"Утверждаю" КБОУ "Бийская общеобразовательная школа-интернат № 2" Руководитель учреждения Юрова Г.Ю.

25 января 2024 г.

Перспективное меню КГБОУ "Бийская общеобразовательная школа-интернат № 2"

для организации питания обучающихся с 12 лет и старше

			Пи	щевые вещес	тва		
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
Неделя первая	. Tarimonosanino sinoga	т Бее егиеда		710.62.1	т тоговодо,	Tutas I	peqeypz.
День :1							
	Макароны отварные с сыром	220	8,14	0,66	43,362	279,18	259
	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,09	79
_	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00	457
Завтрак	Хлеб пшеничный йодированный	120	5,64	0,84	59,76	256,8	1
	Суммарный объем блюд завтрак :	550					
	Итого пищевые вещества завтрак:		14,06	8,85	112,552	640,07	
	Салат Витаминный с кукурузой консервированной (св.капуста, кукуруза консер.) с 01 марта кукуруза консервированная: терм. обработка)	100	4,14	8,02	10,95	198,93	49
	Суп гороховый	300	8,97	4,41	19,44	153.3	128
05	Плов	300	20	15,8	46,31		330
Обед	Компот из плодов или ягод сушеных(курага)	200	0,3	0,01	17,5		494
	Хлеб пшеничный йодированный	80	3,76	0,56	39,84		1
	Суммарный объем блюд обед :	980	3,70	0,00	00,04	171,2	1
		000	27.17	20.0	124.04	1002.70	
	Итого пищевые вещества обед:	0.0	37,17	28,8	134,04	1002,79	
	VOLUENTODOVOO MARGENA EDOM HUROUHOFO EDOMODOROTEO	30	3	7,2	26,4	190	
	Кондитерское изделие промышленного производства Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0,00	0,00	15,00		484
Полдник	Фрукты свежие	120	2,16	0,48	19,44		82
	Суммарный объем блюд полдник :	350	2,10	0,40	10,44	279,18 66,09 38,00 256,8 640,07 198,93 153,3 407,36 72 171,2 1002,79 180 60,00 90,48 330,48 330,48 305 113,52 84,00 256,8 759,32 759,32 759,32 90,9 252 342,9 3075,56 19 130,8748936 1973,34 27 83,97191489	02
	Итого пищевые вещества полдник:		5,16	7,68	60,84		
	Запеканка картофельная с мясом	200	21	17	17	305	334
	Маринад овощной с томатом	80	1,528	7,92	9,048		429
Ужин	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10		495
ужин	Хлеб пшеничный йодированный	120	5,64	0,84	59,76		1
	Суммарный объем блюд ужин :	600	28,768	25,86	105,908		
	Итого пищевые вещества ужин:		28,768	25,86	105,908	759,32	
	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,5	7,2		470
II Ужин	Изделие промышленного производства	80	5,6	8,93	37,06	252	
	Суммарный объем блюд ІІ Ужин :	260	40.00	10.10	44.00	0.40.0	
	Итого пищевые вещества II Ужин:		10,82	13,43	44,26	342,9	
	Суммарный объем блюд за день	2740					
Среднее значение за период	Итого за день пищевые вещества	27.10	95,978	84,62	457,6	3075.56	
интернированные	% удовлетворения суточной потребности		124,6467532	107,113924	İ		
	средняя сбалансированность		1,246467532		5,463880597	130,0740930	
	Суммарный объем блюд за день	1880	1,2-10-10/1002	1,07110024	5,40000001		
Среднее значение за дериод	Итого за день пищевые вещества	1.000	56,39	45,33	307,432	1973.34	
школа	% удовлетворения суточной потребности		73,23376623		91,77074627		
E1.0310	средняя сбалансированность		0,732337662		3,670829851		

возрастная категория.	ти и старше		Пи	щевые вещес	тва		
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
День :2	Transmitted and a strong a	200 олгода	205	71	у плеведва, г	111001	на рецентура.
- ''	Пудинг из творога (запеченный)	150	2,8	7,4	26,6	277	285
	Соус молочный сладкий (повидло, джем, варенье,	50	0,2	0	32,5	131	
	сгущенное молоко:(порциями)			U	32,5	131	406, 86, 471
Завтрак	Кисломолочный напиток	200	5,8	5	8	101	470
	Хлеб пшеничный йодированный	150	0,6	0	97,5	393	1
	Суммарный объем блюд завтрак :	550					
	Итого пищевые вещества завтрак:		9,4	12,4	164,6	902	
	Винегрет овощной	100	1,3	6,2	6,5	87	47
	Рассольник	300	13,1	17,1	111	227,7	99
	Рыба, тушенная в сметанном соусе	100	9,44	2,78	3,33	78,88	298
	Картофельное пюре	180	3,78	7,2	10,98	122,4	377
Обед	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0,00	0,00	15,00	60,00	484
	Хлеб пшеничный йодированный	60	2,82	0,42	29,88	128,4	1
	Хлеб ржаной	60	2,82	0,42	29,88	128,4	2
	Суммарный объем блюд обед :	1000					
	Итого пищевые вещества обед:		33,26	34,12	206,57	832,78	
		30					
	Кондитерское изделие промышленного производства		3	7,2	26,4	180	
Полдник	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	460
ПОЛДНИК	Фрукты свежие	120	2,16	0,48	19,44	90,48	82
	Суммарный объем блюд полдник :	350					
	Итого пищевые вещества полдник:		6,76	8,98	57,34	334,48	
	Гуляш из говядины	120	18	17	3	237	327
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,5	7,92	46,62	299,88	202
	Сыр полутвердый (порциями)	20	4,64	5,9	0	71,6	75
Ужин	Чай с молоком	200,00	1,6	1,3	11,5	64	460
	Хлеб пшеничный йодированный	80	3,76	0,56	39,84	171,2	1
ı	Суммарный объем блюд ужин :	600					
	Итого пищевые вещества ужин:		38,5	32,68	100,96	843,68	
	Изделие промышленного производства	100	7	11,2	46,33	315	
	Сок натуральный фруктовый промышленного	200					
II Ужин	производства в ассортименте		1	0,2	20,2	86	
	Суммарный объем блюд II Ужин :	300			00.50	101	
	Итого пищевые вещества II Ужин:		8	11,4	66,53	401	
	Суммарный объем блюд за день	2800					
Среднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		95,92	99,58	596	3313,94	
интернированные	% удовлетворения суточной потребности		124,5714286		177,9104478	141,0187234	
	средняя сбалансированность		1,245714286	1,26050633	7,11641791		
	Суммарный объем блюд за день	1900					
Среднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		49,42	55,5	428,51	2069,26	
школа	% удовлетворения суточной потребности		64,18181818		127,9134328		
	средняя сбалансированность		0,641818182	0,70253165	5,116537313		

Возрастная категория.	талет и старше		Пи	щевые вещес	тва		
						Энерг. ценность,	
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры г	Углеводы, г	ккал	№ рецептуры
День : 3							
	Каша ячневая вязкая молочная	250	9	8,25	41	274,25	220
	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,09	79
	Сыр полутвердый (порциями)	18	4,176	5,31	0	64,44	75
Завтрак	Хлеб пшеничный йодированный	80	3,76	0,56	39,84	171,2	1
	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	462
	Суммарный объем блюд завтрак :	558					
	Итого пищевые вещества завтрак:		20,316	24,27	94,77	669,98	
	Овощи консервированные (порциями) маринованные с лимонной кислотой	100	0,8	0,1	1,7	11	149
	Суп картофельный с рыбой	300	13,29	4,71	19,29	172,5	120
	Котлеты из говядины	100	13	8	15	184	339
	Рагу из овощей (1 вариант)	180	4,14	8,91	18	171	176
Обед	Соус красный основной	30	0.6	0.78	1,857	16,89	422
	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,1	0,1	11,1	46	486
	Хлеб пшеничный йодированный	80	3,76	0,56	39,84		1
	Суммарный объем блюд обед :	990	3,70	0,30	39,04	171,2	1
	Итого пищевые вещества обед:	990	35,69	23,16	106,787	772 59	
	итого пищевые вещества осед.	30	00,00	20,10	100,707	112,00	
	Кондитерское изделие промышленного производства		3	7,2	26,4	180	
Полдник	Молоко кипяченое	200	5,8	5,3	9,1	107	469
Полдпик	Фрукты свежие	120	2,16	0,48	19,44	90,48	82
	Суммарный объем блюд полдник :	350					
	Итого пищевые вещества полдник:		10,96	12,98	54,94	<u>'</u>	
	Запеканка из печени с рисом	150	24,82	9,31	21,72	270	355
	Салат картофельный с зеленым горошком	100	2	6,3	8,3	98	42
Ужин	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
3 XVIII	Хлеб пшеничный йодированный	150	3	9,45	12,45	147	1
	Суммарный объем блюд ужин :	600					
	Итого пищевые вещества ужин:		30,02	25,16	51,77	553	
	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,5	7,2	90,9	470
II Ужин	Изделие промышленного производства	100	7	11,2	46,33	315	
н эжин	Суммарный объем блюд II Ужин :	280					
	Итого пищевые вещества II Ужин:		12,22	15,7	53,53	405,9	
	Суммарный объем блюд за день	2778					
Canada andrama an anna	Итого за день пищевые вещества		109,206	101,27	361,797	2778,95	
Среднее значение за период интернированные	% удовлетворения суточной потребности		141,825974	128,189873	107,9991045	66,09 64,44 71,2 69,98 1 72,5 84 71 6,89 6 71,2 72,59 80 07 0,48 677,48 670 8 8 8 47 653 0,9 615 605,9 6778,95 18,2531915	
	средняя сбалансированность		1,41825974	1,28189873	4,319964179		
	Суммарный объем блюд за день	1898					
Среднее значение за период			66,966	60,41	256,497	1820,05	
школа	% удовлетворения суточной потребности		86,96883117	76,4683544	76,56626866		
	средняя сбалансированность		0,869688312		3,062650746		

	12 лет и старше		Пиг	цевые вещес	тва		
						1	
Приём пиши	Наименование блюда	Вес блюда	Белки. г	Wanas	Углеводы, г	Энерг. ценность,	No pougativou
День : 4	паименование олюда	вес олюда	Белки, г	Жиры г	уплеводы, г	ккал	№ рецептуры
день . 4		I	<u></u>	1	1	1	
	Каша пшенная молочная жидкая	250	7,5	8,5	35,75	249,5	233
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	267
	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,09	79
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88	465
	Хлеб пшеничный йодированный	70	3,29	0,49	34,86	149,8	1
	Суммарный объем блюд завтрак :	570					
	Итого пищевые вещества завтрак:		18,77	23,34	84,64	616,39	
	Рыба соленая (порциями)	100	22,7	12,6	0	204	80
	Борщ с капустой и картофелем	300	2,175	5,895	150,3	123	95
	Жаркое по домашнему	300	26,08	20,9	31,3	417,39	328
Обед	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00	495
	Хлеб пшеничный йодированный	80	3,76	0,56	39,84	171,2	1
	Суммарный объем блюд обед :	980					
	Итого пищевые вещества обед:		55,315	40,055	241,54	999,59	
	Кондитерское изделие промышленного производства	30	3	7,2	26,4	180	
	Чай c сахаром 200 0.2 0.1 9.3	9.3	38	457			
Полдник	Фрукты свежие	120	2,16	0.48	19.44	90.48	82
	Суммарный объем блюд полдник :	350		,,,,	,	90,48 82	
	Итого пищевые вещества полдник:		5,36	7,78	55,14	308,48	
	Суфле рыбное	120	16,8	7,2	3,6	134,4	303
	Соус красный основной	50	0,46	1,34	3,654	28,404	422
	Рис с овощами	180	4,56	4,92	37,68	213,6	237
Ужин	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0	0	15	60	484
·	Хлеб пшеничный йодированный	50	2,35	0,35	24,9	107	1
	Суммарный объем блюд ужин :	600					
	Итого пищевые вещества ужин:		24,17	13,81	84,834	63 66,09 88 149,8 616,39 204 123 417,39 84,00 171,2 999,59 180 38 90,48 308,48 134,4 28,404 213,6 60 107 543,404 90,9 315 405,9 2873,764 122,2878298	
	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,5	7,2	90,9	470
II Ужин	Изделие промышленного производства	100	7	11,2	46,33	315	
н ужин	Суммарный объем блюд II Ужин :	280					
	Итого пищевые вещества II Ужин:		12,22	15,7	53,53	405,9	
	Суммарный объем блюд за день	2780					
Среднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		115,835	100,685	519,684	2873,764	
интернированные	% удовлетворения суточной потребности		150,4350649	127,449367	155,1295522	122,2878298	
	средняя сбалансированность		1,504350649	1,27449367	6,20518209		
	Суммарный объем блюд за день	1900					
Среднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		79,445	71,175	381,32	1924,46	
школа	% удовлетворения суточной потребности		103,1753247	90,0949367	113,8268657	81,89191489	
	средняя сбалансированность		1,031753247	0,90094937	4,553074627		

			Пиі	цевые вещес	гва		
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
День : 5							
	Ватрушка "Лакомка"	150	25,2	34,8	43,2	585,99	546
	Соус молочный сладкий (повидло, джем, варенье,	50	0,2	0	32,5	131	406, 86, 471
200000	Кисломолочный напиток	200	5,8	5	8	101	470
Завтрак	Хлеб пшеничный йодированный	150	0,6	0	97,5	393	1
	Суммарный объем блюд завтрак :	550					
	Итого пищевые вещества завтрак:		31,8	39,8	181,2	1210,99	
	Салат из свеклы с солеными огурцами	100	1,3	6,1	6,2	85	31
	Суп крестьянский с крупой	300	2,62	3,41	17,15	109,8	119
	Печень говяжья по-строгановски	120	17,3	6,94	4,26	145,812	356
Обед	Макаронные изделия отварные	180	6,66	0,54	35,478	228,42	256
Ооед	Компот из свежих плодов и ягод	200,00	0,1	0,1	11,1	46	486
	Хлеб пшеничный йодированный	80	3,76	0,56	39,84	171,2	1
	Суммарный объем блюд обед :	980					
	Итого пищевые вещества обед:		31,74	17,65	114,028	786,232	
	Кондитерское изделие промышленного производства	30	3	7,2	26,4	180	
	Сок натуральный фруктовый промышленного	200					
Полдник	производства в ассортименте		1	0,2	20,2	86	
	Фрукты свежие	120	2,16	0,48	19,44	90,48	82
	Суммарный объем блюд полдник :	350					
	Итого пищевые вещества полдник:		6,16	7,88	66,04	356,48	
	Суммарный объем блюд за день	1330					
Среднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		39,2	31,63	186,268	1227,712	
интернированные	% удовлетворения суточной потребности		50,90909091	40,0379747	55,60238806	52,24306383	
	средняя сбалансированность						
	Суммарный объем блюд за день	1330					
Среднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		39,2	31,63	186,268	74,789	
школа	% удовлетворения суточной потребности		50,90909091	40,0379747	55,60238806	3,182510638	
	средняя сбалансированность		0,509090909	0,40037975	2,224095522		

Charling allegating as Februar	Итого за 1 неделю пищевые вещества	456,139	417,785	2121,349	13269,926	
Среднее значение за период	% удовлетворения суточной потребности	118,4776623	105,768354	126,6477015	112,9355404	
интернированные	средняя сбалансированность	1,184776623	1,32210443	5,06590806		
6	Итого за 1 неделю пищевые вещества	291,421	264,045	1560,027	7861,899	
Среднее значение за период	% удовлетворения суточной потребности	75,69376623	66,8468354	93,1359403	66,90977872	
школа	средняя сбалансированность	0,756937662	0,83558544	3,725437612		

			Пи	щевые вещес	тва		
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
Неделя вторая				1	<u> </u>		1 1
День :1							
	Каша гречневая рассыпчатая	250	14,6	11	64,75	416,5	202
	Масло сливочное (порциями)	10,00	0,08	7,25	0,13	66,09	79
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	267
Завтрак	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,10	9,30	38,00	457
	Хлеб пшеничный йодированный	50	2,35	0,35	24,9	107	1
	Суммарный объем блюд завтрак :	550					
	Итого пищевые вещества завтрак:		22,33	23,3	99,38	690,59	
	Салат из белокочанной капусты с овощными консервами (зеленым горошком; с 01 марта зеленый горошек: терм. Обработка	100	8,29	6,8	24,73	187,24	49
	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	300	44,28	3,27	4,68	225,6	124
	Рагу из птицы	120	13,6	16,8	11,2	250,4	376
Обед	Каша ячневая рассыпчатая	180	5,76	5,94	37,44	226,26	208
	Компот из плодов или ягод сушеных(курага)	200	0,3	0,01	17,5	72	494
	Хлеб пшеничный йодированный	80	3,76	0,56	39,84	171,2	1
	Суммарный объем блюд обед :	980	0,. 0	5,55	00,0	,_	•
	Итого пищевые вещества обед:		75,99	33,38	135,39	1132,7	
	Кондитерское изделие промышленного производства	30	3	7,2	26,4	180	
Полятини	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200,00	0,00	0,00	15,00	60,00	484
Полдник	Фрукты свежие	120	2,16	0,48	19,44	90,48	82
	Суммарный объем блюд полдник :	350,00					
	Итого пищевые вещества полдник:		5,16	7,68	60,84	330,48	
	Жаркое по домашнему	300	26,08	20,9	31,3	417,39	328
	Сыр полутвердый (порциями)	18	4,176	5,31	0	64,44	75
	Блинчики	80	6,1091	10,5	24,533	216,727	523
Ужин	Чай с молоком	200,00	1,6	1,3	11,5	64	460
	Хлеб пшеничный йодированный	50	2,35	0,35	24,9	107	1
	Суммарный объем блюд ужин :	648					
	Итого пищевые вещества ужин:		40,3151	38,36	92,233	869,557	
	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,5	7,2	90,9	470
II Ужин	Изделие промышленного производства	80	5,6	8,93	37,06	252	
н эжин	Суммарный объем блюд II Ужин :	260					
	Итого пищевые вещества II Ужин:		10,82	13,43	44,26	342,9	
	Суммарный объем блюд за день	2788,00					
Среднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		154,6151	116,15	432,103	3366,227	
интернированные	% удовлетворения суточной потребности		200,7988312	147,025316	128,9859701	143,2437021	
	средняя сбалансированность		2,007988312	1,47025316	5,159438806		
	Суммарный объем блюд за день	1330,00					
Среднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		103,48	64,36	295,61	2153,77	
школа	% удовлетворения суточной потребности		134,3896104		88,24179104	91,64978723	
	средняя сбалансированность		1,343896104	0,81468354	3,529671642		

- Сористия китогория	12 лет и старше		Пиі	цевые вещес	тва		
_						Энерг. ценность,	
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры г	Углеводы, г	ккал	№ рецептуры
День :2	T			1		I	1
	Сырники из творога	150	29,6	7,8	31,9	316	286
	Кисломолочный напиток	200	5,8	5	8	101	470
Завтрак	Хлеб пшеничный йодированный	80	3,76	0,56	39,84	171,2	1
	Фрукты свежие	120	2,16	0,48	19,44	90,48	82
	Суммарный объем блюд завтрак :	550					
	Итого пищевые вещества завтрак:		41,32	13,84	99,18	678,68	
	Маринад овощной со свеклой	100	1,12	9,08	8,71	121	431
	Щи из свежей капусты с картофелем	300	2,1	5,865	10,18	101,7	104
	Котлеты или биточки рыбные (котлеты)	100	13,3	2,67	16	142,667	307
	Картофельное пюре	180	3,78	7,2	10,98	122,4	377
Обед	Соус молочный для запекания	30	1,104	2,52	2,07	35,37	402
ОООД	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200,00	0,00	0,00	15,00	60,00	484
	Хлеб пшеничный йодированный	60	2,82	0,42	29,88	128,4	1
	Хлеб ржаной	60	2,82	0,42	29,88	128,4	2
	Суммарный объем блюд обед :	1030	07.044	100 175	100 7	200 007	
	Итого пищевые вещества обед:		27,044	28,175	122,7	839,937	
	Кондитерское изделие промышленного производства	30	3	7,2	26,4	180	
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	460
Полдник	Фрукты свежие	120	2,16	0,48	19,44	90,48	82
	Суммарный объем блюд полдник :	350					
	Итого пищевые вещества полдник:		6,76	8,98	57,34	334,48	
	Печень тушеная в соусе сметанном	120	19,5	15	9	249	359
	Макаронные изделия отварные	180	6,66	0,54	35,478	228,42	256
	Салат из соленых огурцов с луком	80	0,16	4,8	0,96	48	16
Ужин	Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,6	0,1	20,1	84	495
	Хлеб пшеничный йодированный	50	2,35	0,35	24,9	107	1
	Суммарный объем блюд ужин :	630					
	Итого пищевые вещества ужин:		29,27	20,79	90,438	716,42	
	Изделие промышленного производства	100	7	11,2	46,33	315	
	Сок натуральный фруктовый промышленного	200					
II Ужин	производства в ассортименте		1	0,2	20,2	86	
	Суммарный объем блюд II Ужин :	300					
	Итого пищевые вещества II Ужин:		8	11,4	66,53	401	
	Суммарный объем блюд за день	2860,00					
Среднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		112,394	83,185	436,188	2970,517	
интернированные	% удовлетворения суточной потребности		145,9662338	105,297468	130,2053731	126,4049787	
,	средняя сбалансированность		1,459662338	1,05297468	5,208214925		
	Суммарный объем блюд за день	1930,00					
Среднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		75,124	50,995	279,22	1853,097	
школа	% удовлетворения суточной потребности		97,56363636			78,85519149	
	средняя сбалансированность		0,975636364	0,64550633	3,333970149		

Возрастная категория: 12

12 лет и старше

			Пиг	цевые вещес	тва		
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
День :3				11111	т т т т т т т т т т т т т т т т т т т		[
	Каша овсяная из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая.	250	8	10,3	32	252,25	232
	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,09	79
	Сыр полутвердый (порциями)	18	4,176	5,31	0	64,44	75
Завтрак	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	462
	Хлеб пшеничный йодированный	80	3,76	0,56	39,84	171,2	1
	Суммарный объем блюд завтрак :	558					
	Итого пищевые вещества завтрак:		19,316	26,32	85,77	647,98	
	Овощи свежие (порциями)	100	0,6		2,9	14	148
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	300	8,745	6,84	20,385	178,2	124
	Котлеты из говядины	100	13	8	15	184	339
	Пюре гороховое с маслом	180	3,96	0,9	7,146	52,56	389
Обед	Соус красный основной	30	0,6	0,78	1,857	16,89	422
	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,1	0,1	11,1	46	486
	Хлеб пшеничный йодированный	80	3,76	0,56	39,84	171,2	1
	Суммарный объем блюд обед :	990					
	Итого пищевые вещества обед:		30,765	17,18	98,228	662,85	
	Кондитерское изделие промышленного производства	30	3	7,2	26,4	180	
Положии	Молоко кипяченое	200	5,8	5,3	9,1	107	469
Полдник	Фрукты свежие	120	2,16	0,48	19,44	90,48	82
	Суммарный объем блюд полдник :	350				66,09 64,44 94 171,2 647,98 14 178,2 184 52,56 16,89 46 171,2 662,85 180 107 90,48 377,48 407,36 106 38 107 658,36 90,9 315 405,9	
	Итого пищевые вещества полдник:		10,96	12,98	54,94	64,44 94 171,2 647,98 14 178,2 184 52,56 16,89 46 171,2 662,85 180 107 90,48 377,48 407,36 106 38 107 658,36 90,9 315 405,9 2752,57 117,1306383	
	Плов	300	20	15,8	46,31	407,36	330
	Икра свекольная	100	2,3	28	21		53
Ужин	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3		457
	Хлеб пшеничный йодированный	50	2,35	0,35	24,9	107	1
	Суммарный объем блюд ужин :	650	04.05	44.05	101.51	050.00	
	Итого пищевые вещества ужин:		24,85	44,25	101,51	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	
	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,5	7,2		470
II Ужин	Изделие промышленного производства	100	7	11,2	46,33	315	
	Суммарный объем блюд II Ужин : Итого пищевые вещества II Ужин:	280	12,22	15,7	53,53	405.0	
	Суммарный объем блюд за день	2828,00	12,22	13,7	33,33	400,9	
	Итого за день пищевые вещества	2020,00	98.11	116.43	393.978	2752 57	
Среднее значение за период	% удовлетворения суточной потребности		127,4168831	147,379747	/		
интернированные	удовлетворения суточной погреоности		127,4100031	147,373747	117,0033731	117,1300303	
	средняя сбалансированность		1,274168831	1,47379747	4,704214925		
	Суммарный объем блюд за день	1898,00					
Среднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		61,041	56,48	238,938	,	
школа	% удовлетворения суточной потребности		79,27402597		71,32477612		
	средняя сбалансированность		0,79274026	0,71493671	2,852991045		

			Пиц	цевые вещес	тва		
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
День :4							
	Каша «Дружба»	250	6,5	8,25	34,5	238,25	226
	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,09	79
	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	267
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88	465
	Хлеб пшеничный йодированный	50	2,35	0,35	24,9	107	1
	Суммарный объем блюд завтрак :	550					
	Итого пищевые вещества завтрак:		16,83	22,95	73,43	562,34	
	Овощи свежие (порциями)	100	0,6		2,9	14	148
	Свекольник	300	2,175	5,895	150,3	123	98
	Куры тушенные в сметанном соусе	120	15,3	26,9	1,68	310,01	290
Обед	Каша перловая рассыпчатая	180	5,4	5,94	38,16	227,7	207
3334	Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,6	0,1	20,1	84	495
	Хлеб пшеничный йодированный	80	3,76	0,56	39,84	171,2	1
	Суммарный объем блюд обед :	980	07.005	20.005	050.00	000.04	
	Итого пищевые вещества обед:		27,835	39,395	252,98	929,91	
	Кондитерское изделие промышленного производства	30	3	7,2	26,4	180	
	Чай с сахаром	200,00	0,2	0,1	9,3	38	457
Полдник	Фрукты свежие	120	2,16	0,48	19,44	90,48	82
	Суммарный объем блюд полдник :	350,00	5,36	7,78	55,14	308,48	
	Итого пищевые вещества полдник:		5,36	7,78	55,14	308,48	
	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	250	16,4	4,39	18,1	178,57	313
	Соус молочный для запекания	40	1,472	3,36	2,76	47,16	402
	Овощи консервированные отварные (горошек зеленый)	100	3	3,8	5,3	67	157
Ужин	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200,00	0,00	0,00	15,00	60,00	484
	Хлеб пшеничный йодированный	50	2,35	0,35	24,9	107	1
	Суммарный объем блюд ужин :	640					
	Итого пищевые вещества ужин:		23,222	11,9	66,06	459,73	
	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,5	7,2	90,9	470
II Ужин	Изделие промышленного производства	100	7	11,2	46,33	315	
	Суммарный объем блюд ІІ Ужин :	280					
	Итого пищевые вещества II Ужин:		12,22	15,7	53,53	405,9	
	Суммарный объем блюд за день	2800,00					
Среднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		85,47	97,725	501,14	2666,36	
интернированные	% удовлетворения суточной потребности		110,9961039	123,702532	149,5940299	113,4621277	
	средняя сбалансированность		1,109961039	1,23702532	5,983761194		
	Суммарный объем блюд за день	1880,00					
Среднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		50,025	70,125	381,55	1800,73	
школа	% удовлетворения суточной потребности		64,96753247	88,7658228	113,8955224	76,62680851	
	средняя сбалансированность		0,649675325	0,88765823	4,555820896		

Среднее значение за период

школа

Итого за 1 неделю пищевые вещества

% удовлетворения суточной потребности средняя сбалансированность

			Пи	щевые вещес	тва		
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	№ рецептурь
День :5							
	Пудинг из творога (запеченный)	150	2,8	7,4	26,6	277	285
	Соус молочный сладкий (повидло, джем, варенье, сгущенное молоко:(порциями)	50	0,2	0	32,5	131	406, 86, 471
Завтрак	Кисломолочный напиток	200	5,8	5	8	101	470
	Хлеб пшеничный йодированный	150	0,6	0	97,5	393	1
	Суммарный объем блюд завтрак :	550					
	Итого пищевые вещества завтрак:		9,4	12,4	164,6	902	
	Салат из свеклы с сухофруктами (изюмом)	100	1,4	6,1	12,1	109	29
	Суп с макаронными изделиями	300	3,23	3,41	20,57	125,7	116
	Запеканка из печени с рисом	120	19,86	7,45	17,37	216	355
	Картофельное пюре	180	3,78	7,2	10,98		377
Обед	Компот из свежих плодов и ягод	200,00	0,1	0,1	11,1	46	486
	Хлеб пшеничный йодированный	80	3,76	0,56	39,84	171,2	1
	Суммарный объем блюд обед :	980					
	Итого пищевые вещества обед:		32,13	24,82	111,96	790,3	
	Кондитерское изделие промышленного производства	30	3	7,2	26,4	180	
	Сок натуральный фруктовый промышленного	200					
Полдник	производства в ассортименте		1	0,2	20,2		
	Фрукты свежие	120	2,16	0,48	19,44	90,48	82
	Суммарный объем блюд полдник :	350					
	Итого пищевые вещества полдник:		6,16	7,88	66,04	277 131 101 393 902 109 125,7 216 122,4 46 171,2 790,3 180 86 90,48 356,48 2048,78 2048,78 87,18212766 9 2048,78 7 87,18212766	
	Суммарный объем блюд за день	1880,00					
реднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		47,69	45,1	342,6	2048,78	
интернированные	% удовлетворения суточной потребности		61,93506494	57,0886076	102,2686567	87,18212766	
	средняя сбалансированность		0,619350649	0,57088608	4,090746269		
	Суммарный объем блюд за день	1880,00					
реднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		47,69	45,1	342,6	2048,78	
реднее значение за период Школа	% удовлетворения суточной потребности		61,93506494	57,0886076	102,2686567	87,18212766	
школа	средняя сбалансированность		0,619350649	0,57088608	4,090746269		
	Итого за 1 неделю пищевые вещества		498,28	458,59	2106,009	13804,454	
реднее значение за период	% удовлетворения суточной потребности средняя сбалансированность		129,4226234 1,294226234	116,098734 1,45123418	125,7318806 5,466603504	117,4847149	
интернированные							

289,67

75,23896104

0,75238961

241,96

0,7656962

1195,318

61,2556962 71,36226866 63,79495319

2,854490746

7495,907

			Пиі	цевые вещес	тва		
		D 5	F	216	\/	Энерг. ценность,	No
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры г	Углеводы, г	ккал	№ рецептуры
Неделя третья День :1							
	Mayanayy Lathanyy la a gunay	220	8,14	0,66	43,362	279,18	259
	Макароны отварные с сыром Чай с сахаром	200	0,14	0,00	9,30	38,00	457
	Масло сливочное (порциями)	10	0,20	7,25	0,13	66,09	79
- YORTOOK	Хлеб пшеничный йодированный	120	5,64	0,84	59,76	256,8	1
	Суммарный объем блюд завтрак :	550	3,04	0,04	33,70	230,0	1
	Итого пищевые вещества завтрак:	330	14,06	8,85	112.552	640.07	
	Салат Витаминный с кукурузой консервированной		1 1,00	0,00	112,002	0 10,01	
	(св.капуста, кукуруза консер.) с 01 марта кукуруза	100	4,14	8.02	10,95	198.93	
	консервированная: терм. обработка)	100	4,14	0,02	10,93	130,33	49
	Суп гороховый	300	8,97	4,41	19,44	153,3	128
- I	Плов	300	20	15,8	46,31	407,36	330
· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	Компот из плодов или ягод сушеных(курага)	200	0,3	0,01	17,5	72	494
1	Хлеб пшеничный йодированный	80	3,76	0.56	39,84	171.2	1
	Суммарный объем блюд обед :	980	3,. 3	0,00	33,31	,_	
	Итого пищевые вещества обед:		37,17	28,8	134,04	1002,79	
		30	·	1			
	Кондитерское изделие промышленного производства		3	7,2	26,4	180	
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0,00	0,00	15,00	60,00	484
I IODDHAK F	Фрукты свежие	120	2.16	0.48	19.44	90.48	82
	Суммарный объем блюд полдник :	350	, -		- ,		-
	Итого пищевые вещества полдник:		3	7,2	41,4	240	
	Гуляш из говядины	120	18	17	3	237	327
 	Каша пшенная рассыпчатая	180	8,1	7,56	45,54	282,6	206
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	267
Ужин	Чай с молоком	200,00	1,6	1,3	11,5	64	460
	Хлеб пшеничный йодированный	80	3,76	0,56	39,84	171,2	1
	Суммарный объем блюд ужин :	620	8,16	14,88	102,24	570,48	
	Итого пищевые вещества ужин:		36,56	31,02	100,18	817,8	
	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,5	7,2	90,9	470
11.76	Изделие промышленного производства	80	5,6	8,93	37,06	252	
	Суммарный объем блюд II Ужин :	260					
	Итого пищевые вещества II Ужин:		10,82	13,43	44,26	342,9	
	Суммарный объем блюд за день	2760					
	Итого за день пищевые вещества		101,61	89,3	432,432	3043,56	
интернированные	% удовлетворения суточной потребности		131,961039	113,037975		129,5131915	_
	средняя сбалансированность		1,31961039	1,13037975	5,163367164		
	Суммарный объем блюд за день	1880					
Среднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		54,23	44,85	287,992	1882,86	
школа	% удовлетворения суточной потребности		70,42857143		85,96776119		
	средняя сбалансированность		0,704285714	0,56772152	3,438710448		

Возрастная категория:

12 лет и старше

			Пищевые вещества				
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	№ рецептурь
День :2							
	Пудинг из творога (запеченный)	150	2,8	7,4	26,6	277	285
	Соус молочный сладкий (повидло, джем, варенье, сгущенное молоко:(порциями)	50	0,2	0	32,5	131	406, 86, 471
Завтрак	Кисломолочный напиток	200	5,8	5	8	101	470
•	Хлеб пшеничный йодированный	150	0,6	0	97,5	393	1
	Суммарный объем блюд завтрак :	550	- / -		- ,-		
	Итого пищевые вещества завтрак:		9,4	12,4	164,6	902	
	Маринад овощной с томатом	80	1,528	7,92	9,048	113,52	429
	Рассольник	300	13,1	17,1	111	227,7	99
	Рыба, тушенная в сметанном соусе	120	11,3	3,33	4	94,66	298
	Картофельное пюре	180	3,78	7,2	10,98	122,4	377
Обед	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0,00	0,00	15,00	60,00	484
	Хлеб пшеничный йодированный	60	2,82	0,42	29,88	128,4	1
	Хлеб ржаной	60	2,82	0,42	29,88	128,4	2
	Суммарный объем блюд обед :	1000	,	,		,	
	Итого пищевые вещества обед:		35,348	36,39	209,788	875,08	
	Кондитерское изделие промышленного производства	30	3	7,2	26,4	180	
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	460
Полдник	Фрукты свежие	120	2,16	0,48	19,44	90,48	82
	Суммарный объем блюд полдник :	350					
	Итого пищевые вещества полдник:		6,76	8,98	57,34	334,48	
	Запеканка из печени с рисом	150	24,82	9,31	21,72	270	355
	Салат картофельный с зеленым горошком	100	2	6,3	8,3	98	42
\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00	495
Ужин	Хлеб пшеничный йодированный	150	3	9,45	12,45	147	1
	Суммарный объем блюд ужин :	600					
	Итого пищевые вещества ужин:		30,42	25,16	62,57	599	
	Изделие промышленного производства	100	7	11,2	46,33	315	
	Сок натуральный фруктовый промышленного	200			·		
II Ужин	производства в ассортименте		1	0,2	20,2	86	
	Суммарный объем блюд II Ужин :	300					
	Итого пищевые вещества II Ужин:		8	11,4	66,53	401	
	Суммарный объем блюд за день	2800					
реднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		89,928	94,33	560,828	3111,56	
интернированные	% удовлетворения суточной потребности		116,7896104	119,405063	167,4113433	132,4068085	
	средняя сбалансированность		1,167896104	1,19405063	6,696453731		
	Суммарный объем блюд за день	1900					
реднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		51,508	57,77	431,728	2111,56	
школа	% удовлетворения суточной потребности		66,89350649	73,1265823	128,8740299	89,85361702	
	средняя сбалансированность		0,668935065	0,73126582	5,154961194		

· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	12 лет и старше		Пищевые вещества				
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
День : 3	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·				,		r
••	Каша манная молочная жидкая	250	7,75	8,25	39	261,25	227
	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,09	79
	Сыр полутвердый (порциями)	18	4,176	5,31	0	64,44	75
Завтрак	Хлеб пшеничный йодированный	80	3,76	0,56	39,84	171,2	1
·	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	462
	Суммарный объем блюд завтрак :	558	,		Í		
	Итого пищевые вещества завтрак:		19,066	24,27	92,77	656,98	
	Овощи консервированные (порциями) маринованные с лимонной кислотой	100	0,8	0,1	1,7	11	149
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	300	8,745	6,84	20,385	178,2	124
	Тефтели из говядины с рисом	120	12	12	12	204	350
0.5	Рагу из овощей (1 вариант)	180	4,14	8,91	18	171	176
Обед	Соус красный основной	30	0,6	0,78	1,857	16,89	422
	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,1	0,1	11.1	46	486
	Хлеб пшеничный йодированный	80	3,76	0,56	39,84	171,2	1
	Суммарный объем блюд обед :	1010	,		,	,	
	Итого пищевые вещества обед:		30,145	29,29	104,882	798,29	
		30					
	Кондитерское изделие промышленного производства		3	7,2	26,4	180	
-	Молоко кипяченое	200	5,8	5,3	9,1	107	469
Полдник	Фрукты свежие	120	2,16	0,48	19,44	90,48	82
	Суммарный объем блюд полдник :	350	, -		- ,		
	Итого пищевые вещества полдник:		10,96	12,98	54,94	377,48	
	Рулет картофельный с яйцом	200	11	12,2	23	246	184
	Салат из моркови с сухофруктами (с курагой)	100	1,2	6,1	16,2	125	24
	Блинчики	80	6,1091	10,5	24,533	216,727	523
Ужин	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Хлеб пшеничный йодированный	50	2,35	0,35	24,9	107	1
	Суммарный объем блюд ужин :	630					
	Итого пищевые вещества ужин:		20,8591	29,25	97,933	732,727	
	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,5	7,2	90,9	470
II Ужин	Изделие промышленного производства	100	7	11,2	46,33	315	
	Суммарный объем блюд ІІ Ужин :	280					
	Итого пищевые вещества II Ужин:		12,22	15,7	53,53	405,9	
	Суммарный объем блюд за день	2828					
Среднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		93,2501	111,49	404,055	2971,377	
интернированные	% удовлетворения суточной потребности		121,104026	141,126582	120,6134328	126,4415745	
	средняя сбалансированность		1,21104026	1,41126582	4,824537313		
	Суммарный объем блюд за день	1918					
Среднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		60,171	66,54	252,592	1832,75	
школа	% удовлетворения суточной потребности		78,14415584		75,40059701	77,9893617	
	средняя сбалансированность		0,781441558	0,84227848	3,016023881		

	12 Лог и отарше		Пис	цевые вещес	тва		
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
День : 4							
H	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,15	6,33	23,55	179,75	140
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	267
	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,09	79
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88	465
•	Хлеб пшеничный йодированный	50	2,35	0,35	24,9	107	1
	Суммарный объем блюд завтрак :	550					
	Итого пищевые вещества завтрак:		17,48	21,03	62,48	503,84	
	Овощи свежие (порциями)	100	0,6		2,9	14	148
	Борщ с капустой и картофелем	300	2,175	5,895	150,3	123	95
	Жаркое по домашнему	300	26,08	20,9	31,3	417,39	328
Обед	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00	495
	Хлеб пшеничный йодированный	80	3,76	0,56	39,84	171,2	1
	Суммарный объем блюд обед :	980					
	Итого пищевые вещества обед:		33,215	27,455	244,44	809,59	
			2	7.0	20.4	400	
	Кондитерское изделие промышленного производства	30	3	7,2	26,4	180	
Поппини	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
Полдник	Фрукты свежие	120	2,16	0,48	19,44	90,48	82
	Суммарный объем блюд полдник :	350					
	Итого пищевые вещества полдник:		5,36	7,78	55,14	308,48	
	Кнели рыбные припущенные	120	15,4	1,37	3,4286	89,1429	302
	Соус красный основной	30	0,6	0,78	1,857	16,89	422
	Рис с овощами	150	3,8	4,1	31,4	178	237
Ужин	Овощи консервированные отварные (кукуруза консерви		2,48	0,16	5,2	32	157
Ужин	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0	0	15	60	484
	Хлеб пшеничный йодированный	50	2,35	0,35	24,9	107	1
	Суммарный объем блюд ужин :	630					
	Итого пищевые вещества ужин:		24,63	6,76	81,7856	483,0329	
	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,5	7,2	90,9	470
II Ужин	Изделие промышленного производства	100	7	11,2	46,33	315	
	Суммарный объем блюд ІІ Ужин :	280					
	Итого пищевые вещества II Ужин:		12,22	15,7	53,53	405,9	
	Суммарный объем блюд за день	2510					
Среднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		92,905	78,725	497,3756	2510,8429	
интернированные	% удовлетворения суточной потребности		120,6558442	99,6518987	148,4703284	106,8443787	
	средняя сбалансированность		1,206558442	0,99651899	5,938813134		
	Суммарный объем блюд за день	1880					
Среднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		56,055	56,265	362,06	1621,91	
школа	% удовлетворения суточной потребности		72,7987013	71,221519	108,0776119		
	средняя сбалансированность		0,727987013	0,71221519	4,323104478		

			Пи	щевые вещес	тва		
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
День : 5		•	·				
	Запеканка из творога	150	31,6	9,2	25,3	310	279
	Соус молочный сладкий (повидло, джем, варенье, сгущенное молоко:(порциями)	50	0,2	0	32,5	131	406, 86, 471
Завтрак	Кисломолочный напиток	200	5,8	5	8	101	470
·	Хлеб пшеничный йодированный	150	0,6	0	97,5	393	1
	Суммарный объем блюд завтрак :	550					
	Итого пищевые вещества завтрак:		38,2	14,2	163,3	935	
	Салат из свеклы с солеными огурцами	100	1,3	6,1	6,2	85	31
	Суп крестьянский с крупой	300	2,62	3,41	17,15	109,8	119
	Печень говяжья по-строгановски	100	14,4	5,78	3,55	121,51	356
05	Картофельное пюре	180	3,78	7,2	10,98	122,4	377
Обед	Компот из свежих плодов и ягод	200,00	0,1	0,1	11,1	46	486
	Хлеб пшеничный йодированный	80	3,76	0,56	39,84	171,2	1
	Суммарный объем блюд обед :	960					
	Итого пищевые вещества обед:		25,96	23,15	88,82	655,91	
	Кондитерское изделие промышленного производства	30	3	7,2	26,4	180	
Полдник	Сок натуральный фруктовый промышленного производства в ассортименте	200	1	0,2	20,2	86	
	Фрукты свежие	120	2,16	0,48	19,44	90,48	82
	Суммарный объем блюд полдник :	350					
	Итого пищевые вещества полдник:		6,16	7,88	66,04	356,48	
	Суммарный объем блюд за день	1310					
реднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		33,42	37,13	161,06	1097,39	
интернированные	% удовлетворения суточной потребности		43,4025974	47	48,07761194	46,69744681	
	средняя сбалансированность		0,434025974	0,47	1,923104478		
	Суммарный объем блюд за день	1310					
реднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		33,42	37,13	161,06	1097,39	
школа	% удовлетворения суточной потребности		43,4025974	47	48,07761194	46,69744681	
	средняя сбалансированность		0,434025974	0,47	1,923104478		

Сполисо оположно ос порисл	Итого за 1 неделю пищевые вещества	411,1131	410,975	2055,7506	12734,7299	
Среднее значение за период	% удовлетворения суточной потребности	106,7826234	104,044304	122,7313791	108,38068	
интернированные	средняя сбалансированность	1,067826234	1,3005538	4,909255164		
Сполисо оположно ос порисл	Итого за 1 неделю пищевые вещества	255,384	262,555	1495,432	8546,47	
Среднее значение за период	% удовлетворения суточной потребности	66,33350649	66,4696203	89,27952239	72,73591489	
школа	средняя сбалансированность	0,663335065	0,83087025	3,571180896		

			Пищевые вещества				
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
Неделя четвертая	``	<u> </u>	•	<u>'</u>		•	
День :1							
	Каша гречневая рассыпчатая	250	14,6	11	64,75	416,5	202
	Масло сливочное (порциями)	10,00	0,08	7,25	0,13	66,09	79
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	267
Завтрак	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,10	9,30	38,00	457
	Хлеб пшеничный йодированный	50	2,35	0,35	24,9	107	1
	Суммарный объем блюд завтрак :	550					
	Итого пищевые вещества завтрак:		22,33	23,3	99,38	690,59	
	Салат из белокочанной капусты с овощными консервами (зеленым горошком; с 01 марта зеленый горошек: терм. Обработка	100	8,29	6,8	24,73	187,24	49
		300	42.20	4,71	19,29	172,5	100
	Суп картофельный с рыбой Азу	120	13,29 6,19	4,71	13,92	97,2	120 153
Обед	,						
	Макаронные изделия отварные Компот из плодов или ягод сушеных(курага)	180	6,66	0,54	35,478	228,42 72	256 494
		80	0,3 3,76	0,01 0,56	17,5 39,84	171,2	494
	Хлеб пшеничный йодированный	980	3,76	0,56	39,04	171,2	1
	Суммарный объем блюд обед : Итого пищевые вещества обед:	900	38,49	16,89	150.758	928.56	
	итого пищевые вещества обед.		30,49	10,09	130,736	920,30	
	Кондитерское изделие промышленного производства	30	3	7,2	26,4	180	
Полдник	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200,00	0,00	0,00	15,00	60,00	484
Полдник	Фрукты свежие	120	2,16	0,48	19,44	90,48	82
	Суммарный объем блюд полдник :	350,00					
	Итого пищевые вещества полдник:		5,16	7,68	60,84	330,48	
	Жаркое по домашнему	250	21,73	17,4	26,08	347,82	328
	Сыр полутвердый (порциями)	20	4,64	5,9	0	71,6	75
	Салат из соленых огурцов с луком	80	0,16	4,8	0,96	48	16
Ужин	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Хлеб пшеничный йодированный	50	2,35	0,35	24,9	107	1
	Суммарный объем блюд ужин :	600					
	Итого пищевые вещества ужин:		29,08	28,55	61,24	612,42	
	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,5	7,2	90,9	470
II Ужин	Изделие промышленного производства	80	5,6	8,93	37,06	252	
н ужин	Суммарный объем блюд II Ужин :	260					
	Итого пищевые вещества II Ужин:		10,82	13,43	44,26	342,9	
	Суммарный объем блюд за день	2740,00					
Среднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		105,88	89,85	416,478	2904,95	
интернированные	% удовлетворения суточной потребности		137,5064935	113,734177	124,321791	123,6148936	
	средняя сбалансированность		1,375064935	1,13734177	4,972871642		
	Суммарный объем блюд за день	1880,00					
Среднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		65,98	47,87	310,978	1949,63	
школа	% удовлетворения суточной потребности		85,68831169	60,5949367	92,82925373		
	средняя сбалансированность		0,856883117	0,60594937	3,713170149		

Возрастная категория.	12 лет и старше		Пищевые вещества				
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки. г	Жиры г	Углеводы. г	Энерг. ценность, ккал	No pougativou
	паименование олюда	Бес олюда	Белки, г	жиры і	уплеводы, г	ККал	№ рецептуры
День :2	Ватрушка "Лакомка"	150	25,2	34,8	43,2	585,99	546
	Кисломолочный напиток	200	5,8	5	43,2 8	101	470
		80	3,76	0,56	39,84	171,2	470
Завтрак	Хлеб пшеничный йодированный					•	00
•	Фрукты свежие Суммарный объем блюд завтрак :	120 550	2,16	0,48	19,44	90,48	82
	Итого пищевые вещества завтрак:	550	36,92	40,84	110,48	948,67	
		100		•	· ·		0.4
	Салат из свеклы с солеными огурцами	100	1,3	6,1	6,2	85	31
	Щи из свежей капусты с картофелем	300	2,1	5,865	10,18	101,7	104
	Котлеты или биточки рыбные (котлеты)	100	13,3	2,67	16	142,667	307
	Картофельное пюре	180	3,78	7,2	10,98	122,4	377
Обед	Соус молочный для запекания	30	1,104	2,52	2,07	35,37	402
- 11	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200,00	0,00	0,00	15,00	60,00	484
	Хлеб пшеничный йодированный	50	2,35	0,35	24,9	107	1
	Хлеб ржаной	60	2,82	0,42	29,88	128,4	2
	Суммарный объем блюд обед :	1020	00.754	05.405	145.04	700 507	
	Итого пищевые вещества обед:		26,754	25,125	115,21	782,537	
	Кондитерское изделие промышленного производства	30	3	7,2	26,4	180	
Пантини	Чай с сахаром	200,00	0,2	0,1	9,3	38	457
Полдник	Фрукты свежие	120	2,16	0,48	19,44	90,48	82
	Суммарный объем блюд полдник :	350,00					
	Итого пищевые вещества полдник:		5,36	7,78	55,14	308,48	
	Печень тушеная в соусе сметанном	120	19,5	15	9	249	359
	Каша ячневая рассыпчатая	180	5,76	5,94	37,44	226,26	208
M. amaza	Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,6	0,1	20,1	84	495
Ужин	Хлеб пшеничный йодированный	100	3,76	0,56	39,84	171,2	1
	Суммарный объем блюд ужин :	600					
	Итого пищевые вещества ужин:		29,62	21,6	106,38	730,46	
	Изделие промышленного производства	100	7	11,2	46,33	315	
	Сок натуральный фруктовый промышленного	200		,	,		
II Ужин	производства в ассортименте		1	0,2	20,2	86	
	Суммарный объем блюд ІІ Ужин :	300					
	Итого пищевые вещества II Ужин:		8	11,4	66,53	401	
	Суммарный объем блюд за день	2820,00					
Среднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		106,654	106,745	453,74	3171,147	
интернированные	% удовлетворения суточной потребности		138,5116883	135,120253	135,4447761	134,9424255	
, ,	средняя сбалансированность		1,385116883	1,35120253	5,417791045		
	Суммарный объем блюд за день	1920,00					
Среднее значение за периол	Итого за день пищевые вещества	,	69,034	73,745	280,83	2039,687	
школа	% удовлетворения суточной потребности		89,65454545	,	83,82985075	,	
	средняя сбалансированность		0,896545455		3,35319403		

	12 логи отаршо		Пи	цевые вещес	тва		
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
День :3	The state of the s	200 03.110Дш	205, :	71.0.52.	у плеведва, г	111001	. не рецентура.
Herra 10	Каша кукурузная молочная жидкая	250	6,75	8	38	250,5	231
	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,09	79
	Сыр полутвердый (порциями)	18	4,176	5,31	0	64,44	75
Завтрак	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	462
1	Хлеб пшеничный йодированный	80	3,76	0,56	39,84	171.2	1
	Суммарный объем блюд завтрак :	558	-, -	1,11	, -	,	
	Итого пищевые вещества завтрак:		18,066	24,02	91,77	646,23	
	Маринад овощной с томатом	80	1,528	7,92	9,048	113,52	429
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	300	8,745	6,84	20,385	178,2	124
	Котлеты из говядины	100	13	8	15	184	339
	Пюре гороховое с маслом	180	3,96	0,9	7,146	52,56	389
Обед	Соус красный основной	30	0,6	0,78	1,857	16,89	422
	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,1	0,1	11,1	46	486
	Хлеб пшеничный йодированный	80	3,76	0.56	39,84	171.2	1
	Суммарный объем блюд обед :	970	5,. 5	0,00	00,01	,_	
	Итого пищевые вещества обед:	0.0	31,693	25,1	104,376	762,37	
			3	7,2	26,4	180	
	Кондитерское изделие промышленного производства	30	5.0				100
Полдник	Молоко кипяченое	200	5,8	5,3	9,1	107	469
	Фрукты свежие	120	2,16	0,48	19,44	90,48	82
	Суммарный объем блюд полдник :	350	10.00	10.00	54.04	077.40	
	Итого пищевые вещества полдник:		10,96	12,98	54,94	377,48	
	Рулет или картофельная запеканка с овощами	180	13,4	10,9	4,215	168,75	183
	Соус сметанный	40	0,592	3,74	0,968	39,88	408
	Блинчики	100	7,6364	13,1	30,667	270,9	523
Ужин	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Хлеб пшеничный йодированный	80	3,76	0,56	39,84	171,2	1
	Суммарный объем блюд ужин :	600					
	Итого пищевые вещества ужин:		25,59	28,4	84,99	688,73	
	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,5	7,2	90,9	470
II Ужин	Изделие промышленного производства	100	7	11,2	46,33	315	
11 3 7/10111	Суммарный объем блюд II Ужин :	280					
	Итого пищевые вещества II Ужин:		12,22	15,7	53,53	405,9	
	Суммарный объем блюд за день	2758,00					
Среднее значение за период			98,53	106,2	389,606	2880,71	
интернированные	% удовлетворения суточной потребности		127,9576623	134,43038	116,3002985	122,5834043	
	средняя сбалансированность		1,279576623	1,3443038	4,65201194		
	Суммарный объем блюд за день	1878,00					
Среднее значение за период	Итого за день пищевые вещества		60,719	62,1	251,086	1786,08	
школа	% удовлетворения суточной потребности		78,85584416	78,6075949	74,95104478	76,00340426	
	средняя сбалансированность		0,788558442	0,78607595	2,998041791		

	12 лет и старше		Пищевые вещества				
			_		.,	Энерг. ценность,	
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры г	Углеводы, г	ккал	№ рецептуры
День :4	lie.	Ta=a		To -	T	T	laa.
	Каша рисовая молочная жидкая	250	7	8,5	40,75	267,5	234
	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,09	79
	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	267
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88	465
	Хлеб пшеничный йодированный	50	2,35	0,35	24,9	107	1
	Суммарный объем блюд завтрак :	550					
	Итого пищевые вещества завтрак:		17,33	23,2	79,68	591,59	
	Овощи отварные (морковь отварная порционно)	100	1,1	6,2	3,7	75	146
	Свекольник	300	2,175	5,895	150,3	123	98
	Гуляш из говядины	100	15	14,2	2,5	197,5	327
Обед	Каша перловая рассыпчатая	180	5,4	5,94	38,16	227,7	207
Обед	Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,6	0,1	20,1	84	495
	Хлеб пшеничный йодированный	80	3,76	0,56	39,84	171,2	1
	Суммарный объем блюд обед :	960					
ı	Итого пищевые вещества обед:		28,035	32,895	254,6	878,4	
	Кондитерское изделие промышленного производства	30	3	7,2	26,4	180	
	Чай с сахаром	200,00	0,2	0,1	9,3	38	457
Полдник	Фрукты свежие	120	2,16	0,48	19,44	90,48	82
	Суммарный объем блюд полдник :	350,00					
	Итого пищевые вещества полдник:		5,36	7,78	55,14	308,48	
	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	250	16,4	4,39	18,1	178,57	313
	Соус молочный для запекания	40	1,472	3,36	2,76	47,16	402
.,	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200,00	0,00	0,00	15,00	60,00	484
Ужин	Хлеб пшеничный йодированный	120	5,64	0,84	59,76	256,8	1
	Суммарный объем блюд ужин :	610					
	Итого пищевые вещества ужин:		23,512	8,59	95,62	542,53	
	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,5	7,2	90,9	470
II . V	Изделие промышленного производства	100	7	11,2	46,33	315	
II Ужин	Суммарный объем блюд ІІ Ужин :	280		,	,		
	Итого пищевые вещества II Ужин:		12,22	15,7	53,53	405,9	
	Суммарный объем блюд за день	2570,00					
	Итого за день пищевые вещества	-,	86,46	88,165	538,57	2726,9	
интернированные	% удовлетворения суточной потребности		112,2818182	111,601266	160,7671642	116,0382979	
	средняя сбалансированность		1,122818182	1,11601266	6,430686567	,	
	Суммарный объем блюд за день	1860,00			-		
Среднее значение за периол	Итого за день пищевые вещества	-,	50,725	63,875	389,42	1778,47	
школа	% удовлетворения суточной потребности		65,87662338	80,8544304	116,2447761	75,67957447	
	средняя сбалансированность		0,658766234	0,8085443	4,649791045	-,	

нование блюда ченный) п (повидло, джем, варенье, циями) к рованный д завтрак : ва завтрак: ные (порциями) маринованные делиями нисом рв и ягод рованный д обед : ва обед:	Вес блюда 150 50 200 150 550 100 300 120 30 180 200,00 80 1010	Белки, г 2,8 0,2 5,8 0,6 9,4 0,8 3,23 19,86 0,6 3,78 0,1	Жиры г 7,4 0 5 0 12,4 0,1 3,41 7,45 0,78 7,2	Углеводы, г 26,6 32,5 8 97,5 164,6 1,7 20,57 17,37 1,857 10,98	Энерг. ценность, ккал 277 131 101 393 902 11 125,7 216 16,89	№ рецептурь 285 406, 86, 471 470 1 149 116 355
і (повидло, джем, варенье, циями) к рованный д завтрак : ва завтрак: ные (порциями) маринованные делиями нисом	50 200 150 550 100 300 120 30 180 200,00 80	0,2 5,8 0,6 9,4 0,8 3,23 19,86 0,6 3,78 0,1	0 5 0 12,4 0,1 3,41 7,45 0,78 7,2	32,5 8 97,5 164,6 1,7 20,57 17,37 1,857	131 101 393 902 11 125,7 216	285 406, 86, 471 470 1 149 116 355
і (повидло, джем, варенье, циями) к рованный д завтрак : ва завтрак: ные (порциями) маринованные делиями нисом	50 200 150 550 100 300 120 30 180 200,00 80	0,2 5,8 0,6 9,4 0,8 3,23 19,86 0,6 3,78 0,1	0 5 0 12,4 0,1 3,41 7,45 0,78 7,2	32,5 8 97,5 164,6 1,7 20,57 17,37 1,857	131 101 393 902 11 125,7 216	406, 86, 471 470 1 149 116 355
циями) к рованный д завтрак : ва завтрак: ные (порциями) маринованные делиями нисом рв и ягод рованный д обед :	200 150 550 100 300 120 30 180 200,00 80	0,2 5,8 0,6 9,4 0,8 3,23 19,86 0,6 3,78 0,1	0 5 0 12,4 0,1 3,41 7,45 0,78 7,2	32,5 8 97,5 164,6 1,7 20,57 17,37 1,857	131 101 393 902 11 125,7 216	149 116 355
циями) к рованный д завтрак : ва завтрак: ные (порциями) маринованные делиями нисом рв и ягод рованный д обед :	200 150 550 100 300 120 30 180 200,00 80	5,8 0,6 9,4 0,8 3,23 19,86 0,6 3,78 0,1	5 0 12,4 0,1 3,41 7,45 0,78 7,2	8 97,5 164,6 1,7 20,57 17,37 1,857	101 393 902 11 125,7 216	149 116 355
к рованный д завтрак : ва завтрак: ные (порциями) маринованные делиями рисом ров и ягод рованный д обед :	150 550 100 300 120 30 180 200,00 80	0,6 9,4 0,8 3,23 19,86 0,6 3,78 0,1	0 12,4 0,1 3,41 7,45 0,78 7,2	97,5 164,6 1,7 20,57 17,37 1,857	393 902 11 125,7 216	1 149 116 355
д завтрак : ва завтрак: ные (порциями) маринованные делиями нисом ов и ягод рованный д обед :	150 550 100 300 120 30 180 200,00 80	0,6 9,4 0,8 3,23 19,86 0,6 3,78 0,1	12,4 0,1 3,41 7,45 0,78 7,2	164,6 1,7 20,57 17,37 1,857	902 11 125,7 216	116 355
д завтрак : ва завтрак: ные (порциями) маринованные делиями нисом ов и ягод рованный д обед :	100 300 120 30 180 200,00 80	9,4 0,8 3,23 19,86 0,6 3,78 0,1	0,1 3,41 7,45 0,78 7,2	164,6 1,7 20,57 17,37 1,857	902 11 125,7 216	116 355
ва завтрак: ные (порциями) маринованные делиями нисом рв и ягод рованный д обед :	100 300 120 30 180 200,00 80	0,8 3,23 19,86 0,6 3,78 0,1	0,1 3,41 7,45 0,78 7,2	1,7 20,57 17,37 1,857	11 125,7 216	116 355
делиями рисом рв и ягод рованный д обед :	300 120 30 180 200,00 80	3,23 19,86 0,6 3,78 0,1	3,41 7,45 0,78 7,2	20,57 17,37 1,857	125,7 216	116 355
делиями рисом рв и ягод рованный д обед :	300 120 30 180 200,00 80	3,23 19,86 0,6 3,78 0,1	3,41 7,45 0,78 7,2	20,57 17,37 1,857	125,7 216	116 355
рв и ягод рованный д обед :	120 30 180 200,00 80	19,86 0,6 3,78 0,1	7,45 0,78 7,2	17,37 1,857	216	355
ов и ягод рованный д обед :	30 180 200,00 80	0,6 3,78 0,1	0,78 7,2	1,857		
ов и ягод рованный д обед :	30 180 200,00 80	0,6 3,78 0,1	0,78 7,2	1,857		
ов и ягод рованный д обед :	180 200,00 80	3,78 0,1	7,2			422
оованный д обед :	200,00 80	0,1			122,4	377
оованный д обед :	80		0,1	11,1	46	486
д обед :		3,76	0,56	39,84	171,2	1
		,	,	•	•	
		32,13	19,6	103,417	709,19	
промышленного производства	30	3	7,2	26,4	180	
овый промышленного	200					
менте		1	0,2	•	86	
	120	2,16	0,48	19,44	90,48	82
	350					
		6,16	7,88	66,04	356,48	
	1910,00					
					83,7306383	
		0,619350649	0,50481013	3,988740299		
д за день	1910,00					
вещества		47,69	39,88		,	
		61,93506494	50,4810127	99,71850746	83,7306383	
ность		0,619350649	0,50481013	3,988740299		
1	д полдник: гва полдник: д за день вещества чной потребности ность д за день вещества	д полдник: 350 гва полдник: 1910,00 вещества 1944ой потребности 444ость 1910,00 вещества 1910,00 вещества 1944ой потребности 1944ой потребности 1944ой потребности 1944ой потребности 1944ой потребности	д полдник: 350 6,16 гва полдник: 6,16 д за день 1910,00 47,69 вещества 47,69 чной потребности 61,93506494 ность 0,619350649 вещества 47,69 вещества 47,69 вещества 47,69 вещества 47,69	д полдник: 350 6,16 7,88 7,88 7,88 7,89 7,89 7,89 7,89 7,89	д полдник: 350 6,16 7,88 66,04 7,88 66,04 1910,00 47,69 39,88 334,057 1910,00	д полдник: 350 6,16 7,88 66,04 356,48 д за день 1910,00 39,88 334,057 1967,67 иной потребности 61,93506494 50,4810127 99,71850746 83,7306383 ность 0,619350649 0,50481013 3,988740299 д за день 1910,00 39,88 334,057 1967,67 вещества 47,69 39,88 334,057 1967,67 иной потребности 61,93506494 50,4810127 99,71850746 83,7306383

Пищевые вещества