b>	<b>13,91</b>	<b>45,22</b>	<b>40,64</b>	<b>357,7</b>	<b>0,80</b>	<b>1,97</b>	<b>52,33</b>	<b>125,1</b>	<b>0,52</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод, мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A, мкг рет.	D, мкг г
<b>Завтрак</b>																			
тк16	Салат из свежих огурцов с зел.луком	100	3,26	2,20	3,50	75,00	241,60	18,90	21,70	27,90	0,90	0,70	0,33	16,70	0,06	0,03	28,00	0,00	0,00
тк121/1	Печень по-строгановски	100	10,40	9,60	5,90	163,00	158,67	14,00	15,00	431,0	5,00	4,40	22,74	133,1	0,19	1,15	13,00	5,58	0,00
тк5	Макаронные изделия отварные	180	3,60	5,76	37,56	229,20	61,20	13,20	8,40	43,20	0,96	0,73	0,00	12,10	0,07	0,10	0,02	0,00	0,03
тк243	Хлеб ржаной "Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тк459/1	Напиток "таежный" (чай с брусникой)	200	0,40	0,10	18,40	85,00	56,20	12,50	10,10	15,90	1,10	0,00	0,04	0,52	0,00	0,01	7,50	0,31	0,00
таб.9 Скурихи	Кондитерские изделия	50	1,88	1,50	16,50	85,00	55,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,02	1,23	1,70	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>655</b>	<b>20,94</b>	<b>19,44</b>	<b>92,11</b>	<b>688,70</b>	<b>650,67</b>	<b>70,85</b>	<b>96,70</b>	<b>537,75</b>	<b>9,91</b>	<b>7,23</b>	<b>24,91</b>	<b>170,38</b>	<b>0,37</b>	<b>1,39</b>	<b>49,75</b>	<b>7,59</b>	<b>0,03</b>
<b>Обед</b>																			
тк	Зеленый горошек консер. (порционно)	100	2,50	0,30	14,00	58,00	99,00	10,20	8,40	15,00	0,25	0,01	0,01	0,00	0,11	0,05	10,00	0,00	0,00
тк28	Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью	250/25/2	6,58	7,70	28,00	158,70	87,20	28,75	44,75	35,00	0,95	4,80	8,00	42,00	0,05	0,09	1,00	5,21	0,40
тк493	Биточки по-селянски	120	12,70	8,50	11,50	255,00	316,00	12,00	16,00	109,30	1,33	6,59	0,52	63,50	0,05	0,13	2,60	0,00	0,00
тк35	Картофельное пюре	180	3,78	8,10	26,28	196,20	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк206	Кисломолочный напиток(ряженка)	200	2,50	2,50	25,00	128,00	292,00	240,00	28,00	190,00	0,20	18,00	4,00	40,00	0,08	0,34	2,00	44,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>927</b>	<b>32,19</b>	<b>27,65</b>	<b>128,26</b>	<b>911,25</b>	<b>1347,0</b>	<b>351,45</b>	<b>192,15</b>	<b>451,6</b>	<b>4,91</b>	<b>37,70</b>	<b>15,87</b>	<b>185,9</b>	<b>0,51</b>	<b>0,70</b>	<b>20,60</b>	<b>51,01</b>	<b>0,46</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>53,13</b>	<b>47,09</b>	<b>220,37</b>	<b>1599,95</b>	<b>1997,7</b>	<b>422,30</b>	<b>288,85</b>	<b>989,3</b>	<b>14,82</b>	<b>44,93</b>	<b>40,78</b>	<b>356,3</b>	<b>0,88</b>	<b>2,09</b>	<b>70,35</b>	<b>58,60</b>	<b>0,49</b>

День: 5 пятница

Льготная категория

2 вариант

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецепт	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. веш-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se,	F,	В1	В2	С	А,мкг	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
таб.9 скурихин	Овощи консервированные (огурец) порционно	60	0,00	0,00	3,60	16,00	70,20	6,90	7,20	4,20	0,18	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00
тк117	Котлета рубленая из птицы(филе)	90	11,12	10,20	19,25	145,50	158,00	20,50	5,1	25,60	0,24	5,00	20,00	114,0	0,08	0,19	2,66	43,00	0,03
тк319	Ризотто школьное	150	2,68	5,00	21,35	220,00	242,00	10,00	31,00	84,00	0,60	5,28	20,00	114,0	0,06	0,06	2,52	0,00	0,00
тк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55
тк136	Напиток кофейный с молоком	200	1,50	1,30	22,40	107,00	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	100	0,40	0,20	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,00	0,04	0,03	35,00	0,00	0,20
	<b>Итого</b>	<b>625</b>	<b>17,7</b>	<b>16,9</b>	<b>86,3</b>	<b>585,0</b>	<b>816,5</b>	<b>238,4</b>	<b>66,3</b>	<b>280,8</b>	<b>2,4</b>	<b>20,4</b>	<b>43,6</b>	<b>402</b>	<b>5,2</b>	<b>0,4</b>	<b>43,7</b>	<b>67</b>	<b>0,8</b>
<b>ВСЕГО ЗАВТРАК ЗА 10 ДНЕЙ :</b>			<b>197,7</b>	<b>202,7</b>	<b>841,9</b>	<b>5984,2</b>	<b>7143,4</b>	<b>3089,0</b>	<b>1243,8</b>	<b>3222,8</b>	<b>50,4</b>	<b>177,2</b>	<b>256,8</b>	<b>1861</b>	<b>18,5</b>	<b>6,9</b>	<b>334,6</b>	<b>1057,4</b>	<b>91,1</b>
<i>в среднем за один день (завтрак)</i>			<i>19,77</i>	<i>20,27</i>	<i>84,19</i>	<i>598,42</i>	<i>714,34</i>	<i>308,90</i>	<i>124,38</i>	<i>322,28</i>	<i>5,04</i>	<i>17,72</i>	<i>25,68</i>	<i>186,1</i>	<i>1,85</i>	<i>0,69</i>	<i>33,46</i>	<i>105,74</i>	<i>9,11</i>
<b>Обед</b>																			
тк521	Салат из свежих фруктов	60	0,50	2,10	10,80	47,00	84,60	11,00	5,00	8,00	0,60	1,80	0,18	10,20	0,01	0,02	14,00	6,00	0,00
тк17	Суп овощной с мясом и сметаной	250/15/10	3,17	5,52	12,80	102,00	362,70	48,00	27,00	85,00	1,20	5,08	0,37	30,83	0,10	0,08	13,00	0,12	0,65
тк522	Колбаски деревенские	90	9,60	8,68	9,50	208,00	250,30	18,00	10,00	181,00	1,00	7,16	34,91	194,2	0,10	1,61	0,00	4518,40	0,18
тк90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	150	4,59	6,92	25,88	234,52	165,00	23,00	126,0	211,0	3,40	1,45	2,50	10,12	0,20	0,08	1,00	0,60	0,00
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк39	Сок с трубочкой в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
тк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	2,90	3,50	25,00	128,00	129,00	235,00	30,00	196,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,20	2,00	22,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>925</b>	<b>21,99</b>	<b>23,77</b>	<b>101,66</b>	<b>787,67</b>	<b>944,4</b>	<b>127,50</b>	<b>242,00</b>	<b>516,25</b>	<b>10,08</b>	<b>19,39</b>	<b>41,06</b>	<b>259,4</b>	<b>0,51</b>	<b>1,82</b>	<b>32,00</b>	<b>4525,1</b>	<b>0,83</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>39,7</b>	<b>40,7</b>	<b>188,0</b>	<b>1372,7</b>	<b>1760,9</b>	<b>365,9</b>	<b>308,3</b>	<b>797,1</b>	<b>12,5</b>	<b>39,8</b>	<b>84,7</b>	<b>661,0</b>	<b>5,7</b>	<b>2,3</b>	<b>75,7</b>	<b>4592</b>	<b>1,6</b>
<b>ВСЕГО ОБЕД ЗА 10 ДНЕЙ:</b>			<b>283,1</b>	<b>283,1</b>	<b>1239,6</b>	<b>8281,2</b>	<b>14266</b>	<b>2801,4</b>	<b>2964,5</b>	<b>5209,4</b>	<b>87,4</b>	<b>977,1</b>	<b>199,9</b>	<b>2214</b>	<b>11,5</b>	<b>6,4</b>	<b>729,7</b>	<b>5095,9</b>	<b>8,9</b>
<i>в среднем за один день (обед)</i>			<i>28,3142</i>	<i>28,315</i>	<i>123,955</i>	<i>828,1152</i>	<i>1426,6</i>	<i>280,142</i>	<i>296,445</i>	<i>520,943</i>	<i>8,7437</i>	<i>97,705</i>	<i>19,991</i>	<i>221,4</i>	<i>1,14743</i>	<i>0,6391</i>	<i>72,971</i>	<i>509,59</i>	<i>0,892</i>
<b>Итого за 10 дней</b>			<b>480,8</b>	<b>485,9</b>	<b>2081,4</b>	<b>14265,3</b>	<b>21410</b>	<b>5890,4</b>	<b>4208,2</b>	<b>8432,2</b>	<b>137,8</b>	<b>1154,2</b>	<b>456,8</b>	<b>4075</b>	<b>30,0</b>	<b>13,2</b>	<b>1064,3</b>	<b>6153,3</b>	<b>100,0</b>
<b>Итого в среднем за 1 день</b>			<b>48,08</b>	<b>48,59</b>	<b>208,14</b>	<b>1426,53</b>	<b>2141,0</b>	<b>589,04</b>	<b>420,82</b>	<b>843,22</b>	<b>13,78</b>	<b>115,42</b>	<b>45,68</b>	<b>407</b>	<b>3,00</b>	<b>1,32</b>	<b>106,43</b>	<b>615,33</b>	<b>10,00</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецепт уры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. веш-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
скурихин	Овощи консервированные (огурец)	100	0,40	0,05	6,00	26,70	117,03	11,50	12,00	7,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01	2,50	3,00	0,00
тк117	Котлета рубленая из птицы(филе)	100	13,00	12,00	29,00	189,00	158,00	20,50	5,1	25,60	0,24	5,00	20,00	114,0	0,08	0,19	2,66	43,00	0,03
тк319	Ризотто школьное	180	4,50	7,50	26,00	274,00	242,00	10,00	31,00	84,00	0,60	5,28	20,00	114,0	0,06	0,06	2,52	0,00	0,00
тк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55
тк136	Напиток кофейный с молоком	200	1,50	1,30	22,40	107,00	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	100	0,40	0,20	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,00	0,04	0,03	35,00	0,00	0,20
	<b>Итого</b>	<b>605</b>	<b>21,4</b>	<b>21,1</b>	<b>95,6</b>	<b>655,2</b>	<b>708,3</b>	<b>213,0</b>	<b>60,1</b>	<b>266,6</b>	<b>2,4</b>	<b>20,1</b>	<b>43,5</b>	<b>252</b>	<b>5,2</b>	<b>0,4</b>	<b>9,7</b>	<b>70</b>	<b>0,6</b>
<b>ВСЕГО ЗАВТРАК ЗА 10 ДНЕЙ :</b>			<b>223,54</b>	<b>229,58</b>	<b>892,81</b>	<b>6713,14</b>	<b>7758,4</b>	<b>3142,6</b>	<b>1442,71</b>	<b>3698,66</b>	<b>57,05</b>	<b>193,25</b>	<b>270,87</b>	<b>1784</b>	<b>13,93</b>	<b>7,52</b>	<b>403,36</b>	<b>1202,8</b>	<b>91,06</b>
<i>в среднем за один день (завтрак)</i>			<i>22,35</i>	<i>22,96</i>	<i>89,28</i>	<i>671,31</i>	<i>775,84</i>	<i>314,26</i>	<i>144,27</i>	<i>369,87</i>	<i>5,71</i>	<i>19,33</i>	<i>27,09</i>	<i>178,4</i>	<i>1,39</i>	<i>0,75</i>	<i>40,34</i>	<i>120,28</i>	<i>9,11</i>
<b>Обед</b>																			
тк521	Салат из свежих фруктов	100	2,50	3,00	16,50	105,00	84,60	11,00	5,00	8,00	0,60	1,80	0,18	10,20	0,01	0,02	14,00	6,00	0,00
тк17	Суп овощной с мясом и сметаной	250/15/10	3,17	5,52	12,80	102,00	362,70	48,00	27,00	85,00	1,20	5,08	0,37	30,83	0,10	0,08	13,00	0,12	0,65
тк522	Колбаски деревенские	100	12,00	12,20	12,00	263,00	278,11	18,00	10,00	181,00	1,00	7,96	38,79	215,80	0,10	1,79	0,00	5020,40	0,20
тк90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	180	5,51	8,30	31,06	257,00	198,00	24,06	151,00	253,00	4,00	1,74	3,00	12,00	0,30	0,09	2,00	0,80	0,00
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>1005</b>	<b>27,31</b>	<b>29,57</b>	<b>115,04</b>	<b>923,15</b>	<b>1005,2</b>	<b>128,56</b>	<b>267,00</b>	<b>558,25</b>	<b>10,68</b>	<b>20,48</b>	<b>45,44</b>	<b>282,8</b>	<b>0,61</b>	<b>2,01</b>	<b>33,00</b>	<b>5027,3</b>	<b>0,85</b>

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		48,69	50,62	210,64	1578,35	1713,5	341,56	327,05	824,85	13,10	40,56	88,94	534,5	5,78	2,42	42,68	5097	1,43
ВСЕГО ОБЕД ЗА 10 ДНЕЙ:		294,7	307,8	1283,7	9336,9	13547	2504,3	2993,2	5104,2	90,6	962,1	163,2	1775	6,5	6,2	661,3	5536	8,2
в среднем за один день (обед)		29,47	30,78	128,37	933,69	1354,7	250,43	299,32	510,42	9,06	96,21	16,32	177,5	0,65	0,62	66,13	554	0,82
Итого за 10 дней		518,3	537,4	2176,5	16050,0	21305	5646,9	4435,9	8802,9	147,7	1155,4	434,0	3559	20,4	13,7	1064,7	6739	99,2
Итого в среднем за 1 день		51,83	53,74	217,65	1605,00	2130,5	564,69	443,59	880,29	14,77	115,54	43,40	355,9	2,04	1,37	106,47	673,9	8,27

Технолог отдела общественного питания

*И.И. Корниенко*

И.И. Корниенко