

СОГЛАСОВАНО  
Директор МАОУ СОШ №4  
О.Н. Гуржеева  
« 01 » \_\_\_\_\_ 2024 г



УТВЕРЖДАЮ:  
Генеральный директор  
ООО «Академия питания»  
В.Ю. Лыкова  
« 01 » \_\_\_\_\_ 2024 г



## ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ РАЦИОНОВ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ЗАВТРАК, ОБЕД)

ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ 1-4, 5-11 КЛАССОВ  
МУНИЦИПАЛЬНЫХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ ГОРОДА ПОКАЧИ  
(НА ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД)

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Иод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
ттк453	Каша молочная рисовая с маслом сл.	205	5,56	7,77	32,86	223,6	163,2	147,0	155,0	32,20	0,45	8,50	7,26	39,7	0,07	0,14	1,56	44,00	0,65
ттк243	Бутерброд(батон) с колбасой п/к и сыром твердых сортов	75	8,48	9,10	27,89	153,30	195,00	180,75	25,25	133,3	0,50	1,10	4,90	4,80	0,04	0,07	0,14	52,00	0,19
тк37	Какао с витаминами "Витошка"	200	3,77	2,50	26,00	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50
таб 9 Сюрпризы	Фрукты свежие( мандарины)	100	0,70	0,10	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,00	0,04	0,03	35,00	0,00	0,20
	<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>18,51</b>	<b>19,47</b>	<b>94,25</b>	<b>566,18</b>	<b>659,18</b>	<b>578,75</b>	<b>205,25</b>	<b>185,65</b>	<b>2,05</b>	<b>10,80</b>	<b>14,26</b>	<b>214,5</b>	<b>0,45</b>	<b>0,39</b>	<b>51,70</b>	<b>226,00</b>	<b>3,54</b>
<b>Обед</b>																			
тк 174	Салат из свеклы с яблоками	60	0,80	3,10	7,50	61,00	125,70	21,00	12,00	22,00	1,10	2,30	0,25	7,20	0,01	0,01	5,00	0,00	0,00
тк1	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, сметаной и зеленью	250/15/10	2,98	4,30	12,00	134,00	332,10	48,50	49,60	57,65	1,13	4,42	0,24	23,30	0,07	0,01	22,00	0,21	0,65
ттк115	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски с соусом томатным	90/50	10,80	11,10	8,00	176,00	259,00	140,00	22,00	340,00	2,00	5,30	2,70	37,50	0,12	0,12	4,00	0,02	0,20
тк302	Каша пшеничная вязкая	150	7,60	5,61	37,33	230,15	226,25	13,20	180,30	420,00	4,03	1,90	3,54	0,20	0,26	0,02	0,00	20,00	0,01
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	1,00	0,00	19,20	80,80	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>825</b>	<b>27,31</b>	<b>24,66</b>	<b>107,50</b>	<b>797,30</b>	<b>1024,9</b>	<b>250,20</b>	<b>337,90</b>	<b>870,90</b>	<b>12,14</b>	<b>17,82</b>	<b>9,83</b>	<b>82,20</b>	<b>0,56</b>	<b>0,19</b>	<b>35,00</b>	<b>20,23</b>	<b>0,86</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>45,82</b>	<b>44,13</b>	<b>201,75</b>	<b>1363,48</b>	<b>1684,0</b>	<b>828,95</b>	<b>543,15</b>	<b>1056,6</b>	<b>14,19</b>	<b>28,62</b>	<b>24,09</b>	<b>296,7</b>	<b>1,01</b>	<b>0,58</b>	<b>86,70</b>	<b>246,2</b>	<b>4,4</b>

для обучающихся 5-11 классоввозраст старше 12 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Иод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
ттк453	Каша молочная рисовая с маслом сл.	205	5,56	7,77	32,86	223,6	163,2	147,0	155,0	32,20	0,45	8,50	7,26	39,7	0,07	0,14	1,56	44,00	0,65
ттк243	Бутерброд(батон) с колбасой п/к и сыром твердых сортов	75	8,48	9,10	27,89	153,30	195,00	180,75	25,25	133,3	0,50	1,10	4,90	4,80	0,04	0,07	0,14	52,00	0,19
тк37	Какао с витаминами "Витошка"	200	3,77	2,50	26,00	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50
таб 9 Сюрпризы	Фрукты свежие( мандарины)	100	0,70	0,10	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,00	0,04	0,03	35,00	0,00	0,20
	<b>Итого:</b>	<b>590</b>	<b>18,51</b>	<b>19,47</b>	<b>94,25</b>	<b>566,18</b>	<b>659,18</b>	<b>578,75</b>	<b>205,25</b>	<b>185,65</b>	<b>2,05</b>	<b>10,80</b>	<b>14,26</b>	<b>214,5</b>	<b>0,45</b>	<b>0,39</b>	<b>51,70</b>	<b>226,00</b>	<b>3,54</b>
<b>Обед</b>																			
тк 174	Салат из свеклы с яблоками	100	1,30	5,16	12,50	101,60	209,50	35,00	20,00	36,70	1,80	3,83	0,41	12,00	0,02	0,01	8,30	0,00	0,00
тк1	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, сметаной и зеленью	250/15/10	2,98	4,30	12,00	134,00	332,10	48,50	49,60	57,65	1,13	4,42	0,24	23,30	0,07	0,01	22,00	0,21	0,65
ттк115	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски с соусом томатным	100/50	12,25	13,00	9,50	195,00	195,00	170,50	27,50	425,00	2,50	5,90	3,00	41,70	0,15	0,01	5,00	0,03	0,01
тк302	Каша пшеничная вязкая	180	7,12	6,73	46,79	276,18	271,50	15,84	216,36	504,00	4,84	2,28	4,25	17,54	0,31	0,02	0,00	24,00	0,01
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	1,00	0,00	19,20	80,80	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>905</b>	<b>28,78</b>	<b>29,74</b>	<b>123,47</b>	<b>902,93</b>	<b>891,8</b>	<b>580,94</b>	<b>387,46</b>	<b>1054,60</b>	<b>14,14</b>	<b>20,33</b>	<b>11,00</b>	<b>108,5</b>	<b>0,65</b>	<b>0,08</b>	<b>39,30</b>	<b>24,24</b>	<b>0,67</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>47,29</b>	<b>49,21</b>	<b>217,71</b>	<b>1469,11</b>	<b>1551,0</b>	<b>1159,7</b>	<b>592,71</b>	<b>1240,3</b>	<b>16,19</b>	<b>31,13</b>	<b>25,26</b>	<b>323,0</b>	<b>1,10</b>	<b>0,47</b>	<b>91,00</b>	<b>250,24</b>	<b>4,21</b>



День: 2 вторник

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

Льготная категория

1 вариант

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Ca	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
скуп.т8	Овощи свежие (помидор) порционно	60	0,55	0,10	3,80	12,00	145,00	5,50	10,50	3,50	0,15	0,40	0,20	10,00	0,04	0,02	15,00	0,00	0,00
тк151	Рагу из говядины	200	19,24	20,68	40,50	416,88	670,00	30,09	58,00	298,0	4,30	6,34	0,24	55,44	0,20	0,12	22,00	1,80	0,00
тк459	Напиток "Здоровье"(чай с шиповн.)	200	0,40	0,10	22,00	77,00	8,00	10,00	6,00	9,00	1,10	0,05	0,04	0,52	0,01	0,002	70,00	7,50	0,00
тк239	Хлеб северный (с ламин)	40	1,16	0,23	16,40	65,60	23,00	7,25	37,50	11,75	0,95	0,50	1,50	3,63	0,04	0,01	0,00	0,00	0,35
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>21,35</b>	<b>21,11</b>	<b>82,70</b>	<b>571,48</b>	<b>846,00</b>	<b>52,84</b>	<b>112,00</b>	<b>322,25</b>	<b>6,50</b>	<b>7,29</b>	<b>1,98</b>	<b>69,59</b>	<b>0,29</b>	<b>0,15</b>	<b>107,00</b>	<b>9,30</b>	<b>0,35</b>
<b>Обед</b>																			
тк185	Салат "Нежность"	60	2,28	4,86	9,50	70,80	73,90	19,20	19,80	33,60	0,60	3,26	4,11	15,48	0,03	0,06	3,00	0,91	0,31
тк256	Уха деликатесная с горбушей(рыба)	250/30	7,34	2,72	23,21	119,70	227,11	226,98	177,19	241,72	1,37	14,60	12,60	122,7	0,24	0,06	22,29	26,20	0,00
тк183	Пельмени "Домашние" отварные с маслом и сметаной	185/10/20	12,50	15,60	43,00	436,00	195,00	31,48	22,00	169,00	1,97	4,67	2,70	45,00	0,31	0,13	2,07	119,00	0,65
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк14	Компот из яблок	200	0,20	0,20	17,90	105,00	57,50	7,00	4,00	4,00	1,00	0,44	0,07	0,14	0,01	0,00	2,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>805</b>	<b>26,45</b>	<b>23,93</b>	<b>117,08</b>	<b>846,85</b>	<b>635,3</b>	<b>298,16</b>	<b>288,99</b>	<b>465,57</b>	<b>6,02</b>	<b>26,87</b>	<b>22,58</b>	<b>197,3</b>	<b>0,67</b>	<b>0,28</b>	<b>29,36</b>	<b>146,11</b>	<b>0,96</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>47,8</b>	<b>45,04</b>	<b>199,78</b>	<b>1418,33</b>	<b>1481,3</b>	<b>351,00</b>	<b>400,99</b>	<b>787,82</b>	<b>12,52</b>	<b>34,16</b>	<b>24,56</b>	<b>266,9</b>	<b>0,96</b>	<b>0,44</b>	<b>136,36</b>	<b>155,41</b>	<b>1,31</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Ca	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
таб.8	Овощи свежие (помидор) порционно	100	1,10	0,20	8,00	26,00	241,60	18,90	21,70	27,90	0,90	0,70	0,33	16,70	0,06	0,03	28,00	0,00	0,00
тк151	Рагу из говядины	225	21,00	22,30	45,56	475,00	670,00	30,09	58,00	298,0	4,30	6,34	0,24	55,44	0,20	0,12	22,00	1,80	0,00
тк459	Напиток "Здоровье"(чай с шиповн.)	200	0,40	0,10	22,00	77,00	8,00	10,00	6,00	9,00	1,10	0,05	0,04	0,52	0,01	0,002	70,00	7,50	0,00
тк239	Хлеб северный (с ламин)	40	1,16	0,23	16,40	65,60	23,00	7,25	37,50	11,75	0,95	0,50	1,50	3,63	0,04	0,01	0,00	0,00	0,35
	<b>Итого:</b>	<b>567</b>	<b>23,66</b>	<b>22,83</b>	<b>91,96</b>	<b>643,60</b>	<b>942,60</b>	<b>66,24</b>	<b>123,20</b>	<b>346,65</b>	<b>7,25</b>	<b>7,59</b>	<b>2,11</b>	<b>76,29</b>	<b>0,31</b>	<b>0,16</b>	<b>120,00</b>	<b>9,30</b>	<b>0,35</b>
<b>Обед</b>																			
тк185	Салат "Нежность"	100	3,80	8,10	17,00	118,00	118,00	19,20	19,80	33,60	0,60	5,43	6,85	25,80	0,04	0,10	5,00	1,51	0,52
тк256	Уха деликатесная с горбушей(рыба)	250/30	7,34	2,72	23,21	159,70	227,11	226,98	177,19	241,72	1,37	14,60	12,60	122,7	0,24	0,06	22,29	26,20	0,00
тк183	Пельмени "Домашние" отварные с маслом и сметаной	200/10/20	13,50	17,60	45,00	465,00	195,00	31,48	22,00	169,00	1,97	4,67	2,70	45,00	0,31	0,13	2,07	119,00	0,65
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк14	Компот из яблок	200	0,20	0,20	17,90	105,00	57,50	7,00	4,00	4,00	1,00	0,44	0,07	0,14	0,01	0,00	2,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>910</b>	<b>28,97</b>	<b>29,17</b>	<b>126,58</b>	<b>963,05</b>	<b>679,4</b>	<b>298,16</b>	<b>288,99</b>	<b>465,57</b>	<b>6,02</b>	<b>29,04</b>	<b>25,32</b>	<b>207,6</b>	<b>0,68</b>	<b>0,32</b>	<b>31,36</b>	<b>146,71</b>	<b>1,17</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>52,63</b>	<b>52,00</b>	<b>218,54</b>	<b>1606,6</b>	<b>1622,0</b>	<b>364,40</b>	<b>412,19</b>	<b>812,2</b>	<b>13,27</b>	<b>36,63</b>	<b>27,43</b>	<b>283,9</b>	<b>0,99</b>	<b>0,49</b>	<b>151,36</b>	<b>156,01</b>	<b>1,52</b>



День: 3 среда

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

Льготная категория

1 вариант

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se,	F,	В1	В2	С	А,мкг	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
гб.8 Скурикин	Овощи свежие (огурец) порционно	60	0,55	0,10	3,80	8,00	98,00	6,90	7,20	4,20	0,18	0,10	0,10	5,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00
гтк204	Рыба(горбуша)запеченая с сыром	100	13,20	13,70	11,58	225,00	278,00	177,20	34,00	266,0	0,65	44,00	39,00	378,0	0,18	0,12	0,83	18,00	0,01
гтк70	Каша рисовая рассып. с овощами на масле сл.	150	3,59	4,57	33,63	198,15	41,00	10,00	26,00	70,00	0,80	0,61	6,60	22,00	0,04	0,02	1,00	0,00	0,06
гтк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55
гтк27	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	10,64	45,00	10,80	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	0,02	0,70	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00
таб.9	Фрукты свежие(яблоко)	130	0,20	0,20	9,50	71,00	278,00	85,00	32,50	57,50	0,01	5,00	1,25	42,50	0,10	0,08	60,00	16,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>665</b>	<b>19,82</b>	<b>18,77</b>	<b>81,35</b>	<b>605,65</b>	<b>729,1</b>	<b>297,10</b>	<b>109,70</b>	<b>412,70</b>	<b>2,92</b>	<b>50,51</b>	<b>48,47</b>	<b>451,8</b>	<b>5,33</b>	<b>0,23</b>	<b>67,33</b>	<b>34,00</b>	<b>0,62</b>
<b>Обед</b>																			
гтк317	Салат "Мозайка"	60	1,00	6,12	12,50	94,00	108,00	33,00	10,00	95,00	1,00	6,90	11,00	22,0	0,03	0,15	3,00	0,10	0,90
гтк 199	Юшка гороховая с копченостями	250	8,92	10,94	25,00	185,00	413,00	240,95	138,76	147,10	2,90	4,00	2,43	27,40	0,33	0,06	12,00	0,00	0,00
гтк121/1	Печень по-строгановски	100	10,40	9,60	5,90	153,00	158,67	14,00	15,00	431,00	5,00	4,40	22,74	133,1	0,19	1,15	13,00	5,58	0,00
гтк5	Макаронные изделия отварные	150	2,50	4,80	33,30	191,00	102,00	11,00	7,00	36,00	0,80	1,32	0,00	20,24	0,06	0,03	0,00	0,03	0,06
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
гтк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	1,00	0,00	19,20	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
гтк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	2,90	3,50	15,30	88,00	129,00	235,00	30,00	196,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,24	0,20	0,70	22,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>925</b>	<b>30,85</b>	<b>35,51</b>	<b>134,68</b>	<b>907,15</b>	<b>1292</b>	<b>561</b>	<b>275</b>	<b>936</b>	<b>14</b>	<b>21</b>	<b>39</b>	<b>217</b>	<b>1,0</b>	<b>1,6</b>	<b>32,7</b>	<b>27,7</b>	<b>0,96</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>50,67</b>	<b>54,28</b>	<b>216,03</b>	<b>1512,80</b>	<b>2021,6</b>	<b>858,55</b>	<b>384,46</b>	<b>1349,1</b>	<b>16,60</b>	<b>71,0</b>	<b>87,74</b>	<b>668,5</b>	<b>6,28</b>	<b>1,84</b>	<b>100,03</b>	<b>61,71</b>	<b>1,58</b>	

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se,	F,	В1	В2	С	А,мкг	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
скуп.т8	Овощи свежие (огурец) порционно	100	2,06	0,10	6,30	12,00	141,00	21,90	10,50	21,00	0,54	3,00	0,30	17,00	0,03	0,04	10,00	10,00	0,00
гтк204	Рыба(горбуша)запеченая с сыром	100	13,20	13,70	11,58	225,00	278,00	177,20	34,00	266,0	0,65	44,00	39,00	378,0	0,18	0,12	0,83	18,00	0,01
гтк70	Каша рисовая рассып. с овощами на масле сл.	180	4,09	6,57	43,63	240,00	49,20	10,00	26,00	70,00	0,02	2,42	7,44	44,16	0,90	0,04	2,00	1,50	0,00
гтк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55
гтк27	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	9,50	40,00	10,80	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	0,02	0,70	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00
таб.9	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,20	0,20	9,50	71,00	278,00	85,00	32,50	57,50	0,01	5,00	1,25	42,50	0,10	0,08	60,00	16,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>705</b>	<b>21,83</b>	<b>20,77</b>	<b>92,71</b>	<b>646,50</b>	<b>780,3</b>	<b>312,10</b>	<b>113,00</b>	<b>429,50</b>	<b>2,50</b>	<b>55,22</b>	<b>49,51</b>	<b>486,0</b>	<b>6,21</b>	<b>0,28</b>	<b>76,83</b>	<b>45,50</b>	<b>0,56</b>
<b>Обед</b>																			
гтк317	Салат "Мозайка"	100	1,50	9,20	15,50	167,00	128,00	43,00	13,00	106,00	1,30	10,80	13,00	24,2	0,04	0,17	4,00	0,11	1,10
гтк 199	Юшка гороховая с копченостями	250	8,92	10,94	25,00	185,00	413,00	240,95	138,76	147,10	2,90	4,00	2,43	27,40	0,33	0,06	12,00	0,00	0,00
гтк121/1	Печень по-строгановски	100	10,40	9,60	5,90	153,00	158,67	14,00	15,00	431,00	5,00	4,40	22,74	133,1	0,19	1,15	13,00	5,58	0,00
гтк5	Макаронные изделия отварные	180	3,60	5,76	37,56	229,20	61,20	13,20	8,40	43,20	0,96	0,73	0,00	12,10	0,07	0,10	0,02	0,00	0,03
гтк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
гтк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
гтк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	2,90	3,50	15,30	88,00	129,00	235,00	30,00	196,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,24	0,20	0,70	22,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>995</b>	<b>31,45</b>	<b>39,55</b>	<b>141,94</b>	<b>1018,35</b>	<b>1271,7</b>	<b>573,65</b>	<b>279,16</b>	<b>954,55</b>	<b>14,14</b>	<b>23,8</b>	<b>41,27</b>	<b>210,8</b>	<b>0,97</b>	<b>1,71</b>	<b>33,72</b>	<b>27,69</b>	<b>1,13</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>53,28</b>	<b>60,32</b>	<b>234,65</b>	<b>1664,85</b>	<b>2052</b>	<b>886</b>	<b>392</b>	<b>1384</b>	<b>17</b>	<b>79</b>	<b>91</b>	<b>697</b>	<b>7,2</b>	<b>2,0</b>	<b>110,6</b>	<b>73,2</b>	<b>2</b>	



День: 4 четверг  
Неделя: первая  
Сезон: осенне-зимний

Льготная категория

1 вариант

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
таб.8	Икра кабачковая (пром.)	60	0,72	2,82	4,62	46,80	197,00	11,50	21,00	7,00	0,30	0,02	0,18	3,80	0,02	0,02	5,00	3,00	0,00
тк117	Котлета рубленая из птицы(филе)	90	11,12	10,20	19,25	145,50	158,00	20,50	5,1	25,60	0,24	5,00	20,00	114,0	0,08	0,19	2,66	43,00	0,03
тк90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	150	4,59	6,92	25,88	214,00	165,00	23,00	126,0	211,0	3,40	1,45	2,50	10,12	0,20	0,08	1,00	0,60	0,00
тк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	30	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тк136	Напиток кофейный с молоком	200	1,50	1,30	22,40	107,00	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00
таб.9 Скруджин	Фрукты свежие( мандарины)	100	0,70	0,10	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,00	0,04	0,03	35,00	0,00	0,20
	<b>Итого:</b>	<b>630</b>	<b>20,03</b>	<b>21,62</b>	<b>89,9</b>	<b>602,8</b>	<b>921</b>	<b>253,25</b>	<b>207,55</b>	<b>417,35</b>	<b>5,99</b>	<b>17,17</b>	<b>26,58</b>	<b>305,9</b>	<b>0,4</b>	<b>0,554</b>	<b>44,66</b>	<b>70,4</b>	<b>0,23</b>
<b>Обед</b>																			
тк207	Салат из зеленого горошка со свежей зеленью	60	1,50	3,12	10,79	43,00	50,00	10,20	8,40	15,00	0,25	0,01	0,00	0,00	0,06	0,02	5,00	0,00	0,00
тк7	Борщ с капустой и картофелем с мясом и сметаной	250/15/10	7,07	7,82	15,10	150,00	144,00	56,50	29,65	85,60	1,43	0,80	0,01	4,81	0,06	0,02	11,00	0,22	0,00
тк142	Сосиска отварная молочная	100	11,40	18,20	20,00	266,00	200,00	36,00	20,00	162,00	2,00	0,00	0,00	0,0	0,10	0,09	0,00	0,00	0,00
тк35	Картофельное пюре	150	2,54	5,44	20,30	132,00	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк111	Компот из ягодной смеси	200	0,10	0,10	14,90	103,00	96,60	4,00	4,00	3,00	0,00	0,90	7,90	0,90	0,01	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>950</b>	<b>26,74</b>	<b>35,23</b>	<b>104,57</b>	<b>809,35</b>	<b>1043,4</b>	<b>167,20</b>	<b>157,05</b>	<b>367,85</b>	<b>5,86</b>	<b>10,01</b>	<b>11,25</b>	<b>46,1</b>	<b>0,45</b>	<b>0,22</b>	<b>25,00</b>	<b>2,02</b>	<b>0,06</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>46,77</b>	<b>56,85</b>	<b>194,47</b>	<b>1412,15</b>	<b>1964,4</b>	<b>420,5</b>	<b>364,60</b>	<b>785,2</b>	<b>11,85</b>	<b>27,18</b>	<b>37,83</b>	<b>352,0</b>	<b>0,85</b>	<b>0,77</b>	<b>69,66</b>	<b>72,4</b>	<b>0,3</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
скур.т8	Икра кабачковая (пром.)	100	1,20	4,70	7,70	78,00	328,00	19,20	35,00	11,70	0,40	0,03	0,30	6,30	0,03	0,03	8,30	4,00	0,00
тк117	Котлета рубленая из птицы(филе)	100	13,00	12,00	20,00	180,00	175,60	22,70	5,6	28,40	0,30	4,00	9,50	97,3	0,08	0,12	2,41	54,40	0,00
тк90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	180	2,67	3,53	31,06	237,49	198,00	24,06	151,0	253,0	4,00	1,74	3,00	12,00	0,30	0,09	2,00	0,80	0,00
тк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	30	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тк136	Напиток кофейный с молоком	200	1,50	1,30	22,40	107,00	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00
таб.9 Скруджин	Фрукты свежие( мандарины)	100	0,70	0,10	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,00	0,04	0,03	38,00	5,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>710</b>	<b>20,47</b>	<b>21,91</b>	<b>98,91</b>	<b>691,99</b>	<b>1102,6</b>	<b>264,21</b>	<b>247,10</b>	<b>466,85</b>	<b>6,75</b>	<b>16,47</b>	<b>16,70</b>	<b>293,6</b>	<b>0,51</b>	<b>0,50</b>	<b>51,71</b>	<b>88,0</b>	<b>0,0</b>
<b>Обед</b>																			
тк207	Салат из зеленого горошка со свежей зеленью	100	5,74	4,57	17,98	93,58	99,00	10,20	8,40	15,00	0,25	0,01	0,01	0,00	0,11	0,05	10,00	0,00	0,00
тк7	Борщ с капустой и картофелем с мясом и сметаной	250/15/10	7,07	7,82	15,10	150,00	144,00	56,50	29,65	85,60	1,43	0,80	0,01	4,81	0,06	0,02	11,00	0,22	0,00
тк142	Сосиска отварная молочная	100	11,40	18,20	20,00	266,00	200,00	36,00	20,00	162,00	2,00	0,00	0,00	0,0	0,10	0,09	0,00	0,00	0,00
тк35	Картофельное пюре	180	3,78	8,10	26,28	196,20	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк111	Компот из ягодной смеси	200	0,10	0,10	19,90	103,00	96,60	4,00	4,00	3,00	0,00	0,90	7,90	0,90	0,01	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>905</b>	<b>32,22</b>	<b>39,34</b>	<b>122,74</b>	<b>924,13</b>	<b>1092,4</b>	<b>167,20</b>	<b>157,05</b>	<b>367,85</b>	<b>5,86</b>	<b>10,01</b>	<b>11,26</b>	<b>46,1</b>	<b>0,50</b>	<b>0,25</b>	<b>30,00</b>	<b>2,02</b>	<b>0,06</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>52,69</b>	<b>61,25</b>	<b>221,65</b>	<b>1616,12</b>	<b>2195,0</b>	<b>431,4</b>	<b>404,15</b>	<b>834,7</b>	<b>12,61</b>	<b>26,48</b>	<b>27,96</b>	<b>339,7</b>	<b>1,01</b>	<b>0,75</b>	<b>81,71</b>	<b>90,02</b>	<b>0,06</b>



День: 5 пятница

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

Льготная категория

1 вариант

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Иод,мкг	Se	F	B1	B2	C	A,мкг	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
ттк265	Каша пшеничная молочная с маслом сл.	205	3,56	8,60	32,86	223,60	146,00	147,00	155,0	32,20	0,45	9,00	2,00	20,00	0,07	0,15	1,56	22,00	0,06
ттк243	Батон столовый	30	1,88	0,20	12,85	60,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
ттк 3	Запеканка творожная со стуженным молоком	110	12,90	9,70	18,50	178,10	92,00	37,10	5,20	34,9	0,18	7,92	26,00	28,00	0,02	0,20	0,12	19,80	0,01
тк10	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,00	41,00	0,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
таб 9 Скурихин	Фрукты свежие(яблоко)	130	0,50	0,50	11,00	55,90	278,00	43,18	11,00	17,0	0,10	1,76	0,26	7,04	0,04	0,02	35,00	3,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>675</b>	<b>19,04</b>	<b>19,00</b>	<b>85,21</b>	<b>559,30</b>	<b>682,0</b>	<b>237,03</b>	<b>191,45</b>	<b>95,35</b>	<b>2,03</b>	<b>19,78</b>	<b>30,26</b>	<b>59,84</b>	<b>0,16</b>	<b>0,38</b>	<b>36,68</b>	<b>44,80</b>	<b>0,07</b>
<b>Обед</b>																			
ттк171	Салат из свеклы с сыром	60	3,39	6,22	3,92	94,24	128,30	129,96	70,61	130,87	0,66	4,00	1,51	8,80	0,01	0,04	4,32	18,90	0,08
тк28	Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью	250/25/2	6,58	7,70	28,00	158,70	87,20	28,75	44,75	35,00	0,95	4,80	8,00	42,00	0,05	0,09	1,00	5,21	0,40
ттк248	Мясо духовое(говядина с картофелем)	200	17,67	17,40	21,88	265,00	670,00	146,82	229,54	260,14	2,47	6,34	0,24	55,44	0,20	0,12	23,32	36,00	0,01
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
ттк434	Кисель "Витошка"	200	0,20	0,00	24,23	95,00	15,20	60,00	20,00	3,00	2,30	0,00	0,00	0,00	0,30	0,34	20,00	130,00	1,68
скурихи	Кондитерские изделия(вафли)	25	0,90	1,25	15,50	84,00	115,00	88,00	17,00	80,00	0,40	0,00	0,00	0,00	0,02	0,11	41,34	0,10	41,34
	<b>Итого:</b>	<b>837</b>	<b>32,87</b>	<b>33,12</b>	<b>117,01</b>	<b>812,3</b>	<b>1097,5</b>	<b>467,03</b>	<b>447,90</b>	<b>526,26</b>	<b>7,86</b>	<b>19,04</b>	<b>12,85</b>	<b>120,2</b>	<b>0,66</b>	<b>0,73</b>	<b>89,98</b>	<b>190,21</b>	<b>43,5</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>51,91</b>	<b>52,12</b>	<b>202,22</b>	<b>1371,6</b>	<b>1779,5</b>	<b>704,06</b>	<b>639,35</b>	<b>621,61</b>	<b>9,89</b>	<b>38,82</b>	<b>43,11</b>	<b>180,1</b>	<b>0,82</b>	<b>1,11</b>	<b>126,66</b>	<b>235,01</b>	<b>43,6</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Иод,мкг	Se	F	B1	B2	C	A,мкг	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
ттк265	Каша пшеничная молочная с маслом сл.	205	3,56	8,60	32,86	223,60	146,00	147,00	155,0	32,20	0,45	9,00	2,00	20,00	0,07	0,15	1,56	22,00	0,06
ттк243	Батон столовый	40	2,10	0,30	15,00	83,00	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
ттк 3	Запеканка творожная со стуженным молоком	110	12,90	9,70	18,50	178,10	92,00	37,10	5,20	34,9	0,18	7,92	26,00	28,00	0,02	0,20	0,12	19,80	0,01
тк10	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,00	41,00	0,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
т 9 Скур	Фрукты свежие(яблоко)	130	0,50	0,50	11,00	65,00	278,00	30,00	13,50	30,0	0,75	3,00	0,45	12,00	0,05	0,03	15,00	7,50	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>695</b>	<b>19,26</b>	<b>19,10</b>	<b>87,36</b>	<b>590,70</b>	<b>682,00</b>	<b>223,85</b>	<b>193,95</b>	<b>108,35</b>	<b>2,68</b>	<b>21,02</b>	<b>30,45</b>	<b>64,80</b>	<b>0,17</b>	<b>0,39</b>	<b>16,68</b>	<b>49,30</b>	<b>0,07</b>
<b>Обед</b>																			
ттк171	Салат из свеклы с сыром	100	3,65	9,36	6,53	127,00	213,80	216,60	117,69	218,12	1,10	6,70	2,52	14,70	0,02	0,00	7,21	31,50	0,02
тк28	Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью	250/25/2	6,58	7,70	28,00	158,70	87,20	28,75	44,75	35,00	0,95	4,80	8,00	42,00	0,05	0,09	1,00	5,21	0,40
ттк248	Мясо духовое(говядина с картофелем)	225	18,03	18,40	24,79	444,38	759,00	146,82	229,54	260,14	2,47	7,18	0,27	62,80	0,30	0,15	23,32	36,00	0,01
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
ттк434	Кисель "Витошка"	200	0,20	0,00	24,23	95,00	15,20	60,00	20,00	3,00	2,30	0,00	0,00	0,00	0,30	0,34	20,00	130,00	1,68
скурихи	Кондитерские изделия(вафли)	25	1,88	2,50	18,50	104,00	115,00	88,00	17,00	80,00	0,40	0,00	0,00	0,00	0,02	0,11	41,34	0,10	41,34
	<b>Итого:</b>	<b>907</b>	<b>36,47</b>	<b>38,51</b>	<b>125,53</b>	<b>1044,43</b>	<b>1272,0</b>	<b>553,67</b>	<b>494,98</b>	<b>613,51</b>	<b>8,30</b>	<b>22,58</b>	<b>13,89</b>	<b>133,5</b>	<b>0,77</b>	<b>0,72</b>	<b>92,87</b>	<b>202,81</b>	<b>43,45</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>55,73</b>	<b>57,61</b>	<b>212,89</b>	<b>1635,13</b>	<b>1954,0</b>	<b>777,52</b>	<b>688,93</b>	<b>721,86</b>	<b>10,98</b>	<b>43,60</b>	<b>44,34</b>	<b>198,3</b>	<b>0,94</b>	<b>1,11</b>	<b>109,55</b>	<b>252,11</b>	<b>43,5</b>



День: 1 понедельник

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

Льготная категория

1 вариант

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
ткб	Омлет натуральный	150	13,90	14,30	10,00	259,00	176,50	216,00	19,0	257,0	3,00	21,56	27,82	57,20	0,07	0,99	0,30	156,0	2,20
тк243	Бутерброд(батон) с сыром твердых сортов	60	6,48	6,10	27,85	133,30	195,00	180,75	25,25	133,3	0,50	1,10	4,90	4,80	0,04	0,07	0,14	52,00	0,19
тк136	Напиток кофейный с молоком	200	1,50	1,30	22,40	107,00	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00
тк243	Батон столовый	30	1,88	0,20	12,85	60,00	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
тк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	2,90	3,50	21,30	124,00	129,00	235,00	30,00	196,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,20	2,00	22,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>26,66</b>	<b>25,40</b>	<b>94,4</b>	<b>683,3</b>	<b>834,5</b>	<b>798</b>	<b>98</b>	<b>735</b>	<b>5</b>	<b>33</b>	<b>37</b>	<b>87</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>254</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>																			
тк175	Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,00	3,10	5,40	46,00	70,20	6,90	7,20	4,20	0,18	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00
тк270	Борщ "Украинский" со сметаной	250/10	1,07	3,79	24,53	101,00	427,20	80,50	38,65	94,60	1,63	5,86	0,66	35,70	0,07	0,06	27,00	0,27	0,00
тк45	Плов по-узбекски из говядины	200	18,23	21,29	38,15	435,00	408,50	33,81	233,83	255,81	1,85	9,30	6,68	103,9	0,09	0,16	1,50	0,00	0,01
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	100	0,80	0,80	11,00	38,00	556,00	85,00	32,50	57,50	0,01	4,00	0,60	16,00	0,50	0,05	20,00	10,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>870</b>	<b>25,225</b>	<b>29,5265</b>	<b>121,756</b>	<b>816,15</b>	<b>1543,7</b>	<b>233,71</b>	<b>386,18</b>	<b>443,36</b>	<b>7,516</b>	<b>23,06</b>	<b>11,04</b>	<b>169,6</b>	<b>0,7745</b>	<b>0,31</b>	<b>54</b>	<b>10,27</b>	<b>0,01</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>51,89</b>	<b>54,93</b>	<b>216,16</b>	<b>1499,45</b>	<b>2378,2</b>	<b>1031,2</b>	<b>483,68</b>	<b>1177,9</b>	<b>12,35</b>	<b>55,82</b>	<b>47,76</b>	<b>256,4</b>	<b>1,13</b>	<b>1,73</b>	<b>57,44</b>	<b>264,07</b>	<b>2,40</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
ткб	Омлет натуральный	200	16,68	17,16	11,30	310,00	235,30	152,00	26,3	344,0	3,87	28,75	37,09	76,27	0,13	1,32	0,48	392,0	2,93
тк243	Бутерброд(батон) с сыром твердых сортов	60	6,48	6,10	27,85	133,30	195,00	180,75	25,25	133,3	0,50	1,10	4,90	4,80	0,04	0,07	0,14	52,00	0,19
тк136	Напиток кофейный с молоком	200	1,50	1,30	22,40	107,00	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00
тк243	Батон столовый	30	1,88	0,20	12,85	60,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
тк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	2,90	3,50	21,30	88,00	129,00	235,00	30,00	196,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,20	2,00	22,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>605</b>	<b>29,44</b>	<b>28,26</b>	<b>95,7</b>	<b>699,0</b>	<b>893,3</b>	<b>734</b>	<b>105</b>	<b>822</b>	<b>6</b>	<b>40</b>	<b>46</b>	<b>106</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>490</b>	<b>3</b>
<b>Обед</b>																			
тк175	Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,00	3,10	5,40	46,00	70,20	6,90	7,20	4,20	0,18	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00
тк270	Борщ "Украинский" со сметаной	250/10	1,07	3,79	24,53	101,00	427,20	80,50	38,65	94,60	1,63	5,86	0,66	35,70	0,07	0,06	27,00	0,27	0,00
тк45	Плов по-узбекски из говядины	225	20,50	21,29	42,92	515,00	408,50	33,81		255,81	1,85	9,30	6,68	103,9	0,09	0,16	1,50	0,00	0,01
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	100	0,80	0,80	11,00	38,00	556,00	85,00	32,50	57,50	0,01	4,00	0,60	16,00	0,50	0,05	20,00	10,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>935</b>	<b>27,50</b>	<b>29,53</b>	<b>126,53</b>	<b>896,15</b>	<b>1843,7</b>	<b>233,71</b>	<b>152,35</b>	<b>443,36</b>	<b>7,55</b>	<b>23,06</b>	<b>11,04</b>	<b>169,6</b>	<b>0,77</b>	<b>0,31</b>	<b>54,00</b>	<b>10,27</b>	<b>0,01</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>56,94</b>	<b>57,79</b>	<b>222,23</b>	<b>1595,15</b>	<b>2737,0</b>	<b>967,21</b>	<b>257,12</b>	<b>1264,9</b>	<b>13,22</b>	<b>63,01</b>	<b>57,03</b>	<b>275,5</b>	<b>1,19</b>	<b>2,06</b>	<b>57,62</b>	<b>500,07</b>	<b>3,13</b>



День: 2 вторник  
Неделя: вторая  
Сезон: осенне-зимний

Льготная категория

1 вариант

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Иод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
скур.т8	Овощи свежие (огурец) порционно с зеленью	60/2	0,55	0,10	3,80	12,00	98,00	6,90	7,20	4,20	0,18	0,10	0,10	5,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00
тк110	Тефтели из говядины с рисом с соусом томатным	130	13,00	15,10	18,20	259,00	182,00	38,00	22,00	95,00	2,00	10,80	1,54	27,60	0,04	0,10	15,00	0,00	0,00
тк5	Макаронные изделия отварные	150	2,50	4,80	33,30	191,00	102,00	11,00	7,00	36,00	0,80	1,32	0,00	20,24	0,06	0,03	0,00	0,03	0,06
тк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тк27	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,00	45,00	10,80	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	0,02	0,70	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>537</b>	<b>17,75</b>	<b>20,28</b>	<b>80,55</b>	<b>558,5</b>	<b>470,8</b>	<b>71,2</b>	<b>78,7</b>	<b>157,0</b>	<b>4,9</b>	<b>13,6</b>	<b>3,5</b>	<b>61,5</b>	<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>19,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>
<b>Обед</b>																			
тк53	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,76	3,06	4,14	48,00	180,00	31,20	9,00	16,20	0,39	1,80	0,18	6,00	0,02	0,02	23,40	0,02	0,01
тк12	Рассольник Ленинградский(с перл. крупой, мясом и сметаной)	250/15/10	6,87	7,02	19,40	132,00	312,20	34,00	27,00	79,00	1,00	4,90	0,26	29,30	0,04	0,08	8,00	0,21	0,65
тк39	Котлета любительская(минтай)	90	10,20	8,75	6,00	224,00	215,00	42,00	18,00	180,00	1,00	65,00	8,90	317,0	0,08	0,34	2,00	0,36	0,01
тк422	Картофель запеченый по-деревенски	150	3,20	8,40	19,50	184,93	481,60	39,83	93,13	31,76	1,21	5,10	0,27	27,90	0,16	0,07	25,45	0,54	0,65
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк21	Напиток апельсиновый	200	0,20	0,00	25,70	94,00	32,60	8,00	3,00	5,00	0,10	0,35	0,09	3,00	0,01	0,00	5,00	0,00	0
таб.9	Фрукты свежие(груша )	100	0,96	0,24	20,00	42,00	310,00	42,00	20,40	13,20	0,12	2,00	0,20	20,00	0,04	0,06	10,00	4,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>1025</b>	<b>26,32</b>	<b>28,02</b>	<b>118,22</b>	<b>840,28</b>	<b>1613,2</b>	<b>210,53</b>	<b>236,53</b>	<b>342,41</b>	<b>4,90</b>	<b>83,05</b>	<b>13,00</b>	<b>417,2</b>	<b>0,43</b>	<b>0,60</b>	<b>73,85</b>	<b>5,13</b>	<b>1,32</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>44,07</b>	<b>48,30</b>	<b>198,77</b>	<b>1398,78</b>	<b>2084,0</b>	<b>281,68</b>	<b>315,23</b>	<b>499,36</b>	<b>9,83</b>	<b>96,67</b>	<b>16,46</b>	<b>478,7</b>	<b>0,58</b>	<b>0,82</b>	<b>93,35</b>	<b>5,16</b>	<b>1,38</b>
для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет																			
№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Иод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
скур.т8	Овощи свежие (огурец) порционно	100	2,06	0,10	6,30	12,00	141,00	21,90	10,50	21,00	0,54	3,00	0,30	17,00	0,03	0,04	10,00	10,00	0,00
тк110	Тефтели из говядины с рисом с соусом	130	13,00	15,10	18,20	259,00	182,00	38,00	22,00	95,00	2,00	10,80	1,54	27,60	0,04	0,10	15,00	0,00	0,00
тк5	Макаронные изделия отварные	180	3,60	5,76	37,56	229,20	61,20	13,20	8,40	43,20	0,96	0,73	0,00	12,10	0,07	0,10	0,02	0,00	0,03
тк243	Хлеб ржаной"Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тк27	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,00	40,00	10,80	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	0,02	0,70	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>635</b>	<b>20,36</b>	<b>21,24</b>	<b>87,31</b>	<b>591,7</b>	<b>473,0</b>	<b>88,4</b>	<b>83,4</b>	<b>181,0</b>	<b>5,5</b>	<b>15,9</b>	<b>3,7</b>	<b>65,4</b>	<b>0,2</b>	<b>0,3</b>	<b>28,0</b>	<b>10,0</b>	<b>0,0</b>
<b>Обед</b>																			
тк53	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,60	4,10	16,90	116,00	316,60	52,00	15,00	27,00	0,67	3,40	0,39	14,80	0,03	0,05	39,00	0,04	0,01
тк12	Рассольник Ленинградский(с перл. крупой, мясом и сметаной)	250/15/10	6,87	7,02	19,40	132,00	312,20	34,00	27,00	79,00	1,00	4,90	0,26	29,30	0,04	0,08	8,00	0,21	0,65
тк39	Котлета любительская(минтай)	100	10,20	8,75	6,00	261,00	215,00	42,00	18,00	180,00	1,00	65,00	8,90	317,0	0,08	0,34	2,00	0,36	0,01
тк422	Картофель запеченый по-деревенски	150	3,20	8,40	19,50	184,93	481,60	39,83	93,13	31,76	1,21	5,10	0,27	27,90	0,16	0,07	25,45	0,54	0,65
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк21	Напиток апельсиновый	200	0,20	0,00	25,70	94,00	32,60	8,00	3,00	5,00	0,10	0,35	0,09	3,00	0,01	0,00	5,00	0,00	0,00
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие(груша )	100	0,96	0,24	20,00	42,00	155,00	42,00	20,40	13,20	0,12	1,00	0,10	10,00	0,02	0,03	5,00	2,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>1155</b>	<b>27,155</b>	<b>29,06</b>	<b>130,975</b>	<b>945,28</b>	<b>1594,8</b>	<b>231,33</b>	<b>242,53</b>	<b>353,21</b>	<b>5,175</b>	<b>83,65</b>	<b>13,11</b>	<b>416</b>	<b>0,4225</b>	<b>0,59</b>	<b>84,45</b>	<b>3,15</b>	<b>1,32</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>47,515</b>	<b>50,30</b>	<b>218,285</b>	<b>1536,98</b>	<b>2067,8</b>	<b>319,68</b>	<b>325,93</b>	<b>534,16</b>	<b>10,625</b>	<b>99,58</b>	<b>16,77</b>	<b>481,4</b>	<b>0,6025</b>	<b>0,91</b>	<b>112,47</b>	<b>13,15</b>	<b>1,35</b>



День: 3 среда

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов (возраст 7-11 лет)

Льготная категория

1 вариант

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Иод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
ттк 16	Ватрушка Царская (запеканка)	150	14,07	16,30	35,60	362,18	104,00	156,00	4,4	74,00	1,01	11,80	26,50	38,00	0,03	0,27	0,50	93,00	1,50
ттк243	Батон столовый	30	1,88	0,20	12,85	60,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
тк37	Какао с витаминами "Витошка"	200	3,77	2,50	26,00	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50
таб 9 Скруджин	Фрукты свежие(яблоко)	130	0,20	0,20	11,00	40,00	230,00	30,00	11,00	17,0	0,10	1,76	0,26	7,04	0,04	0,02	35,00	3,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>19,92</b>	<b>19,20</b>	<b>85,5</b>	<b>614,2</b>	<b>646</b>	<b>412</b>	<b>46</b>	<b>97</b>	<b>2</b>	<b>16</b>	<b>31</b>	<b>70</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>51</b>	<b>226</b>	<b>4,0</b>
<b>Обед</b>																			
тк131-	Салат из рыбопродуктов с яйцом и луком зеленым	60	3,10	5,10	18,26	77,40	99,50	26,00	13,00	79,00	0,50	14,30	17,05	24,60	0,02	0,12	2,00	0,01	1,50
ттк 18	Свекольник со сметаной	250/10	2,69	5,39	20,10	131,55	382,20	45,32	118,02	36,31	2,14	6,38	0,55	28,30	0,10	0,06	17,32	30,00	0,65
ттк97	Жаркое по-домашнему (говядина)	200	16,90	16,12	35,33	405,00	751,00	24,36	229,00	348,46	3,39	11,34	0,26	83,24	0,20	0,19	26,28	0,00	0,00
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>770</b>	<b>26,82</b>	<b>27,16</b>	<b>116,37</b>	<b>810,10</b>	<b>1314,5</b>	<b>123,18</b>	<b>434,02</b>	<b>495,02</b>	<b>9,91</b>	<b>35,92</b>	<b>20,96</b>	<b>150,1</b>	<b>0,42</b>	<b>0,40</b>	<b>49,60</b>	<b>30,01</b>	<b>2,15</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>46,74</b>	<b>46,36</b>	<b>201,82</b>	<b>1424,26</b>	<b>1960,5</b>	<b>534,93</b>	<b>479,67</b>	<b>592,47</b>	<b>12,32</b>	<b>51,48</b>	<b>51,72</b>	<b>220,0</b>	<b>0,82</b>	<b>0,85</b>	<b>100,10</b>	<b>256,01</b>	<b>6,15</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	Fe	Иод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
ттк 16	Ватрушка Царская (запеканка)	200	18,76	21,73	52,80	484,24	138,70	195,70	320,5	29,00	1,74	15,70	35,30	50,70	0,08	0,36	0,70	124,00	2,00
ттк243	Батон столовый	30	1,88	0,20	12,85	60,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
тк37	Какао с витаминами	200	3,77	2,50	26,00	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50
таб 9 Скруджин	Фрукты свежие(яблоко)	120	0,40	0,40	9,50	43,00	230,00	30,00	11,00	17,0	0,10	1,76	0,26	7,04	0,04	0,02	35,00	3,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>24,8</b>	<b>24,8</b>	<b>101,2</b>	<b>739,2</b>	<b>681</b>	<b>451</b>	<b>362</b>	<b>52</b>	<b>3</b>	<b>19</b>	<b>40</b>	<b>83</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>51</b>	<b>257</b>	<b>4,5</b>
<b>Обед</b>																			
тк131-	Салат из рыбопродуктов с яйцом и луком зеленым	60	3,10	5,10	18,26	77,40	99,50	26,00	13,00	79,00	0,50	14,30	17,05	24,60	0,02	0,12	2,00	0,01	1,50
ттк 18	Свекольник со сметаной	250/10	2,69	5,39	20,10	131,55	382,20	45,32	118,02	36,31	2,14	6,38	0,55	28,30	0,10	0,06	17,32	30,00	0,65
ттк97	Жаркое по-домашнему (говядина)	225	19,00	18,13	39,74	455,60	751,00	24,36	229,00	348,46	3,39	11,34	0,26	83,24	0,20	0,19	26,28	0,00	0,00
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
ттк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>		<b>28,915</b>	<b>29,17</b>	<b>120,775</b>	<b>860,7</b>	<b>1314,5</b>	<b>123,18</b>	<b>434,02</b>	<b>495,02</b>	<b>9,91</b>	<b>35,92</b>	<b>20,96</b>	<b>150,1</b>	<b>0,42</b>	<b>0,40</b>	<b>49,60</b>	<b>30,01</b>	<b>2,15</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>53,725</b>	<b>54</b>	<b>221,925</b>	<b>1599,92</b>	<b>1995,2</b>	<b>574,63</b>	<b>795,77</b>	<b>547,47</b>	<b>13,05</b>	<b>55,38</b>	<b>60,52</b>	<b>232,7</b>	<b>0,87</b>	<b>0,94</b>	<b>100,30</b>	<b>287,01</b>	<b>6,65</b>



День 4 четверг

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов (возраст 7-11 лет)

Льготная категория

1 вариант

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Иод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
скуп.т8	Овощи свежие (помидор) порционно	60	0,55	0,10	3,80	12,00	145,00	5,50	10,50	3,50	0,15	0,40	0,20	10,00	0,04	0,02	15,00	66,50	0,00
тк403	Кнели из птицы с соусом	110	13,00	13,20	10,54	193,00	121,00	100,84	143,8	17,24	1,14	2,70	10,00	57,00	0,08	0,03	0,36	44,40	0,01
тк35	Картофельное пюре	150	2,54	5,44	20,30	132,00	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тк243	Хлеб ржаной "Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тк10	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,00	41,00	0,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
таб 6 Скурихин	Кондитерские изделия	50	1,88	2,50	25,00	135,00	55,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,02	1,23	1,70	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>595</b>	<b>19,57</b>	<b>21,52</b>	<b>79,89</b>	<b>564,50</b>	<b>870,00</b>	<b>170,59</b>	<b>228,76</b>	<b>133,49</b>	<b>5,34</b>	<b>8,90</b>	<b>12,24</b>	<b>101,40</b>	<b>0,31</b>	<b>0,20</b>	<b>21,59</b>	<b>114,40</b>	<b>0,07</b>
<b>Обед</b>																			
тк11	Винегрет овощной	60	0,84	5,06	3,96	73,80	124,50	22,80	11,40	21,60	0,60	1,80	0,15	10,14	0,01	0,02	9,00	0,15	0,00
тк82	Суп крестьянский с мясом и сметаной	250/15/10	2,60	5,30	14,30	116,00	262,70	34,00	20,00	68,00	0,90	5,08	0,37	30,83	0,06	0,08	10,00	0,18	0,65
тк142	Сосиска отварная молочная с соусом томатным	90/50	10,26	16,38	18,00	245,00	200,00	36,00	20,00	162,00	2,00	0,00	0,00	0,0	0,10	0,09	0,00	0,00	0,00
тк2	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,60	5,61	37,33	230,15	226,25	13,20	180,30	420,00	4,03	1,90	3,54	0,20	0,26	0,02	0,00	20,00	0,01
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк206	Кисломолочный напиток(кефир)	180	2,50	2,50	21,70	85,00	292,00	240,00	28,00	190,00	0,20	18,00	4,00	40,00	0,08	0,34	2,00	44,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>840</b>	<b>27,93</b>	<b>35,40</b>	<b>118,76</b>	<b>865,30</b>	<b>1187,3</b>	<b>359,50</b>	<b>325,70</b>	<b>878,85</b>	<b>8,81</b>	<b>30,68</b>	<b>11,16</b>	<b>95,2</b>	<b>0,59</b>	<b>0,58</b>	<b>21,00</b>	<b>64,33</b>	<b>0,66</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>47,50</b>	<b>56,92</b>	<b>198,65</b>	<b>1429,80</b>	<b>2057,3</b>	<b>530,09</b>	<b>554,46</b>	<b>1012,3</b>	<b>14,15</b>	<b>39,58</b>	<b>23,40</b>	<b>196,6</b>	<b>0,90</b>	<b>0,78</b>	<b>42,59</b>	<b>178,73</b>	<b>0,73</b>	

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Иод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
скуп.т8	Овощи свежие (помидор) порционно	100	1,26	0,20	6,33	58,34	241,60	18,90	21,70	27,90	0,90	0,70	0,33	16,70	0,06	0,03	28,00	0,00	0,00
тк403	Кнели из птицы с соусом	110	13,00	13,20	10,54	193,00	121,00	100,84	143,8	17,24	1,14	2,70	10,00	57,00	0,08	0,03	0,36	44,40	0,01
тк35	Картофельное пюре	180	3,78	8,10	26,28	196,20	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тк243	Хлеб ржаной "Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тк10	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,00	41,00	0,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
таб 9 Скурихин	Кондитерские изделия	50	1,88	2,50	18,50	104,00	55,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,02	1,23	1,70	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>665</b>	<b>21,52</b>	<b>24,28</b>	<b>81,90</b>	<b>644,04</b>	<b>966,6</b>	<b>183,99</b>	<b>239,96</b>	<b>157,89</b>	<b>6,09</b>	<b>9,20</b>	<b>12,37</b>	<b>108,1</b>	<b>0,33</b>	<b>0,22</b>	<b>34,59</b>	<b>47,90</b>	<b>0,07</b>
<b>Обед</b>																			
тк11	Винегрет овощной	100	2,40	8,10	6,60	133,00	207,50	38,00	19,00	36,00	1,00	3,00	0,25	16,90	0,02	0,04	15,00	0,25	0,00
тк82	Суп крестьянский с мясом и сметаной	250/15/10	2,60	5,30	14,30	116,00	262,70	34,00	20,00	68,00	0,90	3,00	0,37	30,83	0,06	0,08	10,00	0,18	0,65
тк142	Сосиска отварная молочная с соусом томатным	100/50	11,40	18,20	20,00	266,00	200,00	36,00	20,00	162,00	2,00	0,00	0,00	0,0	0,10	0,09	0,00	0,00	0,00
тк2	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,12	6,73	44,80	255,78	271,50	15,84	216,36	504,00	4,84	2,28	4,25	17,54	0,31	0,02	0,00	24,00	0,01
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк206	Кисломолочный напиток(кефир)	200	2,50	2,50	21,70	85,00	292,00	240,00	28,00	190,00	0,20	18,00	4,00	40,00	0,08	0,34	2,00	44,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>910</b>	<b>30,15</b>	<b>41,38</b>	<b>130,88</b>	<b>971,13</b>	<b>1315,5</b>	<b>377,34</b>	<b>369,36</b>	<b>977,3</b>	<b>10,01</b>	<b>30,18</b>	<b>11,97</b>	<b>119,3</b>	<b>0,65</b>	<b>0,60</b>	<b>27,00</b>	<b>68,43</b>	<b>0,66</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>51,67</b>	<b>65,66</b>	<b>212,78</b>	<b>1615,17</b>	<b>2282,1</b>	<b>561,33</b>	<b>609,32</b>	<b>1135,1</b>	<b>16,10</b>	<b>39,38</b>	<b>24,34</b>	<b>227,4</b>	<b>0,98</b>	<b>0,81</b>	<b>61,59</b>	<b>116,33</b>	<b>0,73</b>	



	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>																		
	<b>ВСЕГО ОБЕД ЗА 10 ДНЕЙ:</b>	59,37	57,35	239,48	1568,45	2837,0	609,00	330,90	478,05	63,01	31,30	40,04	305,4	8,60	1,30	69,73	30,9	0,04	
	<i>в среднем за один день (обед)</i>	305,2	338,4	1295,5	9424,5	12813	3342,3	2985,4	6063,3	89,9	295,9	167,4	1683	6,2	5,3	479,5	521,5	50,7	
	<b>Итого за 10 дней</b>	30,52	33,84	129,55	942,45	1281,3	334,23	298,54	606,33	8,99	29,59	16,74	168,3	0,62	0,53	47,95	52,15	5,07	
	<b>Итого в среднем за 1 день</b>	530,8	565,5	2220,1	15908	21293	6651	4809	8953	186	506	414	3364	23,5	10,8	946	1769	64	
		53,08	56,55	222,01	1590,75	2129,3	665,06	480,92	895,28	18,57	50,55	41,45	336,4	2,35	1,08	94,59	176,90	6,38	

Технолог отдела общественного питания

*И.И. Корниенко*

И.И. Корниенко



Неделя: первая  
Сезон: осенне-зимний  
для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Ca	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг г
<b>Завтрак</b>																			
тк6	Омлет натуральный	150	13,90	14,30	15,00	259,00	176,50	216,00	19,0	257,0	3,00	21,56	27,82	57,20	0,07	0,99	0,30	156,0	2,20
тк243	Бутерброд(батон) с сыром твердых сортов	60	6,48	6,10	27,85	133,30	195,00	180,75	25,25	133,3	0,50	1,10	4,90	4,80	0,04	0,07	0,14	52,00	0,19
тк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	2,90	3,50	25,00	128,00	129,00	235,00	30,00	196,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,20	2,00	22,00	0,00
тк27	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	12,00	45,00	10,80	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	0,02	0,70	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>525</b>	<b>23,58</b>	<b>23,90</b>	<b>79,9</b>	<b>565,3</b>	<b>511,3</b>	<b>639,8</b>	<b>79,3</b>	<b>596,3</b>	<b>4,50</b>	<b>23</b>	<b>33</b>	<b>63</b>	<b>0,31</b>	<b>1,26</b>	<b>5,44</b>	<b>230,0</b>	<b>2,39</b>
<b>Обед</b>																			
скурих	Овощи консервированные (огурец)	60	0,00	0,00	3,60	16,00	70,20	6,90	7,20	4,20	0,18	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00
тк25	Суп картофельный с макаронными изделиями, мясом и зеленью	250/15/2	2,00	2,80	25,00	125,00	332,10	48,50	49,60	57,65	1,13	4,42	0,24	23,30	0,07	0,01	22,00	0,21	0,65
тк134	Гуляш из отварной говядины	100	15,50	15,90	13,10	235,00	270,00	14,00	20,00	150,0	2,00	6,34	0,00	55,44	0,04	0,12	1,00	0,01	0,00
тк302	Каша пшеничная вязкая	150	7,60	5,61	37,33	230,15	226,25	13,20	180,30	420,00	4,03	1,90	3,54	0,20	0,26	0,02	0,00	20,00	0,01
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с лаваш.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк524	Напиток из компотной смеси	200	0,10	0,10	19,90	103,00	96,60	4,00	4,00	3,00	0,00	0,90	7,90	0,90	0,01	0,00	4,00	0,00	0,00
таб 9 Скурихин	Фрукты свежие( мандарины)	100	0,70	0,10	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,00	0,04	0,03	38,00	5,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>927</b>	<b>30,03</b>	<b>25,06</b>	<b>129,90</b>	<b>862,50</b>	<b>1232,0</b>	<b>130,10</b>	<b>338,10</b>	<b>669,10</b>	<b>8,52</b>	<b>17,76</b>	<b>14,88</b>	<b>243,8</b>	<b>0,51</b>	<b>0,22</b>	<b>66,50</b>	<b>25,22</b>	<b>0,66</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>53,61</b>	<b>48,96</b>	<b>209,75</b>	<b>1427,80</b>	<b>1743,3</b>	<b>769,85</b>	<b>417,35</b>	<b>1265,4</b>	<b>13,02</b>	<b>40,42</b>	<b>47,62</b>	<b>306,5</b>	<b>0,82</b>	<b>1,48</b>	<b>71,94</b>	<b>255,2</b>	<b>3,1</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Ca	Mg	P	Fe	Йод,мкг г	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A,мкг рет.	D,мкг г
<b>Завтрак</b>																			
тк6	Омлет натуральный	200	16,68	17,16	11,30	310,00	235,30	152,00	26,3	344,0	3,87	28,75	37,09	76,27	0,13	1,32	0,48	392,0	2,93
тк243	Бутерброд(батон) с сыром твердых	60	6,48	6,10	27,85	133,30	195,00	180,75	25,25	133,3	0,50	1,10	4,90	4,80	0,04	0,07	0,14	52,00	0,19
	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	2,90	3,50	21,30	88,00	129,00	235,00	30,00	196,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,20	2,00	22,00	0,00
тк27	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	10,64	45,00	10,80	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	0,02	0,70	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>26,36</b>	<b>26,76</b>	<b>71,1</b>	<b>576,3</b>	<b>570,1</b>	<b>575,8</b>	<b>86,5</b>	<b>683,3</b>	<b>5,37</b>	<b>30</b>	<b>42</b>	<b>82</b>	<b>0,37</b>	<b>1,59</b>	<b>5,62</b>	<b>466,0</b>	<b>3,12</b>
<b>Обед</b>																			
скурих	Овощи консервированные (огурец)	60	0,40	0,05	6,00	42,00	117,03	11,50	12,00	7,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01	2,50	3,00	0,00
тк25	Суп картофельный с макаронными изделиями, мясом и зеленью	250/15/2	2,00	2,80	25,00	125,00	332,10	48,50	49,60	57,65	1,13	4,42	0,24	23,30	0,07	0,01	22,00	0,21	0,65
тк134	Гуляш из отварной говядины	120	16,50	17,50	15,10	285,00	270,00	14,00	20,00	150,0	2,00	6,34	0,00	55,44	0,04	0,12	1,00	0,01	0,00
тк302	Каша пшеничная вязкая	180	7,12	6,73	46,79	276,18	271,50	15,84	216,36	504,00	4,84	2,28	4,25	17,54	0,31	0,02	0,00	24,00	0,01
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с лаваш.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк524	Напиток из компотной смеси	200	0,10	0,10	19,90	103,00	96,60	4,00	4,00	3,00	0,00	0,90	7,90	0,90	0,01	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>897</b>	<b>30,25</b>	<b>27,73</b>	<b>136,27</b>	<b>946,53</b>	<b>1169,0</b>	<b>107,34</b>	<b>367,96</b>	<b>738,90</b>	<b>9,34</b>	<b>17,84</b>	<b>15,49</b>	<b>111,2</b>	<b>0,52</b>	<b>0,20</b>	<b>29,50</b>	<b>27,22</b>	<b>0,66</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>56,61</b>	<b>54,49</b>	<b>207,36</b>	<b>1522,83</b>	<b>1739,1</b>	<b>683,09</b>	<b>454,48</b>	<b>1422,2</b>	<b>14,71</b>	<b>47,69</b>	<b>57,50</b>	<b>193,0</b>	<b>0,89</b>	<b>1,79</b>	<b>35,12</b>	<b>493,2</b>	<b>3,78</b>



День: 2 вторник

Льготная категория 2 вариант

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг г
<b>Завтрак</b>																			
таб.8 Скурихи	Икра кабачковая (пром.)	60	0,72	2,82	4,62	46,80	197,00	11,50	21,00	7,00	0,30	0,02	0,18	3,80	0,02	0,02	5,00	3,00	0,00
тгк110	Тефтели из говядины с рисом с соусом	130	13,00	15,10	18,20	259,00	182,00	38,00	22,00	95,00	2,00	10,80	1,54	27,60	0,04	0,10	15,00	0,00	0,00
тк302	Каша ячневая вязкая	150	2,50	4,80	33,30	191,00	102,00	11,00	7,00	36,00	0,80	1,32	0,00	20,24	0,06	0,03	0,00	0,03	0,06
тгк136	Напиток кофейный с молоком	200	1,50	1,30	22,40	107,00	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00
тгк243	Хлеб северный (с ламинариями)	25	1,16	0,23	10,25	41,00	23,00	7,25	37,50	11,75	0,95	0,50	1,50	3,63	0,04	0,01	0,00	0,00	0,35
таб.9	Фрукты свежие(яблоко)	130	0,20	0,20	9,50	47,00	278,00	85,00	32,50	57,50	0,01	5,00	1,25	42,50	0,10	0,08	10,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>565</b>	<b>19,1</b>	<b>24,5</b>	<b>98,3</b>	<b>691,8</b>	<b>950,0</b>	<b>313,8</b>	<b>127,0</b>	<b>352,3</b>	<b>5,1</b>	<b>26,6</b>	<b>6,5</b>	<b>117,8</b>	<b>0,3</b>	<b>0,4</b>	<b>31,0</b>	<b>26,8</b>	<b>0,4</b>
<b>Обед</b>																			
скур.18	Овощи свежие (помидор) порционно	60	0,55	0,10	3,80	12,00	145,00	5,50	10,50	3,50	0,15	0,40	0,20	10,00	0,04	0,02	15,00	0,00	0,00
тк38	Солянка домашняя со сметаной и зеленью	260	7,34	2,72	23,21	189,00	227,11	226,98	177,19	241,72	1,37	14,60	12,60	122,7	0,24	0,06	22,29	26,20	0,00
тгк139	Оладьи из печени с маслом сливочным	100/5	9,00	12,20	20,10	281,00	115,00	7,00	10,00	157,00	4,00	2,70	14,00	100,0	0,14	0,85	17,00	4,02	0,65
тгк15	Рагу овощное	150	4,50	6,70	12,00	121,00	454,00	37,00	25,00	92,00	1,10	3,60	0,19	25,00	0,08	0,04	12,00	0,86	0,00
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тгк39	Сок с трубочкой в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>825</b>	<b>25,5</b>	<b>22,3</b>	<b>101,8</b>	<b>799,2</b>	<b>1322,9</b>	<b>304,0</b>	<b>296,7</b>	<b>525,5</b>	<b>10,5</b>	<b>25,2</b>	<b>30,1</b>	<b>271,7</b>	<b>0,6</b>	<b>1,0</b>	<b>70,3</b>	<b>31,1</b>	<b>0,7</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>44,6</b>	<b>46,7</b>	<b>200,1</b>	<b>1491,0</b>	<b>2272,9</b>	<b>617,7</b>	<b>423,7</b>	<b>877,7</b>	<b>15,6</b>	<b>51,8</b>	<b>36,6</b>	<b>389,5</b>	<b>0,9</b>	<b>1,4</b>	<b>101,3</b>	<b>57,9</b>	<b>1,1</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг г
<b>Завтрак</b>																			
таб.8	Икра кабачковая (пром.)	100	1,20	4,70	7,70	78,00	328,00	19,20	35,00	11,70	0,40	0,03	0,30	6,30	0,03	0,03	8,30	4,00	0,00
тгк110	Тефтели из говядины с рисом с соусом	130	13,00	15,10	18,20	259,00	182,00	38,00	22,00	95,00	2,00	10,80	1,54	27,60	0,04	0,10	15,00	0,00	0,00
тк302	Каша ячневая вязкая	180	4,59	6,92	25,88	234,52	165,00	23,00	126,0	211,0	3,40	1,45	2,50	10,12	0,20	0,08	1,00	0,60	0,00
тгк136	Напиток кофейный с молоком	200	1,50	1,30	22,40	107,00	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00
тгк243	Хлеб северный (с ламинариями)	25	1,16	0,23	10,25	41,00	23,00	7,25	37,50	11,75	0,95	0,50	1,50	3,63	0,04	0,01	0,00	0,00	0,35
таб.9	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,20	0,20	9,50	47,00	278,00	85,00	32,50	57,50	0,01	5,00	1,25	42,50	0,10	0,08	10,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>735</b>	<b>21,7</b>	<b>28,5</b>	<b>93,9</b>	<b>766,5</b>	<b>1144</b>	<b>333,5</b>	<b>260,0</b>	<b>532,0</b>	<b>7,8</b>	<b>26,8</b>	<b>9,1</b>	<b>110</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>35,3</b>	<b>28,4</b>	<b>0,4</b>
<b>Обед</b>																			
таб.8 Скурихи	Овощи свежие (помидор) порционно	100	1,10	0,20	8,00	26,00	241,60	18,90	21,70	27,90	0,90	0,70	0,33	16,70	0,06	0,03	28,00	0,00	0,00
тк38	Солянка домашняя со сметаной и зеленью	260	7,34	2,72	27,21	189,00	227,11	226,98	177,19	241,72	1,37	14,60	12,60	122,7	0,24	0,06	22,29	26,20	0,00
тгк139	Оладьи из печени с маслом сливочным	120/5	13,00	15,50	25,00	357,00	120,00	8,00	12,00	159,00	5,00	2,80	15,00	110,0	0,15	0,86	20,00	4,50	0,65
тгк15	Рагу овощное	180	5,40	8,04	18,00	175,00	544,80	37,00	25,00	92,00	1,10	4,32	0,23	30,00	0,59	0,05	9,00	0,86	0,00
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тгк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	25,00	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>915</b>	<b>30,97</b>	<b>27,01</b>	<b>126,69</b>	<b>943,15</b>	<b>1515,3</b>	<b>318,38</b>	<b>309,89</b>	<b>551,87</b>	<b>12,25</b>	<b>26,32</b>	<b>31,26</b>	<b>293,4</b>	<b>1,14</b>	<b>1,03</b>	<b>83,29</b>	<b>31,56</b>	<b>0,65</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>52,62</b>	<b>55,46</b>	<b>220,62</b>	<b>1709,7</b>	<b>2659,3</b>	<b>651,83</b>	<b>569,89</b>	<b>1083,8</b>	<b>20,01</b>	<b>53,10</b>	<b>40,35</b>	<b>403,6</b>	<b>1,57</b>	<b>1,48</b>	<b>118,59</b>	<b>59,96</b>	<b>1,00</b>



День: 3 среда

Льготная категория 2 вариант

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецепт	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se	F	В1	В2	С	А,мкг	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
таб.8 Скюррели	Овощи свежие (огурец) порционно	60	0,55	0,10	3,80	8,00	98,00	6,90	7,20	4,20	0,18	0,10	0,10	5,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00
тк16	Котлета "Золотая рыба"(минтай+цыплята)	100	13,20	13,70	15,58	235,00	278,00	177,20	34,00	266,0	0,65	44,00	39,00	378,0	0,18	0,12	0,83	18,00	0,01
тк18	Рис отварной	150	3,70	6,30	27,56	209,00	61,20	13,20	8,40	43,20	0,96	0,73	0,00	12,10	0,07	0,10	0,02	1,80	0,03
ттк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55
ттк39	Сок фруктовый с трубочкой	200	0,00	0,00	25,00	80,80	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>535</b>	<b>19,4</b>	<b>20,3</b>	<b>84,1</b>	<b>591,3</b>	<b>460,5</b>	<b>221,3</b>	<b>62,6</b>	<b>332,4</b>	<b>4,9</b>	<b>45,6</b>	<b>40,6</b>	<b>399</b>	<b>5,3</b>	<b>0,2</b>	<b>7,4</b>	<b>19,8</b>	<b>0,6</b>
<b>Обед</b>																			
ттк473	Салат из белокочанной и морской капусты	60	1,00	6,12	1,08	44,00	33,00	33,00	28,00	21,60	2,28	750,00	0,20	150,0	0,02	0,03	21,60	2,00	0,00
ттк 270	Борщ Украинский со сметаной и зеленью	250/10/2	1,07	3,79	14,53	101,00	427,20	80,50	38,65	94,60	1,63	5,86	0,66	35,70	0,07	0,06	27,00	0,27	0,00
тк183	Пельмени "Домашние "отварные с маслом и сметаной	185/10/20	13,50	17,60	45,00	465,00	195,00	31,48	22,00	169,00	1,97	4,67	2,70	45,00	0,31	0,13	2,07	119,00	0,65
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн " в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк9	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,00	26,98	80,00	10,18	12,00	3,40	14,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,14	0,03	200,00	0,00	0,00
ттк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	2,90	3,50	15,30	88,00	129,00	235,00	30,00	196,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,24	0,20	0,70	22,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>907</b>	<b>23,28</b>	<b>31,56</b>	<b>126,37</b>	<b>893,35</b>	<b>876,18</b>	<b>405,48</b>	<b>188,05</b>	<b>512,45</b>	<b>7,66</b>	<b>764,43</b>	<b>6,66</b>	<b>244,7</b>	<b>0,86</b>	<b>0,48</b>	<b>251,37</b>	<b>143,3</b>	<b>0,65</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>42,71</b>	<b>51,86</b>	<b>210,51</b>	<b>1484,65</b>	<b>1336,7</b>	<b>626,78</b>	<b>250,65</b>	<b>844,9</b>	<b>12,53</b>	<b>810,1</b>	<b>47,26</b>	<b>643,4</b>	<b>6,14</b>	<b>0,72</b>	<b>258,72</b>	<b>163,07</b>	<b>1,24</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
скур.18	Овощи свежие (огурец) порционно	100	2,06	0,10	6,30	12,00	141,00	21,90	10,50	21,00	0,54	3,00	0,30	17,00	0,03	0,04	10,00	10,00	0,00
тк16	Котлета "Золотая рыба"(минтай+цыплята)	100	13,20	13,70	15,58	255,00	278,00	177,20	34,00	266,0	0,65	44,00	39,00	378,0	0,18	0,12	0,83	18,00	0,01
тк 18	Рис отварной	180	4,40	7,56	40,00	275,00	73,40	15,80	10,00	51,84	1,15	0,88	0,00	14,52	0,08	0,20	0,03	2,16	0,04
ттк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55
ттк39	Сок фруктовый с трубочкой	200	0,00	0,00	25,00	80,80	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>605</b>	<b>21,6</b>	<b>21,6</b>	<b>99,1</b>	<b>681,3</b>	<b>515,7</b>	<b>238,9</b>	<b>67,5</b>	<b>357,8</b>	<b>5,4</b>	<b>48,7</b>	<b>40,8</b>	<b>413</b>	<b>5,3</b>	<b>0,4</b>	<b>15,9</b>	<b>30,2</b>	<b>0,6</b>
<b>Обед</b>																			
ттк473	Салат из белокочанной и морской капусты	60	1,00	6,12	1,08	44,00	33,00	33,00	28,00	21,60	2,28	750,00	0,20	150,0	0,02	0,03	21,60	2,00	0,00
ттк 270	Борщ Украинский со сметаной и зеленью	250/10/2	1,07	3,79	14,53	101,00	427,20	80,50	38,65	94,60	1,63	5,86	0,66	35,70	0,07	0,06	27,00	0,27	0,00
тк183	Пельмени "Домашние "отварные с маслом и сметаной	200/10/20	13,50	17,60	45,00	465,00	195,00	31,48	22,00	169,00	1,97	4,67	2,70	45,00	0,31	0,13	2,07	119,00	0,65
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн " в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк9	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,00	26,98	80,00	10,18	12,00	3,40	14,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,14	0,03	200,00	0,00	0,00
ттк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	2,90	3,50	15,30	88,00	129,00	235,00	30,00	196,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,24	0,20	0,70	22,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>957</b>	<b>23,28</b>	<b>31,56</b>	<b>126,37</b>	<b>893,35</b>	<b>876,18</b>	<b>405,48</b>	<b>188,05</b>	<b>512,45</b>	<b>7,66</b>	<b>764,4</b>	<b>6,66</b>	<b>244,7</b>	<b>0,86</b>	<b>0,48</b>	<b>251,37</b>	<b>143,27</b>	<b>0,65</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>44,92</b>	<b>53,12</b>	<b>225,45</b>	<b>1574,65</b>	<b>1392</b>	<b>644</b>	<b>256</b>	<b>870</b>	<b>13</b>	<b>813</b>	<b>47</b>	<b>658</b>	<b>6,2</b>	<b>0,8</b>	<b>267,2</b>	<b>173,4</b>	<b>1</b>



День: 4 четверг

Льготная категория 2 вариант

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. ве				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	
<b>Завтрак</b>											
таб.8 Скзрхххх	Овощи свежие (помидор) порционно	60	0,55	0,10	3,80	12,00	145,00	5,50	10,50	3,50	
тгк523	Гуляш из птицы в соусе молочном	100	10,12	13,20	15,20	218,00	191,00	391,00	198,7	22,47	
тк35	Картофельное пюре	150	2,54	5,44	20,30	132,00	471,00	47,00	29,00	85,00	
тгк243	Хлеб ржаной "Дарницкий"	30	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	
тк6	Отвар из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	26,40	108,0	0,00	21,00	16,00	23,00	
таб.9 Скзрхххх	Фрукты свежие( мандарины)	130	0,70	0,10	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	
	<b>Итого:</b>	<b>540</b>	<b>15,91</b>	<b>19,22</b>	<b>83,45</b>	<b>559,50</b>	<b>1040,0</b>	<b>501,75</b>	<b>302,74</b>	<b>162,72</b>	
<b>Обед</b>											
тгк126	Салат "Витаминный"	60	1,50	3,12	1,79	43,00	50,00	10,20	8,40	15,00	
тк95	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/25/2	5,07	5,22	17,68	130,00	144,00	56,50	29,65	85,60	
тгк142	Сосиска отварная молочная с соусом	90/50	10,26	16,38	18,00	245,00	200,00	36,00	20,00	162,00	
тк2	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,60	5,61	37,33	230,15	226,25	13,20	180,30	420,00	
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	
тгк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	
	<b>Итого:</b>	<b>827</b>	<b>28,56</b>	<b>30,88</b>	<b>117,47</b>	<b>844,30</b>	<b>1002,1</b>	<b>143,40</b>	<b>312,35</b>	<b>713,85</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>44,47</b>	<b>50,10</b>	<b>200,92</b>	<b>1403,80</b>	<b>2042,1</b>	<b>645,2</b>	<b>615,09</b>	<b>876,6</b>	

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. ве				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	Р	
<b>Завтрак</b>											
скур.т8	Овощи свежие (помидор) порционно с	100	1,26	0,20	6,33	58,34	241,60	18,90	21,70	27,90	
тгк523	Гуляш из птицы в соусе молочном	100	10,12	13,20	15,20	180,00	191,00	391,00	198,7	22,47	
тк35	Картофельное пюре	180	3,78	8,10	26,28	196,20	471,00	47,00	29,00	85,00	
тгк243	Хлеб ржаной "Дарницкий"	30	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	
тк6	Отвар из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	26,40	108,0	0,00	21,00	16,00	23,00	
таб.9 Скзрхххх	Фрукты свежие( мандарины)	100	0,70	0,10	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	
	<b>Итого:</b>	<b>610</b>	<b>17,86</b>	<b>21,98</b>	<b>91,96</b>	<b>632,04</b>	<b>1136,6</b>	<b>515,15</b>	<b>313,94</b>	<b>187,12</b>	
<b>Обед</b>											
тгк126	Салат "Витаминный"	100	4,00	8,00	2,98	75,00	147,00	11,50	21,00	7,00	
тк95	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/25/2	5,07	5,22	17,68	130,00	144,00	56,50	29,65	85,60	
тгк142	Сосиска отварная молочная с соусом	100/50	11,40	18,20	20,00	266,00	200,00	36,00	20,00	162,00	
тк2	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,12	6,73	46,79	276,18	271,50	15,84	216,36	504,00	
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	
тгк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	
	<b>Итого:</b>	<b>907</b>	<b>31,72</b>	<b>38,70</b>	<b>130,13</b>	<b>943,33</b>	<b>1144,3</b>	<b>147,34</b>	<b>361,01</b>	<b>789,85</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>49,58</b>	<b>60,68</b>	<b>222,09</b>	<b>1575,37</b>	<b>2280,9</b>	<b>662,5</b>	<b>674,95</b>	<b>977,0</b>	



День: 5 пятница

Льготная категория 2 вариант

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецепт	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se	F	В1	В2	С	А,мкг	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
тк174	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком	150/10	12,90	10,70	18,50	228,00	92,00	37,10	5,20	34,9	0,18	7,92	26,00	28,00	0,02	0,20	0,12	19,80	0,01
тк243	Бутерброд(батон) с колбасой п/к	60	3,88	3,20	12,85	80,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
тк12	Яйцо отварное	52	1,88	0,20	12,85	60,70	58,10	4,75	16,25	3,25	0,30	0,06	13,51	24,2	0,03	0,18	0,00	0,00	78,00
тк37	Какао с витаминами	200	3,77	2,50	26,00	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50
таб.9 Скурихин	Фрукты свежие(яблоко)	130	0,40	0,40	11,00	47,00	278,00	30,00	11,00	17,0	0,10	1,76	0,26	7,04	0,04	0,02	10,00	3,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>442</b>	<b>22,8</b>	<b>17,0</b>	<b>81,2</b>	<b>567,7</b>	<b>740,1</b>	<b>297,6</b>	<b>62,7</b>	<b>61,6</b>	<b>1,9</b>	<b>11,7</b>	<b>43,8</b>	<b>84,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,6</b>	<b>25,1</b>	<b>152,8</b>	<b>80,5</b>
<b>Обед</b>																			
таб.8 Скурихин	Овощи свежие (огурец) порционно	60	1,30	0,06	3,80	8,00	84,60	15,10	10,10	19,90	0,31	1,80	0,18	10,20	0,02	0,02	6,00	6,00	0,00
тк1	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	250/15/10	2,98	4,30	12,00	134,00	332,10	48,50	49,60	57,65	1,13	4,42	0,24	23,30	0,07	0,01	22,00	0,21	0,65
тк22	Рыба(филе ) жареное с луком	90	14,67	10,40	31,88	285,00	670,00	146,82	229,54	260,14	2,47	6,34	0,24	55,44	0,20	0,12	23,32	36,00	0,01
тк 422	Картофель запеченый по-деревенски	150	3,20	8,40	19,50	184,93	481,60	39,83	93,13	31,76	1,21	5,10	0,27	27,90	0,16	0,07	25,45	0,54	0,65
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк434	Кисель "Витошка"	200	0,20	0,00	24,23	95,00	15,20	60,00	20,00	3,00	2,30	0,00	0,00	0,00	0,30	0,34	20,00	130,00	1,68
	<b>Итого:</b>	<b>825</b>	<b>26,48</b>	<b>23,71</b>	<b>114,89</b>	<b>822,3</b>	<b>1665,3</b>	<b>323,75</b>	<b>468,37</b>	<b>389,70</b>	<b>8,50</b>	<b>21,56</b>	<b>4,03</b>	<b>130,8</b>	<b>0,83</b>	<b>0,59</b>	<b>96,77</b>	<b>172,8</b>	<b>3,0</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>49,31</b>	<b>40,71</b>	<b>196,09</b>	<b>1390,0</b>	<b>2405,4</b>	<b>621,35</b>	<b>531,07</b>	<b>451,30</b>	<b>10,38</b>	<b>33,30</b>	<b>47,80</b>	<b>214,9</b>	<b>1,25</b>	<b>1,14</b>	<b>121,89</b>	<b>325,6</b>	<b>84</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецепт	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мк	Se	F	В1	В2	С	А,мкг	Д,мкг
<b>Завтрак</b>																			
тк174	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком	180	14,60	14,27	35,00	337,50	92,00	37,10	5,20	34,9	0,18	7,92	26,00	28,00	0,02	0,20	0,12	19,80	0,01
тк243	Бутерброд(батон) с колбасой п/к	60	3,88	3,20	12,85	80,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
тк12	Яйцо отварное	52	1,88	0,20	12,85	60,70	58,10	4,75	16,25	3,25	0,30	0,06	13,51	24,2	0,03	0,18	0,00	0,00	78,00
тк37	Какао с витаминами	200	3,77	2,50	26,00	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50
т.9 Скур.	Фрукты свежие(яблоко)	130	0,50	0,50	11,00	55,90	278,00	30,00	13,50	30,0	0,75	3,00	0,45	12,00	0,05	0,03	15,00	7,50	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>622</b>	<b>24,6</b>	<b>20,7</b>	<b>97,7</b>	<b>686,1</b>	<b>740,1</b>	<b>297,6</b>	<b>65,2</b>	<b>74,6</b>	<b>2,5</b>	<b>13,0</b>	<b>44,0</b>	<b>89,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,6</b>	<b>30,1</b>	<b>157,3</b>	<b>80,5</b>
<b>Обед</b>																			
скур.т8	Овощи свежие (огурец) порционно	100	2,06	0,10	6,30	12,00	141,00	21,90	10,50	21,00	0,54	3,00	0,30	17,00	0,03	0,04	10,00	10,00	0,00
тк1	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	250/15/10	2,98	4,30	12,00	134,00	332,10	48,50	49,60	57,65	1,13	4,42	0,24	23,30	0,07	0,01	22,00	0,21	0,65
тк22	Рыба(филе ) жареное с луком	100	14,67	10,40	35,42	337,00	670,00	146,82	229,54	260,14	2,47	6,34	0,24	55,44	0,20	0,12	23,32	36,00	0,01
тк 422	Картофель запеченый по-деревенски	180	3,84	10,30	26,23	223,00	481,60	39,83	93,13	31,76	1,21	5,10	0,27	27,90	0,16	0,07	25,45	0,54	0,65
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк434	Кисель "Витошка"	200	0,20	0,00	24,23	95,00	15,20	60,00	20,00	3,00	2,30	0,00	0,00	0,00	0,30	0,34	20,00	130,00	1,68
	<b>Итого:</b>	<b>905</b>	<b>27,87</b>	<b>25,65</b>	<b>127,65</b>	<b>916,35</b>	<b>1721,7</b>	<b>330,55</b>	<b>468,77</b>	<b>390,80</b>	<b>8,73</b>	<b>22,76</b>	<b>4,15</b>	<b>137,6</b>	<b>0,84</b>	<b>0,61</b>	<b>100,77</b>	<b>176,75</b>	<b>2,99</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>52,50</b>	<b>46,32</b>	<b>225,35</b>	<b>1602,43</b>	<b>2461,8</b>	<b>628,15</b>	<b>533,97</b>	<b>465,40</b>	<b>11,26</b>	<b>35,74</b>	<b>48,11</b>	<b>226,6</b>	<b>1,27</b>	<b>1,18</b>	<b>130,89</b>	<b>334,1</b>	<b>84</b>



День: 1 понедельник

Льготная категория 2 вариант

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг г
<b>Завтрак</b>																			
ттк453	Каша молочная рисовая с маслом сл.	205	5,56	7,77	32,86	223,6	163,2	147,0	155,0	32,20	0,45	8,50	7,26	39,7	0,07	0,14	1,56	44,00	0,65
ттк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55
ттк320	Ватрушка с творогом	85	10,30	10,50	17,00	207,00	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,05	0,15	0,31	29,6	0,05
тк27/1	Чай с грушей и апельсином	200	0,30	0,00	15,00	49,50	10,80	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	0,02	0,70	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00
таб.9	Фрукты свежие(яблоко)	130	0,40	0,40	11,00	47,00	278,00	30,00	11,00	17,0	0,10	1,76	0,26	7,04	0,04	0,02	10,00	3,00	0,00
<b>Итого:</b>		<b>645</b>	<b>18,54</b>	<b>18,87</b>	<b>88,1</b>	<b>585,6</b>	<b>621,3</b>	<b>416,0</b>	<b>190,0</b>	<b>67,4</b>	<b>2,8</b>	<b>12,0</b>	<b>11,0</b>	<b>71,1</b>	<b>5,2</b>	<b>0,3</b>	<b>27,9</b>	<b>76,6</b>	<b>1,3</b>
<b>Обед</b>																			
тк187	Салат из свежих помидоров с луком и заправкой	60	0,60	3,20	6,60	45,00	70,20	28,00	16,00	22,00	0,60	0,60	0,10	6,00	0,04	0,01	22,00	0,15	0,00
Сб.2004 №132	Рассольник домашний со сметаной	250/10	3,87	4,32	17,20	121,00	322,70	38,50	31,65	106,60	1,23	4,08	0,37	22,43	0,10	0,08	8,00	0,21	0,65
тк75	Биточки по-беларусски	90	15,50	11,20	10,60	231,00	270,00	12,00	16,00	105,00	3,00	6,34	0,00	55,00	0,03	0,12	0,00	0,01	1,10
тк80	Картофель тушеный	150	3,90	7,80	24,30	187,00	408,50	19,00	24,00	60,00	1,85	9,30	6,68	103,9	0,08	0,16	7,00	0,19	0,01
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк21	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	19,20	98,00	26,00	7,00	2,00	4,00	0,20	0,00	0,10	0,10	0,01	0,00	3,00	0,00	0,00
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	100	0,80	0,80	11,00	38,00	556,00	85,00	32,50	57,50	0,01	4,00	0,60	16,00	0,50	0,05	20,00	10,00	0,00
<b>Итого:</b>		<b>910</b>	<b>28,895</b>	<b>27,87</b>	<b>112,375</b>	<b>835,35</b>	<b>1735,2</b>	<b>203</b>	<b>188,15</b>	<b>372,35</b>	<b>7,966</b>	<b>28,22</b>	<b>10,95</b>	<b>217,4</b>	<b>0,8425</b>	<b>0,445</b>	<b>60</b>	<b>10,56</b>	<b>1,76</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>47,44</b>	<b>46,74</b>	<b>200,44</b>	<b>1420,95</b>	<b>2356,5</b>	<b>619,0</b>	<b>378,15</b>	<b>439,8</b>	<b>10,80</b>	<b>40,18</b>	<b>21,99</b>	<b>288,5</b>	<b>6,00</b>	<b>0,76</b>	<b>87,87</b>	<b>87,2</b>	<b>3,01</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	Д,мкг г
<b>Завтрак</b>																			
ттк453	Каша молочная рисовая с маслом сл.	205	5,56	7,77	32,86	223,6	163,2	147,0	155,0	32,20	0,45	8,50	7,26	39,7	0,07	0,14	1,56	44,00	0,65
ттк243	Бутерброд(батон) с колбасой п/к	60	6,70	7,50	15,46	154,00	166,00	10,90	10,95	71,50	0,30	1,10	2,00	1,08	0,06	0,01	0,00	0,00	0,00
ттк320	Ватрушка с творогом	85	10,30	10,50	17,00	207,00	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,05	0,15	0,31	29,6	0,05
тк27/1	Чай с грушей и апельсином	200	0,30	0,00	15,00	49,50	10,80	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	0,02	0,70	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00
таб.9	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,20	0,20	9,50	55,90	278,00	85,00	32,50	57,50	0,01	5,00	1,25	42,50	0,10	0,08	60,00	16,00	0,00
<b>Итого:</b>		<b>550</b>	<b>23,1</b>	<b>26,0</b>	<b>89,8</b>	<b>690,0</b>	<b>764,0</b>	<b>471,9</b>	<b>217,5</b>	<b>174,4</b>	<b>2,8</b>	<b>15,5</b>	<b>12,5</b>	<b>104</b>	<b>0,3</b>	<b>0,4</b>	<b>76,9</b>	<b>89,6</b>	<b>0,7</b>
<b>Обед</b>																			
тк187	Салат из свежих помидоров с луком и заправкой	100	1,00	5,20	15,00	109,00	145,00	30,00	18,00	24,00	1,00	1,00	0,20	10,00	0,05	0,01	24,00	0,16	0,00
Сб.2004 №132	Рассольник домашний со сметаной	250/10	3,87	4,32	17,20	121,00	322,70	38,50	31,65	106,60	1,23	4,08	0,37	22,43	0,10	0,08	8,00	0,21	0,65
тк75	Биточки по-беларусски	100	17,50	15,20	17,60	256,70	270,00	12,00	16,00	105,00	3,00	6,34	0,00	55,00	0,03	0,12	0,00	0,01	1,10
тк80	Картофель тушеный	180	6,50	10,80	34,20	224,00	408,50	19,00	24,00	60,00	1,85	9,30	6,68	103,9	0,08	0,16	7,00	0,19	0,01
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк21	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	19,20	98,00	26,00	7,00	2,00	4,00	0,20	0,00	0,10	0,10	0,01	0,00	3,00	0,00	0,00
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	100	0,80	0,80	11,00	38,00	556,00	85,00	32,50	57,50	0,01	4,00	0,60	16,00	0,50	0,05	20,00	10,00	0,00
<b>Итого:</b>		<b>890</b>	<b>33,895</b>	<b>36,87</b>	<b>137,675</b>	<b>962,05</b>	<b>1254,0</b>	<b>120,00</b>	<b>157,65</b>	<b>316,85</b>	<b>8,36</b>	<b>24,62</b>	<b>10,45</b>	<b>205,4</b>	<b>0,35</b>	<b>0,40</b>	<b>42,00</b>	<b>0,57</b>	<b>1,76</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>56,96</b>	<b>62,84</b>	<b>227,50</b>	<b>1652,05</b>	<b>2018,0</b>	<b>591,90</b>	<b>375,10</b>	<b>491,3</b>	<b>11,12</b>	<b>40,12</b>	<b>22,98</b>	<b>309,4</b>	<b>0,63</b>	<b>0,77</b>	<b>118,87</b>	<b>90,2</b>	<b>2,46</b>



День: 2 вторник  
Неделя: вторая  
Сезон: осенне-зимний

Льготная категория \_\_\_\_\_ 2 вариант

для обучающихся 1-4 классов (возраст 7-11 лет)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод, мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A, мкг рет.	D, мкг г
<b>Завтрак</b>																			
тгк516	Салат "Уральский"	60	1,20	3,10	7,80	38,00	180,00	31,20	9,36	32,94	0,47	1,80	0,20	6,00	0,04	0,03	14,70	15,00	0,10
тгк134	Гуляш из отварной говядины	100	15,50	13,90	13,10	205,00	270,00	14,00	20,00	150,0	2,00	6,34	0,00	55,44	0,04	0,12	1,00	0,01	0,00
тк90	Каша гречневая с луком	150	4,59	6,92	25,88	214,00	165,00	23,00	126,0	211,0	3,40	1,45	2,50	10,12	0,20	0,08	1,00	0,60	0,00
тгк243	Хлеб ржаной "Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тгк434	Кисель "Витюшка"	200	0,20	0,00	24,23	95,00	15,20	60,00	20,00	3,00	2,30	0,00	0,00	0,00	0,30	0,34	20,00	130,0	1,68
	<b>Итого:</b>	<b>535</b>	<b>22,89</b>	<b>24,20</b>	<b>81,26</b>	<b>603,5</b>	<b>708,2</b>	<b>135,5</b>	<b>212,9</b>	<b>408,7</b>	<b>9,1</b>	<b>11,0</b>	<b>4,5</b>	<b>80</b>	<b>0,6</b>	<b>0,7</b>	<b>36,7</b>	<b>145,6</b>	<b>1,8</b>
<b>Обед</b>																			
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно	60	1,30	0,06	0,56	8,00	84,60	15,10	10,10	19,90	0,31	1,80	0,18	10,20	0,02	0,02	6,00	6,00	0,00
тгк7	Борщ с капустой и картофелем с мясом и сметаной	250/15/10	7,07	7,82	15,10	150,00	144,00	56,50	29,65	85,60	1,43	0,80	0,01	4,81	0,06	0,02	11,00	0,22	0,00
тгк4а	Рыба тушеная в томате с овощами	100	5,78	8,10	26,28	238,00	471,0	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тк.35	Картофельное пюре	150	2,54	5,44	20,30	132,00	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с.ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тгк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
таб.9	Фрукты свежие (банан)	200	1,80	0,40	16,80	96,00	696,00	68,00	46,00	26,00	0,60	0,10	2,00	4,40	0,08	0,10	20,00	40,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>935</b>	<b>22,62</b>	<b>22,37</b>	<b>121,72</b>	<b>820,15</b>	<b>2248,4</b>	<b>261,10</b>	<b>217,75</b>	<b>332,75</b>	<b>8,42</b>	<b>15,40</b>	<b>5,77</b>	<b>86,2</b>	<b>0,54</b>	<b>0,29</b>	<b>51,00</b>	<b>49,82</b>	<b>0,12</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>45,51</b>	<b>46,57</b>	<b>202,98</b>	<b>1423,65</b>	<b>2956,6</b>	<b>396,55</b>	<b>430,61</b>	<b>741,44</b>	<b>17,54</b>	<b>26,39</b>	<b>10,27</b>	<b>165,8</b>	<b>1,16</b>	<b>0,94</b>	<b>87,70</b>	<b>195,4</b>	<b>1,90</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод, мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A, мкг рет.	D, мкг г
<b>Завтрак</b>																			
тгк516	Салат "Уральский"	100	3,68	4,90	4,01	126,00	300,00	52,00	15,60	54,90	0,79	3,00	0,30	10,00	0,05	0,04	24,50	25,00	0,20
тгк134	Гуляш из отварной говядины	100	15,50	13,90	13,10	205,00	270,00	14,00	20,00	150,0	2,00	6,34	0,00	55,44	0,04	0,12	1,00	0,01	0,00
тк90	Каша гречневая с луком	150	4,59	5,92	25,88	234,52	165,00	23,00	126,0	211,0	3,40	1,45	2,50	10,12	0,20	0,08	1,00	0,60	0,00
тгк243	Хлеб ржаной "Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тгк434	Кисель "Витюшка"	200	0,20	0,00	24,23	95,00	15,20	60,00	20,00	3,00	2,30	0,00	0,00	0,00	0,30	0,34	20,00	130,0	1,68
	<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>25,37</b>	<b>25,00</b>	<b>77,47</b>	<b>712,0</b>	<b>828,2</b>	<b>156,3</b>	<b>219,1</b>	<b>430,7</b>	<b>9,4</b>	<b>12,2</b>	<b>4,6</b>	<b>84</b>	<b>0,6</b>	<b>0,7</b>	<b>46,5</b>	<b>155,6</b>	<b>1,9</b>
<b>Обед</b>																			
таб.8	Овощи свежие (огурец) порционно	100	2,06	0,10	6,50	12,00	141,00	21,90	10,50	21,00	0,54	3,00	0,30	17,00	0,03	0,04	10,00	10,00	0,00
тгк7	Борщ с капустой и картофелем с мясом и сметаной	250/15/10	7,07	7,82	15,10	150,00	144,00	56,50	29,65	85,60	1,43	0,80	0,01	4,81	0,06	0,02	11,00	0,22	0,00
тгк4а	Рыба тушеная в томате с овощами	130	5,78	8,10	26,28	285,00	471,0	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тк35	Картофельное пюре	180	3,78	8,10	26,28	196,20	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тгк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с.ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тгк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	300,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
таб.9	Фрукты свежие (банан)	100	1,80	0,40	16,80	96,00	696,00	68,00	46,00	26,00	0,60	0,10	2,00	4,40	0,08	0,10	20,00	40,00	0,00
СКВРНХ	<b>Итого:</b>	<b>1025</b>	<b>24,615</b>	<b>25,07</b>	<b>133,635</b>	<b>935,35</b>	<b>2304,8</b>	<b>267,9</b>	<b>218,15</b>	<b>333,85</b>	<b>8,645</b>	<b>16,6</b>	<b>5,89</b>	<b>93,01</b>	<b>0,5525</b>	<b>0,31</b>	<b>55</b>	<b>53,82</b>	<b>0,12</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>49,99</b>	<b>50,07</b>	<b>211,105</b>	<b>1647,37</b>	<b>3133</b>	<b>424,15</b>	<b>437,25</b>	<b>764,5</b>	<b>18,085</b>	<b>28,79</b>	<b>10,49</b>	<b>176,6</b>	<b>1,1825</b>	<b>0,97</b>	<b>101,5</b>	<b>209,4</b>	<b>2</b>



День: 3 среда

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов(возраст 7-11 лет)

Льготная категория

2 вариант

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Иод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	В,мкг г
<b>Завтрак</b>																			
ттк37	Сырники из творога со сгущенным	160	14,60	15,60	33,50	365,00	158,67	14,00	15,00	431,0	5,00	4,40	22,74	133,1	0,19	1,15	13,00	5,58	0,00
ттк243	Батон столовый	30	1,88	0,20	12,85	60,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
тк37	Какао с витаминами "Витошка"	200	3,77	2,50	26,00	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50
таб.9	Фрукты свежие(яблоко)	150	0,20	0,20	11,00	40,00	230,00	30,00	11,00	17,0	0,10	1,76	0,26	7,04	0,04	0,02	35,00	3,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>540</b>	<b>20,5</b>	<b>18,5</b>	<b>83,4</b>	<b>617,0</b>	<b>700,7</b>	<b>269,8</b>	<b>56,3</b>	<b>454,5</b>	<b>6,4</b>	<b>8,2</b>	<b>27,0</b>	<b>164,9</b>	<b>0,6</b>	<b>1,3</b>	<b>63,0</b>	<b>138,6</b>	<b>2,5</b>
<b>Обед</b>																			
ттк4а	Икра свекольная	60	0,80	3,10	7,50	41,00	125,70	21,00	12,00	22,00	1,10	2,30	0,25	7,20	0,01	0,01	5,00	0,00	0,00
ттк 199	Юшка гороховая с копченостями	250	8,92	10,94	25,00	199,00	413,00	240,95	138,76	147,10	2,90	4,00	2,43	27,40	0,33	0,06	12,00	0,00	0,00
тк45	Плов по-узбекски из говядины	200	16,23	19,29	38,15	385,00	408,50	33,81	233,83	255,81	1,85	9,30	6,68	103,9	0,09	0,16	1,50	0,00	0,01
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
ттк524	Напиток из компотной смеси	200	0,10	0,10	19,90	95,00	96,60	4,00	4,00	3,00	0,00	0,90	7,90	0,90	0,01	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>760</b>	<b>30,18</b>	<b>33,98</b>	<b>114,03</b>	<b>835,35</b>	<b>1125,6</b>	<b>313,26</b>	<b>454,59</b>	<b>445,16</b>	<b>6,93</b>	<b>20,40</b>	<b>20,36</b>	<b>153,4</b>	<b>0,52</b>	<b>0,26</b>	<b>22,50</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>50,63</b>	<b>52,48</b>	<b>197,38</b>	<b>1452,33</b>	<b>1826,3</b>	<b>583,01</b>	<b>510,84</b>	<b>899,61</b>	<b>13,33</b>	<b>28,56</b>	<b>47,36</b>	<b>318,3</b>	<b>1,08</b>	<b>1,59</b>	<b>85,50</b>	<b>138,6</b>	<b>2,51</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг								Витамины, мг				
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Иод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг рет.	В,мкг г
<b>Завтрак</b>																			
ттк37	Сырники из творога со сгущенным	170	14,60	15,60	35,70	370,00	158,67	14,00	15,00	431,0	5,00	4,40	22,74	133,1	0,19	1,15	13,00	5,58	0,00
ттк243	Батон столовый	30	1,88	0,20	12,85	60,70	166,00	4,75	16,25	3,25	0,30	1,10	2,00	4,80	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00
тк37	Какао с витаминами	200	3,77	2,50	26,00	151,28	146,00	221,00	14,00	3,20	1,00	0,90	2,00	20,00	0,30	0,15	15,00	130,0	2,50
таб.9 Скурихи	Фрукты свежие(яблоко)	150	0,40	0,40	9,50	43,00	230,00	30,00	11,00	17,0	0,10	1,76	0,26	7,04	0,04	0,02	35,00	3,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>20,7</b>	<b>18,7</b>	<b>84,1</b>	<b>625,0</b>	<b>700,7</b>	<b>269,8</b>	<b>56,3</b>	<b>454,5</b>	<b>6,4</b>	<b>8,2</b>	<b>27,0</b>	<b>164,9</b>	<b>0,6</b>	<b>1,3</b>	<b>63,0</b>	<b>138,6</b>	<b>2,5</b>
<b>Обед</b>																			
ттк4а	Икра свекольная	100	1,30	5,16	15,50	68,00	209,50	35,00	20,00	36,70	1,80	3,83	0,41	12,00	0,02	0,01	8,30	0,00	0,00
ттк 199	Юшка гороховая с копченостями	250	8,92	10,94	25,00	199,00	413,00	240,95	138,76	147,10	2,90	4,00	2,43	27,40	0,33	0,06	12,00	0,00	0,00
тк45	Плов по-узбекски из говядины	225	18,23	21,29	38,15	485,00	408,50	33,81	233,83	255,81	1,85	9,30	6,68	103,9	0,09	0,16	1,50	0,00	0,01
ттк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
ттк524	Напиток из компотной смеси	200	0,10	0,10	19,90	95,00	96,60	4,00	4,00	3,00	0,00	0,90	7,90	0,90	0,01	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>825</b>	<b>32,675</b>	<b>38,0335</b>	<b>122,026</b>	<b>962,35</b>	<b>1209,4</b>	<b>327,26</b>	<b>462,59</b>	<b>459,86</b>	<b>7,63</b>	<b>21,93</b>	<b>20,52</b>	<b>158,2</b>	<b>0,53</b>	<b>0,26</b>	<b>25,80</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>53,325</b>	<b>56,7335</b>	<b>206,076</b>	<b>1587,33</b>	<b>1910,1</b>	<b>597,01</b>	<b>518,84</b>	<b>914,31</b>	<b>14,03</b>	<b>30,09</b>	<b>47,52</b>	<b>323,1</b>	<b>1,09</b>	<b>1,59</b>	<b>88,80</b>	<b>138,6</b>	<b>2,51</b>



День 4 четверг

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов (возраст 7-11 лет)

Льготная категория

2 вариант

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод, мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A, мкг рет.	D, мкг
<b>Завтрак</b>																			
тк16	Салат из свежих огурцов с луком	60	0,70	3,10	1,90	42,00	145,00	5,50	10,50	3,50	0,15	0,40	0,20	10,00	0,04	0,02	15,00	66,50	0,00
тк121/л	Печень по-строгановски	100	10,40	9,60	5,90	163,00	158,67	14,00	15,00	431,0	5,00	4,40	0,20	10,00	0,04	0,02	15,00	66,50	0,00
тк5	Макаронные изделия отварные	150	2,50	4,80	33,30	191,00	102,00	11,00	7,00	36,00	0,80	1,32	0,00	20,24	0,06	0,03	0,00	0,03	0,06
тк243	Хлеб ржаной "Дарницкий"	25	1,40	0,28		51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тк459/л	Напиток "таежный" (чай с брусникой)	200	0,40	0,10	18,40	85,00	56,20	12,50	10,10	15,90	1,10	0,00	0,04	0,52	0,00	0,01	7,50	0,31	0,00
таб 6 Скурихи	Кондитерские изделия	50	1,88	1,50	16,50	85,00	55,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,02	1,23	1,70	0,00
	<b>Итого</b>	<b>585</b>	<b>17,28</b>	<b>19,38</b>	<b>76,00</b>	<b>617,50</b>	<b>594,87</b>	<b>55,25</b>	<b>84,10</b>	<b>506,15</b>	<b>9,00</b>	<b>7,52</b>	<b>24,78</b>	<b>171,82</b>	<b>0,34</b>	<b>1,31</b>	<b>36,73</b>	<b>74,12</b>	<b>0,06</b>
<b>Обед</b>																			
тк	Зеленый горошек консер. (порционно)	60	1,50	0,10	6,25	35,00	50,00	10,20	8,40	15,00	0,25	0,01	0,00	0,00	0,06	0,02	5,00	0,00	0,00
тк28	Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью	250/25/2	6,58	7,70	28,00	158,70	87,20	28,75	44,75	35,00	0,95	4,80	8,00	42,00	0,05	0,09	1,00	5,21	0,40
тк493	Биточки по-селянски	105	10,70	8,50	10,05	212,00	316,00	12,00	16,00	109,30	1,33	6,59	0,52	63,50	0,05	0,13	2,60	0,00	0,00
тк 35	Картофельное пюре	150	2,54	5,44	20,30	132,00	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк206	Кисломолочный напиток(ряженка)	200	2,50	2,50	25,00	128,00	292,00	240,00	28,00	190,00	0,20	18,00	4,00	40,00	0,08	0,34	2,00	44,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>842</b>	<b>27,945</b>	<b>24,79</b>	<b>113,075</b>	<b>781,05</b>	<b>1298</b>	<b>351,45</b>	<b>192,15</b>	<b>451,55</b>	<b>4,905</b>	<b>37,7</b>	<b>15,86</b>	<b>185,9</b>	<b>0,4625</b>	<b>0,666</b>	<b>15,6</b>	<b>51,01</b>	<b>0,46</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>45,23</b>	<b>44,17</b>	<b>189,08</b>	<b>1398,55</b>	<b>1892,9</b>	<b>406,70</b>	<b>276,25</b>	<b>957,7</b>	<b>13,91</b>	<b>45,22</b>	<b>40,64</b>	<b>357,7</b>	<b>0,80</b>	<b>1,97</b>	<b>52,33</b>	<b>125,1</b>	<b>0,52</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод, мкг	Se, мкг	F, мкг	B1	B2	C	A, мкг рет.	D, мкг
<b>Завтрак</b>																			
тк16	Салат из свежих огурцов с зел.луком	100	3,26	2,20	3,50	75,00	241,60	18,90	21,70	27,90	0,90	0,70	0,33	16,70	0,06	0,03	28,00	0,00	0,00
тк121/л	Печень по-строгановски	100	10,40	9,60	5,90	163,00	158,67	14,00	15,00	431,0	5,00	4,40	0,20	10,00	0,04	0,02	15,00	66,50	0,00
тк5	Макаронные изделия отварные	180	3,60	5,76	37,56	229,20	61,20	13,20	8,40	43,20	0,96	0,73	0,00	12,10	0,07	0,10	0,02	0,00	0,03
тк243	Хлеб ржаной "Дарницкий"	25	1,40	0,28	10,25	51,50	78,00	7,25	37,50	11,75	0,95	1,40	1,80	8,00	0,04	0,08	0,00	0,00	0,00
тк459/л	Напиток "таежный" (чай с брусникой)	200	0,40	0,10	18,40	85,00	56,20	12,50	10,10	15,90	1,10	0,00	0,04	0,52	0,00	0,01	7,50	0,31	0,00
таб 9 Скурихи	Кондитерские изделия	50	1,88	1,50	16,50	85,00	55,00	5,00	4,00	8,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,02	1,23	1,70	0,00
	<b>Итого</b>	<b>655</b>	<b>20,94</b>	<b>19,44</b>	<b>92,11</b>	<b>688,70</b>	<b>650,67</b>	<b>70,85</b>	<b>96,70</b>	<b>537,75</b>	<b>9,91</b>	<b>7,23</b>	<b>24,91</b>	<b>170,38</b>	<b>0,37</b>	<b>1,39</b>	<b>49,75</b>	<b>7,39</b>	<b>0,03</b>
<b>Обед</b>																			
тк	Зеленый горошек консер. (порционно)	100	2,50	0,30	14,00	58,00	99,00	10,20	8,40	15,00	0,25	0,01	0,01	0,00	0,11	0,05	10,00	0,00	0,00
тк28	Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью	250/25/2	6,58	7,70	28,00	158,70	87,20	28,75	44,75	35,00	0,95	4,80	8,00	42,00	0,05	0,09	1,00	5,21	0,40
тк493	Биточки по-селянски	120	12,70	8,50	11,50	255,00	316,00	12,00	16,00	109,30	1,33	6,59	0,52	63,50	0,05	0,13	2,60	0,00	0,00
тк35	Картофельное пюре	180	3,78	8,10	26,28	196,20	471,00	47,00	29,00	85,00	1,10	4,40	0,24	26,40	0,14	0,06	5,00	1,80	0,06
тк243/1	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
тк206	Кисломолочный напиток(ряженка)	200	2,50	2,50	25,00	128,00	292,00	240,00	28,00	190,00	0,20	18,00	4,00	40,00	0,08	0,34	2,00	44,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>927</b>	<b>32,19</b>	<b>27,65</b>	<b>128,26</b>	<b>911,25</b>	<b>1347,0</b>	<b>351,45</b>	<b>192,15</b>	<b>451,6</b>	<b>4,91</b>	<b>37,70</b>	<b>15,87</b>	<b>185,9</b>	<b>0,51</b>	<b>0,70</b>	<b>20,60</b>	<b>51,01</b>	<b>0,46</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>53,13</b>	<b>47,09</b>	<b>220,37</b>	<b>1599,95</b>	<b>1997,7</b>	<b>422,30</b>	<b>288,85</b>	<b>989,3</b>	<b>14,82</b>	<b>44,93</b>	<b>40,78</b>	<b>356,3</b>	<b>0,88</b>	<b>2,09</b>	<b>70,35</b>	<b>58,60</b>	<b>0,49</b>



День: 5 пятница

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

для обучающихся 1-4 классов (возраст 7-11 лет)

Льготная категория

2 вариант

№ рецепт	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
таб.9 Скюрихин	Овощи консервированные (огурец) порционнo	60	0,00	0,00	3,60	16,00	70,20	6,90	7,20	4,20	0,18	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01	1,50	0,00	0,00
гтк117	Котлета рубленая из птицы(филе)	90	11,12	10,20	19,25	145,50	158,00	20,50	5,1	25,60	0,24	5,00	20,00	114,0	0,08	0,19	2,66	43,00	0,03
гтк319	Ризотто школьное	150	2,68	5,00	21,35	220,00	242,00	10,00	31,00	84,00	0,60	5,28	20,00	114,0	0,06	0,06	2,52	0,00	0,00
гтк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55
гтк136	Напиток кофейный с молоком	200	1,50	1,30	22,40	107,00	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	100	0,40	0,20	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,00	0,04	0,03	35,00	0,00	0,20
	<b>Итого</b>	<b>625</b>	<b>17,7</b>	<b>16,9</b>	<b>86,3</b>	<b>585,0</b>	<b>816,5</b>	<b>238,4</b>	<b>66,3</b>	<b>280,8</b>	<b>2,4</b>	<b>20,4</b>	<b>43,6</b>	<b>402</b>	<b>5,2</b>	<b>0,4</b>	<b>43,7</b>	<b>67</b>	<b>0,8</b>
<b>ВСЕГО ЗАВТРАК ЗА 10 ДНЕЙ :</b>			<b>197,7</b>	<b>202,7</b>	<b>841,9</b>	<b>5984,2</b>	<b>7143,4</b>	<b>3089,0</b>	<b>1243,8</b>	<b>3222,8</b>	<b>50,4</b>	<b>177,2</b>	<b>256,8</b>	<b>1861</b>	<b>18,5</b>	<b>6,9</b>	<b>334,6</b>	<b>1057,4</b>	<b>91,1</b>
<b>в среднем за один день (завтрак)</b>			<b>19,77</b>	<b>20,27</b>	<b>84,19</b>	<b>598,42</b>	<b>714,34</b>	<b>308,90</b>	<b>124,38</b>	<b>322,28</b>	<b>5,04</b>	<b>17,72</b>	<b>25,68</b>	<b>186,1</b>	<b>1,85</b>	<b>0,69</b>	<b>33,46</b>	<b>105,74</b>	<b>9,11</b>
<b>Обед</b>																			
гтк521	Салат из свежих фруктов	60	0,50	2,10	10,80	47,00	84,60	11,00	5,00	8,00	0,60	1,80	0,18	10,20	0,01	0,02	14,00	6,00	0,00
гтк17	Суп овощной с мясом и сметаной	250/15/10	3,17	5,52	12,80	102,00	362,70	48,00	27,00	85,00	1,20	5,08	0,37	30,83	0,10	0,08	13,00	0,12	0,65
гтк522	Колбаски деревенские	90	9,60	8,68	9,50	208,00	250,30	18,00	10,00	181,00	1,00	7,16	34,91	194,2	0,10	1,61	0,00	4518,40	0,18
гтк90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	150	4,59	6,92	25,88	234,52	165,00	23,00	126,0	211,0	3,40	1,45	2,50	10,12	0,20	0,08	1,00	0,60	0,00
гтк243/л	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
гтк39	Сок с трубочкой в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
гтк232	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	2,90	3,50	25,00	128,00	129,00	235,00	30,00	196,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,20	2,00	22,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>925</b>	<b>21,99</b>	<b>23,77</b>	<b>101,66</b>	<b>787,67</b>	<b>944,4</b>	<b>127,50</b>	<b>242,00</b>	<b>516,25</b>	<b>10,08</b>	<b>19,39</b>	<b>41,06</b>	<b>259,4</b>	<b>0,51</b>	<b>1,82</b>	<b>32,00</b>	<b>4525,1</b>	<b>0,83</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>39,7</b>	<b>40,7</b>	<b>188,0</b>	<b>1372,7</b>	<b>1760,9</b>	<b>365,9</b>	<b>308,3</b>	<b>797,1</b>	<b>12,5</b>	<b>39,8</b>	<b>84,7</b>	<b>661,0</b>	<b>5,7</b>	<b>2,3</b>	<b>75,7</b>	<b>4592</b>	<b>1,6</b>
<b>ВСЕГО ОБЕД ЗА 10 ДНЕЙ:</b>			<b>283,1</b>	<b>283,1</b>	<b>1239,6</b>	<b>8281,2</b>	<b>14266</b>	<b>2801,4</b>	<b>2964,5</b>	<b>5209,4</b>	<b>87,4</b>	<b>977,1</b>	<b>199,9</b>	<b>2214</b>	<b>11,5</b>	<b>6,4</b>	<b>729,7</b>	<b>5095,9</b>	<b>8,9</b>
<b>в среднем за один день (обед)</b>			<b>28,3142</b>	<b>28,315</b>	<b>123,955</b>	<b>828,1152</b>	<b>1426,6</b>	<b>280,142</b>	<b>296,445</b>	<b>520,943</b>	<b>8,7437</b>	<b>97,705</b>	<b>19,991</b>	<b>221,4</b>	<b>1,14743</b>	<b>0,6391</b>	<b>72,971</b>	<b>509,59</b>	<b>0,892</b>
<b>Итого за 10 дней</b>			<b>480,8</b>	<b>485,9</b>	<b>2081,4</b>	<b>14265,3</b>	<b>21410</b>	<b>5890,4</b>	<b>4208,2</b>	<b>8432,2</b>	<b>137,8</b>	<b>1154,2</b>	<b>456,8</b>	<b>4075</b>	<b>30,0</b>	<b>13,2</b>	<b>1064,3</b>	<b>6153,3</b>	<b>100,0</b>
<b>Итого в среднем за 1 день</b>			<b>48,08</b>	<b>48,59</b>	<b>208,14</b>	<b>1426,53</b>	<b>2141,0</b>	<b>589,04</b>	<b>420,82</b>	<b>843,22</b>	<b>13,78</b>	<b>115,42</b>	<b>45,68</b>	<b>407</b>	<b>3,00</b>	<b>1,32</b>	<b>106,43</b>	<b>615,33</b>	<b>10,00</b>

для обучающихся 5-11 классов возраст старше 12 лет

№ рецепт уры	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	Минеральн. вещ-ва, мг							Витамины, мг					
			Б	Ж	У		К	Са	Mg	P	Fe	Йод,мкг	Se, мкг	F, мкг	В1	В2	С	А,мкг	D,мкг
<b>Завтрак</b>																			
скюрихин	Овощи консервированные (огурец)	100	0,40	0,05	6,00	26,70	117,03	11,50	12,00	7,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01	2,50	3,00	0,00
гтк117	Котлета рубленая из птицы(филе)	100	13,00	12,00	29,00	189,00	158,00	20,50	5,1	25,60	0,24	5,00	20,00	114,0	0,08	0,19	2,66	43,00	0,03
гтк319	Ризотто школьное	180	4,50	7,50	26,00	274,00	242,00	10,00	31,00	84,00	0,60	5,28	20,00	114,0	0,06	0,06	2,52	0,00	0,00
гтк243	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	1,98	0,20	12,20	58,50	23,30	10,00	5,00	5,00	0,28	0,80	1,50	3,63	5,00	0,01	1,00	0,00	0,55
гтк136	Напиток кофейный с молоком	200	1,50	1,30	22,40	107,00	168,00	161,00	7,00	145,0	1,00	9,00	2,00	20,00	0,02	0,15	1,00	23,80	0,00
таб.9	Фрукты свежие(мандарины)	100	0,40	0,20	7,50	38,00	155,00	30,00	11,00	17,0	0,10	0,30	0,10	150,00	0,04	0,03	35,00	0,00	0,20
	<b>Итого</b>	<b>605</b>	<b>21,4</b>	<b>21,1</b>	<b>95,6</b>	<b>655,2</b>	<b>708,3</b>	<b>213,0</b>	<b>60,1</b>	<b>266,6</b>	<b>2,4</b>	<b>20,1</b>	<b>43,5</b>	<b>252</b>	<b>5,2</b>	<b>0,4</b>	<b>9,7</b>	<b>70</b>	<b>0,6</b>
<b>ВСЕГО ЗАВТРАК ЗА 10 ДНЕЙ :</b>			<b>223,54</b>	<b>229,58</b>	<b>892,81</b>	<b>6713,14</b>	<b>7758,4</b>	<b>3142,6</b>	<b>1442,71</b>	<b>3698,66</b>	<b>57,05</b>	<b>193,25</b>	<b>270,87</b>	<b>1784</b>	<b>13,93</b>	<b>7,52</b>	<b>403,36</b>	<b>1202,8</b>	<b>91,06</b>
<b>в среднем за один день (завтрак)</b>			<b>22,35</b>	<b>22,96</b>	<b>89,28</b>	<b>671,31</b>	<b>775,84</b>	<b>314,26</b>	<b>144,27</b>	<b>369,87</b>	<b>5,71</b>	<b>19,33</b>	<b>27,09</b>	<b>178,4</b>	<b>1,39</b>	<b>0,75</b>	<b>40,34</b>	<b>120,28</b>	<b>9,11</b>
<b>Обед</b>																			
гтк521	Салат из свежих фруктов	100	2,50	3,00	16,50	105,00	84,60	11,00	5,00	8,00	0,60	1,80	0,18	10,20	0,01	0,02	14,00	6,00	0,00
гтк17	Суп овощной с мясом и сметаной	250/15/10	3,17	5,52	12,80	102,00	362,70	48,00	27,00	85,00	1,20	5,08	0,37	30,83	0,10	0,08	13,00	0,12	0,65
гтк522	Колбаски деревенские	100	12,00	12,20	12,00	263,00	278,11	18,00	10,00	181,00	1,00	7,96	38,79	215,80	0,10	1,79	0,00	5020,40	0,20
гтк90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	180	5,51	8,30	31,06	257,00	198,00	24,06	151,00	253,00	4,00	1,74	3,00	12,00	0,30	0,09	2,00	0,80	0,00
гтк243/л	Хлеб "Пшеничн." в/с, хлеб северный(с ламин.)	25/25	4,13	0,55	23,48	115,35	81,80	13,50	66,00	17,25	1,08	3,90	3,10	14,00	0,08	0,03	0,00	0,00	0,00
гтк39	Сок в ассортименте (разливной)	200	0,00	0,00	19,20	80,80	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>1005</b>	<b>27,31</b>	<b>29,57</b>	<b>115,04</b>	<b>923,15</b>	<b>1005,2</b>	<b>128,56</b>	<b>267,00</b>	<b>558,25</b>	<b>10,68</b>	<b>20,48</b>	<b>45,44</b>	<b>282,8</b>	<b>0,61</b>	<b>2,01</b>	<b>33,00</b>	<b>5027,3</b>	<b>0,85</b>



<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		48,69	50,62	210,64	1578,35	1713,5	341,56	327,05	824,85	13,10	40,56	88,94	534,5	5,78	2,42	42,68	5097	1,43
<b>ВСЕГО ОБЕД ЗА 10 ДНЕЙ:</b>		294,7	307,8	1283,7	9336,9	13547	2504,3	2993,2	5104,2	90,6	962,1	163,2	1775	6,5	6,2	661,3	5536	8,2
<i>в среднем за один день (обед)</i>		29,47	30,78	128,37	933,69	1354,7	250,43	299,32	510,42	9,06	96,21	16,32	177,5	0,65	0,62	66,13	554	0,82
<b>Итого за 10 дней</b>		518,3	537,4	2176,5	16050,0	21305	5646,9	4435,9	8802,9	147,7	1155,4	434,0	3559	20,4	13,7	1064,7	6739	99,2
<b>Итого в среднем за 1 день</b>		51,83	53,74	217,65	1605,00	2130,5	564,69	443,59	880,29	14,77	115,54	43,40	355,9	2,04	1,37	106,47	673,9	8,27

Технолог отдела общественного питания



И.И.Корниенко