



ИД \_\_\_\_\_  
А.О. Орлов

**СОГЛАСОВАНО**

Директор \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2022 г.

**10- Дневное циклическое меню приготавливаемых блюд для обучающихся от 12 лет и старше в  
Муниципальных общеобразовательных учреждений системы Управления образования  
Муниципального образования Крымский район  
(завтраки, обеды и полдники)**

**Крымск 2022 г.**



Приним пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	Витаминный состав												№ рецептур	Сроки рецептур		
		Белок, г	Жиры, г	Углебл, г		В1, мкг	С, мкг	А, мкг	Е, мкг	Д, мкг	В2, мкг	Са, мкг	Мg, мкг	Р, мкг	К, мкг	Л, мкг	Ф, мкг			В6, мкг	
<b>Завтрак</b>																					
САЛТ ИЗ КВАРЦОВОЙ КУЛТУРЫ	100	1,6	5,1	8,2	87,0	0,03	25,30	0,09	2,12	0,00	0,02	42,00	14,20	31,01	0,58	280,02	2,73	0,01	0,00	47	2011
ПЛИВА ТУШЕННАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	70,20	13,8	19,6	2,4	230,0	0,00	-1,20	0,15	1,06	0,00	0,09	13,46	15,44	118,02	1,21	145,50	4,50	0,00	0,00	10	2022
ЧАЙ С САХАРОМ	150	3,2	6,1	21,5	145,3	0,12	10,30	0,04	0,24	0,06	0,12	41,22	30,19	80,13	1,18	794,99	8,55	0,04	0,00	312	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200/170	0,4	0,0	10,5	43,5	0,00	0,09	0,00	0,00	0,00	0,02	11,26	9,78	14,23	1,48	50,51	0,00	0,00	0,00	8	2021
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	42,9	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,05	11,55	29,48	0,75	45,15	0,00	0,01	0,00		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,0	0,2	12,7	61,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,40	5,70	26,16	1,25	40,80	0,00	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	435	23,7	29,3	72,8	691,3	0,31	36,97	0,19	4,77	0,06	0,29	127,67	96,34	304,49	6,37	1307,00	17,46	0,15	0,02		
<b>Обед</b>																					
САЛТ ИЗ КВАРЦОВОЙ КУЛТУРЫ	100	1,4	6,2	8,9	97,9	0,06	5,69	0,41	2,76	0,00	0,05	21,55	20,40	41,77	0,78	324,43	3,23	0,00	0,00	22	2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРИБИМИ И ТОМАТОМ	250	2,8	2,9	23,9	132,9	0,00	6,74	0,21	1,35	0,00	0,07	24,07	20,11	68,99	1,02	478,97	4,78	0,04	0,00	41	2022
ПЕЧЕНЬ ОТВАРЕННАЯ СО СВИТКОМ	200/14	34,0	19,6	43,5	453,2	0,14	0,17	0,05	0,96	0,48	0,17	60,31	33,89	235,19	3,18	497,88	12,12	0,00	0,00	67	2022
КОМПОЗИТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	9,7	38,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,28	1,80	0,00	0,06	0,90	0,00	0,00	0,00	10	2021
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	0,4	0,4	29,2	137,8	0,06	0,00	0,00	1,18	0,00	0,03	12,42	17,82	45,26	1,08	77,40	0,00	0,01	0,00		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	0,06	0,00	0,00	1,10	0,06	0,04	9,05	9,50	43,50	2,05	68,00	2,80	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	874	35,9	28,6	138,3	982,1	0,46	12,60	0,67	7,18	0,48	0,36	120,03	112,63	434,81	8,07	1495,08	22,03	0,07	0,00		
<b>Полдник</b>																					
ШВЕЦКИЙ ПЫШНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,5	6,3	8,2	163,7	0,09	1,60	0,04	2,83	0,06	0,09	44,72	38,15	92,73	1,19	305,52	62,69	0,24	0,01	235	2011
КОМПОЗИЦИОННЫЙ ПРОДУКТ	220	6,0	6,3	9,6	120,8	0,05	0,42	0,04	0,00	0,00	0,26	224,40	24,64	167,20	0,05	321,20	0,00	0,00	0,00	386	2011
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0	0,03	10,00	0,01	0,03	0,00	0,00	16,00	11,00	2,20	278,00	2,00	0,01	0,00	0,00	338	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,3	0,2	15,1	71,1	0,02	0,00	0,00	0,59	0,00	0,00	6,99	9,50	25,20	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	409	19,2	14,2	42,6	382,3	0,22	12,22	0,08	4,05	0,06	0,36	282,02	80,69	306,13	2,99	943,02	64,69	0,28	0,01		
Итого за день:	78,7	73,6	261,7	2468,8	0,99	61,79	0,96	18,00	0,62	1,04	555,52	290,12	1105,43	18,43	3466,10	120,28	0,66	0,00			

4 День

Приним пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	Витаминный состав												№ рецептур	Сроки рецептур		
		Белок, г	Жиры, г	Углебл, г		В1, мкг	С, мкг	А, мкг	Е, мкг	Д, мкг	В2, мкг	Са, мкг	Мg, мкг	Р, мкг	К, мкг	Л, мкг	Ф, мкг			В6, мкг	
<b>Завтрак</b>																					
САЛТ ИЗ СВЕЖЕЙ СЛЮЩИКИ СОЛЕНЧАЯ	100	1,4	6,1	6,6	87,5	0,07	4,36	0,00	2,74	0,00	0,03	28,43	17,57	37,21	1,00	223,87	4,48	0,01	0,00	56	2011
ПЕЧЕНЬ ОТВАРЕННАЯ	70,00	9,8	16,2	7,7	216,2	0,06	1,21	0,12	1,51	0,10	0,10	27,71	14,18	94,24	1,21	166,50	5,17	0,05	0,01	23	2021
КОК БИГУЛОВА	180	4,0	5,2	37,9	215,0	0,06	2,28	0,42	0,66	0,09	0,09	18,12	32,82	80,56	0,90	175,20	2,71	0,03	0,01	3	2021
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	0,02	1,60	0,00	0,00	0,00	0,02	12,60	7,26	12,60	2,57	240,00	2,00	0,06	0,00	289	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,1	0,02	0,00	0,00	0,58	0,00	0,00	6,90	9,50	25,20	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	15	1,0	0,1	6,4	20,6	0,03	0,00	0,00	0,33	0,00	0,01	2,70	2,85	13,00	0,00	20,40	0,84	0,00	0,00		2008
Итого за день:	435	19,5	28,6	91,3	793,8	0,24	9,43	0,54	5,72	0,10	0,23	96,46	64,63	268,66	6,80	867,77	15,18	0,09	0,00		
<b>Обед</b>																					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПИЩЕВЫМИ	250	4,1	6,4	23,0	156,9	0,09	4,60	0,20	1,35	0,16	0,08	28,78	20,67	62,73	0,98	355,09	4,78	0,03	0,01	108	2011
КАША ПШЕНИЧНАЯ ТУШЕННАЯ	190	15,0	11,2	3,6	229,0	0,46	1,44	0,02	2,65	0,00	0,09	12,29	18,15	130,82	1,98	347,52	6,74	0,04	0,00	260	2011
КОМПОЗИТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,4	11,1	49,6	331,8	0,17	0,00	0,00	0,28	0,18	0,08	34,47	41,83	178,48	3,00	175,07	0,00	0,00	0,00	1714	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,0	0,0	9,7	38,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,28	1,80	0,00	0,06	0,90	0,00	0,00	0,00	10	2021
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,4	0,4	29,2	137,8	0,06	0,00	0,00	1,18	0,00	0,00	12,42	17,82	45,26	1,08	77,40	0,00	0,01	0,00		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	0,06	0,00	0,00	1,10	0,06	0,04	9,05	9,50	43,50	2,05	68,00	2,80	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	999	35,2	34,5	136,3	996,2	0,48	6,44	0,30	6,96	0,35	0,32	106,18	110,75	400,99	9,04	1923,99	14,30	0,08	0,00		
<b>Полдник</b>																					
ПЕЧЕНЬ ОТВАРЕННАЯ	120	16,3	11,3	6,2	215,7	0,19	11,27	0,33	3,61	0,00	1,32	22,46	14,67	228,40	4,08	263,43	8,69	0,16	0,02	201	2008
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРЕННЫЙ	180	3,5	6,7	28,5	180,2	0,17	14,40	0,04	0,32	0,09	0,12	24,93	28,07	95,53	1,62	1023,81	8,00	0,05	0,00	310	2011
КОМПОЗИЦИОННЫЙ ПРОДУКТ	220	6,2	6,5	9,8	124,3	0,07	1,34	0,06	0,00	0,00	0,37	294,00	30,60	209,00	0,05	321,20	0,00	0,04	0,00	386	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,3	0,0	15,1	71,1	0,00	0,00	0,00	-10,60	0,00	0,00	6,50	9,50	25,20	0,00	38,70	0,00	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	509	28,0	34,2	68,2	391,2	0,43	27,21	0,43	11,62	0,00	1,79	318,29	94,24	558,13	7,15	1647,16	15,80	0,26	0,02		
Итого за день:	477	58,8	87,2	205,2	1288,2	1,30	43,10	0,93	19,61	0,35	0,83	520,83	209,62	1287,98	23,02	3538,90	45,37	0,42	0,10		



Применяемые корма, наименование блока	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Минеральные вещества												№ рецептур	Сложные рецептур				
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг			Cl, мг	S, мг	Ca, мг	
САЛГАТ ИЗ КАПТОБЕЛЛА С СОЛЕВЫМИ СЛЮЩАМИ	100	1,4	5,2	6,6	60,5	0,06	5,69	0,41	2,38	0,06	0,05	0,05	21,50	20,40	1,41,75	0,75	224,50	3,23	0,02	0,00	22	2012	
ТЕПЛАЯ ДАЯ БАЛАНС	7000	9,7	16,7	11,2	233,8	0,05	1,43	0,06	3,32	0,00	0,05	13,11	16,75	96,44	1,37	193,50	3,98	0,02	0,00	284	2008		
МАДИОНОВАЯ НАСЫЩЕНА ОТВАЖА С МАСЛОМ	180	6,0	7,6	44,0	272,2	0,06	0,00	0,04	1,54	0,13	0,04	30,62	12,82	52,25	1,20	61,50	0,96	0,01	0,02	263	2011		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СХОУРПТОВ	200	0,0	0,0	0,0	38,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,28	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10	2007		
ХЛЕБ ПЛЕНЕЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9	0,04	0,00	0,00	0,58	0,00	0,02	6,21	8,91	22,69	0,54	24,70	0,00	0,00	0,00	0,00	2008		
ХЛЕБ ГРУАНО	20	1,3	0,2	8,5	40,8	0,04	0,00	0,00	0,44	0,00	0,02	3,60	3,90	17,40	0,90	27,20	1,12	0,00	0,00	0,00	2008		
Итого за примы смеси:	830	21,6	23,9	90,7	742,7	0,27	7,12	0,53	8,17	0,13	0,10	83,57	64,67	229,52	4,70	606,72	9,29	0,06	0,02				
Обед																							
ОВОШИИ НАТУРАЛЬНЫЕ КУБКИ, СОЛЕВЫЕ ПО СЕЗОНУ	100	1,1	0,0	2,4	14,0	0,04	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14,00	20,00	28,00	1,00	290,00	0,00	0,00	0,00	70	2011		
РАСОЛЫ И ДЕНТРАНСОЛ	250	2,2	5,2	18,4	122,2	0,00	6,70	0,20	2,44	0,00	0,00	28,48	23,04	64,80	1,00	403,10	4,40	0,00	0,00	96	2011		
КОЛЛЕТА "ДВОРОВА" С СОУСЫ ТОМАТНЫМ	7000	11,4	17,9	7,5	235,8	0,00	0,97	0,28	3,32	0,12	0,10	28,12	22,82	124,07	1,93	220,69	5,97	0,02	0,00	27	2012		
КАША РАСОЛОВАЯ ГРЕЧЕВАЯ	200	10,8	13,0	49,3	351,5	0,29	0,00	0,00	6,19	0,19	0,16	23,33	161,00	240,20	5,63	329,77	2,93	0,02	0,01	171,1	2011		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СХОУРПТОВ	200	0,0	0,0	0,0	9,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,28	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10	2011		
ХЛЕБ ПЛЕНЕЧНЫЙ	60	0,4	0,4	20,2	137,8	0,08	0,00	0,00	1,18	0,00	0,02	12,42	17,62	45,36	1,08	77,40	0,00	0,01	0,00	0,00	2008		
ХЛЕБ ГРУАНО	50	0,4	0,4	21,2	102,0	0,08	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	9,00	9,50	43,50	2,00	68,00	2,80	0,00	0,00	0,00	2008		
Итого за примы смеси:	960	23,4	27,0	130,7	1 666,4	0,34	17,07	0,51	14,20	0,31	0,41	121,83	204,00	544,01	12,64	1 488,06	16,10	0,06	0,01				
Полдник																							
ВАРЮШКИ ПЕЧЕННЫЕ ОТВАЖА С МОЛОКОМ СЛИВНЫМ	1000	26,4	21,0	40,3	460,5	0,26	0,40	0,13	0,44	0,22	0,40	287,50	37,67	218,07	0,85	313,21	4,91	0,04	0,04	15	2011		
СОУС ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	10,6	83,4	0,02	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	7,20	11,60	0,20	240,00	2,00	0,00	0,00	389	2011		
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0	0,01	10,00	0,01	0,63	0,00	0,00	16,00	12,00	11,00	1,00	278,00	2,00	0,01	0,00	338	2011		
Итого за примы смеси:	500	27,8	21,6	60,7	591,9	0,33	12,00	0,14	1,07	0,22	0,44	316,50	52,87	341,67	1,05	631,21	6,91	0,05	0,04				
Всего за день:		82,7	88,4	362,5	2 341,7	1,04	28,70	1,19	23,47	0,76	1,03	621,50	375,54	1 115,20	22,91	2 968,00	34,20	0,19	0,07				

8 день

Применяемые корма, наименование блока	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Минеральные вещества												№ рецептур	Сложные рецептур			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг			Cl, мг	S, мг	Ca, мг
САУГ ГРОУПНИК	20	4,0	5,9	0,0	72,0	0,01	0,14	0,00	0,00	0,00	0,00	179,00	7,00	100,00	0,20	17,60	0,00	0,01	0,00	15	2011	
КАША ВЯЖАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РАССА И ПЛЕНА	250	7,1	13,2	40,0	307,7	0,11	0,62	0,07	0,93	0,19	0,16	132,86	38,43	167,56	0,88	240,52	11,87	0,02	0,00	175	2011	
КОФЕЛЬНЫЙ КОМПОТ С МОЛОКОМ	200	3,4	2,4	17,5	106,0	0,00	0,52	0,00	0,00	0,00	0,12	112,06	20,28	91,06	0,46	173,84	9,00	0,00	0,00	11	2007	
ХЛЕБ ПЛЕНЕЧНЫЙ	50	3,6	0,3	25,1	118,4	0,08	0,00	0,00	0,98	0,00	0,03	11,50	16,50	42,00	1,00	64,50	0,00	0,01	0,00	0,00	2008	
ХЛЕБ ГРУАНО	30	0,3	0,3	12,7	61,2	0,05	0,00	0,00	0,66	0,00	0,02	3,40	5,70	28,10	1,20	46,00	1,68	0,00	0,00	0,00	2008	
Итого за примы смеси:	550	20,5	22,1	95,3	664,1	0,20	1,28	0,15	2,63	0,19	0,29	437,62	86,91	475,00	3,14	537,20	22,65	0,04	0,00			
Обед																						
МОЛОКО ПЕРЦОВЫЙ	100	1,0	0,1	5,5	28,0	0,00	4,00	1,98	0,50	0,00	0,00	40,80	36,40	44,00	0,80	190,00	4,00	0,04	0,00	0,00	2008	
БОУЛ С КАПТОБЕЛЛА И КАПТОБЕЛЛА	250	2,2	5,8	13,1	118,9	0,07	10,20	0,23	2,40	0,00	0,07	51,14	27,12	51,16	1,26	295,10	6,33	0,04	0,00	82	2011	
ТЕПЛАЯ ПЫШАЯ ОТВАЖА В СМЕТАННОМ СОУСЕ С МОЛОКОМ	7000	7,8	4,0	0,3	143,4	0,65	0,91	0,01	2,77	0,01	0,00	30,51	26,41	113,48	0,83	219,99	60,81	0,26	0,01	47	2012	
КОФЕЛЬ	180	3,8	6,2	20,7	174,2	0,18	12,48	0,04	0,29	0,09	0,13	40,48	36,19	102,19	1,43	919,04	10,27	0,05	0,00	312	2011	
ХЛЕБ ПЛЕНЕЧНЫЙ	200	0,1	0,1	27,9	113,0	0,01	2,00	0,00	0,10	0,00	0,00	5,00	2,00	8,00	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	411	2008	
ХЛЕБ ГРУАНО	60	0,4	0,4	29,2	137,8	0,08	0,00	0,00	1,18	0,00	0,00	12,42	17,62	45,36	1,08	77,40	0,00	0,01	0,00	0,00	2008	
Итого за примы смеси:	540	22,8	20,9	132,0	814,4	0,20	23,60	2,29	8,30	0,10	0,28	201,38	149,40	407,60	7,60	1 638,40	86,42	0,40	0,01			
Полдник																						
ЗАПЕКАКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СЛИВНЫМ	1600	31,4	22,0	41,1	496,7	0,29	0,47	0,10	2,24	0,11	0,45	330,34	48,20	380,80	1,22	961,50	4,24	0,06	0,00	6	2011	
КОСМОПОЛОНОВЫЙ ПРОДУКТ	220	6,2	5,5	5,9	124,2	0,07	1,54	0,00	0,00	0,00	0,27	264,00	30,60	209,00	0,60	601,20	0,00	0,04	0,00	386	2011	
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	8,8	47,0	0,01	10,00	0,01	0,63	0,00	0,00	16,00	12,00	11,00	1,00	278,00	2,00	0,01	0,00	338	2011	
Итого за примы смеси:	520	28,0	27,9	48,8	668,0	0,30	13,01	0,11	2,88	0,11	0,64	410,34	87,00	600,80	2,42	990,20	6,24	0,10	0,00			
Всего за день:		81,5	75,2	138,2	1 148,5	0,50	42,34	2,61	13,58	0,23	1,61	1 291,24	324,41	1 426,11	14,76	3 326,28	115,21	0,54	0,04			

8

Применяемые препараты, наименование биопрепарата	Масса порошка	Бумага, г	Жир, г	Углевод, мг	Зерно-масса, кг	Минеральные вещества													№ рецеп-тур	Сборные препараты		
						В.мг	С.мг	А.мг	Е.мг	Д.мг	ВЗ.мг	Са.мг	Мг.мг	Р.мг	Fe.мг	К.мг	Na.мг	Se.мг				
СТЕРИЛЬНЫЙ С ПОВЫШЕННЫМ СОДЕРЖАНИЕМ СВЕТА И ФУНКЦИОНАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	60	2,8	4,7	30,0	178,5	0,09	0,11	0,04	0,76	0,06	0,03	11,23	12,32	30,48	0,88	71,13	0,00	0,00	0,00	2	2011	
	190/10	21,3	16,7	36,7	392,1	0,12	0,14	0,05	0,79	0,42	0,16	51,87	30,00	208,23	2,83	414,03	10,57	0,00	0,00	5	2022	
	100	0,4	0,4	9,0	47,0	0,03	0,03	0,01	0,53	0,00	0,02	16,00	8,00	11,00	2,20	278,09	2,00	0,00	0,00	338	2011	
	200/10	0,4	0,0	10,5	43,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	17,26	14,83	1,48	56,51	0,00	0,00	0,00	0,00	8	2021	
Итого за прием пищи:		578	34,7	21,8	682,1	0,20	0,23	0,06	2,18	0,50	0,23	96,40	60,00	264,54	7,20	813,64	12,57	0,00	0,00			
Общая																						
СТЕРИЛЬНЫЙ С ОБЕДНЕННЫМ СОДЕРЖАНИЕМ	250	4,1	5,4	23,0	156,9	0,09	0,09	0,20	1,36	0,10	0,08	29,76	20,67	62,73	0,96	385,09	4,76	0,00	0,00	108	2011	
СТЕРИЛЬНЫЙ С ОБЕДНЕННЫМ СОДЕРЖАНИЕМ	230	18,7	25,0	21,5	399,8	0,16	0,16	0,08	3,87	0,00	0,21	38,60	60,00	219,27	2,85	917,98	18,17	0,15	0,02	388	2011	
СТЕРИЛЬНЫЙ С ОБЕДНЕННЫМ СОДЕРЖАНИЕМ	200/10	0,4	0,0	10,5	43,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	17,26	14,83	1,48	56,51	0,00	0,00	0,00	0,00	8	2021	
СТЕРИЛЬНЫЙ С ОБЕДНЕННЫМ СОДЕРЖАНИЕМ	60	0,4	0,4	20,2	137,8	0,00	0,00	0,00	1,16	0,00	0,03	12,42	17,82	48,30	1,08	77,40	0,00	0,00	0,00	2008		
СТЕРИЛЬНЫЙ С ОБЕДНЕННЫМ СОДЕРЖАНИЕМ	50	3,2	0,4	21,2	102,0	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	9,00	9,50	43,50	2,00	68,00	2,80	0,00	0,00	2008		
Итого за прием пищи:		800	31,8	31,2	102,4	0,44	0,44	0,14	7,60	0,10	0,30	107,14	107,81	385,54	8,24	1468,58	20,73	0,18	0,03			
Подобные																						
СМЕСЬ ПОДРОБНО	20	7,0	8,8	0,0	108,2	0,01	0,21	0,10	0,09	0,00	0,09	204,00	10,50	150,00	0,30	26,40	0,00	0,00	0,00	15	2011	
МОЛОКО ЗАКВАСИВАЮЩЕЕ	200	5,9	6,1	9,8	110,5	0,06	1,10	0,04	0,00	0,00	0,22	215,22	23,63	151,92	0,17	308,09	18,99	0,00	0,00	385	2011	
ПОМОЙ И ПРОМЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	8,8	47,0	0,03	0,03	0,00	0,53	0,00	0,02	16,00	8,00	11,00	2,20	278,09	2,00	0,00	0,00	338	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	60,9	0,04	0,00	0,00	0,56	0,00	0,02	6,21	8,91	32,88	0,54	38,70	0,00	0,00	0,00	2008		
Итого за прием пищи:		360	15,5	14,8	34,2	0,13	11,31	0,15	1,31	0,00	0,26	301,43	61,04	335,80	3,25	651,16	20,99	0,00	0,00			
Итого за день:			72,5	67,6	229,5	1 828,7	0,77	37,78	0,96	10,90	0,66	0,96	705,03	218,50	965,78	18,94	2 937,70	54,29	0,27	0,04		

Применяемые препараты, наименование биопрепарата

Применяемые препараты, наименование биопрепарата	Масса порошка	Бумага, г	Жир, г	Углевод, мг	Зерно-масса, кг	Минеральные вещества													№ рецеп-тур	Сборные препараты		
						В.мг	С.мг	А.мг	Е.мг	Д.мг	ВЗ.мг	Са.мг	Мг.мг	Р.мг	Fe.мг	К.мг	Na.мг	Se.мг				
ЦЕЛЮЛЮЗА, УГЛЕВОДЫ С МОЛОКОМ И ПРОМОЙ	70/20	9,4	16,0	6,7	206,1	0,05	1,71	0,54	3,16	0,00	0,06	31,84	30,22	100,53	1,10	178,90	4,69	0,07	0,01	12	2022	
	ПРОЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	6,2	25,7	174,2	0,15	12,48	0,04	0,28	0,09	0,13	49,49	26,15	102,78	1,43	918,04	10,27	0,05	0,00	312	2011
	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	18,0	83,4	0,02	1,86	0,00	0,00	0,00	0,02	12,80	2,52	240,00	2,00	240,00	2,00	0,00	0,00	388	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	18,5	81,9	0,03	0,00	0,00	0,78	0,00	0,02	8,28	11,88	30,24	0,72	51,60	0,00	0,00	0,00	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	0,03	0,00	0,00	0,66	0,00	0,02	5,40	5,79	26,10	1,20	40,80	1,68	0,00	0,00		2008	
Итого за прием пищи:		588	19,1	22,9	443,9	0,22	15,79	0,58	4,88	0,00	0,27	107,93	81,15	271,63	7,00	1 430,40	18,64	0,13	0,01			
Общая																						
САЛАТ ИЗ БЕЛКОПИЩЕВОЙ КАПУСТЫ	100	1,5	6,1	9,3	99,0	0,02	15,18	0,00	2,59	0,00	0,03	37,84	12,94	27,91	0,81	163,46	2,66	0,00	0,00	46	2011	
СТЕРИЛЬНЫЙ С БОСОВОМ	250	6,4	4,5	18,5	140,4	0,10	5,98	0,21	0,20	0,00	0,00	48,80	37,89	138,44	1,86	6,00	0,00	0,00	0,00	89	2008	
ТЕЛЕМ (2) И ВАРШАВ	70/20	6,4	10,8	8,1	155,8	0,03	1,16	0,04	3,91	0,00	0,04	59,89	11,70	63,78	0,56	160,88	3,06	0,02	0,00	284	2008	
КАША ПРОСОЯЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	200	9,7	12,7	47,0	280,9	0,20	0,00	0,07	0,32	0,09	0,09	49,53	48,16	205,50	3,45	201,42	0,00	0,00	0,00	117,4	2011	
КОМОЛОТ НА СМЕСИ СЛОБОДЯНТОВ	200	0,0	0,0	9,7	38,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,29	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10	2021	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,8	0,4	30,1	142,1	0,10	0,00	0,00	1,18	0,00	0,03	13,80	19,80	50,40	1,20	77,40	0,00	0,00	0,00	10	2021	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,2	0,4	21,2	102,0	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	9,00	9,50	43,50	2,00	68,00	2,80	0,00	0,00		2008	
Итого за прием пищи:		998	31,8	34,8	1 058,9	0,51	22,32	0,20	8,40	0,22	0,23	169,94	141,69	529,53	10,30	672,16	8,51	0,04	0,00			
Подобные																						
ПШЕНА ВАРШАВ	40	5,0	4,8	0,3	61,3	0,02	0,00	0,18	0,81	0,89	0,15	19,93	4,33	69,50	0,91	56,35	8,01	0,00	0,00	209	2011	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	18,0	83,4	0,02	1,86	0,00	0,00	0,00	0,02	12,80	7,20	12,60	2,52	240,00	2,00	0,00	0,00	389	2011	
ПОМОЙ И ПРОМЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0	0,03	0,03	0,00	0,51	0,00	0,02	16,00	8,00	11,00	2,20	278,09	2,00	0,00	0,00	338	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,2	0,2	15,1	71,1	0,06	0,00	0,00	0,89	0,00	0,02	6,90	9,90	25,20	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00		2008	
Итого за прием пищи:		310	8,6	5,3	44,7	283,8	0,12	11,60	0,11	2,00	0,89	65,43	29,40	119,50	8,20	613,05	12,00	0,00	0,00			
Итого за день:			59,6	43,1	283,0	1 843,5	2,82	40,31	1,01	15,31	1,20	0,21	332,96	232,20	919,51	23,96	2 715,81	39,20	0,20	0,07		

Итого	Энергетическая ценность			Энергетическая ценность	Минеральные вещества													
	ккал	кДж	% от суточной нормы		В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мкг	В2, мкг	В6, мкг	Сa, мг	Mg, мг	P, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	F, мкг	Fe, мг
Итого за весь период	810,0	780,1	2,781,4	21 480,7	9,72	431,53	20,53	157,87	10,03	12,95	7 304,00	2 882,07	11 033,10	189,07	30 042,24	741,85	3,54	0,59
Среднее значение за период	81,0	78,0	278,1	2 148,07	0,97	43,15	2,05	15,79	1,00	1,29	730,40	288,21	1 103,31	18,91	3 004,22	74,19	0,35	0,06
Содержание белка, жира, углеводов в меню за период, в % от энергетичности	15,1	32,7	52,2															

СИММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Воспитатель	Завтрак	Обед	Полдник
12-18 лет	288	604	484

Наименование продукта	Норма на 1 реб., г	Факт. за 10-днев.										Выполнение, г	Выполнение, %	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10							
Хлеб ржаной	72	70	75	80	75	60	80	70	80	50	80	720	72	100	4,8	0,6	30,5	146,8
Хлеб пшеничный	120	90	134	141	120	124	114	104	124	123	130	1204	120	100	8,9	0,7	57,4	271,0
Мука пшеничная	12	33,1	1,2	82,1	32	18,3	64,8	23,9	7,1	90,6	8,8	361,9	36,2	302	8,0	3,4	21,9	150,3
Крупа (пшеница), безовые	30		53,7	15	122,6	72,4	10,7	99,6	54,3		110,3	538,6	53,9	180	5,7	0,8	35,1	170,1
Макаронные изделия	12		74,4			67,3	10	64,2			215,9	21,6	9,6	180	2,3	0,3	14,8	70,8
Картофель	112,2	174,1	75	239,4	230	50	189,4	116	174,1	155,1	204,1	1607,2	160,7	143	3,2	0,7	25,4	120,1
Овощи разные, зелень	192	246,1	244,5	192,5	182,6	107,1	42,2	229,1	185	67,4	175	1671,5	167,2	87	9,0	3,3	22,8	160,2
Фрукты свежие	111	200	100	100		100	100	100	100	222	100	1122	112	101	0,5	0,4	12,2	57,5
Фрукты сухие	12			20	20	20		40			20	120	12	100				
Соки фруктовые (овощные)	120		200		200		200	200			400	1200	120	100	0,6	0,1	11,8	50,0
Мясо	46,8		49,3	47,7	79	50,9	130,2	93,8		42,5	29,6	523	52,3	112	13,5	9,6	11,7	186,8
Субпродукты (печень, язык, сердце)	24				85,2							85,2	8,5	36	1,5	0,3		10,5
Птица	31,8		110,4	75	47					94,6	46	373	37,3	117	6,6	6,7		86,1
Рыба	46,2	57,1		53,8					41,2		152,1	15,2	15,2	33	2,4	0,1		10,6
Молоко	210	470	109	29	14	479	160	169	408	211	28	2077	208	99	5,0	4,7	16,7	130,6
Кисломолочные продукты	108	200		220	220		220		220		1080	108	108	100	3,0	2,7	4,7	60,0
Творог	36	160				119	149	119	149		696	70	9	193	12,2	6,1	2,1	114,2
Сыр	9	20				20			20	30		90	9	100	2,1	2,7		32,8
Сметана	6	5		23,2	15,6		16,4		18,1	10	8	96,3	9,6	161	0,3	1,4	0,3	19,2
Масло сливочное	21	27,3	8,5	12,3	33,4	40,3	5,6	28,8	18,6	13,7	25,6	214,1	21,4	102	0,1	17,2	0,2	155,5
Масло растительное	10,8	28,6	27,7	23,7	21,9	5	13,7	27,3	15,5	10,4	19	192,8	19,3	179	18,9			169,2
Яйцо	24	99	45,6	11,5	5,8	8,8	52	14,1	4,3	13,8	40,3	295,2	29,5	123	9,7	6,3	11,9	142,9
Сахарный песок	21	22,9	20,6	25,8	10,8	42	20,7	25,2	33,7	20	15,5	237,2	23,7	113	6,4	3,2	34,8	193,6
Кондитерские изделия	9					30	80					110	11	122	0,8	0,9	8,2	44,3
Чай	1,2	2	2	2			2			4		12	1,2	100	0,2		0,5	2,9
Какао	0,72		4			4						8	0,8	111	0,2	0,1	0,1	2,3
Кофейный напиток	1,2					6						12	1,2	100	0,1		0,6	3,0
Дрожжи	0,18													0				
Крахмал	2,4								24			24	2	100			1,9	7,4
Соль	3	4,1	2,4	4,2	3	2,4	3,2	3,9	3,7	3,3	1,5	31,7	3,2	106	6,4	3,2	11,7	101,6
Специи	1,2													0				
															113,5	94,4	337,3	2 670,3