

**СОГЛАСОВАНО**

**Директор**



2023г.

**УТВЕРЖДЕНО**

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



**Финонов Т.В.**

«01» сентября 2023г.

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

День/неделя: Понедельник - 1 с 7 до 11 лет

№ реп.	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	Mg
<i>Завтрак</i>													
210	Масло порционное	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001		40,000	0,100	2,400	3,000	0,020
	Омлет натуральный	150	25,717	27,354	4,565	367,581	0,158	0,871	492,900	2,032	187,650	421,030	32,040
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
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044		0,440	0,440	8,000	26,000	5,600
338	Фрукты (яблоки)	130	0,520	12,740	61,100	61,100	0,039	13,000		0,260	20,800	14,300	11,700
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>530,000</i>	<i>29,557</i>	<i>35,495</i>	<i>50,158</i>	<i>642,169</i>	<i>0,243</i>	<i>13,971</i>	<i>533,400</i>	<i>2,832</i>	<i>223,800</i>	<i>472,570</i>	<i>53,740</i>
<i>Обед</i>													
71	Помидоры свежие порционные	60	0,660	0,120	14,400	14,400	0,036	15,000	109,801	0,420	8,400	15,600	12,000
88/20/11	Щи из свежей капусты на бульоне	200	1,613	4,664	9,263	85,581	0,067	20,450	164,520	1,927	27,200	44,000	18,530
291	Плов из мяса птицы	200	16,517	18,592	35,952	376,681	0,105	3,514	309,240	3,310	25,990	205,860	46,840
348	Компот из сухофруктов	180	0,234	18,263	74,595	74,595	0,005	350,180		0,248	7,470	6,840	4,905
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033		0,330	0,000	19,500	4,200	0,330
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,090	0,090	21,900	37,500	12,000
	<i>Итого за Обед</i>	<i>700,000</i>	<i>23,854</i>	<i>24,606</i>	<i>95,008</i>	<i>699,457</i>	<i>0,366</i>	<i>389,264</i>	<i>583,561</i>	<i>6,325</i>	<i>96,960</i>	<i>329,300</i>	<i>98,475</i>
<i>Полдник</i>													
406	Пирожок с яблоком	100	8,012	10,749	51,067	333,487	0,124	2,933	31,937	4,680	24,561	84,104	14,222
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
	<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>Итого за Понедельник - 1 с 7 до 11 лет</i>	<i>1 530,000</i>	<i>61,623</i>	<i>70,901</i>	<i>209,276</i>	<i>1 728,501</i>	<i>0,734</i>	<i>406,268</i>	<i>1 149,398</i>	<i>13,837</i>	<i>350,271</i>	<i>894,214</i>	<i>170,837</i>

День/неделя: Вторник - 1 с 7 до 11 лет

№ реп.	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	Mg
<i>Завтрак</i>													
	Печенье	50	3,900	7,690	34,645	220,000	0,040		5,500	1,750	14,500	45,000	10,000
181	Каша манная молочная с маслом	200	6,092	5,708	33,163	209,185	0,083	1,300	36,000	0,500	130,774	118,020	19,741
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
	Батон	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055		0,850	0,850	9,500	32,500	6,500
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>500,000</i>	<i>13,692</i>	<i>13,949</i>	<i>103,851</i>	<i>592,573</i>	<i>0,179</i>	<i>1,400</i>	<i>42,000</i>	<i>3,100</i>	<i>159,724</i>	<i>203,760</i>	<i>40,641</i>
<i>Обед</i>													
54	Салат из свеклы с яблоками	60	0,675	4,097	7,074	68,210	0,013	5,600		1,831	17,570	19,360	10,370
102	Суп гороховый на бульоне	200	4,998	5,437	15,026	129,121	0,193	7,604	160,031	2,374	32,302	87,679	31,012
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	90	11,384	17,046	12,535	250,261	0,146	3,900	47,000	2,572	35,110	132,520	23,470
128	Картофельное пюре	150	3,249	3,833	23,153	140,182	0,173	27,995	19,000	0,040	40,220	96,820	34,510
377	Чай с лимоном	180	0,236	0,055	12,165	50,758	0,002	1,700	0,580	0,008	6,550	9,120	4,880
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033		0,330	0,330	6,000	19,500	4,200
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120	0,120	0,090	0,090	21,900	37,500	12,000
	<i>Итого за Обед</i>	<i>740,000</i>	<i>25,372</i>	<i>31,698</i>	<i>99,203</i>	<i>786,732</i>	<i>0,680</i>	<i>46,919</i>	<i>226,611</i>	<i>7,245</i>	<i>159,632</i>	<i>402,499</i>	<i>120,442</i>
<i>Полдник</i>													
406	Пирожок с капустой и луком	100	8,837	10,698	45,816	315,018	0,134	20,866	31,937	4,687	49,187	101,697	20,407
	Сок	200	1,100	0,200	24,400	102,000	0,020	4,000		0,200		14,000	8,000
	<i>Итого за Полдник</i>	<i>300,000</i>	<i>9,937</i>	<i>10,898</i>	<i>70,216</i>	<i>417,018</i>	<i>0,154</i>	<i>24,866</i>	<i>31,937</i>	<i>4,887</i>	<i>49,187</i>	<i>115,697</i>	<i>28,407</i>
	<i>Итого за Вторник - 1 с 7 до 11 лет</i>	<i>1 540,000</i>	<i>49,001</i>	<i>56,545</i>	<i>273,270</i>	<i>1 796,323</i>	<i>1,013</i>	<i>73,185</i>	<i>300,548</i>	<i>15,232</i>	<i>368,563</i>	<i>721,956</i>	<i>189,490</i>



День/неделя: Среда - 1 с 7 до 11 лет

№ рец.	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	Мg	Fe
<i>Завтрак</i>														
279	Тефтели мясные 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 гречневая вязкая	150	4,695	4,122	21,180	140,401	0,160	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	0,008	6,580	9,120	4,880	0,883	
	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>510,000</i>	<i>20,697</i>	<i>24,732</i>	<i>69,061</i>	<i>581,691</i>	<i>0,286</i>	<i>6,360</i>	<i>118,400</i>	<i>5,769</i>	<i>294,440</i>	<i>109,280</i>	<i>5,688</i>	
<i>Обед</i>														
71	Нарезка овощная	60	0,540	0,090	1,710	10,500	0,027	9,600	63,901	0,240	9,300	16,800	10,200	0,420
82	Борщ из свежих капусты со сметаной на бульоне	200	4,210	4,708	9,690	97,281	0,063	16,454	175,351	1,965	29,862	60,609	18,482	0,962
392	Пельмени	155	0,040	3,625	0,065	33,050	0,001	20,000	0,050	1,200	1,500	0,100	0,010	
349	Компот из свежих яблок	180	0,144	0,144	15,204	63,602	0,011	353,600	0,072	5,760	3,960	3,240	0,827	
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033		0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	
	Хлеб ржано-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>655,000</i>	<i>9,764</i>	<i>9,797</i>	<i>55,919</i>	<i>352,633</i>	<i>0,255</i>	<i>379,774</i>	<i>259,252</i>	<i>2,747</i>	<i>74,022</i>	<i>139,869</i>	<i>48,122</i>	<i>3,389</i>
<i>Полдник</i>														
424	Булочка домашняя	100	12,303	12,757	77,633	474,059	0,175	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	0,859	
	<i>Итого за Полдник</i>	<i>300,000</i>	<i>12,503</i>	<i>12,808</i>	<i>90,676</i>	<i>527,447</i>	<i>0,176</i>	<i>59,900</i>	<i>5,310</i>	<i>37,200</i>	<i>137,655</i>	<i>22,183</i>	<i>2,626</i>	
	<i>Итого за Среда - 1 с 7 до 11 лет</i>	<i>1 465,000</i>	<i>42,964</i>	<i>47,337</i>	<i>215,656</i>	<i>1 461,771</i>	<i>0,717</i>	<i>386,234</i>	<i>437,552</i>	<i>13,826</i>	<i>167,152</i>	<i>571,964</i>	<i>179,585</i>	<i>11,703</i>

День/неделя: Четверг - 1 с 7 до 11 лет

№ рец.	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	Мg	Fe
<i>Завтрак</i>														
204	Рожки отварные с сыром	180	13,692	10,997	45,892	338,752	0,119	0,200	77,500	1,150	270,910	219,550	22,090	1,358
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	0,859	
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044		0,440	8,000	26,000	5,600	0,440	
348	Сок в индул.	200	22,400	0,020	90,000	90,000	0,020	2,000		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>267,790</i>	<i>40,090</i>	<i>5,457</i>
<i>Обед</i>														
24	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом	60	0,565	3,091	2,084	39,072	0,027	9,390	59,006	1,557	12,042	18,473	9,840	0,439
96	Расольник московский на бульоне (крупа перловая)	200	1,958	4,015	13,114	96,881	0,061	7,824	165,631	1,497	21,322	64,330	17,321	0,671
259	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
348	Компот из сухофруктов	180	0,234	0,240	18,263	74,595	0,005	350,180	0,248	7,470	6,840	4,905	0,192	
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033		0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	
	Хлеб ржано-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>21,916</i>	<i>25,311</i>	<i>85,710</i>	<i>659,479</i>	<i>0,457</i>	<i>397,063</i>	<i>273,357</i>	<i>6,559</i>	<i>101,684</i>	<i>337,383</i>	<i>93,846</i>	<i>4,959</i>
<i>Полдник</i>														
415	Крепдиль сахарный	100	10,556	13,681	67,915	436,566	0,154	43,285	5,930	26,787	108,713	15,516	1,483	
	Снежок	200	5,600	5,000	9,400	105,000	0,060	1,800	40,000		242,000	188,000	30,000	0,200
	<i>Итого за Полдник</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>5,930</i>	<i>268,787</i>	<i>296,713</i>	<i>45,516</i>	<i>1,683</i>
	<i>Итого за Четверг - 1 с 7 до 11 лет</i>	<i>1 620,000</i>	<i>55,004</i>	<i>55,360</i>	<i>264,040</i>	<i>1 777,185</i>	<i>0,855</i>	<i>401,163</i>	<i>434,642</i>	<i>14,079</i>	<i>654,331</i>	<i>901,886</i>	<i>179,452</i>	<i>12,099</i>



День/неделя: Пятница - 1 с 7 до 11 лет

№ рец.	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	Мg	Fe	
			<i>Завтрак</i>												
	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	
175	Каша молочная "Дружба" с маслом	200	5,833	6,708	33,771	219,471	0,128	1,209	38,600	0,159	122,650	149,720	35,510	0,796	
377	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	
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044	0,680	0,680	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	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440	
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500,000</b>	<b>17,109</b>	<b>12,703</b>	<b>85,014</b>	<b>525,019</b>	<b>0,224</b>	<b>3,069</b>	<b>85,180</b>	<b>1,387</b>	<b>344,800</b>	<b>338,840</b>	<b>60,100</b>	<b>2,799</b>	
			<i>Обед</i>												
45	Салат из белокочанной капусты	60	0,852	3,055	5,900	55,011	0,021	16,450	260,000	1,416	25,060	21,400	11,300	0,373	
103	Суп с вермишелью на бульоне	200	1,478	2,204	9,915	65,491	0,045	5,004	160,031	1,048	11,822	27,819	10,042	0,452	
268	Котлеты рубленные из мяса	90	12,739	20,745	12,415	288,741	0,306	1,086	18,900	1,368	26,840	134,720	20,340	1,655	
173	Каша гречневая вязкая	150	4,122	4,695	21,180	140,401	0,160	16,000	0,336	12,040	112,210	74,220	2,516		
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,100	0,500	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033		0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,086	22,760	455,431	4,588	108,612	361,389	136,502	7,022	
	<b>Итого за Обед</b>	<b>740,000</b>	<b>24,794</b>	<b>31,407</b>	<b>90,705</b>	<b>747,242</b>	<b>0,686</b>	<b>45,431</b>	<b>455,431</b>	<b>4,588</b>	<b>108,612</b>	<b>361,389</b>	<b>136,502</b>	<b>7,022</b>	
			<i>Полдник</i>												
406	Пирожок с картофельной начинкой	100	8,632	10,771	48,470	324,989	0,156	6,932	31,937	4,643	31,000	105,068	20,113	1,468	
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	
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300,000</b>	<b>8,832</b>	<b>10,822</b>	<b>61,513</b>	<b>378,377</b>	<b>0,157</b>	<b>7,032</b>	<b>32,437</b>	<b>4,643</b>	<b>35,950</b>	<b>113,308</b>	<b>24,513</b>	<b>2,327</b>	
	<b>Итого за Пятница - 1 с 7 до 11 лет</b>	<b>1 540,000</b>	<b>50,735</b>	<b>54,932</b>	<b>237,232</b>	<b>1 650,638</b>	<b>1,067</b>	<b>32,861</b>	<b>573,048</b>	<b>10,618</b>	<b>489,362</b>	<b>813,537</b>	<b>221,205</b>	<b>12,148</b>	

День/неделя: Понедельник - 2 с 7 до 11 лет

№ рец.	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	Мg	Fe	
			<i>Завтрак</i>												
204	Рожки отварные с сыром	180	13,692	10,997	45,892	338,752	0,119	0,200	77,500	1,150	270,910	219,550	22,090	1,358	
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	
	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	
338	Фрукты (яблоки)	130	0,520	0,520	12,740	61,100	0,039	13,000		0,260	20,800	14,300	11,700	2,860	
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>550,000</b>	<b>17,452</b>	<b>11,888</b>	<b>91,355</b>	<b>547,240</b>	<b>0,203</b>	<b>13,300</b>	<b>78,000</b>	<b>1,850</b>	<b>304,660</b>	<b>268,090</b>	<b>43,790</b>	<b>5,517</b>	
			<i>Обед</i>												
71	Помидоры свежие порционные	60	0,660	0,120	2,280	14,400	0,036	15,000	109,801	0,420	8,400	15,600	12,000	0,540	
82	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	200	1,510	4,633	9,690	86,481	0,056	16,454	164,551	1,935	28,362	42,609	18,482	0,812	
260	Гуляш из птицы	90	14,615	11,270	3,460	176,210	0,082	2,433	21,400	2,750	16,719	130,178	21,489	0,804	
171	Каша рисовая рассыпчатая	150	4,008	4,279	33,072	187,031	0,043	350,000	16,000	0,570	8,880	81,450	26,720	0,367	
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240								0,036	
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033		0,120	0,090	21,900	37,500	12,000	0,840	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,086	22,760	455,431	4,588	108,612	361,389	136,502	7,022	
	<b>Итого за Обед</b>	<b>740,000</b>	<b>25,821</b>	<b>21,586</b>	<b>90,304</b>	<b>669,562</b>	<b>0,370</b>	<b>384,007</b>	<b>311,752</b>	<b>6,095</b>	<b>90,261</b>	<b>326,837</b>	<b>94,891</b>	<b>3,929</b>	
			<i>Полдник</i>												
406	Пирожок с капустой и луком	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	
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	
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300,000</b>	<b>9,037</b>	<b>10,749</b>	<b>58,859</b>	<b>368,406</b>	<b>0,135</b>	<b>20,966</b>	<b>32,437</b>	<b>4,687</b>	<b>54,137</b>	<b>109,937</b>	<b>24,807</b>	<b>2,327</b>	
	<b>Итого за Понедельник - 2 с 7 до 11 лет</b>	<b>1 590,000</b>	<b>52,310</b>	<b>44,223</b>	<b>240,518</b>	<b>1 585,208</b>	<b>0,708</b>	<b>418,273</b>	<b>422,189</b>	<b>12,632</b>	<b>449,058</b>	<b>704,864</b>	<b>163,488</b>	<b>11,773</b>	



День/неделя: Вторник - 2 с 7 до 11 лет

№ рсч.	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
<i>Завтрак</i>														
209	Яично отварное	50	12,700	11,500	0,700	157,000	0,070	250,000	0,600	55,000	192,000	12,000	2,500	
172	Хлопья сладкие с молоком	200	5,336	4,600	8,832	99,359	0,074	36,799	2,392	220,797	165,598	25,760	0,184	
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,500	0,850	4,950	8,240	4,400	0,859	
	Батон	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055			9,500	32,500	6,500	0,600	
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>500,000</i>	<i>21,736</i>	<i>16,651</i>	<i>45,575</i>	<i>419,747</i>	<i>0,200</i>	<i>287,299</i>	<i>1,450</i>	<i>290,247</i>	<i>398,338</i>	<i>48,660</i>	<i>4,143</i>	
<i>Обед</i>														
24	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом	60	0,565	3,091	2,084	39,072	0,027	59,006	1,557	12,042	18,473	9,840	0,439	
102	Суп гороховый на бульоне	200	4,998	5,437	15,026	129,121	0,193	160,031	2,374	32,302	87,679	31,012	1,665	
294	Шницель рубленый из мяса птицы	90	16,370	18,586	11,616	280,263	0,125	55,440	2,163	29,106	150,868	19,044	1,732	
173	Каша гречневая вязкая	150	4,695	4,122	21,180	140,401	0,160	16,000	0,336	12,040	112,210	74,220	2,516	
376	Чай с сахаром	180	0,200	0,051	12,045	49,398	0,001	0,500	0,330	4,950	8,240	4,400	0,856	
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033		0,090	6,000	19,500	4,200	0,330	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120		0,090	21,900	37,500	12,000	0,840	
	<i>Итого за Обед</i>	<i>740,000</i>	<i>31,658</i>	<i>32,517</i>	<i>91,201</i>	<i>786,455</i>	<i>0,659</i>	<i>18,640</i>	<i>6,850</i>	<i>118,340</i>	<i>434,470</i>	<i>154,716</i>	<i>8,378</i>	
<i>Полдник</i>														
415	Крепдель сахарный	100	10,556	13,681	67,915	436,566	0,154	43,285	5,930	26,787	108,713	15,516	1,483	
	Бифилайф	200	11,200	12,800	34,400	246,000	0,080	1,400		240,000	180,000	28,000	0,200	
	<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>1,400</i>	<i>5,930</i>	<i>266,787</i>	<i>288,713</i>	<i>43,516</i>	<i>1,683</i>	
	<i>Итого за Вторник - 2 с 7 до 11 лет</i>	<i>1 540,000</i>	<i>75,150</i>	<i>75,649</i>	<i>239,091</i>	<i>1 888,768</i>	<i>1,093</i>	<i>22,532</i>	<i>14,230</i>	<i>675,374</i>	<i>1 121,521</i>	<i>246,892</i>	<i>14,204</i>	

День/неделя: Среда - 2 с 7 до 11 лет

№ рсч.	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
<i>Завтрак</i>														
174	Масло порционное	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001	40,000	0,100	2,400	3,000		0,020	
376	Каша рисовая молочная с маслом	200	5,448	5,656	37,723	224,231	0,069	1,235	0,192	121,680	144,450	32,520	0,527	
	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,500	0,850	4,950	8,240	4,400	0,859	
	Батон	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055			9,500	32,500	6,500	0,600	
	Хлеб ржано-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 Завтрак</i>	<i>500,000</i>	<i>12,628</i>	<i>14,777</i>	<i>93,216</i>	<i>557,319</i>	<i>0,286</i>	<i>1,495</i>	<i>1,262</i>	<i>167,730</i>	<i>238,190</i>	<i>59,420</i>	<i>3,126</i>	
<i>Обед</i>														
52	Салат из свежля отварной	60	0,870	3,055	5,104	51,330	0,012	5,800	1,378	21,460	25,000	12,760	0,812	
88/2011	Щи из свежей капусты на бульоне	200	1,613	4,664	9,263	85,581	0,067	20,450	1,927	27,200	44,000	18,530	0,719	
268	Биточки мясные с томатным соусом	120	13,082	25,780	14,399	343,063	0,313	1,674	3,696	32,409	140,600	22,860	1,789	
202	Рожки отварные	150	6,414	3,656	40,944	222,482	0,099	16,000	0,910	19,340	53,160	9,720	0,994	
349	Компот из свежих яблок	180	0,144	0,144	15,204	63,602	0,011	353,600	0,072	5,760	3,960	3,240	0,827	
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033		0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,550	0,990	14,490	77,700	0,120		0,090	21,900	37,500	12,000	0,840	
	<i>Итого за Обед</i>	<i>770,000</i>	<i>26,953</i>	<i>38,529</i>	<i>114,164</i>	<i>914,258</i>	<i>0,655</i>	<i>381,644</i>	<i>8,403</i>	<i>134,069</i>	<i>323,720</i>	<i>83,310</i>	<i>6,311</i>	
<i>Полдник</i>														
406	Пирожок с яблоком	100	8,012	10,749	51,067	333,487	0,124	2,933	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	0,500		4,950	8,240	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>4,680</i>	<i>29,511</i>	<i>92,344</i>	<i>18,622</i>	<i>2,600</i>	
	<i>Итого за Среда - 2 с 7 до 11 лет</i>	<i>1 570,000</i>	<i>47,793</i>	<i>64,106</i>	<i>271,490</i>	<i>1 858,452</i>	<i>1,066</i>	<i>386,172</i>	<i>14,345</i>	<i>331,310</i>	<i>654,254</i>	<i>161,352</i>	<i>12,037</i>	



День/неделя: Четверг - 2 с 7 до 11 лет

№ 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	Мg	Fe
<i>Завтрак</i>														
71	Огурцы свежие порционные	30	0,210	0,030	0,570	3,300	0,009	2,100	9,000	0,030	5,100	9,000	4,200	0,150
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	90	11,384	17,046	12,535	250,261	0,146	3,900	47,000	2,572	35,110	132,520	23,470	1,608
128	Картофельное пюре	150	3,249	3,833	23,153	140,182	0,173	27,995	19,000	0,040	40,220	96,820	34,510	1,332
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
	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>510,000</i>	<i>18,083</i>	<i>21,280</i>	<i>68,981</i>	<i>541,131</i>	<i>0,373</i>	<i>34,095</i>	<i>75,500</i>	<i>3,082</i>	<i>93,380</i>	<i>272,380</i>	<i>72,180</i>	<i>4,389</i>
<i>Обед</i>														
45	Салат из белокочанной капусты	60	0,852	3,055	5,900	55,011	0,021	16,450	260,000	1,416	25,060	21,400	11,300	0,373
103	Суп с вермишелью на бульоне	200	1,478	2,204	9,915	65,491	0,045	5,004	160,031	1,048	11,822	27,819	10,042	0,452
291	Плов из мяса птицы	200	16,517	18,592	35,952	376,681	0,105	3,514	309,240	3,310	25,990	205,860	46,840	1,900
348	Компот из сухофруктов	180	0,234		18,263	74,595	0,005	350,180		0,248	7,470	6,840	4,905	0,192
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Хлеб ржано-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>23,911</i>	<i>25,081</i>	<i>99,280</i>	<i>719,978</i>	<i>0,329</i>	<i>375,268</i>	<i>729,271</i>	<i>6,442</i>	<i>98,242</i>	<i>318,919</i>	<i>89,287</i>	<i>4,087</i>
<i>Полдник</i>														
424	Булочка домашняя	100	12,303	12,757	77,633	474,059	0,175		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	0,859
	<i>Итого за Полдник</i>	<i>300,000</i>	<i>12,503</i>	<i>12,808</i>	<i>90,676</i>	<i>527,447</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>2,626</i>
	<i>Итого за Четверг - 2 с 7 до 11 лет</i>	<i>1 510,000</i>	<i>54,497</i>	<i>59,169</i>	<i>258,937</i>	<i>1 788,556</i>	<i>0,878</i>	<i>409,463</i>	<i>864,671</i>	<i>14,834</i>	<i>228,822</i>	<i>729,154</i>	<i>183,650</i>	<i>11,102</i>

День/неделя: Пятница - 2 с 7 до 11 лет

№ 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	Мg	Fe
<i>Завтрак</i>														
188	Запеканка рисовая с творогом и ступенным молоком	170	22,811	13,204	46,436	400,471	0,124	0,626	83,000	1,112	181,230	300,920	42,830	1,245
377	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
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044			0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
348	Сок в индуп.	200			22,400	90,000	0,020	2,000				14,000	8,000	2,800
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>610,000</i>	<i>25,847</i>	<i>13,659</i>	<i>100,399</i>	<i>633,219</i>	<i>0,190</i>	<i>4,326</i>	<i>83,580</i>	<i>1,800</i>	<i>195,380</i>	<i>350,040</i>	<i>60,910</i>	<i>5,408</i>
<i>Обед</i>														
71	Нарезка овощная	60	0,540	0,090	1,710	10,500	0,027	9,600	63,901	0,240	9,300	16,800	10,200	0,420
229	Рыба, тушеная с овощами	120	19,384	16,898	1,331	129,005	0,133	1,856	192,618	2,440	52,783	279,816	66,878	1,079
82	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	200	4,210	4,708	9,690	97,281	0,063	16,454	175,351	1,965	29,862	60,609	18,482	0,962
171	Каша рисовая рассыпчатая	150	4,008	4,279	33,072	187,031	0,043		16,000	0,570	8,880	81,450	26,720	0,567
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	0,856
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	70,500	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Хлеб ржано-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>770,000</i>	<i>33,172</i>	<i>27,256</i>	<i>87,098</i>	<i>621,415</i>	<i>0,420</i>	<i>28,130</i>	<i>448,370</i>	<i>5,635</i>	<i>133,675</i>	<i>503,915</i>	<i>142,880</i>	<i>5,054</i>
<i>Полдник</i>														
406	Пирожок с картофельной начинкой	100	8,632	10,771	48,470	324,989	0,156	6,932	31,937	4,643	31,000	105,068	20,113	1,468
	Сок	200	1,100	0,200	24,400	102,000	0,020	4,000		0,200	14,000	8,000	8,000	0,600
	<i>Итого за Полдник</i>	<i>300,000</i>	<i>9,732</i>	<i>10,971</i>	<i>72,870</i>	<i>426,989</i>	<i>0,176</i>	<i>10,932</i>	<i>31,937</i>	<i>4,843</i>	<i>31,000</i>	<i>119,068</i>	<i>28,113</i>	<i>2,068</i>
	<i>Итого за Пятница - 2 с 7 до 11 лет</i>	<i>1 680,000</i>	<i>68,751</i>	<i>51,886</i>	<i>260,367</i>	<i>1 681,623</i>	<i>0,786</i>	<i>43,388</i>	<i>563,887</i>	<i>12,278</i>	<i>360,055</i>	<i>973,023</i>	<i>231,903</i>	<i>12,530</i>



	Возрастная группа				ЭЦ (ккал)	Минеральные вещества (мг)										
	Пищевые вещества (г)					В1	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)						
	Б	Ж	У	Y			С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe			
Понедельник - 1	61,623	70,901	209,276	1 728,501	0,734	406,268	1 149,398	13,837	350,271	894,214	170,837	16,077				
Вторник - 1	49,001	56,545	273,270	1 796,323	1,013	73,185	300,548	15,232	368,563	721,956	189,490	12,606				
Среда - 1	42,964	47,337	215,656	1 461,771	0,717	386,234	437,552	13,826	167,152	571,964	179,585	11,703				
Четверг - 1	55,004	55,360	264,040	1 777,185	0,855	401,163	434,642	14,079	654,331	901,886	179,452	12,099				
Пятница - 1	50,735	54,932	237,232	1 650,638	1,067	32,861	573,048	10,618	489,362	813,537	221,205	12,148				
<b>СРЕДНЕЕ за 1 неделю</b>	<b>51,865</b>	<b>57,015</b>	<b>239,895</b>	<b>1 682,884</b>	<b>0,877</b>	<b>259,942</b>	<b>579,038</b>	<b>13,518</b>	<b>405,936</b>	<b>780,711</b>	<b>188,114</b>	<b>12,927</b>				
Понедельник - 2	52,310	44,223	240,518	1 585,208	0,708	418,273	422,189	12,632	449,058	704,864	163,488	11,773				
Вторник - 2	75,150	75,649	239,091	1 888,768	1,093	22,532	665,561	14,230	675,374	1 121,521	246,892	14,204				
Среда - 2	47,793	64,106	271,490	1 858,452	1,066	386,172	368,878	14,345	331,310	654,254	161,352	12,037				
Четверг - 2	54,497	59,169	258,937	1 788,556	0,878	409,463	864,671	14,834	228,822	729,154	183,650	11,102				
Пятница - 2	68,751	51,886	260,367	1 681,623	0,786	43,388	563,887	12,278	360,055	973,023	231,903	12,530				
<b>СРЕДНЕЕ за 2 неделю</b>	<b>59,700</b>	<b>59,007</b>	<b>254,081</b>	<b>1 760,521</b>	<b>0,906</b>	<b>255,966</b>	<b>577,037</b>	<b>13,664</b>	<b>408,924</b>	<b>836,563</b>	<b>197,457</b>	<b>12,329</b>				
<b>ИТОГО среднее за 2 недели</b>	<b>55,783</b>	<b>58,011</b>	<b>246,988</b>	<b>1 721,703</b>	<b>0,892</b>	<b>257,954</b>	<b>578,038</b>	<b>13,591</b>	<b>407,430</b>	<b>808,637</b>	<b>192,786</b>	<b>12,628</b>				
<b>Норма СанПиН</b>	<b>46,2</b>	<b>47,4</b>	<b>201</b>	<b>1 410</b>	<b>0,72</b>	<b>36</b>	<b>420</b>	<b>7,2</b>	<b>660</b>	<b>660</b>	<b>150</b>	<b>7,2</b>				

	Возрастная группа			Итого за день
	Завтрак	Обед	Полдник	
Понедельник - 1	530,000	700,000	300,000	1 530,000
Вторник - 1	500,000	740,000	300,000	1 540,000
Среда - 1	510,000	655,000	300,000	1 465,000
Четверг - 1	620,000	700,000	300,000	1 620,000
Пятница - 1	500,000	740,000	300,000	1 540,000
<b>Понедельник - 2</b>	<b>550,000</b>	<b>740,000</b>	<b>300,000</b>	<b>1 590,000</b>
<b>Вторник - 2</b>	<b>500,000</b>	<b>740,000</b>	<b>300,000</b>	<b>1 540,000</b>
<b>Среда - 2</b>	<b>500,000</b>	<b>770,000</b>	<b>300,000</b>	<b>1 570,000</b>
<b>Четверг - 2</b>	<b>510,000</b>	<b>700,000</b>	<b>300,000</b>	<b>1 510,000</b>
<b>Пятница - 2</b>	<b>610,000</b>	<b>770,000</b>	<b>300,000</b>	<b>1 680,000</b>
<b>ИТОГО среднее за 2 недели</b>	<b>533</b>	<b>726</b>	<b>300</b>	<b>1 559</b>
<b>Норма СанПиН</b>	<b>500</b>	<b>700</b>	<b>300</b>	<b>1 500</b>



День/неделя: Понедельник - 1 с 11 лет и старше

№ рец.	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	Мg	Fe		
<i>Завтрак</i>																
	Масло порционное	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001	40,000	0,100	2,400	3,000				0,020	
210	Омлет натуральный	200	34,237	36,758	6,068	492,401	0,210	656,300	2,854	248,390	560,190	42,560	6,351			
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,500		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			
338	Фрукты (яблоки)	130	0,520	0,520	12,740	61,100	0,039	13,000	0,260	20,800	14,300	11,700	2,860			
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>580,000</b>	<b>38,077</b>	<b>44,899</b>	<b>51,661</b>	<b>766,989</b>	<b>0,295</b>	<b>14,257</b>	<b>3,654</b>	<b>284,540</b>	<b>611,730</b>	<b>64,260</b>	<b>10,530</b>			
<i>Обед</i>																
71	Помидоры свежие порционные	100	1,100	0,200	3,800	24,000	0,060	25,000	0,700	14,000	26,000	20,000	0,900			
88	Ци из свежей капусты с на бульоне	250	2,046	5,872	11,691	107,823	0,084	25,678	2,431	37,243	56,141	23,572	0,940			
291	Плов из мяса птицы	250	20,865	24,104	45,757	482,811	0,136	4,889	4,496	33,630	262,530	60,680	2,431			
348	Компот из сухофруктов	180	0,234		18,263	74,595	0,005	350,180	0,248	7,470	6,840	4,905	0,192			
	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	19,320	103,600	0,160	0,160	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120			
	<b>Итого за Обед</b>	<b>860,000</b>	<b>30,685</b>	<b>31,816</b>	<b>118,511</b>	<b>886,829</b>	<b>0,489</b>	<b>405,907</b>	<b>8,435</b>	<b>129,543</b>	<b>427,511</b>	<b>130,757</b>	<b>6,023</b>			
	<b>Итого за Понедельник - 1 с 11 лет и старше</b>	<b>1 440,000</b>	<b>68,762</b>	<b>76,715</b>	<b>170,172</b>	<b>1 653,818</b>	<b>0,784</b>	<b>1 548,013</b>	<b>12,089</b>	<b>414,083</b>	<b>1 039,241</b>	<b>195,017</b>	<b>16,553</b>			

День/неделя: Вторник - 1 с 11 лет и старше

№ рец.	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	Мg	Fe		
<i>Завтрак</i>																
	Печенье	50	3,900	7,690	34,645	220,000	0,040	5,500	1,750	14,500	45,000	10,000	1,050			
181	Каша манная молочная с маслом	250	7,614	7,134	41,440	261,427	0,104	1,625	0,625	162,546	147,331	24,619	0,572			
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	13,043	53,388	0,001	0,500		4,950	8,240	4,400	0,859			
	Батон	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055		0,850	9,500	32,500	6,500	0,600			
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>550,000</b>	<b>15,214</b>	<b>15,375</b>	<b>112,128</b>	<b>644,815</b>	<b>0,200</b>	<b>1,725</b>	<b>3,225</b>	<b>191,496</b>	<b>233,071</b>	<b>45,519</b>	<b>3,081</b>			
<i>Обед</i>																
54	Салат из свеклы с яблоками	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 гороховый на бульоне	250	6,132	5,539	18,540	148,661	0,237	9,504	2,414	38,862	107,739	38,171	2,039			
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	100	12,473	19,731	13,541	282,781	0,156	4,390	3,058	37,660	145,740	25,760	1,749			
128	Картофельное пюре	180	3,904	4,745	27,818	169,692	0,208	33,634	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	0,008	6,550	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 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			
	<b>Итого за Обед</b>	<b>890,000</b>	<b>30,320</b>	<b>37,873</b>	<b>122,580</b>	<b>956,132</b>	<b>0,828</b>	<b>58,788</b>	<b>8,849</b>	<b>196,662</b>	<b>487,199</b>	<b>149,211</b>	<b>9,342</b>			
	<b>Итого за Вторник - 1 с 11 лет и старше</b>	<b>1 440,000</b>	<b>45,534</b>	<b>53,248</b>	<b>234,708</b>	<b>1 600,947</b>	<b>1,028</b>	<b>60,513</b>	<b>12,074</b>	<b>388,158</b>	<b>720,270</b>	<b>194,730</b>	<b>12,423</b>			



День/неделя: Среда - 1 с 11 лет и старше														
№ реп.	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	Mg	Fe
<i>Завтрак</i>														
279	Тфтели мясные с томатным соусом	130	13,859	21,272	15,545	308,402	0,083	4,464	83,920	5,008	29,280	157,490	25,620	1,965
173	Кана гречневая ваззак	180	5,585	5,078	25,190	168,571	0,190	20,000	20,000	0,402	13,680	133,370	88,220	2,987
377	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	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044			0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>550,000</b>	<b>22,720</b>	<b>26,725</b>	<b>73,578</b>	<b>625,721</b>	<b>0,319</b>	<b>6,164</b>	<b>104,500</b>	<b>5,858</b>	<b>57,510</b>	<b>325,980</b>	<b>124,320</b>	<b>6,275</b>
<i>Обед</i>														
71	Нарезка овощная	100	0,900	0,150	2,850	17,500	0,045	16,000	106,500	0,400	15,500	28,000	17,000	0,700
82	Борщ из свежей капусты со сметаной на 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
392	Пельмени	185	0,040	3,625	0,065	33,050	0,001		20,000	0,050	1,200	1,500		0,010
349	Компот из свежих яблок	180	0,144	0,144	15,204	63,602	0,011	353,600		0,072	5,760	3,960	3,240	0,827
	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	19,320	103,600	0,160	0,160		0,120	29,200	50,000	16,000	1,120
	<b>Итого за Обед</b>	<b>795,000</b>	<b>12,149</b>	<b>11,467</b>	<b>69,164</b>	<b>430,843</b>	<b>0,339</b>	<b>390,537</b>	<b>343,611</b>	<b>3,553</b>	<b>96,122</b>	<b>181,389</b>	<b>65,231</b>	<b>4,273</b>
	<b>Итого за Среда - 1 с 11 лет и старше</b>	<b>1 345,000</b>	<b>34,869</b>	<b>38,192</b>	<b>142,742</b>	<b>1 056,564</b>	<b>0,658</b>	<b>396,701</b>	<b>448,111</b>	<b>9,411</b>	<b>153,632</b>	<b>507,369</b>	<b>189,551</b>	<b>10,548</b>
День/неделя: Четверг - 1 с 11 лет и старше														
№ реп.	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	Mg	Fe
<i>Завтрак</i>														
204	Рожки отварные с сыром	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		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
348	Сок в инд.уп.	200			22,400	90,000	0,020	2,000			14,000		8,000	2,800
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>640,000</b>	<b>18,490</b>	<b>12,967</b>	<b>105,963</b>	<b>616,730</b>	<b>0,196</b>	<b>2,324</b>	<b>88,900</b>	<b>1,720</b>	<b>315,430</b>	<b>293,380</b>	<b>42,560</b>	<b>5,601</b>
<i>Обед</i>														
24	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом	100	0,942	5,151	3,474	65,121	0,045	15,650	98,340	2,595	20,070	30,790	16,400	0,732
96	Рассольник московский на бульоне (крупа перловая)	250	2,394	5,225	16,047	121,362	0,076	9,779	206,781	1,975	25,303	78,460	21,372	0,821
259	Жаркое по-домашнему	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
348	Компот из сухофруктов	180	0,234	0,320	18,263	74,595	0,005	350,180		0,248	7,470	6,840	4,905	0,192
	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	19,320	103,600	0,160	0,160		0,120	29,200	50,000	16,000	1,120
	<b>Итого за Обед</b>	<b>860,000</b>	<b>27,923</b>	<b>33,236</b>	<b>105,533</b>	<b>834,607</b>	<b>0,593</b>	<b>472,706</b>	<b>366,025</b>	<b>8,924</b>	<b>131,233</b>	<b>430,327</b>	<b>121,254</b>	<b>6,414</b>
	<b>Итого за Четверг - 1 с 11 лет и старше</b>	<b>1 500,000</b>	<b>46,413</b>	<b>46,203</b>	<b>211,496</b>	<b>1 451,337</b>	<b>0,789</b>	<b>415,030</b>	<b>454,925</b>	<b>10,644</b>	<b>446,663</b>	<b>723,907</b>	<b>163,814</b>	<b>12,015</b>



День/неделя: Пятница - 1 с 11 лет и старше

№ рец.	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	Mg	Fe
<i>Завтрак</i>														
	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
175	Каша молочная "Дружба" с маслом	250	7,293	8,203	42,429	273,571	0,161	1,508	47,200	0,196	152,080	186,870	44,380	0,992
377	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
	Батон	40	2,800	0,400	18,400	88,000	0,044	0,044	88,000	0,680	7,600	26,000	5,200	0,480
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,044	94,000	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>550,000</b>	<b>18,569</b>	<b>14,198</b>	<b>93,672</b>	<b>579,119</b>	<b>0,257</b>	<b>3,368</b>	<b>93,780</b>	<b>1,424</b>	<b>374,230</b>	<b>375,990</b>	<b>69,060</b>	<b>2,995</b>
<i>Обед</i>														
45	Салат из белокочанной капусты	100	1,444	5,099	10,226	93,411	0,037	25,950	500,000	2,378	39,420	38,260	19,860	0,635
103	Суп с вермишелью на бульоне	250	1,852	3,255	12,432	86,541	0,057	6,304	200,031	1,530	13,862	34,739	12,551	0,559
268	Котлеты рубленные 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	Каша гречневая вязкая	180	5,585	5,078	25,190	168,571	0,190	20,000	20,000	0,402	13,680	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	0,000	4,950	8,240	4,400	0,856
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,044	94,000	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	103,600	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120
	<b>Итого за Обед</b>	<b>890,000</b>	<b>29,678</b>	<b>37,823</b>	<b>113,049</b>	<b>914,732</b>	<b>0,830</b>	<b>33,754</b>	<b>741,531</b>	<b>6,294</b>	<b>139,252</b>	<b>440,369</b>	<b>169,321</b>	<b>8,446</b>
	<b>Итого за Пятница - 1 с 11 лет и старше</b>	<b>1 440,000</b>	<b>48,247</b>	<b>52,021</b>	<b>206,721</b>	<b>1 493,851</b>	<b>1,087</b>	<b>37,122</b>	<b>835,311</b>	<b>7,718</b>	<b>513,482</b>	<b>816,359</b>	<b>238,381</b>	<b>11,441</b>

День/неделя: Понедельник - 2 с 11 лет и старше

№ рец.	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	Mg	Fe
<i>Завтрак</i>														
204	Рожки отварные с сыром	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	0,000	4,950	8,240	4,400	0,859
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,044	94,000	0,440	8,000	26,000	5,600	0,440
338	Фрукты (яблоки)	130	0,520	0,520	12,740	61,100	0,039	13,000	13,000	0,260	20,800	14,300	11,700	2,860
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>570,000</b>	<b>19,010</b>	<b>13,487</b>	<b>96,303</b>	<b>587,830</b>	<b>0,215</b>	<b>13,324</b>	<b>88,900</b>	<b>1,980</b>	<b>336,230</b>	<b>293,680</b>	<b>46,260</b>	<b>5,661</b>
<i>Обед</i>														
71	Помидора свежие порционные	100	1,100	0,200	3,800	24,000	0,060	25,000	183,002	0,700	14,000	26,000	20,000	0,900
82	Борщ из свежей капусты со сметаной на 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	Гуляши из птицы	100	16,131	11,924	3,731	189,469	0,090	2,752	23,840	2,816	15,583	143,243	23,645	0,871
171	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,841	5,290	39,938	226,971	0,052	20,000	20,000	0,690	10,000	98,250	32,220	0,679
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240		350,000						0,036
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,320	19,680	94,000	0,044	0,044	94,000	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	103,600	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120
	<b>Итого за Обед</b>	<b>890,000</b>	<b>30,635</b>	<b>24,941</b>	<b>111,066</b>	<b>803,571</b>	<b>0,477</b>	<b>398,689</b>	<b>433,153</b>	<b>7,207</b>	<b>111,745</b>	<b>397,422</b>	<b>120,856</b>	<b>5,072</b>
	<b>Итого за Понедельник - 2 с 11 лет и старше</b>	<b>1 460,000</b>	<b>49,645</b>	<b>38,428</b>	<b>207,369</b>	<b>1 391,401</b>	<b>0,692</b>	<b>412,013</b>	<b>522,053</b>	<b>9,187</b>	<b>447,975</b>	<b>691,102</b>	<b>167,116</b>	<b>10,733</b>



День/неделя: Вторник - 2 с 11 лет и старше

№ 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	Mg
<i>Завтрак</i>													
209	Яйцо отварное	50	12,700	11,500	0,700	157,000	0,070	250,000	0,600	55,000	192,000	12,000	2,500
172	Хлопья сладкие с молоком	250	6,670	5,750	11,040	124,200	0,092	2,990	46,000	276,000	207,000	32,200	0,230
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	0,859
	Батон	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055		0,850	9,500	32,500	6,500	0,600
	<i>Итого за Завтрак</i>	<i>550,000</i>	<i>23,070</i>	<i>17,801</i>	<i>47,783</i>	<i>444,588</i>	<i>0,218</i>	<i>3,090</i>	<i>1,450</i>	<i>345,450</i>	<i>439,740</i>	<i>55,100</i>	<i>4,189</i>
<i>Обед</i>													
24	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом	100	0,942	5,151	3,474	65,121	0,045	15,650	2,595	20,070	30,790	16,400	0,732
102	Суп гороховый на бульоне	250	6,132	5,539	18,540	148,661	0,237	9,504	2,414	38,862	107,739	38,171	2,039
294	Шницель 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	1,925
173	Каша гречневая вязкая	180	5,585	5,078	25,190	168,571	0,190	20,000	0,402	13,680	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	0,856
	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	19,320	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>37,488</i>	<i>36,110</i>	<i>111,156</i>	<i>940,752</i>	<i>0,816</i>	<i>26,998</i>	<i>8,374</i>	<i>147,102</i>	<i>523,769</i>	<i>189,951</i>	<i>10,099</i>
	<i>Итого за Вторник - 2 с 11 лет и старше</i>	<i>1 440,000</i>	<i>60,558</i>	<i>55,911</i>	<i>158,939</i>	<i>1 385,340</i>	<i>1,034</i>	<i>30,088</i>	<i>9,824</i>	<i>492,552</i>	<i>963,509</i>	<i>245,051</i>	<i>14,288</i>

День/неделя: Среда - 2 с 11 лет и старше

№ 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	Mg
<i>Завтрак</i>													
	Масло порционное	10	0,080	7,250	0,130	66,100	0,001	40,000	0,100	2,400	3,000		0,020
174	Каша рисовая молочная с маслом	250	6,852	7,081	47,286	281,091	0,087	1,547	0,242	151,520	181,350	40,880	0,656
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	0,859
	Батон	50	3,500	0,500	23,000	110,000	0,055		0,850	9,500	32,500	6,500	0,600
	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>13,672</i>	<i>15,202</i>	<i>103,139</i>	<i>604,579</i>	<i>0,188</i>	<i>1,647</i>	<i>1,632</i>	<i>176,370</i>	<i>251,090</i>	<i>57,380</i>	<i>2,575</i>
<i>Обед</i>													
52	Салат из свежеслы отварной	100	1,440	5,091	8,448	85,270	0,019	9,600	2,296	35,520	41,380	21,120	1,344
88	Щи из свежей капусты с мя бульоне	250	2,046	5,872	11,691	107,823	0,084	25,678	2,431	37,243	56,141	23,572	0,940
268	Биточки мясные с томатным соусом	130	14,500	27,735	16,140	373,537	0,348	1,828	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	Компот из свежих яблок	180	0,144	0,144	15,204	63,602	0,011	353,600	0,072	5,760	3,960	3,240	0,827
	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	19,320	103,600	0,160	0,160	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120
	<i>Итого за Обед</i>	<i>970,000</i>	<i>32,312</i>	<i>45,019</i>	<i>139,900</i>	<i>1 097,484</i>	<i>0,786</i>	<i>390,866</i>	<i>10,211</i>	<i>173,293</i>	<i>397,024</i>	<i>106,382</i>	<i>7,842</i>
	<i>Итого за Среда - 2 с 11 лет и старше</i>	<i>1 470,000</i>	<i>45,984</i>	<i>60,221</i>	<i>243,039</i>	<i>1 702,063</i>	<i>0,974</i>	<i>392,513</i>	<i>11,843</i>	<i>349,663</i>	<i>648,114</i>	<i>163,762</i>	<i>10,417</i>



День/неделя: Четверг - 2 с 11 лет и старше

№ рец.	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	Мg	Fe
<i>Завтрак</i>														
71	Огурцы свежие порционные	30	0,210	0,030	0,570	3,300	0,009	2,100	9,000	0,030	5,100	9,000	4,200	0,150
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	100	12,473	19,731	13,541	282,781	0,156	4,390	54,500	3,058	37,660	145,740	25,760	1,749
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
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
	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>19,827</i>	<i>24,877</i>	<i>74,652</i>	<i>603,161</i>	<i>0,418</i>	<i>40,224</i>	<i>87,600</i>	<i>3,578</i>	<i>102,570</i>	<i>305,040</i>	<i>81,330</i>	<i>4,787</i>
<i>Обед</i>														
45	Салат из белой фасоли	100	1,444	5,099	10,226	93,411	0,037	25,950	500,000	2,378	39,420	38,260	19,860	0,635
103	Суп с вермишелью на бульоне	250	1,852	3,255	12,432	86,541	0,057	6,304	200,031	1,520	13,862	34,739	12,551	0,559
291	Плов из мяса птицы	250	20,865	24,104	45,757	482,811	0,136	4,889	461,900	4,496	33,630	262,530	60,680	2,431
348	Компот из сухофруктов	180	0,234	18,263	74,595	74,595	0,005	350,180		0,248	7,470	6,840	4,905	0,192
	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	19,320	103,600	0,160	0,160	0,120	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120
	<i>Итого за Обед</i>	<i>860,000</i>	<i>30,835</i>	<i>34,098</i>	<i>125,678</i>	<i>934,958</i>	<i>0,439</i>	<i>387,483</i>	<i>1 161,931</i>	<i>9,212</i>	<i>131,582</i>	<i>418,369</i>	<i>119,596</i>	<i>5,377</i>
	<i>Итого за Четверг - 2 с 11 лет и старше</i>	<i>1 410,000</i>	<i>50,662</i>	<i>58,975</i>	<i>200,330</i>	<i>1 538,119</i>	<i>0,857</i>	<i>427,707</i>	<i>1 249,531</i>	<i>12,790</i>	<i>234,152</i>	<i>723,409</i>	<i>200,926</i>	<i>10,164</i>

День/неделя: Пятница - 2 с 11 лет и старше

№ рец.	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	Мg	Fe
<i>Завтрак</i>														
188	Запеканка рисовая с творогом и ступленным молоком	200	26,943	15,212	53,350	463,621	0,146	0,710	97,800	1,158	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	6,550	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 в индуп.	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>
<i>Обед</i>														
71	Нарезка овощная	100	0,900	0,150	2,850	17,500	0,045	16,000	106,500	0,400	15,500	28,000	17,000	0,700
82	Борщ из свежей капусты со сметаной на 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
229	Рыба, тушеная с овощами	130	22,027	19,092	1,479	145,443	0,151	2,077	214,308	2,720	59,802	317,822	75,894	1,222
171	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,841	5,290	39,938	226,971	0,052	20,000	20,000	0,690	10,000	98,250	32,220	0,679
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	0,856
	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	19,320	103,600	0,160	0,160	0,120	0,120	29,200	50,000	16,000	1,120
	<i>Итого за Обед</i>	<i>920,000</i>	<i>39,033</i>	<i>32,131</i>	<i>107,357</i>	<i>756,003</i>	<i>0,531</i>	<i>39,114</i>	<i>558,419</i>	<i>6,841</i>	<i>163,914</i>	<i>600,241</i>	<i>174,505</i>	<i>6,193</i>
	<i>Итого за Пятница - 2 с 11 лет и старше</i>	<i>1 560,000</i>	<i>69,012</i>	<i>47,798</i>	<i>214,670</i>	<i>1 452,372</i>	<i>0,743</i>	<i>43,524</i>	<i>656,799</i>	<i>8,687</i>	<i>381,664</i>	<i>999,381</i>	<i>242,355</i>	<i>11,823</i>



Возрастная группа	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
	Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Понедельник - 1	68,762	76,715	170,172	1 653,818	0,784	420,164	1 548,013	12,089	414,083	1 039,241	195,017	16,553	
Вторник - 1	45,534	53,248	234,708	1 600,947	1,028	60,513	329,711	12,074	388,158	720,270	194,730	12,423	
Среда - 1	34,869	38,192	142,742	1 056,564	0,658	396,701	448,111	9,411	153,632	507,369	189,551	10,548	
Четверг - 1	46,413	46,203	211,496	1 451,337	0,789	415,030	454,925	10,644	446,663	723,907	163,814	12,015	
Пятница - 1	48,247	52,021	206,721	1 493,851	1,087	37,122	835,311	7,718	513,482	816,359	238,381	11,441	
<b>СРЕДНЕЕ за 1 неделю</b>	<b>48,765</b>	<b>53,276</b>	<b>193,168</b>	<b>1 451,303</b>	<b>0,869</b>	<b>265,906</b>	<b>723,214</b>	<b>10,387</b>	<b>383,204</b>	<b>761,429</b>	<b>196,299</b>	<b>12,596</b>	
Понедельник - 2	49,645	38,428	207,369	1 391,401	0,692	412,013	522,053	9,187	447,975	691,102	167,116	10,733	
Вторник - 2	60,558	55,911	158,939	1 385,340	1,034	30,088	676,971	9,824	492,552	963,509	245,051	14,288	
Среда - 2	45,984	60,221	243,039	1 702,063	0,974	392,513	393,133	11,843	349,663	648,114	163,762	10,417	
Четверг - 2	50,662	58,975	200,330	1 538,119	0,857	427,707	1 249,531	12,790	234,152	723,409	200,926	10,164	
Пятница - 2	69,012	47,798	214,670	1 452,372	0,743	43,524	656,799	8,687	381,664	999,381	242,355	11,823	
<b>СРЕДНЕЕ за 2 недели</b>	<b>55,172</b>	<b>52,267</b>	<b>204,869</b>	<b>1 493,859</b>	<b>0,860</b>	<b>261,169</b>	<b>699,697</b>	<b>10,466</b>	<b>381,201</b>	<b>805,103</b>	<b>203,842</b>	<b>11,485</b>	
<b>ИТОГО среднее за 2 недели</b>	<b>51,969</b>	<b>52,772</b>	<b>199,019</b>	<b>1 472,581</b>	<b>0,865</b>	<b>263,538</b>	<b>711,456</b>	<b>10,427</b>	<b>382,203</b>	<b>783,266</b>	<b>200,071</b>	<b>12,041</b>	
<b>Норма СанПиН</b>	<b>45</b>	<b>46</b>	<b>191,5</b>	<b>1 360</b>	<b>0,7</b>	<b>35</b>	<b>450</b>	<b>7</b>	<b>600</b>	<b>600</b>	<b>150</b>	<b>9</b>	

Возрастная группа	Итого за день	
	Завтрак	Обед
Понедельник - 1	580,000	860,000
Вторник - 1	550,000	890,000
Среда - 1	550,000	795,000
Четверг - 1	640,000	860,000
Пятница - 1	550,000	890,000
Понедельник - 2	570,000	890,000
Вторник - 2	550,000	890,000
Среда - 2	550,000	920,000
Четверг - 2	550,000	860,000
Пятница - 2	640,000	920,000
<b>ИТОГО среднее за 2 недели</b>	<b>573</b>	<b>878</b>
<b>Норма СанПиН</b>	<b>550</b>	<b>800</b>