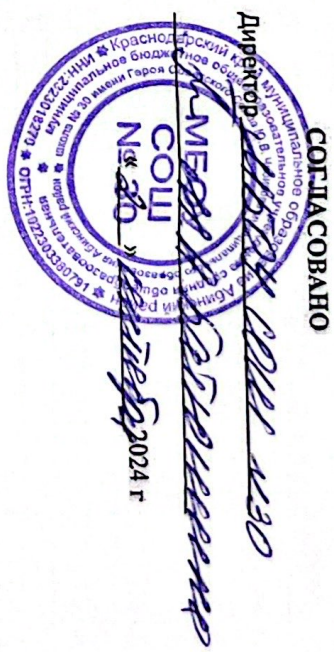


ИП _____ Поникарэнко

« _____ » _____ 2024 г.



СОГЛАСОВАНО

Директор

[Handwritten signature]
2024 г.

Основное (организованное) 10-дневное меню приготавливаемых блюд для обучающихся от 7 до 11 лет в муниципальных общеобразовательных учреждениях системы управления образования муниципального образования Абинский район

(завтраки, обеды и полдники)

г. Абинск 2024

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПРОДУКТОВОГО НАБОРА

7-11 лет

Наименование продукта	Норма на 1 чел., г	Месяцы										Факт. за 10 дн., г	Факт. за день, г	Выполнение, г	Выполнение, %	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энергетическая ценность, ккал
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10								
Хлеб ржаной	48	40	59	50	50	35	50	30	65	54	483	48		101	3,2	0,4	20,4	99,2	
Хлеб пшеничный	90	95	103	87	60	109	80	109	113	69	899	90		100	6,8	0,5	43,6	206,1	
Мука	9	55,5	20	21,1	65,7	73,7	4,8	18,2	1	42,9	302,9	30,3		337	3,4	2,2	21,9	125,6	
Крупа (злаки), Бобовые	27	42	39,7	24	39,6	29,5	39,6	51,4	71,3	106,3	443,4	44,3		164	4,1	0,7	29,7	140,9	
Макаронные изделия	9		51,1		51,1	14,4					116,6	11,7		130	1,2	0,2	8,0	38,2	
Картофель	112,2	148,4	50	172	128,4	50	147,2	111,3	200	138,6	1195,9	119,6		107	2,3	0,5	19,0	89,3	
Овощи разные, зелень	168	166,2	163,1	134,9	194,6	107,5	95,6	303,2	91,1	192,9	1639,7	164		98	2,5	1,7	10,7	65,5	
Фрукты свежие	111		100	207		200	100	207	100	100	1114	111		100	1,2	2,3	15,4	95,1	
Фрукты сухие	9	25	20	20		25					90	9		100			0,7	2,8	
Сояи фруктовые (овощные)	120	200			200				200	200	1200	120		100	0,6	0,1	11,9	50,8	
Мясо	42	71,1	60,9	54,3		72,7	76,8	71,1		54,3	60,9	522,1	52,2	124	8,9	10,4		128,8	
Субпродукты (печень, язык, сердце)	18													0					
Птица	21		81,6		88,6			82,2		69,9	403,9	40,4		192	7,2	7,2		93,3	
Рыба	34,8			120				66			166	18,6		53	2,9	0,2		13,0	
Молоко	180	219	200	100	24	395	90	200	109	200	1837	184		102	5,1	4,4	9,5	99,0	
Кисломолочные продукты	90			180			380		180	180	920	92		102	2,6	2,3	4,1	52,0	
Творог	30	38		138	45		38				304	30		101	5,4	2,7	0,9	50,3	
Сыр	6	12,6	12				12	12,6	12		61,2	6,1		102	1,4	1,8		22,3	
Сметана	6	5		20,4			30		5		60,4	6		101	0,2	0,9	0,2	12,1	
Масло сливочное	18	21,7	18,4	20,8	12,7	21,6	6,5	8,8	31,9	20	179,7	18		100	0,6	15,1	3,9	158,6	
Масло растительное	9	9,8	18,3	13,3	11,2	8,6	8,7	13,9	8	10,2	123,1	12,3		137	0,6	13,9	3,8	146,9	
Яйцо	24	68,3	6,9	13	33,2	40,3	33,6	15,1		29,2	239,6	24		100	3,6	4,6	3,9	75,9	
Сахарный песок	18	30	20	27,5	21,7	15,7	12,8	12,5	28		179,9	18		100	0,6	1,9	21,3	108,9	
Кондитерские изделия	6						45				45	5		75	0,3	0,4	3,4	18,8	
Чай	0,6			0,9	0,9	1,8		0,9	0,9		5,4	0,5		90	0,1		0,2	1,3	
Какао	0,6	6									6	0,6		100	0,2	0,1	0,1	1,7	
Кофейный напиток	1,2					6					12	1,2		100	0,1		0,6	3,0	
Дрожжи	0,12	0,3			0,3						1,2	0,12		100	0,6	1,9	3,8	39,3	
Крахмал	1,8							18			18	1,8		100			1,9	7,4	
Соль	1,8	1,6	1,5	2,3	2,3	1,2	2,3	0,7	2,2	1,7	18	1,8		100	0,6	1,9	3,8	39,2	
Специи	1,2													0					
															66,3	78,3	242,7	1984,3	

3 День

Пример пищи, наименование блюда	Плановые показатели			Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав								Минеральный состав								№ рецептур
	Масса порции	Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	Сi, мг	Ca, мг		
КАЧЕВКА ИЗ ТВОРОГА	150	28,69	18,48	21,31	386,06	0,09	0,28	0,11	0,18	0,22	0,30	294,71	33,39	283,10	1,11	292,18	1,19	0,04	0,01	223	
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	25	1,76	2,06	13,46	134,60	0,01	0,10	0,01	0,06	0,01	0,08	65,08	7,69	69,28	0,08	91,25	1,75	0,01	0,01	209	
ФРУКТОВЫЕ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	0,40	0,40	9,20	47,02	0,01	10,00	0,01	0,00	0,00	0,02	18,00	8,00	11,00	2,20	270,00	2,00	0,01	0,01	393	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,17	0,00	10,05	40,85	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,01	12,46	3,40	0,84	0,67	23,27	0,00	0,01	0,00	8	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,10	12,55	51,21	0,04	0,00	0,00	0,48	0,02	0,01	5,23	8,23	21,00	0,50	-32,25	0,00	0,00	0,00	2008	
Итого за пример пищи:	600	30,92	21,10	67,17	692,89	0,14	10,42	0,13	1,06	0,23	0,42	308,00	62,89	371,12	4,53	628,91	5,50	0,06	0,03		
Общая																					
СОУЩИ НАПРАВЛЕНИЕ ПО СЕЗОНУ ГОТОВИТЬ СВЕЖИЕ	60	0,48	0,00	1,50	6,40	0,02	0,00	0,01	0,01	0,01	0,02	13,80	6,40	28,20	0,01	1,80	0,01	0,00	0,00	71	
СУТ ИЛИ ТВОРОГ	250	3,03	2,78	24,11	138,61	0,08	0,89	0,33	0,28	0,23	0,27	32,56	31,44	73,88	1,12	476,60	5,51	0,04	0,00	4	
КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ С МАКЛОМ СИРОЧЕНЫМ (КОС)	95	11,37	16,73	8,98	231,77	0,05	0,04	0,02	0,26	0,08	0,08	14,83	18,71	102,07	2,09	214,87	4,80	0,01	0,01	270	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ДУМНОМ	150	3,26	10,82	22,51	203,26	0,12	10,77	0,02	3,98	0,00	0,00	29,50	29,79	62,04	1,41	720,13	7,88	0,04	0,00	145	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,88	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,28	1,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,23	20,07	84,72	0,00	0,00	0,00	0,78	0,00	0,02	9,20	13,20	33,60	0,80	51,00	0,00	0,01	0,00	2008	
ХЛЕБ РЖАНОМ	33	2,32	0,31	14,84	71,38	0,00	0,00	0,00	0,27	0,00	0,03	6,30	8,68	30,45	1,40	47,80	1,98	0,00	0,00	2008	
Итого за пример пищи:	630	13,51	20,73	102,11	784,76	0,39	23,70	0,36	9,52	0,11	0,31	113,14	107,69	357,82	7,42	1 600,30	21,74	0,13	0,00		
Полдник																					
КОРЖИКА С МОЛОКОМ	70	3,76	10,24	18,68	206,75	0,04	0,01	0,00	2,02	0,25	0,40	14,29	6,61	47,23	0,83	75,88	2,79	0,01	0,01	83	
УСЛОЖНЕННЫЙ ПИРАТ (КОРЖИ)	100	5,64	4,50	101,72	101,72	0,05	1,29	0,05	0,50	0,00	0,31	240,00	28,20	171,00	0,00	292,80	0,00	0,04	0,00	396	
ФРУКТОВЫЕ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	0,98	0,20	8,10	43,08	0,04	60,00	0,01	0,21	0,00	0,03	34,00	13,00	23,00	0,20	197,00	2,00	0,00	0,00	338	
Итого за пример пищи:	300	9,70	14,94	35,18	351,61	0,13	61,27	0,09	2,24	0,25	0,74	364,29	48,01	241,23	0,83	533,68	4,79	0,07	0,01		
Итого за день:		64,13	64,77	204,48	1 738,82	0,66	95,39	0,60	12,42	0,59	1,47	684,43	218,09	978,17	12,89	2 708,67	32,04	0,20	0,04		

3

4 День

Пример пищи, наименование блюда	Плановые показатели			Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав								Минеральный состав								№ рецептур
	Масса порции	Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	Сi, мг	Ca, мг		
ОСОЩИ НАПРАВЛЕНИЕ ПО СЕЗОНУ ГОТОВИТЬ СВЕЖИЕ	90	0,48	0,00	1,50	6,40	0,02	0,00	0,01	0,01	0,01	0,02	13,80	6,40	28,20	0,01	1,80	0,01	0,00	0,00	71	
СУТ ИЛИ ТВОРОГ	100	18,84	5,43	1,50	132,63	0,11	3,28	0,15	2,33	0,00	0,12	53,83	65,73	298,27	1,10	582,58	16,85	0,76	0,02	81	
КОРЖИКА С МОЛОКОМ	150	3,30	5,24	22,84	137,22	0,12	10,38	0,04	0,24	0,08	0,12	41,22	30,13	65,13	1,19	794,99	8,55	0,04	0,00	312	
КОРЖИКА С МОЛОКОМ	200	1,00	0,20	20,20	86,00	0,02	4,00	0,00	0,00	0,00	0,02	14,00	8,00	14,00	2,00	240,00	2,00	0,00	0,00	399	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,53	0,12	10,94	47,39	0,03	0,00	0,00	0,39	0,00	0,01	4,80	6,90	19,80	0,40	25,80	0,00	0,00	0,00	2008	
ХЛЕБ РЖАНОМ	30	1,99	0,26	12,72	61,10	0,05	0,00	0,00	0,68	0,00	0,02	3,40	5,70	26,10	1,20	40,00	1,68	0,00	0,00	2008	
Итого за пример пищи:	480	27,24	11,23	68,68	473,83	0,35	23,65	0,20	3,68	0,08	0,31	132,85	124,50	438,50	7,29	1 738,77	19,48	0,81	0,02		
Общая																					
ИЮЛЬ КАВАЧОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,14	5,24	4,82	54,60	0,01	4,20	0,11	0,00	0,00	0,03	24,60	6,00	22,20	0,42	189,00	0,00	0,00	0,00	2009	
СУТ ИЛИ ТВОРОГ	250	2,87	5,89	14,33	78,01	0,02	0,48	0,02	2,22	0,12	0,03	21,02	7,04	30,50	0,41	48,90	1,85	0,00	0,01	113	
ЧАДОУЧИЛИ ДОМАШНИИ	90	16,20	1,48	3,64	234,66	0,08	1,48	0,07	0,81	0,00	0,12	20,49	17,51	141,99	1,47	218,84	5,84	0,11	0,02	12	
КОРЖИКА С МОЛОКОМ	150	3,36	4,26	31,61	178,98	0,04	1,90	0,35	0,00	0,07	0,04	12,46	37,44	72,16	0,74	746,07	2,25	0,03	0,01	3	
КОРЖИКА С МОЛОКОМ	200	0,17	0,00	10,05	40,86	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	15,00	3,46	6,66	0,87	23,23	0,00	0,00	0,00	9	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,23	20,07	84,72	0,00	0,00	0,00	0,44	0,00	0,00	17,40	13,20	33,60	0,80	51,00	0,00	0,01	0,00	2008	
ХЛЕБ РЖАНОМ	20	1,32	0,18	6,48	27,07	0,00	0,00	0,00	0,44	0,00	0,02	3,80	3,80	17,40	0,80	27,20	1,12	0,00	0,00	2008	
Итого за пример пищи:	810	28,10	32,55	12,00	744,53	0,23	8,02	0,33	4,72	0,19	0,21	106,47	63,99	294,32	5,31	702,84	10,88	0,13	0,04		
Полдник																					
ДРОЖЖИ СЛОБОДНЫЕ ПЕЧЕНЬЕ С ТВОРОГОМ	100	6,13	2,99	30,00	240,00	0,09	0,22	0,12	0,75	0,65	0,25	98,53	19,90	183,28	1,26	143,88	8,28	0,04	0,02	101	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,17	0,00	10,05	40,86	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,01	12,46	3,40	6,66	0,87	23,23	0,00	0,00	0,00	9	
Итого за пример пищи:	300	6,32	2,99	40,05	280,86	0,09	0,28	0,12	0,75	0,65	0,26	109,29	23,30	189,94	1,30	168,02	8,28	0,04	0,02		
Итого за день:		63,78	47,29	201,48	1 687,32	0,67	31,93	0,67	8,15	0,82	0,84	348,41	233,26	850,79	14,83	2 808,53	21,00	1,00	0,06		

4

5 день

Продукт питания, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав										Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур
		Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мг	Д, мкг	В2, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	К, мг	Na, мг	Cl, мг	Ca, мг	Fe, мг	К, мг	Li, мг	Р, мг	Sr, мг				
Каша жидкая молочная из манной крупы	200	3,87	10,20	17,26	235,00	0,06	0,50	0,00	0,00	0,14	0,12	0,00	0,11	0,00	0,00	106,38	18,00	92,50	0,38	178,15	4,57	0,01	0,00	181	2011		
Каша жидкая молочная с маком	200	3,41	2,43	12,46	105,90	0,04	0,42	0,00	0,00	0,00	0,11	0,00	0,11	0,00	0,00	112,00	20,38	91,00	0,46	173,84	9,00	0,00	0,00	11	2011		
Фарш севский (рисовый)	100	0,40	0,40	0,50	47,00	0,03	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	16,00	4,00	11,00	2,00	278,00	2,00	0,01	0,00	338	2011		
Хлеб пшеничный	35	2,87	17,90	0,00	92,80	0,09	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,50	11,50	29,00	0,10	46,15	0,00	0,01	0,00		2008		
Итого за прием пищи:	635	12,16	13,35	75,05	470,80	0,27	11,02	0,00	0,00	0,28	0,24	0,14	0,27	0,00	0,00	242,90	58,01	226,00	3,72	676,14	16,57	0,03	0,00				
Обед																											
Салат натуральный по сезону (помидоры свежие)	80	0,80	0,12	2,28	14,00	0,04	13,00	0,10	0,10	0,21	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,40	12,00	15,60	0,60	174,00	1,20	0,00	0,00	71	2011		
Суп из овощей	250	1,81	3,10	10,75	89,00	0,06	0,50	0,20	0,20	2,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	32,78	21,21	48,00	0,88	308,58	3,00	0,00	0,00	80	2011		
Биточки (осырные маком)	90	14,33	22,55	11,43	300,80	0,13	0,00	0,00	0,00	2,23	0,00	0,00	0,00	0,00	12,72	24,14	146,41	2,89	278,00	5,00	0,01	0,00	209	2011			
Макаронные изделия отварные с маком	200	5,45	5,78	30,45	195,00	0,07	0,00	0,48	1,23	0,11	0,00	0,00	0,00	0,00	22,20	10,00	41,23	0,91	84,93	0,77	0,01	0,01	203	2011			
Сок фруктовый	200	0,87	0,19	10,80	63,42	0,02	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,20	12,00	12,00	2,52	240,00	2,00	0,00	0,00	388	2011			
Хлеб пшеничный	40	3,03	0,25	2,00	84,73	0,04	0,00	0,00	0,00	0,78	0,00	0,00	0,00	0,00	9,20	13,50	33,60	0,46	51,00	0,00	0,01	0,00		2008			
Хлеб ржаной	30	1,32	0,18	0,48	40,78	0,04	0,00	0,00	0,00	0,44	0,00	0,00	0,00	0,00	3,80	3,80	17,40	0,60	27,20	1,12	0,00	0,00		2008			
Итого за прием пищи:	816	27,89	34,17	163,06	600,88	0,42	25,10	0,36	0,36	7,28	0,19	0,00	0,28	0,00	0,00	101,50	91,00	313,64	9,12	1202,80	14,91	0,00	0,00				
Полдник																											
Рисовая каша с маком	40	4,08	4,48	0,27	61,20	0,02	0,00	0,10	0,00	0,81	0,89	0,15	0,15	0,00	19,92	4,35	69,55	0,91	96,35	0,00	0,00	0,00	209	2011			
Молоко в промышленной упаковке	200	5,63	4,85	8,31	104,78	0,05	1,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21	0,00	0,00	204,00	22,40	144,00	0,18	292,00	18,00	0,00	0,00	83	2022			
Фарш севский (говядина)	100	0,40	0,30	0,50	47,00	0,02	5,00	0,00	0,00	0,38	0,00	0,00	0,00	0,00	18,00	12,00	18,00	2,00	155,00	1,00	0,00	0,00	338	2011			
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,00	0,00	7,33	0,00	0,00	0,00	0,00	0,28	0,00	0,00	0,00	0,00	3,45	4,55	12,00	0,30	19,35	0,00	0,00	0,00		2008			
Итого за прием пищи:	288	12,19	9,73	27,51	248,28	0,11	6,04	0,19	0,19	1,46	0,89	0,46	0,46	0,00	248,27	43,78	242,15	3,37	522,78	27,00	0,00	0,00					
Итого за день:		81,87	67,16	289,81	1660,51	0,72	42,16	0,57	0,57	10,96	1,22	0,63	0,63	0,00	580,96	191,34	778,81	16,21	2401,67	61,53	0,14	0,00					

6 день

Продукт питания, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав										Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур
		Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мг	Д, мкг	В2, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	К, мг	Na, мг	Cl, мг	Ca, мг	Fe, мг	К, мг	Li, мг	Р, мг	Sr, мг				
Суп молочный с макаронными изделиями	180	4,07	3,46	13,11	108,77	0,04	0,47	0,00	0,00	0,33	0,00	0,10	0,00	0,00	181,19	13,00	77,00	0,38	149,88	0,32	0,00	0,00	120	2011			
Грибы отварные	45	3,38	4,41	33,46	167,05	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13,65	8,00	43,50	0,85	48,30	0,00	0,00	0,00		2008			
Макаронные изделия отварные (полдник)	100	5,04	4,50	8,12	101,72	0,05	1,28	0,00	0,00	0,31	0,00	0,10	0,00	0,00	218,00	23,20	171,00	0,00	282,80	0,00	0,01	0,00	388	2011			
Фарш севский (говядина)	100	0,40	0,30	0,50	47,00	0,02	5,00	0,00	0,00	0,38	0,00	0,00	0,00	0,00	18,00	12,00	18,00	2,00	155,00	1,00	0,00	0,00	338	2011			
Хлеб пшеничный	30	2,29	0,19	13,00	71,00	0,05	0,00	0,00	0,00	0,29	0,00	0,00	0,00	0,00	6,50	9,90	25,20	0,80	34,70	0,00	0,00	0,00		2008			
Итого за прием пищи:	638	15,19	12,88	41,38	410,78	0,21	11,73	0,09	0,09	1,35	0,00	0,47	0,47	0,00	324,08	55,13	242,73	4,11	778,99	10,32	0,00	0,00					
Обед																											
Салат натуральный по сезону (помидоры свежие)	80	0,80	0,12	2,28	14,00	0,04	13,00	0,10	0,10	0,21	0,00	0,00	0,00	0,00	8,40	12,00	15,60	0,60	174,00	1,20	0,00	0,00	71	2011			
Суп картофельный с грибами	250	3,55	4,38	18,78	144,00	0,00	4,60	0,23	1,34	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	28,88	20,63	63,45	0,87	354,82	4,23	0,00	0,00	108	2011			
Суп картофельный с грибами	170	15,70	17,80	10,10	280,00	0,13	8,23	0,00	3,10	0,00	0,15	0,15	0,00	0,00	18,38	37,88	173,24	2,78	877,11	11,21	0,00	0,00	250	2011			
Копилки из смеси сухариков	200	0,00	0,00	0,00	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,28	1,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	18	2011			
Хлеб пшеничный	50	3,02	0,31	23,09	118,41	0,08	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,20	18,50	43,00	1,00	64,50	0,00	0,00	0,00		2008				
Хлеб ржаной	50	3,31	0,44	21,20	101,48	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	9,50	43,50	2,00	64,00	2,00	2,00	0,00	0,00		2008			
Итого за прием пищи:	740	27,04	23,06	93,14	707,68	0,43	28,00	0,36	0,75	0,15	0,31	0,31	0,31	0,00	86,34	98,00	338,79	7,33	1533,33	18,94	0,11	0,00					
Полдник																											
Ватрушка с творогом и изюмом	100	6,14	2,31	40,00	270,10	0,11	0,19	0,12	0,79	0,00	0,00	0,00	0,00	60,19	21,98	128,53	1,47	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	35	2023			
Макаронные изделия отварные (полдник)	200	5,00	3,90	9,02	131,02	0,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	34,00	28,00	180,00	0,00	282,00	0,00	0,00	0,00	388	2011				
Итого за прием пищи:	500	13,74	7,81	49,02	401,12	0,11	1,89	0,12	0,79	0,00	0,00	0,00	0,00	94,19	49,98	312,53	1,47	282,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
Итого за день:		66,98	43,85	224,78	1614,80	0,81	42,19	0,61	0,61	9,05	0,17	1,12	1,12	789,48	213,18	1098,07	12,81	2484,01	30,26	0,20	0,00	0,00					

Пример мяки, наименование блока	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав										Минеральный состав										№ партии-педунты	Сборный педунты
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мкг	С, мкг	А, мкг	Е, мкг	Д, мкг	В2, мкг	Св, мкг	Мg, мкг	Р, мкг	Рg, мкг	К, мкг	Л, мкг	М, мкг	Сn, мкг	Сo, мкг							
МЯКА КАСАНОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,14	5,34	4,92	34,60	0,01	4,20	0,11	0,02	0,02	0,00	0,02	24,00	0,00	22,20	0,42	180,00	0,00	8,00	0,00	2008						
КАПУЗА ПИТАЙА	200	14,35	13,41	17,41	217,93	0,15	9,55	0,47	3,39	0,00	0,19	0,00	33,20	4,31	189,40	2,42	735,04	11,41	8,13	0,02	2011						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	80,00	0,02	14,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14,00	8,00	14,00	2,00	240,00	2,00	0,00	0,00	2011							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,33	0,72	10,04	47,30	0,03	0,00	0,00	0,39	0,00	0,00	4,60	6,60	0,00	16,80	0,40	240,00	0,00	0,00	0,00	2008						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,04	0,00	0,00	0,44	0,00	0,00	3,60	3,90	17,40	0,80	27,20	1,12	0,00	0,00	2008							
Итого за пример мяки:	808	19,34	19,25	60,25	476,84	0,26	18,15	0,58	4,27	0,00	0,26	60,00	70,71	239,09	6,84	1 277,04	14,53	0,13	0,02								
Общая																											
СОУЩА НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (СУТРАМЬ СВЕЖИЕ)	80	0,60	0,00	1,30	8,60	0,02	6,00	0,01	0,00	0,00	0,00	13,80	8,40	25,20	0,20	84,00	1,80	0,01	0,00	2011							
БОРП С КАЛЬЦИЕМ И КАЛТОРЕЛЕМ	200	2,15	5,75	13,11	115,92	0,05	10,20	0,25	2,39	0,00	0,00	51,13	27,11	51,16	1,29	393,09	6,13	0,03	0,00	2011							
БЕСИТОРНЫЙ	80	11,10	20,83	5,01	363,89	0,28	0,80	0,03	0,81	0,00	0,00	119,59	1,24	119,59	1,24	272,10	7,44	0,05	0,00	2023							
РИС С БОРЖОМ	150	3,39	4,29	31,61	179,29	0,04	1,90	0,38	0,47	0,00	0,00	45,10	27,44	72,16	0,74	146,07	2,25	0,03	0,01	2021							
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,17	0,00	10,05	40,09	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,01	12,49	3,06	8,48	0,07	23,25	0,00	0,00	0,00	2021							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,05	0,00	0,00	0,59	0,00	0,00	8,90	8,90	23,20	0,85	30,70	0,00	0,00	0,00	2008							
ХЛЕБ РЖАЧОМ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,05	0,00	0,00	0,59	0,00	0,00	8,90	8,90	23,20	0,85	30,70	0,00	0,00	0,00	2008							
Итого за пример мяки:	810	21,60	33,15	89,95	810,24	0,47	19,00	0,64	5,05	0,00	0,26	134,50	102,26	290,00	8,31	1 000,59	18,70	0,12	0,01								
Получник																											
БОТЕРРОД С САХАРОМ	40	4,84	8,89	12,09	130,44	0,04	0,08	0,01	0,59	0,00	0,00	111,60	12,12	80,22	0,81	42,12	0,00	0,01	0,00	2011							
КОЛОРО В ПРОКАШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	200	5,63	4,85	8,31	104,76	0,05	1,04	0,03	0,00	0,00	0,21	204,00	72,40	141,00	0,19	292,00	18,00	0,00	0,00	2022							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ВЕРСХАНО)	100	0,60	0,00	15,40	72,00	0,00	6,00	0,01	0,00	0,00	0,02	30,00	17,00	22,00	1,00	253,00	8,00	0,01	0,00	2011							
Итого за пример мяки:	340	10,87	12,84	26,19	307,20	0,14	7,12	0,11	0,59	0,00	0,23	345,60	51,52	246,82	1,77	589,12	28,00	0,02	0,00								
Всего за день:		51,81	76,84	185,69	1 594,14	0,86	44,36	1,33	9,69	0,13	0,80	590,50	224,73	832,89	14,92	2 897,85	60,23	0,27	0,03								

Пример мяки, наименование блока	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав										Минеральный состав										№ партии-педунты	Сборный педунты
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мкг	С, мкг	А, мкг	Е, мкг	Д, мкг	В2, мкг	Св, мкг	Мg, мкг	Р, мкг	Рg, мкг	К, мкг	Л, мкг	М, мкг	Сn, мкг	Сo, мкг							
БОТЕРРОД С САХАРОМ	42	4,27	7,34	12,09	136,96	0,05	0,09	0,01	0,62	0,00	0,00	117,18	12,73	84,97	0,84	44,23	0,00	0,01	0,00	2011							
КОЛОРО В ПРОКАШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	200	5,65	10,80	32,04	246,76	0,09	0,59	0,00	0,74	0,00	0,14	108,14	30,71	135,91	0,70	192,32	9,71	0,01	0,00	2011							
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,17	0,00	10,05	40,86	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	12,49	5,40	6,69	0,07	23,20	0,00	0,01	0,00	2011							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ВЕРСХАНО)	100	0,60	0,00	9,80	47,00	0,03	10,00	0,01	0,53	0,00	0,00	14,00	8,00	11,00	2,20	279,00	2,00	0,01	0,00	2011							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,33	0,12	10,04	47,30	0,05	0,00	0,00	0,39	0,00	0,00	4,60	4,60	14,80	0,40	23,80	0,00	0,00	0,00	2008							
Итого за пример мяки:	562	12,82	18,46	74,51	618,94	0,20	10,03	0,14	2,39	0,20	0,21	258,31	82,44	248,39	4,81	583,31	11,97	0,03	0,00								
Общая																											
САМТ ВИ КОШЕНОК КАКТИИ	60	0,91	3,04	4,15	49,30	0,01	15,19	0,00	1,21	0,00	0,00	35,21	9,96	18,61	0,35	156,37	1,04	0,01	0,00	2023							
ОЛТ КАПТОРЕЛНН С БОРЖОМ	250	5,79	3,98	10,97	147,11	0,19	4,66	0,26	4,07	0,00	0,00	41,10	33,60	79,29	1,95	473,39	4,45	0,01	0,00	192							
ФРУКТАДИЛЬ РЯБИНИ С МАКСИМ СЛИВОЧНЫМ (ОМ)	85	12,82	5,85	8,97	130,09	0,05	1,11	0,00	0,73	0,29	0,12	48,34	11,03	185,29	1,05	352,22	102,29	0,43	0,00	2011							
КАРТОФЕЛЬ ОТВАЖОМ	150	2,94	4,78	23,79	150,13	0,14	12,00	0,03	0,21	0,00	0,00	18,55	32,05	79,23	1,39	653,12	7,59	0,04	0,00	2011							
ПЕЩЕД	200	0,00	0,00	26,08	118,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,50	1,93	4,32	0,09	0,07	0,00	0,00	0,00	2008							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,42	0,21	25,08	118,41	0,00	0,00	0,00	0,69	0,00	0,00	11,50	16,50	42,00	1,00	64,50	0,00	0,01	0,00	2008							
ХЛЕБ РЖАЧОМ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,05	0,00	0,00	0,59	0,00	0,00	3,40	3,70	28,10	1,20	40,80	1,69	0,00	0,00	2008							
Итого за пример мяки:	835	24,25	19,72	121,47	774,81	0,34	32,94	0,33	8,00	0,33	0,33	139,41	139,41	424,75	6,81	1 941,24	117,56	0,32	0,01								
Получник																											
КОЛОРО С САХАРОМ	70	3,76	10,24	18,98	209,73	0,04	0,01	0,03	2,02	0,25	0,40	14,20	8,81	47,23	0,83	73,86	2,79	0,01	0,00	2023							
КАСАНОВАЯ ПРОДУКТ (КОЛУП)	180	5,04	4,49	8,72	101,72	0,03	1,28	0,05	0,90	0,00	0,00	218,00	25,20	171,00	0,00	262,80	0,00	0,04	0,00	2011							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПШЕЦА)	100	0,40	0,30	10,30	47,00	0,00	5,00	0,00	0,39	0,00	0,00	0,00	0,00	18,00	12,00	15,00	1,00	0,01	0,00	2011							
Итого за пример мяки:	340	9,20	15,34	37,28	358,47	0,11	6,21	0,08	2,39	0,25	0,44	248,20	44,01	234,23	2,83	493,66	3,79	0,06	0,00								
Всего за день:		60,00	83,22	203,46	1 803,32	0,81	49,84	0,55	12,76	0,78	1,29	608,74	266,86	914,34	14,15	2 509,48	132,82	0,61	0,02								

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества					
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мкг	E, мкг	D, мкг	B2, мкг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мкг		
Итого за весь период	574,37	574,35	2 120,37	18 395,47	7,69	489,61	4 203,00	112,01	69,06	10,08	6 637,79	2 291,79	9 218,28	147,32	7 123,00	0,73	16,97	0,33		
Средние значения за период	57,44	57,43	212,03	1 838,55	0,77	48,96	420,30	11,20	6,90	1,01	663,78	229,18	921,83	14,73	712,30	0,07	1,69	0,04		
Средние значения в меню за период в % от калорийности	14,0	31,6	54,4																	

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ ВЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед	Полдник
7-11 лет	531	808	328