

Приложение к приказу № 133 -О от 31.09.2024 года

**Примерное цикличное меню
СОШ с. Ванзеват
Группа ГДО (до 3 лет, 3-7 лет)
Обучающиеся (7-11 лет, 12 лет и старше)**

Примерное десятидневное (циклическое меню осень – зима) до 3-х лет, 3-7 лет, 7-11 лет, 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда 1 день	№ рецептуры (ТК)	Выход блюда(г) до 3 лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут нормы	Выход блюда(г) 3-7лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут нормы	Выход блюда(г) 7-11 лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут нормы	Выход блюда(г) 12 лет и старше	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут нормы
				Б	Ж	У				Б	Ж	У				Б	Ж	У				Б	Ж	У		
				Энергетическая ценность (ккал)	Б	Ж				У	Энергетическая ценность (ккал)	Б				Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)				Б	Ж	У		
завтрак	Салат Солнечный	1379	40	2,5	4,1	3,5	60,7	3,77	50	3,1	5,1	4,4	75,9	3,83	60	3,7	6,1	5,3	91,1	3,88	100	6,2	10,2	8,8	151,8	5,58
	Каша "Дружба"	1112	200	5,6	9,4	22,7	197,8	12,29	200	5,6	9,4	22,7	197,8	9,99	200	5,6	9,4	22,7	197,8	8,42	200	5,6	9,4	22,7	197,8	7,27
	Сыр порциями	1193	10	2,3	2,9	0,0	35,3	2,19	10	2,3	2,9	0,0	35,3	1,78	10	2,3	2,9	0,0	35,3	1,50	10	2,3	2,9	0,0	35,3	1,30
	Хлеб пшеничный	492	25	1,8	0,2	11,7	55,4	3,44	30	2,1	0,2	14,0	66,5	3,36	60	4,2	0,5	28,0	133,0	5,66	60	4,2	0,5	28,0	133,0	4,89
	Кофейный напиток	1613	150	2,3	2,0	10,7	70,1	4,36	180	2,8	2,4	12,8	84,2	4,25	200	3,1	2,7	14,2	93,5	3,98	200	3,1	2,7	14,2	93,5	3,44
	Фрукты свежие	236	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,00	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,56	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,35	
	Всего		425	14	19	49	419,3	26	470	16	20	54	459,6	23	630	19	22	78	587,3	25	670	22	26	82	648,1	24
2 завтрак ДОУ	Фрукты свежие	236	100	0,3	0,3	8,2	36,7	2,28	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,85	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Всего		100	0,3	0,3	8,2	36,7	2,3	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,9	0	0	0	0	0,0	0	0	0	0	0	0,0	0
обед	Икра свекольная	60	60	1,7	3,7	8,7	75,0	4,66	60	1,7	3,7	8,7	75,0	3,79	60	1,7	3,7	8,7	75,0	3,19	100	2,8	6,2	14,5	125,0	4,60
	Рассольник домашний	87	150	1,4	3,1	9,8	72,7	4,51	200	1,9	4,1	13,1	96,9	4,89	200	1,9	4,1	13,1	96,9	4,12	250	2,4	5,1	16,4	121,1	4,45
	Сметана в суп	580	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	5	0,2	0,8	0,2	8,2	0,41	5	0,2	0,8	0,2	8,2	0,35	5	0,2	0,8	0,2	8,2	0,30
	Мясо в суп	357	10	1,5	1,2	0,0	16,9	1,05	10	1,5	1,2	0,0	16,9	0,85	10	1,5	1,2	0,0	16,9	0,72	10	1,5	1,2	0,0	16,9	0,62
	запеченная порусски	235	180	14,9	7,8	21,9	217,2	13,49	200	16,5	8,7	24,3	241,3	12,19	250	20,7	10,8	30,4	301,7	12,84	280	23,1	12,1	34,0	337,9	12,42
	Напиток из плодов шиповника	335	180	14,9	7,8	21,9	217,2	13,49	180	14,9	7,8	21,9	217,2	10,97	180	14,9	7,8	21,9	217,2	9,24	180	14,9	7,8	21,9	217,2	7,99
	Хлеб ржаной	488	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,51	25	0,9	0,3	11,2	50,5	2,55	50	1,7	0,5	22,4	100,9	4,29	50	1,7	0,5	22,4	100,9	3,71
	Хлеб пшеничный	492	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,78	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,26	30	2,1	0,3	14,0	67,0	2,85	30	2,1	0,3	14,0	67,0	2,46
	Всего		620	36	24	81	684	42,49	700	39	27	89	751	37,91	785	45	29	111	884	37,61	905	49	34	123	994	36,55
	ужин ДОУ	Запеканка овощная	1089	200	5,6	9,8	33,7	245,4	15,24	200	5,6	9,8	33,7	245,4	12,39	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0
Соус сметанный		446	20	0,3	0,6	1,2	11,3	0,70	30	0,4	0,9	1,8	16,9	0,85	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
Чай с молоком		1612	180	1,4	1,2	2,2	24,6	1,53	200	1,5	1,3	2,4	27,3	1,38	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
Хлеб ржаной		488	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,51	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,04	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
Хлеб пшеничный		492	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,78	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,26	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
Всего			440	9	12	55	366	22,75	470	10	12	56	375	18,92	0	0	0	0	0	0,00	0	0	0	0	0	0,00
			1585,00	60,51	54,86	192,64	1506,34	93,56	1740,00	64,68	59,44	206,97	1621,59	81,90	1415,00	63,81	51,09	189,01	1471,09	62,60	1575,00	70,37	59,97	205,25	1642,24	60,38

Прием пищи	Наименование блюда 2 день	№ рецептур (ПК)	Выход блюда(г) до 3 лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут норм	Выход блюда(г) 3-7лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут	Выход блюда(г) 7-11 лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут нормы	Выход блюда(г) 12 лет и старше	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут нормы
				Б	Ж	У				Б	Ж	У				Б	Ж	У				Б	Ж	У		
завтрак	Икра морковная	1382	40	1,0	3,6	5,2	57,0	3,54	50	1,3	4,5	6,5	71,3	3,60	60	1,5	5,4	7,7	85,6	3,64	100	2,5	9,0	12,9	142,6	5,24
	Биточки рыбные	643	60	5,0	2,6	5,5	65,8	4,09	60	5,0	2,6	5,5	65,8	3,32	60	5,0	2,6	5,5	65,8	2,80	60	5,0	2,6	5,5	65,8	2,42
	Каша гречневая рассыпчатая	464	150	4,5	2,0	21,9	123,2	7,65	150	4,5	2,0	21,9	123,2	6,22	200	6,0	2,6	29,2	164,2	6,99	200	6,0	2,6	29,2	164,2	6,04
	Хлеб пшеничный	492	20	1,4	0,2	9,3	44,3	2,75	30	2,1	0,2	14,0	66,5	3,36	60	4,2	0,5	28,0	133,0	5,66	60	4,2	0,5	28,0	133,0	4,89
	Чай с лимоном	318	180	0,0	0,0	6,0	24,1	1,50	180	0,0	0,0	6,0	24,1	1,22	200	0,0	0,0	6,7	26,8	1,14	200	0,0	0,0	6,7	26,8	0,99
	Фрукты свежие	236	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,00	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,56	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,35	
	Всего		450	12	8	48	314,4	20	470	13	9	54	350,8	18	680	17	11	85	512,0	22	720	18	15	90	569,1	21
ДОУ 2 завтрак	Фрукты свежие	236	100	0,3	0,3	8,2	36,7	2,28	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,85	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Всего		100	0,3	0,3	8,2	36,7	2,3	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,9	0	0	0	0	0,0	0	0	0	0	0	0,0	0
обед	Салат из белокочанной капусты	29	40	0,6	2,0	3,8	36,1	2,24	50	0,8	2,6	4,8	45,2	2,28	60	0,9	3,1	5,8	54,2	2,31	100	1,5	5,1	9,6	90,3	3,32
	Суп-поре из разных овощей	121	150	1,7	2,3	7,2	55,7	3,46	200	2,2	3,0	9,6	74,2	3,75	200	2,2	3,0	9,6	74,2	3,16	250	2,8	3,8	12,0	92,8	3,41
	Сметана в суп	580	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	10	0,3	1,5	0,4	16,3	0,82	10	0,3	1,5	0,4	16,3	0,69	10	0,3	1,5	0,4	16,3	0,60
	Мясо в суп	357	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,00	20	3,0	2,4	0,0	33,8	1,44	10	1,5	1,2	0,0	16,9	0,62	
	Оладьи из печени	1319	60	8,6	9,9	6,4	148,8	9,24	70	10,0	11,5	7,5	173,5	8,76	90	12,9	14,8	9,6	223,1	9,49	100	14,3	16,4	10,7	247,9	9,11
	Рис припущенный	412	120	2,8	2,8	35,2	177,1	11,00	130	3,0	3,0	38,1	191,9	9,69	200	4,7	4,7	58,7	295,2	12,56	200	4,7	4,7	58,7	295,2	10,85
	Компот из кураги	1546	150	0,9	0,0	13,6	57,9	3,60	180	1,1	0,0	16,3	69,5	3,51	200	1,2	0,0	18,1	77,2	3,29	200	1,2	0,0	18,1	77,2	2,84
	Хлеб ржаной	488	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,51	25	0,9	0,3	11,2	50,5	2,55	50	1,7	0,5	22,4	100,9	4,29	50	1,7	0,5	22,4	100,9	3,71
	Хлеб пшеничный	492	15	1,1	0,2	7,0	33,5	2,08	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,26	30	2,1	0,3	14,0	67,0	2,85	30	2,1	0,3	14,0	67,0	2,46
	Всего		555	16	17	82	549	34,13	685	20	22	97	666	33,62	860	29	30	138	942	40,08	950	30	33	146	1004	36,93
ужин ДОУ	Горох овощной отварной (из консервированного)	29	30	0,5	1,5	2,9	27,1	1,68	50	0,8	2,6	4,8	45,2	2,28	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Жаркое по домашнему	446	180	10,4	7,6	20,6	192,2	11,94	200	11,6	8,4	22,9	213,6	10,79	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Компот из сухофруктов	1544	150	0,1	0,1	13,6	55,3	3,43	180	2,8	2,4	12,8	84,2	4,25	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Хлеб ржаной	488	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,51	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,04	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Хлеб пшеничный	492	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,78	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,26	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Всего		400	13	10	55	360	22,34	470	17	14	59	428	21,61	0	0	0	0	0	0,00	0	0	0	0	0	0,00
		1505,00	41,52	35,52	193,61	1260,19	78,27	1725,00	50,01	45,45	218,02	1481,18	74,81	1540,00	46,00	41,64	223,79	1453,92	61,87	1670,00	48,06	48,48	236,26	1573,54	57,85	

Прием пищи	Наименование блюда 3 день	№ рецептуры (ТК)	Выход блюда(г) до 3 лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут	Выход блюда(г) 3-7лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут	Выход блюда(г) 7-11 лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут	Выход блюда(г) 12 лет и старше	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут
				Б	Ж	У				Б	Ж	У				Б	Ж	У				Б	Ж	У		
завтрак	Салат из свеклы, моркови, капусты и яблок	867	50	0,6	2,6	4,7	44,2	2,75	60	0,7	3,1	5,6	53,0	2,68	60	0,7	3,1	5,6	53,0	2,26	100	1,2	5,2	9,3	88,4	3,25
	Каша рисовая	1126	150	3,5	6,5	22,1	160,1	9,94	150	3,5	6,5	22,1	160,1	8,08	200	4,6	8,6	29,4	213,4	9,08	200	4,6	8,6	29,4	213,4	7,85
	Хлеб пшеничный	492	20	1,4	0,2	9,3	44,3	2,86	30	2,1	0,2	14,0	66,5	3,36	60	4,2	0,5	28,0	133,0	5,66	60	4,2	0,5	28,0	133,0	4,89
	Какао на молоке	946	180	3,2	2,9	11,3	83,9	5,21	180	3,2	2,9	11,3	83,9	4,24	180	3,2	2,9	11,3	83,9	3,57	180	3,2	2,9	11,3	83,9	3,08
	Фрукты свежие	236	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,00	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,56	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,35	
	Всего		400	9	12	47	332,5	21	420	9	13	53	363,5	18	600	13	15	82	520,0	22	640	14	17	86	555,3	20
ДОУ 2 завтрак	Фрукты свежие	236	100	0,3	0,3	8,2	36,7	2,28	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,85	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Всего		100	0,3	0,3	8,2	36,7	2,3	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,9	0	0	0	0	0,0	0	0	0	0	0	0,0	0
обед	Овощи сезонно, порционно (помидоры)	901	50	0,6	0,1	1,9	10,7	0,66	60	0,7	0,1	2,3	12,8	0,65	100	1,1	0,2	3,8	21,4	0,91	100	1,1	0,2	3,8	21,4	0,79
	Щи из свежей капусты	77	200	3,0	3,2	6,4	66,4	4,12	200	3,0	3,2	6,4	66,4	3,35	250	3,8	4,0	8,0	83,0	3,53	250	3,8	4,0	8,0	83,0	3,05
	Сметана в суп	580	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	5	0,2	0,8	0,2	8,2	0,41	5	0,2	0,8	0,2	8,2	0,35	5	0,2	0,8	0,2	8,2	0,30
	говядины запеченные в молочном соусе	1304	70	8,9	10,8	8,9	168,5	10,46	70	8,9	10,8	8,9	168,5	8,51	90	11,4	13,9	11,5	216,6	9,22	100	12,7	15,4	12,8	240,7	8,85
	Макаронные изделия с сыром	415	130	3,5	4,2	22,5	141,8	8,80	130	3,5	4,2	22,5	141,8	7,16	200	5,5	6,4	34,7	218,1	9,28	200	5,5	6,4	34,7	218,1	8,02
	Компот из свежих яблок	245	180	0,1	0,1	9,0	37,8	2,35	180	0,1	0,1	9,0	37,8	1,91	180	0,1	0,1	9,0	37,8	1,61	180	0,1	0,1	9,0	37,8	1,39
	Хлеб ржаной	488	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,51	25	0,9	0,3	11,2	50,5	2,55	50	1,7	0,5	22,4	100,9	4,29	50	1,7	0,5	22,4	100,9	3,71
	Хлеб пшеничный	492	15	1,1	0,2	7,0	33,5	2,08	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,26	30	2,1	0,3	14,0	67,0	2,85	30	2,1	0,3	14,0	67,0	2,46
	Всего		665	18	19	65	499	30,99	690	19	20	70	530	26,79	905	26	26	104	753	32,04	915	27	28	105	777	28,56
	ужин ДОУ	овощная отварная (из консервированной)	1033	50	1,5	1,8	3,2	35,1	2,18	60	1,8	2,2	3,8	42,2	2,13	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0
Вареники ленивые Молоко сгущенное		628	150	13,7	9,2	22,1	225,8	14,03	150	13,7	9,2	22,1	225,8	11,41	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
Кисель		1544	200	0,3	0,0	31,3	126,4	7,85	200	0,3	0,0	31,3	126,4	6,38	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
Хлеб ржаной		488	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,51	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,04	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
Хлеб пшеничный		492	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,78	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,26	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
Всего			450	18	12	82	510	31,68	460	19	13	82	517	26,11	0	0	0	0	0	0,00	0	0	0	0	0	0,00
				1615,00	45,15	43,36	201,80	1378,08	85,70	1670,00	47,05	45,20	213,17	1447,66	73,11	1505,00	38,86	41,52	185,94	1272,88	54,17	1555,00	40,60	45,13	190,95	1332,31

Прием пищи	Наименование блюда 4 день	№ рецептуры (ТК)	Выход блюда(г) до 3 лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность	Выход блюда(г) 3-7лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность %	Выход блюда(г) 7-11 лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность %	Выход блюда(г) 12 лет и старше	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность %
				Б	Ж	У				Б	Ж	У				Б	Ж	У				Б	Ж	У		
завтрак	Горох отварной (из консервированного)	29	30	0,5	1,5	2,9	27,1	1,68	50	0,8	2,6	4,8	45,2	2,28	60	0,9	3,1	5,8	54,2	2,31	100	1,5	5,1	9,6	90,3	3,32
	Омлет натуральный	209	130	13,7	10,8	2,7	162,6	10,10	150	15,8	12,5	3,2	187,7	9,48	150	15,8	12,5	3,2	187,7	7,99	150	15,8	12,5	3,2	187,7	6,90
	Хлеб пшеничный	492	20	1,4	0,2	9,3	44,3	2,86	30	2,1	0,2	14,0	66,5	3,36	60	4,2	0,5	28,0	133,0	5,66	60	4,2	0,5	28,0	133,0	4,89
	Напиток из плодов шиповника	335	180	14,9	7,8	21,9	217,2	13,49	180	14,9	7,8	21,9	217,2	10,97	180	14,9	7,8	21,9	217,2	9,24	180	14,9	7,8	21,9	217,2	7,99
	Фрукты свежие	236	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,56	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,35
	Всего		360	30	20	37	451,3	28	410	33	23	44	516,5	26	550	36	24	67	628,7	27	590	37	26	71	664,8	24
ДОУ 2 завтрак	Фрукты свежие	236	100	0,3	0,3	8,2	36,7	2,28	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,85	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Всего		100	0,3	0,3	8,2	36,7	2,3	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,9	0	0	0	0	0,0	0	0	0	0	0	0,0	0
обед	Винегрет	1372	30	0,4	1,5	2,2	24,2	1,50	50	0,7	2,6	3,7	40,4	2,04	60	0,8	3,1	4,4	48,4	2,06	100	1,4	5,1	7,3	80,7	2,97
	Суп гороховый	95	150	5,2	4,2	13,4	111,9	6,95	180	6,2	5,0	16,0	134,3	6,78	200	6,9	5,6	17,8	149,2	6,35	250	8,6	7,0	22,3	186,5	6,86
	Котлеты рыбные паровые	642	50	4,7	1,3	5,2	51,1	3,17	70	6,6	1,8	7,2	71,5	3,61	90	8,5	2,3	9,3	92,0	3,91	100	9,4	2,6	10,3	102,2	3,76
	Каша гречневая рассыпчатая	464	130	3,9	1,7	19,0	106,7	6,63	130	3,9	1,7	19,0	106,7	5,39	180	5,4	2,3	26,3	147,8	6,29	180	5,4	2,3	26,3	147,8	5,43
	Сок фруктовый	1629	180	0,9	0,0	16,4	69,1	4,29	180	0,9	0,0	16,4	69,1	3,49	180	0,9	0,0	16,4	69,1	2,94	180	0,9	0,0	16,4	69,1	2,54
	Хлеб ржаной	488	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,51	25	0,9	0,3	11,2	50,5	2,55	50	1,7	0,5	22,4	100,9	4,29	50	1,7	0,5	22,4	100,9	3,71
	Хлеб пшеничный	492	15	1,1	0,2	7,0	33,5	2,08	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,26	30	2,1	0,3	14,0	67,0	2,85	30	2,1	0,3	14,0	67,0	2,46
	Всего		575	17	9	72	437	27,14	655	21	12	83	517	26,12	790	26	14	110	674	28,70	890	30	18	119	754	27,73
ужин ДОУ	Тефтели мясные	1033	70	5,4	6,7	9,9	121,0	7,51	70	5,4	6,7	9,9	121,0	6,11	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Рагу овощное	628	150	2,3	1,8	16,5	91,2	5,66	150	2,3	1,8	16,5	91,2	4,61	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Какао на молоке	946	180	3,2	2,9	11,3	83,9	5,21	200	3,6	3,2	12,5	93,2	4,71	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Хлеб ржаной	488	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,51	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,04	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Хлеб пшеничный	492	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,78	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,26	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Всего		440	13	12	56	381	23,67	460	13	12	57	390	19,72	0	0	0	0	0	0,00	0	0	0	0	0	0,00
			1475,00	60,52	41,36	172,90	1305,97	81,22	1625,00	67,70	46,92	191,91	1460,74	73,77	1340,00	62,36	38,21	177,45	1303,11	55,45	1480,00	66,19	43,94	189,69	1419,02	52,17

Прием пищи 1 неделя ШКОЛА	Выход блюда(г) 7-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность %	Выход блюда(г) 12 лет и старше	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность %
		Б	Ж	У				Б	Ж	У		
завтрак 1 день	630	19	22	78	587	25	670	22	26	82	648	24
завтрак 2 день	680	17	11	85	512	22	720	18	15	90	569	21
завтрак 3 день	600	13	15	82	520	22	640	14	17	86	555	20
завтрак 4 день	550	36	24	67	629	27	590	37	26	71	665	24
завтрак 5 день	600	10	14	77	476	20	640	11	16	81	512	19
среднее за 1 неделю затраки	612	19	17	78	545	23	652	20	20	82	590	22
Обед 1 день	785	45	29	111	884	38	905	49	34	123	994	37
Обед 2 день	860	29	30	138	942	40	950	30	33	146	1004	37
Обед 3 день	905	26	26	104	753	32	915	27	28	105	777	29
Обед 4 день	790	26	14	110	674	29	890	30	18	119	754	28
Обед 5 день	780	22	15	132	752	32	930	27	20	149	881	32
Среднее за 1 неделю обеда	824	30	23	119	801	34	918	32	27	128	882	32
1 день	1415	64	51	189	1471	63	1575	70	60	205	1642	60
2 день	1540	46	42	224	1454	62	1670	48	48	236	1574	58
3 день	1505	39	42	186	1273	54	1555	41	45	191	1332	49
4 день	1340	62	38	177	1303	55	1480	66	44	190	1419	52
5 день	1380	32	29	209	1228	52	1570	37	36	229	1393	51
Среднее за 1 неделю	1436	49	40	197	1346	57	1570	53	47	210	1472	54

Прием пищи 1неделя ГДО	Выход блюда(г) 1-3 года	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность %	Выход блюда(г) 3-7 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность %
		Б	Ж	У				Б	Ж	У		
завтрак 1 день	425	14	19	49	419	26	470	16	20	54	460	23
завтрак 2 день	450	12	8	48	314	20	470	13	9	54	351	18
завтрак 3 день	360	30	20	37	451	28	410	33	23	44	516	26
завтрак 4 день	360	30	20	37	451	28	410	33	23	44	516	26
завтрак 5 день	410	11	8	46	298	19	460	14	10	53	353	18
среднее за 1 неделю затраки	401	20	15	43	387	24	444	22	17	50	439	22
2 завтрак 1 день	100	0	0	8	37	2	100	0	0	8	37	2
2 завтрак 2 день	100	0	0	8	37	2	100	0	0	8	37	2
2 завтрак 3 день	100	0	0	8	37	2	100	0	0	8	37	2
2 завтрак 4 день	100	0	0	8	37	2	100	0	0	8	37	2
2 завтрак 5 день	100	0	0	8	37	2	100	0	0	8	37	2
среднее за 1 неделю 2 затраки	100	11	8	27	228	14	288	12	9	31	256	13
Обед 1 день	620	36	24	81	684	42	700	39	27	89	751	38
Обед 2 день	555	16	17	82	549	34	685	20	22	97	666	34
Обед 3 день	665	18	19	65	499	31	690	19	20	70	530	27
Обед 4 день	575	17	9	72	437	27	655	21	12	83	517	26
Обед 5 день	620	16	11	97	551	34	675	18	13	107	613	31
Среднее за 1 неделю обеда	607	21	16	79	544	34	681	23	19	89	615	31
Ужин 1 день	440	9	12	55	366	23	470	10	12	56	375	19
Ужин 2 день	400	13	10	55	360	22	470	17	14	59	428	22
Ужин 3 день	450	18	12	82	510	32	460	19	13	82	517	26
Ужин 4 день	440	13	12	56	381	24	460	13	12	57	390	20
Ужин 5 день	410	11	8	46	298	19	460	14	10	53	353	18
Среднее за 1 неделю ужин	428	13	11	59	383	24	464	14	12	61	413	21
1 день	1585	61	55	193	1506	94	1740	65	59	207	1622	82
2 день	1505	42	36	194	1260	78	1725	50	45	218	1481	75
3 день	1575	67	52	191	1497	93	1660	71	56	204	1601	81
4 день	1475	61	41	173	1306	81	1625	68	47	192	1461	74
5 день	1540	38	27	197	1184	74	1695	45	32	221	1355	68
Среднее за 1 неделю	1536	54	42	189	1351	84	1689	60	48	208	1504	76

Прием пищи	Наименование блюда 6 день	№ рецептуры (ПК)	Выход блюда (г) до 3 лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность %	Выход блюда (г) 3-7 лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность %	Выход блюда (г) 7-11 лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут нормы	Выход блюда (г) 12 лет и старше	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут нормы
				Б	Ж	У				Б	Ж	У				Б	Ж	У				Б	Ж	У		
за завтрак	Яйцо вареное	205	40	5,2	3,8	0,3	56,2	3,49	40	5,2	3,8	0,3	56,2	2,84	40	5,2	3,8	0,3	56,2	2,39	40	5,2	3,8	0,3	56,2	2,07
	Суп молочный с вермишелью	116	180	3,4	3,2	18,1	115,2	7,16	180	3,4	3,2	18,1	115,2	5,82	200	3,8	3,6	20,1	128,0	5,45	200	3,8	3,6	20,1	128,0	4,71
	Сыр порциями	1193	10	2,3	2,9	0,0	35,3	2,19	10	2,3	2,9	0,0	35,3	1,78	10	2,3	2,9	0,0	35,3	1,50	10	2,3	2,9	0,0	35,3	1,30
	Хлеб пшеничный	492	20	1,4	0,2	9,3	44,3	2,75	30	2,1	0,2	14,0	66,5	3,36	60	4,2	0,5	28,0	133,0	5,66	60	4,2	0,5	28,0	133,0	4,89
	Чай с лимоном	318	180	0,0	0,0	6,0	24,1	1,50	180	0,0	0,0	6,0	24,1	1,22	180	0,0	0,0	6,0	24,1	1,03	180	0,0	0,0	6,0	24,1	0,89
	Фрукты свежие	236	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,56	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,35
	Всего		430	12	10	34	275,1	17	440	13	10	38	297,3	15	590	16	11	63	413,3	18	590	16	11	63	413,3	15
ДОУ 2 января	Фрукты свежие	236	100	0,3	0,3	8,2	36,7	2,28	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,85	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Всего		100	0,3	0,3	8,2	36,7	2,3	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,9	0	0	0	0	0,0	0	0	0	0	0	0,0	0
обед	Салат "Зимний"	1196	30	0,8	2,7	3,9	42,9	2,66	50	1,3	4,5	6,5	71,5	3,61	60	1,6	5,4	7,7	85,8	3,65	100	2,6	9,0	12,9	143,0	5,26
	Суп "Свекольник"	68	180	8,2	10,4	8,3	159,8	9,93	200	9,1	11,6	9,2	177,6	8,97	200	9,1	11,6	9,2	177,6	7,56	250	11,4	14,5	11,5	222,0	8,16
	Сметана в суп	580	5	0,2	0,8	0,2	8,2	0,51	5	0,2	0,8	0,2	8,2	0,41	5	0,2	0,8	0,2	8,2	0,35	5	0,2	0,8	0,2	8,2	0,30
	Мясо в суп	357	15	2,3	1,8	0,0	25,3	1,57	15	2,3	1,8	0,0	25,3	1,28	15	2,3	1,8	0,0	25,3	1,08	15	2,3	1,8	0,0	25,3	0,93
	Азу	382	180	8,6	14,1	21,5	247,1	15,35	200	9,5	15,7	23,9	274,6	13,87	250	11,9	19,6	29,8	343,2	14,60	300	14,3	23,5	35,8	411,8	15,14
	Напиток из плодов	335	180	14,9	7,8	21,9	217,2	13,49	180	14,9	7,8	21,9	217,2	10,97	180	14,9	7,8	21,9	217,2	9,24	180	14,9	7,8	21,9	217,2	7,99
	Хлеб ржаной	488	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,51	25	0,9	0,3	11,2	50,5	2,55	50	1,7	0,5	22,4	100,9	4,29	50	1,7	0,5	22,4	100,9	3,71
	Хлеб пшеничный	492	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,78	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,26	30	2,1	0,3	14,0	67,0	2,85	30	2,1	0,3	14,0	67,0	2,46
	Всего		630	37	38	74	786	48,79	695	39	43	82	869	43,91	790	44	48	105	1025	43,63	930	49	58	119	1195	43,95
ужин ДОУ	Овощи сезонно, порционно (огурцы)	901	30	0,3	0,1	1,1	6,4	0,40	50	0,6	0,1	1,9	10,7	0,54	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Запеканка картофельная с печенью	1322	160	9,8	9,3	31,7	249,3	15,48	200	12,2	11,6	39,6	311,6	15,74	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Компот из сухофруктов	1544	180	0,1	0,1	16,3	66,3	4,12	180	2,8	2,4	12,8	84,2	4,25	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Хлеб ржаной	488	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,51	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,04	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Хлеб пшеничный	492	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,78	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,26	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Всего		410	12	10	67	407	25,28	470	18	15	73	491	24,82	0	0	0	0	0	0,00	0	0	0	0	0	0,00
			1570,00	61,79	58,23	183,32	1504,48	93,45	1705,00	70,40	67,58	201,28	1694,96	85,60	1380,00	59,44	58,82	167,82	1438,48	61,21	1520,00	65,13	69,24	181,25	1608,72	59,14

Прием пищи	Наименование блюда 7 день	№ рецептуры (ТК)	Выход блюда(г) до 3 лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут нормы	Выход блюда(г) 3-7лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут нормы	Выход блюда(г) 7-11 лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут нормы	Выход блюда(г) 12 лет и старше	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут норм			
				Б	Ж	У				Б	Ж	У				Б	Ж	У				Б	Ж	У			Б	Ж	У
завтрак	Салат витаминный	32	30	0,3	1,6	2,8	26,5	1,64	60	0,6	3,2	5,6	53,0	2,67	60	0,6	3,2	5,6	53,0	2,25	100	1,0	5,3	9,3	88,3	3,24			
	Запеканка творожная	636	130	11,4	8,1	21,8	206,4	12,82	150	3,8	7,7	21,8	172,1	8,69	150	3,8	7,7	21,8	172,1	7,32	200	5,1	10,3	29,1	229,5	8,44			
	Молоко сгущенное	1636	10	0,8	0,8	6,8	37,6	2,34	10	0,8	0,8	6,8	37,6	1,90	10	0,8	0,8	6,8	37,6	1,60	10	0,8	0,8	6,8	37,6	1,38			
	Хлеб пшеничный	492	20	1,4	0,2	9,3	44,3	2,75	30	2,1	0,2	14,0	66,5	3,36	60	4,2	0,5	28,0	133,0	5,66	60	4,2	0,5	28,0	133,0	4,89			
	Чай с молоком	1612	180	1,4	1,2	2,2	24,6	1,53	180	1,4	1,2	2,2	24,6	1,24	180	1,4	1,2	2,2	24,6	1,05	180	1,4	1,2	2,2	24,6	0,90			
	Фрукты свежие	236	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,56	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,35			
	Всего		370	15	12	43	339,3	21	430	9	13	50	353,7	18	560	11	14	72	456,9	19	650	13	18	83	549,6	20			
	ДОУ 2 группа	Фрукты свежие	236	100	0,3	0,3	8,2	36,7	2,28	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,85	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00		
Всего			100	0,3	0,3	8,2	36,7	2,3	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,9	0	0	0	0	0,0	0	0	0	0	0	0,0	0			
обед	Салат из свеклы с изюмом	891	30	0,6	2,4	4,1	40,7	2,53	50	1,0	4,1	6,9	67,9	3,43	60	1,1	4,9	8,3	81,4	3,46	100	1,9	8,1	13,8	135,7	4,99			
	Суп с клецками на мясном бульоне	101	180	8,2	10,4	8,3	159,8	9,93	180	8,2	10,4	8,3	159,8	8,07	200	9,1	11,6	9,2	177,6	7,56	250	11,4	14,5	11,5	222,0	8,16			
	Мясо в суп	357	10	1,5	1,2	0,0	16,9	1,05	10	1,5	1,2	0,0	16,9	0,85	10	1,5	1,2	0,0	16,9	0,72	10	1,5	1,2	0,0	16,9	0,62			
	Котлеты любительские (рыбные)	943	50	5,8	2,8	4,4	65,8	4,09	70	8,1	3,9	6,1	92,1	4,65	90	10,4	5,0	7,9	118,4	5,04	100	11,6	5,6	8,8	131,5	4,84			
	Картофельное пюре	418	150	7,1	11,8	17,9	205,9	12,79	150	7,1	11,8	17,9	205,9	10,40	180	8,6	14,1	21,5	247,1	10,52	180	8,6	14,1	21,5	247,1	9,08			
	Компот из кураги	1546	180	1,1	0,0	16,3	69,5	4,32	180	1,1	0,0	16,3	69,5	3,51	180	1,1	0,0	16,3	69,5	2,96	180	1,1	0,0	16,3	69,5	2,55			
	Хлеб ржаной	488	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,51	25	0,9	0,3	11,2	50,5	2,55	50	1,7	0,5	22,4	100,9	4,29	50	1,7	0,5	22,4	100,9	3,71			
	Хлеб пшеничный	492	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,78	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,26	30	2,1	0,3	14,0	67,0	2,85	30	2,1	0,3	14,0	67,0	2,46			
	Всего		640	26	29	69	644	39,98	685	29	32	76	707	35,72	800	36	38	99	879	37,40	900	40	44	108	991	36,42			
	ужин ДОУ	Биточки из говядины	1318	50	6,1	3,8	5,2	79,4	4,93	70	8,5	5,4	7,2	111,2	5,62	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00		
Каша гречневая рассыпчатая		464	130	3,9	1,7	19,0	106,7	6,63	150	4,5	2,0	21,9	123,2	6,22	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00			
Напиток из плодов шиповника		335	180	14,9	7,8	21,9	217,2	13,49	200	16,5	8,7	24,3	241,3	12,19	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00			
Хлеб ржаной		488	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,51	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,04	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00			
Хлеб пшеничный		492	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,78	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,26	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00			
Всего			400	27	14	64	488	30,34	460	32	16	72	561	28,32	0	0	0	0	0	0,00	0	0	0	0	0	0,00			
				1510,00	68,88	54,88	184,65	1508,07	93,67	1675,00	69,81	61,57	206,24	1658,32	83,75	1360,00	46,69	51,22	171,99	1335,70	56,84	1550,00	52,56	62,59	191,66	1540,20	56,63		

Принем пищи	Наименование блюда 8 день	№ рецептуры (ТПК)	Выход блюда(г) до 3 лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут	Выход блюда(г) 3-7лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут	Выход блюда(г) 7-11 лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут	Выход блюда(г) 12 лет и старше	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут
				Б	Ж	У				Б	Ж	У				Б	Ж	У				Б	Ж	У		
завтрак	Салат из белокочанной капусты с яблоками	859	40	0,2	1,0	1,9	17,8	1,11	60	0,4	1,6	2,8	26,8	1,35	60	0,4	1,6	2,8	26,8	1,14	100	0,6	2,6	4,7	44,6	1,64
	Картофельная запеканка с мясом	1321	130	4,9	8,1	12,9	144,4	8,97	150	5,6	9,4	14,9	166,6	8,41	150	5,6	9,4	14,9	166,6	7,09	150	5,6	9,4	14,9	166,6	6,12
	пшеничный	492	20	1,4	0,2	9,3	44,3	2,75	30	2,1	0,2	14,0	66,5	3,36	60	4,2	0,5	28,0	133,0	5,66	60	4,2	0,5	28,0	133,0	4,89
	Компот из сухофруктов	1544	180	0,1	0,1	16,3	66,3	4,12	180	2,8	2,4	12,8	84,2	4,25	180	2,8	2,4	12,8	84,2	3,58	180	2,8	2,4	12,8	84,2	3,09
	Фрукты свежие	236	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,56	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,35
	Всего		370	7	9	40	272,9	17	420	11	14	45	344,0	17	550	13	14	67	447,1	19	590	14	15	69	465,0	17
ДОУ 2 завтрак	Фрукты свежие	236	100	0,3	0,3	8,2	36,7	2,28	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,85	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Всего		100	0,3	0,3	8,2	36,7	2,3	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,9	0	0	0	0	0,0	0	0	0	0	0	0,0	0
обед	Овощи сезонно, порционно (огурцы)	901	30	0,3	0,1	1,1	6,4	0,40	50	0,6	0,1	1,9	10,7	0,54	60	0,7	0,1	2,3	12,8	0,55	60	0,7	0,1	2,3	12,8	0,47
	Суп с зеленым горошком и овощами	1321	150	6,8	8,7	6,9	133,2	8,27	180	8,2	10,4	8,3	159,8	8,07	200	9,1	11,6	9,2	177,6	7,56	250	11,4	14,5	11,5	222,0	8,16
	Рис припущенный	412	120	2,8	2,8	35,2	177,1	11,00	130	3,0	3,0	38,1	191,9	9,69	150	3,5	3,5	44,0	221,4	9,42	180	4,2	4,2	52,8	265,7	9,77
	Печень по-строгановски	1273	50	3,8	3,8	2,4	58,6	3,64	70	5,3	5,3	3,4	82,0	4,14	90	6,8	6,8	4,3	105,4	4,48	100	7,6	7,5	4,8	117,1	4,31
	Кисель	1544	180	0,3	0,0	28,2	113,8	7,07	180	0,3	0,0	28,2	113,8	5,75	180	0,3	0,0	28,2	113,8	4,84	180	0,3	0,0	28,2	113,8	4,18
	Хлеб ржаной	488	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,51	25	0,9	0,3	11,2	50,5	2,55	50	1,7	0,5	22,4	100,9	4,29	50	1,7	0,5	22,4	100,9	3,71
	пшеничный	492	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,78	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,26	30	2,1	0,3	14,0	67,0	2,85	30	2,1	0,3	14,0	67,0	2,46
	Всего		570	16	16	92	574	35,66	655	20	19	100	653	32,99	760	24	23	124	799	34,00	850	28	27	136	899	33,06
ужин ДОУ	рыбные паровые	642	60	5,7	1,5	6,2	61,3	3,81	70	6,6	1,8	7,2	71,5	3,61	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Макаронные изделия с сыром	415	120	3,3	3,8	20,8	130,8	8,13	150	4,1	4,8	26,0	163,6	8,26	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Чай с молоком	1612	180	1,4	1,2	2,2	24,6	1,53	200	1,5	1,3	2,4	27,3	1,38	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Хлеб ржаной	488	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,51	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,04	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Хлеб пшеничный	492	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,78	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,26	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Всего		400	12	7	47	302	18,74	460	14	8	54	347	17,55	0	0	0	0	0	0,00	0	0	0	0	0	0,00
			1440,00	35,38	32,38	188,13	1185,42	73,63	1635,00	45,07	41,48	206,95	1381,38	69,77	1310,00	37,44	36,91	191,03	1246,07	53,02	1440,00	41,41	42,30	204,49	1364,30	50,16

Прочие блюда	Наименование блюда 9 день	№ рецептур (ТТК)	Выход блюда (г) до 3 лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность %	Выход блюда (г) 3-7 лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут норм	Выход блюда (г) 7-11 лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут норм						
				Б	Ж	У				Б	Ж	У				Б	Ж	У								
																					Б	Ж	У			
запеканка	Салат с картофелем, капустой и кукурузой	1197	30	0,6	1,8	2,9	30,0	1,86	60	1,1	3,6	5,8	60,0	3,03	60	1,1	3,6	5,8	60,0	2,55	100	1,9	6,0	9,6	100,0	3,68
	Каша манная	1122	150	3,3	1,7	14,3	85,7	5,32	150	3,3	1,7	14,3	85,7	4,33	200	4,4	2,3	19,0	114,3	4,86	200	4,4	2,3	19,0	114,3	4,20
	Сыр порциями	1193	10	2,3	2,9	0,0	35,3	2,19	10	2,3	2,9	0,0	35,3	1,78	10	2,3	2,9	0,0	35,3	1,50	10	2,3	2,9	0,0	35,3	1,30
	Масло порциями	1	10	0,0	7,2	0,2	65,6	4,07	10	0,0	7,2	0,2	65,6	3,31	10	0,0	7,2	0,2	65,6	2,79	10	0,0	7,2	0,2	65,6	2,41
	Хлеб пшеничный	492	20	1,4	0,2	9,3	44,3	2,75	30	2,1	0,2	14,0	66,5	3,36	60	4,2	0,5	28,0	133,0	5,66	60	4,2	0,5	28,0	133,0	4,89
	Кофейный напиток	1613	150	2,3	2,0	10,7	70,1	4,36	180	2,8	2,4	12,8	84,2	4,25	180	2,8	2,4	12,8	84,2	3,58	180	2,8	2,4	12,8	84,2	3,09
	Фрукты свежие	236	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,56	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,35
	Всего			370	10	16	37	331,1	21	440	12	18	47	397,3	20	620	15	19	74	529,0	23	660	16	22	78	569,0
ДОУ 2 группа	Фрукты свежие	236	100	0,3	0,3	8,2	36,7	2,28	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,85	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Всего		100	0,3	0,3	8,2	36,7	2,3	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,9	0	0	0	0	0,0	0	0	0	0	0	0,0	0
обед	Горох овощной отварной (из)	29	30	0,5	1,5	2,9	27,1	1,68	50	0,8	2,6	4,8	45,2	2,28	60	0,9	3,1	5,8	54,2	2,31	100	1,5	5,1	9,6	90,3	3,32
	Уха	98	150	1,5	1,7	7,8	52,1	3,23	180	1,8	2,0	9,4	62,5	3,15	200	2,0	2,2	10,4	69,4	2,95	250	2,5	2,8	13,0	86,8	3,19
	Тефтели мясные в соусе	1312	50	3,9	4,8	7,1	86,5	5,37	70	5,4	6,7	9,9	121,0	6,11	90	7,0	8,6	12,7	155,6	6,62	100	7,8	9,5	14,1	172,9	6,36
	Капуста свежая тушеная	1046	120	3,5	4,4	14,2	110,5	6,86	130	3,8	4,8	15,3	119,7	6,05	150	4,4	5,6	17,7	138,2	5,88	180	5,2	6,7	21,2	165,8	6,09
	Сок фруктовый	1629	180	0,9	0,0	16,4	69,1	4,29	180	0,9	0,0	16,4	69,1	3,49	180	0,9	0,0	16,4	69,1	2,94	180	0,9	0,0	16,4	69,1	2,54
	Хлеб ржаной	488	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,51	25	0,9	0,3	11,2	50,5	2,55	50	1,7	0,5	22,4	100,9	4,29	50	1,7	0,5	22,4	100,9	3,71
	Хлеб пшеничный	492	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,78	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,26	30	2,1	0,3	14,0	67,0	2,85	30	2,1	0,3	14,0	67,0	2,46
	Всего			570	12	13	67	430	26,72	655	15	16	76	513	25,89	760	19	20	99	654	27,85	890	22	25	111	753
ужин ДОУ	Салат из моркови с яблоками	41	30	0,3	1,6	2,8	26,5	1,64	50	0,5	2,6	4,6	44,1	2,23	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Лепешки с творогом	1168	160	12,0	7,7	31,7	243,8	15,15	200	15,0	9,6	39,6	304,8	15,39	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Компот из свежих яблок	245	180	0,1	0,1	9,0	37,8	2,35	180	0,1	0,1	9,0	37,8	1,91	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Хлеб ржаной	488	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,51	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,04	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Хлеб пшеничный	492	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,78	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,26	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
	Всего			410	15	10	62	393	24,42	470	18	13	72	472	23,82	0	0	0	0	0	0,00	0	0	0	0	0
			1450,00	37,00	38,67	173,79	1191,15	73,98	1665,00	44,54	47,60	202,95	1418,30	71,63	1380,00	34,06	39,37	173,21	1183,39	50,36	1550,00	37,56	46,42	188,44	1321,78	48,59

Прием пищи	№ рецептуры (ПТК)	Выход блюда(г) до 3 лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут нормы	Выход блюда(г) 3-7лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут норм	Выход блюда(г) 7-11 лет	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут нормы	Выход блюда(г) 12 лет и старше	Пищев веществ (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут нормы	
			Б	Ж	У				Б	Ж	У				Б	Ж	У				Б	Ж	У			
																										Б
завтрак	Салат из свеклы с зеленым горошком	891	30	0,6	2,4	4,1	40,7	2,53	50	1,0	4,1	6,9	67,9	3,43	60	1,1	4,9	8,3	81,4	3,46	100	1,9	8,1	13,8	135,7	4,99
	Рыба, запеченная порусски	235	150	12,4	6,5	18,2	181,0	11,24	150	12,4	6,5	18,2	181,0	9,14	150	12,4	6,5	18,2	181,0	7,70	200	16,5	8,7	24,3	241,3	8,87
	Хлеб пшеничный	492	20	1,4	0,2	9,3	44,3	2,75	30	2,1	0,2	14,0	66,5	3,36	60	4,2	0,5	28,0	133,0	5,66	60	4,2	0,5	28,0	133,0	4,89
	Чай с лимоном	318	180	0,0	0,0	6,0	24,1	1,50	200	0,0	0,0	6,7	26,8	1,35	180	0,0	0,0	6,0	24,1	1,03	180	0,0	0,0	6,0	24,1	0,89
	Фрукты свежие	236	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,00	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,56	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,35	
	Всего		380	14	9	38	290,2	18	430	15	11	46	342,1	17	550	18	12	69	456,2	19	640	23	18	80	570,8	21
ужин	Фрукты свежие	236	100	0,3	0,3	8,2	36,7	2,28	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,85	100	0,3	0,3	8,2	36,7	2,28	100	0,3	0,3	8,2	36,7	2,28
	Всего		100	0,3	0,3	8,2	36,7	2,3	100	0,3	0,3	8,2	36,7	1,9	100	0	0	8	36,7	2	100	0	0	8	36,7	2
обед	Салат картофельный с огурцами	23	30	0,5	1,6	2,7	26,6	1,65	50	0,8	2,6	4,5	44,4	2,24	60	0,9	3,1	5,4	53,3	2,27	100	1,5	5,1	9,6	90,3	3,32
	Суп с лапшой	104	180	1,8	3,0	11,5	80,0	4,97	180	1,8	3,0	11,5	80,0	4,04	200	2,0	3,3	12,8	88,9	3,78	250	2,5	4,1	16,0	111,1	4,09
	Мясо в суп	357	15	2,3	1,8	0,0	25,3	1,57	15	2,3	1,8	0,0	25,3	1,28	15	2,3	1,8	0,0	25,3	1,08	15	2,3	1,8	0,0	25,3	0,93
	Котлеты из говядины	395	50	5,5	5,5	5,2	91,7	5,69	70	7,7	7,6	7,2	128,3	6,48	90	9,9	9,8	9,3	165,0	7,02	100	11,0	10,9	10,3	183,3	6,74
	Каша гречневая рассыпчатая	464	150	4,5	2,0	21,9	123,2	7,65	150	4,5	2,0	21,9	123,2	6,22	180	5,4	2,3	26,3	147,8	6,29	180	5,4	2,3	26,3	147,8	5,43
	Напиток брусничный	935	180	0,2	0,1	10,2	42,3	2,63	180	0,2	0,1	10,2	42,3	2,63	180	0,2	0,1	10,2	42,3	1,80	180	0,2	0,1	10,2	42,3	1,56
	Хлеб ржаной	488	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,51	25	0,9	0,3	11,2	50,5	2,55	50	1,7	0,5	22,4	100,9	4,29	50	1,7	0,5	22,4	100,9	3,71
	Хлеб пшеничный	492	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,78	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,26	30	2,1	0,3	14,0	67,0	2,85	30	2,1	0,3	14,0	67,0	2,46
	Всего		645	17	14	70	474	29,45	690	19	18	76	539	27,70	805	24	21	100	691	29,38	905	27	25	109	768	28,24
	Ужин ДОУ	Азу	382	180	8,6	14,1	21,5	247,1	15,35	200	9,5	15,7	23,9	274,6	13,87	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0
Напиток из плодов шиповника		335	180	14,9	7,8	21,9	217,2	13,49	200	16,5	8,7	24,3	241,3	12,19	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
Хлеб ржаной		488	20	0,7	0,2	9,0	40,4	2,51	30	1,0	0,3	13,4	60,5	3,06	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
Хлеб пшеничный		492	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,78	20	1,4	0,2	9,3	44,7	2,26	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00
Всего			400	26	22	62	549	34,12	450	28	25	71	621	31,37	0	0	0	0	0	0,00	0	0	0	0	0	0,00
		1525,00	56,94	45,93	177,31	1350,36	83,87	1670,00	63,63	53,43	200,80	1538,63	78,20	1455,00	42,77	33,71	177,23	1183,42	51,08	1645,00	49,87	43,01	197,26	1375,61	51,50	

2 неделя ШКОЛА	Выход блюда(г) 7-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут.нормы	Выход блюда(г) 12 лет и старше	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность % сут.нормы
		Б	Ж	У				Б	Ж	У		
завтрак 1 день	590	16	11	63	413	18	590	16	11	63	413	15
завтрак 2 день	560	11	14	72	457	19	650	13	18	83	550	20
завтрак 3 день	550	13	14	67	447	19	590	14	15	69	465	17
завтрак 4 день	620	15	19	74	529	23	660	16	22	78	569	21
завтрак 5 день	550	18	12	69	456	19	640	23	18	80	571	21
среднее за 2неделю завтраки	574	15	14	69	461	20	626	16	17	75	514	19
Обед 1 день	790	44	48	105	1025	44	930	49	58	119	1195	44
Обед 2 день	800	36	38	99	879	37	900	40	44	108	991	36
Обед 3 день	760	24	23	124	799	34	850	28	27	136	899	33
Обед 4 день	760	19	20	99	654	28	890	22	25	111	753	28
Обед 5 день	805	24	21	100	691	29	905	27	25	109	768	28
Среднее за 2 неделю обеды	783	29	30	106	810	34	895	33	36	116	921	34
1 день	1380	59	59	168	1438	61	1520	65	69	181	1609	59
2 день	1360	47	51	172	1336	57	1550	53	63	192	1540	57
3 день	1310	37	37	191	1246	53	1440	41	42	204	1364	50
4 день	1380	34	39	173	1183	50	1550	38	46	188	1322	49
5 день	1355	42	33	169	1147	49	1545	50	43	189	1339	49
Среднее за 2 неделю	1357	44	44	175	1270	54	1521	49	53	191	1435	53
Прием пищи	Выход блюда(г) 7-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность %	Выход блюда(г) 12 лет и старше	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность %
		Б	Ж	У				Б	Ж	У		
1 неделя	1536	54	42	189	1351	84	1689	60	48	208	1504	76
2 неделя	1357	44	44	175	1270	54	1521	49	53	191	1435	53
среднее значение	1447	49	43	182	1310	69	1605	54	50	200	1469	64

Принем пищи 2 неделя	Выход блюда(г) 1-3 года	Пищевые вещества (г)			Энергет ическая ценност ь (ккал)	Энергет ическая ценност ь %	Выход блюда(г) 3-7 лет	Пищевые вещества (г)			Энергет ическая ценност ь (ккал)	Энергет ическая ценност ь %
		Б	Ж	У				Б	Ж	У		
завтрак 1 день	430	12	10	34	275	17	440	13	10	38	297	15
завтрак 2 день	370	15	12	43	339	21	430	9	13	50	354	18
завтрак 3 день	370	7	9	40	273	17	420	11	14	45	344	17
завтрак 4 день	370	10	16	37	331	21	440	12	18	47	397	20
завтрак 5 день	380	14	9	38	290	18	430	15	11	46	342	17
среднее за 2 неделю завтрак	384	12	11	38	302	19	432	12	13	45	347	18
2 завтрак 1 день	100	0	0	8	37	2	100	0	0	8	37	2
2 завтрак 2 день	100	0	0	8	37	2	100	0	0	8	37	2
2 завтрак 3 день	100	0	0	8	37	2	100	0	0	8	37	2
2 завтрак 4 день	100	0	0	8	37	2	100	0	0	8	37	2
2 завтрак 5 день	100	0	0	8	37	2	100	0	0	8	37	2
среднее за 2 неделю 2 завтрак	100	0	0	8	37	2	100	0	0	8	37	2
Обед 1 день	630	37	38	74	786	49	695	39	43	82	869	44
Обед 2 день	640	26	29	69	644	40	685	29	32	76	707	36
Обед 3 день	570	16	16	92	574	36	655	20	19	100	653	33
Обед 4 день	570	12	13	67	430	27	655	15	16	76	513	26
Обед 5 день	645	17	14	70	474	29	690	19	18	76	539	28
Среднее за 2 неделю обеды	611	22	22	74	582	36	676	25	26	82	656	33
Ужин 1 день	410	12	10	67	407	25	470	18	15	73	491	25
Ужин 2 день	400	27	14	64	488	30	460	32	16	72	561	28
Ужин 3 день	400	12	7	47	302	19	460	14	8	54	347	18
Ужин 4 день	410	15	10	62	393	24	470	18	13	72	472	24
Ужин 5 день	400	26	22	62	549	34	450	28	25	71	621	31
Среднее за 2 неделю ужин	404	18	13	60	428	27	462	22	15	68	498	25
1 день	1570	62	58	183	1504	93	1705	70	68	201	1695	86
2 день	1510	69	55	185	1508	94	1675	70	62	206	1658	84
3 день	1440	35	32	188	1185	74	1635	45	41	207	1381	70
4 день	1450	37	39	174	1191	74	1665	45	48	203	1418	72
5 день	1525	57	46	177	1350	84	1670	64	53	201	1539	78
неделю	1499	52	46	181	1348	84	1670	59	54	204	1538	78

Принем пищи	Выход блюда(г) 1-3 года	Пищевые вещества (г)			Энергет ическая ценност ь (ккал)	Энергет ическая ценност ь %	Выход блюда(г) 3-7 лет	Пищевые вещества (г)			Энергет ическая ценност ь (ккал)	Энергет ическая ценност ь %
		Б	Ж	У				Б	Ж	У		
1 неделя	1536	54	42	189	1351	84	1689	60	48	208	1504	76
2 неделя	1499	52	46	181	1348	84	1670	59	54	204	1538	78
среднее значение	1518	53	44	185	1349	84	1680	59	51	206	1521	77