

СОГЛАСОВАНО

Директор



2022г.

**Примерное повозрастное меню и основные показатели
пищевой и энергетической ценности приготовляемых блюд
для горячего питания учащихся общеобразовательных
учреждений Республики Мордовия**

УТВЕРЖДЕНО

**Генеральный директор ООО "Межрегиональная
кейтеринговая компания"**

«01» октября 2022г.



Фалеева Е.А.

День/неделя: Пятница - 1 Младшие

№ реп.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe				
175	Каша молочная "Дружок"	200	5,897	6,915	32,249	215,570	0,162	1,209	51,250	0,211	126,810	172,860	44,090	0,801				
384	Кофейный напиток	200	2,664	2,700	19,584	113,400	0,036	0,468	10,800	0,072								
338	Фрукт, 1 шт	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480				
	<i>Ниже за Запек</i>	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	13,000	0,045	0,300	24,000	16,500	13,500	3,300				
45	Салат из белокочанной капусты	590,000	11,961	10,615	84,933	487,470	0,287	16,677	62,050	1,263	158,410	215,560	62,790	4,581				
102	Суп картофельный с горохом	60	0,851	3,054	5,899	55,060	0,021	16,450	266,000	1,416	25,060	21,400	11,500	0,373				
268	Котлета рубленая из мяса	200	4,996	5,435	10,186	129,489	0,193	7,600	160,000	2,374	32,219	87,668	31,000	1,661				
173	Каша гречневая вязкая	90	12,741	20,526	11,934	282,660	0,275	1,140	18,900	1,561	17,660	138,480	23,890	1,707				
349	Компот из свежих яблок	150	4,694	4,121	21,179	140,400	0,160		26,120	0,336	12,040	112,210	74,220	2,520				
	<i>Ниже за Запек</i>	180	0,144	0,144	15,504	64,800	0,011	3,600		0,072	5,760	3,960	3,240	0,828				
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300	0,048			0,588	6,900	26,100	9,900	0,600				
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	30	2,220	0,390	12,960	63,300	0,060			0,300	9,900	58,200	17,100	1,350				
	<i>Ниже за Обед</i>	740,035	27,926	33,940	91,522	802,009	0,768	378,790	465,020	6,647	109,539	448,018	170,650	9,039				
406	Хлеб-булочное изделие	100	8,630	10,769	44,040	325,387	0,201	6,932	31,937	4,810	34,348	121,249	35,736	1,468				
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	51,939	0,001	0,100		4,950	8,240	4,400	0,859					
	<i>Ниже за Пятница - 1 Младшие</i>	300,000	8,830	10,820	377,326	1,666,805	0,202	7,032	31,937	4,810	39,298	129,489	40,136	2,327				
	<i>День/неделя: Понедельник - 2 Младшие</i>	1,630,035	48,717	55,375	233,538	1,666,805	1,257	402,499	559,007	12,720	307,247	792,867	273,576	15,947				
№ реп.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe				
	<i>Икра овоцная</i>	60	1,020	5,400	5,400	81,600	0,012	4,200		1,860	24,600	22,200	9,000	0,420				
204	Рожки отварные с сыром	180	13,690	10,995	45,890	338,750	0,121	0,200	97,650	1,150	270,910	219,550	22,090	1,363				
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	51,939	0,001	0,100		4,950	8,240	4,400	0,859					
	<i>Ниже за Запек</i>	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800				
	<i>Ниже за Обед</i>	490,000	17,950	16,806	82,813	560,689	0,198	4,500	97,650	3,794	309,660	284,790	48,690	3,442				
	<i>Горошек зеленый отварной</i>	30	0,930	0,060	1,950	12,000	0,033	3,000		0,060	6,000	18,600	6,300	0,210				
	<i>Кукуруза порционнно</i>	30	0,861	0,180	2,970	17,340	0,006	1,650	0,900	0,009	1,200	15,500	4,800	0,123				
82	Борщ из свежей капусты с картофелем	200	1,518	4,622	5,154	87,229	0,057	16,912	163,000	1,869	27,959	42,298	18,650	0,794				
260	Ушица из пшны	90	10,728	11,069	3,734	156,929	0,080	5,390	26,800	2,525	17,729	130,378	18,589	1,157				
171	Каша рисовая рассыпчатая	150	4,007	4,278	33,071	187,030	0,181		26,120	0,464	25,840	175,790	61,700	0,571				
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240												
	<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,280	0,270	13,860	66,300	0,048			0,588	6,900	26,100	9,900	0,600				
	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	30	2,220	0,390	12,960	63,300	0,060			0,300	9,900	58,200	17,100	1,350				
	<i>Кислота аскорбиновая, 35 мг</i>	30	0,035															
	<i>Ниже за Обед</i>	740,035	22,742	20,923	86,251	647,368	0,465	376,952	216,820	5,815	95,528	466,666	157,019	4,841				
406	Хлеб-булочное изделие	100	8,835	10,696	45,814	315,123	0,179	20,866	31,937	4,854	52,535	117,878	36,030	1,468				
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	51,939	0,001	0,100		4,950	8,240	4,400	0,859					
	<i>Ниже за Пятница</i>	300,000	9,035	10,747	58,857	367,062	0,180	20,966	31,937	4,854	57,485	126,118	40,430	2,327				
	<i>Ниже за Понедельник - 2 Младшие</i>	1,520,035	49,727	48,476	227,921	1,575,119	0,843	402,418	346,407	14,463	462,673	877,574	226,139	10,610				

День/неделя: Вторник - 2.Малашин

№ рел.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)													
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe												
173	Сыр порционный	15	3,900	3,915	51,600	0,006	0,120	39,000	0,075	150,000	96,000	6,750	0,150													
384	Каша пшеница молочная	200	8,797	7,083	45,753	0,255	1,300	46,120	0,193	138,410	210,780	56,550	1,539													
	Корфейный напиток	200	2,664	2,700	19,584	0,036	0,468	10,800	0,072																	
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	0,064			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800													
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480													
54	<i>Много за Завтрак</i>													495,000	21,201	14,458	102,217	62,4190	0,405	1,888	95,920	1,804	305,210	367,580	81,700	2,969
102	Салат из свежих овощей с яблоками	60	0,675	4,097	7,074	68,210	0,013	5,600		1,831	17,570	19,360	10,370	0,910												
294	Суп картофельный с горохом	200	4,996	5,435	10,186	129,489	0,193	7,600	160,000	2,374	32,219	87,668	31,000	1,661												
173	Пшеница рубленый из явса пшны	90	16,647	18,391	11,129	274,484	0,110	1,584	55,440	2,242	19,800	160,138	23,130	1,796												
349	Каша гречневая вязкая	150	4,694	4,121	21,179	140,400	0,160	26,120	0,336	12,040	112,210	74,220	2,520													
	Компот из сухофруктов	180	0,702	0,054	21,102	88,740	0,018	0,720	0,990	28,800	26,280	18,900	0,612													
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300	0,048		0,588	6,900	26,100	9,900	0,600													
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,220	0,390	12,960	63,300	0,060		0,300	9,900	58,200	17,100	1,350													
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	0,035																								
	<i>Много за Обед</i>													740,035	32,214	32,758	97,490	830,923	0,602	365,504	241,560	8,661	127,229	489,956	184,620	9,449
415	Хлеб-булочное изделие	100	10,555	13,680	67,914	436,565	0,214	1,400	43,285	6,152	31,238	130,230	36,291	1,483												
	Кисело-молочный напиток	200	11,200	12,800	34,400	246,000	0,080	1,400	44,000	0,294	271,238	310,230	64,291	1,683												
	<i>Много за Ланч</i>													300,000	21,755	26,480	103,314	682,565	0,294	1,400	87,285	6,152	271,238	310,230	64,291	1,683
	<i>Итого за Вторник - 2.Малашин</i>													1 535,035	75,170	73,696	302,021	2 137,678	1,301	368,792	424,765	16,617	703,677	1 167,766	330,611	14,101
№ рел.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)													
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe												
188	Запеканка рисовая с творогом и сухими макарунами	170	20,370	16,704	43,393	409,100	0,155	0,626	109,520	1,307	224,590	345,150	60,190	1,172												
377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	53,299	0,002	1,700	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883													
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044		0,680	7,600	26,000	5,200	0,480													
348	Сок 200 мл в инд.уп.	200			22,400	90,000	0,020	2,000			14,000	8,000	2,800													
	<i>Много за Завтрак</i>													610,000	23,406	17,159	97,356	640,399	0,221	4,326	109,520	1,995	238,740	394,270	78,270	5,335
67	Винегрет овощной	60	0,919	4,109	2,472	60,670	0,038	6,100	160,000	1,833	11,900	26,760	12,095	0,464												
88/2011	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,622	4,654	3,224	86,460	0,068	20,912	163,000	1,861	26,880	43,700	18,690	0,705												
268	Ближний мясной с томатным соусом	120	13,092	25,550	13,919	337,381	0,285	2,190	78,901	3,829	23,029	144,640	27,130	1,827												
202	Рожки отварные	150	6,412	3,654	40,942	222,480	0,099		26,120	0,910	19,340	53,160	9,720	0,998												
349	Компот из свежих яблок	180	0,144	0,144	15,504	64,800	0,011	3,600		0,072	5,760	3,960	3,240	0,828												
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300	0,048		0,588	6,900	26,100	9,900	0,600													
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,220	0,390	12,960	63,300	0,060		0,300	9,900	58,200	17,100	1,350													
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	0,035																								
	<i>Много за Обед</i>													770,035	26,689	38,771	102,881	901,391	0,609	382,802	428,021	9,393	103,709	356,520	97,875	6,772
406	Хлеб-булочное изделие	100	8,011	10,748	51,066	333,486	0,169	2,933	31,937	4,848	27,909	100,284	29,845	1,741												
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	51,939	0,001	0,100		4,950	8,240	4,400	0,859													
	<i>Много за Ланч</i>													300,000	8,211	10,799	64,109	385,425	0,170	3,033	31,937	4,848	32,859	108,534	34,245	2,600
	<i>Итого за Среда - 2.Малашин</i>													1 680,035	58,306	66,729	264,346	1 927,215	1,000	390,161	569,478	16,236	375,308	859,314	210,390	14,707

День/неделя: Четверг - 2 Малыше

№ рецеп.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe				
294	Горошек зеленый отварной	30	0,930	0,060	1,950	12,000	0,033	3,000	0,060	6,000	18,600	6,300	0,210					
171	Котлеты рубленные из мяса птицы	90	11,501	16,811	12,534	246,660	0,112	4,000	2,581	24,990	135,060	24,210	1,519					
357	Кисель витаминизированный	150	4,007	4,278	33,071	187,030	0,181	0,440	0,464	25,840	175,790	61,700	0,571					
	Хлеб пшеничный	200			24,180	97,900			0,020	2,200	1,800	0,600	0,350					
	<i>Минус за Завтрак</i>	40	3,040	0,360	18,480	631,990	0,064	7,440	0,784	9,200	34,800	13,200	0,800					
62	Салат из моркови с сахаром	510,000	19,478	21,509	90,215	609,879	0,390	80,710	3,909	68,230	366,050	106,010	3,150					
82	Борщ из свежей капусты с картофелем	60	0,754	0,058	6,996	32,270	0,035	2,900	0,232	15,660	31,900	22,040	0,415					
259	Жаркое по-домашнему	200	1,518	4,622	5,154	87,229	0,057	16,912	1,869	27,959	42,208	18,630	0,794					
342	Компот ассорти	200	14,672	16,941	3,676	303,540	0,226	31,290	2,482	30,590	195,890	46,760	2,438					
	Хлеб пшеничный	180	0,198	0,054	12,552	57,240												
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300	0,048		0,588	6,900	26,100	9,900	0,600					
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	30	2,220	0,390	12,960	63,300	0,060		0,300	9,900	58,200	17,100	1,350					
	<i>Минус за Обед</i>	0,035	21,642	22,335	55,198	609,879	0,426	401,102	5,471	91,009	354,388	114,430	5,633					
424	Хлеб-булочное изделие.	100	12,302	12,756	7,632	474,058	0,241			59,400	5,538	37,196	153,323	40,866	1,767			
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	51,939	0,001	0,100		4,930	8,240	4,400	0,859					
	<i>Минус за Подвиж</i>	300,000	12,502	12,807	90,675	525,997	0,242	0,100	59,400	5,538	42,166	161,563	45,266	2,626				
	<i>Итого за Четверг - 2 Малыше</i>	1 510,035	53,622	56,651	226,088	1 767,866	1,058	408,642	1 506,510	14,938	201,385	882,001	265,706	11,409				
День/неделя: Пятница - 2 Малыше																		
№ рецеп.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe				
181	Джем	20	0,080		13,000	50,000	0,002	0,100		2,800	1,800	1,400	0,260					
	Каша манная молочная	200	6,091	5,707	33,162	209,184	0,083	1,300	46,120	0,509	127,131	117,277	19,523	0,439				
384	Кавказ из консервов "Кавказ со ступенным молоком и Батон	200	2,952	2,700	19,656	114,732	0,036	0,468	10,800	0,072	0,680	7,600	26,000	5,200	0,480			
	Хлеб пшеничный	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,784	9,200	34,800	13,200	0,800				
	<i>Минус за Завтрак</i>	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064			0,588	6,900	26,100	9,900	0,600				
20	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	500,000	14,963	9,167	102,698	550,316	0,229	1,868	56,920	2,036	146,731	179,877	39,323	1,979				
103	Суп картофельный с вермишелью	60	1,250	4,109	7,964	74,622	0,024	21,445	280,270	1,864	29,420	27,070	14,180	0,446				
229	Рябля, тушенная с овощами	200	4,176	2,277	7,038	76,529	0,053	5,000	170,800	1,078	13,239	45,808	10,030	0,598				
128	Картофельное пюре	120	18,153	5,526	1,332	128,281	0,134	2,272	191,250	2,380	52,994	279,538	67,021	0,256				
349	Компот из сухофруктов	150	3,247	3,831	2,162	141,570	0,173	27,995	29,120	0,040	40,220	96,820	34,510	1,356				
	Хлеб пшеничный	180	0,054	0,054	21,102	88,740	0,018	0,720		0,990	28,800	26,280	18,900	0,612				
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300	0,048			0,588	6,900	26,100	9,900	0,600				
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	30	2,220	0,390	12,960	63,300	0,060			0,300	9,900	58,200	17,100	1,350				
	<i>Минус за Обед</i>	770,035	32,028	16,457	66,418	639,342	0,510	407,432	671,440	7,240	180,973	559,816	171,641	5,198				
406	Хлеб-булочное изделие	100	8,630	10,769	44,040	325,387	0,201	6,932	31,937	4,810	34,348	121,249	35,736	1,468				
	Сок	200	1,100	0,200	24,400	102,000	0,020	4,000		0,200	14,000	8,000	0,600					
	<i>Минус за Подвиж</i>	300,000	9,730	10,969	68,440	427,387	0,221	10,932	31,937	5,010	34,348	135,249	43,736	2,068				
	<i>Итого за Пятница - 2 Малыше</i>	1 570,035	56,721	36,593	237,566	1 617,045	0,960	420,232	760,297	14,286	362,052	874,942	254,700	9,245				

Возрастная группа

	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)									
	Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Минеральные вещества (мг)				
									Р	Мг	Fe			
Понедельник - 1	49,726	58,839	256,593	1 785,534	0,825	387,335	664,087	15,323	458,709	864,654	231,465	13,715		
Вторник - 1	43,638	46,838	264,926	1 751,684	0,917	419,760	331,567	12,207	312,764	749,376	223,880	9,509		
Среда - 1	56,983	64,500	216,498	1 752,155	1,017	406,242	1 557,820	18,524	198,825	855,141	286,706	14,667		
Четверг - 1	80,160	80,193	220,349	1 949,442	0,954	373,230	2 168,710	16,444	607,212	1 255,492	244,129	14,983		
Пятница - 1	48,717	55,375	233,538	1 666,805	1,257	402,499	559,007	12,720	307,247	792,867	273,576	15,947		
Понедельник - 2	55,845	61,149	238,381	1 781,124	0,994	402,418	1 056,238	15,044	376,951	903,506	251,951	13,764		
Вторник - 2	49,727	48,476	227,921	1 575,119	0,843	368,792	346,407	14,463	462,673	877,574	226,139	10,610		
Среда - 2	75,170	73,696	302,021	2 137,678	1,301	408,642	424,765	16,617	703,677	1 167,766	330,611	14,101		
Четверг - 2	58,306	66,729	264,346	1 927,215	1,000	390,161	569,478	16,236	375,308	859,314	210,390	11,409		
Пятница - 2	53,622	56,651	236,088	1 767,866	1,058	408,642	1 506,510	14,938	201,385	882,001	265,706	9,245		
Среднее за 2 недели	56,721	36,593	237,556	1 617,045	0,960	420,232	760,297	14,286	362,052	874,942	254,700	9,245		
Норма СанПиН	58,709	56,429	253,586	1 804,985	1,032	398,049	721,491	15,308	421,019	932,319	257,509	12,014		
	57,277	58,789	245,984	1 793,055	1,013	397,931	888,865	15,176	398,985	917,913	254,730	12,889		
	46,2	47,4	201	1 410	0,72	36	420	7,2	660	660	150	7,2		

Возрастная группа

	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
	Завтрак	Обед	Полдник	
Понедельник - 1	630,000	700,035	300,000	1 630,035
Вторник - 1	500,000	740,035	300,000	1 540,035
Среда - 1	540,000	700,035	300,000	1 540,035
Четверг - 1	450,000	740,035	300,000	1 490,035
Пятница - 1	590,000	740,035	300,000	1 630,035
Понедельник - 2	480,000	740,035	300,000	1 520,035
Вторник - 2	495,000	740,035	300,000	1 535,035
Среда - 2	610,000	770,035	300,000	1 680,035
Четверг - 2	510,000	700,035	300,000	1 510,035
Пятница - 2	500,000	770,035	300,000	1 570,035
Норма СанПиН	500	734	300	1 565
	500	700	300	1 500

День/неделя: Понедельник - 1 Старшие

№ п/п	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe				
Итого за Завтрак																		
204	Мясо поркотно	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001	0,224	65,300	0,100	2,400	3,000	21,120	1,344				
377	Рожки отварные с сыром	200	15,248	12,594	50,838	379,340	0,134	0,224	111,980	1,280	302,480	245,140	24,560	1,508				
	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	53,299	0,002	1,700	9,120	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883				
348	Сок 200 мл в инд.уп.	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044	2,000	0,680	7,600	26,000	5,200	0,480	0,880				
Итого за Обед																		
88	Икра овощная	100	1,700	9,000	9,000	136,000	0,020	7,000	3,100	41,000	37,000	15,000	0,700	2,800				
291	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,058	5,855	4,134	108,990	0,086	26,366	204,000	2,332	36,680	55,680	23,800	0,915				
349	Компот из сухофруктов	180	21,303	24,079	45,760	483,940	0,332	6,210	458,100	4,029	52,950	391,120	106,790	2,396				
	Хлеб пшеничный	40	0,702	0,054	21,102	88,740	0,018	0,720	0,990	28,800	26,280	18,900	0,612	0,800				
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064	0,396	0,784	9,200	34,800	13,200	0,800	1,800				
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	0,035	2,960	0,520	17,280	84,400	0,080	350,000	11,635	181,810	622,480	200,490	7,223					
Итого за Понедельник - 1 Старшие																		
	Масса порции	1510,035	50,127	60,167	220,687	1667,209	0,801	394,220	839,380	13,703	500,840	919,740	243,130	12,924				
Итого за Вторник - 1 Старшие																		
174	Кондитерское изделие	60	0,480	0,060	47,880	195,600	0,211	1,547	56,450	0,434	166,880	266,790	72,560	0,661				
384	Каша рисовая молочная	250	7,091	7,848	41,669	266,690	0,036	0,468	10,800	0,072	2,667	13,200	4,800	0,800				
	Какао из консервов "Какао со ступенным молоком и	200	2,952	2,700	19,656	114,732	0,064	0,064	0,064	0,784	9,200	34,800	13,200	0,800				
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064	0,396	0,784	9,200	34,800	13,200	0,800	1,800				
Итого за Завтрак																		
52	Салат из свежих овощей	100	1,440	5,091	8,448	85,270	0,019	9,600	2,296	35,520	41,380	21,120	1,344					
103	Суп картофельный с вермишелью	250	1,850	3,253	8,800	86,848	0,057	6,300	200,000	1,530	13,779	34,728	12,539	0,555				
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	100	12,615	19,496	13,340	279,220	0,123	4,500	64,620	3,057	27,440	148,780	26,550	1,661				
128	Картофельное пюре	180	3,902	4,743	2,599	171,360	0,208	33,634	36,250	0,050	46,860	116,060	41,370	1,594				
357	Кисель витаминизированный	180	21,762	3,040	18,480	88,400	0,064	0,396	0,784	9,200	34,800	13,200	0,800					
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064	0,396	0,784	9,200	34,800	13,200	0,800					
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400	0,080	350,000	11,635	181,810	622,480	200,490	7,223					
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	0,035	2,960	0,520	17,280	84,400	0,080	350,000	11,635	181,810	622,480	200,490	7,223					
Итого за Обед																		
	Масса порции	1440,035	25,807	33,463	90,909	883,608	0,551	404,430	300,870	8,135	147,979	454,968	138,119	7,799				
Итого за Вторник - 1 Старшие																		
	Масса порции	1440,035	39,370	44,431	218,594	1549,030	0,862	406,445	368,120	9,425	324,059	756,558	223,879	9,260				

День/неделя: Среда - 1 Старшие

№ п/п	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe				
279	Горошек зеленый отварной	40	1,240	0,080	2,600	15,999	0,044	4,000			0,800	7,999	24,798	8,399	0,280			
173	Терфели мясные с томатным соусом	130	14,072	21,405	14,492	306,430	0,120	4,990			4,938	31,680	178,730	34,280	1,951			
377	Чай с лимонном	180	5,584	5,077	25,189	168,570	0,190				32,650	13,680	133,370	88,220	2,992			
	Хлеб пшеничный	200	0,236	0,055	13,163	53,299	0,002	1,700			0,108	6,550	9,120	4,880	0,883			
	<i>Итого за Завтрак</i>	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064				0,784	9,200	34,800	13,200	0,800			
65	Салат из моркови с яблоком	100	0,919	6,157	12,785	111,680	0,045	5,650			2,942	21,010	37,520	26,190	1,009			
289	Рату овощное из капусты с картофелем	250	1,938	5,817	6,302	109,338	0,072	21,466			2,342	34,399	53,468	23,619	1,001			
342	Компот ассорти	180	19,758	22,552	6,646	381,230	0,261	32,640			3,141	41,610	253,020	61,030	3,023			
	Хлеб пшеничный	40	0,198	0,054	12,552	57,240	0,064				0,784	9,200	34,800	13,200	0,800			
	Хлеб ржанно-пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064				0,784	9,200	34,800	13,200	0,800			
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	40	2,960	0,520	17,280	84,400	0,080				0,400	13,200	77,600	22,800	1,800			
	<i>Итого за Обед</i>	0,035	28,813	35,460	74,045	832,288	0,522	350,000			9,609	119,419	456,408	146,839	7,669			
	<i>Итого за Среда - 1 Старшие</i>	1 450,035	52,985	62,437	147,969	1 464,986	0,942	409,756	2 024,900	9,609	119,419	456,408	146,839	7,669				
	<i>Итого за Четверг - 1 Старшие</i>	1 450,035	52,985	62,437	147,969	1 464,986	0,942	420,446	2 139,950	15,821	188,528	837,226	295,818	14,575				
№ п/п	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe				
62	Салат из моркови с сахаром	100	1,248	0,096	11,614	53,550	0,038	4,800			0,384	25,920	52,800	36,480	0,687			
210	Омлет нейтральный	200	34,236	36,757	6,067	492,400	0,210	1,157			2,854	248,390	560,190	42,560	6,355			
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	51,939	0,001	0,100			4,950	8,240	4,400	0,859				
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064				0,784	9,200	34,800	13,200	0,800			
	<i>Итого за Завтрак</i>	540,000	38,724	37,264	49,204	686,289	0,333	6,057	2 586,420	4,022	288,460	656,030	96,640	8,701				
67	Винегрет оливной	100	1,557	7,184	4,150	104,569	0,065	10,262			3,205	19,904	45,316	20,446	0,775			
293	Расоляник московский (крутая перловка)	250	2,392	5,223	9,999	121,779	0,076	9,774			1,975	25,220	78,449	21,360	0,817			
202	Рожки отварные	100	21,975	23,526	0,380	298,480	0,108	3,240			1,251	20,460	206,900	23,450	1,947			
349	Компот из сухофруктов	180	7,740	4,535	49,415	269,650	0,120				1,100	21,860	63,900	11,640	1,193			
	Хлеб пшеничный	40	0,702	0,054	21,102	88,740	0,018	0,720			0,990	28,800	26,280	18,900	0,612			
	Хлеб ржанно-пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064				0,784	9,200	34,800	13,200	0,800			
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	40	2,960	0,520	17,280	84,400	0,080				0,400	13,200	77,600	22,800	1,800			
	<i>Итого за Обед</i>	890,035	40,366	41,402	120,806	1 056,018	0,531	373,996	600,550	9,705	138,644	533,245	131,796	7,944				
	<i>Итого за Четверг - 1 Старшие</i>	1 430,035	79,090	78,666	170,010	1 742,307	0,864	380,053	3 186,970	13,727	427,104	1 189,275	228,436	16,645				

День/неделя: Пятница - 1 Старшие

№ п/п	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe				
175	Каша молочная "Дружба"	250	7.372	8.438	40.556	268.770	0.202	1.508	62.380	0.260	157.200	215.350	54.940	0.998				
384	Кофейный напиток	200	2.664	2.700	19.584	113.400	0.036	0.468	10.800	0.072	7.600	26.000	5.200	0.480				
338	Фрукт. 1 шт	40	2.800	0.400	18.400	88.000	0.044	0.044	70.500	0.045	15.000	16.500	13.500	3.300				
45	Салат из Белокочанной капусты	150	0.600	0.600	14.700	70.500	0.045	0.045	15.000	0.327	16.976	73.180	1.312	188.800	237.850	73.640	4.778	
102	Суп картофельный с горохом	100	1.443	5.098	10.225	93.540	0.037	25.950	500.000	2.378	39.420	38.260	19.860	0.635				
268	Котлеты рубленые из мяса	250	6.130	5.337	12.492	149.128	0.237	9.500	200.000	2.414	38.779	107.728	38.159	2.035				
173	Каша гречневая вязкая	100	14.152	22.444	13.615	312.210	0.304	1.300	21.000	1.646	19.440	153.850	26.690	1.904				
349	Компот из свежих яблок	180	5.584	5.077	25.189	168.570	0.190	3.600	32.650	0.402	13.680	133.370	88.220	2.992				
	Хлеб пшеничный	180	0.144	0.144	15.504	64.800	0.011	3.600	0.072	5.760	3.960	3.240	0.838					
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3.040	0.360	18.480	88.400	0.064	0.080	84.400	0.400	13.200	77.600	22.800	1.800				
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	0.035	2.960	0.520	17.280	84.400	0.080	0.080	350.000	0.923	390.350	733.650	8.096	139.479	549.568	212.169	10.994	
	<i>Итого за Обед</i>		<i>890,035</i>	<i>33,453</i>	<i>39,180</i>	<i>112,785</i>	<i>961,048</i>	<i>0,923</i>	<i>390,350</i>	<i>407,326</i>	<i>826,830</i>	<i>9,408</i>	<i>338,279</i>	<i>807,418</i>	<i>285,809</i>	<i>15,772</i>		
	Итого за Пятница - 1 Старшие	1 530,035	46,889	51,338	206,025	1 501,718	1,250	407,326	826,830	9,408	338,279	807,418	285,809	15,772				
День/неделя: Понедельник - 2 Старшие																		
№ п/п	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe				
204	Икра овощная	100	1.700	9.000	9.000	136.000	0.020	7.000	0.224	111.980	3.100	41.000	37.000	15.000	0.700			
376	Рожки отварные с сырком	200	15.248	12.594	50.838	379.340	0.134	0.224	1.280	302.480	8.240	245.140	24.560	1.508				
	Хлеб пшеничный	200	0.200	0.051	13.043	51.939	0.001	0.100	0.064	4.950	8.240	4.400	0.859					
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>40</i>	<i>3,040</i>	<i>0,360</i>	<i>18,480</i>	<i>88,400</i>	<i>0,064</i>	<i>0,219</i>	<i>7,324</i>	<i>111,980</i>	<i>5,164</i>	<i>357,630</i>	<i>325,160</i>	<i>57,160</i>	<i>3,867</i>			
	Горошек зеленый отварной	50	1.550	0.100	3.250	20.001	0.055	5.000	0.100	10.000	31.001	10.500	0.350					
82	Кукуруза порционно	50	1.435	0.300	4.950	28.897	0.010	2.750	1.500	0.015	2.000	25.497	7.999	0.205				
260	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	1.938	5.817	6.302	109.338	0.072	21.466	204.000	2.342	34.399	53.468	23.619	1.001				
171	Гуляш из говядины	100	11.840	1.1701	4.034	168.228	0.089	6.080	29.600	2.558	19.219	143.888	20.559	1.279				
342	Каша рисовая рассыпчатая	180	4.840	5.289	39.937	226.970	0.218	32.650	0.562	30.480	212.170	74.460	0.684					
	Хлеб пшеничный	180	0.198	0.054	12.552	57.240	0.064	0.080	84.400	0.400	13.200	77.600	22.800	1.800				
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3.040	0.360	18.480	88.400	0.064	0.080	350.000	0.923	385.296	267.750	6.761	118.498	578.424	173.137	6.155	
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	40	2.960	0.520	17.280	84.400	0.080	0.080	379.730	11.925	476.128	903.604	230.297	10.022				
	<i>Итого за Понедельник - 2 Старшие</i>	<i>1 430,035</i>	<i>27,801</i>	<i>24,141</i>	<i>106,785</i>	<i>783,474</i>	<i>0,588</i>	<i>392,620</i>	<i>830,7</i>	<i>379,730</i>	<i>11,925</i>	<i>476,128</i>	<i>903,604</i>	<i>230,297</i>	<i>10,022</i>			

День/неделя: Вторник - 2 Старшие

№ рел.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витаминный (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe				
173	Сыр порционный	15	3.900	3.915		51.600	0.006	0.120	39.000	0.075	150.000	96.000	6.750	0.150				
384	Каши пшеница молочная	250	11.025	8.862	57.607	335.340	0.319	1.625	57.650	0.242	172.160	263.870	70.840	1.974				
	Хлеб пшеничный	200	2.664	2.700	19.584	113.400	0.036	0.468	10.800	0.072								
	Батон	40	0.360	0.360	18.480	88.400	0.064			0.784	9.200	34.800	13.200	0.800				
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>545,000</i>	<i>23,429</i>	<i>16,237</i>	<i>114,071</i>	<i>88,000</i>	<i>0,044</i>	<i>2,213</i>	<i>107,450</i>	<i>0,680</i>	<i>7,600</i>	<i>26,000</i>	<i>5,200</i>	<i>0,480</i>				
54	Салат из свежих овощей с яблоками	100	1.135	6.163	11.316	106.640	0.021	9.400										
102	Суп картофельный с горохом	250	6.130	5.537	12.492	149.128	0.237	9.500	200.000	2.414	38.779	107.728	38.159	2.035				
294	Панишель хрустящий из мяса птицы	100	18.496	20.434	12.366	304.980	0.122	1.760	61.600	2.491	22.000	177.930	25.700	1.995				
173	Каша гречневая вязкая	180	5.584	5.077	25.189	168.570	0.190	0.492	32.650	0.492	13.680	133.370	88.220	2.992				
349	Комлот из сухобруктов	180	0.702	0.054	21.102	88.740	0.018	0.720		0.990	28.800	26.280	18.900	0.612				
	Хлеб пшеничный	40	3.040	0.360	18.480	88.400	0.064			0.784	9.200	34.800	13.200	0.800				
	Хлеб ржанно-пшеничный	40	2.960	0.520	17.280	84.400	0.080			0.400	13.200	77.600	22.800	1.800				
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	0.035																
	<i>Итого за Обед</i>	<i>890,635</i>	<i>38,047</i>	<i>38,145</i>	<i>118,425</i>	<i>990,858</i>	<i>0,732</i>	<i>371,380</i>	<i>294,250</i>	<i>10,240</i>	<i>155,189</i>	<i>590,248</i>	<i>224,409</i>	<i>11,759</i>				
	День/неделя: Среда - 2 Старшие	1 435,035	61,476	54,382	232,496	1 687,598	1,201	373,593	401,700	12,093	494,149	1 010,918	320,399	15,113				
	<i>Итого за Вторник - 2 Старшие</i>	<i>1 435,035</i>	<i>61,476</i>	<i>54,382</i>	<i>232,496</i>	<i>1 687,598</i>	<i>1,201</i>	<i>373,593</i>	<i>401,700</i>	<i>12,093</i>	<i>494,149</i>	<i>1 010,918</i>	<i>320,399</i>	<i>15,113</i>				
№ рел.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витаминный (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe				
188	Запеканка рисовая с творогом и ступченными молоком	200	24.025	19.393	49.722	473.940	0.182	0.710	130.050	1.391	255.360	402.740	70.470	1.380				
377	Чай с лимоном	200	0.236	0.055	13.163	53.299	0.002	1.700		0.008	6.550	9.120	4.880	0.883				
348	Батон	40	2.800	0.400	18.400	88.000	0.044			0.680	7.600	26.000	5.200	0.480				
	Сок 200 мл в нал.уп.	200			22.400	90.000	0.020	2.000		0.784	9.200	34.800	13.200	0.800				
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>640,000</i>	<i>27,061</i>	<i>19,848</i>	<i>103,685</i>	<i>705,239</i>	<i>0,248</i>	<i>4,410</i>	<i>130,050</i>	<i>2,079</i>	<i>269,510</i>	<i>451,860</i>	<i>88,550</i>	<i>5,543</i>				
67	Винегрет овощной	100	1.557	7.184	4.150	104.569	0.065	10.262	280.000	3.205	19.904	45.316	20.446	0.775				
268	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2.058	5.855	4.134	108.990	0.086	26.366	204.000	2.332	36.680	55.680	23.800	0.915				
202	Виточки мясные с томатным соусом	130	14.503	27.468	15.600	366.935	0.314	2.350	81.002	3.914	24.809	160.013	29.930	2.024				
349	Комлот из свежих яблок	180	7.740	4.535	49.415	269.650	0.120	32.650	1.100	21.860	63.900	11.640	1.193					
	Хлеб пшеничный	180	0.144	0.144	15.504	64.800	0.011			0.072	5.760	3.960	3.240	0.828				
	Хлеб ржанно-пшеничный	40	3.040	0.360	18.480	88.400	0.064			0.784	9.200	34.800	13.200	0.800				
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	40	2.960	0.520	17.280	84.400	0.080			0.400	13.200	77.600	22.800	1.800				
	<i>Итого за Обед</i>	<i>920,035</i>	<i>32,002</i>	<i>46,066</i>	<i>124,563</i>	<i>1 087,744</i>	<i>0,740</i>	<i>392,578</i>	<i>597,652</i>	<i>11,807</i>	<i>131,413</i>	<i>441,269</i>	<i>125,056</i>	<i>8,335</i>				
	Итого за Среда - 2 Старшие	1 560,035	59,063	65,914	228,248	1 792,983	0,988	396,988	727,702	13,886	400,923	893,129	213,606	13,878				

День/неделя: Четверг - 2 Старшие

№ п/п	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe					
294	Горошек зеленый отварной	40	1,240	0,080	2,600	15,999	0,044	4,000	0,080	7,999	24,798	8,399	0,280						
171	Капша рубленая из мяса птицы	100	12,615	19,496	13,540	279,220	0,123	4,500	3,057	27,440	148,780	26,550	1,661						
357	Кисель витаминизированный	180	4,840	5,289	39,937	226,970	0,218	4,400	0,562	30,480	212,170	74,460	0,684						
	Хлеб пшеничный	200			24,180	97,900		0,440	0,020	2,200	1,800	0,600	0,050						
	<i>Итого за Завтрак</i>	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064	0,449	0,784	9,200	34,800	13,200	0,800						
62	Салат из моркови с сахаром	100	1,248	0,096	11,614	53,350	0,058	4,800	0,384	25,920	52,800	36,480	0,687						
82	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	1,938	5,817	6,302	109,338	0,072	21,466	2,342	34,399	53,468	23,619	1,001						
239	Жаркое по-домашнему	250	18,341	21,177	4,595	379,440	0,283	39,113	54,254	3,103	38,240	244,875	58,452						
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240							3,048						
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064	0,449	0,784	9,200	34,800	13,200	0,800						
	Хлеб ржанно-пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400	0,080	350,000	0,400	13,200	77,600	22,800	1,800						
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	0,035																	
	<i>Итого за Обед</i>	860,035	27,725	28,024	70,823	772,368	0,557	415,379	2,178,254	7,013	120,959	463,543	154,551						
	<i>Итого за Четверг - 2 Старшие</i>	1 420,035	49,460	53,249	169,560	1 480,857	1,006	424,319	2 275,524	11,516	198,278	885,891	277,760						
День/неделя: Пятница - 2 Старшие																			
№ п/п	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe					
181	Джем	20	0,080																
	Капша мянная молочная	250	7,613	7,133	13,000	50,000	0,002	0,100	2,800	1,800	1,400	0,260							
384	Каша из консервов "Каша со сгущенным молоком и сахаром"	200	2,952	2,700	19,656	261,426	0,104	1,625	57,650	0,625	158,940	146,596	24,404						
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,036	0,468	0,072				0,549						
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064	0,449	0,784	9,200	34,800	13,200	0,800						
	<i>Итого за Завтрак</i>	530,000	16,485	10,593	110,975	602,558	0,250	2,193	68,430	2,161	178,540	209,196	44,204						
20	Салат из белокочанной капусты с курицей	100	2,015	7,176	13,238	126,830	0,036	35,475	3,232	45,140	41,690	21,460	0,688						
103	Суп картофельный с вермишелью	250	4,550	3,328	8,800	97,648	0,064	6,300	2,575	15,279	52,728	12,539	0,705						
229	Рыба, тушеная с овощами	130	20,171	6,140	1,480	142,540	0,149	2,525	2,645	58,330	310,610	74,470	0,285						
128	Картофельное пюре	180	3,902	4,743	2,599	171,360	0,208	33,634	0,050	46,860	116,060	41,370	0,285						
349	Компот из сухофруктов	180	0,702	0,054	21,102	88,740	0,018	0,720	0,990	28,800	26,280	18,900	0,612						
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	0,064	0,449	0,784	9,200	34,800	13,200	0,800						
	Хлеб ржанно-пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400	0,080	350,000	0,400	13,200	77,600	22,800	1,800						
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	0,035																	
	<i>Итого за Обед</i>	920,035	37,340	22,321	82,979	799,918	0,619	428,654	820,000	9,661	216,809	659,768	204,739						
	<i>Итого за Пятница - 2 Старшие</i>	1 470,035	53,825	32,914	193,954	1 402,476	0,869	430,847	888,450	11,822	395,349	868,964	248,943						

	Возрастная группа			ЭЦ (ккал)	В1	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)				
	Б	Ж	У			С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe				
Пищевые вещества (г)	Итого за день															
Понедельник - 1	50,127	60,167	220,687	1 667,209	0,801	394,220	839,380	13,703	500,840	919,740	243,130	12,924				
Вторник - 1	39,370	44,431	218,594	1 549,030	0,862	406,445	368,120	9,425	324,059	756,558	223,879	9,260				
Среда - 1	52,985	62,437	147,969	1 464,986	0,942	420,446	2 139,950	15,821	188,528	837,226	295,818	14,575				
Четверг - 1	79,090	78,666	170,010	1 742,307	0,864	380,053	3 186,970	13,727	427,104	1 189,275	228,436	16,645				
Пятница - 1	46,889	51,338	206,025	1 501,718	1,250	407,326	826,830	9,408	328,279	807,418	285,809	15,772				
СР/ПН/ВЕ за 1 неделю	53,692	59,408	192,657	1 585,050	0,944	401,698	1 472,250	12,417	353,762	902,043	255,414	13,835				
Понедельник - 2	47,989	46,146	198,146	1 439,153	0,807	392,620	379,730	11,925	476,128	903,604	230,297	10,022				
Вторник - 2	61,476	54,382	232,496	1 687,598	1,201	373,593	401,700	12,093	494,149	1 010,918	320,399	15,113				
Среда - 2	59,063	65,914	228,248	1 792,983	0,988	396,988	727,702	13,886	400,923	893,129	213,606	13,878				
Четверг - 2	49,460	53,249	169,560	1 480,857	1,006	424,319	2 275,524	11,516	198,278	885,891	277,760	10,847				
Пятница - 2	53,825	32,914	193,954	1 402,476	0,869	430,847	888,450	11,822	395,349	868,964	248,943	8,573				
СР/ПН/ВЕ за 2 неделю	54,363	50,521	204,481	1 560,613	0,974	403,673	934,621	12,248	392,965	912,501	258,201	11,687				
ИТОГО среднее за 2 недели	54,028	54,965	198,569	1 572,832	0,959	402,686	1 203,436	12,333	373,364	907,272	256,808	12,761				
Норма СанПиН	45	46	191,5	1 360	0,7	35	450	7	600	600	150	9				

Возрастная группа

	Завтрак	Обед	Итого за день
Понедельник - 1	650,000	860,035	1 510,035
Вторник - 1	550,000	890,035	1 440,035
Среда - 1	590,000	860,035	1 450,035
Четверг - 1	540,000	890,035	1 430,035
Пятница - 1	640,000	890,035	1 530,035
Вторник - 2	540,000	890,035	1 430,035
Среда - 2	545,000	890,035	1 435,035
Четверг - 2	640,000	920,035	1 560,035
Пятница - 2	560,000	860,035	1 420,035
ИТОГО среднее за 2 недели	550,000	920,035	1 470,035
Норма СанПиН	581	887	1 468
	550	800	1 350

Рецептуры блюд и показатели энергетической ценности указаны на основании "Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/под ред. М.П.Моньгиной. - М.:Дели принт, 2007. - 628с." и ТП по производству кулинарной продукции для питания детей школьного возраста в образовательных учреждениях/ т.т. №2 Москва 2006)

- *Горшок зеленый используется как дополнительныи гарнир, термически обработанныи.
- *Химико-энергетические характеристики сыра зависят от наименования данного продукта
- *ООО "Международная кейтеринговая компания" оставляет за собой право на внесение изменений в меню без изменения стоимости меню (замена в меню осуществляется на равноценные по стоимости и пищевой ценности продукты).