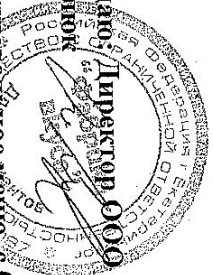


Утверждено: **Директор ООО "Фабрика вкуса"**  
**В.В. Пармон**



Согласовано: **Директор**

Примерное двухдневное меню с 01.09.2023 "Завтрак + обед" для детей **ОВЗ 7-11 лет на 2023-2024 уч год**

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод., г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)							Витамины						
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	P9, мкг	T9, мкг	B1, мкг	C, мкг	Ca	Mg	P	Fe	A, мкг
<b>Неделя 1 день 1</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
3/2004	Булгурборд с маслом с сыром	15/10/10	3,70	10,01	5,17	114,71	102	5,5	63	0,1	61	68,8	0,44	0	0,07					
19/4	Каша вязкая Ассорти (греча, рис) с мл.	150/5	5,89	5,38	27,01	164,13	86,11	8,77	133,87	0,94	17,68	33,92	0,15	0,13	0,18					
6/2/1994	Какао с молоком	200	3,74	3,34	17,81	133,77	110,63	26,97	101,09	0,9	12	22,12	0,01	0,03	0,52					
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	0	0	0	0	0	0	0	0	0					
	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68	16	9	11	2,2	0	5	0,2	0,03	10					
	<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>15,73</b>	<b>19,60</b>	<b>73,34</b>	<b>526,92</b>	<b>314,74</b>	<b>50,24</b>	<b>308,96</b>	<b>4,14</b>	<b>90,68</b>	<b>129,84</b>	<b>0,80</b>	<b>0,19</b>	<b>10,77</b>					
<b>Обед</b>																				
тгк 245	Овощная подгарировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62	4,12	5,88	7,64	0,26	0	39,9	0,21	0,02	7,35					
138/1994	Суп картофельный с бобовыми	200	4,43	4,74	16,64	135,25	38,22	40,04	107,48	2,06	0	252,28	2,47	0,21	5,65					
25/8	Пшениель из мяса с отрубями	100	10,64	16,02	12,96	249,03	18,6	33,8	388,5	2,8	0	0,09	2,98	0,2	0,2					
47/1/1994	Картофель отварной	150	2,89	4,60	21,97	135,49	17,23	31,37	80,38	1,25	15	21,4	0,19	0,13	6,03					
тгк 289	Компот из кураги и изюма	200	0,72	0,03	21,09	88,19	17,36	10,97	14,94	0,37	0	64,13	0,61	0,01	0,18					
	Хлеб крестьянский витаминный	45	2,97	0,28	21,03	100,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0					
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	8,75	11,75	39,5	0,98	0	0,25	0,35	0,05	0					
	<b>Итого за "Обед"</b>		<b>23,62</b>	<b>26,03</b>	<b>103,16</b>	<b>764,68</b>	<b>104,28</b>	<b>133,81</b>	<b>638,44</b>	<b>7,72</b>	<b>15,00</b>	<b>378,05</b>	<b>6,81</b>	<b>0,62</b>	<b>19,41</b>					
	<b>Итого</b>		<b>39,35</b>	<b>45,63</b>	<b>176,50</b>	<b>1291,60</b>	<b>419,02</b>	<b>184,05</b>	<b>947,40</b>	<b>11,86</b>	<b>105,68</b>	<b>507,89</b>	<b>7,61</b>	<b>0,81</b>	<b>30,18</b>					
<b>Неделя 1 день 2</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
	Выход		Б	Ж	У	ЭЦ	Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	P9	T9	B1, мкг	C, мкг					
тгк 245	Овощная подгарировка	50	0,40	0,05	1,23	7,80	11,26	6,87	20,58	0,3	0	5	0,05	0,02	4,9					
39/4/94	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	200	12,11	14,18	36,02	313,24	14,25	7,44	19,2	0,4	0	22,4	3,16	0,02	1,93					
59/1/1994	Кисель на плодov. или ягодн. экстрактах	200	0,00	0,00	18,60	70,68	36	0	0	0,03	0,13	0	0	0,3	20					
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	0	0	0	0	0	0	0	0	0					
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	8,75	11,75	39,5	0,98	0	0,25	0,35	0,05	0					
	<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>16,16</b>	<b>15,40</b>	<b>75,95</b>	<b>505,70</b>	<b>70,26</b>	<b>26,06</b>	<b>79,28</b>	<b>1,71</b>	<b>0,13</b>	<b>27,65</b>	<b>3,56</b>	<b>0,39</b>	<b>26,83</b>					
<b>Обед</b>																				
тгк 245	Овощная подгарировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62	4,12	5,88	7,64	0,26	0	39,9	0,21	0,02	7,35					
110/1994	Борщ со сметаной	200/5	3,70	8,16	23,78	152,72	35,22	22	43,52	0,6	3,65	174,43	1,97	0,04	5,92					
тгк 466	Чиполлетти пикантные	100	10,89	11,57	9,74	216,17	17,3	24,5	157,01	1	17	22,5	0,48	0,05	1					
468/1994	Порох отварной	150	5,25	6,05	27,90	185,50	72,45	49,30	97,5	2,25	0	529,5	1,8	0,15	21,3					
тгк 263	Компот из ягода	200	1,02	0,06	19,76	87,60	31,33	19,95	27,16	0,65	0	116,6	1,1	0,02	0,32					

		ВЫХОД	Б	Ж	У	ЭЦ	Са	Мg	Р	Fe	А,мг	Рg	Тg	Вl,мг	С,мг
	Хлеб крестьянский витаминный	45	2,97	0,28	21,03	100,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	8,75	11,75	39,5	0,98	0	0,25	0,35	0,05	0
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>25,80</b>	<b>26,48</b>	<b>111,68</b>	<b>798,71</b>	<b>169,17</b>	<b>133,38</b>	<b>372,33</b>	<b>5,74</b>	<b>20,65</b>	<b>883,18</b>	<b>5,91</b>	<b>0,33</b>	<b>35,89</b>
	<b>Итого</b>		<b>41,96</b>	<b>41,88</b>	<b>187,63</b>	<b>1304,40</b>	<b>239,43</b>	<b>159,44</b>	<b>451,61</b>	<b>7,45</b>	<b>20,78</b>	<b>910,83</b>	<b>9,47</b>	<b>0,72</b>	<b>62,72</b>
<b>Неделя 1 день 3</b>															
<b>Завтрак</b>															
ггк 245	Овощная подгарировка	50	0,40	0,05	1,23	7,80	11,26	6,87	20,58	0,3	0	5	0,05	0,02	4,9
492/2004	Плов из филе кури с куркумой	200	15,06	18,06	39,70	318,85	15	31	84,8	0,77	0	208	3,27	0,04	1,43
705/2004	Напиток из липовника	200	0,00	0,00	13,10	56,00	4,40	1,14	0	0,2	0,13	0	0	0,3	3,9
	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	8,75	11,75	39,5	0,98	0	0,25	0,35	0,05	0
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>19,09</b>	<b>18,60</b>	<b>76,40</b>	<b>498,17</b>	<b>39,41</b>	<b>50,76</b>	<b>144,88</b>	<b>2,25</b>	<b>0,13</b>	<b>213,25</b>	<b>3,67</b>	<b>0,41</b>	<b>45,33</b>
<b>Обед</b>															
ггк 245	Овощная подгарировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62	4,12	5,88	7,64	0,26	0	39,9	0,21	0,02	7,35
120/1994	Пи из свежей калусты со сметаной	200/5	3,70	7,08	17,13	159,72	32,13	15,74	32,76	0,53	3,69	254,71	1,04	0,03	11,12
431/1994	Макаронник с мясом	200	15,88	15,96	44,20	350,82	32,42	28	126	0,08	0	0	2,3	0,11	0
ггк 418	Компот из яблок с сухофруктами	200	0,10	0,00	17,10	69,00	14,3	8,4	1	0,41	0	2,77	0,06	0,01	1,7
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69	17,5	23,5	79	1,95	0	0,5	0,7	0,09	0
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>25,30</b>	<b>24,57</b>	<b>108,00</b>	<b>749,48</b>	<b>100,47</b>	<b>81,52</b>	<b>246,40</b>	<b>3,23</b>	<b>3,69</b>	<b>297,88</b>	<b>4,31</b>	<b>0,26</b>	<b>20,17</b>
	<b>Итого</b>		<b>44,39</b>	<b>43,17</b>	<b>184,40</b>	<b>1247,65</b>	<b>139,88</b>	<b>132,28</b>	<b>391,28</b>	<b>5,48</b>	<b>3,82</b>	<b>511,13</b>	<b>7,98</b>	<b>0,67</b>	<b>65,50</b>
<b>Неделя 1 день 4</b>															
<b>Завтрак</b>															
35/2003	Каша молочная "Дружба" с маслом сл.	150/5	10,12	5,89	28,35	185,24	106,21	23,68	210,79	0,61	27,87	51,76	0,72	0,11	0,39
297/1994	Запеканка из творога с молоком слущ.	80/20	5,44	10,45	15,36	221,80	150	21,62	304,15	0,8	112,1	128,4	1,51	0,08	0,26
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0
	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	8,75	11,75	39,5	0,98	0	0,25	0,35	0,05	0
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>19,27</b>	<b>16,85</b>	<b>75,88</b>	<b>560,36</b>	<b>265,25</b>	<b>57,05</b>	<b>554,44</b>	<b>2,42</b>	<b>139,97</b>	<b>180,41</b>	<b>2,58</b>	<b>0,24</b>	<b>0,65</b>
<b>Обед</b>															
ггк 245	Овощная подгарировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62	4,12	5,88	7,64	0,26	0	39,9	0,21	0,02	7,35
ггк 451	Солонка с филе кури со сметаной	200/5	5,27	7,97	8,73	81,20	18,56	26,18	61,68	0,83	22	271,62	0,22	0,05	5,24
309/1994	Рыба тушенная в томате с овощами	100	11,69	8,70	5,79	198,00	25,87	23,7	154,73	0,78	65,36	78,64	1,5	0,11	0,3
ггк 393	Кальсета тушенная с куркумой	150	3,50	6,56	35,56	195,12	81,89	30,45	61,02	1,11	0	305,1	1,62	0,05	31,3
638/1994	Компот из кураги	200	1,02	0,06	19,76	87,60	31,33	19,95	27,16	0,65	0	116,6	1,1	0,02	0,32
	Хлеб крестьянский витаминный	45	2,97	0,28	21,03	100,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	8,75	11,75	39,5	0,98	0	0,25	0,35	0,05	0
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>26,42</b>	<b>23,93</b>	<b>100,34</b>	<b>718,64</b>	<b>170,52</b>	<b>117,91</b>	<b>351,73</b>	<b>4,61</b>	<b>87,36</b>	<b>812,11</b>	<b>5,00</b>	<b>0,30</b>	<b>44,51</b>
	<b>Итого</b>		<b>45,69</b>	<b>40,78</b>	<b>176,22</b>	<b>1278,99</b>	<b>435,77</b>	<b>174,96</b>	<b>906,17</b>	<b>7,03</b>	<b>227,33</b>	<b>992,52</b>	<b>7,58</b>	<b>0,54</b>	<b>45,16</b>



		Выход	Б	Ж	У	ЭЦ	Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ	ТЭ	ВL,мг	C,мг
<b>Неделя 1 день 5</b>															
<b>Завтрак</b>															
25/8	Биточек из мяса с отрубями	100	10,60	12,40	12,90	216,00	18,6	33,8	388,5	2,8	0	0,09	2,98	0,2	0,2
472/1994	Картофельное пюре	150	3,10	3,66	20,37	132,58	35,69	30,46	104,61	1,13	22,5	30,06	0,21	0,14	5,45
тгк 420	Чай лимонный	200	0,12	0,03	10,04	40,01	2,25	0,58	1,03	0,06	0	0,1	0,01	0	0,81
	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>17,80</b>	<b>17,15</b>	<b>69,08</b>	<b>521,39</b>	<b>121,62</b>	<b>56,66</b>	<b>260,51</b>	<b>3,14</b>	<b>54,3</b>	<b>83,18</b>	<b>0,71</b>	<b>0,2</b>	<b>17,07</b>
<b>Обед</b>															
тгк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62	4,12	5,88	7,64	0,26	0	39,9	0,21	0,02	7,35
139/1994	Суп картофельный с макаронными изд.	200	4,50	7,20	10,70	120,00	25,57	20,29	48,99	0,77	3,69	173,51	1,96	0,07	8,61
тгк 467	Азу из мяса по - домашнему	50/50	10,60	12,40	12,90	216,00	18,6	33,8	388,5	2,8	0	0,09	2,98	0,2	3,02
36/2003	Рис припущенный с овощами	150	3,63	3,81	37,25	196,75	6,28	25	74,6	0,5	15	16,88	0,25	0,03	0
тгк 270	Компот "Здоровье" из яблок с ягодами	200	0,15	0,08	26,52	110,92	7,4	4,41	5,17	0,41	0	2,77	0,06	0,01	3,15
	Хлеб крестьянский витаминный	45	2,97	0,28	21,03	100,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	8,75	11,75	39,5	0,98	0	0,25	0,35	0,05	0
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>23,82</b>	<b>24,13</b>	<b>117,87</b>	<b>800,39</b>	<b>70,72</b>	<b>101,13</b>	<b>564,40</b>	<b>5,72</b>	<b>18,69</b>	<b>233,40</b>	<b>5,81</b>	<b>0,38</b>	<b>22,13</b>
<b>Итого</b>			<b>41,62</b>	<b>41,28</b>	<b>186,95</b>	<b>1321,78</b>	<b>192,34</b>	<b>157,79</b>	<b>824,91</b>	<b>8,86</b>	<b>72,99</b>	<b>316,58</b>	<b>6,52</b>	<b>0,58</b>	<b>39,20</b>
<b>Неделя 2 день 1</b>															
<b>Завтрак</b>															
	Выход		Б	Ж	У	ЭЦ	Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ	ТЭ	ВL,мг	C,мг
3/2004	Бутерброд с сыром	15/15	5,60	5,16	11,68	108,57	150	8,25	90	0,11	31,5	35,7	0,06	0	0,11
257/94	Каша пшеничная молочная с маслом сл.	200/5	7,86	7,18	36,02	232,18	114,82	11,7	178,5	1,26	23,58	45,23	0,2	0,18	0,24
630/1994	Чай с молоком	200	2,92	3,16	14,40	95,20	116,69	13,3	83,7	0,13	20	22	0	0,03	0,52
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	8,75	11,75	39,5	0,98	0	0,25	0,35	0,05	0
	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68	16	9	11	2,2	0	5	0,2	0,03	10
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>18,43</b>	<b>15,80</b>	<b>82,05</b>	<b>532,97</b>	<b>406,26</b>	<b>54,00</b>	<b>402,70</b>	<b>4,68</b>	<b>75,08</b>	<b>108,18</b>	<b>0,81</b>	<b>0,29</b>	<b>10,87</b>
<b>Обед</b>															
тгк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62	4,12	5,88	7,64	0,26	0	39,9	0,21	0,02	7,35
138/1994	Суп картофельный с бобовыми	200	4,43	4,45	16,63	131,24	30,58	32,03	85,99	1,64	0	201,82	1,98	0,17	4,52
тгк 466	Чиполлетти пикантные	100	10,89	11,57	9,74	216,17	17,3	24,5	157,01	1	17	22,5	0,48	0,05	1
тгк 255	Макаронные отварные с овощами	150	6,00	6,60	31,80	216,00	15,21	14,17	48,59	1,89	0	25,25	0,95	0,96	62,66
тгк 302	Компот из ягод "Ассорти"	200	1,02	0,06	19,76	87,60	31,33	19,95	27,16	0,65	0	116,6	1,1	0,02	0,32
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69	17,5	23,5	79	1,95	0	0,5	0,7	0,09	0
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>27,96</b>	<b>24,21</b>	<b>107,50</b>	<b>820,96</b>	<b>116,04</b>	<b>120,03</b>	<b>405,39</b>	<b>7,39</b>	<b>17,00</b>	<b>406,57</b>	<b>5,42</b>	<b>1,31</b>	<b>75,85</b>
<b>Итого</b>			<b>46,39</b>	<b>40,01</b>	<b>189,55</b>	<b>1353,93</b>	<b>522,30</b>	<b>174,03</b>	<b>808,09</b>	<b>12,07</b>	<b>92,08</b>	<b>514,75</b>	<b>6,23</b>	<b>1,60</b>	<b>86,72</b>

		Неделя 2 день 2													
		Завтрак					Обед								
№	Наименование	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ	ТЭ	В,мг	С,мг
гтк 410	Гедфетли из мяса с отрубями с соусом	100/50	10,25	13,53	11,63	176,00	15,07	17,6	163,12	1,43	32,87	36,74	0,49	0,07	2,42
гтк 358	Рис припущенный с куркумой	150	3,63	3,18	38,26	196,75	6,29	25	74,6	0,5	15	16,88	0,25	0,04	0
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	8,75	11,75	39,5	0,98	0	0,25	0,35	0,05	0
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>17,61</b>	<b>17,90</b>	<b>79,79</b>	<b>524,53</b>	<b>30,40</b>	<b>54,35</b>	<b>277,22</b>	<b>2,94</b>	<b>47,87</b>	<b>53,87</b>	<b>1,09</b>	<b>0,16</b>	<b>2,42</b>
гтк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62	4,12	5,88	7,64	0,26	0	39,9	0,21	0,02	7,35
110/1994	Борщ со сметаной	200/5	5,70	8,16	23,78	152,72	35,22	22	43,52	0,6	3,65	174,43	1,97	0,04	5,92
394/94	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	200	12,11	14,18	32,02	263,24	14,25	7,44	19,2	0,4	0	22,4	3,16	0,02	1,93
гтк 418	Компот из яблок с сухофруктами	200	0,10	0,00	17,10	69,00	14,3	8,4	1	0,41	0	2,77	0,06	0,01	1,7
	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69	17,5	23,5	79	1,95	0	0,5	0,7	0,09	0
	Фрукт	150	0,60	0,00	17,40	73,02	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>24,11</b>	<b>23,19</b>	<b>122,14</b>	<b>729,46</b>	<b>109,39</b>	<b>80,72</b>	<b>166,86</b>	<b>6,92</b>	<b>3,65</b>	<b>247,50</b>	<b>6,40</b>	<b>0,23</b>	<b>31,90</b>
	<b>Итого</b>		<b>41,72</b>	<b>41,09</b>	<b>201,93</b>	<b>1253,99</b>	<b>139,79</b>	<b>135,07</b>	<b>444,08</b>	<b>9,86</b>	<b>51,52</b>	<b>301,37</b>	<b>7,49</b>	<b>0,39</b>	<b>34,32</b>
<b>Неделя 2 день 3</b>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ	Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ	ТЭ	В,мг	С,мг
	<b>Завтрак</b>														
64/2003	Колбаска "Витаминная" из филе курицы	100	8,51	9,90	7,43	150,53	18,9	7,69	29,1	0,5	22,5	24,68	1,65	0,03	0,02
469/1994	Макаронные изделия отварные	150	5,30	5,47	33,22	183,94	12,47	7,28	48,26	0,74	10,8	20,25	0,96	0,08	0
705/2004	Напиток из шиповника	200	0,00	0,00	13,10	56,00	4,40	1,14	0	0,2	0,13	0	0	0,3	39
	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	8,75	11,75	39,5	0,98	0	0,25	0,35	0,05	0
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>17,44</b>	<b>15,86</b>	<b>76,12</b>	<b>505,99</b>	<b>44,52</b>	<b>27,86</b>	<b>116,86</b>	<b>2,42</b>	<b>33,43</b>	<b>45,18</b>	<b>2,96</b>	<b>0,46</b>	<b>39,02</b>
	<b>Обед</b>														
гтк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62	4,12	5,88	7,64	0,26	0	39,9	0,21	0,02	7,35
132/1994	Суп из овощей с зелен. горош. со сметан.	200/5	3,70	7,18	18,13	159,72	32,13	15,74	32,76	0,53	3,69	254,71	1,04	0,03	11,12
25/8	Панирель из мяса с отрубями	100	10,60	12,40	12,90	212,00	18,6	33,8	388,5	2,8	0	0,09	2,98	0,2	0,2
257/94	Каша гречневая вязкая	150	4,32	4,87	26,70	145,48	9,42	63,33	95,83	2,14	18,58	35	0,34	0,11	0
гтк 289	Компот из кураги и изюма	200	0,72	0,03	21,59	88,19	17,36	10,97	14,94	0,37	0	64,13	0,61	0,01	0,18
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	8,75	11,75	39,5	0,98	0	0,25	0,35	0,05	0
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>23,31</b>	<b>25,71</b>	<b>100,54</b>	<b>726,99</b>	<b>78,3</b>	<b>169,01</b>	<b>397,43</b>	<b>8,18</b>	<b>4,65</b>	<b>251,05</b>	<b>4,94</b>	<b>0,36</b>	<b>16,2</b>
	<b>Итого</b>		<b>40,75</b>	<b>41,57</b>	<b>176,66</b>	<b>1232,97</b>	<b>124,6</b>	<b>205,63</b>	<b>531,46</b>	<b>11,25</b>	<b>53,65</b>	<b>381,37</b>	<b>6,94</b>	<b>0,52</b>	<b>58,14</b>



		Неделя 2 день 4													
		Завтрак													
		Выход	Б	Ж	У	ЭЦ	Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ	TЭ	В1,мг	С,мг
257/94	Каша молочная рисовая с маслом сл	150/5	4,29	3,93	27,33	168,38	72,15	23,85	96,75	0,45	49,4	29,53	0,17	0,045	0,3
284/1994	Омлет натуральный с маслом сл	150/5	7,09	9,90	16,74	205,23	102	16,9	222	2,51	186	325,2	0,73	0,07	0,21
тпк264	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	3,21	14,39	96,37	116,69	13,3	83,7	0,13	20	22	0	0,03	0,52
	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	8,75	11,75	39,5	0,98	0	0,25	0,35	0,05	0
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>18,15</b>	<b>17,53</b>	<b>80,83</b>	<b>585,50</b>	<b>299,59</b>	<b>65,80</b>	<b>441,95</b>	<b>4,07</b>	<b>255,40</b>	<b>376,98</b>	<b>1,25</b>	<b>0,20</b>	<b>1,03</b>
	<b>Обед</b>														
тпк 245	Овощная поджаривка	30	0,32	0,06	1,12	7,62	4,12	5,88	7,64	0,26	0	39,9	0,21	0,02	7,35
167/1994	Суп-пюре из разных овощей с тренками	250/10	3,86	8,58	17,59	137,98	72,71	25,11	83,89	0,84	27,5	339,53	0,41	0,08	6,9
383/1994	Рыба запеченная в сметанном соусе	50/50	9,27	10,41	13,91	146,46	47,05	18,91	131,1	0,45	41,52	73,92	3,54	0,1	0,24
482/1994	Капустя тушеная	150	3,50	6,56	34,56	121,15	81,89	30,45	61,02	1,11	0	305,1	1,62	0,05	31,3
тпк 263	Компот из ягод	200	1,02	0,06	19,76	87,60	31,33	19,95	27,16	0,65	0	116,6	1,1	0,02	0,32
	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69	17,5	23,5	79	1,95	0	0,5	0,7	0,09	0
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>23,25</b>	<b>26,46</b>	<b>117,66</b>	<b>664,67</b>	<b>254,60</b>	<b>123,80</b>	<b>389,81</b>	<b>5,26</b>	<b>69,02</b>	<b>875,55</b>	<b>7,58</b>	<b>0,36</b>	<b>46,11</b>
	<b>Итого</b>		<b>41,40</b>	<b>43,99</b>	<b>198,49</b>	<b>1250,17</b>	<b>554,19</b>	<b>189,60</b>	<b>831,76</b>	<b>9,33</b>	<b>324,42</b>	<b>1252,53</b>	<b>8,83</b>	<b>0,56</b>	<b>47,14</b>
	<b>Неделя 2 день 5</b>	Выход	Б	Ж	У	ЭЦ	Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ	TЭ	В1,мг	С,мг
	<b>Завтрак</b>														
43/2003	Суфле "Рыбка"	100	11,29	13,70	16,79	198,00	25,87	23,7	154,73	0,78	65,36	78,64	1,5	0,11	0,3
472/1994	Картофельное пюре	150	3,10	3,66	20,37	132,58	35,69	30,46	104,61	1,13	22,5	30,06	0,21	0,14	5,45
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	8,75	11,75	39,5	0,98	0	0,25	0,35	0,05	0
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>18,12</b>	<b>18,55</b>	<b>67,06</b>	<b>482,36</b>	<b>70,60</b>	<b>65,91</b>	<b>298,84</b>	<b>2,92</b>	<b>87,86</b>	<b>108,95</b>	<b>2,06</b>	<b>0,30</b>	<b>5,75</b>
	<b>Обед</b>														
тпк 245	Овощная поджаривка	30	0,32	0,06	1,12	7,62	4,12	5,88	7,64	0,26	0	39,9	0,21	0,02	7,35
129/1994	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200/5	5,50	8,10	18,64	130,50	25,56	20,28	59,96	0,76	3,69	255,02	2,01	0,07	8,6
401/1994	Пудинг из мяса	50/50	10,89	11,57	17,74	231,17	15	19,58	157,01	2,25	17	22,5	0,48	0,05	0,45
тпк 286	Овощи припущ. со смесью замор овощ.	150	3,65	4,83	22,60	156,90	61,2	40,53	65,77	1,05	30,98	158,66	0,48	0,06	15,8
тпк 270	Компот "Здоровье" из яблок с ягодами	200	0,15	0,08	26,52	110,92	7,4	4,41	5,17	0,41	0	2,77	0,06	0,01	3,15
	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	8,75	11,75	39,5	0,98	0	0,25	0,35	0,05	0
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>24,14</b>	<b>25,13</b>	<b>108,99</b>	<b>752,63</b>	<b>122,03</b>	<b>102,43</b>	<b>335,05</b>	<b>5,71</b>	<b>51,67</b>	<b>1907,10</b>	<b>3,59</b>	<b>0,26</b>	<b>35,35</b>
	<b>Итого</b>		<b>42,26</b>	<b>43,68</b>	<b>176,05</b>	<b>1234,99</b>	<b>192,63</b>	<b>168,34</b>	<b>633,89</b>	<b>8,63</b>	<b>139,53</b>	<b>2016,05</b>	<b>5,65</b>	<b>0,56</b>	<b>41,10</b>
	<b>Итого за 10 дней</b>		<b>425,53</b>	<b>423,08</b>	<b>1854,38</b>	<b>12770,47</b>	<b>2959,95</b>	<b>1681,19</b>	<b>6770,65</b>	<b>91,82</b>	<b>1091,80</b>	<b>7705,02</b>	<b>74,30</b>	<b>6,95</b>	<b>510,18</b>
	<b>Итого за один день</b>		<b>42,55</b>	<b>42,31</b>	<b>185,44</b>	<b>1277,05</b>	<b>296,00</b>	<b>168,12</b>	<b>677,07</b>	<b>9,18</b>	<b>109,18</b>	<b>770,50</b>	<b>7,43</b>	<b>0,69</b>	<b>51,02</b>

**Накопительная Двухразового питания 7-11 лет 2023-2024 учебный год**

Наименование продукта	Норма	50%	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	Факт. за 10 дн.	Среднее в день	Выполнение, откл онение в г	Выполнение нормы, %
Хлеб ржаной (ржано-пш)	80	40	25	50	75	50	25	75	50	50	50	75	525	52,5	13	131
Хлеб пшеничный	150	75	85	67	65	70	100	60	75	80	87	62	751	75,1	0	100
Мука пшеничная	15	7,5	7,5	4,7	8,3	7,5	5,2	8,9	4,5	4,7	12,5	11,3	75,1	7,51	0	100
Крупы, бобовые	45	22,5	46	51	52,5	33	36	38	42	51	33	52,5	38,4	38,4	16	171
Макаронные изделия	15	7,5			51		8						110	11	4	147
Картофель	187	93,5	40	144	27,3	30,4	188	40	166	108,8	23	168	935,5	93,55	0	100
Овощи свежие, зелень	280	140	160	141	113	353	77	194,4	157	177	241	96	1709,4	170,94	31	122
Фрукты	185	37	120	25			25	125	25		25	25	370	37	0	100
Сухофрукты	20	10	20		20	20			20	20			100	10,00	0	100
Фрукты	185	92,5	150	20	56	150	20	170	170	20	150	74	850	85	-8	92
Мясо	70	35	38	122	79			74	125	74			674	67,4	32	193
Птица мякоть	35	17,5				13				79	13		184	18,4	1	105
Рыба	58	29				87					87	115,6	289,6	28,96	0	100
Молоко	300	60	174	23,7	25	73,8	23,7	172			217	48,7	757,9	75,79	16	126
Сыр	10	2	11					16					27	2,7	1	135
Сметана	10	5	12,5	5	5	5			5	5	15	5	57,5	5,75	1	115
Масло сливочное	30	15	15	15,4	14,2	17,2	15,4	15,7	12	13,8	17,9	15	151,6	15,16	0	101
Масло растительное	15	7,5	4,5	7,5	8	4	4,1	4,5	18,6	7,4	10,5	10,3	79,4	7,94	0	106
Яйцо диетическое	40	10				2,5			10		14	2,5	129	12,9	3	129
Сахар	40	20	27	20	25	13	20	24	27	15	30	20	221	22,1	2	111
Чай	1	0,5		1			1	1	1			1	5	0,5	0	100
Какао, кофе	3	0,6	4				60				4		68	6,8	6	1133
Соль	3	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	15	1,5	0	100
Белки	77	38,5	39,35	41,96	44,39	45,69	41,62	46,39	41,72	40,75	41,4	42,26	425,53	42,6		111
Жиры	79	39,5	45,63	41,88	43,17	40,78	41,28	40,01	41,09	41,57	43,99	43,68	423,08	42,3		107
Углеводы	335	167,5	176,5	187,63	184,4	176,22	186,95	189,55	201,93	176,66	198,49	176,05	1854,38	185,4		111
Калорийность, ккал	2350	1175	1291,6	1304,4	1247,65	1278,99	1321,78	1353,93	1253,99	1232,97	1250,17	1234,99	12770,5	1277,0		109