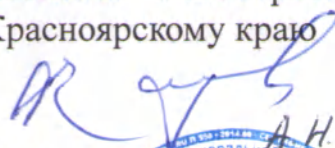



СОГЛАСОВАНО:

Заместитель руководителя
Управления Роспотребнадзора
по Красноярскому краю


« 29 »  А. Н. Еремин
2019 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Краевое государственное
бюджетное учреждение «Центр
Питания»


«  » В. Д. Полякова
2019 г.

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

14-дневное с технологическими картами для организации
питания детей в Краевом государственном бюджетном
общеобразовательном учреждении «Красноярская Маринская
женская гимназия-интернат»

Примерное циклическое меню 14-дневное с технологическими
картами для организации питания детей в Краевом
государственном бюджетном общеобразовательном учреждении
«Красноярская Маринская гимназия-интернат» разработаны
специалистами ООО «Эксплан».

Красноярск, 2019

(ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ)

Дети с 7-10 лет

День 1

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,04	5,37	18,57	142,00	0,78	0,07	0,04	0,23	147,58	122,52	19,36	0,34	44
Какао (или кофейный напиток) с молоком	200	5,62	6,12	23,67	171,00	2,34	0,07	0,05	0,01	219,52	177,72	35,40	0,68	11
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	0,03	0,01	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	4
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,2	0,1	66	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02	65
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	11,68	53,40	0,00	0,05	0,00	0,25	5,75	21,43	8,25	0,48	ГП
Итого		17,74	23,52	54,30	495,40	3,12	0,22	0,14	0,83	397,25	401,47	67,81	2,52	
Обед														
Маринад овощной (или салат из белокочанной капусты со свежим огурцом) или овощи натуральные соленные	80	0,96	4,07	6,02	65,60	4,84	0,04	0,00	2,02	18,42	37,58	23,33	0,52	93,102,90
Суп "Харчо" с мясом	300/10	6,70	5,43	26,65	170,00	11,52	0,14	0,00	1,48	34,07	178,71	41,84	1,47	111
Колбасные изделия отварные	70	7,70	16,73	1,12	186,67	0,00	0,00	0,00	0,35	24,50	111,30	14,00	1,26	5
Макаронные изделия отварные с овощами	150	3,78	4,85	23,16	147,40	0,00	0,03	0,03	0,43	4,74	26,30	5,67	0,56	103
Компот из брусники	200	0,14	0,10	14,61	61,00	3,00	0,00	0,00	0,20	5,39	3,20	1,40	0,12	63
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,52	25,71	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,16	18,15	1,07	ГП
Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00	0,09	0,00	0,65	17,50	79,00	23,50	1,95	ГП
Итого		26,26	32,30	121,97	848,15	19,36	0,41	0,03	5,68	117,27	483,25	127,89	6,95	
Полдник														
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Бутерброд с сыром	60	5,44	10,42	19,81	195,00	0,07	0,04	0,07	0,59	98,40	79,00	9,10	0,56	120
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	2,10	0,70	29,40	134,40	21,00	0,00	0,00	0,56	11,20	39,20	58,80	0,84	ГП
Итого		7,54	11,12	75,21	433,40	41,07	0,12	0,27	1,95	125,60	138,20	151,90	2,60	
Ужин														
Салат из моркови и яблук	80	0,79	4,15	6,01	66	5,05	0,04	0	2,02	18,15	31,79	22,3	0,9	91
Поджарка из рыбы	80	9,49	3,38	3,25	81,60	0,92	0,01	0,01	1,75	21,12	116,93	26,71	0,53	54
Картофель тушеный	180	3,40	5,82	22,42	166,50	12,41	0,16	0,00	2,50	65,41	101,70	43,84	1,45	80
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,98	44,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,41	0,13	0,07	0,04	16
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,41	21,02	96,12	0,00	0,09	0,00	0,45	10,35	38,57	14,85	0,86	ГП
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	0,05	0,00	0,39	10,50	47,40	14,10	1,17	ГП
Итого		18,78	14,12	78,50	514,22	18,38	0,35	0,01	7,11	125,94	336,52	121,87	4,95	
2 ужины														
Кисломолочный продукт	165	4,78	5,28	6,60	97,35	1,15	0,05	0,03	0,00	198,00	122,05	23,10	0,17	41
Сушки, бублики, баранки	15	0,45	0,17	10,05	43,35	0,00	0,03	0,00	0,00	3,75	48,75	5,70	0,35	ГП
Итого		5,23	5,45	16,65	140,70	1,15	0,08	0,03	0,00	201,75	170,80	28,80	0,52	
Норма соли на весь день	5 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		51,54	66,94	251,48	1776,95	63,55	0,75	0,44	8,46	640,12	1022,92	347,60	12,07	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		50,00	51,30	217,75	1527,50	39,00	0,78	0,46	6,50	715,00	1072,50	162,50	7,80	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		103,08	130,49	115,49	116,33	162,95	96,15	95,65	130,15	89,53	95,38	213,91	154,74	
Итого за день (интернированные дети)		75,55	86,51	346,63	2431,87	83,08	1,18	0,48	15,57	967,81	1530,24	498,27	17,54	
Суточная потребность (интернированные дети)		77,00	79,00	335,00	2350,00	60,00	1,20	0,70	10,00	1100,00	1650,00	250,00	12,00	
Процент удовлетворения суточной потребности (интернированные дети)		98,12	109,51	103,47	103,48	138,47	98,33	68,57	155,70	87,98	92,74	199,31	146,17	

Дети с 7-10 лет

День 2

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
--------------------------------	-------------	----------------------	--	--	-------------	---------------	--	--	--	---------------------------	--	--	--	------

		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Пудинг из творога с молоком густым	150/30	24,33	17,19	46,60	455,00	0,45	0,11	0,02	0,58	278,37	343,07	41,05	1,34	38
Чай с лимоном	200	0,06	0,01	11,19	46,00	2,80	0,00	0,00	0,01	3,21	1,67	0,91	0,08	31
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,2	0,1	66	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02	65
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	11,68	53,40	0,00	0,05	0,00	0,25	5,75	21,43	8,25	0,48	ГП
Итого		26,39	24,63	69,57	620,40	3,25	0,16	0,06	0,94	289,73	369,17	50,21	1,92	
Обед														
Сельдь с луком	60	8,60	7,59	0,60	106,00	0,74	0,01	0,00	2,02	42,27	139,25	21,03	0,61	86
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом	307/10	5,91	7,09	11,57	149,00	11,67	0,07	0,03	1,37	60,81	160,49	34,45	1,49	28
Картофельная запеканка с мясом или субпродуктами	180	17,67	14,74	18,32	278,10	2,37	0,13	0,03	1,34	33,96	176,66	42,89	1,77	29
Компот из сухофруктов	200	0,55	0,00	24,12	102,00	0,50	0,00	0,00	0,10	55,89	19,25	7,50	1,54	25
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,52	25,71	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,16	18,15	1,07	ГП
Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00	0,09	0,00	0,65	17,50	79,00	23,50	1,95	ГП
Итого		39,71	30,54	105,02	852,58	15,28	0,41	0,06	6,03	223,08	621,81	147,52	8,43	
Полдник														
Кисель из концентрата	200	0,00	0,00	25,95	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	43
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	2,10	0,70	29,40	134,40	21,00	0,00	0,00	0,56	11,20	39,20	58,80	0,84	ГП
Пирожок печеный из сдобного теста с овощным фаршем	50	0,56	0,56	13,72	65,80	14,00	0,04	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	3,08	ГП
Итого		2,66	1,26	69,07	300,20	35,00	0,04	0,00	0,84	33,60	54,60	71,40	4,02	
Ужин														
Салат из моркови с сыром и чесноком	80	3,65	7,60	4,60	104,00	3,37	0,04	0,03	2,08	123,39	96,15	29,02	0,58	95
Курица в соусе с томатом	80	6,92	5,40	2,72	68,79	0,82	0,00	0,02	2,20	5,97	9,94	2,89	0,18	58
Макаронные изделия отварные	150	5,16	6,61	31,58	201,00	0,00	0,05	0,03	0,59	6,46	35,86	7,73	0,76	24
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,41	21,02	96,12	0,00	0,09	0,00	0,45	10,35	38,57	14,85	0,86	ГП
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	0,05	0,00	0,39	10,50	47,40	14,10	1,17	ГП
Итого		20,83	20,38	100,74	633,91	24,19	0,31	0,28	6,51	172,67	247,92	152,59	4,75	
2 ужин														
Кисломолочный продукт	165	4,78	5,28	6,60	97,35	1,15	0,05	0,03	0,00	198,00	122,05	23,10	0,17	41
Сушки, бублики, баранки	15	0,45	0,17	10,05	43,35	0,00	0,03	0,00	0,00	3,75	48,75	5,70	0,35	ГП
Итого		5,23	5,45	16,65	140,70	1,15	0,08	0,03	0,00	201,75	170,80	28,80	0,52	
Норма соли на весь день	5 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/д	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		68,76	56,43	243,66	1773,18	53,53	0,61	0,12	7,81	546,41	1045,58	269,13	14,37	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		50,00	51,30	217,75	1527,50	39,00	0,78	0,46	6,50	715,00	1072,50	162,50	7,80	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		137,52	110,00	111,90	116,08	137,26	78,21	26,09	120,15	76,42	97,49	165,62	184,23	
Итого за день(интернированные дети)		94,82	82,26	361,05	2547,79	78,87	1,00	0,43	14,32	920,83	1464,30	450,52	19,64	
Суточная потребность (интернированные дети)		77,00	79,00	335,00	2350,00	60,00	1,20	0,70	10,00	1100,00	1650,00	250,00	12,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		123,14	104,13	107,78	108,42	131,45	83,33	61,43	143,20	83,71	88,75	180,21	163,67	
Дети с 7-10 лет														
День 3														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Омлет натуральный	200	17,12	22,88	4,55	290,77	1,00	0,12	0,02	0,73	165,20	314,20	31,80	3,46	17
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,2	0,1	66	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02	65
Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,60	0,12	0,01	0,03	0,08	132,00	75,00	5,25	0,15	88
Чай с молоком	200	1,40	1,60	13,30	73,00	0,65	0,02	0,01	0,00	60,41	45,13	7,07	0,07	45

Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	11,68	53,40	0,00	0,05	0,00	0,25	5,75	21,43	8,25	0,48	ГП	
Итого		24,00	36,34	29,63	537,77	1,77	0,20	0,10	1,16	365,76	458,76	52,37	4,18		
Обед															
Салат мясной	100	5,52	8,21	9,24	134,00	9,12	0,07	0,03	2,38	19,07	72,40	19,99	0,93	96	
Солянка домашняя со сметаной	257	5,87	12,72	11,07	173,00	5,39	0,05	0,02	2,05	31,15	95,45	24,35	1,25	57	
Капуста тушеная с курицей	200	13,31	9,93	10,84	196,67	23,51	0,05	0,01	1,38	97,52	128,35	39,03	1,98	112	
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП	
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,52	25,71	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,16	18,15	1,07	ГП	
Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00	0,09	0,00	0,65	17,50	79,00	23,50	1,95	ГП	
Итого		31,68	31,98	107,56	825,15	58,02	0,45	0,26	7,81	193,89	442,36	209,02	8,38		
Полдник															
Кисломолочный продукт	165	4,78	5,28	6,60	97,35	1,15	0,05	0,03	0,00	198,00	122,05	23,10	0,17	41	
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	2,10	0,70	29,40	134,40	21,00	0,00	0,00	0,56	11,20	39,20	58,80	0,84	ГП	
Бутерброд с джемом или повидлом	70	3,90	0,40	38,60	170,00	0,03	0,05	0,00	0,59	12,40	36,10	8,80	0,75	3	
Итого		10,78	6,38	74,60	401,75	22,18	0,10	0,03	1,15	221,60	197,35	90,70	1,76		
Ужин															
Рыба, тушеная в томате с овощами	80	8,61	2,17	1,56	60,67	1,49	0,05	0,02	0,22	26,41	142,72	34,71	0,59	56	
Картофель отварной/зеленый горошек, или кукуруза, или фасоль отварные	180	4,17	5,44	20,02	145,57	15,60	0,18	0,08	0,29	27,20	101,44	38,12	1,37	10	
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,98	44,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,41	0,13	0,07	0,04	16	
Крендель сахарный	40	3,10	4,29	16,80	110,57	0,10	0,05	0,03	0,41	14,71	29,25	4,18	0,27	13	
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,41	21,02	96,12	0,00	0,09	0,00	0,45	10,35	38,57	14,85	0,86	ГП	
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	0,05	0,00	0,39	10,50	47,40	14,10	1,17	ГП	
Итого		20,98	12,67	85,20	516,93	17,19	0,42	0,13	1,76	89,58	359,51	106,03	4,30		
2 ужин															
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	200	5,80	6,40	9,40	120,00	2,60	0,08	0,06	0,00	240,00	120,00	28,00	0,20	49	
Сушки, бублики, баранки	15	0,45	0,17	10,05	43,35	0,00	0,03	0,00	0,00	3,75	48,75	5,70	0,35	ГП	
Итого		6,25	6,57	19,45	163,35	2,60	0,11	0,06	0,00	243,75	168,75	33,70	0,55		
Норма соли на весь день	5 гр.														
		Б	Ж	У	Эн/д	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
Итого за день (приходящие дети)		66,46	74,70	211,79	1764,67	81,97	0,75	0,39	10,12	781,25	1098,47	352,09	14,32		
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		50,00	51,30	217,75	1527,50	39,00	0,78	0,46	6,50	715,00	1072,50	162,50	7,80		
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		132,92	145,61	97,26	115,53	210,18	96,15	84,78	155,69	109,27	102,42	216,67	183,56		
Итого за день (интернированные дети)		93,69	93,94	316,44	2444,95	101,76	1,28	0,58	11,88	1114,58	1626,73	491,82	19,17		
Суточная потребность (интернированные дети)		77,00	79,00	335,00	2350,00	60,00	1,20	0,70	10,00	1100,00	1650,00	250,00	12,00		
Процент удовлетворения суточной потребности (интернированные дети)		121,68	118,91	94,46	104,04	169,60	106,67	82,86	118,80	101,33	98,59	196,73	159,73		
Дети с 7-10 лет															
День 4															
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Эн/д (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У			С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
Суп молочный с крупой	200	4,13	5,05	15,88	125,00	0,78	0,05	0,04	0,06	133,77	120,16	20,52	0,18	30	
Какао (или кофейный напиток) с молоком	200	5,62	6,12	23,67	171,00	2,34	0,07	0,05	0,01	219,52	177,72	35,40	0,68	11	
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,2	0,1	66	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02	65	
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	11,68	53,40	0,00	0,05	0,00	0,25	5,75	21,43	8,25	0,48	ГП	
Итого		11,75	18,60	51,33	415,40	3,12	0,17	0,13	0,42	361,44	322,31	64,17	1,36		
Обед															
Салат картофельный с кальмарами	80	5,97	4,80	7,70	98,00	7,16	0,09	0,00	2,44	18,60	96,78	35,34	0,70	116	
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом	307/10	5,95	7,19	9,51	135,00	22,27	0,08	0,03	1,39	61,72	158,52	32,63	1,11	55	
Бифитекс рубленый или оладьи из печени	80	17,86	11,98	0,34	173,00	0,10	0,04	0,00	1,46	6,90	5,04	0,78	0,00	107,118	

Соус молочный	20	0,38	0,99	1,67	14,00	0,06	0,00	0,00	0,02	11,92	9,65	1,51	0,02	48
Рис отварной с овощами	150	3,68	6,39	27,54	205,00	3,09	0,02	0,03	0,27	3,45	67,32	24,02	0,74	19
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,52	25,71	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,16	18,15	1,07	ГП
Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00	0,09	0,00	0,65	17,50	79,00	23,50	1,95	ГП
Итого		40,82	32,47	123,17	946,48	52,68	0,51	0,26	7,58	148,74	483,47	219,93	6,79	
Полдник														
Кисломолочный продукт	165	4,78	5,28	6,60	97,35	1,15	0,05	0,03	0,00	198,00	122,05	23,10	0,17	41
Кондитерские изделия (пряники, вафли, печенье, конфеты или др.)	25	1,88	2,46	18,60	104,25	0,00	0,01	0,00	0,33	7,25	9,09	5,00	0,53	ГП
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	2,10	0,70	29,40	134,40	21,00	0,00	0,00	0,56	11,20	39,20	58,80	0,84	ГП
Итого		8,76	8,44	54,60	336,00	22,15	0,06	0,03	0,89	216,45	170,34	86,90	1,54	
Ужин														
Салат из свеклы с черносливом	80	1,42	4,07	11,77	90,00	6,23	0,01	0,01	1,85	37,35	41,64	26,60	1,41	105
Котлеты или биточки рыбные	80	11,52	1,90	41,78	90,66	0,18	0,08	0,02	0,37	42,42	170,77	37,13	0,77	33
Картофель тушеный	180	3,40	5,82	22,42	166,50	12,41	0,16	0,00	2,50	65,41	101,70	43,84	1,45	80
Компот из кураги	200	1,04	0,00	23,97	99,00	0,80	0,02	0,00	1,10	32,39	29,20	21,00	0,68	12
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,41	21,02	96,12	0,00	0,09	0,00	0,45	10,35	38,57	14,85	0,86	ГП
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	0,05	0,00	0,39	10,50	47,40	14,10	1,17	ГП
Итого		22,48	12,56	135,78	602,28	19,62	0,41	0,03	6,66	198,42	429,28	157,52	6,34	
2 ужин														
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	200	5,80	6,40	9,40	120,00	2,60	0,08	0,06	0,00	240,00	120,00	28,00	0,20	49
Сушки, бублики, баранки	15	0,45	0,17	10,05	43,35	0,00	0,03	0,00	0,00	3,75	48,75	5,70	0,35	ГП
Итого		6,25	6,57	19,45	163,35	2,60	0,11	0,06	0,00	243,75	168,75	33,70	0,55	
Норма соли на весь день	5 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/д	С	В1	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		61,33	59,51	229,10	1697,88	77,95	0,74	0,42	8,89	726,63	976,12	371,00	9,69	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		50,00	51,30	217,75	1527,50	39,00	0,78	0,46	6,50	715,00	1072,50	162,50	7,80	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		122,66	116,00	105,21	111,15	199,87	94,87	91,30	136,77	101,63	91,01	228,31	124,23	
Итого за день (интернированные дети)		90,06	78,64	384,33	2463,51	100,17	1,26	0,51	15,55	1168,80	1574,15	562,22	16,58	
Суточная потребность (интернированные дети)		77,00	79,00	335,00	2350,00	60,00	1,20	0,70	10,00	1100,00	1650,00	250,00	12,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		116,96	99,54	114,73	104,83	166,95	105,00	72,86	155,50	106,25	95,40	224,89	138,17	
Дети с 7-10 лет														
День 5														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Запеканка из творога с молоком сухим	170/30	31,45	22,63	40,33	509,00	0,57	0,09	0,01	0,63	334,18	413,05	44,18	1,03	119
Чай с лимоном	200	0,06	0,01	11,19	46,00	2,80	0,00	0,00	0,01	3,21	1,67	0,91	0,08	31
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	11,68	53,40	0,00	0,05	0,00	0,25	5,75	21,43	8,25	0,48	ГП
Итого		33,41	22,87	63,20	608,40	3,37	0,14	0,01	0,89	343,14	436,15	53,34	1,59	
Обед														
Кукуруза с яйцом и луком	100	4,15	6,59	8,46	110,00	4,22	0,02	0,05	1,90	42,24	71,67	12,51	0,58	101
Суп "Шахтерский" с мясом	300/10	6,48	4,71	22,55	147,00	9,92	0,13	0,01	0,27	31,65	176,64	44,00	1,55	7
Рыба, запеченная под молочным соусом	95	12,76	6,76	1,94	120,00	0,47	0,08	0,03	2,08	59,12	139,00	45,29	0,63	53
Пюре картофельное	180	3,90	5,00	26,98	168,00	31,92	0,20	0,03	0,21	47,00	115,64	39,84	1,44	2
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,52	25,71	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,16	18,15	1,07	ГП
Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00	0,09	0,00	0,65	17,50	79,00	23,50	1,95	ГП
Итого		34,27	24,18	136,34	866,48	66,53	0,71	0,32	6,46	226,16	649,11	267,29	8,42	
Полдник														

Кисломолочный продукт	165	4,78	5,28	6,60	97,35	1,15	0,05	0,03	0,00	198,00	122,05	23,10	0,17	41
Булочка промышленного производства	60	5,28	1,32	30,18	154,20	0,00	0,08	5,40	0,66	40,20	63,00	10,80	0,66	ГП
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	2,10	0,70	29,40	134,40	21,00	0,00	0,00	0,56	11,20	39,20	58,80	0,84	ГП
Итого		12,16	7,30	66,18	385,95	22,15	0,13	5,43	1,22	249,40	224,25	92,70	1,67	
Ужин														
Икра кабачковая (или помидоры и болгарский перец порциями)	100	0,96	3,76	6,16	62,40	7,68	0,02	0,00	1,68	25,60	24,00	10,40	0,64	64,76
Котлеты, биточки, шницели из говядины	80	13,71	11,31	12,81	207,20	0,24	0,07	0,01	2,79	30,31	131,56	23,52	1,16	39
Капуста тушеная	150	2,76	3,13	10,84	91,67	23,51	0,03	0,00	1,23	78,02	56,85	29,03	1,08	27
Какао (или кофейный напиток) с молоком	200	5,62	6,12	23,67	171,00	2,34	0,07	0,05	0,01	219,52	177,72	35,40	0,68	11
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,41	21,02	96,12	0,00	0,09	0,00	0,45	10,35	38,57	14,85	0,86	ГП
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	0,05	0,00	0,39	10,50	47,40	14,10	1,17	ГП
Итого		28,15	25,09	89,32	688,39	33,77	0,33	0,06	6,55	374,30	476,10	127,30	5,59	
2 ужин														
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	200	5,80	6,40	9,40	120,00	2,60	0,08	0,06	0,00	240,00	120,00	28,00	0,20	49
Сушки, бублики, баранки	15	0,45	0,17	10,05	43,35	0,00	0,03	0,00	0,00	3,75	48,75	5,70	0,35	ГП
Итого		6,25	6,57	19,45	163,35	2,60	0,11	0,06	0,00	243,75	168,75	33,70	0,55	
Норма соли на весь день	5 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/п	С	В1	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		79,84	54,35	265,72	1860,83	92,05	0,98	5,76	8,57	818,70	1309,51	413,33	11,68	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		50,00	51,30	217,75	1527,50	39,00	0,78	0,46	6,50	715,00	1072,50	162,50	7,80	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		159,68	105,95	122,03	121,82	236,03	125,64	1252,17	131,85	114,50	122,10	254,36	149,74	
Итого за день (интернированные дети)		114,24	86,01	374,49	2712,57	128,42	1,42	5,88	15,12	1436,75	1954,36	574,33	17,82	
Суточная потребность (интернированные дети)		77,00	79,00	335,00	2350,00	60,00	1,20	0,70	10,00	1100,00	1650,00	250,00	12,00	
Процент удовлетворения суточной потребности (интернированные дети)		148,36	108,87	111,79	115,43	214,03	118,33	840,00	151,20	130,61	118,45	229,73	148,50	
Дети с 7-10 лет														
День 6														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/п (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,04	5,37	18,57	142,00	0,78	0,07	0,04	0,23	147,58	122,52	19,36	0,34	44
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,98	44,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,41	0,13	0,07	0,04	16
Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,60	0,12	0,01	0,03	0,08	132,00	75,00	5,25	0,15	88
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	0,03	0,01	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	4
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,2	0,1	66	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02	65
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	11,68	53,40	0,00	0,05	0,00	0,25	5,75	21,43	8,25	0,48	ГП
Итого		15,60	21,83	41,61	423,00	0,90	0,16	0,12	0,90	310,14	298,88	37,73	2,03	
Обед														
Салат столличный	100	6,24	8,72	7,99	137,00	8,01	0,06	0,03	2,37	22,24	73,00	18,34	1,04	92
Суп картофельный с бобовыми с мясом	300/10	11,37	4,77	29,58	196,00	6,92	0,31	0,01	0,32	56,21	210,68	54,41	3,13	40
Тефтели из говядины с рисом	80	8,65	6,75	3,40	85,99	1,03	0,00	0,03	2,75	7,47	12,43	3,61	0,23	58
Соус томатный	20	0,22	0,64	1,05	10,00	0,31	0,00	0,00	0,03	1,00	3,19	1,49	0,07	97
Рагу овощное	180	3,40	6,28	18,31	152,61	15,61	0,11	0,00	2,63	42,41	91,32	42,06	1,35	51
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,52	25,71	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,16	18,15	1,07	ГП
Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00	0,09	0,00	0,65	17,50	79,00	23,50	1,95	ГП
Итого		28,21	21,53	133,34	817,09	50,85	0,76	0,24	7,35	168,01	524,35	241,95	9,81	
Полдник														
Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	16,89	71,00	4,00	0,01	0,00	0,08	6,79	4,40	3,60	0,92	14
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	2,10	0,70	29,40	134,40	21,00	0,00	0,00	0,56	11,20	39,20	58,80	0,84	ГП
Кондитерские изделия (пряники, вафли, печенье, конфеты или др.)	35	2,63	3,44	26,04	145,95	0,00	0,01	0,00	0,46	10,15	12,73	7,00	0,74	ГП

Итого		4,89	4,30	72,33	351,35	25,00	0,02	0,00	1,10	28,14	56,33	69,40	2,50	
Ужин														
Птица запеченная	80	19,20	14,66	0,09	208,67	0,00	0,89	0,01	2,36	28,86	86,87	16,54	1,37	87
Соус сметанный	15	0,60	2,40	0,71	24,75	0,03	0,00	0,03	0,05	6,27	4,62	0,57	0,03	9
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,58	7,77	42,15	275,84	0,00	0,09	0,03	0,48	15,32	204,17	135,57	4,56	117
Компот из сухофруктов	200	0,55	0,00	24,12	102,00	0,50	0,00	0,00	0,10	55,89	19,25	7,50	1,54	25
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,41	21,02	96,12	0,00	0,09	0,00	0,45	10,35	38,57	14,85	0,86	ГП
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	0,05	0,00	0,39	10,50	47,40	14,10	1,17	ГП
Итого		34,03	25,60	102,91	767,38	0,53	1,12	0,07	3,83	127,19	400,88	189,13	9,53	
2 ужин														
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	0,56	0,56	13,72	65,80	14,00	0,04	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	3,08	ГП
Итого		0,56	0,56	13,72	65,80	14,00	0,04	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	3,08	
Норма соли на весь день	5 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/п	С	В1	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		43,81	43,36	174,95	1240,09	51,75	0,92	0,36	8,25	478,15	823,23	279,68	11,84	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		50,00	51,30	217,75	1527,50	39,00	0,78	0,46	6,50	715,00	1072,50	162,50	7,80	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		87,62	84,52	80,34	81,18	132,69	117,95	78,26	126,92	66,87	76,76	172,11	151,79	
Итого за день (интернированные дети)		83,29	73,82	363,91	2424,62	91,28	2,10	0,43	13,46	655,88	1295,84	550,81	26,95	
Суточная потребность (интернированные дети)		77,00	79,00	335,00	2350,00	60,00	1,20	0,70	10,00	1100,00	1650,00	250,00	12,00	
Процент удовлетворения суточной потребности (интернированные дети)		108,17	93,44	108,63	103,18	152,13	175,00	61,43	134,60	59,63	78,54	220,32	224,58	
Дети с 7-10 лет														
День 7														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/п (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Омлет натуральный	200	17,12	22,88	4,55	290,77	1,00	0,12	0,02	0,73	165,20	314,20	31,80	3,46	17
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,98	44,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,41	0,13	0,07	0,04	16
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,2	0,1	66	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02	65
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	11,68	53,40	0,00	0,05	0,00	0,25	5,75	21,43	8,25	0,48	ГП
Итого		19,12	30,31	27,31	454,17	1,00	0,17	0,06	1,08	173,76	338,76	40,12	4,00	
Обед														
Салат из моркови с сыром и чесноком	80	3,65	7,60	4,60	104,00	3,37	0,04	0,03	2,08	123,39	96,15	29,02	0,58	95
Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	307/10	5,90	6,43	1,31	159,00	8,37	0,12	0,03	0,28	35,15	168,03	32,36	1,15	67
Рыба, тушеная в томате с овощами	80	8,61	2,17	1,56	60,67	1,49	0,05	0,02	0,22	26,41	142,72	34,71	0,59	56
Рис отварной с овощами	150	3,68	6,39	27,54	205,00	3,09	0,02	0,03	0,27	3,45	67,32	24,02	0,74	19
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,52	25,71	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,16	18,15	1,07	ГП
Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00	0,09	0,00	0,65	17,50	79,00	23,50	1,95	ГП
Итого		28,82	23,71	111,42	850,15	36,32	0,51	0,31	4,85	234,55	620,38	245,76	7,28	
Полдник														
Кисломолочный продукт	165	4,78	5,28	6,60	97,35	1,15	0,05	0,03	0,00	198,00	122,05	23,10	0,17	41
Пудинг из творога с джемом или повидлом	150/10	22,22	14,64	36,83	311,00	0,17	0,09	0,04	0,54	187,47	279,17	31,75	1,38	122
Итого		27,00	19,92	43,43	408,35	1,32	0,14	0,07	0,54	385,47	401,22	54,85	1,55	
Ужин														
Капуста тушеная с мясом	200	15,66	11,53	10,84	218,67	23,51	0,05	0,00	1,48	93,02	148,85	44,53	1,83	15
Какао (или кофейный напиток) с молоком	200	5,62	6,12	23,67	171,00	2,34	0,07	0,05	0,01	219,52	177,72	35,40	0,68	11
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	0,56	0,56	13,72	65,80	14,00	0,04	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	3,08	ГП
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,41	21,02	96,12	0,00	0,09	0,00	0,45	10,35	38,57	14,85	0,86	ГП
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	0,05	0,00	0,39	10,50	47,40	14,10	1,17	ГП
Итого		26,94	18,98	84,07	611,59	39,85	0,30	0,05	2,61	355,79	427,94	121,48	7,62	

2 ужин														
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	0,56	0,56	13,72	65,80	14,00	0,04	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	3,08	ГП
Итого		0,56	0,56	13,72	65,80	14,00	0,04	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	3,08	
Норма соли на весь день	5 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Итого за день(интернированные дети)		102,44	93,48	279,95	2390,06	92,49	1,16	0,49	9,36	1171,97	1803,70	474,81	23,53	
Суточная потребность (интернированные дети)		77,00	79,00	335,00	2350,00	60,00	1,20	0,70	10,00	1100,00	1650,00	250,00	12,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		133,04	118,33	83,57	101,70	154,15	96,67	70,00	93,60	106,54	109,32	189,92	196,07	
Дети с 7-10 лет														
День 8														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Каша пшеничная молочная жидкая	200	8,61	9,47	36,99	268,00	1,87	0,20	0,06	0,16	182,83	219,75	52,00	1,15	26
Чай с молоком	200	1,40	1,60	13,30	73,00	0,65	0,02	0,01	0,00	60,41	45,13	7,07	0,07	45
Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,60	0,12	0,01	0,03	0,08	132,00	75,00	5,25	0,15	88
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,2	0,1	66	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02	65
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	11,68	53,40	0,00	0,05	0,00	0,25	5,75	21,43	8,25	0,48	ГП
Итого		15,49	22,93	62,07	515,00	2,64	0,28	0,14	0,59	383,39	364,31	72,57	1,87	
Обед														
Икра кабачковая (или помидоры и болгарский перец порциями)	100	0,96	3,76	6,16	62,40	7,68	0,02	0,00	1,68	25,60	24,00	10,40	0,64	64,76
Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы	300/15	10,18	5,53	26,90	195,00	9,92	0,13	0,01	0,34	24,14	97,13	31,41	1,45	61
Плов из отварной птицы	160	11,18	9,79	28,68	248,00	1,50	0,03	0,01	1,39	5,69	97,31	24,28	1,21	81
Компот из кураги	200	1,04	0,00	23,97	99,00	0,80	0,02	0,00	1,10	32,39	29,20	21,00	0,68	12
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,52	25,71	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,16	18,15	1,07	ГП
Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00	0,09	0,00	0,65	17,50	79,00	23,50	1,95	ГП
Итого		30,34	20,20	136,12	821,88	19,90	0,40	0,02	5,71	117,97	373,80	128,74	7,00	
Полдник														
Кисломолочный продукт	165	4,78	5,28	6,60	97,35	1,15	0,05	0,03	0,00	198,00	122,05	23,10	0,17	41
Кондитерские изделия (пряники, вафли, печенье, конфеты или др.)	25	1,88	2,46	18,60	104,25	0,00	0,01	0,00	0,33	7,25	9,09	5,00	0,53	ГП
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	2,10	0,70	29,40	134,40	21,00	0,00	0,00	0,56	11,20	39,20	58,80	0,84	ГП
Итого		8,76	8,44	54,60	336,00	22,15	0,06	0,03	0,89	216,45	170,34	86,90	1,54	
Ужин														
Салат из моркови и яблок	80	0,79	4,15	6,01	66	5,05	0,04	0	2,02	18,15	31,79	22,3	0,9	91
Бигус с колбасными изделиями	195	7,71	13,89	11,56	211,67	23,51	0,03	0,00	1,46	93,77	128,40	38,03	1,89	47
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,41	21,02	96,12	0,00	0,09	0,00	0,45	10,35	38,57	14,85	0,86	ГП
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	0,05	0,00	0,39	10,50	47,40	14,10	1,17	ГП
Итого		13,60	18,81	79,41	537,79	48,56	0,29	0,20	5,12	148,77	266,16	173,28	6,02	
2 ужин														
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	0,56	0,56	13,72	65,80	14,00	0,04	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	3,08	ГП
Итого		0,56	0,56	13,72	65,80	14,00	0,04	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	3,08	
Норма соли на весь день	5 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		54,59	51,57	252,79	1672,88	44,69	0,74	0,19	7,19	717,81	908,45	288,21	10,41	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		50,00	51,30	217,75	1527,50	39,00	0,78	0,46	6,50	715,00	1072,50	162,50	7,80	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		109,18	100,53	116,09	109,52	114,59	94,87	41,30	110,62	100,39	84,70	177,36	133,46	
Итого за день(интернированные дети)		68,75	70,94	345,92	2276,47	107,25	1,07	0,39	12,59	888,98	1190,01	474,09	19,51	
Суточная потребность (интернированные дети)		77,00	79,00	335,00	2350,00	60,00	1,20	0,70	10,00	1100,00	1650,00	250,00	12,00	

Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		89,29	89,80	103,26	96,87	178,75	89,17	55,71	125,90	80,82	72,12	189,64	162,58	
Дети с 7-10 лет														
День 9														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Суп молочный с крупой	200	4,13	5,05	15,88	125,00	0,78	0,05	0,04	0,06	133,77	120,16	20,52	0,18	30
Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,60	0,12	0,01	0,03	0,08	132,00	75,00	5,25	0,15	88
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,2	0,1	66	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02	65
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	11,68	53,40	0,00	0,05	0,00	0,25	5,75	21,43	8,25	0,48	ГП
Какао (или кофейный напиток) с молоком	200	5,62	6,12	23,67	171,00	2,34	0,07	0,05	0,01	219,52	177,72	35,40	0,68	11
Итого		15,23	23,03	51,33	470,00	3,24	0,18	0,16	0,50	493,44	397,31	69,42	1,51	
Обед														
Маринад овощной (или салат из белокочанной капусты со свежим огурцом)или овощи натуральные соленные	80	0,96	4,07	6,02	65,60	4,84	0,04	0,00	2,02	18,42	37,58	23,33	0,52	93,102,90
Свекольник со сметаной, с мясом	307/10	6,47	6,39	16,29	166,00	10,55	0,11	0,03	0,31	63,50	182,84	43,11	2,00	113
Котлеты или биточки рыбные	80	11,52	1,90	41,78	90,66	0,18	0,08	0,02	0,37	42,42	170,77	37,13	0,77	121
Макаронные изделия отварные с овощами	150	3,78	4,85	23,16	147,40	0,00	0,03	0,03	0,43	4,74	26,30	5,67	0,56	103
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	56,00	84,00	1,20	ГП
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,52	25,71	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,16	18,15	1,07	ГП
Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00	0,09	0,00	0,65	17,50	20,00	23,50	1,95	ГП
Итого		29,71	18,33	163,66	791,14	35,57	0,54	0,28	5,13	175,23	540,65	234,89	8,07	
Полдник														
Кисломолочный продукт	165	4,78	5,28	6,60	97,35	1,15	0,05	0,03	0,00	198,00	122,05	23,10	0,17	41
Булочка с изюмом "Веснушка"	50	4,73	8,38	38,86	103,31	0,00	0,08	0,03	0,46	26,63	44,16	7,78	0,45	6
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	2,10	0,70	29,40	134,40	21,00	0,00	0,00	0,56	11,20	39,20	58,80	0,84	ГП
Итого		11,61	14,36	74,86	335,06	22,15	0,13	0,06	1,02	235,83	205,41	89,68	1,46	
Ужин														
Голубцы ленивые	80	6,38	4,82	4,54	88,00	5,14	0,02	0,02	0,14	59,68	71,02	16,62	0,66	20
Картофель, запеченный в сметанном соусе	180	4,29	15,77	23,27	257,76	10,86	0,13	0,01	0,40	62,40	107,08	2,90	1,30	114
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,98	44,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,41	0,13	0,07	0,04	16
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,41	21,02	96,12	0,00	0,09	0,00	0,45	10,35	38,57	14,85	0,86	ГП
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	0,05	0,00	0,39	10,50	47,40	14,10	1,17	ГП
Итого		15,77	21,36	74,63	545,88	16,00	0,29	0,03	1,38	143,34	264,20	48,54	4,03	
2 ужин														
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	200	5,80	6,40	9,40	120,00	2,60	0,08	0,06	0,00	240,00	120,00	28,00	0,20	49
Сушки, бублики, баранки	15	0,45	0,17	10,05	43,35	0,00	0,03	0,00	0,00	3,75	48,75	5,70	0,35	ГП
Итого		6,25	6,57	19,45	163,35	2,60	0,11	0,06	0,00	243,75	168,75	33,70	0,55	
Норма соли на весь день	5 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		56,55	55,72	289,85	1596,20	60,96	0,85	0,50	6,65	904,50	1143,37	393,99	11,04	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		50,00	51,30	217,75	1527,50	39,00	0,78	0,46	6,50	715,00	1072,50	162,50	7,80	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		113,10	108,62	133,11	104,50	156,31	108,97	108,70	102,31	126,50	106,61	242,46	141,54	
Итого за день(интернированные дети)		78,57	83,65	383,93	2305,43	79,56	1,25	0,59	8,03	1291,59	1576,32	476,23	15,62	
Суточная потребность (интернированные дети)		77,00	79,00	335,00	2350,00	60,00	1,20	0,70	10,00	1100,00	1650,00	250,00	12,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		102,04	105,89	114,61	98,10	132,60	104,17	84,29	80,30	117,42	95,53	190,49	130,17	
Дети с 7-10 лет														
День 10														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	

		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Каша манная молочная жидкая	200	7,43	8,70	32,66	241,00	1,96	0,09	0,07	0,47	186,66	161,27	26,27	0,41	35
Чай с лимоном	200	0,06	0,01	11,19	46,00	2,80	0,00	0,00	0,01	3,21	1,67	0,91	0,08	31
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	0,03	0,01	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	4
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	11,68	53,40	0,00	0,05	0,00	0,25	5,75	21,43	8,25	0,48	ГП
Итого		14,47	13,54	55,81	403,40	4,76	0,17	0,08	0,97	217,62	261,17	40,23	1,97	
Обед														
Салат из свеклы с чесноком	80	1,42	4,08	7,67	74,00	6,89	0,02	0,00	1,84	34,89	39,67	20,14	1,32	115
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом	307/10	5,95	7,19	9,51	135,00	22,27	0,08	0,03	1,39	61,72	158,52	32,63	1,11	55
Рагу овощное с птицей	230	20,29	17,16	18,31	321,61	15,61	0,14	0,03	2,88	73,61	205,72	58,06	2,79	106
Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	16,89	71,00	4,00	0,01	0,00	0,08	6,79	4,40	3,60	0,92	14
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,52	25,71	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,16	18,15	1,07	ГП
Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00	0,09	0,00	0,65	17,50	79,00	23,50	1,95	ГП
Итого		34,80	29,71	102,79	819,09	48,77	0,45	0,06	7,39	207,16	534,47	156,08	9,16	
Полдник														
Кисломолочный продукт	165	4,78	5,28	6,60	97,35	1,15	0,05	0,03	0,00	198,00	122,05	23,10	0,17	41
Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	45	5,99	6,65	18,02	155,70	0,22	0,05	0,03	0,41	76,50	66,65	8,06	0,32	69
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	2,10	0,70	29,40	134,40	21,00	0,00	0,00	0,56	11,20	39,20	58,80	0,84	ГП
Итого		12,87	12,63	54,02	387,45	22,37	0,10	0,06	0,97	285,70	227,90	89,96	1,33	
Ужин														
Овощи натуральные соленые консервированные или помидоры (огурцы) свежие порциями	80	0,64	0,08	1,36	10,40	4,00	0,02	0,00	0,08	18,40	18,20	11,20	0,48	90,32,34
Плов с мясом	170	14,88	12,32	26,55	277,53	2,01	0,04	0,02	0,35	6,25	124,40	29,75	1,28	84
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Булочка дорожная	50	3,71	5,88	24,85	177,50	4,08	0,06	0,04	0,55	23,47	38,80	6,04	0,31	8
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,41	21,02	96,12	0,00	0,09	0,00	0,45	10,35	38,57	14,85	0,86	ГП
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	0,05	0,00	0,39	10,50	47,40	14,10	1,17	ГП
Итого		24,33	19,05	114,60	725,55	30,09	0,34	0,26	2,62	84,97	287,37	159,94	5,30	
2 ужин														
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	200	5,80	6,40	9,40	120,00	2,60	0,08	0,06	0,00	240,00	120,00	28,00	0,20	49
Сушки, бублики, баранки	15	0,45	0,17	10,05	43,35	0,00	0,03	0,00	0,00	3,75	48,75	5,70	0,35	ГП
Итого		6,25	6,57	19,45	163,35	2,60	0,11	0,06	0,00	243,75	168,75	33,70	0,55	
Норма соли на весь день	5 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		62,14	55,88	212,62	1609,94	75,90	0,72	0,20	9,33	710,48	1023,54	286,27	12,46	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		50,00	51,30	217,75	1527,50	39,00	0,78	0,46	6,50	715,00	1072,50	162,50	7,80	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		124,28	108,93	97,64	105,40	194,62	92,31	43,48	143,54	99,37	95,43	176,17	159,74	
Итого за день(интернированные дети)		92,72	81,50	346,67	2498,84	108,59	1,17	0,52	11,95	1039,20	1479,66	479,91	18,31	
Суточная потребность (интернированные дети)		77,00	79,00	335,00	2350,00	60,00	1,20	0,70	10,00	1100,00	1650,00	250,00	12,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		120,42	103,16	103,48	106,33	180,98	97,50	74,29	119,50	94,47	89,68	191,96	152,58	
Дети с 7-10 лет														
День 11														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Каша рисовая молочная жидкая или каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	6,51	8,77	33,75	242,00	1,98	0,07	0,07	0,16	185,48	182,36	36,06	0,41	59,1
Чай с молоком	200	1,40	1,60	13,30	73,00	0,65	0,02	0,01	0,00	60,41	45,13	7,07	0,07	45

Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,2	0,1	66	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02	65
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	11,68	53,40	0,00	0,05	0,00	0,25	5,75	21,43	8,25	0,48	ГП
Итого		9,91	17,80	58,83	434,40	2,63	0,14	0,12	0,51	254,04	251,92	51,38	0,98	
Обед														
Винегрет овощной	100	1,24	10,14	9,47	126,00	9,36	0,04	0,01	4,53	23,64	40,53	18,44	0,79	74
Суп с крупой и рыбными консервами	250	6,70	5,79	24,21	152,00	8,25	0,09	0,01	0,16	18,32	120,40	30,15	1,04	75
Шницель натуральный рубленый	80	15,44	10,27	8,17	172,00	0,00	0,06	0,01	1,80	4,85	18,05	4,83	0,45	108
Соус молочный	20	0,38	0,99	1,67	14,00	0,06	0,00	0,00	0,02	11,92	9,65	1,51	0,02	48
Капуста тушеная	150	2,76	3,13	10,84	91,67	23,51	0,03	0,00	1,23	78,02	56,85	29,03	1,08	27
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,52	25,71	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,16	18,15	1,07	ГП
Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00	0,09	0,00	0,65	17,50	79,00	23,50	1,95	ГП
Итого		33,12	30,45	129,10	863,15	61,12	0,50	0,23	9,72	170,98	381,99	208,10	7,58	
Полдник														
Кисломолочный продукт	165	4,78	5,28	6,60	97,35	1,15	0,05	0,03	0,00	198,00	122,05	23,10	0,17	41
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	2,10	0,70	29,40	134,40	21,00	0,00	0,00	0,56	11,20	39,20	58,80	0,84	ГП
Кондитерские изделия (пряники, вафли, печенье, конфеты или др.)	25	1,88	2,46	18,60	104,25	0,00	0,01	0,00	0,33	7,25	9,09	5,00	0,53	ГП
Итого		8,76	8,44	54,60	336,00	22,15	0,06	0,03	0,89	216,45	170,34	86,90	1,54	
Ужин														
Икра морковная(или помидоры (огурцы) свежие порциями с маслом растительным)	80	1,65	5,47	7,51	91,00	7,10	0,05	0,00	2,88	23,34	49,03	29,35	0,84	42,83
Птица по-домашнему	200	10,62	9,28	20,00	206,00	10,26	0,13	0,01	1,71	68,90	125,94	35,37	1,69	18
Какао (или кофейный напиток) с молоком	200	5,62	6,12	23,67	171,00	2,34	0,07	0,05	0,01	219,52	177,72	35,40	0,68	11
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,41	21,02	96,12	0,00	0,09	0,00	0,45	10,35	38,57	14,85	0,86	ГП
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	0,05	0,00	0,39	10,50	47,40	14,10	1,17	ГП
Итого		22,99	21,64	87,02	624,12	19,70	0,39	0,06	5,44	332,61	438,66	129,07	5,24	
2 ужин														
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	200	5,80	6,40	9,40	120,00	2,60	0,08	0,06	0,00	240,00	120,00	28,00	0,20	49
Сушки, бублики, баранки	15	0,45	0,17	10,05	43,35	0,00	0,03	0,00	0,00	3,75	48,75	5,70	0,35	ГП
Итого		6,25	6,57	19,45	163,35	2,60	0,11	0,06	0,00	243,75	168,75	33,70	0,55	
Норма соли на весь день	5 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/д	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		51,79	56,69	242,53	1633,55	85,90	0,70	0,38	11,12	641,47	804,25	346,38	10,10	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		50,00	51,30	217,75	1527,50	39,00	0,78	0,46	6,50	715,00	1072,50	162,50	7,80	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		103,58	110,51	111,38	106,94	220,26	89,74	82,61	171,08	89,72	74,99	213,16	129,49	
Итого за день(интернированные дети)		81,03	84,90	349,00	2421,02	108,20	1,20	0,50	16,56	1217,83	1411,66	509,15	15,89	
Суточная потребность (интернированные дети)		77,00	79,00	335,00	2350,00	60,00	1,20	0,70	10,00	1100,00	1650,00	250,00	12,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		105,23	107,47	104,18	103,02	180,33	100,00	71,43	165,60	110,71	85,56	203,66	132,42	
Дети с 7-10 лет														
День 12														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Суп молочный с макаронными изделиями (вермишелью)	200	5,04	5,37	18,57	142,00	0,78	0,07	0,04	0,23	147,58	122,52	19,36	0,34	44
Какао (или кофейный напиток) с молоком	200	5,62	6,12	23,67	171,00	2,34	0,07	0,05	0,01	219,52	177,72	35,40	0,68	11
Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,60	0,12	0,01	0,03	0,08	132,00	75,00	5,25	0,15	88
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,2	0,1	66	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02	65
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	11,68	53,40	0,00	0,05	0,00	0,25	5,75	21,43	8,25	0,48	ГП
Итого		16,14	23,35	54,02	487,00	3,24	0,20	0,16	0,67	507,25	399,67	68,26	1,67	
Обед														

Салат из свеклы с черносливом	80	1,42	4,07	11,77	90,00	6,23	0,01	0,01	1,85	37,35	41,64	26,60	1,41	105
Солянка домашняя со сметаной	257	5,87	12,72	11,07	173,00	5,39	0,05	0,02	2,05	31,15	95,45	24,35	1,25	57
Поджарка из рыбы	80	9,49	3,38	3,25	81,60	0,92	0,01	0,01	1,75	21,12	116,93	26,71	0,53	54
Шпоре картофельное	180	3,90	5,00	26,98	168,00	31,92	0,20	0,03	0,21	47,00	115,64	39,84	1,44	2
Компот из брусники	200	0,14	0,10	14,61	61,00	3,00	0,00	0,00	0,20	5,39	3,20	1,40	0,12	63
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,52	25,71	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,16	18,15	1,07	ГП
Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00	0,09	0,00	0,65	17,50	79,00	23,50	1,95	ГП
Итого		27,80	26,39	118,09	791,08	47,46	0,47	0,07	7,26	172,16	499,02	160,55	7,77	
Полдник														
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Булочка промышленного производства	60	5,28	1,32	30,18	154,20	0,00	0,08	5,40	0,66	40,20	63,00	10,80	0,66	ГП
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	2,10	0,70	29,40	134,40	21,00	0,00	0,00	0,56	11,20	39,20	58,80	0,84	ГП
Итого		7,38	2,02	85,58	392,60	41,00	0,16	5,60	2,02	67,40	122,20	153,60	2,70	
Ужин														
Салат из свеклы с сыром и чесноком	80	3,98	7,60	6,49	112,00	5,90	0,01	0,03	1,88	135,09	93,55	21,22	1,23	77
Тефтели из говядины с рисом	80	8,65	6,75	3,40	85,99	1,03	0,00	0,03	2,75	7,47	12,43	3,61	0,23	58
Соус томатный	20	0,22	0,64	1,05	10,00	0,31	0,00	0,00	0,03	1,00	3,19	1,49	0,07	97
Макаронные изделия отварные	150	5,16	6,61	31,58	201,00	0,00	0,05	0,03	0,59	6,46	35,86	7,73	0,76	24
Компот из кураги	200	1,04	0,00	23,97	99,00	0,80	0,02	0,00	1,10	32,39	29,20	21,00	0,68	12
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,41	21,02	96,12	0,00	0,09	0,00	0,45	10,35	38,57	14,85	0,86	ГП
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	0,05	0,00	0,39	10,50	47,40	14,10	1,17	ГП
Итого		24,15	22,37	102,33	664,11	8,04	0,22	0,09	7,19	203,26	260,20	84,00	5,00	
2 ужин														
Кисломолочный продукт	165	4,78	5,28	6,60	97,35	1,15	0,05	0,03	0,00	198,00	122,05	23,10	0,17	41
Сушки, бублики, баранки	15	0,45	0,17	10,05	43,35	0,00	0,03	0,00	0,00	3,75	48,75	5,70	0,35	ГП
Итого		5,23	5,45	16,65	140,70	1,15	0,08	0,03	0,00	201,75	170,80	28,80	0,52	
Норма соли на весь день	5 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/л	С	В1	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		51,32	51,76	257,69	1670,68	91,70	0,83	5,83	9,95	746,81	1020,89	382,41	12,14	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		50,00	51,30	217,75	1527,50	39,00	0,78	0,46	6,50	715,00	1072,50	162,50	7,80	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		102,64	100,90	118,34	109,37	235,13	106,41	1267,39	153,08	104,45	95,19	235,33	155,64	
Итого за день (интернированные дети)		80,70	79,58	376,67	2475,49	100,89	1,13	5,95	17,14	1151,82	1451,89	495,21	17,66	
Суточная потребность (интернированные дети)		77,00	79,00	335,00	2350,00	60,00	1,20	0,70	10,00	1100,00	1650,00	250,00	12,00	
Процент удовлетворения суточной потребности (интернированные дети)		104,81	100,73	112,44	105,34	168,15	94,17	850,00	171,40	104,71	87,99	198,08	147,17	
Дети с 7-10 лет														
День 13														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Пудинг из творога с молоком сгущенным	150/30	24,33	17,19	46,60	455,00	0,45	0,11	0,02	0,58	278,37	343,07	41,05	1,34	38
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,98	44,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,41	0,13	0,07	0,04	16
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	11,68	53,40	0,00	0,05	0,00	0,25	5,75	21,43	8,25	0,48	ГП
Итого		26,23	17,42	69,26	552,40	0,45	0,16	0,02	0,83	284,53	364,63	49,37	1,86	
Обед														
Сельдь с луком и зеленым горошком	80	10,18	8,70	1,43	125,71	1,98	0,02	0,01	2,34	50,51	166,23	26,43	0,78	110
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной, с мясом	307/10	8,13	6,49	14,65	167,00	7,19	0,12	0,03	0,34	67,08	214,39	45,43	2,13	79
Рис отварной с овощами	150	3,68	6,39	27,54	205,00	3,09	0,02	0,03	0,27	3,45	67,32	24,02	0,74	19
Печень (сердце), тушенная в соусе	80	10,97	9,05	10,25	165,76	0,19	0,06	6,40	2,23	24,24	105,25	18,82	0,93	85
Компот из сухофруктов	200	0,55	0,00	24,12	102,00	0,50	0,00	0,00	0,10	55,89	19,25	7,50	1,54	25
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,52	25,71	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,16	18,15	1,07	ГП

Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00	0,09	0,00	0,65	17,50	79,00	23,50	1,95	ГП
Итого		40,49	31,75	128,40	982,95	12,95	0,42	6,47	6,48	231,32	698,60	163,85	9,14	
Полдник														
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Кондитерские изделия (пряники, вафли, печенье, конфеты или др.)	35	2,63	3,44	26,04	145,95	0,00	0,01	0,00	0,46	10,15	12,73	7,00	0,74	ГП
Итого		2,63	3,44	52,04	249,95	20,00	0,09	0,20	1,26	26,15	32,73	91,00	1,94	
Ужин														
Котлеты или биточки рыбные	80	11,52	1,90	41,78	90,66	0,18	0,08	0,02	0,37	42,42	170,77	37,13	0,77	33
Картофель отварной с луком	180	3,52	4,31	26,98	161,00	25,20	0,17	0,02	0,34	26,56	99,44	38,00	1,45	100
Чай с лимоном	200	0,06	0,01	11,19	46,00	2,80	0,00	0,00	0,01	3,21	1,67	0,91	0,08	31
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,2	0,1	66	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02	65
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,41	21,02	96,12	0,00	0,09	0,00	0,45	10,35	38,57	14,85	0,86	ГП
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	0,05	0,00	0,39	10,50	47,40	14,10	1,17	ГП
Итого		20,30	14,19	115,89	519,78	28,18	0,39	0,08	1,66	95,44	360,85	104,99	4,35	
2 ужин														
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	200	0,80	0,80	19,60	94,00	20,00	0,06	0,00	0,40	32,00	22,00	18,00	4,40	ГП
Итого		0,80	0,80	19,60	94,00	20,00	0,06	0,00	0,40	32,00	22,00	18,00	4,40	
Норма соли на весь день	5 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/л	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		40,49	31,75	128,40	982,95	12,95	0,42	6,47	6,48	231,32	698,60	163,85	9,14	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		50,00	51,30	217,75	1527,50	39,00	0,78	0,46	6,50	715,00	1072,50	162,50	7,80	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		80,98	61,89	58,97	64,35	33,21	53,85	1406,52	99,69	32,35	65,14	100,83	117,18	
Итого за день (интернированные дети)		90,45	67,60	385,19	2399,08	81,58	1,12	6,77	10,63	669,44	1478,81	427,21	21,69	
Суточная потребность (интернированные дети)		77,00	79,00	335,00	2350,00	60,00	1,20	0,70	10,00	1100,00	1650,00	250,00	12,00	
Процент удовлетворения суточной потребности (интернированные дети)		117,47	85,57	114,98	102,09	135,97	93,33	967,14	106,30	60,86	89,62	170,88	180,75	
Дети с 7-10 лет														
День 14														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Омлет натуральный	200	17,12	22,88	4,55	290,77	1,00	0,12	0,02	0,73	165,20	314,20	31,80	3,46	17
Чай с молоком	200	1,40	1,60	13,30	73,00	0,65	0,02	0,01	0,00	60,41	45,13	7,07	0,07	45
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,2	0,1	66	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02	65
Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,60	0,12	0,01	0,03	0,08	132,00	75,00	5,25	0,15	88
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	11,68	53,40	0,00	0,05	0,00	0,25	5,75	21,43	8,25	0,48	ГП
Итого		24,00	36,34	29,63	537,77	1,77	0,20	0,10	1,16	365,76	458,76	52,37	4,18	
Обед														
Салат картофельный с кальмарами	80	5,97	4,80	7,70	98,00	7,16	0,09	0,00	2,44	18,60	96,78	35,34	0,70	116
Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	307/10	5,90	6,43	1,31	159,00	8,37	0,12	0,03	0,28	35,15	168,03	32,36	1,15	67
Бигус с колбасными изделиями	195	7,71	13,89	11,56	211,67	23,51	0,03	0,00	1,46	93,77	128,40	38,03	1,89	47
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	200	0,80	0,80	19,60	94,00	20,00	0,06	0,00	0,40	32,00	22,00	18,00	4,40	ГП
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,52	25,71	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,16	18,15	1,07	ГП
Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00	0,09	0,00	0,65	17,50	79,00	23,50	1,95	ГП
Итого		27,36	27,04	116,58	884,15	79,04	0,58	0,23	6,58	225,67	561,37	249,38	12,36	
Полдник														
Кисель из концентрата	200	0,00	0,00	25,95	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	43
Запеканка из творога с джемом или повидлом	170/10	29,34	20,08	30,56	437,00	0,29	0,07	0,03	0,59	243,20	349,15	34,88	1,07	119
Итого		29,34	20,08	56,51	537,00	0,29	0,07	0,03	0,59	243,20	349,15	34,88	1,17	
Ужин														

Голубцы ленивые	80	6,38	4,82	4,54	88,00	5,14	0,02	0,02	0,14	59,68	71,02	16,62	0,66	20
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,58	7,77	42,15	275,84	0,00	0,09	0,03	0,48	15,32	204,17	135,57	4,56	117
Компот из изюма	200	0,36	0,00	26,17	104,00	0,00	0,03	0,00	0,08	16,39	25,80	8,40	0,64	23
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,41	21,02	96,12	0,00	0,09	0,00	0,45	10,35	38,57	14,85	0,86	ГП
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	0,05	0,00	0,39	10,50	47,40	14,10	1,17	ГП
Итого		20,42	13,36	108,70	623,96	5,14	0,28	0,05	1,54	112,24	386,96	189,54	7,89	
2 ужин														
Кисломолочный продукт	165	4,78	5,28	6,60	97,35	1,15	0,05	0,03	0,00	198,00	122,05	23,10	0,17	41
Сушки, бублики, баранки	15	0,45	0,17	10,05	43,35	0,00	0,03	0,00	0,00	3,75	48,75	5,70	0,35	ГП
Итого		5,23	5,45	16,65	140,70	1,15	0,08	0,03	0,00	201,75	170,80	28,80	0,52	
Норма соли на весь день	5 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день(интернированные дети)		106,35	102,27	328,07	2723,58	87,39	1,21	0,44	9,87	1148,62	1927,04	554,97	26,12	
Суточная потребность (интернированные дети)		77,00	79,00	335,00	2350,00	60,00	1,20	0,70	10,00	1100,00	1650,00	250,00	12,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		138,12	129,46	97,93	115,90	145,65	100,83	62,86	98,70	104,42	116,79	221,99	217,65	

Дети с 11-18 лет														
День 1														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,04	5,37	18,57	142,00	0,78	0,07	0,04	0,23	147,58	122,52	19,36	0,34	44
Какао (или кофейный напиток) с молоком	200	5,62	6,12	23,67	171,00	2,34	0,07	0,05	0,01	219,52	177,72	35,40	0,68	11
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	0,03	0,01	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	4
Масло сливочное (порциями)	12	0,12	8,64	0,12	79,2	0	0	0,05	0,12	2,88	3,6	0	0,024	65
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,46	23,36	106,80	0,00	0,10	0,00	0,50	11,50	42,86	16,50	0,96	ГП
Итого		19,66	25,19	66,00	562,00	3,12	0,27	0,15	1,10	403,48	423,50	76,06	3,00	
Обед														
Маринад овощной (или салат из белокочанной капусты со свежим огурцом)или овощи натуральные соленные	100	1,20	5,09	7,53	82,00	6,05	0,05	0,00	2,53	23,03	46,98	29,16	0,65	93,102,90
Суп "Харчо" с мясом	300/10	6,70	5,43	26,65	170,00	11,52	0,14	0,00	1,48	34,07	178,71	41,84	1,47	111
Колбасные изделия отварные	110	12,10	26,29	1,76	293,33	0,00	0,00	0,00	0,55	38,50	174,90	22,00	1,98	5
Макаронные изделия отварные с овощами	220	5,50	7,05	33,68	214,40	0,00	0,05	0,04	0,63	6,90	38,25	8,23	0,81	103
Компот из брусники	200	0,14	0,10	21,60	89,00	3,00	0,00	0,00	0,20	5,60	3,20	1,40	0,14	63
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		34,30	45,43	156,44	1126,21	20,57	0,50	0,04	6,98	148,75	615,59	158,38	9,23	
Полдник														
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Бутерброд с сыром	74	6,68	12,52	24,76	239,00	0,08	0,05	0,08	0,73	18,48	96,10	11,20	0,69	120
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	2,10	0,70	29,40	134,40	21,00	0,00	0,00	0,56	11,20	39,20	58,80	0,84	ГП
Итого		8,78	13,22	80,16	477,40	41,08	0,13	0,28	2,09	45,68	155,30	154,00	2,73	
Ужин														
Салат из моркови и яблок	100	0,99	5,19	7,51	82,5	6,31	0,05	0	2,53	22,69	39,74	27,88	1,13	91
Поджарка из рыбы	100	11,86	4,22	4,06	102,00	1,15	0,02	0,01	2,19	26,40	146,16	33,39	0,66	54
Картофель тушеный	180	3,40	5,82	22,42	166,50	12,41	0,16	0,00	2,50	65,41	101,70	43,84	1,45	80
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,98	44,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,41	0,13	0,07	0,04	16
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		22,67	16,22	90,43	592,48	19,87	0,41	0,01	8,29	141,56	398,08	142,13	5,90	
2 ужин														
Кисломолочный продукт	194	5,62	6,21	7,76	114,46	1,35	0,06	0,04	0,00	232,80	144,11	27,16	0,20	41
Сушки, бублики, баранки	20	0,60	0,22	13,40	57,80	0,00	0,04	0,00	0,00	5,00	65,00	7,60	0,46	ГП
Итого		6,22	6,43	21,16	172,26	1,35	0,10	0,04	0,00	237,80	209,11	34,76	0,66	
Норма соли на весь день	7 гр.													
Итого за день (приходящие дети)		62,74	83,84	302,60	2165,61	64,77	0,90	0,47	10,17	597,91	1194,39	388,44	14,96	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,59	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		107,25	140,20	121,55	122,81	142,35	98,90	79,66	130,38	76,66	102,08	199,20	135,42	
Итого за день (интернированные дети)		91,63	106,49	414,19	2930,35	85,99	1,41	0,52	18,46	977,27	1801,58	565,33	21,52	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		101,81	115,75	108,14	108,01	122,84	100,71	57,78	153,83	81,44	100,09	188,44	126,61	
Дети с 11-18 лет														
День 2														
Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК

	блюд а	Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Пудинг из творога с молоком сгущенным	170/30	27,75	19,13	60,89	545,00	0,49	0,13	0,03	0,73	313,89	398,12	50,53	1,91	38
Чай с лимоном	200	0,06	0,01	11,19	46,00	2,80	0,00	0,00	0,01	3,21	1,67	0,91	0,08	31
Масло сливочное (порциями)	12	0,12	8,64	0,12	79,2	0	0	0,05	0,12	2,88	3,6	0	0,024	65
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,46	23,36	106,80	0,00	0,10	0,00	0,50	11,50	42,86	16,50	0,96	ГП
Итого		31,73	28,24	95,56	777,00	3,29	0,23	0,08	1,36	331,48	446,25	67,94	2,97	
Обед														
Сельдь с луком	100	14,33	12,64	1,00	176,67	1,23	0,01	0,00	3,37	70,46	232,09	35,04	1,01	86
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом	307/10	5,91	7,09	11,57	149,00	11,67	0,07	0,03	1,37	60,81	160,49	34,45	1,49	28
Картофельная запеканка с мясом или субпродуктами	180	17,67	14,74	18,32	278,10	2,37	0,13	0,03	1,34	33,96	176,66	42,89	1,77	29
Компот из сухофруктов	200	0,55	0,00	26,12	110,00	0,50	0,00	0,00	0,10	55,95	19,25	7,50	1,54	25
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		47,12	35,94	122,23	991,25	15,77	0,47	0,06	7,77	261,83	762,04	175,63	9,99	
Полдник														
Кисель из концентрата	200	0,00	0,00	25,95	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	43
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	2,10	0,70	29,40	134,40	21,00	0,00	0,00	0,56	11,20	39,20	58,80	0,84	ГП
Пирожок печеный из слобного теста с овощным фаршем	70	3,00	3,93	29,76	166,80	0,00	0,03	0,00	0,52	11,60	36,00	8,00	0,84	109
Итого		5,10	4,63	85,11	401,20	21,00	0,03	0,00	1,08	22,80	75,20	66,80	1,78	
Ужин														
Салат из моркови с сыром и чесноком	100	5,62	11,69	7,08	160,00	5,18	0,06	0,05	3,20	189,83	147,92	44,65	0,89	95
Курица в соусе с томатом	120	10,38	8,09	4,08	103,19	1,24	0,00	0,02	3,30	8,95	14,92	4,33	0,28	58
Макаронные изделия отварные	200	6,88	8,81	42,10	268,00	0,00	0,07	0,06	0,79	8,62	47,81	10,29	1,01	24
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		29,30	29,58	124,72	832,67	26,42	0,39	0,33	9,16	250,05	341,00	180,22	6,00	
2 ужин														
Кисломолочный продукт	194	5,62	6,21	7,76	114,46	1,35	0,06	0,04	0,00	232,80	144,11	27,16	0,20	41
Сушки, бублики, баранки	20	0,60	0,22	13,40	57,80	0,00	0,04	0,00	0,00	5,00	65,00	7,60	0,46	ГП
Итого		6,22	6,43	21,16	172,26	1,35	0,10	0,04	0,00	237,80	209,11	34,76	0,66	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/д	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		83,95	68,81	302,90	2169,45	40,06	0,73	0,14	10,21	616,11	1283,49	310,37	14,74	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,59	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		143,50	115,07	121,67	123,02	88,04	80,22	23,73	130,90	78,99	109,70	159,16	133,43	
Итого за день (интернированные дети)		119,47	104,82	448,78	3174,38	67,83	1,22	0,51	19,37	1103,96	1833,60	525,35	21,40	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности (интернированные дети)		132,74	113,93	117,17	117,01	96,90	87,14	56,67	161,42	92,00	101,87	175,12	125,91	
Дети с 11-18 лет														
День 3														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд а	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Суп молочный с крупой	200	4,13	5,05	15,88	125,00	0,78	0,05	0,04	0,06	133,77	120,16	20,52	0,18	30
Масло сливочное (порциями)	12	0,12	8,64	0,12	79,2	0	0	0,05	0,12	2,88	3,6	0	0,024	65
Сыр (порциями)	20	4,65	5,90	0,00	72,80	0,15	0,01	0,05	0,10	176,00	100,00	7,00	0,20	88

Чай с молоком	200	1,40	1,60	13,30	73,00	0,65	0,02	0,01	0,00	60,41	45,13	7,07	0,07	45
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,46	23,36	106,80	0,00	0,10	0,00	0,50	11,50	42,86	16,50	0,96	ГП
Итого		14,10	21,65	52,66	456,80	1,58	0,18	0,15	0,78	384,56	311,75	51,09	1,43	
Обед														
Салат мясной	100	5,52	8,21	9,24	134,00	9,12	0,07	0,03	2,38	19,07	72,40	19,99	0,93	96
Солянка домашняя со сметаной	257	5,87	12,72	11,07	173,00	5,39	0,05	0,02	2,05	31,15	95,45	24,35	1,25	57
Капуста тушеная с курицей	270	22,30	16,00	13,01	300,00	28,21	0,08	0,02	1,75	128,72	196,92	52,83	2,92	112
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		42,35	38,40	124,54	988,48	62,72	0,54	0,27	8,57	235,59	558,32	236,92	10,48	
Полдник														
Кисломолочный продукт	194	5,62	6,21	7,76	114,46	1,35	0,06	0,04	0,00	232,80	144,11	27,16	0,20	41
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	2,10	0,70	29,40	134,40	21,00	0,00	0,00	0,56	11,20	39,20	58,80	0,84	ГП
Бутерброд с джемом или повидлом	70	3,90	0,40	38,60	170,00	0,03	0,05	0,00	0,59	12,40	36,10	8,80	0,75	3
Итого		11,62	7,31	75,76	418,86	22,38	0,11	0,04	1,15	256,40	219,41	94,76	1,79	
Ужин														
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	10,76	2,71	1,95	75,84	1,86	0,06	0,02	0,28	33,01	178,40	43,39	0,74	56
Картофель отварной/зеленый горошек, или кукуруза, или фасоль отварные	180	4,17	5,44	20,02	145,57	15,60	0,18	0,08	0,29	27,20	101,44	38,12	1,37	10
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,98	44,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,41	0,13	0,07	0,04	16
Крендель сахарный	60	4,65	6,43	25,20	165,86	0,15	0,08	0,04	0,61	22,06	43,87	6,27	0,41	13
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		26,00	15,57	103,61	628,75	17,61	0,50	0,14	2,25	109,33	434,19	124,80	5,18	
2 ужин														
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	200	5,80	6,40	9,40	120,00	2,60	0,08	0,06	0,00	240,00	120,00	28,00	0,20	49
Сухари, бублики, баранки	20	0,60	0,22	13,40	57,80	0,00	0,04	0,00	0,00	5,00	65,00	7,60	0,46	ГП
Итого		6,40	6,62	22,80	177,80	2,60	0,12	0,06	0,00	245,00	185,00	35,60	0,66	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/л	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		68,07	67,36	252,96	1864,14	86,68	0,83	0,46	10,50	876,55	1089,48	382,77	13,70	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,59	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		116,36	112,64	101,61	105,71	190,51	91,21	77,97	134,62	112,38	93,12	196,29	124,02	
Итого за день(интернированные дети)		100,47	89,55	379,37	2670,69	106,89	1,45	0,66	12,75	1230,88	1708,67	543,17	19,54	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		111,63	97,34	99,05	98,44	152,70	103,57	73,33	106,25	102,57	94,93	181,06	114,96	
Дети с 11-18 лет														
День 4														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Суп молочный с крупой	200	4,13	5,05	15,88	125,00	0,78	0,05	0,04	0,06	133,77	120,16	20,52	0,18	30
Какао (или кофейный напиток) с молоком	200	5,62	6,12	23,67	171,00	2,34	0,07	0,05	0,01	219,52	177,72	35,40	0,68	11
Масло сливочное (порциями)	12	0,12	8,64	0,12	79,2	0	0	0,05	0,12	2,88	3,6	0	0,024	65
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,46	23,36	106,80	0,00	0,10	0,00	0,50	11,50	42,86	16,50	0,96	ГП
Итого		13,67	20,27	63,03	482,00	3,12	0,22	0,14	0,69	367,67	344,34	72,42	1,84	
Обед														
Салат картофельный с кальмарами	100	7,46	6,00	9,63	122,50	8,95	0,11	0,00	3,05	23,25	120,98	44,18	0,88	116
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом	307/10	5,95	7,19	9,51	135,00	22,27	0,08	0,03	1,39	61,72	158,52	32,63	1,11	55

Бифтекс рубленый или оладьи из печени	100	22,33	14,98	0,42	216,25	0,12	0,05	0,00	1,83	8,62	6,30	0,97	0,00	107,118
Соус молочный	20	0,38	0,99	1,67	14,00	0,06	0,00	0,00	0,02	11,92	9,65	1,51	0,02	48
Рис отварной с овощами	180	4,41	7,66	33,04	246,00	3,70	0,03	0,04	0,31	4,14	80,78	28,83	0,88	19
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		49,19	38,29	145,49	1115,23	55,10	0,61	0,27	8,99	166,30	569,78	247,87	8,27	
Полдник														
Кисломолочный продукт	194	5,62	6,21	7,76	114,46	1,35	0,06	0,04	0,00	232,80	144,11	27,16	0,20	41
Кондитерские изделия (пряники, вафли, печенье, конфеты или др.)	40	3,01	3,94	29,76	166,80	0,00	0,02	0,00	0,52	11,60	14,55	8,00	0,84	ГП
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	2,10	0,70	29,40	134,40	21,00	0,00	0,00	0,56	11,20	39,20	58,80	0,84	ГП
Итого		10,73	10,85	66,92	415,66	22,35	0,08	0,04	1,08	255,60	197,86	93,96	1,88	
Ужин														
Салат из отварной свеклы с черносливом	100	1,78	5,09	14,71	112,50	7,79	0,01	0,01	2,31	46,69	52,05	33,25	1,76	105
Котлеты или биточки рыбные	120	17,28	2,86	62,66	136,00	0,26	0,12	0,04	0,54	63,62	256,14	55,69	1,15	33
Картофель тушеный	180	3,40	5,82	22,42	166,50	12,41	0,16	0,00	2,50	65,41	101,70	43,84	1,45	80
Компот из кураги	200	1,04	0,00	25,97	107,00	0,80	0,02	0,00	1,10	32,45	29,20	21,00	0,68	12
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		29,92	14,76	171,22	719,48	21,26	0,49	0,05	7,52	234,82	549,44	190,73	7,66	
2 ужин														
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	200	5,80	6,40	9,40	120,00	2,60	0,08	0,06	0,00	240,00	120,00	28,00	0,20	49
Сухари, бублики, баранки	20	0,60	0,22	13,40	57,80	0,00	0,04	0,00	0,00	5,00	65,00	7,60	0,46	ГП
Итого		6,40	6,62	22,80	177,80	2,60	0,12	0,06	0,00	245,00	185,00	35,60	0,66	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/л	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		73,59	69,41	275,44	2012,89	80,57	0,91	0,45	10,76	789,57	1111,98	414,25	11,99	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,59	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		125,79	116,07	110,64	114,14	177,08	100,00	76,27	137,95	101,23	95,04	212,44	108,54	
Итого за день (интернированные дети)		109,91	90,79	469,46	2910,17	104,43	1,52	0,56	18,28	1269,39	1846,42	640,58	20,31	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности (интернированные дети)		122,12	98,68	122,57	107,27	149,19	108,57	62,22	152,33	105,78	102,58	213,53	119,49	
Дети с 11-18 лет														
День 5														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Запеканка из творога с молоком сгущенным	200/30	36,33	25,97	42,19	568,00	0,62	0,10	0,01	0,73	417,78	467,63	49,48	1,16	119
Чай с лимоном	200	0,06	0,01	11,19	46,00	2,80	0,00	0,00	0,01	3,21	1,67	0,91	0,08	31
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,46	23,36	106,80	0,00	0,10	0,00	0,50	11,50	42,86	16,50	0,96	ГП
Итого		40,19	26,44	76,74	720,80	3,42	0,20	0,01	1,24	432,49	512,16	66,89	2,20	
Обед														
Кукуруза с яйцом и луком	100	4,15	6,59	8,46	110,00	4,22	0,02	0,05	1,90	42,24	71,67	12,51	0,58	101
Суп "Шахтерский" с мясом	300/10	6,48	4,71	22,55	147,00	9,92	0,13	0,01	0,27	31,65	176,64	44,00	1,55	7
Рыба, запеченная под молочным соусом	120	16,12	8,54	2,45	151,58	0,59	0,10	0,04	2,63	74,68	175,00	57,21	0,80	53
Пюре картофельное	180	3,90	5,00	26,98	168,00	31,92	0,20	0,03	0,21	47,00	115,64	39,84	1,44	2
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП

Итого		39,31	26,31	151,6 6	958,06	66,65	0,79	0,33	7,40	252,22	732,50	293,3 1	9,75	
Полдник														
Кисломолочный продукт	194	5,62	6,21	7,76	114,46	1,35	0,06	0,04	0,00	232,80	144,11	27,16	0,20	41
Булочка промышленного производства	80	7,04	1,76	40,24	205,60	0,00	0,10	7,20	0,88	53,60	84,00	14,40	0,88	ГП
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	2,10	0,70	29,40	134,40	21,00	0,00	0,00	0,56	11,20	39,20	58,80	0,84	ГП
Итого		14,76	8,67	77,40	454,46	22,35	0,16	7,24	1,44	297,60	267,31	100,3 6	1,92	
Ужин														
Икра кабачковая (или помидоры и болгарский перец порциями)	100	1,20	4,70	7,70	78,00	9,60	0,03	0,00	2,10	32,00	30,00	13,00	0,80	64,76
Котлеты, биточки, шницели из говядины	100	17,13	14,13	16,02	259,00	0,30	0,08	0,02	3,48	37,88	164,45	29,40	1,45	39
Капуста тушеная	180	3,31	3,76	13,01	110,00	28,21	0,04	0,00	1,48	93,62	68,22	34,83	1,30	27
Какао (или кофейный напиток) с молоком	200	5,62	6,12	23,67	171,00	2,34	0,07	0,05	0,01	219,52	177,72	35,40	0,68	11
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		33,68	29,70	105,8 6	815,48	40,45	0,40	0,07	8,14	409,67	550,74	149,5 8	6,85	
2 ужин														
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	200	5,80	6,40	9,40	120,00	2,60	0,08	0,06	0,00	240,00	120,00	28,00	0,20	49
Сухари, бублики, баранки	20	0,60	0,22	13,40	57,80	0,00	0,04	0,00	0,00	5,00	65,00	7,60	0,46	ГП
Итого		6,40	6,62	22,80	177,80	2,60	0,12	0,06	0,00	245,00	185,00	35,60	0,66	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/л	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		94,26	61,42	305,8 0	2133,3 2	92,42	1,15	7,58	10,08	982,31	1511,9 7	460,5 6	13,87	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,9 5	1763,4 5	45,50	0,91	0,59	7,80	780,00	1170,0 0	195,0 0	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		161,1 3	102,7 1	122,8 4	120,97	203,1 2	126,3 7	1284,7 5	129,2 3	125,94	129,23	236,1 8	125,5 2	
Итого за день (интернированные дети)		134,3 4	97,74	434,4 6	3126,6 0	135,4 7	1,67	7,71	18,22	1636,9 8	2247,7 1	645,7 4	21,38	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,0 0	2713,0 0	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,0 0	1800,0 0	300,0 0	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности (интернированные дети)		149,2 7	106,2 4	113,4 4	115,25	193,5 3	119,2 9	856,67	151,8 3	136,42	124,87	215,2 5	125,7 6	
Дети с 11-18 лет														
День 6														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,04	5,37	18,57	142,00	0,78	0,07	0,04	0,23	147,58	122,52	19,36	0,34	44
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,98	44,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,41	0,13	0,07	0,04	16
Сыр (порциями)	20	4,65	5,90	0,00	72,80	0,15	0,01	0,05	0,10	176,00	100,00	7,00	0,20	88
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	0,03	0,01	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	4
Масло сливочное (порциями)	12	0,12	8,64	0,12	79,2	0	0	0,05	0,12	2,88	3,6	0	0,024	65
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,46	23,36	106,80	0,00	0,10	0,00	0,50	11,50	42,86	16,50	0,96	ГП
Итого		18,69	24,97	53,31	507,80	0,93	0,21	0,15	1,19	360,37	345,91	47,73	2,56	
Обед														
Салат столичный	100	6,24	8,72	7,99	137,00	8,01	0,06	0,03	2,37	22,24	73,00	18,34	1,04	92
Суп картофельный с бобовыми с мясом	300/10	11,37	4,77	29,58	196,00	6,92	0,31	0,01	0,32	56,21	210,68	54,41	3,13	40
Тефтели из говядины с рисом	100	10,82	8,43	4,25	107,48	1,28	0,00	0,03	3,43	9,33	15,53	4,52	0,28	58
Соус томатный	30	0,33	0,96	1,58	15,00	0,47	0,00	0,00	0,05	1,50	4,79	2,24	0,11	97
Рагу овощное	180	3,40	6,28	18,31	152,61	15,61	0,11	0,00	2,63	42,41	91,32	42,06	1,35	51
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		40,82	30,63	152,9 3	989,57	52,29	0,82	0,27	11,19	188,34	588,87	261,3 2	11,29	
Полдник														

Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	23,88	99,00	4,00	0,01	0,00	0,08	7,00	4,40	3,60	0,94	14
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	2,10	0,70	29,40	134,40	21,00	0,00	0,00	0,56	11,20	39,20	58,80	0,84	ГП
Кондитерские изделия (пряники, вафли, печенье, конфеты или др.)	45	3,38	4,44	33,48	187,65	0,00	0,02	0,00	0,59	13,05	16,07	9,00	0,94	ГП
Итого		5,64	5,30	86,76	421,05	25,00	0,03	0,00	1,23	31,25	59,67	71,40	2,72	
Ужин														
Птица запеченная	120	28,80	21,97	0,13	313,01	0,00	1,33	0,01	3,54	43,30	130,31	24,82	2,05	87
Соус сметанный	15	0,60	2,40	0,71	24,75	0,03	0,00	0,03	0,05	6,27	4,62	0,57	0,03	9
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,30	9,32	50,58	330,99	0,00	0,12	0,04	0,58	18,37	245,01	162,68	5,46	117
Компот из сухофруктов	200	0,55	0,00	26,12	110,00	0,50	0,00	0,00	0,10	55,95	19,25	7,50	1,54	25
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		46,67	34,68	123,00	976,23	0,53	1,63	0,08	5,34	150,54	509,54	232,52	11,70	
2 ужин														
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	0,56	0,56	13,72	65,80	14,00	0,04	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	3,08	ГП
Итого		0,56	0,56	13,72	65,80	14,00	0,04	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	3,08	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/д	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		59,51	55,60	206,24	1497,37	53,22	1,03	0,42	12,38	548,71	934,78	309,05	13,85	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,59	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		101,73	92,98	82,84	84,91	116,97	113,19	71,19	158,72	70,35	79,90	158,49	125,38	
Итого за день (интернированные дети)		112,38	96,14	429,72	2960,45	92,75	2,73	0,50	19,23	752,90	1519,39	625,57	31,35	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности (интернированные дети)		124,87	104,50	112,20	109,12	132,50	195,00	55,56	160,25	62,74	84,41	208,52	184,44	
Дети с 11-18 лет														
День 7														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Омлет натуральный	200	17,12	22,88	4,55	290,77	1,00	0,12	0,02	0,73	165,20	314,20	31,80	3,46	17
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,98	44,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,41	0,13	0,07	0,04	16
Масло сливочное (порциями)	12	0,12	8,64	0,12	79,2	0	0	0,05	0,12	2,88	3,6	0	0,024	65
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,46	23,36	106,80	0,00	0,10	0,00	0,50	11,50	42,86	16,50	0,96	ГП
Итого		21,04	31,98	39,01	520,77	1,00	0,22	0,07	1,35	179,99	360,79	48,37	4,48	
Обед														
Салат из моркови с сыром и чесноком	100	5,62	11,69	7,08	160,00	5,18	0,06	0,05	3,20	189,83	147,92	44,65	0,89	95
Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	307/10	5,90	6,43	1,31	159,00	8,37	0,12	0,03	0,28	35,15	168,03	32,36	1,15	67
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	10,76	2,71	1,95	75,84	1,86	0,06	0,02	0,28	33,01	178,40	43,39	0,74	56
Рис отварной с овощами	180	4,41	7,66	33,04	246,00	3,70	0,03	0,04	0,31	4,14	80,78	28,83	0,88	19
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		35,35	29,96	134,60	1022,32	39,11	0,61	0,34	6,46	318,78	768,68	288,98	9,04	
Полдник														
Кисломолочный продукт	194	5,62	6,21	7,76	114,46	1,35	0,06	0,04	0,00	232,80	144,11	27,16	0,20	41
Пудинг из творога с джемом или повидлом	170/10	25,64	16,58	51,12	401,00	0,21	0,11	0,05	0,69	222,99	334,22	41,23	1,95	122
Итого		31,26	22,79	58,88	515,46	1,56	0,17	0,09	0,69	455,79	478,33	68,39	2,15	
Ужин														
Капуста тушеная с мясом	235	18,23	13,00	13,01	250,00	28,21	0,07	0,00	1,75	110,12	169,42	51,88	2,12	15
Какао (или кофейный напиток) с молоком	200	5,62	6,12	23,67	171,00	2,34	0,07	0,05	0,01	219,52	177,72	35,40	0,68	11

Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	0,56	0,56	13,72	65,80	14,00	0,04	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	3,08	ГП
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		30,83	20,67	95,86	684,28	44,55	0,36	0,05	3,11	378,69	472,89	136,83	8,50	
2 ужин														
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	0,56	0,56	13,72	65,80	14,00	0,04	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	3,08	ГП
Итого		0,56	0,56	13,72	65,80	14,00	0,04	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	3,08	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/л	С	В1	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Итого за день(интернированные дети)		119,04	105,96	342,07	2808,63	100,22	1,40	0,55	11,89	1355,65	2096,09	555,17	27,25	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		132,27	115,17	89,31	103,52	143,17	100,00	61,11	99,08	112,97	116,45	185,06	160,31	
Дети с 11-18 лет														
День 8														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Каша пшеничная молочная жидкая	200	8,61	9,47	36,99	268,00	1,87	0,20	0,06	0,16	182,83	219,75	52,00	1,15	26
Чай с молоком	200	1,40	1,60	13,30	73,00	0,65	0,02	0,01	0,00	60,41	45,13	7,07	0,07	45
Сыр (порциями)	20	4,65	5,90	0,00	72,80	0,15	0,01	0,05	0,10	176,00	100,00	7,00	0,20	88
Масло сливочное (порциями)	12	0,12	8,64	0,12	79,2	0	0	0,05	0,12	2,88	3,6	0	0,024	65
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,46	23,36	106,80	0,00	0,10	0,00	0,50	11,50	42,86	16,50	0,96	ГП
Итого		18,58	26,07	73,77	599,80	2,67	0,33	0,17	0,88	433,62	411,34	82,57	2,40	
Обед														
Икра кабачковая (или помидоры и болгарский перец порциями)	100	1,20	4,70	7,70	78,00	9,60	0,03	0,00	2,10	32,00	30,00	13,00	0,80	64,76
Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы	300/15	10,18	5,53	26,90	195,00	9,92	0,13	0,01	0,34	24,14	97,13	31,41	1,45	61
Плов из отварной птицы	240	22,45	17,67	36,11	396,00	1,80	0,06	0,02	1,86	22,66	178,97	38,35	1,63	81
Компот из кураги	200	1,04	0,00	25,97	107,00	0,80	0,02	0,00	1,10	32,45	29,20	21,00	0,68	12
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		43,53	29,37	161,90	1053,48	22,12	0,50	0,03	6,99	151,90	508,85	159,51	8,74	
Подник														
Кисломолочный продукт	194	5,62	6,21	7,76	114,46	1,35	0,06	0,04	0,00	232,80	144,11	27,16	0,20	41
Кондитерские изделия (пряники, вафли, печенье, конфеты или др.)	40	3,01	3,94	29,76	166,80	0,00	0,02	0,00	0,52	11,60	14,55	8,00	0,84	ГП
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	2,10	0,70	29,40	134,40	21,00	0,00	0,00	0,56	11,20	39,20	58,80	0,84	ГП
Итого		10,73	10,85	66,92	415,66	22,35	0,08	0,04	1,08	255,60	197,86	93,96	1,88	
Ужин														
Салат из моркови и яблок	100	0,99	5,19	7,51	82,5	6,31	0,05	0	2,53	22,69	39,74	27,88	1,13	91
Бигус с колбасными изделиями	235	9,36	16,91	13,89	256,67	28,21	0,04	0,00	1,76	112,87	155,67	45,83	2,29	47
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		16,77	23,09	92,86	640,65	54,52	0,35	0,20	6,16	178,21	325,76	194,66	7,24	
2 ужин														
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	0,56	0,56	13,72	65,80	14,00	0,04	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	3,08	ГП
Итого		0,56	0,56	13,72	65,80	14,00	0,04	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	3,08	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/л	С	В1	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		72,84	66,29	302,59	2068,94	47,14	0,91	0,24	8,95	841,12	1118,05	336,04	13,02	

Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,59	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		124,51	110,85	121,55	117,32	103,60	100,00	40,68	114,74	107,84	95,56	172,33	117,86	
Итого за день(интернированные дети)		90,17	89,94	409,17	2775,39	115,66	1,30	0,44	15,39	1041,73	1459,21	543,30	23,34	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		100,19	97,76	106,83	102,30	165,23	92,86	48,89	128,25	86,81	81,07	181,10	137,32	
Дети с 11-18 лет														
День 9														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Суп молочный с крупой	200	4,13	5,05	15,88	125,00	0,78	0,05	0,04	0,06	133,77	120,16	20,52	0,18	30
Сыр (порциями)	20	4,65	5,90	0,00	72,80	0,15	0,01	0,05	0,10	176,00	100,00	7,00	0,20	88
Масло сливочное (порциями)	12	0,12	8,64	0,12	79,2	0	0	0,05	0,12	2,88	3,6	0	0,024	65
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,46	23,36	106,80	0,00	0,10	0,00	0,50	11,50	42,86	16,50	0,96	ГП
Какао (или кофейный напиток) с молоком	200	5,62	6,12	23,67	171,00	2,34	0,07	0,05	0,01	219,52	177,72	35,40	0,68	11
Итого		18,32	26,17	63,03	554,80	3,27	0,23	0,19	0,79	543,67	444,34	79,42	2,04	
Обед														
Маринад овощной (или салат из белокочанной капусты со свежим огурцом)или овощи натуральные соленые	100	1,20	5,09	7,53	82,00	6,05	0,05	0,00	2,53	23,03	46,98	29,16	0,65	93,102,90
Свекольник со сметаной, с мясом	307/10	6,47	6,39	16,29	166,00	10,55	0,11	0,03	0,31	63,50	182,84	43,11	2,00	113
Котлеты или биточки рыбные	120	17,28	2,86	62,66	136,00	0,26	0,12	0,04	0,54	63,62	256,14	55,69	1,15	121
Макаронные изделия отварные с овощами	220	5,50	7,05	33,68	214,40	0,00	0,05	0,04	0,63	6,90	38,25	8,23	0,81	103
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		39,11	22,86	211,38	979,88	36,86	0,67	0,31	6,40	213,70	717,76	275,94	9,99	
Подник														
Кисломолочный продукт	194	5,62	6,21	7,76	114,46	1,35	0,06	0,04	0,00	232,80	144,11	27,16	0,20	41
Булочка с изюмом "Веснушка"	60	5,68	10,06	46,63	123,97	0,00	0,08	0,04	0,55	31,96	52,99	9,34	0,54	6
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	2,10	0,70	29,40	134,40	21,00	0,00	0,00	0,56	11,20	39,20	58,80	0,84	ГП
Итого		13,40	16,97	83,79	372,83	22,35	0,14	0,08	1,11	275,96	236,30	95,30	1,58	
Ужин														
Годубцы ленивые	100	7,98	6,03	5,68	110,00	6,43	0,03	0,03	0,18	74,60	88,78	20,78	0,83	20
Картофель, запеченный в сметанном соусе	180	4,29	15,77	23,27	257,76	10,86	0,13	0,01	0,40	62,40	107,08	2,90	1,30	114
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,98	44,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,41	0,13	0,07	0,04	16
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		18,69	22,79	85,39	609,24	17,29	0,34	0,04	1,65	164,06	306,34	60,70	4,79	
2 ужин														
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	200	5,80	6,40	9,40	120,00	2,60	0,08	0,06	0,00	240,00	120,00	28,00	0,20	49
Сушки, бублики, баранки	20	0,60	0,22	13,40	57,80	0,00	0,04	0,00	0,00	5,00	65,00	7,60	0,46	ГП
Итого		6,40	6,62	22,80	177,80	2,60	0,12	0,06	0,00	245,00	185,00	35,60	0,66	
Норма соли на весь день	7 гр.													
Итого за день (приходящие дети)		70,83	66,00	358,20	1907,51	62,48	1,04	0,58	8,30	1033,33	1398,40	450,66	13,61	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,59	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		121,08	110,37	143,88	108,17	137,32	114,29	98,31	106,41	132,48	119,52	231,11	123,20	
Итого за день(интернированные дети)		95,92	95,41	466,39	2694,55	82,37	1,50	0,68	9,95	1442,39	1889,74	546,96	19,06	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	

Процент удовлетворения суточной потребности(интернированны е дети)		106,5 8	103,7 1	121,7 7	99,32	117,6 7	107,1 4	75,56	82,92	120,20	104,99	182,3 2	112,1 4	
Дети с 11-18 лет														
День 10														
Прием пищи, наименование блюда	Выхо д блю да	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Каша манная молочная жидкая	200	7,43	8,70	32,66	241,00	1,96	0,09	0,07	0,47	186,66	161,27	26,27	0,41	35
Чай с лимоном	200	0,06	0,01	11,19	46,00	2,80	0,00	0,00	0,01	3,21	1,67	0,91	0,08	31
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	0,03	0,01	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	4
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,46	23,36	106,80	0,00	0,10	0,00	0,50	11,50	42,86	16,50	0,96	ГП
Итого		16,37	13,77	67,49	456,80	4,76	0,22	0,08	1,22	223,37	282,60	48,48	2,45	
Обед														
Салат из свеклы с чесноком	100	1,78	5,10	9,59	92,50	8,61	0,03	0,00	2,30	43,61	49,59	25,18	1,65	115
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом	307/10	5,95	7,19	9,51	135,00	22,27	0,08	0,03	1,39	61,72	158,52	32,63	1,11	55
Рагу овощное с птицей	230	20,29	17,16	18,31	321,61	15,61	0,14	0,03	2,88	73,61	205,72	58,06	2,79	106
Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	23,88	99,00	4,00	0,01	0,00	0,08	7,00	4,40	3,60	0,94	14
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		36,84	31,08	126,5 1	925,59	50,49	0,52	0,06	8,24	226,59	591,78	175,2 2	10,67	
Полдник														
Кисломолочный продукт	194	5,62	6,21	7,76	114,46	1,35	0,06	0,04	0,00	232,80	144,11	27,16	0,20	41
Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	65	8,65	9,60	26,03	224,90	0,32	0,08	0,04	0,60	110,50	96,27	11,65	0,46	69
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	2,10	0,70	29,40	134,40	21,00	0,00	0,00	0,56	11,20	39,20	58,80	0,84	ГП
Итого		16,37	16,51	63,19	473,76	22,67	0,14	0,08	1,16	354,50	279,58	97,61	1,50	
Ужин														
Овощи натуральные соленые консервированные или помидоры (огурцы) свеж е порциями	100	0,80	0,10	1,70	13,00	5,00	0,02	0,00	0,10	23,00	24,00	14,00	0,60	90,32,34
Плов с мясом	200	17,50	14,49	31,24	326,51	2,37	0,05	0,02	0,41	7,35	146,35	35,00	1,51	84
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Булочка дорожная	50	3,71	5,88	24,85	177,50	4,08	0,06	0,04	0,55	23,47	38,80	6,04	0,31	8
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		28,43	21,46	129,2 5	818,49	31,45	0,39	0,26	2,93	96,47	339,50	175,9 9	6,24	
2 ужин														
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	200	5,80	6,40	9,40	120,00	2,60	0,08	0,06	0,00	240,00	120,00	28,00	0,20	49
Сухи, бублики, баранки	20	0,60	0,22	13,40	57,80	0,00	0,04	0,00	0,00	5,00	65,00	7,60	0,46	ГП
Итого		6,40	6,62	22,80	177,80	2,60	0,12	0,06	0,00	245,00	185,00	35,60	0,66	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/д	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		69,58	61,36	257,1 9	1856,1 5	77,92	0,88	0,22	10,62	804,46	1153,9 6	321,3 1	14,62	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,9 5	1763,4 5	45,50	0,91	0,59	7,80	780,00	1170,0 0	195,0 0	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		118,9 4	102,6 1	103,3 1	105,26 5	171,2 5	96,70	37,29	136,1 5	103,14	98,63 7	164,7 1	132,3 1	
Итого за день(интернированные дети)		104,4 1	89,44	409,2 4	2852,4 4	111,9 7	1,39	0,54	13,55	1145,9 3	1678,4 6	532,9 0	21,52	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,0 0	2713,0 0	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,0 0	1800,0 0	300,0 0	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированн ые дети)		116,0 1	97,22	106,8 5	105,14	159,9 6	99,29	60,00	112,9 2	95,49	93,25	177,6 3	126,5 9	
Дети с 11-18 лет														
День 11														
Прием пищи, наименование блюда	Выхо д	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	

	бл а	Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Каша рисовая молочная жидкая или каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	6,51	8,77	33,75	242,00	1,98	0,07	0,07	0,16	185,48	182,36	36,06	0,41	59,1
Чай с молоком	200	1,40	1,60	13,30	73,00	0,65	0,02	0,01	0,00	60,41	45,13	7,07	0,07	45
Масло сливочное (порциями)	12	0,12	8,64	0,12	79,2	0	0	0,05	0,12	2,88	3,6	0	0,024	65
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,46	23,36	106,80	0,00	0,10	0,00	0,50	11,50	42,86	16,50	0,96	ГП
Итого		11,83	19,47	70,53	501,00	2,63	0,19	0,13	0,78	260,27	273,95	59,63	1,46	
Обед														
Винегрет овощной	100	1,24	10,14	9,47	126,00	9,36	0,04	0,01	4,53	23,64	40,53	18,44	0,79	74
Суп с крупой и рыбными консервами	250	6,70	5,79	24,21	152,00	8,25	0,09	0,01	0,16	18,32	120,40	30,15	1,04	75
Шницель натуральный рубленый	100	19,30	12,84	10,21	215,00	0,00	0,08	0,01	2,25	6,06	22,56	6,04	0,56	108
Соус молочный	20	0,38	0,99	1,67	14,00	0,06	0,00	0,00	0,02	11,92	9,65	1,51	0,02	48
Капуста тушеная	180	3,31	3,76	13,01	110,00	28,21	0,04	0,00	1,48	93,62	68,22	34,83	1,30	27
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		39,21	34,00	148,12	984,48	65,82	0,59	0,23	10,81	198,29	445,26	229,21	9,07	
Полдник														
Кисломолочный продукт	194	5,62	6,21	7,76	114,46	1,35	0,06	0,04	0,00	232,80	144,11	27,16	0,20	41
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	2,10	0,70	29,40	134,40	21,00	0,00	0,00	0,56	11,20	39,20	58,80	0,84	ГП
Кондитерские изделия (пряники, вафли, печенье, конфеты или др.)	40	3,01	3,94	29,76	166,80	0,00	0,02	0,00	0,52	11,60	14,55	8,00	0,84	ГП
Итого		10,73	10,85	66,92	415,66	22,35	0,08	0,04	1,08	255,60	197,86	93,96	1,88	
Ужин														
Икра морковная(или помидоры (огурцы) свежие порциями с маслом растительным)	100	2,06	6,84	9,39	113,75	8,88	0,06	0,00	3,60	29,18	61,29	36,69	1,05	42,83
Птица по-домашнему	200	10,62	9,28	20,00	206,00	10,26	0,13	0,01	1,71	68,90	125,94	35,37	1,69	18
Какао (или кофейный напиток) с молоком	200	5,62	6,12	23,67	171,00	2,34	0,07	0,05	0,01	219,52	177,72	35,40	0,68	11
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		24,72	23,23	98,52	688,23	21,48	0,44	0,06	6,39	344,25	475,30	144,41	6,04	
2 ужин														
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	200	5,80	6,40	9,40	120,00	2,60	0,08	0,06	0,00	240,00	120,00	28,00	0,20	49
Сушки, бублики, баранки	20	0,60	0,22	13,40	57,80	0,00	0,04	0,00	0,00	5,00	65,00	7,60	0,46	ГП
Итого		6,40	6,62	22,80	177,80	2,60	0,12	0,06	0,00	245,00	185,00	35,60	0,66	
Норма соли на весь день	7 гр.													
Итого за день (приходящие дети)		61,77	64,32	285,57	1901,14	90,80	0,86	0,40	12,67	714,16	917,07	382,80	12,41	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,59	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		105,59	107,56	114,71	107,81	199,56	94,51	67,80	162,44	91,56	78,38	196,31	112,34	
Итого за день(интернированные дети)		92,89	94,17	406,89	2767,17	114,88	1,42	0,52	19,06	1303,41	1577,37	562,81	19,11	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированны е дети)		103,21	102,36	106,24	102,00	164,11	101,43	57,78	158,83	108,62	87,63	187,60	112,44	
Дети с 11-18 лет														
День 12														
Прием пищи, наименование блюда	Выход бл а	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,04	5,37	18,57	142,00	0,78	0,07	0,04	0,23	147,58	122,52	19,36	0,34	44

(вермишелью)														
Какао (или кофейный напиток) с молоком	200	5,62	6,12	23,67	171,00	2,34	0,07	0,05	0,01	219,52	177,72	35,40	0,68	11
Сыр (порциями)	20	4,65	5,90	0,00	72,80	0,15	0,01	0,05	0,10	176,00	100,00	7,00	0,20	88
Масло сливочное (порциями)	12	0,12	8,64	0,12	79,2	0	0	0,05	0,12	2,88	3,6	0	0,024	65
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,46	23,36	106,80	0,00	0,10	0,00	0,50	11,50	42,86	16,50	0,96	ГП
Итого		19,23	26,49	65,72	571,80	3,27	0,25	0,19	0,96	557,48	446,70	78,26	2,20	
Обед														
Салат из отварной свеклы с черносливом	100	1,78	5,09	14,71	112,50	7,79	0,01	0,01	2,31	46,69	52,05	33,25	1,76	105
Солянка домашняя со сметаной	257	5,87	12,72	11,07	173,00	5,39	0,05	0,02	2,05	31,15	95,45	24,35	1,25	57
Поджарка из рыбы	100	11,86	4,22	4,06	102,00	1,15	0,02	0,01	2,19	26,40	146,16	33,39	0,66	54
Пюре картофельное	180	3,90	5,00	26,98	168,00	31,92	0,20	0,03	0,21	47,00	115,64	39,84	1,44	2
Компот из брусники	200	0,14	0,10	21,60	89,00	3,00	0,00	0,00	0,20	5,60	3,20	1,40	0,14	63
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		32,21	28,60	143,64	921,98	49,25	0,54	0,07	8,55	197,49	586,05	187,98	9,43	
Полдник														
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Булочка промышленного производства	80	7,04	1,76	40,24	205,60	0,00	0,10	7,20	0,88	53,60	84,00	14,40	0,88	ГП
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	140	2,10	0,70	29,40	134,40	21,00	0,00	0,00	0,56	11,20	39,20	58,80	0,84	ГП
Итого		9,14	2,46	95,64	444,00	41,00	0,18	7,40	2,24	80,80	143,20	157,20	2,92	
Ужин														
Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	4,98	9,50	8,11	140,00	7,38	0,01	0,04	2,35	168,86	116,94	26,53	1,54	77
Тефтели из говядины с рисом	100	10,82	8,43	4,25	107,48	1,28	0,00	0,03	3,43	9,33	15,53	4,52	0,28	58
Соус томатный	30	0,33	0,96	1,58	15,00	0,47	0,00	0,00	0,05	1,50	4,79	2,24	0,11	97
Макаронные изделия отварные	200	6,88	8,81	42,10	268,00	0,00	0,07	0,06	0,79	8,62	47,81	10,29	1,01	24
Компот из кураги	200	1,04	0,00	25,97	107,00	0,80	0,02	0,00	1,10	32,45	29,20	21,00	0,68	12
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		30,47	28,69	127,47	834,96	9,93	0,28	0,13	8,79	247,41	324,62	101,53	6,24	
2 ужин														
Кисломолочный продукт	194	5,62	6,21	7,76	114,46	1,35	0,06	0,04	0,00	232,80	144,11	27,16	0,20	41
Сушки, бублики, баранки	20	0,60	0,22	13,40	57,80	0,00	0,04	0,00	0,00	5,00	65,00	7,60	0,46	ГП
Итого		6,22	6,43	21,16	172,26	1,35	0,10	0,04	0,00	237,80	209,11	34,76	0,66	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/д	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		60,58	57,55	305,00	1937,78	93,52	0,97	7,66	11,75	835,77	1175,95	423,44	14,55	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,59	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		103,56	96,24	122,51	109,89	205,54	106,59	1298,31	150,64	107,15	100,51	217,15	131,71	
Итого за день (интернированные дети)		97,27	92,67	453,63	2945,00	104,80	1,35	7,83	20,54	1320,98	1709,68	559,73	21,45	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности (интернированные дети)		108,08	100,73	118,44	108,55	149,71	96,43	870,00	171,17	110,08	94,98	186,58	126,20	
Дети с 11-18 лет														
День 13														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Пудинг из творога с молоком сгущенным	170/30	27,75	19,13	60,89	545,00	0,49	0,13	0,03	0,73	313,89	398,12	50,53	1,91	38
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,98	44,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,41	0,13	0,07	0,04	16
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,46	23,36	106,80	0,00	0,10	0,00	0,50	11,50	42,86	16,50	0,96	ГП
Итого		31,55	19,59	95,23	695,80	0,49	0,23	0,03	1,23	325,80	441,11	67,10	2,91	

Обед														
Сельдь с луком и зеленым горошком	100	12,73	10,88	1,79	157,14	2,48	0,03	0,01	2,93	63,14	207,79	33,04	0,98	110
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной, с мясом	307/10	8,13	6,49	14,65	167,00	7,19	0,12	0,03	0,34	67,08	214,39	45,43	2,13	79
Рис отварной с овощами	180	4,41	7,66	33,04	246,00	3,70	0,03	0,04	0,31	4,14	80,78	28,83	0,88	19
Печень (сердце), тушенная в соусе	100	13,71	11,31	12,81	207,20	0,24	0,07	8,00	2,79	30,30	131,56	23,52	1,16	85
Компот из сухофруктов	200	0,55	0,00	26,12	110,00	0,50	0,00	0,00	0,10	55,95	19,25	7,50	1,54	25
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		48,19	37,81	153,63	1164,82	14,11	0,51	8,08	8,06	261,26	827,32	194,07	10,87	
Полдник														
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Кондитерские изделия (пряники, вафли, печенье, конфеты или др.)	45	3,38	4,44	33,48	187,65	0,00	0,02	0,00	0,59	13,05	16,07	9,00	0,94	ГП
Итого		3,38	4,44	59,48	291,65	20,00	0,10	0,20	1,39	29,05	36,07	93,00	2,14	
Ужин														
Котлеты или биточки рыбные	120	17,28	2,86	62,66	136,00	0,26	0,12	0,04	0,54	63,62	256,14	55,69	1,15	33
Картофель отварной с луком	180	3,52	4,31	26,98	161,00	25,20	0,17	0,02	0,34	26,56	99,44	38,00	1,45	100
Чай с лимоном	200	0,06	0,01	11,19	46,00	2,80	0,00	0,00	0,01	3,21	1,67	0,91	0,08	31
Масло сливочное (порциями)	12	0,12	8,64	0,12	79,2	0	0	0,05	0,12	2,88	3,6	0	0,024	65
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		27,40	16,81	146,41	619,68	28,26	0,47	0,11	2,08	122,92	471,20	131,55	5,32	
2 ужин														
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	200	0,80	0,80	19,60	94,00	20,00	0,06	0,00	0,40	32,00	22,00	18,00	4,40	ГП
Итого		0,80	0,80	19,60	94,00	20,00	0,06	0,00	0,40	32,00	22,00	18,00	4,40	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/п	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		79,74	57,40	248,86	1860,62	14,60	0,74	8,11	9,29	587,06	1268,43	261,17	13,78	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		58,50	59,80	248,95	1763,45	45,50	0,91	0,59	7,80	780,00	1170,00	195,00	11,05	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		136,31	95,99	99,96	105,51	32,09	81,32	1374,58	119,10	75,26	108,41	133,93	124,71	
Итого за день (интернированные дети)		111,32	79,45	474,35	2865,95	82,86	1,37	8,42	13,16	771,03	1797,70	503,72	25,64	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности (интернированные дети)		123,69	86,36	123,85	105,64	118,37	97,86	935,56	109,67	64,25	99,87	167,91	150,85	
Дети с 11-18 лет														
День 14														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/п (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Омлет натуральный	200	17,12	22,88	4,55	290,77	1,00	0,12	0,02	0,73	165,20	314,20	31,80	3,46	17
Чай с молоком	200	1,40	1,60	13,30	73,00	0,65	0,02	0,01	0,00	60,41	45,13	7,07	0,07	45
Масло сливочное (порциями)	12	0,12	8,64	0,12	79,2	0	0	0,05	0,12	2,88	3,6	0	0,024	65
Сыр (порциями)	20	4,65	5,90	0,00	72,80	0,15	0,01	0,05	0,10	176,00	100,00	7,00	0,20	88
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,46	23,36	106,80	0,00	0,10	0,00	0,50	11,50	42,86	16,50	0,96	ГП
Итого		27,09	39,48	41,33	622,57	1,80	0,25	0,13	1,45	415,99	505,79	62,37	4,71	
Обед														
Салат картофельный с кальмарами	100	7,46	6,00	9,63	122,50	8,95	0,11	0,00	3,05	23,25	120,98	44,18	0,88	116
Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	307/10	5,90	6,43	1,31	159,00	8,37	0,12	0,03	0,28	35,15	168,03	32,36	1,15	67
Бигус с колбасными изделиями	235	9,36	16,91	13,89	256,67	28,21	0,04	0,00	1,76	112,87	155,67	45,83	2,29	47
Сок	200	0,00	0,00	26,00	104,00	20,00	0,08	0,20	0,80	16,00	20,00	84,00	1,20	ГП
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	200	3,00	1,00	42,00	192,00	20,00	0,08	0,00	0,80	16,00	56,00	84,00	1,20	ГП

Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	80	4,48	0,96	39,52	160,00	0,00	0,15	0,00	1,04	28,00	126,40	37,60	3,12	ГП
Итого		34,38	31,81	158,05	1111,65	85,53	0,69	0,23	8,28	243,92	694,23	346,12	10,90	
Полдник														
Кисель из концентрата	200	0,00	0,00	25,95	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	43
Запеканка из творога с джемом или повидлом	200/10	34,22	23,42	32,42	496,00	0,34	0,00	0,03	0,69	326,88	40,73	40,18	1,20	119
Итого		34,22	23,42	58,37	596,00	0,34	0,00	0,03	0,69	326,88	40,73	40,18	1,30	
Ужин														
Голубцы ленивые	100	7,98	6,03	5,68	110,00	6,43	0,03	0,03	0,18	74,60	88,78	20,78	0,83	20
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,30	9,32	50,58	330,99	0,00	0,12	0,04	0,58	18,37	245,01	162,68	5,46	117
Компот из изюма	200	0,36	0,00	28,17	112,00	0,00	0,03	0,00	0,08	16,45	25,80	8,40	0,64	23
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,51	25,70	117,48	0,00	0,11	0,00	0,55	12,65	47,15	18,15	1,06	ГП
Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		25,06	16,34	129,89	750,47	6,43	0,36	0,07	1,91	136,07	469,94	228,81	9,55	
2 ужин														
Кисломолочный продукт	194	5,62	6,21	7,76	114,46	1,35	0,06	0,04	0,00	232,80	144,11	27,16	0,20	41
Сушки, бублики, баранки	20	0,60	0,22	13,40	57,80	0,00	0,04	0,00	0,00	5,00	65,00	7,60	0,46	ГП
Итого		6,22	6,43	21,16	172,26	1,35	0,10	0,04	0,00	237,80	209,11	34,76	0,66	
Норма соли на весь день	7 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день(интернированные дети)		126,97	117,48	408,80	3252,95	95,45	1,40	0,50	12,33	1360,66	1919,80	712,24	27,12	
Суточная потребность (интернированные дети)		90,00	92,00	383,00	2713,00	70,00	1,40	0,90	12,00	1200,00	1800,00	300,00	17,00	
Процент удовлетворения суточной потребности(интернированные дети)		141,08	127,70	106,74	119,90	136,36	100,00	55,56	102,75	113,39	106,66	237,41	159,54	