

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель
 Т.А. Замулина
« 10 »  2023 год

Индивидуальный предприниматель
 Н.И. Звягина
« 10 »  2023 год

Индивидуальный предприниматель
 В.Б. Карпачев
« 10 »  2023 год

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ – РАСКЛАДКА
для организации питания детей обучающихся по программам начального общего образования, относящихся к льготным категориям, утвержденным постановлением администрации города Ставрополя от 29.04.2021 № 914 «Об утверждении Порядка обеспечения бесплатным горячим питанием отдельных категорий обучающихся по образовательным программам начального общего образования в муниципальных общеобразовательных организациях города Ставрополя или предоставления их родителям (законным представителям) денежной компенсации его стоимости и финансовых норм питания за счет средств бюджета города Ставрополя»
«на период с 01.09.2023 по 29.11.2023 – с 02.04.2024 по 31.05.2024 и с 30.11.2023 по 01.04.2024 2023/2024 учебного года»

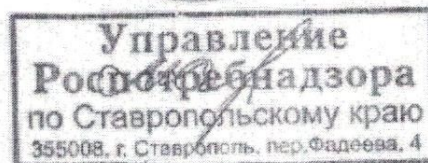
СОГЛАСОВАНО:

Руководитель комитета образования администрации города Ставрополя



Е.В. Волосовцова

Заместитель начальника отдела санитарного надзора
Управления Роспотребнадзора по Ставропольскому краю



М.И. Сорокина

Заместитель руководителя комитета образования администрации города Ставрополя

А.С. Тенн

Руководитель планово-экономического отдела комитета образования администрации города Ставрополя



Н.А. Черниговская

Директор МБОУ лицея № 23 г.Ставрополя

И.В.Шенетц

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ - РАСКЛАДКА
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ,
 относящихся к льготной категории, утвержденной постановлением администрации города Ставрополя от 29.04.2021 № 914
 на период с 01.09.2023 по 28.11.2023 - с 02.04.2024 по 31.05.2024
 2023/2024 учебного года

№ п/п	Наименование блюда	Пшеничные изделия					Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витаминны			Минеральные вещества			
		Вес блюда	Бисквит, г	Жирны, г	Углеводы, г	В1, мг			С, мг	А, мг	Мг, мг	Сл, мг	Р, мг	Fe, мг	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
ПОЛДНИК I КЛАСС															
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (салатный)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6	
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОВОДЫМИ	1/230	5,6	5,4	17,5	149,7	№ 82 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1	
3	ВИТОЧКИ ИЗ ГОЛЦДИНЫ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/90/9	16,5	24,2	14,3	314,9	№ 208 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8	
4	МАКАРОНЫ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	5,4	0,7	34,7	166,5	№ 309 2015г.	0,1	0,9	0,0	8,4	15,2	45,3	1,0	
5	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	47,0	1,0	
Итого за обед:															
		859	36,4	32,6	133,5	959,4		0,6	24,9	0,8	140,8	147,9	417,4	8,5	
ПОЛДНИК (увольняемые)															
1	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ и маслом сливочным	1/200/80	9,5	7,2	53,6	320,0	№ 188 2015г.	0,0	0,2	0,0	47,2	135,6	177,0	1,9	
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0	
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	2,0	0,0	
Итого за обед:															
		590	8,3	10,5	45,5	520,9		0,2	0,0	0,1	33,0	24,0	86,0	2,0	
		1449	44,7	43,0	179,0	1 280,3		0,8	24,9	0,9	179,8	171,9	503,4	10,5	
ВТОРИК I КЛАСС															
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (салатный)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,8	
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ со сметаной	1/250/10	1,8	5,0	12,3	102,0	№ 82 2015г.	0,0	22,2	0,2	27,4	34,5	51,8	1,3	
3	РЫБА МИНТАЙ ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/90/9	17,1	8,2	0,9	146,0	№ 277 2015г.	0,1	0,5	0,0	45,8	15,3	195,7	0,9	
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	3,6	7,1	25,2	189,0	№ 310 2015г.	0,2	25,9	0,0	36,6	24,6	100,4	1,5	
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	5,4	21,3	3,4	0,6	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	43,0	1,0	
Итого за обед:															
		899	32,0	27,8	106,1	780,7		0,5	152,5	0,2	157,5	152,4	459,3	6,7	
ПОЛДНИК (увольняемые)															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (салатный)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6	
2	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/197/8/32	10,8	12,0	27,2	267,5	№ 204 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,2	25,6	101,6	0,9	
3	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/200/1/5/7	0,4	6,0	11,7	49,5	№ 377 2015г.	0,0	3,3	0,0	11,7	27,2	15,5	1,5	
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0	
Итого за обед:															
		629	167,8	138,5	653,1	4 531,4		11,5	359,5	12,6	706,8	1 089,2	2 181,7	80,8	
		1528	193,5	161,4	799,2	5 302,1		12,0	512,0	12,8	864,3	1 241,7	2 011,1	87,4	

СРЕДА 1 периода

№ п/п	Наименование блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура	Витамины					Минеральные вещества				
		Вес блюда	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Соль			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Сл, мг	Р, мг	К, мг	Са, мг	Мг, мг	Сл, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
Обед																		
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	160	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6				
2	СУП КАРЕФЕЛЛИНИ с куриной грудкой	1750	1,7	2,7	13,3	85,2	№ 101 2015г.	0,1	16,5	0,2	24,3	23,6	55,1	1,0				
3	КУРИЦЫ ИЗ МЯСА ГОРЯДИНЫ с соусом сытным с томатами	1900/80	16,5	24,2	14,3	309,5	№ 268, 331 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	160,2	7,8				
4	КАША ГРЕЧЕВАЯ РАСПЫЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1180	30,6	11,5	47,8	336,0	№ 382 2015г.	0,2	0,0	0,0	168,6	31,6	252,4	5,7				
5	Каша из яблок сушеных	1200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 354 2015г.	0,0	0,0	0,0	9,4	9,4	0,0	0,0				
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1750	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1750	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
	Итого за pranzo обед:	900	37,7	40,6	147,4	1068,0		0,6	31,8	0,7	288,7	136,1	578,3	12,1				
ПОЛДНИК (салатный)																		
1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВЯНОЙ КРУПЫ	1200/10	8,0	10,2	33,2	256,7	№ 182 2015г.	0,2	1,3	0,1	68,4	140,0	254,5	2,6				
2	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3				
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1750	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1750	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1710	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0				
	Итого за pranzo полдник:	520	19,4	23,1	65,9	681,1		0,4	2,6	0,2	129,1	226,7	364,0	4,9				
	Всего за день:	1430	57,1	63,7	235,3	1749,1		1,0	34,4	0,9	415,8	365,8	940,3	17,0				

ЧЕТВЕРГ 1 периода

№ п/п	Наименование блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура	Витамины					Минеральные вещества				
		Вес блюда	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Соль			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Сл, мг	Р, мг	К, мг	Са, мг	Мг, мг	Сл, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
Обед																		
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	160	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4				
2	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с вареном картофелем	1250	2,0	6,1	7,0	83,2	№ 88 2015г.	0,0	34,1	0,2	20,1	52,4	37,1	0,9				
3	ШОШ ИЗ ПТИЦЫ	190/270	25,4	14,8	56,7	454,0	№ 291 2015г.	4,2	9,0	0,0	80,9	69,6	258,2	2,8				
4	Компот из смеси сухофруктов	1200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 149 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0				
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1750	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1750	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
	Итого за pranzo обед:	880	36,2	23,2	128,9	870,1	0,0	6,4	47,0	0,2	147,2	168,0	403,3	6,1				
ПОЛДНИК (салатный)																		
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	160	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6				
2	ОБЪЕД с яблочным пюре и яблоком сушеным	1710/10	12,6	32,4	18,8	420,0	№ 213 2015г.	0,2	5,6	235,4	22,6	89,1	224,2	2,8				
3	НАПИТОК ИЗ ПИЛОЛ ПИТОВИКА	1200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	3,4	0,6	0,6				
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1750	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1750	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1710	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0				
	Итого за pranzo полдник:	500	21,5	34,8	85,9	754,1		0,4	105,6	235,4	59,0	133,7	311,6	5,4				
	Всего за день:	1440	57,6	58,0	213,9	1624,2		0,8	152,6	235,6	206,3	301,8	714,9	11,5				

ИЗДЕЛИЯ

№ п/п	Наименование блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витаминны					Минеральные вещества				
		Вес блюда	Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	Обла			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	К, мг	Р, мг	Ca, мг	Mg, мг	Fe, мг	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	140	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6				
2	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и вертофеля	1250	4,0	2,9	20,1	119,1	№ 112 2015г.	0,1	7,1	0,2	22,0	24,1	56,8	0,9				
3	ЗРАДЫ рубленные из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1505	11,6	13,5	13,8	202,6	№ 274 2015г.	0,1	0,2	31,2	18,2	32,1	316,6	8,4				
4	КАРТОФЕЛЬНЫЕ ПИРОГ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1180	3,9	11,5	22,7	217,8	№ 312 2015г.	0,1	22,4	0,0	34,5	52,5	109,7	1,3				
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1260	0,7	0,3	20,8	89,2	№ 308 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6				
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 116 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	4,3	1,65	21,25	120,00	№ 116 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
	Итого за проработанный	855	29,1	30,4	125,0	887,6		0,5	144,7	31,5	123,1	161,4	386,1	13,8				
	ПОДЛИНК (УЧАСТИТЕЛЬНЫЙ)																	
1	ВАРЕНИКИ ЛЕГКИЕ отварные с молоком	1200/40	25,7	13,8	39,3	384,7	№ 218 2015г.	0,0	0,6	92,6	37,3	250,9	291,0	0,5				
2	ЧАЙ С МЯМОМ*	1200/157	0,4	0,0	11,7	49,5	№ 377 2015г.	0,0	3,3	0,0	11,7	27,2	15,5	1,5				
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 116 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	4,3	1,65	21,25	120,00	№ 116 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	572	34,3	16,0	96,4	680,1	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0				
	Итого за проработанный	1427	62,4	46,4	211,4	1507,7		0,2	3,9	92,6	82,0	301,4	390,5	4,0				
	Всего за день:							0,7	148,6	124,1	265,1	462,5	776,6	17,8				

ПОДЛИНК 2 (УЧАСТИТЕЛЬНЫЙ)

№ п/п	Наименование блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витаминны					Минеральные вещества				
		Вес блюда	Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	Обла			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	К, мг	Р, мг	Ca, мг	Mg, мг	Fe, мг	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (свекла)	150	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	15,6	24,0	0,4				
2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ со сметаной	1250/10	3,0	4,2	10,2	91,0	№ 99 2015г.	0,1	11,0	0,2	22,0	30,0	53,0	0,8				
3	ТЕРТЕЛИ из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1500/70	12,8	14,3	16,8	301,6	№ 278 531 2015г.	0,0	1,2	0,0	30,0	45,7	144,6	1,4				
4	КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным	1180	3,6	4,6	37,7	206,0	№ 302 2015г.	0,0	0,0	0,0	26,0	11,0	78,0	0,0				
5	Компот из фруктов с сахаром	1200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0				
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 116 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	4,3	1,65	21,25	120,00	№ 116 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
	Итого за проработанный	960	24,2	25,4	131,0	931,5		0,3	16,1	0,2	124,2	132,7	383,6	5,2				
	ПОДЛИНК (УЧАСТИТЕЛЬНЫЙ)																	
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	140	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6				
2	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1197/32	10,8	12,0	27,2	267,5	№ 284 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,2	236,1	161,6	0,9				
3	КОФЕЛЬНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3				
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 116 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	4,3	1,65	21,25	120,00	№ 116 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	607	22,1	8,3	75,0	616,9	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0				
	Итого за проработанный	1567	50,3	41,9	220,8	1540,4		0,6	17,4	0,2	192,1	453,9	683,7	8,4				

ДИЕТИЧЕСКИЕ И НЕДИЕТИЧЕСКИЕ

№ п/п	Наименование блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества				
		Вес блюда	Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	Обезжиренный			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	Cl, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/60	0,7	0,1	2,2	34,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6				
2	РАССОЛЫШНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	1/250	2,3	5,3	16,4	122,4	№ 96 2015г.	0,1	16,8	0,2	27,8	28,0	71,8	1,2				
3	ТЕРТЕРЛИ рубленое из мяса с соусом сметанным с помидором	1/90/80	13,2	12,9	18,8	216,0	№ 239/231 2015г.	0,5	2,3	29,0	32,6	102,1	195,8	1,0				
4	КАРТФЕЛЬНОЕ ПОРЕ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	3,9	11,5	22,7	217,8	№ 312 2015г.	0,1	22,4	0,0	34,5	52,5	109,9	1,3				
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6				
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
	Итого за прием пищи:	930	29,0	32,2	126,3	932,3		0,5	156,5	29,3	143,3	235,3	480,3	6,7				
НОДНИК (кiloкалорийные)																		
1	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ и с молоком	1/200/80	12,3	13,6	64,6	434,9	№ 188 2015г.	0,0	0,2	0,0	47,2	9,3	173,6	1,9				
2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/200/157	0,1	0,0	15,9	65,0	№ 377 2015г.	0,0	2,8	0,0	3,0	12,8	1,5	0,1				
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0				
	Итого за прием пищи:	612	20,6	15,8	128,0	745,8		0,2	3,0	0,0	83,2	36,5	259,1	4,0				
	Всего за день:	1542	49,6	48,0	252,2	1 678,1		0,7	159,5	29,3	236,5	261,8	739,4	10,7				

СРЕДНЯЯ 3 недели

№ п/п	Наименование блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества				
		Вес блюда	Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	Обезжиренный			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4				
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	1/250	5,6	5,4	17,5	140,7	№ 102 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	87,7	2,1				
3	КОЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ВЪСЛЕР-ЦИПЛЯТ с мясным соусом "Крестьянское" 72,5%	1/90/9	14,1	18,4	15,7	217,5	№ 295 2015г.	0,1	1,4	0,2	28,4	9,5	145,9	2,0				
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	5,4	0,7	14,7	166,5	№ 309 2015г.	0,1	0,0	0,0	8,4	15,2	45,3	1,0				
5	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	0,2	0,2	27,1	111,1	№ 342 2015г.	0,0	4,0	0,0	4,9	14,5	4,4	0,9				
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
	Итого за прием пищи:	659	34,1	27,0	141,9	891,3		0,6	18,9	0,5	121,5	124,6	387,3	8,4				
НОДНИК (кiloкалорийные)																		
1	Молочная каша из греческой крупы с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/200/10	6,6	9,7	24,4	210,3	№ 183 2015г.	0,1	1,3	0,1	52,9	150,9	188,3	2,6				
2	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 329 2015г.	0,0	1,3	0,0	11,7	42,1	53,5	0,3				
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,0	1,0	2,0	0,0	0,0				
	Итого за прием пищи:	520	18,0	22,6	87,1	624,7		0,3	2,6	0,2	104,6	237,0	327,8	4,9				
	Всего за день:	1379	49,1	49,5	229,6	1 526,0		0,9	21,5	0,7	226,1	361,6	715,1	13,3				

ЧЕТВЕРТ 2 недели

№ п/п	Наименование блюда	Пшеничные вещества			Злаковые вещества			Витаминный			Минеральные вещества				
		Вес блюда	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептура	В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	К, мг	Fe, мг	
Общая															
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1,60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	35,6	0,6	
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	1,250/10	1,8	5,0	12,3	102,0	№ 82 2015г.	0,0	22,2	0,2	27,4	94,5	51,8	1,3	
3	ЗРАЗЫ рубленные из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1,90/70	11,6	13,5	13,8	224,0	№ 274, 331 2015г.	0,1	0,2	31,2	18,2	32,1	116,6	8,4	
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянский" 72,5%	1/180	3,6	7,1	25,2	189,0	№ 310 2015г.	0,2	25,9	0,0	36,6	24,6	100,4	1,5	
5	НАЛИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
	Итого за период:	960	26,6	28,1	119,7	863,1		0,5	163,3	31,5	130,6	163,9	371,8	14,4	
ПОДЛИНК (употребляемый)															
1	Пудинг из творога (запеченный) со отсушенным молоком	1/200/80	24,5	19,2	63,0	532,8	№ 222 2015г.	0,1	0,9	113,1	56,8	344,0	381,5	1,8	
2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/200/157	0,3	0,1	16,4	67,0	№ 377 2015г.	0,0	3,2	0,0	3,4	8,6	10,8	1,1	
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянский" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0	
	Итого за период:	612	33,0	21,5	134,9	836,7		0,3	4,1	113,1	98,2	378,6	476,3	4,9	
	Всего за день:	1572	59,6	49,6	244,4	1 699,8		0,8	167,4	144,6	225,8	539,5	848,1	19,3	

ПЯТНИЦА 2 недели

№ п/п	Наименование блюда	Пшеничные вещества			Злаковые вещества			Витаминный			Минеральные вещества				
		Вес блюда	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептура	В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	К, мг	Fe, мг	
Общая															
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	2,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4	
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЙКАМИ	1/250	5,6	4,8	10,2	115,0	№ 108 2015г.	0,1	0,8	5,9	16,8	23,7	56,6	0,6	
3	ВУЛЧОК ИЗ ГОРЯЧЕГО с маслом сливочным "Крестьянский" 72,5%	1/90/9	16,5	24,2	14,3	343,9	№ 208 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8	
4	КАША ПШЕНИЧНАЯ рисоватая с маслом сливочным "Крестьянский" 72,5%	1/180	7,1	10,1	40,3	268,0	№ 302 2015г.	0,1	0,0	41,0	51,4	29,3	141,0	1,7	
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
	Итого за период:	849	38,0	41,4	131,1	1 059,8		0,4	5,1	47,3	170,3	142,1	494,4	7,4	
ПОДЛИНК (употребляемый)															
1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ с маслом сливочным "Крестьянский" 72,5%	1/200/10	6,8	10,1	25,6	212,4	№ 182 2015г.	0,1	1,7	0,0	53,8	160,2	191,2	2,9	
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	50,0	1,0	
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянский" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0	
	Итого за период:	529	18,0	23,1	95,9	667,3	0,0	0,3	2,7	0,1	106,8	305,2	367,2	5,9	
	Всего за день:	1379	56,0	64,4	227,0	1 727,1		0,7	7,8	47,4	279,9	447,3	861,6	13,3	

ИТОГО ПО ПЕРИОДУ МЕНЮ

Итого	Пшеничные вещества			Злаковые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого за весь период	683,8	625,7	2 764,2	19 702,8			
Среднее значение за период	68,4	62,6	276,4	1 970,3			
Итого							
Итого за весь период							
В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	К, мг	Fe, мг
18,8	1 246,1	596,5	3 012,7	4 607,9	9 393,3	179,3	17,9
1,9	124,6	59,6	301,3	460,8	939,3	17,9	

* Можно готовить без добавления сахара, при этом сахар можно заменить перцовой (фасольной) или в сахарице

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ - РАСЧЕТКА
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ,
 относящихся к льготной категории, утвержденной постановлением администрации муниципального образования город Ставрополь от 29.04.2021 № 914
 на осенне-зимний период с 30.11.2023 по 01.04.2024
 2023/2024 учебного года

№ п/п	Наименование блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура	Витамины				Минеральные вещества			
		Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	Обезжиренный, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	К, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
ПОНЕДЕЛЬНИК 1 день															
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (пюре)	160	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6	
2	СУПКАРОФЕЛЬНЫЙ С ЛЮБИМИИ	1250	5,6	5,4	17,5	140,7	№ 102 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	3,1	
3	ВЫПЛОК ИЗ ГОВЯДИНЫ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1940	16,5	24,2	14,3	314,9	№ 308 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8	
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1150	5,4	0,7	34,7	166,5	№ 309 2015г.	0,1	0,0	0,0	8,4	15,2	45,3	1,0	
5	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	4,3	1,65	21,25	120,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
8	Итого за прием пищи:	899	36,3	32,4	134,4	957,4		0,6	16,2	0,7	143,8	145,5	417,4	8,5	
ВТОРНИК 1 день															
Обед															
1	ЗАПЕКАНКА РЫБОВАЯ С ТВОРОГОМ и с маслом сливочным	1200/80	9,3	7,2	53,6	320,0	№ 188 2015г.	0,0	0,2	0,0	47,2	135,6	177,0	1,9	
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1200	2,9	2,5	29,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0	
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	110	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0	
6	Итого за прием пищи:	390	8,3	10,5	45,5	320,9		0,2	0,0	0,1	33,0	24,9	86,0	2,4	
7	Всего за день:	1449	44,6	42,9	178,9	1 278,3		0,8	16,2	0,8	176,8	169,5	503,4	19,3	

№ п/п	Наименование блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура	Витамины				Минеральные вещества			
		Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	Обезжиренный, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	К, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
ВТОРНИК 1 НЕДЕЛЯ															
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (пюре)	160	0,6	0,0	1,0	6,0	№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,3	
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ со сметаной	1250/10	1,8	5,0	12,3	102,0	№ 82 2015г.	0,0	22,2	0,2	27,4	54,3	51,8	1,3	
3	РЫБА МЯГКАЯ ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ сливочным "Крестьянское" 72,5%	180/9	17,1	8,2	0,9	146,0	№ 237 2015г.	0,1	0,5	0,0	48,8	15,5	195,7	0,9	
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1780	3,6	7,1	25,2	189,0	№ 310 2015г.	0,2	25,9	0,0	56,6	24,0	100,4	1,5	
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1200	0,7	0,3	29,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
8	Итого за прием пищи:	899	32,0	22,7	105,6	777,1		0,5	150,7	0,2	154,7	147,3	449,7	6,7	
ПОНЕДЕЛЬНИК 2 НЕДЕЛЯ															
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (пюре)	160	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6	
2	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1197/80/22	10,8	12,0	37,2	267,5	№ 204 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,2	236,1	161,6	0,9	
3	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1200/15/7	0,4	0,0	11,7	49,5	№ 377 2015г.	0,0	3,3	0,0	11,7	27,2	15,5	1,5	
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	110	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,0	1,0	2,0	0,0	0,0	
7	Итого за прием пищи:	629	161,3	136,1	651,9	4 518,2		11,5	338,4	12,4	695,2	1 074,0	2 132,5	50,8	
8	Всего за день:	1538	193,3	169,9	757,4	5 287,3		12,0	394,1	12,6	849,9	1 231,3	3 562,3	57,4	

СРЕДА 1 ведем

№ п/п	Наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества				
		Вес блюда	Белки, г	Жиры, г			Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Обед														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (помидоры)	160	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	8,0	13,6	0,6
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ с крутой рисовой котлетой из мяса говядины с соусом сметанным	1250	1,7	2,7	13,3	85,2	№ 101 2015г.	0,1	16,5	0,2	24,3	23,6	55,1	1,0
3	с томатом	1900	16,5	24,2	14,3	309,5	№ 268 331 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	169,2	2,8
4	КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянский" 72,5%	1180	10,6	11,5	47,8	336,0	№ 302 2015г.	0,2	0,0	0,0	168,6	31,6	252,8	5,7
5	Блюдо из овощей тушеных	1200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 354 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1750	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1750	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
	Итого за прием пищи:	900	37,6	40,5	142,3	1066,0		0,6	23,1	0,6	292,7	136,7	576,3	12,1
ПОДЛИНК (употреблять)														
1	КАША ЖЕЛТАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ	1200/10	8,0	10,2	33,2	256,7	№ 182 2015г.	0,2	1,3	0,1	68,4	140,6	224,5	2,6
2	КРОКЕТИ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1200	3,1	2,4	17,2	203,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,3	0,3
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1750	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1750	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	110	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0
	Итого за прием пищи:	520	19,4	23,1	95,9	681,1		0,4	2,6	0,2	120,1	226,7	364,0	4,9
	Всего за день:	1430	57,0	63,6	238,2	1747,1		1,0	25,7	0,8	412,8	363,4	940,3	17,0

ЧЕТВЕРТ 1 ведем

№ п/п	Наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества				
		Вес блюда	Белки, г	Жиры, г			Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Обед														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (огурцы)	160	0,6	0,0	1,0	6,0	№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	0,0	8,4	14,4	0,4
2	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с картофелем	1250	2,0	6,1	7,0	80,2	№ 88 2015г.	0,0	34,1	0,2	20,1	57,4	37,1	0,9
3	ПЮФ ИЗ ПТИЦЫ	1900/270	25,4	14,8	54,7	454,0	№ 291 2015г.	0,2	9,0	0,0	80,9	69,6	258,2	2,8
4	Компот из свежих фруктов	1200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1750	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1750	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
	Итого за прием пищи:	850	36,2	23,1	127,5	866,5	0,0	0,4	45,2	0,2	144,4	162,8	383,7	6,1
ПОДЛИНК (употреблять)														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (помидоры)	160	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	8,0	13,6	0,6
2	ОМЛЕТ с зеленым горошком и маслом сливочным	1120/10	12,6	32,4	420,0	420,0	№ 213 2015г.	0,2	5,6	235,4	27,6	89,4	224,2	2,8
3	НАПИТОК ИЗ ПЮФОВ ПИЦЦОВНИКА	1200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1750	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1750	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	110	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0
	Итого за прием пищи:	560	21,5	34,8	85,0	754,1		0,4	105,6	235,4	59,0	133,7	311,6	5,4
	Всего за день:	1440	57,6	57,9	212,4	1628,6		0,8	150,8	235,6	203,5	296,6	708,3	11,5

ЦЕЛЮЩАЯ ПЕЧЕНЬ

№ в/п	Наименование блюда	Пшеничные вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества				
		Белок, г	Жир, г	Углеводы, г	Общ.			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	К, мг	Р, мг	К, мг	Р, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (помидоры)	160	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6			
2	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и картофелем	1250	4,0	2,9	20,1	119,1	№ 112 2015г.	0,1	7,1	0,2	22,0	24,1	36,8	0,9			
3	БРАУДИ рубленый из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянская" 72,5%	1900,5	11,6	13,5	19,8	202,6	№ 274 2015г.	0,7	0,2	31,2	18,2	32,1	116,6	8,4			
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ с маслом сливочным "Крестьянская" 72,5%	1180	3,9	11,5	20,7	217,8	№ 312 2015г.	0,1	22,4	0,0	34,5	52,5	109,7	1,3			
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1200	0,7	0,3	20,8	83,7	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6			
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,3	11,5	42,0	1,0			
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	4,3	1,63	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
	Итого за прямие ингредиенты:	858	29,0	30,3	124,9	985,6		0,5	135,0	31,4	120,1	189,0	306,1	13,8			
ПОДЛИНК (уплотнитель)																	
1	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ отварные с мясками	1200/40	25,7	15,8	39,3	384,7	№ 218 2015г.	0,0	0,6	92,6	37,3	250,9	291,0	0,5			
2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1200/15,7	0,4	0,0	11,7	49,5	№ 377 2015г.	0,0	3,3	0,0	11,7	27,2	15,5	1,5			
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	4,3	1,63	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянская" 72,5%	110	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0			
	Итого за прямие ингредиенты:	572	34,3	16,0	96,4	604,1		0,2	3,9	92,6	82,0	301,1	390,5	4,0			
	Всего за день:	1427	63,3	46,3	224,3	1565,7		0,7	139,9	124,0	202,1	460,1	776,6	17,8			

КОФЕЛЬНИК 2 летний

№ в/п	Наименование блюда	Пшеничные вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества				
		Белок, г	Жир, г	Углеводы, г	Общ.			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	К, мг	Р, мг	К, мг	Р, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
1	ОВАЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (огурцы)	160	0,6	0,0	1,0	6,0	№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,4			
2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ со сметаной	1250/19	3,0	4,2	10,2	91,0	№ 99 2015г.	0,1	11,0	0,2	32,0	30,0	55,0	0,8			
3	ТЕФТЕЛИ из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1900/70	12,8	14,3	16,8	301,6	№ 278/331 2015г.	0,0	3,2	0,0	30,0	45,7	144,6	1,4			
4	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПАЧАЯ с маслом сливочным	1180	3,6	4,6	37,3	206,0	№ 302 2015г.	0,0	0,0	0,0	36,0	11,0	78,0	0,6			
5	Компот из смеси сухофруктов	1200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 309 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0			
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	4,3	1,63	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
	Итого за прямие ингредиенты:	960	28,2	25,3	120,5	927,9		0,3	14,3	0,2	121,4	127,5	374,9	5,2			
ПОДЛИНК (уплотнитель)																	
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (помидоры)	160	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6			
2	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ с маслом сливочным "Крестьянская" 72,5%	1197/832	10,8	12,0	27,2	267,5	№ 204 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,2	236,1	161,6	0,9			
3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3			
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	4,3	1,63	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянская" 72,5%	110	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0			
	Итого за прямие ингредиенты:	607	22,1	16,6	89,8	616,9		0,3	1,3	0,0	67,9	321,2	295,1	3,2			
	Всего за день:	1567	59,3	41,8	270,3	1544,8		0,6	15,6	0,2	189,3	448,7	673,1	8,4			

ТВОРОЖЕК 2 ПЕКАРИ

№ п/п	Наименование блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества				
		Вес блюда	Вода, г	Жиры, г	Углеводы, г	Смесь, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (пюре)	1/60	0,6	0,0	2,1	Общ	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6				
2	РАКСОЛНИК ДЕННИ ГРАДСКИЙ	1/250	2,3	5,3	16,4	12,0	№ 96 2015г.	0,1	16,8	0,2	27,8	28,0	71,8	1,2				
3	ТВОРОЖЕК рубленый на завтрак с соусом сметанным с сыром	1/80-50	13,2	12,9	18,8	244,0	№ 239/331 2015г.	0,3	2,3	29,0	32,6	102,1	195,8	1,0				
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным	1/180	3,9	11,5	23,7	217,8	№ 312 2015г.	0,1	22,4	0,0	34,5	52,5	109,7	1,3				
5	НАВИТОК ИЗ ПРОЛОТОВ ШВИЦНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6				
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
	Итого за вчерашнее пекарство:	930	28,9	32,1	126,2	930,3		0,5	147,8	29,2	140,3	232,9	420,3	6,7				
ПОДЛИНК (уточненные)																		
1	ЗАПЕКАНКА РЫБОВАЯ С ТВОРОГОМ в с молоком сухим	1/200-80	12,3	13,6	64,6	434,9	№ 188 2015г.	0,0	0,2	0,0	47,2	9,3	173,6	1,9				
2	ЧАЙ С ПИМОНОМ*	1/200-137	0,1	0,0	15,9	65,0	№ 377 2015г.	0,0	2,8	0,0	3,0	12,8	1,5	0,1				
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
5	МАСЛО сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	0,3	75,0	745,8	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	2,0	0,0	0,0				
	Итого за вчерашнее пекарство:	612	20,6	15,8	128,0	745,8		0,2	3,0	0,0	83,2	26,5	259,1	4,0				
	Всего за день:	1542	49,5	47,9	252,1	1 676,1		0,7	190,8	29,2	223,5	359,4	739,4	10,7				

СРЕДНА 2 ПЕКАРИ

№ п/п	Наименование блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества				
		Вес блюда	Вода, г	Жиры, г	Углеводы, г	Смесь, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (огурцы)	1/60	0,6	0,0	1,0	6,0	№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,4				
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КОКОСЫМИ	1/250	5,8	5,4	17,5	140,7	№ 102 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1				
3	КОЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОНДЕР-ЦВЕЛЕТ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/90-9	14,1	18,4	15,7	217,5	№ 295 2015г.	0,1	1,4	0,2	28,4	9,5	145,9	2,0				
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАЖЕННЫЕ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	5,4	0,7	34,7	166,5	№ 309 2015г.	0,1	0,0	0,0	8,4	15,2	45,3	1,0				
5	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	0,2	0,2	21,1	111,1	№ 342 2015г.	0,0	4,0	0,0	4,9	14,5	4,4	0,9				
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
	Итого за вчерашнее пекарство:	889	34,1	26,9	141,4	887,7		0,6	17,1	0,5	118,7	119,4	377,7	8,4				
ПОДЛИНК (уточненные)																		
1	Каша хлопчат колотая из пресловой крупы с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/200-10	6,6	9,7	26,4	210,3	№ 183 2015г.	0,1	1,3	0,1	52,9	150,9	188,3	2,6				
2	КОФЕЙНЫЙ НАВИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,3	0,3				
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
5	МАСЛО сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	0,3	8,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	2,0	0,0	0,0				
	Итого за вчерашнее пекарство:	520	18,0	22,6	87,1	654,7		0,3	2,6	0,2	104,6	237,8	327,8	4,9				
	Всего за день:	1379	52,1	49,4	228,5	1 524,4		0,9	19,7	0,7	223,3	356,4	705,5	13,3				

№ п/п	Наименование блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность, ккал	Витаминный					Минеральные вещества				
		Вес блюда		Жирны, г		Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	К, мг	Fe, мг		
		4	5	6	7	8										9	10
СЕТЬ ИТД																	
Собла																	
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (пюре)	180	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6			
2	БОРЩ КАПУСТНОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	1250/10	1,8	5,0	12,3	102,0	№ 82 2015г.	0,0	22,2	0,2	27,4	54,3	51,8	1,3			
3	ЗРАНЫ рубленные из мяса говядины с соусом сметанным с картофелем	190/70	11,6	13,5	13,8	224,0	№ 274, 331 2015г.	0,1	0,2	31,2	18,7	37,1	116,6	8,4			
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянский" 72,5%	1/180	3,6	7,1	25,2	180,0	№ 310 2015г.	0,2	25,9	0,0	36,0	24,0	100,4	1,5			
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1200	0,7	0,3	20,8	85,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6			
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	6,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	120,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
Итого за период:		612	33,0	21,5	124,8	836,7		0,3	4,1	113,1	95,2	375,6	476,3	4,9			
Весов за день:		1572	59,5	49,5	344,3	1 697,8		0,8	158,7	144,5	222,8	537,1	648,1	19,3			
ПОДЛИНКА (упаковочная)																	
1	Пудинг из творога (сметанный) со сливочным маслом	1200/80	24,5	19,2	63,0	523,6	№ 222 2015г.	0,1	0,9	113,1	56,8	344,0	381,5	1,8			
2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1200/15/7	0,3	0,1	16,4	67,0	№ 377 2015г.	0,0	3,2	0,0	5,4	8,6	10,8	1,1			
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,3	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	120,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянский" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	1,9	2,0	2,0	0,0			
Итого за период:		612	33,0	21,5	124,8	836,7		0,3	4,1	113,1	95,2	375,6	476,3	4,9			
Весов за день:		1572	59,5	49,5	344,3	1 697,8		0,8	158,7	144,5	222,8	537,1	648,1	19,3			

№ п/п	Наименование блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность, ккал	Витаминный					Минеральные вещества				
		Вес блюда		Жирны, г		Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	К, мг	Fe, мг		
		4	5	6	7	8										9	10
СЕТЬ ИТД																	
Собла																	
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (пюре)	180	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	14,4	0,4				
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕНКАМИ	1250	5,6	4,8	10,2	115,0	№ 108 2015г.	0,1	0,8	5,9	16,8	23,7	56,6	0,6			
3	ВИТЧИКИ ИЗ ГОРЯЧИНЫ с маслом сливочным "Крестьянский" 72,5%	190/9	16,5	24,2	14,3	343,9	№ 268 2015г.	0,1	0,3	0,4	53,8	43,1	188,8	2,8			
4	КАША ПШЕНИЧНАЯ рисоватая с маслом сливочным "Крестьянский" 72,5%	1/180	7,1	10,1	40,3	268,0	№ 302 2015г.	0,1	0,0	41,0	51,4	29,3	141,0	1,7			
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0			
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	120,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
Итого за период:		859	38,0	41,3	130,6	1 056,3		0,4	3,2	47,3	167,3	136,9	484,8	7,4			
ПОДЛИНКА (упаковочная)																	
1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ с маслом сливочным "Крестьянский" 72,5%	1200/10	6,8	10,1	25,6	212,4	№ 182 2015г.	0,1	1,7	0,0	33,8	160,2	191,2	2,9			
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,3	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0			
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	120,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянский" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	1,9	2,0	2,0	0,0			
Итого за период:		529	18,0	23,1	95,9	667,3		0,3	2,7	0,1	100,8	305,2	367,2	5,9			
Весов за день:		1379	54,0	64,3	226,5	1 723,5		0,7	5,9	47,4	268,1	442,1	852,0	13,3			

Итого по примерному меню			
Итого	Блюда, г	Пищевые вещества	Энергетическая ценность, ккал
	683,4	Жирны, г	Углеводы, г
Итого за весь период	683,4	624,3	2 779,8
Среднее значение за период	68,3	62,4	278,0
Итого			
	В1, мг	С, мг	А, мг
Итого за весь период	18,8	1 172,5	998,8
Среднее значение за период	1,9	117,3	59,6
	Мг, мг	Са, мг	Р, мг
Итого за весь период	455,5	4 554,7	9 326,1
Среднее значение за период	45,5	455,5	932,6
	К, мг	Fe, мг	
Итого за весь период	932,6	17,9	
Среднее значение за период	93,26	1,79	

*Мясно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице