

СОГЛАСОВАНО

Директор

«01»

2023г.



УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор ООО

«Межрегиональная кейтеринговая компания»

«01» марта 2023г. М.П. Д.Н.И.

Филонов Т.В.



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

№ п/п	День/неделя: Понедельник - 1 Малыш	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	
338		Итого за Завтрак	550,000	29,637	33,575	52,118	651,569	0,249	13,971	533,400	2,872	227,000	474,770	53,540	9,396	0,420
		Итого за Обед	700,000	23,710	29,022	102,151	772,102	0,337	28,284	473,760	7,193	103,690	329,060	90,570	4,257	1,741
		Итого за Полдник	100,000	8,012	10,749	51,067	333,487	0,124	2,933	31,937	4,680	24,561	84,104	14,222	0,859	0,577
406		Хлебобулочное изделие	100	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	4,689	4,950	8,240	4,400	2,600	
376		Чай с сахаром	300,000	8,212	10,800	64,110	386,875	0,125	3,033	32,437	14,745	29,511	92,344	18,622	1,623	
		Итого за Полдник	1 550,000	61,559	75,397	218,379	1 810,546	0,711	47,288	1 039,597	14,745	362,201	896,174	164,732	16,253	
		Итого за Понедельник - 1 Малыш														
		Итого за Вторник - 1 Малыш														
		Итого за Обед	490,000	15,100	16,446	110,424	646,963	0,189	1,703	51,300	2,694	143,780	215,450	47,770	2,057	
		Итого за Завтрак	60	2,199	4,459	4,664	67,806	0,012	5,343	12,420	1,400	73,610	57,410	14,090	0,452	
50		Салат из свежих овощей	200	1,478	2,204	9,915	65,491	0,045	5,004	160,031	1,048	11,822	27,819	10,042	1,608	
103		Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне	90	11,384	17,046	12,535	250,261	0,146	3,900	47,000	2,572	35,110	132,520	23,470	1,332	
294		Комплетт фруктовый из мяса птицы	150	3,249	3,833	23,133	140,182	0,173	27,995	19,000	0,040	40,220	96,820	34,510	0,880	
128		Картофельное пюре	180	0,236	0,055	12,165	50,758	0,002	1,700	0,580	0,008	6,550	4,880	4,200	0,330	
377		Чай с лимоном	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	0,120	0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840	
		Хлеб пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840	
		Хлеб ржано-пшеничный	740,000	23,376	28,827	91,682	722,698	0,331	44,062	239,031	5,488	195,212	380,689	103,192	6,238	
		Итого за Обед	100	8,837	10,698	45,816	315,018	0,134	20,866	31,937	4,687	49,187	101,697	20,407	1,468	
406		Хлебобулочное изделие	200	1,100	0,200	24,400	102,000	0,020	4,000	0,500	0,200	49,187	115,697	8,000	2,068	
		Итого за Полдник	300,000	9,937	10,898	70,216	417,018	0,154	24,866	31,937	4,887	388,179	711,836	179,319	10,363	
		Итого за Вторник - 1 Малыш	1 530,000	48,413	56,171	272,322	1 786,679	0,874	70,631	322,268	13,069	338,179	711,836	179,319	10,363	

День/неделя: Среда - 1 Молодше

№ реп.	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						
279	Торт/пирог мясное с томатным соусом	120	12,726	20,235	15,038	292,542	0,080	4,660	101,820	4,985	29,340	147,110	24,580	1,849						
173	Каша рисовая вязкая	130	4,695	4,122	21,180	140,401	0,160	16,000	16,000	0,336	12,040	112,210	74,220	2,516						
377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,580	0,008	6,530	9,120	4,880	0,883						
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,440	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440							
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>510,000</i>	<i>20,697</i>	<i>24,732</i>	<i>69,061</i>	<i>581,697</i>	<i>0,286</i>	<i>6,360</i>	<i>118,400</i>	<i>5,769</i>	<i>55,930</i>	<i>294,440</i>	<i>109,280</i>	<i>5,688</i>						
47	Салат из капустной капусты	60	0,918	3,078	2,430	42,540	0,014	14,700		1,389	24,420	18,150	8,580	0,450						
82	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной на курином бульоне	200	4,210	4,708	9,690	97,281	0,063	16,434	175,351	1,965	29,862	60,609	18,482	0,962						
293	Цицхенко запеченный	90	23,402	13,676	0,483	225,349	0,131	0,394	3,174	1,127	14,280	212,475	24,174	0,983						
202	Рожки открытые	150	6,414	3,656	40,944	222,482	0,099	16,000	0,720	0,910	19,340	53,160	9,720	0,994						
349	Колбаски 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	0,240	14,760	70,500	0,033	0,120	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330							
	Хлеб ржанно-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840							
	<i>Итого за Обед</i>	<i>740,000</i>	<i>39,918</i>	<i>26,492</i>	<i>98,307</i>	<i>800,652</i>	<i>0,471</i>	<i>35,268</i>	<i>194,525</i>	<i>5,883</i>	<i>127,562</i>	<i>405,354</i>	<i>80,396</i>	<i>5,387</i>						
424	Хлебобулочное изделие	100	12,303	12,757	77,633	474,059	0,175	0,100	59,400	5,310	32,250	129,415	17,783	1,767						
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	4,950	8,240	4,400	0,839							
	<i>Итого за Ланч</i>	<i>300,000</i>	<i>12,503</i>	<i>12,808</i>	<i>90,676</i>	<i>577,447</i>	<i>0,176</i>	<i>0,100</i>	<i>59,900</i>	<i>5,310</i>	<i>37,200</i>	<i>137,655</i>	<i>22,183</i>	<i>2,606</i>						
	<i>Итого за Среда - 1 Молодше</i>	<i>1 550,000</i>	<i>73,118</i>	<i>64,032</i>	<i>258,038</i>	<i>1 909,790</i>	<i>0,933</i>	<i>41,728</i>	<i>378,825</i>	<i>16,962</i>	<i>214,692</i>	<i>837,449</i>	<i>211,859</i>	<i>13,701</i>						
№ реп.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витаминный (мг)							Минеральные вещества (мг)						
204	Рожки открытые с сыром	180	13,692	10,997	45,892	338,752	0,119	0,200	77,500	1,130	270,910	219,550	22,090	1,338						
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	4,950	8,240	4,400	0,839							
348	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,440	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440							
	Сок 200 мл в бан. ул.	200			22,400	90,000	0,020	2,000		0,440	14,000	8,000	2,800							
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>620,000</i>	<i>16,932</i>	<i>11,368</i>	<i>101,015</i>	<i>576,140</i>	<i>0,184</i>	<i>2,300</i>	<i>78,000</i>	<i>1,590</i>	<i>283,860</i>	<i>267,290</i>	<i>40,090</i>	<i>3,437</i>						
67	Выпечка овсяной	60	0,919	4,109	4,888	60,470	0,038	6,100	160,430	1,833	11,900	26,760	12,095	0,464						
259	Рассольник московский на курином бульоне	200	1,958	4,015	13,114	96,881	0,061	7,824	165,631	1,497	21,322	64,330	17,271	0,671						
348	Жаркое по-домашнему	200	14,329	16,975	22,999	300,731	0,211	29,549	48,720	2,837	32,950	190,740	45,580	2,487						
	Колбаски из свиных фарш	180			15,968	63,840														
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	0,120	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330							
	Хлеб ржанно-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840							
	<i>Итого за Обед</i>	<i>700,000</i>	<i>22,036</i>	<i>26,329</i>	<i>86,219</i>	<i>670,122</i>	<i>0,463</i>	<i>43,393</i>	<i>374,801</i>	<i>6,587</i>	<i>94,072</i>	<i>338,830</i>	<i>91,196</i>	<i>4,840</i>						
415	Хлебобулочное изделие	100	10,556	13,681	67,915	436,566	0,154	1,800	43,285	5,990	26,787	108,713	15,516	1,483						
	Кисломолочный напиток	200	5,600	5,000	9,400	105,000	0,060	1,800	40,000	83,285	242,000	188,000	30,000	0,200						
	<i>Итого за Ланч</i>	<i>300,000</i>	<i>16,156</i>	<i>18,681</i>	<i>77,315</i>	<i>541,566</i>	<i>0,214</i>	<i>1,800</i>	<i>83,285</i>	<i>5,990</i>	<i>268,787</i>	<i>296,713</i>	<i>45,516</i>	<i>1,683</i>						
	<i>Итого за Четверг - 1 Молодше</i>	<i>1 620,000</i>	<i>55,124</i>	<i>56,378</i>	<i>264,549</i>	<i>1 787,828</i>	<i>0,861</i>	<i>47,693</i>	<i>536,086</i>	<i>14,107</i>	<i>646,719</i>	<i>903,333</i>	<i>176,802</i>	<i>11,980</i>						

№ рецеп.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Витаминные (мг)							Минеральные вещества (мг)										
			Б	Ж	У	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe										
													<i>Завтрак</i>												
209	Ябло отварное	50	12,700	11,500	0,700	157,000	0,070	1,300	250,000	0,600	55,000	192,000	12,000	2,500											
173	Кашиа пшениная молочная	200	8,798	7,084	45,754	282,791	0,255	0,468	36,000	0,193	138,410	56,550	1,535												
384	Корфейный напиток	200	2,664	2,700	19,584	113,400	0,036	10,800	0,072	7,600	26,000	5,200	0,480												
	Ватон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044	0,405	0,680	201,010	428,780	73,750	4,515												
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>490,000</i>	<i>26,962</i>	<i>21,684</i>	<i>84,438</i>	<i>641,191</i>	<i>0,405</i>	<i>1,768</i>	<i>296,800</i>	<i>1,545</i>	<i>201,010</i>	<i>428,780</i>	<i>73,750</i>	<i>4,515</i>											
													<i>Обед</i>												
54	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												
102	Суп жаргонный с горохом на курином бульоне	200	4,998	5,437	15,026	129,121	0,193	7,604	160,031	2,374	32,302	87,679	31,012	1,665											
294	Пшеница рубленая на масле	90	16,370	18,586	11,616	280,263	0,125	1,426	55,440	2,163	29,106	150,868	19,044	1,732											
173	Кашиа гречневая вязкая	180	4,695	4,122	21,180	140,401	0,160	0,100	16,000	0,336	12,040	112,210	74,220	2,516											
376	Чай с сахаром	30	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,500	0,330	4,950	8,240	4,200	0,856											
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	0,120	0,090	6,000	19,500	37,500	12,000	0,840											
	Хлеб ржанно-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	231,971	7,124	123,868	435,357	155,246	8,849											
	<i>Итого за Обед</i>	<i>740,000</i>	<i>31,768</i>	<i>33,523</i>	<i>96,191</i>	<i>815,593</i>	<i>0,645</i>	<i>14,850</i>	<i>43,285</i>	<i>26,787</i>	<i>108,713</i>	<i>15,516</i>	<i>1,483</i>												
													<i>Полдник</i>												
415	Хлебобулочное изделие	100	10,556	13,681	67,915	436,566	0,134	1,400	44,000	5,930	240,000	180,000	28,000	0,200											
	Кисломолочный напиток	200	11,200	12,800	34,400	246,000	0,080	1,400	87,285	2,667	266,787	288,713	43,516	1,683											
	<i>Итого за Полдник</i>	<i>300,000</i>	<i>21,756</i>	<i>26,481</i>	<i>102,315</i>	<i>682,566</i>	<i>0,234</i>	<i>1,284</i>	<i>616,056</i>	<i>14,599</i>	<i>591,665</i>	<i>1,52,850</i>	<i>272,512</i>	<i>15,047</i>											
													<i>Итого за Вторник - 2 Младшие</i>												
													<i>Среда - 2 Младшие</i>												
№ рецеп.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Витаминные (мг)							Минеральные вещества (мг)										
			Б	Ж	У	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe										
348	Сок 200 мл в инуль	610,000	25,847	13,659	100,599	633,219	0,190	4,326	83,580	1,800	195,380	350,040	60,910	5,408											
													<i>Завтрак</i>												
67	Вяленет овощной	60	0,919	4,109	4,888	60,470	0,038	6,100	160,450	1,833	11,900	26,760	12,095	0,464											
88/2011	Пш из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	1,613	4,664	9,263	85,581	0,067	20,450	164,520	1,927	27,200	44,000	18,530	0,719											
268	Выпечка мясная с топингами соусом	120	13,082	25,780	14,399	343,063	0,313	1,674	80,421	3,696	32,409	140,600	22,860	1,789											
202	Рожки отварные	150	6,414	3,656	40,944	222,482	0,099	3,600	16,000	0,910	19,340	53,160	9,720	0,994											
349	Компот из свежих яблок	180	0,144	0,144	15,504	64,800	0,011	3,600	0,072	5,760	3,660	3,240	0,828												
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033	0,120	0,090	6,000	19,500	37,500	12,000	0,840											
	Хлеб ржанно-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	421,391	8,858	124,509	325,480	82,645	5,964											
	<i>Итого за Обед</i>	<i>770,000</i>	<i>27,002</i>	<i>39,583</i>	<i>114,248</i>	<i>924,596</i>	<i>0,681</i>	<i>31,944</i>	<i>421,391</i>	<i>8,858</i>	<i>124,509</i>	<i>325,480</i>	<i>82,645</i>	<i>5,964</i>											
													<i>Полдник</i>												
406	Хлебобулочное изделие	100	8,012	10,749	51,067	333,487	0,124	2,933	31,937	4,680	24,561	84,104	14,222	1,741											
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	4,950	8,240	4,400	4,400	0,859											
	<i>Итого за Полдник</i>	<i>300,000</i>	<i>8,212</i>	<i>10,800</i>	<i>64,110</i>	<i>386,875</i>	<i>0,125</i>	<i>3,033</i>	<i>32,437</i>	<i>4,680</i>	<i>29,511</i>	<i>92,344</i>	<i>18,622</i>	<i>2,600</i>											
													<i>Итого за Среда - 2 Младшие</i>												
													<i>Итого за Вторник - 2 Младшие</i>												
													<i>Итого за Среда - 2 Младшие</i>												

	Возрастная группа			ЭЦ (ккал)	Витаминный (мг)										Минеральные вещества (мг)				
	Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe	Ca	Р	Мг	Fe			
Понедельник - 1	61,559	75,397	218,379	1 810,546	0,711	47,288	1 039,597	14,745	362,201	896,174	164,732	16,253							
Вторник - 1	48,413	56,171	272,322	1 786,679	0,574	70,631	322,268	13,069	388,179	711,836	179,319	10,363							
Среда - 1	73,118	64,032	258,038	1 909,790	0,933	41,728	372,825	16,962	214,692	837,449	211,859	13,701							
Четверг - 1	55,124	56,378	264,549	1 787,828	0,861	47,693	536,086	14,107	646,719	903,333	176,802	11,980							
Пятница - 1	55,972	58,631	242,559	1 725,847	1,255	26,161	643,048	11,560	500,132	905,187	246,325	13,706							
СРЕДНЕЕ за 1 неделю	58,837	62,122	251,169	1 804,138	0,927	46,700	582,765	14,089	422,385	850,796	195,807	12,093							
Понедельник - 2	53,325	43,455	250,299	1 620,108	0,744	61,273	312,388	12,054	455,858	728,664	165,888	12,093							
Вторник - 2	80,486	81,688	282,944	2 139,350	1,284	18,018	616,056	14,599	591,665	1 152,850	272,512	15,047							
Среда - 2	61,061	64,042	278,757	1 944,690	0,996	39,303	537,408	15,338	349,400	767,864	162,177	13,972							
Четверг - 2	54,537	64,505	264,929	1 863,260	0,911	62,283	600,891	16,433	229,182	746,584	187,565	11,453							
Пятница - 2	59,114	38,277	251,519	1 588,958	0,752	35,872	494,466	12,150	512,535	915,932	205,135	9,230							
Итого среднее за 2 недели	61,705	58,393	265,690	1 831,273	0,937	43,350	512,242	14,115	421,728	862,379	198,655	12,359							
НОРМА	60,271	60,258	238,430	1 817,706	0,932	43,025	547,504	14,102	425,057	856,588	197,231	12,780							
Норма СанПиН	46,2	47,4	201	1 410	0,72	36	420	7,2	660	660	150	7,2							

	Возрастная группа				Итого за день
	Завтрак	Обед	Полдник	Ужин	
Понедельник - 1	550,000	700,000	300,000	1 550,000	
Вторник - 1	490,000	740,000	300,000	1 530,000	
Среда - 1	510,000	740,000	300,000	1 550,000	
Четверг - 1	620,000	700,000	300,000	1 620,000	
Пятница - 1	500,000	740,000	300,000	1 540,000	
Понедельник - 2	570,000	740,000	300,000	1 610,000	
Вторник - 2	490,000	740,000	300,000	1 530,000	
Среда - 2	610,000	770,000	300,000	1 680,000	
Четверг - 2	510,000	700,000	300,000	1 510,000	
Пятница - 2	500,000	770,000	300,000	1 570,000	
Итого среднее за 2 недели	535	734	300	1 569	
Норма СанПиН	500	700	300	1 500	

№ 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						
<i>Завтрак</i>																				
210	Масло поджаренное	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001													
210	Омлет натуральный	200	34,237	36,738	6,068	492,401	0,210	1,137	656,300	0,100	2,400	3,000	42,560	6,351	0,020					
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	2,854	248,390	560,190	2,854	0,859	4,400	5,600	0,440			
338	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,044	13,000	0,300	24,000	16,500	13,500	3,300	66,060	10,970				
	Фрукт, 1 шт	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	15,000		0,200	287,740	613,950	66,060							
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>600,000</i>	<i>38,137</i>	<i>44,979</i>	<i>53,621</i>	<i>776,389</i>	<i>0,301</i>	<i>16,257</i>	<i>696,800</i>	<i>3,694</i>	<i>287,740</i>	<i>1,045,601</i>	<i>186,912</i>	<i>16,649</i>						
<i>Обед</i>																				
88	Икра овошная	100	1,700	9,000	9,000	136,000	0,020	7,000		3,100	41,000	37,000	15,000	0,700						
291	Шу из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	250	2,046	5,872	11,691	107,823	0,084	25,678	206,311	2,431	37,243	56,141	23,572	0,940						
348	Плов из мяса птицы	250	20,525	23,016	53,713	503,211	0,136	4,889	461,900	4,088	33,650	262,530	60,680	2,431						
	Колбас из суфлуриков	180			15,968	63,840					8,000		5,600	0,440						
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,160		0,120	29,200	50,000	16,000	1,120						
	Хлеб ржанно-пшеничный	40	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160			0,120	29,200	50,000	16,000	1,120						
	<i>Итого за Обед</i>	<i>860,000</i>	<i>30,711</i>	<i>39,528</i>	<i>129,372</i>	<i>1,008,474</i>	<i>0,444</i>	<i>37,227</i>	<i>668,211</i>	<i>10,179</i>	<i>149,073</i>	<i>431,671</i>	<i>120,832</i>	<i>5,679</i>						
<i>Итого за Понедельник - 1 Старшие</i>																				
			<i>1,460,000</i>	<i>68,868</i>	<i>84,507</i>	<i>182,993</i>	<i>1,784,863</i>	<i>0,745</i>	<i>53,984</i>	<i>1,365,011</i>	<i>13,873</i>	<i>436,813</i>	<i>1,045,601</i>	<i>186,912</i>	<i>16,649</i>					
<i>День/неделя: Вторник - 1 Старшие</i>																				
№ 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>Завтрак</i>																				
174	Кондитерское изделие	50	3,900	7,690	34,645	220,000	0,040		5,500	1,750	14,500	43,000	10,000	1,050						
384	Каши рисовая молочная	250	6,852	7,081	47,286	281,091	0,087	1,547	43,800	0,242	151,520	181,350	40,880	0,656						
	Каши со сливками, молоком и сахаром*	200	2,952	2,700	19,656	114,732	0,056	0,468	10,800	0,072	7,600	26,000	5,200	0,480						
	Витон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480						
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>540,000</i>	<i>16,504</i>	<i>17,871</i>	<i>119,987</i>	<i>703,823</i>	<i>0,207</i>	<i>2,015</i>	<i>60,100</i>	<i>2,744</i>	<i>173,620</i>	<i>252,350</i>	<i>56,080</i>	<i>2,186</i>						
<i>Обед</i>																				
50	Салат из свежих овощей	100	3,920	7,693	7,744	116,310	0,021	8,880	23,000	2,338	132,560	101,940	23,860	1,332						
103	Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне	250	1,852	3,235	12,432	86,541	0,057	6,304	200,031	1,530	34,739	12,551	0,559							
294	Котлета рубленая из мяса птицы	100	12,473	19,731	13,541	282,781	0,156	4,390	54,500	3,058	145,740	116,060	41,370	1,589						
128	Картофельное пюре	180	3,904	4,745	27,818	169,692	0,208	33,634	23,600	0,050	46,860	116,060	41,370	1,589						
377	Чай с лимоном	180	0,236	0,055	12,165	50,758	0,002	1,700	0,580	0,008	6,530	9,120	4,880	0,880						
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440						
	Хлеб ржанно-пшеничный	40	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160			0,120	29,200	50,000	16,000	1,120						
	<i>Итого за Обед</i>	<i>890,000</i>	<i>28,825</i>	<i>37,119</i>	<i>112,700</i>	<i>903,682</i>	<i>0,648</i>	<i>55,068</i>	<i>301,711</i>	<i>7,544</i>	<i>274,692</i>	<i>483,599</i>	<i>134,021</i>	<i>7,669</i>						
	<i>Итого за Вторник - 1 Старшие</i>	<i>1,430,000</i>	<i>45,329</i>	<i>54,990</i>	<i>232,687</i>	<i>1,607,505</i>	<i>0,855</i>	<i>57,083</i>	<i>361,811</i>	<i>10,288</i>	<i>448,312</i>	<i>735,949</i>	<i>186,101</i>	<i>9,855</i>						

День/неделя: Среда - 1 Старшие		№ пел.	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	Ca	Р	Мг	Fe		
279	Тортельни магоние с томатным соусом	130	13,859	21,272	15,545	308,402	0,083	4,464	83,920	5,008	29,280	157,490	26,620	1,965								
173	Капша речневая вареная	180	5,585	5,078	25,190	168,571	0,190	20,000	0,402	13,680	133,370	88,220	2,887									
377	Чай с лимонной	200	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,580	0,008	6,530	9,120	4,880	0,883								
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,440	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440									
	<i>Итого за Завтрак</i>	550,000	22,720	26,725	73,578	623,721	0,319	6,164	104,500	5,858	57,310	325,980	124,320	6,275								
47	Салат из крапивной капусты	100	1,530	5,130	4,050	70,901	0,023	24,501		2,315	40,701	30,249	14,300	0,750								
82	Борщи из свежей капусты с картошкой со сметаной на курном бульоне	250	4,625	5,908	12,045	119,091	0,078	20,777	217,111	2,471	36,462	71,929	23,391	1,176								
293	Лепешки запаренные	100	26,003	15,196	0,557	250,398	0,145	0,438	3,527	1,253	15,867	236,094	26,861	1,092								
202	Рожки отварные	180	7,742	4,537	49,417	269,652	0,120	20,000	0,072	1,100	21,860	63,900	11,640	1,188								
349	Комлот 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	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,440	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440									
	Хлеб ржанно-пшеничный	40	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160	0,160	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120									
	<i>Итого за Обед</i>	890,000	46,484	32,555	120,553	972,442	0,587	49,476	240,638	7,771	157,850	482,132	101,032	6,594								
	<i>Итого за Среда - 1 Старшие</i>	1 440,000	69,204	59,280	194,131	1 598,163	0,900	55,640	345,138	13,629	215,360	808,112	225,352	12,869								
День/неделя: Четверг - 1 Старшие																						
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	Ca	Р	Мг	Fe				
204	Рожки отварные с саром	200	15,250	12,596	50,840	379,342	0,131	0,224	88,400	1,280	302,480	245,140	24,560	1,502								
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440								
348	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,440	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440									
	Сок 200 мл в мл.ул.	200			22,400	90,000	0,020	2,000		0,440	8,000	26,000	5,600	0,440								
	<i>Итого за Завтрак</i>	640,000	18,490	12,967	105,963	616,730	0,196	2,324	88,900	1,720	315,430	293,380	42,560	5,602								
67	Винегрет овощной	100	1,557	7,184	8,227	104,229	0,065	10,262	280,750	3,205	19,904	45,316	20,446	0,775								
259	Рисовыйник московский на курном бульоне	250	2,394	5,225	16,047	121,562	0,076	9,779	206,781	1,975	25,303	78,460	21,372	0,821								
348	Комлот из сухобурхтос	250	17,913	21,220	28,749	375,929	0,263	36,937	60,904	3,546	41,190	238,437	56,977	3,109								
	Хлеб пшеничный	180	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,440	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440									
	Хлеб ржанно-пшеничный	40	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160	0,160	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120									
	<i>Итого за Обед</i>	860,000	28,304	35,269	107,991	862,960	0,608	57,138	548,435	9,286	123,597	438,213	120,395	6,313								
	<i>Итого за Четверг - 1 Старшие</i>	1 500,000	46,794	48,236	213,954	1 479,690	0,804	59,462	637,335	11,006	439,027	731,593	162,955	11,914								

День/неделя: Пятница - 1 Старшие

№ реч.	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	Сыр порционный	20	5,200	5,220		68,800	0,006	0,160	46,000	0,100	200,000	128,000	9,000	0,200				
377	Каши молочная "Дружба"	250	7,293	8,203	42,429	273,571	0,161	1,508	47,200	0,196	157,080	186,870	44,380	0,992				
	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,580	0,008	6,550	9,120	4,880	0,883				
	Хлеб пшеничный	40	0,400	0,400	18,400	88,000	0,044	0,444	0,680	0,680	7,600	26,000	5,200	0,480				
	<i>Итого за Завтрак</i>	550,000	3,040	0,320	94,000	94,000	0,044	3,668	93,780	1,424	8,000	26,000	5,600	0,440				
40	Салат картофельный с морковью	100	4,282	5,865	10,193	110,954	0,101	11,917	550,000	1,719	25,584	88,650	25,750	1,197				
102	Суп картофельный с горохом на курином бульоне	250	6,132	5,539	18,540	148,661	0,237	9,504	200,031	2,414	38,882	107,739	38,171	2,039				
268	Котлета рубленая из мяса	100	14,157	22,700	14,156	319,211	0,341	1,240	21,000	1,424	30,140	149,760	22,690	1,849				
173	Каши гречневая вязкая	180	5,585	3,078	25,190	168,571	0,190	20,000	0,402	0,402	13,680	133,370	88,220	2,987				
376	Чай с сахаром	180	0,051	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,500	0,440	4,950	8,240	5,600	0,856				
	Хлеб пшеничный	40	0,320	0,320	19,680	94,000	0,044	0,160	0,160	0,120	8,000	26,000	5,600	0,440				
	Хлеб ржанко-пшеничный	40	1,320	1,320	19,320	103,600	0,160	1,074	1,074	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120				
	<i>Итого за Обед</i>	890,000	36,796	40,873	719,124	994,395	1,074	22,921	791,531	6,519	150,416	563,759	200,831	10,488				
	<i>Итого за Пятница - 1 Старшие</i>	1 440,000	55,365	55,071	212,796	1 573,514	1,331	26,289	885,311	7,943	524,646	933,749	269,891	13,483				

День/неделя: Понедельник - 2 Старшие

№ реч.	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	Рожики отварные с сахаром	200	15,250	12,996	50,840	379,342	0,131	0,224	88,400	1,280	302,480	245,140	24,560	1,502				
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	0,440	4,950	8,240	4,400	0,859				
338	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,440	0,680	0,680	7,600	26,000	5,200	0,480				
	Фрукты, 1 шт	150	0,600	0,600	14,700	70,500	0,045	15,000	0,300	0,300	24,000	16,500	13,500	3,300				
	<i>Итого за Завтрак</i>	590,000	19,090	13,567	98,263	597,230	0,221	15,324	88,900	2,020	339,430	295,880	48,060	6,107				
	<i>Итого за Понедельник - 2 Старшие</i>	1 000	3,100	0,200	6,500	40,000	0,110	10,000	206,311	2,441	34,962	53,929	23,391	1,026				
82	Борщи из свежей капусты с картофелем со сметаной на курином бульоне	250	1,925	5,833	12,045	108,291	0,071	20,777	206,311	2,441	34,962	53,929	23,391	1,026				
260	Ухища из птицы	100	16,131	11,924	3,731	189,469	0,090	2,732	23,840	2,816	15,583	143,243	23,645	0,871				
171	Каши рисовая рассыпчатая	180	4,521	4,266	47,426	246,171	0,052	0,306	20,000	0,306	10,000	98,250	32,220	0,679				
342	Каши ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240	0,044	0,160	0,160	0,120	8,000	26,000	5,600	0,440				
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,160	0,160	0,120	8,000	26,000	5,600	0,440				
	Хлеб ржанко-пшеничный	40	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160	1,074	1,074	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120				
	<i>Итого за Обед</i>	890,000	32,515	23,917	121,254	838,771	0,527	33,689	250,151	6,323	117,745	493,422	121,856	4,872				
	<i>Итого за Понедельник - 2 Старшие</i>	1 480,000	51,405	37,484	219,517	1 436,001	0,748	49,013	339,051	8,343	457,175	729,302	169,916	10,973				

День/неделя: Вторник - 2 Старшие

№ реп.	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				
209	Сырно отварное	50	12,700	11,500	0,700	157,000	0,070	250,000	0,600	55,000	192,000	12,000	2,500					
173	Кашишная молочная	250	11,026	8,863	57,608	355,341	0,319	45,000	0,242	172,160	263,870	70,840	1,919					
384	Корейский салатик	200	2,700	2,664	19,584	113,400	0,036	0,468	10,800	0,072	6,680	5,200	0,480					
	Биттон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044	0,680	0,680	7,600	26,000	5,200	0,480					
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>540,000</i>	<i>29,190</i>	<i>23,463</i>	<i>96,292</i>	<i>713,741</i>	<i>0,469</i>	<i>305,800</i>	<i>1,594</i>	<i>234,760</i>	<i>481,870</i>	<i>88,040</i>	<i>4,899</i>					
54	Салат из свежих овощей	100	1,135	6,163	11,516	106,640	0,021	9,400	2,759	29,530	32,540	17,430	1,525					
102	Суп картофельный с горохом на курином бульоне	250	6,132	5,599	18,540	148,661	0,237	9,504	2,414	38,862	107,793	38,171	2,039					
294	Пшеница рубленый из мяса птицы	100	18,189	20,651	12,907	311,401	0,139	1,584	2,403	32,340	167,630	21,160	1,975					
173	Кашишная молочная	180	5,385	5,078	25,190	168,571	0,190	20,000	0,402	13,630	133,370	88,220	2,987					
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,500	4,950	8,240	4,400	0,836					
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,160	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440					
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160	0,160	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120					
	<i>Итого за Обед</i>	<i>890,000</i>	<i>37,681</i>	<i>39,122</i>	<i>119,198</i>	<i>982,271</i>	<i>0,292</i>	<i>20,748</i>	<i>282,131</i>	<i>156,562</i>	<i>525,519</i>	<i>190,981</i>	<i>10,892</i>					
	<i>Итого за Вторник - 2 Старшие</i>	<i>1 430,000</i>	<i>66,871</i>	<i>62,585</i>	<i>215,490</i>	<i>1 696,012</i>	<i>1,261</i>	<i>22,841</i>	<i>587,931</i>	<i>10,132</i>	<i>391,322</i>	<i>279,021</i>	<i>15,791</i>					

День/неделя: Среда - 2 Старшие

№ реп.	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				
188	Запеканка рисовая с творогом и грушевыми яблоками	200	26,943	15,212	53,330	463,621	0,146	0,710	97,800	1,138	203,600	350,020	49,770	1,467				
377	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,580	0,008	6,530	9,120	4,880	0,883				
	Биттон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044	0,680	7,600	0,680	7,600	26,000	5,200	0,480				
348	Сок 200 мл в лит. ул.	200			22,400	90,000	0,020	2,000				14,000	8,000	2,800				
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>640,000</i>	<i>29,979</i>	<i>15,667</i>	<i>107,313</i>	<i>696,369</i>	<i>0,212</i>	<i>4,410</i>	<i>98,380</i>	<i>1,846</i>	<i>217,750</i>	<i>399,140</i>	<i>67,850</i>	<i>5,630</i>				
67	Выпечка овсяной	100	1,557	7,184	8,227	104,229	0,065	10,262	280,750	3,205	19,904	45,316	20,446	0,775				
88	Шли из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	250	2,046	5,872	11,691	107,823	0,084	25,678	206,311	2,431	37,243	56,141	23,572	0,940				
268	Биттон	130	14,500	21,735	16,140	373,537	0,348	1,828	82,522	3,752	35,710	155,643	25,210	1,983				
202	Рожки отварные	180	7,742	4,537	49,417	269,652	0,120	20,000		1,100	21,860	63,900	11,640	1,188				
349	Корейский салатик	180	0,144	0,144	15,504	64,800	0,011	3,600		0,072	5,760	3,240	0,828					
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,160	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440					
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,400	1,320	19,320	103,600	0,160	0,160	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120					
	<i>Итого за Обед</i>	<i>920,000</i>	<i>32,429</i>	<i>47,112</i>	<i>139,979</i>	<i>1 117,641</i>	<i>0,832</i>	<i>41,528</i>	<i>589,583</i>	<i>11,120</i>	<i>157,677</i>	<i>490,960</i>	<i>105,708</i>	<i>7,274</i>				
	<i>Итого за Среда - 2 Старшие</i>	<i>1 560,000</i>	<i>62,408</i>	<i>62,779</i>	<i>247,292</i>	<i>1 814,010</i>	<i>1,044</i>	<i>45,938</i>	<i>687,963</i>	<i>12,966</i>	<i>375,427</i>	<i>800,100</i>	<i>173,558</i>	<i>12,904</i>				

День/неделя: Четверг - 2 Старшие

№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У	З		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe		
<i>Завтрак</i>																	
294	Хлеба овсяная	40	0,680	3,600	3,600	54,400	0,008	2,800									
128	Котлета рубленая из мяса птицы	100	12,473	19,731	13,541	282,781	0,156	4,390	54,500	3,058	16,400	14,800	6,000	0,280			
376	Картофельное пюре	180	3,904	4,745	27,818	169,692	0,208	33,634	23,600	0,050	46,860	116,060	41,370	1,749			
	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,100	0,500	0,440	4,950	8,240	4,400	0,859			
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440			
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>560,000</i>	<i>20,297</i>	<i>28,447</i>	<i>77,682</i>	<i>634,261</i>	<i>0,417</i>	<i>40,924</i>	<i>78,600</i>	<i>4,788</i>	<i>113,870</i>	<i>310,840</i>	<i>83,130</i>	<i>4,917</i>			
<i>Обед</i>																	
42	Салат картофельный с зеленым горошком	100	1,777	6,931	9,961	109,764	0,086	13,359	1,167	3,002	15,328	48,113	19,002	0,749			
82	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной на хуринном бульоне	250	1,925	5,833	12,045	108,291	0,071	20,777	206,311	2,441	34,962	53,929	23,391	1,026			
291	Пюре из мяса птицы	250	20,525	23,016	53,713	503,211	0,136	4,889	461,900	4,088	33,630	262,530	60,680	2,431			
348	Компот из сухофруктов	180	3,040	0,320	15,968	63,840	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440			
	Хлеб пшеничный	40	3,400	1,320	19,680	94,000	0,160	0,160		0,120	29,200	50,000	16,000	1,120			
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,400	0,320	19,680	94,000	0,044			0,120	29,200	50,000	16,000	1,120			
	<i>Итого за Обед</i>	<i>860,000</i>	<i>30,667</i>	<i>37,420</i>	<i>136,687</i>	<i>982,706</i>	<i>0,497</i>	<i>39,185</i>	<i>669,378</i>	<i>10,091</i>	<i>121,120</i>	<i>440,572</i>	<i>124,673</i>	<i>5,814</i>			
<i>День/неделя: Пятница - 2 Старшие</i>																	
	<i>Итого за Пятница - 2 Старшие</i>	<i>1 420,000</i>	<i>50,964</i>	<i>65,867</i>	<i>208,369</i>	<i>1 636,967</i>	<i>0,914</i>	<i>80,109</i>	<i>747,978</i>	<i>14,879</i>	<i>234,990</i>	<i>751,412</i>	<i>207,803</i>	<i>10,731</i>			
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У	З		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe		
<i>Завтрак</i>																	
181	Сыр порционный	20	5,200	5,220		68,800	0,006	0,160	46,000	0,100	200,000	128,000	9,000	0,200			
377	Каша манная молочная	250	7,613	7,133	41,439	261,426	0,104	1,625	45,000	0,625	158,940	146,596	24,404	0,544			
	Чай с лимоном	200	0,236	0,055	13,163	54,748	0,002	1,700	0,800	0,008	6,550	9,120	4,880	0,383			
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480			
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440			
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>550,000</i>	<i>18,889</i>	<i>13,128</i>	<i>92,682</i>	<i>566,974</i>	<i>0,200</i>	<i>3,485</i>	<i>91,580</i>	<i>1,833</i>	<i>381,090</i>	<i>333,716</i>	<i>49,084</i>	<i>2,547</i>			
<i>Обед</i>																	
47	Салат из квашеной капусты	100	1,330	5,130	4,050	70,501	0,023	24,301		2,315	40,701	30,249	14,300	0,750			
103	Суп картофельный с вермишелью на хуринном бульоне	250	4,532	3,330	12,432	97,341	0,064	6,304	210,831	1,560	15,362	52,739	12,551	0,709			
229	Рыба, тушенная с овощами	130	20,162	6,150	1,479	142,091	0,148	2,063	214,020	2,711	58,650	310,910	74,310	1,199			
171	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,521	4,266	47,426	246,171	0,052		20,000	0,306	10,000	98,230	32,220	0,679			
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,500	0,440	4,950	8,240	4,400	0,856			
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440			
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,400	1,320	19,680	94,000	0,160			0,120	29,200	50,000	16,000	1,120			
	<i>Итого за Обед</i>	<i>920,000</i>	<i>37,405</i>	<i>20,567</i>	<i>116,432</i>	<i>803,502</i>	<i>0,492</i>	<i>33,128</i>	<i>445,351</i>	<i>7,432</i>	<i>166,863</i>	<i>576,388</i>	<i>159,381</i>	<i>5,753</i>			
	<i>Итого за Пятница - 2 Старшие</i>	<i>1 470,000</i>	<i>56,294</i>	<i>33,695</i>	<i>209,114</i>	<i>1 370,476</i>	<i>0,692</i>	<i>56,613</i>	<i>536,931</i>	<i>9,305</i>	<i>547,953</i>	<i>912,104</i>	<i>208,465</i>	<i>8,300</i>			

Возрастная группа	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)																
	Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe								
Понедельник - 1	68,868	84,507	182,993	1 784,863	0,745	53,984	1 365,011	13,873	436,813	1 045,601	186,912	16,649	45,329	57,083	361,811	10,288	448,312	735,949	186,101	9,855								
Вторник - 1	45,329	54,990	232,687	1 607,505	0,855	57,083	361,811	13,629	215,360	808,112	225,352	12,869	69,204	59,280	194,131	1 598,163	439,027	731,593	162,955	11,914								
Среда - 1	46,794	48,236	213,954	1 479,690	0,804	59,462	637,335	11,006	524,646	939,749	269,891	13,483	55,365	55,071	212,796	1 573,514	412,832	852,201	206,242	12,954								
Четверг - 1	57,112	60,417	207,312	1 608,747	0,927	50,492	718,921	11,348	412,832	852,201	206,242	10,973	СРЕДНЕЕ за 1 неделю	57,112	60,417	207,312	1 608,747	0,927	50,492	718,921	11,348	412,832	852,201	206,242	10,973			
Понедельник - 2	51,405	37,484	219,517	1 436,001	0,748	49,013	339,051	8,343	457,175	729,302	169,916	10,973	Вторник - 2	66,871	62,779	215,490	1 696,012	1,261	72,841	687,963	10,132	391,322	1 007,389	279,021	15,791			
Среда - 2	62,408	62,779	247,292	1 814,010	1,044	45,938	687,963	12,966	375,427	800,100	173,558	12,904	Четверг - 2	50,964	65,867	208,369	1 636,967	0,914	80,109	536,931	14,879	234,990	751,412	207,803	10,731			
Пятница - 2	56,294	53,695	209,114	1 370,476	0,692	36,613	579,971	11,125	401,373	840,061	207,753	11,740	СРЕДНЕЕ за 2 недели	57,588	57,588	219,956	1 590,693	0,932	46,903	649,446	11,237	407,103	846,131	206,998	12,347			
Итого среднее за 2 недели	56,450	56,450	213,654	1 599,720	0,930	48,698	649,446	11,237	407,103	846,131	206,998	12,347	Итого за неделю	570,000	570,000	2 140,000	19 400,000	7,000	21 400,000	19 400,000	7,000	21 400,000	19 400,000	7,000	21 400,000	19 400,000	7,000	
Норма СанПиН	45	46	191,5	1 360	0,7	35	450	7	600	600	150	9	Норма СанПиН	550	800	1 350	13 500	5 000	13 500	5 000	13 500	5 000	13 500	5 000	13 500	5 000	13 500	5 000

Рецептуры блюд и показатели энергетической ценности указаны на основании "Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников" ред. М.П.Могильного.

*Торопек зеленый используется как дополнительный гарнир, термически обработанный.

*Химико-энергетические характеристики сыра зависят от наименования данного продукта

*ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" оставляет за собой право на внесение изменений в меню без изменения стоимости меню (замена в меню осуществляется на