

ИП \_\_\_\_\_  
" 01 " 04 2016 г.  
Р. А. Платова



**Примерное 10-дневное циклическое меню для учащихся льготной категории 12 лет и старше  
в муниципальных общеобразовательных учреждениях системы Управления  
муниципального образования г. Керчи: сезон весна  
(завтраки, обеды)**

г. Керчь 2016 г.

Директор \_\_\_\_\_  
" 01 " 04 2016 г.



**Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**

Рацион: Весна школа Керчь №12 12 лет и старше

День: понедельник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возраст: 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
<b>Завтрак</b>																
173	Каша вязкая Молочная из овсяной крупы с сахаром	250	10,77	7,44	60,02	351	0,35	1,55	23,81	1,01	181,52	314,88	85,71	2,5		
15	Сыр (порциями)	25	5,8	7,37		91	0,01	0,17	65	0,12	220	125	8,75	0,25		
377	Чай с лимонном	200	1,06	0,26	15,38	69,23	0,01	3,3		0,01	52,3	42,74	22,84	4,19		
13 001	Хлеб пшеничный	45	3,87	0,63	20,3	102,6	0,1			0,95	15,3	89,55	24,75	1,44		
13 003	Хлеб ржаной	30	1,76	0,28	13,33	63	0,06	0,01			7,62		10,95	0,74		
338	Фрукты по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2	16	11	9	2,2		
<b>Итого за Завтрак</b>			23,66	16,38	118,83	723,83	0,56	15,03	88,81	2,29	492,74	583,17	162	9	11,32	
<b>Обед</b>																
47	Салат из квашеной ( ) капусты	80	1,27	4,07	6,19	68,42	0,02	21,84		1,9	39,22	22,25	11,81	0,48		
102	Суп картофельный с Бобовыми (с горохом)	250	7,08	5,65	21,98	167,35	0,3	13,13	0,03	2,45	41,3	100,33	40,03	2,43		
271	Котлеты Домашние с маслом	100	11,28	28,33	10,91	344,39	0,07	0,22	50,22	2,22	19,24	22,39	4,63	0,46		
331	Соус сметанный с томатом.	50	0,74	1,3	3,08	27,25	0,02	0,07	7,5	0,11	12,15	12,07	2,9	0,09		
171	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	180	10,15	11,41	45,72	325,78	0,35		50,63	0,75	18	240,95	159,75	5,38		
349	Компот из смеси сухофруктов	200	1,04	0,06	30,16	126,7	0,02	0,8		1,1	32,6	29,2	21	0,7		
115	Гренки из пшеничного хлеба	40	4,79	0,5	31	148,05	0,07			0,69	12,6	40,95	8,82	0,69		
13 003	Хлеб ржаной	30	1,76	0,28	13,33	63	0,06	0,01			7,62		10,95	0,74		
<b>Итого за Обед</b>			38,11	51,6	162,37	1270,94	0,91	36,07	108,38	9,22	182,73	468,14	259,89	10,97		
<b>Итого за День</b>			61,77	67,98	281,2	1994,77	1,47	51,1	197,19	11,51	675,47	1051,31	421,89	22,29		

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
<b>Завтрак</b>																		
224.1	Запеканка творожно-морковная	180	20,96	17,95	43,94	426,29	0,15	2,54	59,1	3,38	227,98	284,33	44,46	1,16				
9.004	Молоко стуженное	30	2,13	1,5	16,56	88,5	0,02	0,3	7,5	0,03	95,1	68,7	10,2	0,06				
378	Чай с молоком	200	2,45	1,86	17,52	96,85	0,03	1,15	10		109,5	86,2	29	4,2				
13.001	Хлеб пшеничный	50	4,3	0,7	22,55	114	0,11			1,05	17	99,5	27,5	1,6				
13.003	Хлеб ржаной	30	1,76	0,28	13,33	63	0,06	0,01			7,62	11	10,95	0,74				
338	Фрукты по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2	16	11	9	2,2				
<b>Итого за Завтрак</b>			32	22,69	123,7	835,64	0,4	14	76,6	4,66	473,2	549,73	131,11	9,96				
<b>Обед</b>																		
67	Винегрет овощной (с капустой)	80	1,09	8,11	5,3	99,42	0,03	12,76		3,73	28,8	29,18	15,3	0,64				
99	Суп из овощей	250	1,88	5,28	11,13	99,93	0,08	22	0,03	2,35	28,73	52,85	22,25	0,83				
282	Оладьи из печени	100	17,47	24,31	12,11	337,95	0,29	30	7511,82	5,91	13,38	298,44	18,4	6,45				
330	Соус сметанный.	30	0,44	0,78	1,85	16,35	0,01	0,04	4,5	0,06	7,29	7,24	1,74	0,05				
312	Пюре картофельное	180	3,91	6,39	26,42	179,37	0,2	31,14	33,75	0,22	48,92	115,2	39,19	1,42				
389	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	2	0,2	5,8	36	0,06	20		0,8	14	64	24	1,4				
13.001	Хлеб пшеничный	50	4,3	0,7	22,55	114	0,11			1,05	17	99,5	27,5	1,6				
13.003	Хлеб ржаной	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16	666,41	14,6	0,98				
<b>Итого за Обед</b>			33,43	46,15	102,94	967,02	0,86	115,95	7550,1	14,12	168,28	666,41	162,98	13,37				
<b>Итого за День</b>			65,43	68,84	226,64	1802,66	1,26	129,95	7626,7	18,78	641,48	1216,14	294,09	23,33				

День: среда  
Неделя: 1Сезон: 01.01-12.31 (Все)  
Возраст: 12 лет и старше

№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витаминны (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
<b>Завтрак</b>																		
52	Салат из свежеты отварной	80	1,14	4,87	6,69	75,07	0,02	7,6		2,19	28,12	32,78	16,72	1,06				
306	Биточки из птицы паровые	100	10,62	10,76	6,64	165,92	0,03		12,16	0,03	5,23	0,7	5,65	0,36				
209	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	63	0,03		100	0,24	22	76,8	4,8	1				
331	Соус сметанный с томатом.	30	0,44	0,78	1,85	16,35	0,01	0,04	4,5	0,06	7,29	7,24	1,74	0,05				
202	Макаронные изделия отварные.	150	5,78	0,69	37,02	177,45	0,09			7,88	9,98	45,68	8,4	0,84				
382	Какао с молоком	200	3,88	3,8	25,06	151,36	0,04	1,3	20	0,02	125,72	116,2	31	1,04				
13 001	Хлеб пшеничный	50	4,3	0,7	22,55	114	0,11			1,05	17	99,5	27,5	1,6				
13 003	Хлеб ржаной	30	1,76	0,28	13,33	63	0,06	0,01			7,62		10,95	0,74				
<b>Итого за Завтрак</b>			33	26,48	113,42	826,15	0,39	8,95	136,66	11,47	222,96	378,9	106,76	6,69				
<b>Обед</b>																		
70	Овощи натуральные соленые (огурцы)	80	0,64	0,08	1,36	10,4	0,02	4		0,08	18,4	19,2	11,2	0,48				
82	Борщ с капустой и картофелем	250	2,08	5,98	13,93	118,23	0,05	20,15	5,03	2,4	45,53	55,75	24,68	1,15				
234	Котлеты или биточки рыбные	100	12,03	10,43	14,9	202,43	0,17	0,57	10,17	4,14	68,53	181,21	40,31	1,07				
331	Соус сметанный с томатом.	30	0,44	0,78	1,85	16,35	0,01	0,04	4,5	0,06	7,29	7,24	1,74	0,05				
304	Рис отварной.	180	4,59	6,97	48,04	273,22	0,05		36,45	0,34	6,64	99,31	32,4	0,67				
349	Компот из смеси сухофруктов	200	1,04	0,06	30,16	126,7	0,02	0,8		1,1	32,6	29,2	21	0,7				
280	Пампушка	50	2,84	1,19	18,72	96,97	0,07			0,84	9,52	33,68	11,97	0,6				
13 003	Хлеб ржаной	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98				
<b>Итого за Обед</b>			26	25,87	146,74	928,3	0,47	25,57	56,15	8,96	198,67	425,59	157,9	5,7				
<b>Итого за День</b>			59	52,35	260,16	1754,45	0,86	34,52	192,81	20,43	421,63	804,49	264,66	12,39				

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4)  
 Рацион: Весна школа Керчь №12 12 лет и старше

День: четверг

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возраст: 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
<b>Завтрак</b>																		
294	Котлеты рубленые из птицы	100	15,3	21,84	17,28	327,82	0,12	0,34	5,2	3,76	53,1	51,72	10,46	0,7				
331	Соус сметанный с томатом.	30	0,44	0,78	1,85	16,35	0,01	0,04	4,5	0,06	7,29	7,24	1,74	0,05				
171	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	150	8,46	9,51	38,1	271,48	0,29		42,19	0,63	15	200,79	133,13	4,48				
385	Молоко кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	120	0,08	2,6	40		240	180	28	0,2				
13 001	Хлеб пшеничный	50	4,3	0,7	22,55	114	0,11			1,05	17	99,5	27,5	1,6				
338	Фрукты по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2	16	11	9	2,2				
<b>Итого за Завтрак</b>			34,7	39,63	98,98	896,65	0,64	12,98	91,89	5,7	348,39	550,25	209,83	9,23				
<b>Обед</b>																		
47	Салат из квашеной ( ) капусты	80	1,27	4,07	6,19	68,42	0,02	21,84		1,9	39,22	22,25	11,81	0,48				
96	Рассолник ленинградский	250	2,3	5,4	16,98	126,23	0,1	17,5	0,03	2,4	23,93	73,35	26,63	1,03				
259	Жаркое по-домашнему	180	18,45	8,47	17,61	220,97	0,13	21,6		2,84	13,47	65,75	25,1	1,01				
389	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	2	0,2	5,8	36	0,06	20		0,8	14	64	24	1,4				
13 001	Хлеб пшеничный	50	4,3	0,7	22,55	114	0,11			1,05	17	99,5	27,5	1,6				
13 003	Хлеб ржаной	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98				
<b>Итого за Обед</b>			30,66	19,22	86,91	649,62	0,5	80,95	0,03	8,99	117,78	324,85	129,64	6,5				
<b>Итого за День</b>			65,36	58,85	185,89	1546,27	1,14	93,93	91,92	14,69	466,17	875,1	339,47	15,73				

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 5)  
 Рацион: Весна школа Керчь №12 12 лет и старше

День: пятница  
 Неделя: 1

Сезон: 01.01-12.31 (Все)  
 Возраст: 12 лет и старше

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
1	Завтрак	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
	Мира кабанковая консервированная	80	1,52	7,12	6,16	95,2	0,02	5,6	122,4	2,48								
210	Омлет натуральный	150	1,24	15,36	2,02	151,63	0,03	0,52	89,22	0,18	49,81	39,62	5,43	0,08				
15	Сыр (порциями)	25	5,8	7,37		91	0,01	0,17	65	0,12	220	125	8,75	0,25				
523	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	3,44	28,22	156,66	0,04	1,3	20		120,6	90	14	0,16				
	Кондитерское изделие	30	2,22	2,82	21,93	122,1	0,04				7,8	25,2	9	0,42				
365	Желе из сиропа плодового или ягодного	100	2,76	0,01	2,06	20,3					21	9	2,4	0,06				
13 001	Хлеб пшеничный	40	3,44	0,56	18,04	91,2	0,09			0,84	13,6	79,6	22	1,28				
13 003	Хлеб ржаной	20	1,17	0,19	8,89	42	0,04	0,01			5,08		7,3	0,49				
338	Фрукты по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2	16	11	9	2,2				
	Итого за Завтрак		21,75	37,27	97,12	817,09	0,3	17,6	296,62	3,82	453,89	379,42	77,88	4,94				
	Обед																	
70	Овощи натуральные соленные ( )	80	0,64	0,08	1,36	10,4	0,02	4		0,08	18,4	19,2	11,2	0,48				
98	Суп крестьянский с крутой	250	2,25	5,28	13,73	111,98	0,05	20,75	0,03	2,43	33,33	69,1	20,53	0,8				
306	Биточки из птицы паровые	100	10,62	10,76	6,64	165,92	0,03		12,16	0,03	5,23	0,7	5,65	0,36				
331	Соус сметанный с томатом.	30	0,44	0,78	1,85	16,35	0,01	0,04	4,5	0,06	7,29	7,24	1,74	0,05				
171	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	150	8,46	9,51	38,1	271,48	0,29		42,19	0,63	15	200,79	133,13	4,48				
139	Капуста тушеная.	30	0,61	1,1	2,37	23,1	0,01	5,12		0,59	17,63	12,21	6,26	0,25				
389	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	2	0,2	5,8	36	0,06	20		0,8	14	64	24	1,4				
13 001	Хлеб пшеничный	40	3,44	0,56	18,04	91,2	0,09			0,84	13,6	79,6	22	1,28				
13 003	Хлеб ржаной	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98				
	Итого за Обед		30,8	28,65	105,67	810,43	0,64	49,92	58,88	5,46	134,64	452,84	239,11	10,08				
	Итого за день		52,55	65,92	202,79	1627,52	0,94	67,52	355,5	9,28	588,53	832,26	316,99	15,02				

Примерное меню и пищевая ценностьготавливаемых блюд (лист 6)  
 Рацион: Весна школа Керчь №12 12 лет и старше

День: понедельник

Сезон: 01.01-12.31 (Вес)

Неделя: 2

Возраст: 12 лет и старше

№ р-ц.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
<b>Завтрак</b>																		
181	Каша жидкая из манной крупы с сахаром	250	7,25	4,18	50,65	270,32	0,1	1,55	23,81	0,56	150,81	138,51	23,31	0,55				
	Кондитерское изделие	30	2,22	2,82	21,93	122,1	0,04				7,8	25,2	9	0,42				
382	Какао с молоком	200	3,88	3,8	25,06	151,36	0,04	1,3	20	0,02	125,72	116,2	31	1,04				
13 001	Хлеб пшеничный	50	4,3	0,7	22,55	114	0,11			1,05	17	99,5	27,5	1,6				
13 003	Хлеб ржаной	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98				
338	Фрукты по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2	16	11	9	2,2				
<b>Итого за Завтрак</b>			20,39	12,28	147,77	788,78	0,4	12,86	43,81	1,83	327,49	390,41	114,41	6,79				
<b>Обед</b>																		
47	Салат из квашеной ( ) капусты	80	1,27	4,07	6,19	68,42	0,02	21,84		1,9	39,22	22,25	11,81	0,48				
101,01	Суп картофельный с круглой гречневой	250	3,05	3,15	19,5	118,9	0,15	17,25	0,03	1,33	22,13	86,25	43,23	1,55				
291	Плов из птицы	200	18,89	23,27	36,04	429,27	0,05	1,47		4,36	9,51	81,47	28,69	0,61				
389	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	2	0,2	5,8	36	0,06	20		0,8	14	64	24	1,4				
13 001	Хлеб пшеничный	50	4,3	0,7	22,55	114	0,11			1,05	17	99,5	27,5	1,6				
13 003	Хлеб ржаной	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98				
<b>Итого за Обед</b>			31,85	31,77	107,86	850,59	0,47	60,57	0,03	9,44	112,02	353,47	149,83	6,62				
<b>Итого за день</b>			52,24	44,05	255,63	1639,37	0,87	73,43	43,84	11,27	439,51	743,88	264,24	13,41				

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)  
 Район: Весна школа Керчь №12 12 лет и старше

День: вторник  
 Неделя: 2

Сезон: 01.01.-12.31 (Все)  
 Возраст: 12 лет и старше

№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
<b>Завтрак</b>																		
70	Овощи натуральные соленые ( )	80	0,64	0,08	1,36	10,4	0,02	4			0,08	18,4	19,2	11,2	0,48			
210	Омлет натуральный	150	1,24	15,36	2,02	151,63	0,03	0,52	89,22	0,18	49,81	39,62	5,43	0,08				
15	Сыр (порциями)	25	5,8	7,37		91	0,01	0,17	65	0,12	220	125	8,75	0,25				
349	Компот из смеси сухофруктов	200	1,04	0,06	30,16	126,7	0,02	0,8		1,1	32,6	29,2	21	0,7				
13 001	Хлеб пшеничный	50	4,3	0,7	22,55	114	0,11			1,05	17	99,5	27,5	1,6				
13 003	Хлеб ржаной	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98				
338	Фрукты по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2	16	11	9	2,2				
<b>Итого за Завтрак</b>			15,76	24,35	83,67	624,73	0,3	15,5	154,22	2,73	363,97	323,52	97,48	6,29				
<b>Обед</b>																		
67	Винегрет овощной (с капустой)	80	1,09	8,11	5,3	99,42	0,03	12,76		3,73	28,8	29,18	15,3	0,64				
108	Суп картофельный с клецками	250	1,43	3,48	9,88	76,95	0,08	12,28	5,03	1,23	22,03	45	17,93	0,68				
282	Оладьи из печени	100	17,47	24,31	12,11	337,95	0,29	30	7511,82	5,91	13,38	298,44	18,4	6,45				
330	Соус сметанный.	30	0,44	0,78	1,85	16,35	0,01	0,04	4,5	0,06	7,29	7,24	1,74	0,05				
312	Пюре картофельное.	150	3,26	5,33	22,02	149,48	0,17	25,95	28,13	0,18	40,77	96	32,66	1,19				
139	Капуста тушеная.	30	0,61	1,1	2,37	23,1	0,01	5,12		0,59	17,63	12,21	6,26	0,25				
359	Кисель из сока плодового или ягодного с сахаром	200	0,2		37,68	151,9	0,02	3,6		0,48	7,6	16,7	7,2	0,18				
13 001	Хлеб пшеничный	50	4,3	0,7	22,55	114	0,11			1,05	17	99,5	27,5	1,6				
13 003	Хлеб ржаной	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98				
<b>Итого за Обед</b>			31,14	44,19	131,54	1053,15	0,8	89,76	7549,48	13,23	164,66	604,27	141,59	12,02				
<b>Итого за День</b>			46,9	68,54	215,21	1677,88	1,1	105,26	7703,7	15,96	528,63	927,79	239,07	18,31				

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая Ценность (ккал)	Витаминны (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
<b>Завтрак</b>																		
224_1	Запеканка творожно-морковная	180	20,96	17,95	43,94	426,29	0,15	2,54	59,1	3,38	227,98	284,33	44,46	1,16				
9_004	Молоко стуженное	30	2,13	1,5	16,56	88,5	0,02	0,3	7,5	0,03	95,1	68,7	10,2	0,06				
	Кондитерское изделие	30	2,22	2,82	21,93	122,1	0,04				7,8	25,2	9	0,42				
523	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	3,44	28,22	156,66	0,04	1,3	20		120,6	90	14	0,16				
13_001	Хлеб пшеничный	50	4,3	0,7	22,55	114	0,11			1,05	17	99,5	27,5	1,6				
13_003	Хлеб ржаной	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98				
338	Фрукты по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2	16	11	9	2,2				
<b>Итого за Завтрак</b>			35,55	27,19	160,78	1038,55	0,47	14,15	86,6	4,66	494,64	578,73	128,76	6,58				
<b>Обед</b>																		
53	Салат из свеклы с зеленым горошком	80	1,34	3,34	6,56	61,98	0,04	7,84		1,53	22,34	33,57	14,86	1,05				
102	Суп картофельный с бобовыми (с горохом)	250	7,08	5,65	21,98	167,35	0,3	13,13	0,03	2,45	41,3	100,33	40,03	2,43				
294	Котлеты рубленные из птицы	100	15,3	21,84	17,28	327,82	0,12	0,34	5,2	3,76	53,1	51,72	10,46	0,7				
331	Соус сметанный с томатом.	30	0,44	0,78	1,85	16,35	0,01	0,04	4,5	0,06	7,29	7,24	1,74	0,05				
171	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	150	9,07	7,88	39,47	255,19	0,11		47,81	3,47	142,31	143,06	28,13	1,14				
389	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	2	0,2	5,8	36	0,06	20		0,8	14	64	24	1,4				
115	Тренки из пшеничного хлеба	40	4,79	0,5	31	148,05	0,07			0,69	12,6	40,95	8,82	0,69				
13_003	Хлеб ржаной	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98				
<b>Итого за Обед</b>			42,36	40,57	141,72	1096,74	0,79	41,36	57,54	12,76	303,1	440,87	142,64	8,44				
<b>Итого за День</b>			77,91	67,76	302,5	2135,29	1,26	55,51	144,14	17,42	797,74	1019,6	271,4	15,02				

День: четверг

Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возраст: 12 лет и старше

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
<b>Завтрак</b>																		
	Икра кабачковая консервированная	80	1,52	7,12	6,16	95,2	0,02	5,6	122,4	2,48								
279	Тедфтели 2-й вариант	100	12,98	16,55	13,23	254,55	0,03	3		4,62	11,57	37,77	11,3	0,47				
366	Соус томатный	30	0,19	1,43	1,46	19,5		0,26	8,1	0,05	2,28	3,41	1,12	0,05				
209	Рисо вареное	40	5,08	4,6	0,28	63	0,03		100	0,24	22	76,8	4,8	1				
202	Макаронные изделия отварные.	150	5,78	0,69	37,02	177,45	0,09			7,88	9,98	45,68	8,4	0,84				
523	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	3,44	28,22	156,66	0,04	1,3	20		120,6	90	14	0,16				
13 001	Хлеб пшеничный	40	3,44	0,56	18,04	91,2	0,09			0,84	13,6	79,6	22	1,28				
13 003	Хлеб ржаной	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16	14,6	14,6	0,98				
	<b>Итого за Завтрак</b>		34,53	34,77	122,19	941,56	0,38	10,17	250,5	16,11	190,19	333,26	76,22	4,78				
<b>Обед</b>																		
131,3	Горошек зеленый консервированный	80	2,48	0,16	5,2	32	0,09	8		0,16	16	49,6	16,8	0,56				
82	Борщ с капустой и картофелем	250	2,08	5,98	13,93	118,23	0,05	20,15	5,03	2,4	45,53	55,75	24,68	1,15				
234	Котлеты или биточки рыбные	100	12,03	10,43	14,9	202,43	0,17	0,57	10,17	4,14	68,53	181,21	40,31	1,07				
366	Соус томатный	30	0,19	1,43	1,46	19,5		0,26	8,1	0,05	2,28	3,41	1,12	0,05				
312	Пюре картофельное.	150	3,26	5,33	22,02	149,48	0,17	25,95	28,13	0,18	40,77	96	32,66	1,19				
139	Капуста тушеная.	30	0,61	1,1	2,37	23,1	0,01	5,12		0,59	17,63	12,21	6,26	0,25				
389	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	2	0,2	5,8	36	0,06	20		0,8	14	64	24	1,4				
280	Пампушка	50	2,84	1,19	18,72	96,97	0,07			0,84	9,52	33,68	11,97	0,6				
13 003	Хлеб ржаной	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16	14,6	14,6	0,98				
	<b>Итого за Обед</b>		27,83	26,2	102,18	761,71	0,7	80,06	51,43	9,16	224,42	495,86	172,4	7,25				
	<b>Итого за день</b>		62,36	60,97	224,37	1703,27	1,08	90,23	301,93	25,27	414,61	829,12	248,62	12,03				

Рацион: Весна школа Керчь №12 12 лет и старше

День: пятница

Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31 (Вес)  
Возраст: 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
<b>Завтрак</b>																		
70	Овощи натуральные соленые ( )	80	0,64	0,08	1,36	10,4	0,02	4		0,08	18,4	19,2	11,2	0,48				
291	Плов из птицы	200	18,89	23,27	36,04	429,27	0,05	1,47		4,36	9,51	81,47	28,69	0,61				
15	Сыр (порциями)	25	5,8	7,37		91	0,01	0,17	65	0,12	220	125	8,75	0,25				
365	Желе из сиропа плодового или ягодного	100	2,76	0,01	2,06	20,3					21	9	2,4	0,06				
349	Компот из смеси сухофруктов	200	1,04	0,06	30,16	126,7	0,02	0,8		1,1	32,6	29,2	21	0,7				
13 001	Хлеб пшеничный	40	3,44	0,56	18,04	91,2	0,09	0,09		0,84	13,6	79,6	22	1,28				
13 003	Хлеб ржаной	30	1,76	0,28	13,33	63	0,06	0,01			7,62		10,95	0,74				
338	Фрукты по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2	16	11	9	2,2				
<b>Итого за Завтрак</b>																		
			34,73	32,03	110,79	878,87	0,28	16,45	65	6,7	338,73	354,47	113,99	6,32				
<b>Обед</b>																		
52	Салат из свежеты отварной	80	1,14	4,87	6,69	75,07	0,02	7,6		2,19	28,12	32,78	16,72	1,06				
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,03	3,7	21	130	0,13	17,28	5,03	2,75	26,43	68,2	25,28	1,05				
271	Котлеты домашние с маслом	100	11,28	28,33	10,91	344,39	0,07	0,22	50,22	2,22	19,24	22,39	4,63	0,46				
366	Соус томатный	30	0,19	1,43	1,46	19,5		0,26	8,1	0,05	2,28	3,41	1,12	0,05				
171	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	150	8,46	9,51	38,1	271,48	0,29		42,19	0,63	15	200,79	133,13	4,48				
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,6	0,02	200		0,76	12,6	3,4	3,4	0,66				
13 001	Хлеб пшеничный	40	3,44	0,56	18,04	91,2	0,09			0,84	13,6	79,6	22	1,28				
13 003	Хлеб ржаной	40	2,34	0,38	17,78	84	0,08	0,01			10,16		14,6	0,98				
<b>Итого за Обед</b>																		
			30,56	49,06	143,6	1152,24	0,7	225,37	105,54	9,44	127,43	410,57	220,88	10,02				
<b>Итого за период</b>																		
			65,29	81,09	254,39	2031,11	0,98	241,82	170,54	16,14	466,16	765,04	334,87	16,34				
<b>Среднее значение за период</b>																		
			602,61	627,34	2404,13	17787,13	10,98	940,64	16858,27	156,54	5449,86	9102,54	2999	164,02				
			60,3	62,7	240,4	1778,7	1,1	94,1	1685,8	15,7	545	910,3	299,9	16,4				

Составил \_\_\_\_\_

М.П.

Утвердил \_\_\_\_\_

## Сводка по пищевой ценности рациона за 10 дней

Дата / Категория питающихся	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Вола	НЖК	ПНЖК	Холестерол	Сахара	Крахмал	Пищевые волокна	Органические кислоты	Зола	Na	K	Ca
1	3 791,7	116,19	126,5	541,91	1 769,26	35,27	17,51	101,73	178,19	243,73	47,48	6,32	25,68	4 934,86	4 134,3	1 237
	7-11 лет 60%	1 796,93	54,43	58,51	260,72	16,54	8,25	47,49	88,11	117,8	22,79	2,95	12,15	2 298,3	2 008,78	561,52
	12 лет и старше 60%	1 994,77	61,76	67,99	281,19	18,73	9,26	54,24	90,08	125,93	24,69	3,37	13,53	2 636,56	2 128,52	675,48
2	3 345,81	121,23	128,59	418,8	2 462	35,79	38,24	563,19	169,12	90,53	20,43	6,1	20,46	2 838,83	5 802,76	1 214,26
	7-11 лет 60%	1 543,16	55,8	59,76	192,17	16,83	17,71	266,73	81,51	42,09	9,77	2,97	9,77	1 334,14	2 770,73	572,78
	12 лет и старше 60%	1 802,65	65,43	68,83	226,63	18,96	20,53	296,46	87,61	48,44	10,66	3,13	10,69	1 504,69	3 032,03	641,48
3	3 349,06	112,53	99,84	496,87	861,43	25,33	24,15	579,2	148,94	180,53	27,32	3,01	21,73	4 240,03	3 348,14	815,06
	7-11 лет 60%	1 594,61	53,52	47,5	236,73	12,08	11,39	286,7	73,38	85,93	13,16	1,42	10,28	1 972,79	1 611,87	393,44
	12 лет и старше 60%	1 754,45	59,01	52,34	260,14	13,25	12,76	292,5	75,56	94,6	14,16	1,59	11,45	2 267,24	1 736,27	421,62
4	2 937,42	123,23	112,65	352,02	1 447,07	27,72	28,07	76,82	72,62	149,93	31,85	6,54	21,14	3 565,41	5 228,11	904,78
	7-11 лет 60%	1 391,15	57,86	53,81	166,14	13,61	13,13	38,29	35,3	73,23	15,58	3,16	10,19	1 664,56	2 533,25	438,61
	12 лет и старше 60%	1 546,27	65,37	58,84	185,88	14,11	14,94	38,53	37,32	76,7	16,27	3,38	10,95	1 900,85	2 694,86	466,17
5	3 064,53	96,59	125,35	382,17	1 078,37	39,44	7,89	131,64	90,39	96,16	26,8	5,56	19,91	4 015,82	3 271,25	1 040,98
	7-11 лет 60%	1 437,02	44,03	59,44	179,41	19,6	3,94	65,59	40,53	47,66	12,42	2,21	9,07	1 831,98	1 478,08	452,46
	12 лет и старше 60%	1 627,51	52,56	65,91	202,76	19,84	3,95	66,05	49,86	48,5	14,38	3,35	10,84	2 183,84	1 793,17	588,52
6	3 093,96	96,28	91,07	466,8	1 248,06	18,76	19,56	54,71	144,52	147,65	23,25	6,08	16,86	3 113,9	3 961,66	825,57
	7-11 лет 60%	1 454,59	44,03	47,03	166,14	11,59	9,27	35	69,44	70,09	11,25	2,94	8,08	1 443,29	1 933,07	386,06
	12 лет и старше 60%	1 639,37	52,25	44,04	265,63	7,17	10,29	19,71	75,08	77,56	12	3,14	8,78	1 670,61	2 028,59	439,51
7	3 172,89	86,33	129,12	410,59	1 181,3	48,4	27,44	608,81	164,96	90,97	23,52	6,14	23,8	4 192,54	5 177,09	935,56
	7-11 лет 60%	1 495,02	39,43	60,59	195,41	23,62	12,7	291,05	82,48	44,83	11,66	2,74	10,36	1 681,73	2 563,58	406,94
	12 лет и старше 60%	1 677,87	46,9	68,53	215,18	24,78	14,74	317,76	82,48	46,14	11,86	3,4	13,44	2 432,16	2 613,51	528,62
8	4 107,44	149	129,27	585,31	1 217,67	26,62	28,15	76,95	183,79	109,03	19,74	5,58	15,89	3 220,47	3 984,28	1 540,66
	7-11 лет 60%	1 972,16	71,1	61,51	282,83	12,98	13,19	37,94	88,69	53,4	9,46	2,75	7,77	1 568,68	1 983,43	742,91
	12 лет и старше 60%	2 135,28	77,9	67,76	302,48	13,64	14,96	39,01	95,1	55,63	10,28	2,83	8,12	1 651,79	2 030,85	797,75
9	3 285,22	119,8	117,15	434,13	1 414,55	24,19	30,99	570,36	107,1	150,81	26,66	3,75	21,81	3 803,27	4 770,74	811,23
	7-11 лет 60%	1 581,96	57,43	56,2	209,76	11,95	14,89	283,66	53,04	74,4	12,76	1,86	10,7	1 845,64	2 357,28	396,64
	12 лет и старше 60%	1 703,26	62,37	60,95	224,37	12,24	16,1	286,7	54,06	76,41	13,9	1,89	11,11	1 957,63	2 413,46	414,59
10	3 906,78	122,05	152,8	500,02	702,42	31,78	26,74	83,64	160,69	196,04	48,3	6,81	25,81	5 121,69	3 593,75	808,8
	7-11 лет 60%	1 875,67	56,75	71,72	245,63	15,38	12,52	40,79	79,25	95,92	23,71	3,22	12,06	2 369,4	1 745,33	342,65
	12 лет и старше 60%	2 031,11	65,3	81,08	254,39	16,4	14,22	42,85	81,44	100,12	24,59	3,59	13,75	2 752,29	1 848,42	466,15
<b>Итого за период</b>																
<b>12 лет и старше 60%</b>																
Среднее фактическое	1 791,25	60,88	63,63	240,87	691,73	15,91	13,17	145,38	72,86	75	15,28	2,97	11,27	4 207,26	2 231,97	1 087,98
Норма (стандартное значение)	1 632	54	55,2	229,8	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	720	720
Отклонение (абсолютное)	159,25	6,88	8,43	11,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1 511,97	367,98
Отклонение (относительное)	10%	13%	15%	5%	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	210%	51%
<b>7-11 лет 60%</b>																
Среднее фактическое	1 614,23	53,44	57,61	218	646,49	15,42	11,7	139,32	69,17	70,53	14,26	2,62	10,04	3 602,1	2 095,24	938,8
Норма (стандартное значение)	1 410	46,2	47,4	201	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	660	660
Отклонение (абсолютное)	204,23	7,24	10,21	17	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1 435,24	278,8
Отклонение (относительное)	14%	16%	22%	8%	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	217%	42%

Составили

(подпись)

(расшифровка подписи)

Mg	P	Fe	A	Кар	РЭ	ВитаминЕ	B1	B2	PP	НЭ	С	ВитаминВ6	Марганец	Медь	Цинк	ВитаминН	БалансБ.Ж.У
799	1 969,97	42,74	361,9	4 468,39	1 097,27	21,81	2,78	1,69	18,78	29,02	96,6	0,00	0,08	21,17	0,13	0,00	1 : 1,1 : 4,7
377,11	918,67	20,47	154,72	2 199,37	521,6	10,29	1,33	0,8	8,78	13,63	45,51	0,00	0,04	10,03	0,06	0,00	1 : 1,1 : 4,8
421,89	1 051,3	22,27	197,18	2 269,02	575,67	11,52	1,45	0,99	10	15,39	51,09	0,00	0,04	11,14	0,07	0,00	1 : 1,1 : 4,6
546,6	2 268,85	44,1	14 486,73	14 885,86	16 878,51	34,8	2,31	5,8	33,49	38,46	248,09	0,02	0,11	32,83	0,18	0,00	1 : 1,1 : 3,5
252,51	1 052,71	20,77	6 860,04	6 919,39	7 972,73	16,02	1,06	2,73	15,5	18,22	118,14	0,01	0,05	14,93	0,08	0,00	1 : 1,1 : 3,4
294,09	1 216,14	23,33	7 626,69	7 966,47	8 905,78	18,78	1,25	3,07	17,99	20,24	129,95	0,01	0,06	17,9	0,1	0,00	1 : 1,1 : 3,5
499,52	1 521,42	23,39	377,31	4 085,61	1 049,32	39,4	1,61	1,6	14,48	22,67	66,08	0,04	0,17	41,86	0,23	0,00	1 : 0,9 : 4,4
234,86	716,94	10,99	184,5	2 036,07	519,35	18,97	0,76	0,77	6,73	10,94	31,56	0,02	0,08	19,83	0,11	0,00	1 : 0,9 : 4,4
264,66	804,48	12,4	192,81	2 049,54	529,97	20,43	0,85	0,83	7,75	11,73	34,52	0,02	0,09	22,03	0,12	0,00	1 : 0,9 : 4,4
654,23	1 668,81	30,14	183,3	4 198,35	883,75	27,43	2,18	1,75	20,53	24,12	178,77	0,04	0,19	48,55	0,27	0,00	1 : 0,9 : 2,9
314,77	793,71	14,41	91,39	2 077,33	438	12,74	1,04	0,85	9,62	11,82	84,84	0,02	0,09	23	0,13	0,00	1 : 0,9 : 2,9
339,46	875,1	15,73	91,91	2 121,02	445,75	14,69	1,14	0,9	10,91	12,3	93,93	0,02	0,1	25,55	0,14	0,00	1 : 0,9 : 2,8
606,54	1 569,75	26,98	653,18	4 280,67	1 156,2	17,44	1,75	1,55	16,07	19,93	122,57	0,00	0,00	0,1	0,00	0,00	1 : 1,3 : 4
289,56	737,49	11,93	297,68	2 113,39	560,02	8,17	0,83	0,73	7,68	9,44	55,05	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	1 : 1,3 : 4,1
316,98	832,26	15,03	355,5	2 167,28	595,18	9,27	0,92	0,82	8,39	10,49	67,52	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	1 : 1,3 : 3,9
487,83	1 394,79	24,63	128,87	6 537,51	1 219,28	21,01	1,55	1,37	15,07	16,87	140,99	0,00	0,00	0,1	0,00	0,00	1 : 0,9 : 4,8
223,59	650,91	11,22	85,03	3 200,3	618,8	9,74	0,69	0,64	6,85	8,14	67,56	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	1 : 1,1 : 4,8
264,24	743,88	13,41	43,84	3 337,21	600,48	11,27	0,86	0,73	8,22	8,73	73,43	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	1 : 0,8 : 4,9
446,6	1 710,54	34,51	14 630,2	9 150,35	16 157,63	30,05	2,03	5,06	31,06	38,9	206,56	0,00	0,00	0,1	0,00	0,00	1 : 1,5 : 4,8
207,54	782,75	16,2	6 926,51	4 554,1	7 686,72	14,09	0,95	2,39	14,65	18,56	101,3	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	1 : 1,5 : 5
239,06	927,79	18,31	7 703,69	4 596,25	8 470,91	15,96	1,08	2,67	16,41	20,34	105,26	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	1 : 1,5 : 4,6
521,46	1 968,34	28,95	277,91	11 008,9	2 013,45	33,31	2,43	2,57	23,84	13,92	108,6	0,62	0,3	81,28	0,45	0,00	1 : 0,9 : 3,9
250,07	938,74	13,93	133,77	5 176,34	950,7	15,89	1,17	1,24	11,55	6,79	53,09	0,31	0,14	37,88	0,21	0,00	1 : 0,9 : 4
271,39	1 019,6	15,02	144,14	5 833,56	1 062,75	17,42	1,26	1,33	12,29	7,13	55,51	0,31	0,16	43,4	0,24	0,00	1 : 0,9 : 3,9
478,69	1 604,02	23,18	572,23	5 369,89	1 246,04	48,76	2,07	1,91	16,92	25,78	176,7	0,04	0,17	41,86	0,23	0,00	1 : 1 : 3,6
230,09	774,91	11,16	270,31	2 654,83	617,49	23,51	0,99	0,93	8,12	12,58	86,47	0,02	0,08	19,83	0,11	0,00	1 : 1 : 3,7
248,6	829,11	12,02	301,92	2 715,06	628,55	25,25	1,08	0,98	8,8	13,2	90,23	0,02	0,09	22,03	0,12	0,00	1 : 1 : 3,6
653,51	1 447,7	32,03	310,04	9 054,41	1 819,34	31	1,9	1,27	19,01	23,58	480,48	0,00	0,08	21,17	0,13	0,00	1 : 1,3 : 4,1
318,65	682,66	15,69	139,51	4 448,94	881,1	14,86	0,94	0,61	9,4	11,32	238,67	0,00	0,04	10,03	0,06	0,00	1 : 1,3 : 4,3
334,86	765,04	16,34	170,53	4 605,47	938,24	16,14	0,96	0,66	9,61	12,26	241,81	0,00	0,04	11,14	0,07	0,00	1 : 1,2 : 3,9
599,04	1 812,94	32,78	3 365,64	3 766,09	2 275,43	32,14	2,18	2,58	22,08	13,18	188,64	0,08	0,08	15,33	0,12	5,63	1 : 1 : 4
180	720	10,8	0,54	0,00	0,00	0,00	0,84	0,96	0,00	0,00	42	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1 : 1 : 4,3
419,04	1 092,94	21,98	3 365,1	0,00	0,00	0,00	1,34	1,62	0,00	0,00	146,64	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-
233%	152%	204%	623167%	0,00	0,00	0,00	160%	169%	0,00	0,00	349%	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-
539,74	1 609,9	29,36	3 028,68	3 537,91	2 076,65	28,86	1,96	2,34	19,78	12,14	176,44	0,07	0,07	13,57	0,11	5,63	1 : 1,1 : 4,1
150	660	7,2	0,42	0,00	0,00	0,00	0,72	0,84	0,00	0,00	36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1 : 1 : 4,4
389,74	949,9	22,16	3 028,26	0,00	0,00	0,00	1,24	1,5	0,00	0,00	140,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-
260%	144%	308%	721014%	0,00	0,00	0,00	172%	179%	0,00	0,00	390%	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-

## Ведомость контроля за рационом питания за 10 дней

**Режим питания: , Режим питания: Весна школа Керчь №12 12 лет и старше**  
**Возрастная категория: 12 лет и старше**

№ п/п	Наименование группы пищевой продукции	Норма продукции в граммах г (нетто) согласно приложению N	Количество пищевой продукции в нетто по дням в граммах на одного человека										В среднем за период	Отклонение от нормы	
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		%	(+/-)
1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	12	60,00	70,00	84,87	40,00	74,87	80,00	80,00	80,00	80,00	70,00	72,0		-0,03
2	Хлеб пшеничный	120	139,57	121,55	74,14	128,00	80,00	100,00	114,55	160,00	64,14	99,57	108,1		-11,85
3	Мука пшеничная	12	3,75	2,30	30,43	2,30	2,60	2,30	22,62	2,30	35,60	1,40	10,3		-14
4	Крупы, бобовые	30	164,40	10,00	64,80	71,56	76,56	93,57		91,30	8,33	113,23	69,4		39,38
5	Макаронные изделия	12			53,00						53,00	10,00	11,6		-0,40
6	Картофель	112,2	50,00	220,70	20,00	211,80	25,00	75,00	195,10	50,00	148,30	75,00	107,1		-5
7	Овощи свежие, зелень	192	128,97	163,04	248,00	149,14	255,20	143,80	212,24	142,60	320,60	209,87	197,3		5,35
8	Фрукты (плоды) свежие	111	152,00	143,00		143,00	143,00	143,00	143,00	163,80		143,00	117,4		6
9	Фрукты (плоды) сухие, в т.ч. шиповник	12	20,00		20,00				20,00			20,00	10,0		-17
10	Соки плодово-овощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	120		200,00		200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	126,0		5
11	Мясо (жированное) на кости 1 кат.	46,8	80,44			114,06						4,00	36,6		-22
12	Цыпленок 1 категории потрошенные (куры 1 кат. п/п)	31,8			86,49	154,00	86,49	141,33				154,00	76,4		140
13	Рыба-филе	46,2			120,69							120,69	24,1		-48
14	Субпродукты (печень, язык, сердце)	24		109,09					109,09				21,8		-9
15	Молоко	210	119,05	239,80	122,41	237,00	138,79	219,05	62,79	286,00	146,41		157,1		-25
16	Кисломолочные продукты (массовая доля жира 2,5% 3,2%)	108													-100
17	Творог (массовая доля жира не более 9%)	36		100,00								100,00	20,0		-44
18	Сыр	9	26,67				26,67						10,7		-16,00
19	Сметана (массовая доля жира не более 15%)	6	12,50	15,00	16,00	8,00	8,00		8,00	15,00			8,3		38
20	Масло сливочное	21	22,12	19,03	10,80	9,38	30,19	16,33	38,41	9,38	9,10	22,15	17,1		-19
21	Масло растительное	10,8	13,35	30,91	19,25	21,17	6,20	16,33	23,11	21,20	25,65	21,48	19,9		84
22	Яйцо диетическое	24	2,17	7,00	41,67	4,00	103,45	43,05	40,90	7,00	41,67	2,17	31,4		7,45
23	Сахар	21	58,05	40,00	43,83		30,00	30,00		45,00	25,33	40,30	36,1		72
24	Кондитерские изделия	9											9,0		
25	Чай	1,2	1,00	1,00									0,2		-83
26	Какао	0,72			4,00			4,00					0,8		11
27	Дрожжи хлебопекарные	0,18			0,83								0,2		-7
28	Соль	3	3,52	2,00	2,83	2,00	2,00	2,00	2,59	2,00	3,43	3,82	2,6		-13
29	Крахмал	2,4										10,00	1,0		-58
30	Кофе (кофейный напиток)	1,2											5,00		25
31	Специи		5,21	0,01	14,21	9,18	5,81	6,68	2,91	3,01	20,71	11,98	8,0		7,97
	Желатин						0,00					0,00	0,0		0,00
	Сироп плодовой						0,02					0,02	0,0		0,00

Рекомендации по корректировке меню:

Подпись медицинского работника и дата:

Подпись руководителя образовательной (образовательной) организации,

организации по уходу и

Подпись лица ответственного за организацию питания и дата ознакомления а также

проведенной корректировки в соответствии с рекомендациями медицинского работника:

