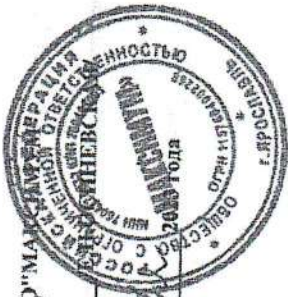


УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ"

*[Signature]*

"21. ноября 2017 года"



ООО "МАКСИМУМ"

Примерное меню завтраков, обедов для учащихся образовательных школ.  
Калорийность завтрака и обеда по норме для детей 7-11 лет 1175 - 1410 ккал

Первый день первая неделя

| Прием пищи, наименование блюда      | Пищевые вещества |          |      | Энергетическая ценность, ккал | Витамины |             |       |        |        |       |        |        |        |        | Минеральные вещества |       |        |        |       |            |                  | № рецептур | Сборник рецептур |
|-------------------------------------|------------------|----------|------|-------------------------------|----------|-------------|-------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|--------|----------------------|-------|--------|--------|-------|------------|------------------|------------|------------------|
|                                     | Масса порции     | Белки, г |      |                               | Жиры, г  | Углеводы, г | С, мг | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг  | Мg, мг | Fe, мг               | К, мг | I, мкг | Se, мг | F, мг | № рецептур | Сборник рецептур |            |                  |
|                                     |                  | 9,4      | 22,7 |                               |          |             |       |        |        |       |        |        |        |        |                      |       |        |        |       |            |                  |            |                  |
| ГУЛЯШ МЯСНОЙ                        | 50/50            | 9,4      | 22,7 | 2,6                           | 253,5    | 1,06        | 0,23  | 0,07   | 0,01   | 0,00  | 12,91  | 93,49  | 18,11  | 1,09   | 234,32               | 4,97  | 0,00   | 0,04   | 2017  | 260        | 2017             |            |                  |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ          | 150              | 8,5      | 6,4  | 38,4                          | 244,7    | 0,00        | 0,22  | 0,12   | 0,02   | 0,09  | 22,14  | 187,32 | 123,73 | 4,41   | 264,08               | 2,28  | 0,00   | 0,01   | 2017  | 171        | 2017             |            |                  |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ                      | 25               | 0,3      | 0,1  | 1,0                           | 6,0      | 6,25        | 0,02  | 0,01   | 0,04   | 0,00  | 3,50   | 8,50   | 5,00   | 0,25   | 72,50                | 0,50  | 0,00   | 0,00   | 2017  | 71         | 2017             |            |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                       | 200              | 0,2      | 0,0  | 14,9                          | 60,5     | 0,04        | 0,00  | 0,01   | 0,00   | 0,00  | 12,18  | 7,42   | 5,62   | 0,74   | 25,80                | 0,00  | 0,00   | 0,00   | 2017  | 376        | 2017             |            |                  |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ         | 35               | 2,6      | 1,0  | 18,0                          | 91,7     | 0,00        | 0,04  | 0,01   | 0,00   | 0,00  | 6,65   | 22,75  | 4,55   | 0,35   | 32,20                | 0,00  | 0,00   | 0,00   | ГОСТ  |            |                  |            |                  |
| Итого за прием пищи:                | 510              | 21,0     | 30,2 | 76,1                          | 656,4    | 7,35        | 0,51  | 0,22   | 0,07   | 0,08  | 57,38  | 317,48 | 157,01 | 6,83   | 828,90               | 7,65  | 0,00   | 0,05   |       |            |                  |            |                  |
| Обед                                |                  |          |      |                               |          |             |       |        |        |       |        |        |        |        |                      |       |        |        |       |            |                  |            |                  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЦЕННЫМ | 250              | 5,8      | 2,6  | 19,2                          | 123,6    | 4,80        | 0,18  | 0,06   | 0,20   | 0,00  | 40,34  | 79,98  | 33,31  | 1,97   | 494,35               | 4,46  | 0,00   | 0,03   | 2017  | 102        | 2017             |            |                  |
| КОТЛЕТА ОСОБАЯ                      | 80               | 10,4     | 13,6 | 11,2                          | 209,9    | 0,00        | 0,12  | 0,04   | 0,00   | 0,00  | 10,55  | 69,04  | 14,33  | 1,08   | 115,25               | 1,78  | 0,00   | 0,02   | 2017  | 259        | 2017             |            |                  |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ         | 150              | 5,6      | 4,9  | 35,9                          | 210,2    | 0,00        | 0,07  | 0,02   | 0,02   | 0,08  | 29,36  | 43,42  | 10,76  | 1,01   | 69,48                | 0,79  | 0,01   | 0,01   | 2017  | 202        | 2017             |            |                  |
| НЕКТАР ФРУКТОВЫЙ                    | 200              | 0,0      | 0,0  | 11,3                          | 44,6     | 0,00        | 0,00  | 0,00   | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00   | 0,00   | 0,00   | 0,00                 | 0,00  | 0,00   | 0,00   | 2017  | 389        | 2017             |            |                  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 25               | 1,7      | 0,2  | 10,6                          | 51,0     | 0,00        | 0,05  | 0,02   | 0,00   | 0,00  | 4,50   | 21,75  | 4,75   | 1,00   | 34,00                | 1,40  | 0,00   | 0,00   | ГОСТ  |            |                  |            |                  |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С САХАРОМ          | 50               | 4,4      | 4,6  | 29,5                          | 177,2    | 0,00        | 0,05  | 0,03   | 0,01   | 0,07  | 10,31  | 38,12  | 6,35   | 0,44   | 56,47                | 1,26  | 0,01   | 0,01   | 2017  | 424        | 2017             |            |                  |
| Итого за прием пищи:                | 755              | 27,9     | 26,9 | 117,7                         | 816,5    | 4,80        | 0,47  | 0,17   | 0,23   | 0,15  | 95,06  | 252,31 | 69,50  | 6,50   | 759,55               | 9,69  | 0,02   | 0,07   |       |            |                  |            |                  |
| Всего за день:                      |                  | 48,9     | 56,1 | 192,8                         | 1472,9   | 12,15       | 0,98  | 0,39   | 0,30   | 0,23  | 152,44 | 569,79 | 226,51 | 12,33  | 1395,45              | 17,34 | 0,02   | 0,12   |       |            |                  |            |                  |

Второй день первая неделя

| Примем пищи, наименование блюда                       | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Витамины     |             |             |             |             |               |               |               |             |                | Минеральные вещества |             |             |         |        |         |        | № рецептур | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|---------------|---------------|---------------|-------------|----------------|----------------------|-------------|-------------|---------|--------|---------|--------|------------|------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               | С, мг        | В1, мг      | В2, мг      | А, мг       | Д, мкг      | Са, мг        | Р, мг         | Mg, мг        | Fe, мг      | K, мг          | I, мкг               | Se, мг      | F, мг       |         |        |         |        |            |                  |
|   |              |                  |             |              |                               |              |             |             |             |             |               |               |               |             |                |                      |             |             | В12, мг | В6, мг | В9, мкг | В5, мг |            |                  |
| <b>Завтрак</b>  |              |                  |             |              |                               |              |             |             |             |             |               |               |               |             |                |                      |             |             |         |        |         |        |            |                  |
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ      | 200/5        | 7,3              | 6,2         | 37,1         | 252,0                         | 0,52         | 0,15        | 0,12        | 0,04        | 0,08        | 120,12        | 159,09        | 42,02         | 1,20        | 232,79         | 10,87                | 0,00        | 0,01        | 173     | 2017   |         |        |            |                  |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ                  | 200          | 2,1              | 2,5         | 16,2         | 95,4                          | 0,12         | 0,01        | 0,10        | 0,01        | 0,02        | 90,99         | 59,13         | 10,98         | 0,05        | 110,10         | 2,10                 | 0,00        | 0,01        | 376     | 2017   |         |        |            |                  |
| ОЛАДЬИ 2ШТ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ                       | 70/40        | 2,8              | 4,3         | 21,5         | 136,0                         | 0,19         | 0,02        | 0,13        | 0,02        | 0,02        | 110,52        | 78,86         | 12,24         | 0,07        | 146,00         | 2,80                 | 0,00        | 0,01        | 401     | 2017   |         |        |            |                  |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ                           | 40           | 3,0              | 1,2         | 20,6         | 104,8                         | 0,00         | 0,04        | 0,01        | 0,00        | 0,00        | 7,60          | 26,00         | 5,20          | 0,40        | 38,80          | 0,00                 | 0,00        | 0,00        | ГОСТ    |        |         |        |            |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                           | <b>555</b>   | <b>15,2</b>      | <b>16,2</b> | <b>95,4</b>  | <b>588,2</b>                  | <b>0,80</b>  | <b>0,22</b> | <b>0,36</b> | <b>0,07</b> | <b>0,12</b> | <b>329,23</b> | <b>322,08</b> | <b>70,44</b>  | <b>1,72</b> | <b>525,69</b>  | <b>15,77</b>         | <b>0,00</b> | <b>0,03</b> |         |        |         |        |            |                  |
| <b>Обед</b>   |              |                  |             |              |                               |              |             |             |             |             |               |               |               |             |                |                      |             |             |         |        |         |        |            |                  |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ | 250/5/5      | 2,6              | 3,6         | 8,6          | 81,5                          | 10,41        | 0,05        | 0,05        | 0,21        | 0,00        | 44,84         | 49,82         | 20,17         | 1,00        | 312,60         | 4,04                 | 0,00        | 0,02        | 88      | 2017   |         |        |            |                  |
| ЕЖИКИ КУРИНЫЕ В СОУСЕ СМЕТАННО-ТОМАТНОМ               | 80/50        | 9,4              | 11,4        | 11,9         | 195,6                         | 0,57         | 0,02        | 0,02        | 0,02        | 0,00        | 16,08         | 26,14         | 6,69          | 0,27        | 57,06          | 1,87                 | 0,00        | 0,01        | 276     | 2017   |         |        |            |                  |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                     | 150          | 3,2              | 5,4         | 21,4         | 147,7                         | 10,38        | 0,12        | 0,10        | 0,03        | 0,08        | 44,86         | 85,82         | 30,31         | 1,22        | 704,25         | 8,55                 | 0,00        | 0,03        | 128     | 2017   |         |        |            |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                               | 200/7        | 0,3              | 0,0         | 15,1         | 62,6                          | 1,16         | 0,00        | 0,01        | 0,00        | 0,00        | 14,70         | 8,60          | 6,37          | 0,60        | 37,21          | 0,00                 | 0,00        | 0,00        | 377     | 2017   |         |        |            |                  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ   | 30           | 2,0              | 0,3         | 12,7         | 61,2                          | 0,00         | 0,05        | 0,02        | 0,00        | 0,00        | 5,40          | 26,10         | 5,70          | 1,20        | 40,80          | 1,68                 | 0,00        | 0,00        | ГОСТ    |        |         |        |            |                  |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ                           | 25           | 1,9              | 0,7         | 12,9         | 65,5                          | 0,00         | 0,03        | 0,01        | 0,00        | 0,00        | 4,75          | 16,25         | 3,25          | 0,25        | 23,00          | 0,00                 | 0,00        | 0,00        | ГОСТ    |        |         |        |            |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                           | <b>802</b>   | <b>19,4</b>      | <b>21,6</b> | <b>82,6</b>  | <b>614,3</b>                  | <b>22,52</b> | <b>0,27</b> | <b>0,21</b> | <b>0,26</b> | <b>0,08</b> | <b>130,63</b> | <b>212,93</b> | <b>72,49</b>  | <b>4,74</b> | <b>1234,62</b> | <b>15,94</b>         | <b>0,00</b> | <b>0,06</b> |         |        |         |        |            |                  |
| <b>Всего за день:</b>                                 |              | <b>34,6</b>      | <b>37,8</b> | <b>178,0</b> | <b>1202,5</b>                 | <b>23,32</b> | <b>0,49</b> | <b>0,57</b> | <b>0,33</b> | <b>0,20</b> | <b>459,86</b> | <b>635,01</b> | <b>142,93</b> | <b>6,46</b> | <b>1760,61</b> | <b>31,71</b>         | <b>0,00</b> | <b>0,09</b> |         |        |         |        |            |                  |

Третий день первая неделя

| Прием пищи, наименование блюда      | Масса порции | Пищевые вещества |         |            | Энергетическая ценность, ккал | Витамины |        |        |        |        |        |        | Минеральные вещества |        |         |        |        |       |       | № рецептур |
|-------------------------------------|--------------|------------------|---------|------------|-------------------------------|----------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|----------------------|--------|---------|--------|--------|-------|-------|------------|
|                                     |              | Белка, г         | Жиры, г | Углевод, г |                               | С, мг    | В1, мг | В2, мг | А, мкг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг  | Mg, мг               | Fe, мг | K, мг   | I, мкг | Se, мг | F, мг |       |            |
|                                     |              |                  |         |            |                               |          |        |        |        |        |        |        |                      |        |         |        |        |       | К, мг |            |
| Завтрак                             |              |                  |         |            |                               |          |        |        |        |        |        |        |                      |        |         |        |        |       |       |            |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                   | 150          | 15,3             | 17,0    | 2,7        | 225,4                         | 0,22     | 0,08   | 0,40   | 0,23   | 2,52   | 101,98 | 207,68 | 16,03                | 2,36   | 223,07  | 26,75  | 0,03   | 0,05  | 210   |            |
| ЧАЙ С САХАРОМ                       | 200          | 0,2              | 0,0     | 14,9       | 69,5                          | 0,04     | 0,00   | 0,01   | 0,00   | 0,00   | 12,16  | 7,42   | 5,62                 | 0,74   | 25,80   | 0,00   | 0,00   | 0,00  | 2017  |            |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ         | 40           | 3,0              | 1,2     | 20,6       | 104,8                         | 0,00     | 0,04   | 0,01   | 0,00   | 0,00   | 7,60   | 26,00  | 5,20                 | 0,40   | 36,80   | 0,00   | 0,00   | 0,00  | 376   |            |
| ПИРОГ ВЫПЕЧНОЙ С КАПУСТОЙ И ЦОМ     | 60           | 4,7              | 4,9     | 20,6       | 146,5                         | 2,39     | 0,05   | 0,06   | 0,03   | 0,29   | 18,59  | 47,32  | 7,54                 | 0,65   | 79,87   | 3,36   | 0,01   | 0,01  | ГОСТ  |            |
| ЯБЛОКО                              | 130          | 0,5              | 0,5     | 12,7       | 61,1                          | 13,00    | 0,04   | 0,03   | 0,01   | 0,00   | 20,80  | 14,30  | 10,40                | 2,86   | 361,40  | 2,60   | 0,00   | 0,01  | 403   |            |
| Итого за прием пищи:                | 580          | 23,7             | 23,8    | 71,7       | 598,3                         | 15,65    | 0,19   | 0,51   | 0,27   | 2,81   | 161,15 | 302,72 | 44,94                | 7,01   | 727,04  | 32,71  | 0,04   | 0,07  | 338   |            |
| Обед                                |              |                  |         |            |                               |          |        |        |        |        |        |        |                      |        |         |        |        |       |       |            |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ | 250/5        | 3,2              | 3,1     | 15,3       | 102,5                         | 0,71     | 0,04   | 0,02   | 0,20   | 0,00   | 26,57  | 35,43  | 11,08                | 0,71   | 82,39   | 1,15   | 0,00   | 0,01  | 111   |            |
| ПЛОВ (КУРИЦА)                       | 250          | 15,4             | 22,8    | 43,8       | 445,7                         | 1,76     | 0,05   | 0,04   | 0,26   | 0,00   | 27,75  | 55,41  | 35,77                | 0,92   | 154,73  | 2,31   | 0,01   | 0,04  | 291   |            |
| ЧАЙ С САХАРОМ                       | 200          | 0,2              | 0,0     | 14,9       | 60,5                          | 0,04     | 0,00   | 0,01   | 0,00   | 0,00   | 12,16  | 7,42   | 5,62                 | 0,74   | 25,80   | 0,00   | 0,00   | 0,00  | 376   |            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 25           | 1,7              | 0,2     | 10,6       | 51,0                          | 0,00     | 0,05   | 0,02   | 0,00   | 0,00   | 4,50   | 21,75  | 4,75                 | 1,00   | 34,00   | 1,40   | 0,00   | 0,00  | ГОСТ  |            |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ         | 25           | 1,9              | 0,7     | 12,9       | 65,5                          | 0,00     | 0,03   | 0,01   | 0,00   | 0,00   | 4,75   | 16,25  | 3,25                 | 0,25   | 23,00   | 0,00   | 0,00   | 0,00  | ГОСТ  |            |
| Итого за прием пищи:                | 755          | 22,4             | 28,8    | 97,5       | 725,2                         | 2,51     | 0,17   | 0,10   | 0,48   | 0,00   | 75,75  | 176,29 | 60,47                | 3,62   | 319,92  | 4,96   | 0,01   | 0,05  |       |            |
| Всего за день:                      |              | 46,1             | 50,4    | 169,2      | 1323,5                        | 18,16    | 0,36   | 0,61   | 0,75   | 2,81   | 236,90 | 478,08 | 105,31               | 10,63  | 1046,96 | 37,57  | 0,05   | 0,12  |       |            |

**Четвертый день первая неделя**

| Прим пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Витамины     |             |             |             |             |              | Минеральные вещества |              |             |               |             |             |       |       |    |      | № рецептуры | Сборник рецептов |      |      |       |        |      |
|-------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|----------------------|--------------|-------------|---------------|-------------|-------------|-------|-------|----|------|-------------|------------------|------|------|-------|--------|------|
|                               |              | Белок, г         | Жиры, г     | Углевод, г   |                               | С, мг        | В1, мг      | В2, мг      | А, мг       | Д, мкг      | Са, мг       | Р, мг                | Mg, мг       | Fe, мг      | K, мг         | I, мг       | Se, мг      | F, мг |       |    |      |             |                  |      |      |       |        |      |
|                               |              |                  |             |              |                               |              |             |             |             |             |              |                      |              |             |               |             |             |       | 250/5 | 90 | 14,7 |             |                  | 18,4 | 13,4 | 278,2 | 0,51   | 0,07 |
| КОТЛЕТА КУРИНАЯ               | 90           | 14,7             | 18,4        | 13,4         | 278,2                         | 0,51         | 0,07        | 0,10        | 0,05        | 0,00        | 19,75        | 143,19               | 21,71        | 1,83        | 180,87        | 4,21        | 0,01        |       |       |    |      |             |                  |      | 294  | 2017  |        |      |
| РИС ОТВАРНОЙ                  | 180          | 4,4              | 7,0         | 46,6         | 267,4                         | 0,00         | 0,04        | 0,03        | 0,04        | 0,12        | 14,49        | 89,64                | 30,41        | 0,63        | 66,45         | 0,91        | 0,01        |       |       |    |      |             |                  |      |      |       | 304    | 2017 |
| ЧАЙ С ПИПОВНИКОМ              | 200          | 0,3              | 0,0         | 16,3         | 68,7                          | 13,24        | 0,00        | 0,02        | 0,02        | 0,00        | 14,61        | 7,88                 | 6,26         | 0,82        | 27,36         | 0,00        | 0,00        |       |       |    |      |             |                  |      |      |       | 378375 | 2017 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ   | 45           | 3,4              | 1,3         | 23,1         | 117,9                         | 0,00         | 0,05        | 0,01        | 0,00        | 0,00        | 6,55         | 29,25                | 5,85         | 0,45        | 41,40         | 0,00        | 0,00        |       |       |    |      |             |                  |      |      |       |        |      |
| ПЕЧЕНЬЕ                       | 24           | 1,8              | 2,4         | 17,9         | 100,1                         | 0,00         | 0,00        | 0,00        | 0,00        | 0,00        | 0,00         | 0,00                 | 0,00         | 0,00        | 0,00          | 0,00        | 0,00        |       |       |    |      |             |                  |      |      |       |        |      |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>539</b>   | <b>24,6</b>      | <b>29,1</b> | <b>117,2</b> | <b>832,3</b>                  | <b>13,75</b> | <b>0,16</b> | <b>0,16</b> | <b>0,11</b> | <b>0,12</b> | <b>67,40</b> | <b>289,96</b>        | <b>64,23</b> | <b>3,73</b> | <b>316,08</b> | <b>5,12</b> | <b>0,02</b> |       |       |    |      |             |                  |      |      |       |        |      |

**Обед**

| Прим пищи, наименование блюда       | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Витамины     |             |             |             |             |               | Минеральные вещества |               |             |                |              |             |       |       |    |      | № рецептуры | Сборник рецептов |      |   |       |      |      |
|-------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|---------------|----------------------|---------------|-------------|----------------|--------------|-------------|-------|-------|----|------|-------------|------------------|------|---|-------|------|------|
|                                     |              | Белок, г         | Жиры, г     | Углевод, г   |                               | С, мг        | В1, мг      | В2, мг      | А, мг       | Д, мкг      | Са, мг        | Р, мг                | Mg, мг        | Fe, мг      | K, мг          | I, мг        | Se, мг      | F, мг |       |    |      |             |                  |      |   |       |      |      |
|                                     |              |                  |             |              |                               |              |             |             |             |             |               |                      |               |             |                |              |             |       | 250/5 | 90 | 10,0 |             |                  | 19,4 | 7,5 <td>247,4</td> <td>3,36</td> <td>0,13</td> <td>0,08</td> <td>0,34</td> <td>0,00</td> <td>10,06</td> <td>66,11</td> <td>19,47</td> <td>1,01</td> <td>266,15</td> <td>4,48</td> <td>0,00</td> | 247,4 | 3,36 | 0,13 |
| РАССОЛЫНК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 250/5        | 2,4              | 3,1         | 16,6         | 107,0                         | 6,73         | 0,08        | 0,06        | 0,21        | 0,00        | 34,96         | 68,32                | 25,78         | 1,04        | 492,09         | 4,65         | 0,00        |       |       |    |      |             |                  |      |   |       |      |      |
| ГУЛЯШ БОЛОНЬЕЗЕ                     | 90           | 10,0             | 19,4        | 7,5          | 247,4                         | 3,36         | 0,13        | 0,08        | 0,34        | 0,00        | 10,06         | 66,11                | 19,47         | 1,01        | 266,15         | 4,48         | 0,00        |       |       |    |      |             |                  |      |   |       |      |      |
| СПАГЕТТИ                            | 150          | 5,5              | 4,8         | 34,8         | 205,0                         | 0,00         | 0,00        | 0,00        | 0,02        | 0,08        | 12,52         | 2,49                 | 1,32          | 0,07        | 1,29           | 0,00         | 0,00        |       |       |    |      |             |                  |      |   |       |      |      |
| КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ С/М       | 200          | 0,0              | 0,0         | 19,4         | 77,4                          | 0,00         | 0,00        | 0,00        | 0,00        | 0,00        | 7,25          | 0,00                 | 1,53          | 0,00        | 1,11           | 0,00         | 0,00        |       |       |    |      |             |                  |      |   |       |      |      |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 20           | 1,3              | 0,2         | 8,5          | 40,8                          | 0,00         | 0,04        | 0,02        | 0,00        | 0,00        | 3,60          | 17,40                | 3,80          | 0,80        | 27,20          | 1,12         | 0,00        |       |       |    |      |             |                  |      |   |       |      |      |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ         | 20           | 1,5              | 0,6         | 10,3         | 52,4                          | 0,00         | 0,02        | 0,01        | 0,00        | 0,00        | 3,80          | 13,00                | 2,60          | 0,20        | 18,40          | 0,00         | 0,00        |       |       |    |      |             |                  |      |   |       |      |      |
| <b>Итого за прием пищи:</b>         | <b>735</b>   | <b>20,7</b>      | <b>28,1</b> | <b>97,1</b>  | <b>730,0</b>                  | <b>10,09</b> | <b>0,27</b> | <b>0,15</b> | <b>0,57</b> | <b>0,08</b> | <b>81,19</b>  | <b>167,32</b>        | <b>54,50</b>  | <b>3,12</b> | <b>806,24</b>  | <b>10,46</b> | <b>0,00</b> |       |       |    |      |             |                  |      |   |       |      |      |
| <b>Всего за день:</b>               |              | <b>46,3</b>      | <b>57,2</b> | <b>214,4</b> | <b>1562,3</b>                 | <b>23,94</b> | <b>0,43</b> | <b>0,31</b> | <b>0,68</b> | <b>0,20</b> | <b>139,59</b> | <b>437,28</b>        | <b>116,73</b> | <b>6,85</b> | <b>1122,32</b> | <b>15,58</b> | <b>0,02</b> |       |       |    |      |             |                  |      |   |       |      |      |



**Шестой день первой недели**

| Прием пищи, наименование блюда | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | Витамины     |              |             |             |             |             |               |               |              |             | Минеральные вещества |              |             |      |      | № Сборник рецептур |
|--------------------------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|---------------|---------------|--------------|-------------|----------------------|--------------|-------------|------|------|--------------------|
|                                | Масса порции     |             | Углевод, г  |                               | В1, мг       | В2, мг       | А, мг       | Д, мкг      | Са, мг      | Р, мг       | МВ, мг        | Fe, мг        | К, мг        | I, мкг      | Se, мг               | F, мг        |             |      |      |                    |
|                                | Белки, г         | Жиры, г     |             |                               |              |              |             |             |             |             |               |               |              |             |                      |              | С, мг       |      |      |                    |
| <b>Завтрак</b>                 |                  |             |             |                               |              |              |             |             |             |             |               |               |              |             |                      |              |             |      |      |                    |
| БИТОЧЕК АППЕТИТНЫЙ             | 90               | 13,5        | 22,4        | 13,8                          | 309,7        | 0,44         | 0,11        | 0,10        | 0,04        | 0,00        | 19,16         | 135,60        | 21,70        | 1,78        | 189,42               | 4,09         | 0,07        | 268  | 2017 |                    |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ                | 150              | 3,5         | 5,3         | 14,8                          | 123,3        | 32,00        | 0,95        | 0,07        | 0,06        | 0,00        | 83,74         | 57,45         | 28,84        | 1,76        | 359,60               | 5,86         | 0,02        | 321  | 2017 |                    |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                  | 30               | 0,2         | 0,0         | 0,8                           | 4,2          | 3,00         | 0,01        | 0,00        | 0,00        | 0,00        | 6,90          | 12,60         | 4,20         | 0,30        | 42,30                | 0,90         | 0,01        | 71   | 2017 |                    |
| ЧАЙ С САХАРОМ                  | 200              | 0,2         | 0,0         | 14,9                          | 60,5         | 0,04         | 0,00        | 0,01        | 0,00        | 0,00        | 12,16         | 7,42          | 5,62         | 0,74        | 25,80                | 0,00         | 0,00        | 376  | 2017 |                    |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ    | 30               | 2,3         | 0,9         | 15,4                          | 78,6         | 0,00         | 0,03        | 0,01        | 0,00        | 0,00        | 5,70          | 19,50         | 3,90         | 0,30        | 27,60                | 0,00         | 0,00        | ГОСТ | 2017 |                    |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С СЫРОМ       | 50/2             | 4,8         | 5,2         | 27,6                          | 176,5        | 0,01         | 0,05        | 0,03        | 0,01        | 0,07        | 25,23         | 46,12         | 6,91         | 0,46        | 58,17                | 1,26         | 0,01        | 424  | 2017 |                    |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>552</b>       | <b>24,6</b> | <b>33,6</b> | <b>87,4</b>                   | <b>782,8</b> | <b>35,49</b> | <b>0,25</b> | <b>0,23</b> | <b>0,13</b> | <b>0,07</b> | <b>152,91</b> | <b>278,69</b> | <b>71,17</b> | <b>5,34</b> | <b>711,89</b>        | <b>12,11</b> | <b>0,02</b> |      |      |                    |

**Обед**

|  |            |             |             |              |                |              |             |             |             |             |               |               |              |                 |              |             |             |             |             |      |
|--|------------|-------------|-------------|--------------|----------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|---------------|---------------|--------------|-----------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|------|
| <b>СОЛЯНКА ПО-ДОМАШНЕМУ</b>            |            |             |             |              |                |              |             |             |             |             |               |               |              |                 |              |             |             |             |             |      |
| МЯСО КУРИНОЕ В СМЕТАННО-ТОМАТНОМ СОУСЕ | 250        | 1,4         | 2,3         | 9,3          | 63,9           | 5,16         | 0,05        | 0,04        | 0,01        | 0,00        | 28,73         | 40,07         | 17,33        | 0,78            | 325,71       | 3,05        | 0,00        | 0,02        | 158         | 2004 |
| КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ              | 45/45      | 10,0        | 9,8         | 3,5          | 152,4          | 0,70         | 0,01        | 0,01        | 0,02        | 0,01        | 17,78         | 14,71         | 3,46         | 0,22            | 46,87        | 1,41        | 0,00        | 0,00        | 280         | 2017 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                | 150        | 8,5         | 6,4         | 38,4         | 244,7          | 0,00         | 0,22        | 0,12        | 0,02        | 0,08        | 22,14         | 187,32        | 125,73       | 4,41            | 284,08       | 2,28        | 0,00        | 0,01        | 171         | 2017 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                            | 200/7      | 0,3         | 0,0         | 15,1         | 62,8           | 1,16         | 0,00        | 0,01        | 0,00        | 0,00        | 14,70         | 8,80          | 6,37         | 0,80            | 37,21        | 0,00        | 0,00        | 0,00        | 377         | 2017 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ            | 25         | 1,7         | 0,2         | 10,6         | 51,0           | 0,00         | 0,05        | 0,02        | 0,00        | 0,00        | 4,50          | 21,75         | 4,75         | 1,00            | 34,00        | 1,40        | 0,00        | 0,00        | ГОСТ        |      |
| <b>Итого за прием пищи:</b>            | <b>747</b> | <b>1,9</b>  | <b>0,7</b>  | <b>12,9</b>  | <b>65,5</b>    | <b>0,00</b>  | <b>0,03</b> | <b>0,01</b> | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>4,75</b>   | <b>16,25</b>  | <b>3,25</b>  | <b>0,25</b>     | <b>23,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>ГОСТ</b> |      |
| <b>Всего за день:</b>                  |            | <b>48,9</b> | <b>63,2</b> | <b>176,9</b> | <b>1 393,1</b> | <b>42,51</b> | <b>0,61</b> | <b>0,44</b> | <b>0,18</b> | <b>0,16</b> | <b>245,51</b> | <b>567,56</b> | <b>12,80</b> | <b>1 442,76</b> | <b>20,25</b> | <b>0,02</b> | <b>0,00</b> | <b>0,03</b> |             |      |

**Первый день вторая неделя**

| Прием пищи, наименование блюда       | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Витамины     |             |             |             |             | Минеральные вещества |               |               |              |                 |              |             |             |             |      | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|--------------|-----------------|--------------|-------------|-------------|-------------|------|-------------|------------------|
|                                      |              | Белки, г         |             | Жиры, г      |                               | Углеводы, г  | С, мг       | В1, мг      | В2, мг      | А, мг       | Д, мкг               | Са, мг        | Р, мг         | Mg, мг       | Fe, мг          | K, мг        | I, мг       | Se, мг      | F, мг       |      |             |                  |
|                                      |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |              |             |             |             |             |                      |               |               |              |                 |              |             |             |             |      |             |                  |
| <b>Завтрак</b>                       |              |                  |             |              |                               |              |             |             |             |             |                      |               |               |              |                 |              |             |             |             |      |             |                  |
| ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ                       | 45/45        | 12,3             | 14,0        | 2,6          | 188,1                         | 1,37         | 0,04        | 0,08        | 0,05        | 0,00        | 18,59                | 108,83        | 14,27         | 1,15         | 173,78          | 4,59         | 0,01        | 0,06        | 260         | 2017 |             |                  |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ           | 150          | 8,5              | 6,4         | 38,4         | 244,7                         | 0,00         | 0,22        | 0,12        | 0,02        | 0,06        | 22,14                | 187,32        | 125,73        | 4,41         | 284,08          | 2,28         | 0,00        | 0,01        | 171         | 2017 |             |                  |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ                       | 35           | 0,4              | 0,1         | 1,3          | 8,4                           | 8,75         | 0,02        | 0,01        | 0,06        | 0,00        | 4,90                 | 9,10          | 7,00          | 0,35         | 101,50          | 0,70         | 0,00        | 0,00        | 71          | 2017 |             |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ              | 200/7        | 0,3              | 0,0         | 15,1         | 62,8                          | 1,16         | 0,00        | 0,01        | 0,00        | 0,00        | 14,70                | 8,60          | 6,37          | 0,80         | 37,21           | 0,00         | 0,00        | 0,00        | 377         | 2017 |             |                  |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ          | 35           | 2,6              | 1,0         | 18,0         | 91,7                          | 0,00         | 0,04        | 0,01        | 0,00        | 0,00        | 6,65                 | 22,75         | 4,55          | 0,35         | 32,20           | 0,00         | 0,00        | 0,00        | ГОСТ        |      |             |                  |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С САХАРОМ           | 50           | 4,4              | 4,6         | 29,5         | 177,2                         | 0,00         | 0,05        | 0,03        | 0,01        | 0,07        | 10,31                | 38,12         | 6,35          | 0,44         | 59,47           | 1,28         | 0,01        | 0,01        | 424         | 2017 |             |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>          | <b>567</b>   | <b>29,5</b>      | <b>28,4</b> | <b>104,9</b> | <b>770,9</b>                  | <b>11,28</b> | <b>0,37</b> | <b>0,27</b> | <b>0,14</b> | <b>0,15</b> | <b>77,29</b>         | <b>374,72</b> | <b>164,27</b> | <b>7,50</b>  | <b>665,23</b>   | <b>8,83</b>  | <b>0,02</b> | <b>0,10</b> |             |      |             |                  |
| <b>Обед</b>                          |              |                  |             |              |                               |              |             |             |             |             |                      |               |               |              |                 |              |             |             |             |      |             |                  |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 250/5        | 2,4              | 3,1         | 16,6         | 107,0                         | 6,73         | 0,08        | 0,08        | 0,21        | 0,00        | 34,95                | 69,32         | 25,78         | 1,04         | 492,09          | 4,85         | 0,00        | 0,03        | 66          | 2017 |             |                  |
| КОТЛЕТА МОСКОВСКАЯ                   | 90           | 8,9              | 19,7        | 8,5          | 247,3                         | 0,04         | 0,20        | 0,06        | 0,00        | 0,00        | 11,55                | 99,97         | 15,64         | 1,14         | 179,10          | 3,59         | 0,00        | 0,03        | 270         | 2017 |             |                  |
| СПАГЕТТИ                             | 150          | 5,5              | 4,8         | 34,8         | 205,0                         | 0,00         | 0,00        | 0,00        | 0,02        | 0,08        | 12,52                | 2,49          | 1,32          | 0,07         | 1,29            | 0,00         | 0,00        | 0,00        | 202         | 2017 |             |                  |
| КОМПОТ ИЗ КОМПЛОТНОЙ СМЕСИ С/М       | 200          | 0,0              | 0,0         | 19,4         | 77,4                          | 0,00         | 0,00        | 0,00        | 0,00        | 0,00        | 7,25                 | 0,00          | 1,53          | 0,00         | 1,11            | 0,00         | 0,00        | 0,00        | 349         | 2017 |             |                  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 25           | 1,7              | 0,2         | 10,6         | 51,0                          | 0,00         | 0,05        | 0,02        | 0,00        | 0,00        | 4,50                 | 21,75         | 4,75          | 1,00         | 34,00           | 1,40         | 0,00        | 0,00        | ГОСТ        |      |             |                  |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ          | 25           | 1,9              | 0,7         | 12,9         | 65,5                          | 0,00         | 0,03        | 0,01        | 0,00        | 0,00        | 4,75                 | 16,25         | 3,25          | 0,25         | 23,00           | 0,00         | 0,00        | 0,00        | ГОСТ        |      |             |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>          | <b>745</b>   | <b>20,4</b>      | <b>29,6</b> | <b>102,9</b> | <b>783,2</b>                  | <b>6,77</b>  | <b>0,36</b> | <b>0,15</b> | <b>0,23</b> | <b>0,08</b> | <b>75,53</b>         | <b>199,78</b> | <b>52,27</b>  | <b>3,50</b>  | <b>730,59</b>   | <b>9,84</b>  | <b>0,00</b> | <b>0,00</b> | <b>ГОСТ</b> |      |             |                  |
| <b>Всего за день:</b>                |              | <b>49,9</b>      | <b>64,6</b> | <b>207,7</b> | <b>1 624,1</b>                | <b>18,05</b> | <b>0,73</b> | <b>0,42</b> | <b>0,37</b> | <b>0,23</b> | <b>152,82</b>        | <b>574,50</b> | <b>218,54</b> | <b>11,00</b> | <b>1 395,84</b> | <b>18,67</b> | <b>0,02</b> | <b>0,16</b> |             |      |             |                  |

**Второй день вторая неделя**

| Прим пищи, наименование блюда                   | Масса порции | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | Витамины    |             |             |             |             |               | Минеральные вещества |              |             |               |              |             |             | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|---------------|----------------------|--------------|-------------|---------------|--------------|-------------|-------------|-------------|------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               | С, мг       | В1, мг      | В2, мг      | А, мг       | Д, мкг      | Св, мг        | Р, мг                | Мг, мг       | Fe, мг      | К, мг         | I, мг        | Se, мг      | F, мг       |             |                  |
|   |              |                  |             |             |                               |             |             |             |             |             |               |                      |              |             |               |              |             |             |             |                  |
| КАША МОЛОЧНАЯ МАЙНАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 200/5        | 5,9              | 7,4         | 31,5        | 216,8                         | 0,62        | 0,06        | 0,12        | 0,04        | 0,08        | 112,88        | 96,81                | 17,00        | 0,38        | 187,50        | 9,00         | 0,00        | 0,01        | 181         | 2017             |
| ЙОГУРТ БЭМЖ                                     | 100          | 2,0              | 1,5         | 3,0         | 48,0                          | 0,70        | 0,03        | 0,17        | 0,03        | 0,00        | 120,00        | 95,00                | 14,00        | 0,00        | 145,00        | 0,00         | 0,00        | 0,02        | ГОСТ        | 2012             |
| КАКАО-НАПИТОК "ВИТОША"                          | 200          | 2,8              | 3,1         | 23,9        | 135,5                         | 0,52        | 0,03        | 0,11        | 0,02        | 0,00        | 106,82        | 72,00                | 12,19        | 0,08        | 146,93        | 9,00         | 0,00        | 0,00        | 21          | 2018             |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ                     | 35           | 2,6              | 1,0         | 18,0        | 91,7                          | 0,00        | 0,04        | 0,01        | 0,00        | 0,00        | 6,65          | 22,75                | 4,55         | 0,35        | 32,20         | 0,00         | 0,00        | 0,00        | ГОСТ        |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                     | <b>540</b>   | <b>13,3</b>      | <b>13,0</b> | <b>76,5</b> | <b>491,9</b>                  | <b>1,74</b> | <b>0,16</b> | <b>0,41</b> | <b>0,09</b> | <b>0,08</b> | <b>346,36</b> | <b>285,56</b>        | <b>47,74</b> | <b>0,81</b> | <b>512,63</b> | <b>18,00</b> | <b>0,00</b> | <b>0,03</b> |             |                  |

**Обед**

| Прим пищи, наименование блюда         | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Витамины     |             |             |             |             |               | Минеральные вещества |               |             |                 |              |             |             | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|---------------|----------------------|---------------|-------------|-----------------|--------------|-------------|-------------|-------------|------------------|
|                                       |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               | С, мг        | В1, мг      | В2, мг      | А, мг       | Д, мкг      | Св, мг        | Р, мг                | Мг, мг        | Fe, мг      | К, мг           | I, мг        | Se, мг      | F, мг       |             |                  |
|                                       |              |                  |             |              |                               |              |             |             |             |             |               |                      |               |             |                 |              |             |             |             |                  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 250          | 3,3              | 2,9         | 19,3         | 116,7                         | 9,60         | 0,11        | 0,08        | 0,20        | 0,00        | 27,51         | 70,12                | 29,25         | 1,24        | 676,97          | 5,43         | 0,00        | 0,04        | 18          | 2017             |
| ВЯЛОЧЕК "КРЕПЬИЦ"                     | 90           | 10,0             | 11,5        | 12,0         | 163,7                         | 1,13         | 0,04        | 0,04        | 0,01        | 0,14        | 18,82         | 56,10                | 12,78         | 1,06        | 93,63           | 2,13         | 0,00        | 0,01        | 274         | 2017             |
| ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                     | 150          | 3,2              | 5,4         | 21,4         | 147,7                         | 10,38        | 0,12        | 0,10        | 0,03        | 0,08        | 44,88         | 85,82                | 30,31         | 1,22        | 784,25          | 8,55         | 0,00        | 0,03        | 128         | 2017             |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ               | 200/7        | 0,3              | 0,0         | 15,1         | 62,9                          | 1,16         | 0,00        | 0,01        | 0,00        | 0,00        | 14,70         | 8,80                 | 6,37          | 0,80        | 37,21           | 0,00         | 0,00        | 0,00        | 377         | 2017             |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 30           | 2,0              | 0,3         | 12,7         | 61,2                          | 0,00         | 0,05        | 0,02        | 0,00        | 0,00        | 5,40          | 26,10                | 5,70          | 1,20        | 40,80           | 1,68         | 0,00        | 0,00        | ГОСТ        |                  |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С САХАРОМ            | 50           | 4,4              | 4,6         | 28,5         | 177,2                         | 0,00         | 0,05        | 0,03        | 0,01        | 0,07        | 10,31         | 38,12                | 6,35          | 0,44        | 56,47           | 1,26         | 0,01        | 0,01        | 424         | 2017             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>           | <b>777</b>   | <b>23,2</b>      | <b>24,7</b> | <b>110,0</b> | <b>758,3</b>                  | <b>22,27</b> | <b>0,37</b> | <b>0,28</b> | <b>0,25</b> | <b>0,29</b> | <b>122,80</b> | <b>285,06</b>        | <b>90,76</b>  | <b>5,86</b> | <b>1 669,33</b> | <b>20,05</b> | <b>0,01</b> | <b>0,09</b> |             |                  |
| <b>Всего за день:</b>                 |              | <b>38,5</b>      | <b>37,7</b> | <b>186,5</b> | <b>1 251,2</b>                | <b>24,01</b> | <b>0,53</b> | <b>0,69</b> | <b>0,34</b> | <b>0,37</b> | <b>468,86</b> | <b>571,62</b>        | <b>138,50</b> | <b>6,77</b> | <b>2 181,96</b> | <b>38,05</b> | <b>0,01</b> | <b>0,12</b> |             |                  |



Третий день второй недели

| Прием пищи, наименование блюда                     | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Витамины     |             |             |             |             |               |               | Минеральные вещества |             |                 |              |             |             |      | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|---------------|---------------|----------------------|-------------|-----------------|--------------|-------------|-------------|------|-------------|------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               | С, мг        | В1, мг      | В2, мг      | А, мг       | Д, мкг      | Са, мг        | Р, мг         | Mg, мг               | Fe, мг      | K, мг           | I, мг        | Se, мг      | F, мг       |      |             |                  |
|  |              |                  |             |              |                               |              |             |             |             |             |               |               |                      |             |                 |              |             |             | 250  |             |                  |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                                | 250          | 11,2             | 12,1        | 37,8         | 304,9                         | 18,93        | 0,22        | 0,19        | 0,20        | 0,00        | 47,01         | 187,00        | 90,38                | 3,20        | 1 446,56        | 12,27        | 0,00        | 0,07        | 259  | 2017        |                  |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ               | 200          | 2,1              | 2,5         | 10,2         | 85,4                          | 0,12         | 0,01        | 0,10        | 0,01        | 0,02        | 90,98         | 59,13         | 10,98                | 0,05        | 110,10          | 2,10         | 0,60        | 0,01        | 379  | 2017        |                  |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ                        | 40           | 3,0              | 1,2         | 20,6         | 104,8                         | 0,00         | 0,04        | 0,01        | 0,00        | 0,00        | 7,80          | 28,00         | 5,20                 | 0,40        | 39,80           | 0,00         | 0,00        | 0,00        | ГОСТ |             |                  |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С СЫРОМ                           | 50/2         | 4,8              | 5,2         | 27,6         | 176,5                         | 0,01         | 0,05        | 0,03        | 0,01        | 0,07        | 25,23         | 46,12         | 6,91                 | 0,46        | 58,17           | 1,28         | 0,01        | 0,01        | 424  | 2017        |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                        | <b>542</b>   | <b>21,1</b>      | <b>21,0</b> | <b>102,2</b> | <b>881,6</b>                  | <b>19,06</b> | <b>0,32</b> | <b>0,33</b> | <b>0,22</b> | <b>0,09</b> | <b>170,83</b> | <b>328,25</b> | <b>85,47</b>         | <b>4,11</b> | <b>1 651,63</b> | <b>15,83</b> | <b>0,01</b> | <b>0,09</b> |      |             |                  |
| <b>Обед</b>  |              |                  |             |              |                               |              |             |             |             |             |               |               |                      |             |                 |              |             |             |      |             |                  |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ                | 250/5        | 3,4              | 2,9         | 15,3         | 101,2                         | 0,71         | 0,03        | 0,02        | 0,20        | 0,00        | 25,94         | 27,42         | 10,23                | 0,60        | 88,19           | 1,15         | 0,00        | 0,01        | 111  | 2017        |                  |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕННЫЕ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ | 190/50       | 14,4             | 23,0        | 16,0         | 335,3                         | 19,34        | 0,18        | 0,13        | 0,05        | 0,00        | 74,82         | 158,25        | 36,05                | 2,27        | 424,85          | 9,37         | 0,01        | 0,08        | 298  | 2012        |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                      | 200          | 0,2              | 0,0         | 14,9         | 90,5                          | 0,04         | 0,00        | 0,01        | 0,00        | 0,00        | 12,18         | 7,42          | 5,82                 | 0,74        | 25,80           | 0,00         | 0,00        | 0,00        | 376  | 2017        |                  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 20           | 1,3              | 0,2         | 8,5          | 40,8                          | 0,00         | 0,04        | 0,02        | 0,00        | 0,00        | 3,80          | 17,40         | 3,80                 | 0,80        | 27,20           | 1,12         | 0,00        | 0,00        | ГОСТ |             |                  |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ                        | 20           | 1,5              | 0,6         | 10,3         | 52,4                          | 0,00         | 0,02        | 0,01        | 0,00        | 0,00        | 3,80          | 13,00         | 2,60                 | 0,20        | 18,40           | 0,00         | 0,00        | 0,00        | ГОСТ |             |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                        | <b>735</b>   | <b>20,8</b>      | <b>26,7</b> | <b>65,0</b>  | <b>590,2</b>                  | <b>20,08</b> | <b>0,27</b> | <b>0,19</b> | <b>0,25</b> | <b>0,00</b> | <b>120,14</b> | <b>223,48</b> | <b>58,30</b>         | <b>4,61</b> | <b>564,44</b>   | <b>11,64</b> | <b>0,01</b> | <b>0,09</b> |      |             |                  |
| <b>Всего за день:</b>                              |              | <b>41,8</b>      | <b>47,7</b> | <b>167,2</b> | <b>1 271,8</b>                | <b>39,15</b> | <b>0,59</b> | <b>0,52</b> | <b>0,47</b> | <b>0,09</b> | <b>290,97</b> | <b>551,74</b> | <b>141,77</b>        | <b>8,72</b> | <b>2 216,07</b> | <b>27,27</b> | <b>0,02</b> | <b>0,18</b> |      |             |                  |

**Четвертый день второй недели**

| Принем пищи, наименование блюда                         | Масса порции | Пищевые вещества |             | Энергетическая ценность, ккал | Витамины       |              |             |             |             |             | Минеральные вещества |               |               |             |               |              | № рецептур  | Сборник рецептур |        |       |
|---|--------------|------------------|-------------|-------------------------------|----------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|-------------|---------------|--------------|-------------|------------------|--------|-------|
|   |              | Белка, г         | Жиры, г     |                               | Углевод, г     | С, мг        | В1, мг      | В2, мг      | А, мг       | Д, мкг      | Са, мг               | Р, мг         | Mg, мг        | Fe, мг      | K, мг         | I, мкг       |             |                  | Se, мг | F, мг |
|   |              |                  |             |                               |                |              |             |             |             |             |                      |               |               |             |               |              |             |                  |        |       |
| <b>Завтрак</b>  |              |                  |             |                               |                |              |             |             |             |             |                      |               |               |             |               |              |             |                  |        |       |
| ТЕФТЕЛКИ НЕЖЕНКА В СОУСЕ                                | 60/30        | 8,1              | 8,8         | 11,5                          | 159,6          | 0,56         | 0,02        | 0,01        | 0,05        | 0,00        | 11,06                | 18,27         | 5,00          | 0,30        | 46,69         | 0,55         | 0,00        | 0,00             | 278    | 2017  |
| РИС ОТВАРНОЙ  | 180          | 4,4              | 7,0         | 46,8                          | 267,4          | 0,00         | 0,04        | 0,03        | 0,04        | 0,12        | 14,49                | 89,64         | 30,41         | 0,83        | 66,46         | 0,91         | 0,01        | 0,03             | 304    | 2017  |
| ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ  | 200          | 0,3              | 0,0         | 16,3                          | 68,7           | 13,24        | 0,00        | 0,02        | 0,00        | 0,00        | 14,61                | 7,88          | 8,26          | 0,82        | 27,36         | 0,00         | 0,00        | 0,00             | 378376 | 2017  |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ                             | 35           | 2,6              | 1,0         | 18,0                          | 91,7           | 0,00         | 0,04        | 0,01        | 0,00        | 0,00        | 6,65                 | 22,75         | 4,55          | 0,35        | 32,20         | 0,00         | 0,00        | 0,00             | ГОСТ   |       |
| БЛИНЧИКИ П/Ф 1шт  | 70           | 1,0              | 2,3         | 19,5                          | 97,5           | 0,00         | 0,04        | 0,04        | 8,15        | 0,10        | 23,33                | 28,20         | 4,85          | 0,31        | 62,77         | 0,00         | 0,00        | 0,00             | 399    | 2017  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | <b>575</b>   | <b>16,4</b>      | <b>19,1</b> | <b>111,9</b>                  | <b>684,9</b>   | <b>13,80</b> | <b>0,14</b> | <b>0,11</b> | <b>8,25</b> | <b>0,22</b> | <b>70,14</b>         | <b>166,74</b> | <b>51,07</b>  | <b>2,41</b> | <b>235,47</b> | <b>1,46</b>  | <b>0,01</b> | <b>0,03</b>      |        |       |
| <b>Обед</b>   |              |                  |             |                               |                |              |             |             |             |             |                      |               |               |             |               |              |             |                  |        |       |
| БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ | 250/5/5      | 1,8              | 2,9         | 12,0                          | 84,3           | 7,78         | 0,04        | 0,05        | 0,21        | 0,00        | 47,84                | 46,36         | 22,58         | 1,12        | 325,72        | 5,70         | 0,00        | 0,02             | 82     | 2017  |
| ГУЛЯШЬ МЯСНОЙ   | 45/45        | 8,6              | 20,8        | 2,3                           | 231,1          | 0,84         | 0,21        | 0,06        | 0,01        | 0,00        | 12,49                | 85,63         | 14,64         | 0,98        | 210,32        | 4,43         | 0,00        | 0,04             | 260    | 2017  |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                             | 150          | 5,6              | 4,8         | 35,9                          | 210,2          | 0,00         | 0,07        | 0,02        | 0,02        | 0,08        | 29,36                | 43,42         | 10,78         | 1,01        | 66,48         | 0,79         | 0,01        | 0,01             | 202    | 2017  |
| КОМПОТ ИЗ КОМПЛОТНОЙ СМЕСИ С/М                          | 200          | 0,0              | 0,0         | 19,4                          | 77,4           | 0,00         | 0,00        | 0,00        | 0,00        | 0,00        | 7,25                 | 0,00          | 1,53          | 0,00        | 1,11          | 0,00         | 0,00        | 0,00             | 349    | 2017  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ   | 25           | 1,7              | 0,2         | 10,6                          | 51,0           | 0,00         | 0,05        | 0,02        | 0,00        | 0,00        | 4,50                 | 21,75         | 4,75          | 1,00        | 34,00         | 1,40         | 0,00        | 0,00             | ГОСТ   |       |
| КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ                                       | 50           | 4,2              | 4,4         | 27,6                          | 166,4          | 0,00         | 0,05        | 0,03        | 0,01        | 0,07        | 9,84                 | 38,28         | 6,07          | 0,42        | 53,63         | 1,17         | 0,01        | 0,01             | 415    | 2017  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | <b>775</b>   | <b>21,9</b>      | <b>33,2</b> | <b>107,8</b>                  | <b>820,4</b>   | <b>9,62</b>  | <b>0,42</b> | <b>0,18</b> | <b>0,25</b> | <b>0,15</b> | <b>111,28</b>        | <b>233,44</b> | <b>60,33</b>  | <b>4,53</b> | <b>691,46</b> | <b>13,49</b> | <b>0,02</b> | <b>0,08</b>      |        |       |
| <b>Всего за день:</b>                                   |              | <b>39,3</b>      | <b>62,3</b> | <b>219,7</b>                  | <b>1 506,3</b> | <b>22,42</b> | <b>0,56</b> | <b>0,29</b> | <b>9,51</b> | <b>0,37</b> | <b>181,42</b>        | <b>400,18</b> | <b>111,40</b> | <b>6,94</b> | <b>926,93</b> | <b>14,95</b> | <b>0,03</b> | <b>0,11</b>      |        |       |

ПЯТЫЙ ДЕНЬ ВТОРОЯ НЕДЕЛИ

| Прием пищи, наименование блюда                        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Витамины |        |        |       |        |        |        |        |          |          | Минеральные вещества |         |        |         |  |  | № рецептур |
|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|----------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|--------|----------|----------|----------------------|---------|--------|---------|--|--|------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               | С, мг    | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг | Р, мг  | Мg, мг | Fe, мг   | K, мг    | I, мкг               | Se, мкг | F, мкг |         |  |  |            |
|   |              |                  |         |             |                               |          |        |        |       |        |        |        |        |          |          |                      |         |        | Завтрак |  |  |            |
| ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ "ОСЕННИЙ" С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ        | 100/20       | 17,6             | 12,3    | 29,0        | 301,0                         | 0,30     | 0,05   | 0,25   | 0,06  | 0,13   | 185,04 | 212,47 | 26,63  | 0,69     | 207,95   | 3,66                 | 0,02    | 0,03   | 2017    |  |  |            |
| ЧАЙ С САХАРОМ   | 200          | 0,2              | 0,0     | 14,9        | 60,5                          | 0,04     | 0,00   | 0,01   | 0,00  | 0,00   | 12,48  | 7,42   | 5,82   | 0,74     | 25,80    | 0,00                 | 0,00    | 0,00   | 2017    |  |  |            |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С САХАРОМ                            | 130          | 0,5              | 0,5     | 12,7        | 61,1                          | 13,00    | 0,04   | 0,03   | 0,01  | 0,00   | 20,80  | 14,30  | 10,40  | 2,86     | 381,40   | 2,60                 | 0,00    | 0,01   | 2017    |  |  |            |
| Итого за прием пищи:                                  | 500          | 22,7             | 17,4    | 66,1        | 699,8                         | 13,34    | 0,14   | 0,32   | 0,08  | 0,20   | 228,33 | 272,31 | 48,90  | 4,73     | 651,62   | 7,52                 | 0,03    | 0,05   | 2017    |  |  |            |
| Обед  |              |                  |         |             |                               |          |        |        |       |        |        |        |        |          |          |                      |         |        |         |  |  |            |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ | 250/5/5      | 2,8              | 3,6     | 8,5         | 81,5                          | 10,41    | 0,05   | 0,05   | 0,21  | 0,00   | 44,84  | 49,82  | 20,17  | 1,00     | 312,60   | 4,04                 | 0,00    | 0,02   | 2017    |  |  |            |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ  | 90           | 2,3              | 4,8     | 13,4        | 106,5                         | 0,00     | 0,03   | 0,01   | 0,00  | 0,00   | 10,59  | 38,82  | 10,55  | 0,82     | 44,76    | 0,00                 | 0,00    | 0,00   | 2017    |  |  |            |
| ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                     | 150          | 3,2              | 5,4     | 21,4        | 147,7                         | 10,36    | 0,12   | 0,10   | 0,03  | 0,08   | 44,89  | 84,82  | 30,31  | 1,22     | 784,25   | 8,55                 | 0,00    | 0,03   | 2017    |  |  |            |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ  | 15           | 0,2              | 0,0     | 0,8         | 4,8                           | 5,00     | 0,01   | 0,01   | 0,03  | 0,00   | 2,80   | 5,20   | 4,00   | 0,20     | 58,00    | 0,40                 | 0,00    | 0,00   | 2017    |  |  |            |
| НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                          | 200          | 0,0              | 0,0     | 19,4        | 77,4                          | 0,00     | 0,00   | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 8,46   | 0,00   | 1,80   | 0,00     | 1,20     | 0,00                 | 0,00    | 0,00   | 2017    |  |  |            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ   | 20           | 1,3              | 0,2     | 8,5         | 40,8                          | 0,00     | 0,04   | 0,02   | 0,00  | 0,00   | 3,60   | 17,40  | 3,60   | 0,80     | 27,20    | 1,12                 | 0,00    | 0,00   | 2017    |  |  |            |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ                           | 20           | 1,5              | 0,6     | 10,3        | 52,4                          | 0,00     | 0,02   | 0,01   | 0,00  | 0,00   | 3,60   | 13,00  | 2,60   | 0,20     | 18,40    | 0,00                 | 0,00    | 0,00   | ГОСТ    |  |  |            |
| Итого за прием пищи:                                  | 755          | 11,1             | 14,8    | 82,4        | 611,1                         | 25,79    | 0,27   | 0,20   | 0,27  | 0,08   | 118,95 | 210,16 | 73,23  | 4,24     | 1 228,41 | 14,11                | 0,00    | 0,00   | ГОСТ    |  |  |            |
| Всего за день:  | 33,8         | 32,2             | 168,5   | 1 110,8     | 36,13                         | 0,41     | 0,52   | 0,35   | 0,28  | 347,28 | 482,47 | 122,13 | 8,97   | 1 878,03 | 21,63    | 0,03                 | 0,10    |        |         |  |  |            |

**Шестой день вторая неделя**

| Прем пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |             | Энергетическая ценность, ккал | Витамины       |              |             |             | Минеральные вещества |             |               |               |               |              |                 | № рецептур   | Сборник рецептур |             |        |       |
|-------------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------------------------|----------------|--------------|-------------|-------------|----------------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|-----------------|--------------|------------------|-------------|--------|-------|
|                               |              | Белки, г         | Жиры, г     |                               | Углевод, мг, г | С, мг        | В1, мг      | В2, мг      | А, мг                | Д, мг       | Са, мг        | Р, мг         | Mg, мг        | Fe, мг       | K, мг           |              |                  | I, мг       | Se, мг | F, мг |
|                               |              |                  |             |                               |                |              |             |             |                      |             |               |               |               |              |                 |              |                  |             |        |       |
| <b>Завтрак</b>                |              |                  |             |                               |                |              |             |             |                      |             |               |               |               |              |                 |              |                  |             |        |       |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ           | 250          | 4,7              | 5,5         | 37,7                          | 219,6          | 18,93        | 0,21        | 0,14        | 0,20                 | 0,00        | 41,97         | 132,52        | 53,54         | 2,33         | 1 332,96        | 12,27        | 0,00             | 0,07        | 259    | 2017  |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                 | 20           | 0,2              | 0,0         | 0,5                           | 2,8            | 2,00         | 0,01        | 0,01        | 0,00                 | 0,00        | 4,60          | 8,40          | 2,80          | 0,20         | 28,20           | 0,60         | 0,00             | 0,00        | 71     | 2017  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                 | 200          | 0,2              | 0,0         | 14,9                          | 60,5           | 0,04         | 0,00        | 0,01        | 0,00                 | 0,00        | 12,18         | 7,42          | 5,62          | 0,74         | 25,80           | 0,00         | 0,00             | 0,00        | 376    | 2017  |
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ           | 65           | 8,4              | 6,1         | 28,0                          | 201,1          | 0,05         | 0,06        | 0,08        | 0,02                 | 0,06        | 43,06         | 79,09         | 10,41         | 0,51         | 80,87           | 1,39         | 0,02             | 0,01        | 410    | 2017  |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ   | 40           | 3,0              | 1,2         | 20,6                          | 104,8          | 0,00         | 0,04        | 0,01        | 0,00                 | 0,00        | 7,60          | 26,00         | 5,20          | 0,40         | 36,80           | 0,00         | 0,00             | 0,00        | ГОСТ   |       |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>575</b>   | <b>16,5</b>      | <b>12,8</b> | <b>101,7</b>                  | <b>588,8</b>   | <b>21,02</b> | <b>0,32</b> | <b>0,25</b> | <b>0,22</b>          | <b>0,09</b> | <b>109,41</b> | <b>253,83</b> | <b>77,57</b>  | <b>4,16</b>  | <b>1 504,63</b> | <b>14,26</b> | <b>0,02</b>      | <b>0,08</b> |        |       |
| <b>Обед</b>                   |              |                  |             |                               |                |              |             |             |                      |             |               |               |               |              |                 |              |                  |             |        |       |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛЯЦОМ      | 250          | 3,7              | 3,6         | 19,3                          | 124,9          | 9,60         | 0,11        | 0,11        | 0,22                 | 0,22        | 32,03         | 85,47         | 30,17         | 1,44         | 690,96          | 8,43         | 0,00             | 0,04        | 14     | 2017  |
| ОЛАДЫИ ИЗ ПЕЧЕНИ              | 90           | 16,8             | 15,0        | 6,8                           | 248,8          | 12,04        | 0,19        | 1,40        | 5,72                 | 0,05        | 12,93         | 238,40        | 14,91         | 5,26         | 266,71          | 5,75         | 0,03             | 0,17        | 61     | 2010  |
| СПАГЕТТИ                      | 150          | 5,5              | 4,6         | 34,8                          | 205,0          | 0,00         | 0,00        | 0,00        | 0,02                 | 0,08        | 12,52         | 2,49          | 1,32          | 0,07         | 1,29            | 0,00         | 0,00             | 0,00        | 202    | 2017  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                 | 200          | 0,2              | 0,0         | 14,9                          | 60,5           | 0,04         | 0,00        | 0,01        | 0,00                 | 0,00        | 12,18         | 7,42          | 5,62          | 0,74         | 25,80           | 0,00         | 0,00             | 0,00        | 376    | 2017  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                   | 25           | 1,7              | 0,2         | 10,8                          | 51,0           | 0,00         | 0,05        | 0,02        | 0,00                 | 0,00        | 4,50          | 21,75         | 4,75          | 1,00         | 34,00           | 1,40         | 0,00             | 0,00        | ГОСТ   |       |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ   | 25           | 1,9              | 0,7         | 12,9                          | 65,5           | 0,00         | 0,03        | 0,01        | 0,00                 | 0,00        | 4,75          | 16,25         | 3,25          | 0,25         | 23,00           | 0,00         | 0,00             | 0,00        | ГОСТ   |       |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>740</b>   | <b>29,8</b>      | <b>24,3</b> | <b>89,3</b>                   | <b>765,7</b>   | <b>21,68</b> | <b>0,38</b> | <b>1,55</b> | <b>5,96</b>          | <b>0,35</b> | <b>78,91</b>  | <b>371,78</b> | <b>60,02</b>  | <b>8,76</b>  | <b>1 040,76</b> | <b>15,58</b> | <b>0,03</b>      | <b>0,21</b> |        |       |
| <b>Всего за день:</b>         |              | <b>46,3</b>      | <b>37,1</b> | <b>201,0</b>                  | <b>1 344,5</b> | <b>42,70</b> | <b>0,70</b> | <b>1,80</b> | <b>6,18</b>          | <b>0,44</b> | <b>188,32</b> | <b>625,61</b> | <b>137,59</b> | <b>12,64</b> | <b>2 545,39</b> | <b>29,84</b> | <b>0,05</b>      | <b>0,29</b> |        |       |

## ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

| Итого  | Пищевые вещества |         | Энергетическая ценность, ккал | Витамины    |        |        |        |       |        |          | Минеральные вещества |          |        |           |        |        |        |
|--|------------------|---------|-------------------------------|-------------|--------|--------|--------|-------|--------|----------|----------------------|----------|--------|-----------|--------|--------|--------|
|  | Белки, г         | Жиры, г |                               | Углевода, г | С, мг  | В1, мг | В2, мг | А, мг | Д, мкг | Са, мг   | Р, мг                | Мg, мг   | Fe, мг | К, мг     | Na, мг | I, мкг | Se, мг |
| Итого за весь период   | 505,7            | 551,4   | 2 275,5                       | 16 204,9    | 338,66 | 6,91   | 6,99   | 19,19 | 5,54   | 3 146,17 | 6 226,11             | 1 830,07 | 112,37 | 20 070,66 | 304,68 | 0,20   | 1,72   |
| Среднее значение за период   | 42,1             | 46,0    | 189,6                         | 1 350,4     | 28,22  | 0,58   | 0,59   | 1,60  | 0,46   | 262,16   | 519,84               | 152,51   | 9,36   | 1 672,57  | 25,39  | 0,02   | 0,14   |
| Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности | 12,5             | 30,6    | 56,9                          |             |        |        |        |       |        |          |                      |          |        |           |        |        |        |

## СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

| Возраст детей | Завтрак | Обед |
|---------------|---------|------|
| 7-11 лет      | 545     | 761  |

13

## Нормативная документация:

- СанПин 2.3/2.4.3590-20
- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дети плюс" 2017г. Москва по редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2008г. Под редакцией Г.В.Лапиной
- Меню разработано с применением программного обеспечения ООО "Вижн-Софт" : Питание детей в школе 2023г. версия 1.2.9 г. Санкт-Петербург
- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дети плюс" 2011г. Москва по редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.
- Приказ № 315 от 26.12.86 Министерства торговли СССР.
- МР 2.4.0179-20 "Методические рекомендации по организации питания обучающихся образовательных учреждений".

Директор ООО "Максимум"



Е.Н.Осинникова