## Утверждаю:



## МБОУ Васильевская ООШ

## Основное двухнедельное меню рационов питания учащихся 12 лет и старше

2023-2024 учебный год

Тип блюда	NIO NOI		Macca	Пищевы	Пищевые вещества (г)	<	Энергетическая	R	Витамины (мг)	A (MAYE)	<b>"</b>	Минераль	Минеральные вещества	(Mr)	F.
	День/нед	день/неделя: Понедельник-1	ii obujeni			Ш	Henrice (mass)	,	4	o (minu)		-	<u>-</u>		
Каши (супы) молочные, в том числе с		Завтрак									_	1			
фруктами свежими или сушеными Напитки горячие (чай, отвары), в	54-19ĸ	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7.19	6.51	23.55	181.50	0.06	0.73	20.10	0.32	149.48	126.90	20.14	0.45
типипка сортчас (чай, отвары), в т.ч. с лимоном, шиповником. сахар		E	3			2	,	3	) )			) ]	,	<u>,                                     </u>	2
Торционное блюдо (сыр, масло)	54-13	Сыр твердых сортов в нарезке	20	4.09	4.60	0.49	60.00	0.01	0.16	46.00	0.10	200.00	128.00	9.00	0.20
	53-193	Масло сливочное (порциями)_	10	0.08	7.25	0.13	66.09	0.00		40.00	0.10	2.40	3.00		0.
ценной		Хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	13.86	66.30	0.05			0.39	6.90	26.10	9.90	1.0
Фрукты свежие, ягоды		Фрукты (яблоки)	150	0.60	0.60	14.70	70.50	0.05	15.00		0.30	24.00	16.50	13.50	<b>ω</b>
	Итого за Завтран	втрак	660	14.24	19.23	64.71	492.28	0.16	15.99	106.10	1.21	387.73	308.74	56.94	5.42
	11016 48 4	Обед	-		di di mare		- Commission			Alterno		46		40.0.	۱
Супы картофельные  с С															
ізделиями, овощами, рассольники	101	1 Суп картофельный с крупой (рисом на к/б)	250	10.96	3.59	10.83	120.07	0.10	20.79	36.00	1.56	41.69	112.18	21.84	1.32
5люда из мяса (рубленные), в том	44		300	2	ר נ	שט שנ	3/1 00	0 17	0 00	3	ر ئ	7, 10	1 1	ם ה	5
числе с соусом Компоты (напитки, кисели) из	440	опельмени мясные отварные	202	01.17	12.40	30.03	341.00	0.17	0.39	0.00	CT.7	24.40	131.40	24.33	0.97
			,	)	,	;	1	2	3		)	<u>}</u>	<u>,                                     </u>	)	٥
более)	54-1XH	Компот из смеси сухофруктов	30	2.28	0.16	13.86	66.30	0.01	4.00		0.08	6.40	26.10	9 90	0.92
хлеб из мука пшеначной обогащенной Хлеб из мука ржаной, ржано-		Since I Edition	30	2.20	0.27	13.00	00:50	0.00			0.55	0.90	01.02	9.90	ç
<i>шеничной</i>		Хлеб ржано-пшеничный	40	2.93	0.53	17.33	85.33	0.08	0.00	0.00	0.40	13.20	77.60	22.80	1.80
	Итого за Обе	ед	725	37.44	17.00	93.97	679.38	0.41	25.18	36.00	4.56	92.59	371.68	82.67	5.0
	Всего за По	Всего за Понедельник-1	1385	51.68	36.23	158.68	1171.66	0.57	41.17	142.10	5.77	480.32	680.42	139.61	11.03
	День/нед	День/неделя: Вторник-1													
anda iia ama ama ana ana ana ana ana ana ana an		Sabrpak													
сыром,		:													
	54-10	Омлет натуральный	200	18.99	28.32	3.51	345.9	0.138	4.24	266	0.822	114.799	267.031	25.05	3.037
Овощи консервированные, подгарнировка	54-203	Горошек зеленый	100	2.71	0.18	5.85	36.00	0.03	3.00		0.06	6.00	18.60	6.30	0.21
Напитки горячие (чай, кофейный															
чапиток, какао ) с молоком (сахар не Более 12 г)	54-21гн	Какао на молоке	200	5.71	4.80	20.82	150.86	0.04	1.08	18.06	0.01	218.56	175.10	33.70	0.66
выпечные изделия (в том числе с															
пониженнои калорииностью) с орехами (с уменьшением выдачи															
(ne6a)		Булочка	40	5.45	5.73	32.28	202.74	0.31	0.56	1.60	2.36	42.80	83.18	26.84	0.86
Хлеб из муки пшеничной обогащенной		Хлеб пшеничный	20	1.58	0.20	9.66	47.00	0.03	3		0.26	4.60	17.40	6.60	0.40
	399 M	Фрукты (апельсин)	100	0.80	0.20	7.50	38.00	0.06	38.00	305 00	0.20	35.00	17.00	11.00	0.10
	итого за завтра Обел	втрак	660	35.239	39.43	/9.622	820.498	0.606	46.88	285.66	3./11	421./56	5/8.315	109.49	5.259
Холодные закуски (салаты,															
зинегреты, в том числе с сельдью)		Огурец в нарезке	100	0.86	2.06	5.02	41.92	0.01	5.70		0.94	28.45	26.05	12.98	0.86
Ци, борщи, супы овощные	82	2 Борщ с капустой и картофелем	250	2.15	3.20	10.27	79.83	0.07	33.60		1.54	36.24	50.08	24.21	0.92
5люда (гарниры) из круп, бобовых,															
макаронных изделий (в том числе с															
эжих овощеи,	54-12M	Плов с курицей	200	27.30	8.10	33.20	314.60	0.08	2.36	147.00	0.80	20.00	234.00	108.00	2.02
Компоты (напитки, кисели) из		Tribute of I pringer			0			0.00	100		0.000				
								!			!			<u> </u>	
	54-1xH	Компот из смеси сухофруктов	200	0.16	0.16	15.90	66.68	0.01	4.00		0.08	6.40	4.40	3.60	0.92
хлеб из муки пшеничной обогащенной		Хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	13.86	66.30	0.05			0.39	6.90	26.10	9.90	0.6
(леб из муки ржаной, ржано- тиеничной		Хлеб ржано-пшеничный	40	2.93	0.53	17.33	85.33	0.08	0.00	0.00	0.40	13.20	77.60	22.80	1.8
	Итого за Обе	ед	820	35.68	14.32	95.58	654.67	0.31	45.66	147.00	4.14	111.19	418.23	181.49	7.11
	Всего за Вторник-1	рник-1	1480	70.92	53.75	175.20	1475.17	0.91	92.54	432.66	7.85	532.95	996.54	290.98	12.3
	ден в/ нед	день/неделя: среда-т													
andr iis ward (nigreenere) e mow		Завтрак													
ьлюда из мяса (руоленные), в том	268	8 Котлета мясная	100	14.60	14.28	13.68	241.75	0.09	0.00	0.00	2.13	20.67	151.40	24.53	2.4
оусы, поливки	54-3covc	Соус красный основной	50	1.67	1.20	4.45	35.40	0.02	3.75	4.00	0.11	6.28	8.48	4.90	0.24
Блюда/гарниры из картофеля (в															
		-			,			,							
	54-11[	картофельное пюре	180	3.33	3.28	22.66	133.89	0.16	26.54	14.30	0.16	45.20	16.86	33.80	1.25
порционные (подгарнировка или															
порционные (поогарнировка или садат)	5.4-32	TOMM TON B UNDONE	100	0.76	5 O6	2 2 2 2	67 30	0.03	7 50		0 31	A 30	7 80	50	0 2
	54-33	Помидор в нарезке	TOO	0.76	6.09	2.38	67.30	0.02	/.50		12.0	4.20	/.80	6.00	0.2/

Хлеб из муки пшеничной обогащенной	Напитки горячие (чай, отвары), в т.ч. с лимоном, шиповником. сахар (не более 12 г.)	Блюда/гарниры из картофеля (в том числе с подгарнировкой из свежих овощей, салатов)	Овощи закрытого грунта порционные (подгарнировка или салат)	Блюда из мяса, порционные или мелкопорционные, в том числе с соусом				сухофруктов/сахар (не более)	Компоты (напитки, кисели) из свежих плодов или ягод, из	Хлев из муки ржаной, ржано- пшеничной	Хлеб из муки пшеничной обогащенно	макаронных изделий (в том числе с подгарнировкой из свежих овощей, салатов или с соусом)	Блюда (гарниры) из круп, бобовых,	Блюда из мяса (рубленные), в том числе с соусом	крупами,бобовыми, макаронными изделиями, овощами, рассольники	винегреты, в том числе с сельдью)	Холодные закуски (салаты,			Фрукты свежие, ягоды	Порционное блюдо (сыр, масло)	Напитки горячие (чай, кофейный напиток, какао ) с молоком (сахар не более 12 г)	Поливки, соуса	Блюда из творога, в том числе с поливкой, соусом				Хлеб из муки ржаной, ржано- пшеничной	Хлеб из муки пшеничной обогащенной	Блда из птицы (рубленные)	свежих овощей, салатов)	Блюда/гарниры из картофеля (в	крупами, овощами, рассольники	Супы картофельные с	Холодные закуски (салаты, винегреты, в том числе с сельдью)		(He bonee 12 2)	Напитки горячие (чай, отвары), в т.ч. с лимоном, шиповником. сахар	мармелад, итд) в индивидуальной упаковке	Хлеб из муки пшеничной обогащенной Кондитерские изделия протива
ľ		(6)		C		,		<b>V</b> 5	w	Ÿ	ащенной							0	_						-	læ l	_	Υ .	гащенной			эля (в 1 из							альной	гащенной 1110а
	54-4	302 M	54-23	54-2M		<b>1</b> ень/неде	Всего за Четверг-1	54-1хн   Н <mark>Итого за Обед</mark>				54-4r			54-8c	54-3coyc		Обед	того за Завт		54-13			54-6T	<b>1</b> ень/неде	Всего за Среда-1	того за Обе,		000	293	54-4r		54-7c			Итого за Завт Обед				
Хлеб пшеничный	чай с лимоном и сахаром	Каша рассыпчатая (гречневая)	Огурец в нарезке	Гуляш из говядины	Завтрак	NHIE	ерг-1	Компот из смеси сухофруктов д		Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб пшеничный	Каша рассыпчатая (ячневая)	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	Голубцы ленивые	Суп гороховый (на к/б)	Соус красный основной			хлеб пшеничный	Фрукты (апельсин)	Сыр твердых сортов в нарезке	Кофейный напиток с молоком	Сгущенное молоко	Сырники	День/неделя: Четверг-1 Завтрак	ia-1	p p	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб пшеничный	Птица запеченая	Каша рассыпчатая (пшеничная)		суп картофельный с макаронными изделиями		Консервы овощные закусочные (Кабачковая икра)	рак	чаи с лимоном и сахаром		Зефир	Хлеб пшеничный
20	207	200	100	100			1395	200 <b>820</b>		40	30	150		100	250	50			575.00	100	20	200	15	200		1627	920	40	30	200	200		250		100	707	207	,	30	40
1.58	0.06	8.69	0.86	17.02			71.41	0.23 <b>29.78</b>		2.93	2.28	8.40		8.40	5.87	1.67			3.04 41.62	0.80	4.09	3.90	0.39	29.40		74.64	51.16	2.93	2.28	22.06	8.30		13.29		1.30	23.48	0.06	9	0.02	3.04
0.20	0.01	2.28	2.06	18.74			40.50	0.05 <b>21.49</b>		0.53	0.27	6.30		7.60	5.55	1.20			0.36 <b>19.01</b>	0.20	4.60	3.00	2.25	8.60		59.01	33.80	0.53	0.27	18.23	6.30		2.86		5.40	25.21	0.01	2		0.36
9.66	12.19	39.40	5.02	2.41			190.23	17.62 <b>114.94</b>		17.33	13.86	36.00		6.40	19.28	4.45			18.48 <b>75.29</b>	7.50	0.49	17.28	0.54	31.00		198.65	112.90	17.33	13.86	5.88 20 20	36.00		14.53		5.10	85.75	12.19		11.91	18.48
47.00	50.27	212.52	41.92	246.47			1406.27	68.59 <b>768.59</b>		85.33	66.30	233.70		128.40	150.87	35.40			88.4 <b>637.68</b>	38.00	60.00	107.88	24.30	319.10		1628.98	963.82	85.33	66.30	276.25	233.70		137.04		73.20	665.16	50.27		48.15	88.40
0.03	0.00	0.30	0.01	0.07			0.71	0.01 <b>0.46</b>		0.08	0.05	0.04		0.03	0.23	0.02			0.064	0.06	0.01	0.02	0.01	0.09		0.88	0.52	0.08	0.05	0.06	0.11		0.19		0.01	0.36	0.00			0.06
	2.90		5.70	3.21			111.80	46.00 <b>72.26</b>		0.00				11.00	11.51	3.75			39.54	38.00	0.16	0.78	0.06	0.54		50.62	9.93	0.00	1.00	0.03	0.00		1.70		4.20	40.69	2.90			0.00
				0.00			162.33			0.00		12.00		9.18		4.00			0 137.15		46.00		15.00			121.16					0.02		49.09			18.30				0.00
0.26	0.01	0.55	0.94	2.42			7.63	0.17 <b>5.89</b>		0.40	0.39	0.25		2.13	2.45	0.11			0.52	0.20	0.10		0.05	0.87		7.63	4.49	0.40	0.39	0.60	0.16		1.33		1.41	3.14	0.01			0.52
4.60	7.75	15.07	28.45	11.42			769.10	8.28 <b>119.31</b>		13.20	6.90	16.08		32.00	36.57	6.28			9.2 <b>649.7</b> 9	35.00	200.00	124.77	13.20	267.62		247.25	153.36	13.20	6.90	68.13	1.22		25.31		24.60	93.90	7.75	<del>!</del>	0.60	9.20
17.40		2	26.05	175.88				7.59 <b>402.70</b>		77.60	26.10				106.78	8.48			34.8 <b>541.35</b>				9.15			882.73				166.13			103.37		22.20		9.78		0.15	34.80
0 6.60		8 138.08	5 12.98	8 23.49				9 7.13 0 129.66		0 22.80	9.90				8 38.27	8 4.90			8 13.2 85.35				5 1.35			3 169.65				3 25.38			7 6.57		9.00		5.24		0.30	0 13.20
0 0.40		8 4.63	8 0.86	9 2.60				3 0.34 6 <b>6.95</b>			0.60				7 1.98	0 0.24					0.20		5 0.03			5 17.14				2.03			7 1.08		0 0.42	5.99			0.06	0.80
	0.14		1.14	71.10			1003.80			0.40		13.50			201.90	48.50			-		51.60		16.05			405.13					22.52		44.60		161.86	111.06				

щи, оорщи, супы овощн		Aleo as myna ilmena no	мармелад, итд)	напиток, какао ) с молоком (сахар не более 12 г) Кондитеерское изделие (пастила,	влючи гарнары из картофелы (в том числе с подгарнировкой из свежих овощей, салатов)	картофелем (в том числе с подгарнировкой из свежих овощей, салатов)	Овощи закрытого грунта порционные (подгарнировка или				Хлеб из муки ржаной, ржано- пшеничной	Хлеб из муки пшеничной обога щенной	Соки, нектары	Блюда (гарниры) из круп, бобовых, макаронных изделий (в том числе с подгарнировкой из свежих овощей, салатов или с соусом)	Блюда из мяса (рубленные), в том числе с соусом	крупами,бобовыми, макаронными изделиями, овощами, рассольники	винегреты, в том числе с сельоью) Супы картофельные с	Холодные закуски (салаты,		Фрукты свежие, ягоды	Хлеб из муки пшеничной обогащенної	Порционное блюдо (сыр, масло)	т.ч. с лимоном, шиповником. сахар (не более 12 г)	фруктама свежама ила сушеныма Напитки горячие (чай, отвары), в	Каши (супы) молочные, в том числе с				хлео из муки ржанои, р. пшеничной	Хлеб из муки пшеничной обогащенной	Соки, нектары	Блюда из мяса (рубленные), в том	ьлюда/гарниры из картофеля том числе с подгарнировкой из свежих овощей, салатов)	крупами, бобовыми, макаронными изделиями, овощами, рассольники	холодные закуски (салаты, винегреты, в том числе с сельдью)			Выпечные изделия (в том числе с пониженной калорийностью) с орехами (с уменьшением выдачи хлеба)
16IE		и ососищенной	ii oficer menuorii	рне		ۇ ئىد	овошами				жано-	й обога щенной			ные), в том		е с сельоью)	2			енной								жано-	й обогащенной					ты, не с сельдью)			ом числе с остью) с
28	Обед	Итого за Завт		54-3гн	54-11r	54-11p	54-33		День/неделя: Вторни	Итого за Обед				307 M	268	54-8c	54-300yc		Дед	Итот за Завт		54-13	54-3rH	04-10K	- 46.	1	Лень/нелеля: Г	Итого за Обе			54-1xH	54-25M	54-1r	54-3c	50	Обед	Итого за Завт	
ворщ с капустои и картофелем		рак	Зефир	Чай с лимоном и сахаром	Картофельное пюре	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	Помидор в нарезке	Завтрак	ля: Вторник-2	A Property 2	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб пшеничный	Сок фруктовый	Каша рассыпчатая (горчновая)	Котлета мясная	Суп гороховый (на к/б)	соус красный основной		Park	Фрукты (яблоко)	Хлеб пшеничный	Сыр твердых сортов в нарезке	Чай с лимоном и сахаром	лаша дружов		Завтрак	ица-1	А	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб пшеничный	Компот из смеси сухофруктов	KYDNIIA TVIIIPHAR C MODKORNO	Макароны отварные	Рассольник ленинградский с рисом (на к/б)	Консервы овощные закусочные (Кабачковая икра)		рак	Булочка
250		677.00	30	207	200	100	100		1400.00	870.00	40	30	200	200	100	250	50	5	020100	625 00	40	20	200	200	201		1587.00	920.00	40	30	200	100	200	250	100		667	40
2.15		20.55	0.08	0.06	3.33	13.71	0.33		15.00	37.05	2.93	2.28	1.00	8. 69	14.60	5.87	1.6/	1 63		0.60	3.04	4.09	0.08	5,00	7		66.46	32.80	2.93	2.28	0.23	14 10	6.48	5.93	0.86		33.66	5.45
3.20		11.14	0.36	0.01	3.28	7.43	0.06		42.70	24.30	0.53	0.27	0.20	2.28	14.28	5.55	1.20	1	2010	0.45	0.36	4.60	7 25	0.60	7 00		50.75	21.73	0.53	0.27	0.05	5 70	5.88	7.25	2.06		29.01	5.73
10.27		72.76	12.00	12.19	22.66	6.29	1.14		170.04	128.21	17.33	13.86	20.20	39.40	13.68	19.28	4.45	4 45	, 0,00	15.45 <b>70.63</b>	18.48	0.49	11.98	24.10	34.40		215.56	114.61	17.33	13.86	17.62	4 40	39.36	17.03	5.02		100.95	32.28
/9.83		475.50	48.60	50.27	133.89	147.14	7.20		1303.30	1385 96	85.33	66.30	92.00	212.52	241.75	150.87	35,40	35 40		70.50	88.40	60.00	47.89	100.90	10000		1582.53	781.61	85.33	66.30	68.59	126 40	236.16	156.90	41.92		800.92	202.74
0.07			0.064	0.00	0.16	0.06	0.02		1.01					0.30	0.09	0.23	0.02			0.03		0.01		0.12			1.34		0.08	0.05			0.30	0.13	0.01			0.31
33.60		38.85		2.90	26.54	1.91	7.50		-1.56	19.26 27.92	0.00		4.00		0.00	11.51	3./5	2 75	0100	7.50	0.00		0.10	0.90	000		79.78		0.00		46.00	1 30		17.31	5.70		12.37	0.56
		235.30			14.30	221.00				125 00					0.00		4.00.	70.6		121.00	0.00		JO 00	00.00	JO 35			319.84			1000			33.84			1.60	1.60
1.54		4.57	0.50	0.01	0.16	3.67	0.21				0.40	0.39	0.20	0.55	2.13	2.45	0.11			0.60	0.52			0.10				6.19		0.39			0.55	1.62	0.94			2.36
36.24			3.15	7.75	45.20	31.00	4.20		04.10		13.20		14.00			36.57	5.28						4.95	107.43				126.41		6.90			15.07	31.51	28.45			42.80
50.08			1.65	9.78	98.91	146.00	7.80		550.05			26.10			151.40	106.78	8.48						8.24	201.//	304 77		25.5011		77.60	26.10			205.88	132.19	26.05			83.18
24.21			1.05	5.24	33.80	39.00	6.00				22.80		8.00			38.27	4.90			18.00			4.40	43.//			486.45		22.80	9.90			138.08	27.34	12.98			26.84
0.92		4.19	0.24	0.90	1.25	0.74	0.27					0.60			2.47	1.98	0.24						0.86	0.03	000		00.17		1.80	0.60			4.63	1.53	0.86		10.24	0.86
226.40		807.68		0.14	22.52	745.12	39.90		705.77	250.80	0.40				0.00	201.90	48.50	80	2000	152.67		51.60	45 00	30.07	56.03		314.93	238.55	0.40		3.91	0 00		233.10	1.14		76.38	4.00

Супы картофельные с крупами, бобовыми, макаронными изделиями, овощами, рассольники	Овощи консервированные, подгарнировка		хлео из муки пшеничной обогащенной	упаковке	рские изделия (пастила, д, итд) в индивидуальной	напиток, какао ) с молоком (сахар не более 12 г)	салатов или с соусом)	Блюда (гарниры) из круп, бобовых, макаронных изделий (в том числе с подгарнировкой из свежих овощей,	Блюда из мяса птицы (рубленные)	порционные (подгарнировка или салат)	Овощи закрытого грунта				пшеничной	Хлеб из муки ржаной, ржано-	X.	салатов или с соусом)	Блюда (гарниры) из круп, бобовых, макаронных изделий (в том числе с	Блюда из мяса (рубленные), в том числе с соусом	Супы картофельные с крупами,бобовыми, макаронными изделиями, овощами, рассольники	Холодные закуски (салаты, винегреты, в том числе с сельдью)			xileou)	ные изделия (в том числе с енной калорийностью) с пи (с уменьшением выдачи	рне	онные или пом числе с	Блюда (гарниры) из круп, бобовых, макаронных изделий (в том числе с подгарнировкой из свежих овощей, салатов или с соусом)	Овощи закрытого грунта порционные (подгарнировка или салат)				Хлеб из муки пшеничной обога щенной	Хлеб из муки ржаной, ржано- пшеничной	Соки, нектары	Блюда из мяса, порционные или мелкопорционные, в том числе с
54-7c		Обед	Итого за Завтрак			54-21гн	54-4r		293			день/нед	Всего за Среда-2	Итого за Обед			54-1xH	54-4r		54-3M	101	54-3coyc		Итого за Завтра			54-23гн	54-25M	54-1r			День/неделя: С	Reero 3a Bro			54-1xH	440
Суп картофельный с макаронными изделиями	Горошек зеленый		хлео пшеничный	Зефир		Какао на молоке	Каша рассыпчатая (гречневая)			Огурец в нарезке	Jabi Jak	день/неделя: четверт-2	pga-2	ед	Хлеб ржано-пшеничный	хлео пшеничный	Компот из смеси сухофруктов	Каша рассыпчатая (ячневая)		Голубцы ленивые	101 Суп картофельный с крупой (рисом на к/б)	Соус красный основной	Обед	трак	Хлеб пшеничный	Rvnouka	Кофейный напиток с молоком	Курица тушеная с морковью	Макароны отварные	Салат из квашенной капусты	Завтрак	День/неделя: Среда-2	ед	Хлеб пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Компот из смеси сухофруктов	סואומעניים טבמיים טבמיי
250	70		650.00	30	3	200	180		100	100			1490.00	1460.00	40	30	200	180		100	250	50.00		640.00	20	40	200	100	180	100			1402.00	40	30	200	205
13.29	0.93		3.04 40.37	0.02	9	5.71	8.69	3	22.06	0.86			67.59	35.43	2.93	2.28	0.78	8.40		8.40	10.96	1.67		32.16	1.58	5 45	3.90	14.10	6.48	0.66		-5.00	49.80	2.93	2.28	0.78	21 10
2.86	0.06		0.3b <b>27.72</b>			4.80	2.28	,	18.23	2.06			43.1b	19.55	0.53	0.27	0.06	6.30		7.60	3.59	1.20		23.61	0.20	5 73	3.00	5.70	5.88	3.10			27.65	0.53	0.27	0.06	17 45
14.53	1.95		101.51	11.91		20.82	39.40	3	5.88	5.02			216.05	316.05	17.33	13.86	22.12	36.00		6.40	10.83	4.45		105.06	9.66	32 28	17.28	4.40	39.36	2.08			172 39	17.33	13.86	22.12	36 05
137.04	12.00		818.10	48.15		150.86	212.52	) 1	276.25	41.9			1522./5	762.4	85.33	66.30	93.28	233.70		128.40	120.07	35.40		760.2	47.00	702 7	107.88	126.40	236.16	40.09			1141.25	85.33	66.3	93.28	341.0
4 0.19	0 0.03		0.47		1	6 0.04	2 0.30			2 0.01				8 0.34		0.05		0.04		0 0.03	7 0.10	0 0.02		7	0 0.03		8 0.02		0.30	9 0.03				3 0.08		8 0.02	
1.70	3.00		6.81			1.08			0.03						0.00		0.80	-		1	20.79	3.75		3 17.59	0.50		0.78	1.30		14.95			2	0.00		0.80	
49.09			71.81			18.06			53.75					61.18 7F8 78				12.00			36.00	4.00		297.60	T.00.1		10.00	286.00						0.00			0.00
1.33	0.06		2.61			0.01	0.55	) 1	0.60	0.94				12.86		0.39	1.10	0.25			1.56	0.11		6.92					0.55	1.62				0.40		1.10	
25.31	6.00		9.20 340.01	0.60		218.56	15.07		68.13	28.45			3/8.40	378 40	13.20	0.90	32.00	16.08		32.00	41.69	6.28		230.26	4.60	08 74	124.77	23.00	15.07	20.02			213.24	13.20	6.90	32.00	24 40
103.37	18.60		608.11			175.10	205.88		166.13						77.60		29.20	84.15			112.18	8.48		523.34			90.00		205.88	14.88				77.60		29.20	
6.57	6.30		223.64			33.70	138.08		3 25.38						22.80		21.00	27.66		19.00	3 21.84	4.90		2	6.60		14.00		138.08	11.12				22.80		21.00	
1.08	0.21		9.04			0.66	4.63		2.03					14 17			0.68	0.63		1.35	1.32	0.24			0.40		0.14		4.63	0.53				1.80		0.68	
44.60	15.00		105.49			39.66			64.69	1.14			380.04	380.04	0.40		0.60	13.50		0.00	233.85	48.50		83.19	4.00	4 00	22.00	0.00		57.19		***************************************	1035.08	0.40		0.60	n 00

											_				7							Хлеб из муки пшеничной обогащенной		дели) из д, из	Блюда (гарниры) из круп, добовых, макаронных изделий (в том числе с подгарнировкой из свежих овощей, салатов или с соусом)	Блюдаа из птицы (рубленные)	крупами, бобовыми, макаронными изделиями, овощами, рассольники	Супы картофельные с	Холодные закуски (салаты, винегреты, в том числе с сельдью)	<b>₩руктог свежие, жего в</b> г		Фрукты свежие, ягоды	е блюдо (сыр, масло)	ие (чай, кофейный )) с молоком (сахар не	Поливки, соуса	Блюда из творога, в том числе с поливкой, соусом					Хлеб из муки ржаной, ржано- пшеничной	Хлеб из муки пшеничной обогащенной	пары	Блюда из мяса с крупами, овощами, картофелем (в том числе с подгарнировкой из свежих овощей, салатов)
			Потребно	Усредне														7	Manage Manage	Итого за Обед			HXT-4-C		54-1r	293	54-3c		50	Обед	400000000000000000000000000000000000000		54-13	54-23гн		54-6T		День/нед	Всего за Четверг-2	Итого за Обе				54-12M
Распределение ЭЦ		МР+потери	сть в пищевых веществах для обучаю	Усредненная потребность в пищевых веществах для	Выполнение МР, % от суточной нормы	соотношение ыжу в % от эц Выполнение СанПиН 2020	Среднее значение за день	Ип	Выполнение МР, % от суточной нормы	ВыполнениеСанПиН 2020	Соотношение БЖУ в % от ЭЦ	Среднее значень	Umoan 3a ofici	Выполнение Сан	Соотношение БЖУ в % от ЭЦ	Среднее значение за	Итого за		HNTA-5	2A	Хлеб ржано-пшеничный	хлеб пшеничный	компот из смеси сухофруктов		Макароны отварные	Птица запеченая	Рассольник ленинградский с рисом (на к/б)		Консервы овощные закусочные (Кабачковая икра)	Eas	Хлеб пшеничный	Фрукты (апельсин)	Сыр твердых сортов в нарезке	Кофейный напиток с молоком	Сгущенное молоко	Сырники	Завтрак	День/неделя: Пятница-2	верг-2	2Д	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб пшеничный	Сок фруктовый	Плов с курицей
<u> Ole</u>			щихся 7-	зах для	й нормы	:% om ЭЦ	е за день	Итого день	й нормы	ıПиН 2020	% om 34	ie sa obed	o sa ofied	#IUH 2020	% om 34	завтрак	Итого за завтрак	T#/#0.00	14745.00	920.00	40	30	200	300	200	100	250		100	323.00	40	100	20	200	15	150			1440.00	790.00	40	30	200	200
Завтрак Обед		78.8	77	63	85%	19% 87.32%	67.24	672.38	48%	48.91%	19%	37.66	376.61	38.41%	18%	29.58	295.76	072.30	67.70	40.29	2.93	2.28	0.10	0	5.63	22.06	5.93		1.30	41.02	3.04	0.80	4.09	3.90	0.39	29.40			88.11	47.73	2.93	2.28	1.00	27.30
28.13% 33.13%		77.8	79	70	57%	28% 56.61%	44.72	447.24	28%	27.27%	25%	21.54	215.41	29.35%	32%	23.18	231.83	447.24	33.03	34.68	0.53	0.27	0.10	0 16	2.84	18.23	7.25		5.40	TO:01	0.36	0.20	4.60	3.00	2.25	8.60			39.75	12.03	0.53	0.27	0.20	8.10
30-35%	Норма	314.4	335	305	61%	53% 57.15%	191.45	1,914.54	34%	32.33%	56%	108.30	108297	24.82%	50%	83.16	831.57	1914.54		111.09		13.86	13.50 US.51	1 0	35.99	5.88	17.03		5.10	/3.23		7.50		17.28					202.57	101.07				33.20
	,	2272.7	2350		63%	61.25%	1,439.45	14,394.49	34%	33.13%		778.46	7 784 61	28.13%		660.99	6.609.88	14354.45		916.87		66.30			192.21	276.25	156.90		73.20	037.00		38.00		107.88		319.10			1525.37	707.27		66.30		314.60
		1.4	1.1	1.1	63%	79.91%	0.88	8.79	34%	42.88%		0.47	4 72	37.03%		0.41	4.07	0.79	0.00	0.43	0.08	0.05	10.0		0.09	0.06	0.13		0.01	0.2.0	0.064	0.06	0.01	0.02	0.01	0.09			0.92	0.45	80.0	50.0	0.02	0.08
		85.7	0.7 60	60	72%	102.87%	61.72	617.24	41%	58.39%	00,00	35.03	350 32	44.49%		26.69	266.92			25.54			4.00				17.31		4.20	I	0 1				0.06				17.87		0.00		4.00	
		777.8	000	700		34.33%	240.34	2,403.41	13%	14.17%	9	99.17	99174	20.17%		141.17	1.411.67			99.59					12.00	3 53.75			0	- t-/-c1			6 46.00			4 66.15			7 267.90	1	0.00			6 147.00
	:	11.1	10	10	77%	85.13%	8.51	85.13	46%	51.46%	91.0	5.15	51 46	33.67%		3.37	33.67	CT.C0	0F 12	5.29	0.40	0.39	0.08	0	0.80	0.60	1.62		1.41	T-/-T	0.52	0.20	0.10		0.05	0.87			5.79	3.18	0.40	0.39	0.20	0.80
		1157.9	1100	1100	40%	42.19%	464.04	4,640.41	11%	11.13%		122.41	1 224 10	31.06%		341.63	3.416.31	4040.41		162.25		6.90	6.40		11.51	68.13	31.51		24.60	045.75			200.00			267.62			425.42	85.41			14.00	
		1375.0	2	1100	68%	84.39%	928.30	9,282.98	34%	42.30%		465.35	4 653 53	42.09%		462.94		9202.30		474.11			4.40		45.50	166.13			22.20	241.33			128.00			262.40			1081.78				14.00	
		277.8	0.0	0 250	101	111.71%	279.28	2,792.79	54%	59.70%	+	+	_	52.01%		130.03				106.24			3.60		0 8.23	.3 25.38			9.00	03.33						36.80	_		8 385.21				0 8.00	
		13.3		12	Н	118.81%	14.26	142.58	63%	70.28%	7	1	84 33	_		5.82	7	742,30		4 8.13			0.52		0.83	8 2.03			0 0.42		2 0.8					0.93			1 17.54				0 2.80	
																		3931./3	1221.14	485.55	0.40		12.00	13.00	13.50	64.69	233.10		161.86	/33.33			51.60			635.94			178.99	73.50	0.40			13.50

Примечание. Рекомендуется на каждый прием пищи выдавать салфетку влажную гигиеническую Рецептуры с пометкой /ноп- рецептуры на основе нижекуказанных справочников, со сниженным содержанием жиров, соли, сахара Использованная литература: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Могильный М.П. изд. ДеЛи плюс, 2017г. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждениях Кучма В.Р. изд. Научный центр здоровья детей, 2016г.