

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Уярская СОШ»



И.И. Вернер

2021 г.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ**

**СТЕХНОЛОГИЧЕСКИМИ (ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИМИ) КАРТАМИ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД**

**ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ**

**В МУНИЦИПАЛЬНОМ БЮДЖЕТНОМ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ**

**«УЯРСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №40**

**КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ, Г.УЯР, УЛ.УЛАНОВА, Д.19**

г. Уяр

2021 г.



## ВВЕДЕНИЕ

Меню разработано для организации питания детей в возрасте с 7-18 лет.

Настоящее меню рассчитано на 3-кратный прием пищи – завтрак, обед, полдник.

Меню разработано на основании:

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;

- Химический состав российских продуктов: Справочник / Под ред. Член-корр. МАИ, проф. И. М. Скурихина и академика РАМН, проф. В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2002 г;

- Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников» /Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г;

-Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. проф. А. Я. Первалова, г. Пермь, 2013 г;

-Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, изд-во «Хлебпродинформ», г. Москва, 2004 г., под ред. В. Т. Лапиной.

Технологические карты (технико-технологические карты) приготовления блюд к разработанному примерному цикличному меню для организации питания детей указаны в приложении I.

1 ребенок

Дети 7-11 лет  
День 1

Дети 12 лет и старше  
День 1

| №                                   | * Наименование блюда                                     | Вес блюда | Пищевые вещества (г) |        |        | Эн/п (ккал) | № ТК (ТТК)* | Наименование блюда                                       | Вес блюда | Пищевые вещества (г) |        |        | Эн/п (ккал) |
|-------------------------------------|--|-----------|----------------------|--------|--------|-------------|-------------|--|-----------|----------------------|--------|--------|-------------|
|                                     |  |           | Б                    | Ж      | У      |             |             |  |           | Б                    | Ж      | У      |             |
|                                     |  | 3         | 4                    | 5      | 6      | 7           | 1           | 2  | 3         | 4                    | 5      | 6      | 7           |
| <b>Завтрак</b>                      |  |           |                      |        |        |             |             |  |           |                      |        |        |             |
|                                     | Каша вязкая молочная жидкая                              | 200       | 5,73                 | 7,14   | 40,65  | 249         | 9           | Каша вязкая молочная жидкая                              | 250       | 7,16                 | 8,93   | 50,81  | 311,25      |
|                                     | Яйцо вареное   | 40        | 5,10                 | 4,60   | 0,30   | 63,00       | 38          | Яйцо вареное   | 40        | 5,10                 | 4,60   | 0,30   | 63,00       |
|                                     | Чай с лимоном  | 200       | 0,06                 | 0,01   | 15,25  | 64,00       | 30          | Чай с лимоном  | 200       | 0,06                 | 0,01   | 15,25  | 64,00       |
|                                     | Хлеб ржаной  | 20        | 0,98                 | 0,20   | 8,95   | 40,00       | ГП          | Хлеб ржаной  | 30        | 1,47                 | 0,30   | 13,44  | 60,00       |
|                                     | Бутерброд с сыром и маслом                               | 50        | 4,68                 | 10,34  | 14,89  | 171,00      | 68          | Бутерброд с сыром и маслом                               | 77        | 7,38                 | 13,40  | 24,76  | 250,00      |
|                                     | Итого  | 510       | 16,55                | 22,29  | 80,04  | 587,00      |             | Итого  | 597       | 21,17                | 27,24  | 104,56 | 748,25      |
| <b>Обед</b>                         |  |           |                      |        |        |             |             |  |           |                      |        |        |             |
|                                     | Овощи натуральные свежие (или соленные)                  | 60        | 0,48                 | 0,06   | 1,02   | 7,80        | 4           | Овощи натуральные свежие (или соленные)                  | 100       | 0,80                 | 0,10   | 1,70   | 13,00       |
|                                     | Суп картофельный с бобовыми с мясом (птицы или говядины) | 260       | 8,45                 | 7,18   | 21,24  | 177,00      | 5           | Суп картофельный с бобовыми с мясом (птицы или говядины) | 260       | 8,45                 | 7,18   | 21,24  | 177,00      |
|                                     | Рагу из овощей с мясом                                   | 230       | 16,01                | 19,20  | 16,06  | 308,00      | 39          | Рагу из овощей с мясом                                   | 230       | 16,01                | 19,20  | 16,06  | 308,00      |
|                                     | Напиток из шиповника                                     | 200       | 0,70                 | 0,30   | 22,80  | 97,00       | 35          | Напиток из шиповника                                     | 200       | 0,70                 | 0,30   | 22,80  | 97,00       |
|                                     | Хлеб пшеничный   | 60        | 4,80                 | 0,90   | 22,74  | 124,80      | ГП          | Хлеб пшеничный   | 80        | 6,40                 | 0,12   | 32,08  | 166,40      |
|                                     | Хлеб ржаной  | 30        | 1,47                 | 0,30   | 13,44  | 60,00       | ГП          | Хлеб ржаной  | 40        | 1,96                 | 0,40   | 17,92  | 80,00       |
|                                     | Итого  | 840       | 31,91                | 27,94  | 97,30  | 774,60      |             | Итого  | 910       | 34,32                | 27,30  | 111,80 | 841,40      |
| <b>Полдник</b>                      |  |           |                      |        |        |             |             |  |           |                      |        |        |             |
|                                     | Компот из свежих плодов (яблоч)                          | 200       | 0,16                 | 0,16   | 18,89  | 79,00       | 62          | Компот из свежих плодов (яблоч)                          | 200       | 0,16                 | 0,16   | 18,89  | 79,00       |
|                                     | Булочка домашняя   | 60        | 4,50                 | 78,00  | 36,20  | 233,00      | 64          | Булочка домашняя   | 100       | 7,50                 | 130,00 | 60,34  | 388,34      |
|                                     | Йогурт   | 100       | 5,00                 | 2,50   | 3,50   | 54,00       | ГП          | Йогурт   | 100       | 5,00                 | 2,50   | 3,50   | 54,00       |
|                                     | Итого  | 360       | 9,7                  | 80,7   | 58,6   | 366,0       |             | Итого  | 400       | 12,7                 | 132,7  | 82,7   | 521,3       |
| выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр. |  |           |                      |        |        |             |             |  |           |                      |        |        |             |
|                                     | Итого за день  |           | 58,12                | 130,89 | 235,93 | 1727,60     |             | Итого за день  |           | 68,15                | 187,20 | 299,09 | 2110,99     |
|                                     | Суточная потребность                                     |           | 57,75                | 59,25  | 251,25 | 1762,50     |             | Суточная потребность                                     |           | 67,50                | 69,00  | 287,25 | 2040,00     |
|                                     | Процент удовлетворения                                   |           | 100,64               | 220,91 | 93,90  | 98,02       |             | Процент удовлетворения                                   |           | 100,96               | 271,30 | 104,12 | 103,48      |
|                                     | суточной потребности                                     |           |                      |        |        |             |             | суточной потребности                                     |           |                      |        |        |             |

|  |  | Б      | Ж      | У      | Эн/п    |                        |  | Б      | Ж      | У      | Эн/п    |
|--|--|--------|--------|--------|---------|------------------------|--|--------|--------|--------|---------|
|  |  | 58,12  | 130,89 | 235,93 | 1727,60 | Итого за день          |  | 68,15  | 187,20 | 299,09 | 2110,99 |
|  |  | 57,75  | 59,25  | 251,25 | 1762,50 | Суточная потребность   |  | 67,50  | 69,00  | 287,25 | 2040,00 |
|  |  | 100,64 | 220,91 | 93,90  | 98,02   | Процент удовлетворения |  | 100,96 | 271,30 | 104,12 | 103,48  |
|  |  |        |        |        |         | суточной потребности   |  |        |        |        |         |

Дети 7-11 лет  
День 2

| ГК<br>К)*      | Наименование блюда<br>2  | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |        |        |         |    | Эн/ц<br>(ккал)<br>7  | № ТК<br>(ТТК)*<br>1 | Наименование блюда<br>2 | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |         |   |   |  | Эн/ц<br>(ккал)<br>7 |
|----------------|--|-------------------|----------------------|--------|--------|---------|----|--|---------------------|-------------------------|-------------------|----------------------|---------|---|---|--|---------------------|
|                |  |                   | Б                    | Ж      | У      | Б       | Ж  |  |                     |                         |                   | У                    | Б       | Ж | У |  |                     |
| <b>Завтрак</b> |  |                   |                      |        |        |         |    |  |                     |                         |                   |                      |         |   |   |  |                     |
|                | Рыба, тушенная в сметанном соусе                                       | 120               | 11,54                | 5,96   | 6,18   | 126,00  | 51 | Рыба, тушенная в сметанном соусе                                       | 120                 | 11,54                   | 5,96              | 6,18                 | 126,00  |   |   |  |                     |
|                | Пюре картофельное  | 150               | 3,12                 | 5,10   | 18,57  | 132,60  | 7  | Пюре картофельное  | 200                 | 4,16                    | 6,80              | 24,76                | 176,80  |   |   |  |                     |
|                | Кофейный напиток с молоком   | 200               | 3,58                 | 2,68   | 28,34  | 151,80  | 2  | Кофейный напиток с молоком   | 200                 | 3,58                    | 2,68              | 28,34                | 151,80  |   |   |  |                     |
| I              | Хлеб ржаной  | 20                | 0,98                 | 0,20   | 8,95   | 40,00   | ГП | Хлеб ржаной  | 30                  | 1,47                    | 0,30              | 13,44                | 60,00   |   |   |  |                     |
| I              | Хлеб пшеничный или батон   | 20                | 1,60                 | 0,03   | 8,02   | 41,60   | ГП | Хлеб пшеничный или батон   | 30                  | 2,40                    | 0,05              | 12,03                | 62,40   |   |   |  |                     |
|                | Итого  | 510               | 20,82                | 13,97  | 70,06  | 492,00  |    | Итого  | 580                 | 23,15                   | 15,79             | 84,75                | 577,00  |   |   |  |                     |
| <b>Обед</b>    |  |                   |                      |        |        |         |    |  |                     |                         |                   |                      |         |   |   |  |                     |
|                | Зеленый горошек с луком репчатым                                       | 60                | 1,69                 | 3,11   | 3,87   | 50,00   | 16 | Зеленый горошек с луком репчатым                                       | 100                 | 2,82                    | 5,18              | 6,45                 | 83,33   |   |   |  |                     |
|                | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и с мясом(птицы или говядины) | 265               | 5,37                 | 8,30   | 9,79   | 148,00  | 22 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и с мясом(птицы или говядины) | 265                 | 5,37                    | 8,30              | 9,79                 | 148,00  |   |   |  |                     |
|                | Котлеты, биточки, шницели (из говядины) с маслом сливочным             | 94                | 15,21                | 13,76  | 13,33  | 235,00  | 58 | Котлеты, биточки, шницели (из говядины) с маслом сливочным             | 105                 | 16,91                   | 15,68             | 14,82                | 265,33  |   |   |  |                     |
|                | Каша рассыпчатая   | 150               | 8,34                 | 8,64   | 37,61  | 259,00  | 24 | Каша рассыпчатая   | 200                 | 11,12                   | 11,52             | 50,15                | 345,33  |   |   |  |                     |
|                | Компот из смеси сухофруктов  | 200               | 0,08                 | 0,00   | 35,00  | 141,40  | 17 | Компот из смеси сухофруктов  | 200                 | 0,08                    | 0,00              | 35,00                | 141,40  |   |   |  |                     |
|                | Хлеб пшеничный   | 60                | 4,80                 | 0,90   | 22,74  | 124,80  | ГП | Хлеб пшеничный   | 80                  | 6,40                    | 0,12              | 32,08                | 166,40  |   |   |  |                     |
|                | Хлеб ржаной  | 30                | 1,47                 | 0,30   | 13,44  | 60,00   | ГП | Хлеб ржаной  | 40                  | 1,96                    | 0,40              | 17,92                | 80,00   |   |   |  |                     |
|                | Итого  | 859               | 36,96                | 35,01  | 135,78 | 1018,20 |    | Итого  | 990                 | 44,66                   | 41,20             | 166,21               | 1229,79 |   |   |  |                     |
| <b>Полдник</b> |  |                   |                      |        |        |         |    |  |                     |                         |                   |                      |         |   |   |  |                     |
|                | Кисломолочный продукт (в ассортименте)                                 | 200               | 5,80                 | 5,00   | 8,00   | 106,00  | 63 | Кисломолочный продукт (в ассортименте)                                 | 200                 | 5,80                    | 5,00              | 8,00                 | 106,00  |   |   |  |                     |
|                | Плюшка "Московская"  | 60                | 5,00                 | 5,51   | 26,78  | 190,00  | 48 | Плюшка "Московская"  | 100                 | 8,33                    | 9,18              | 44,63                | 316,67  |   |   |  |                     |
|                | Яблоко, или груша, или банан, или др.                                  | 100               | 1,50                 | 0,50   | 21,00  | 96,00   | ГП | Яблоко, или груша, или банан, или др.                                  | 100                 | 1,50                    | 0,50              | 21,00                | 96,00   |   |   |  |                     |
|                | Итого  | 360               | 12,3                 | 11,0   | 55,8   | 392,0   |    | Итого  | 400                 | 15,63                   | 14,68             | 73,63                | 518,67  |   |   |  |                     |
|                | а выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.                                  |                   |                      |        |        |         |    | а выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.                                    |                     |                         |                   |                      |         |   |   |  |                     |
|                | Итого за день  |                   | 70,08                | 59,99  | 261,62 | 1902,20 |    | Итого за день  |                     | 83,44                   | 71,67             | 324,59               | 2325,46 |   |   |  |                     |
|                | Суточная потребность   |                   | 57,75                | 59,25  | 251,25 | 1762,50 |    | Суточная потребность   |                     | 67,50                   | 69,00             | 287,25               | 2040,00 |   |   |  |                     |
|                | Процент удовлетворения суточной потребности                            |                   | 121,35               | 101,25 | 104,13 | 107,93  |    | Процент удовлетворения суточной потребности                            |                     | 123,61                  | 103,87            | 113,00               | 113,99  |   |   |  |                     |

Дети 12 лет и старше  
День 2

| ГК<br>К)*      | Наименование блюда<br>2  | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |        |        |         |    | Эн/ц<br>(ккал)<br>7  | № ТК<br>(ТТК)*<br>1 | Наименование блюда<br>2 | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |         |   |   |  | Эн/ц<br>(ккал)<br>7 |
|----------------|--|-------------------|----------------------|--------|--------|---------|----|--|---------------------|-------------------------|-------------------|----------------------|---------|---|---|--|---------------------|
|                |  |                   | Б                    | Ж      | У      | Б       | Ж  |  |                     |                         |                   | У                    | Б       | Ж | У |  |                     |
| <b>Завтрак</b> |  |                   |                      |        |        |         |    |  |                     |                         |                   |                      |         |   |   |  |                     |
|                | Рыба, тушенная в сметанном соусе                                       | 120               | 11,54                | 5,96   | 6,18   | 126,00  | 51 | Рыба, тушенная в сметанном соусе                                       | 120                 | 11,54                   | 5,96              | 6,18                 | 126,00  |   |   |  |                     |
|                | Пюре картофельное  | 150               | 3,12                 | 5,10   | 18,57  | 132,60  | 7  | Пюре картофельное  | 200                 | 4,16                    | 6,80              | 24,76                | 176,80  |   |   |  |                     |
|                | Кофейный напиток с молоком   | 200               | 3,58                 | 2,68   | 28,34  | 151,80  | 2  | Кофейный напиток с молоком   | 200                 | 3,58                    | 2,68              | 28,34                | 151,80  |   |   |  |                     |
| I              | Хлеб ржаной  | 20                | 0,98                 | 0,20   | 8,95   | 40,00   | ГП | Хлеб ржаной  | 30                  | 1,47                    | 0,30              | 13,44                | 60,00   |   |   |  |                     |
| I              | Хлеб пшеничный или батон   | 20                | 1,60                 | 0,03   | 8,02   | 41,60   | ГП | Хлеб пшеничный или батон   | 30                  | 2,40                    | 0,05              | 12,03                | 62,40   |   |   |  |                     |
|                | Итого  | 510               | 20,82                | 13,97  | 70,06  | 492,00  |    | Итого  | 580                 | 23,15                   | 15,79             | 84,75                | 577,00  |   |   |  |                     |
| <b>Обед</b>    |  |                   |                      |        |        |         |    |  |                     |                         |                   |                      |         |   |   |  |                     |
|                | Зеленый горошек с луком репчатым                                       | 60                | 1,69                 | 3,11   | 3,87   | 50,00   | 16 | Зеленый горошек с луком репчатым                                       | 100                 | 2,82                    | 5,18              | 6,45                 | 83,33   |   |   |  |                     |
|                | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и с мясом(птицы или говядины) | 265               | 5,37                 | 8,30   | 9,79   | 148,00  | 22 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и с мясом(птицы или говядины) | 265                 | 5,37                    | 8,30              | 9,79                 | 148,00  |   |   |  |                     |
|                | Котлеты, биточки, шницели (из говядины) с маслом сливочным             | 94                | 15,21                | 13,76  | 13,33  | 235,00  | 58 | Котлеты, биточки, шницели (из говядины) с маслом сливочным             | 105                 | 16,91                   | 15,68             | 14,82                | 265,33  |   |   |  |                     |
|                | Каша рассыпчатая   | 150               | 8,34                 | 8,64   | 37,61  | 259,00  | 24 | Каша рассыпчатая   | 200                 | 11,12                   | 11,52             | 50,15                | 345,33  |   |   |  |                     |
|                | Компот из смеси сухофруктов  | 200               | 0,08                 | 0,00   | 35,00  | 141,40  | 17 | Компот из смеси сухофруктов  | 200                 | 0,08                    | 0,00              | 35,00                | 141,40  |   |   |  |                     |
|                | Хлеб пшеничный   | 60                | 4,80                 | 0,90   | 22,74  | 124,80  | ГП | Хлеб пшеничный   | 80                  | 6,40                    | 0,12              | 32,08                | 166,40  |   |   |  |                     |
|                | Хлеб ржаной  | 30                | 1,47                 | 0,30   | 13,44  | 60,00   | ГП | Хлеб ржаной  | 40                  | 1,96                    | 0,40              | 17,92                | 80,00   |   |   |  |                     |
|                | Итого  | 859               | 36,96                | 35,01  | 135,78 | 1018,20 |    | Итого  | 990                 | 44,66                   | 41,20             | 166,21               | 1229,79 |   |   |  |                     |
| <b>Полдник</b> |  |                   |                      |        |        |         |    |  |                     |                         |                   |                      |         |   |   |  |                     |
|                | Кисломолочный продукт (в ассортименте)                                 | 200               | 5,80                 | 5,00   | 8,00   | 106,00  | 63 | Кисломолочный продукт (в ассортименте)                                 | 200                 | 5,80                    | 5,00              | 8,00                 | 106,00  |   |   |  |                     |
|                | Плюшка "Московская"  | 60                | 5,00                 | 5,51   | 26,78  | 190,00  | 48 | Плюшка "Московская"  | 100                 | 8,33                    | 9,18              | 44,63                | 316,67  |   |   |  |                     |
|                | Яблоко, или груша, или банан, или др.                                  | 100               | 1,50                 | 0,50   | 21,00  | 96,00   | ГП | Яблоко, или груша, или банан, или др.                                  | 100                 | 1,50                    | 0,50              | 21,00                | 96,00   |   |   |  |                     |
|                | Итого  | 360               | 12,3                 | 11,0   | 55,8   | 392,0   |    | Итого  | 400                 | 15,63                   | 14,68             | 73,63                | 518,67  |   |   |  |                     |
|                | а выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.                                  |                   |                      |        |        |         |    | а выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.                                    |                     |                         |                   |                      |         |   |   |  |                     |
|                | Итого за день  |                   | 70,08                | 59,99  | 261,62 | 1902,20 |    | Итого за день  |                     | 83,44                   | 71,67             | 324,59               | 2325,46 |   |   |  |                     |
|                | Суточная потребность   |                   | 57,75                | 59,25  | 251,25 | 1762,50 |    | Суточная потребность   |                     | 67,50                   | 69,00             | 287,25               | 2040,00 |   |   |  |                     |
|                | Процент удовлетворения суточной потребности                            |                   | 121,35               | 101,25 | 104,13 | 107,93  |    | Процент удовлетворения суточной потребности                            |                     | 123,61                  | 103,87            | 113,00               | 113,99  |   |   |  |                     |

всего 1 таб

Дети 7-11 лет  
День 3

| ГК<br>К)* | Наименование блюда<br>2 | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |   |   | Эн/ц<br>(ккал)<br>7 | № ТК<br>(ТТК)*<br>1 | Наименование блюда<br>2 | Пищевые вещества (г) |   |   | Эн/ц<br>(ккал)<br>7 |
|-----------|-------------------------|-------------------|----------------------|---|---|---------------------|---------------------|-------------------------|----------------------|---|---|---------------------|
|           |                         |                   | Б                    | Ж | У |                     |                     |                         | Б                    | Ж | У |                     |

Завтрак

|   |   |     |       |       |       |        |    |   |     |       |       |       |        |
|---|---|-----|-------|-------|-------|--------|----|---|-----|-------|-------|-------|--------|
| 1 | Запеканка из творога с молоком<br>сгущенным | 150 | 35,76 | 25,31 | 36,05 | 533,00 | 31 | Запеканка из творога с молоком<br>сгущенным | 175 | 35,76 | 25,31 | 36,05 | 533,00 |
| 2 | Чай с молоком                               | 200 | 1,40  | 1,60  | 17,39 | 91,00  | 20 | Чай с молоком                               | 200 | 1,40  | 1,60  | 17,39 | 91,00  |
| 3 | Яблоко, или груша, или банан, или<br>др.    | 100 | 1,50  | 0,50  | 21,00 | 96,00  | ГП | Яблоко, или груша, или банан,<br>или др.    | 100 | 1,50  | 0,50  | 21,00 | 96,00  |
| 4 | Бутерброд с сыром и маслом                  | 50  | 4,68  | 10,34 | 14,89 | 171,00 | 68 | Бутерброд с сыром и маслом                  | 77  | 7,38  | 13,40 | 24,76 | 250,00 |
| 5 | Итого                                       | 500 | 43,34 | 37,75 | 89,33 | 891,00 |    | Итого                                       | 552 | 46,04 | 40,81 | 99,20 | 970,00 |

Обед

|    |   |     |       |       |        |        |    |   |      |       |       |        |         |
|----|---|-----|-------|-------|--------|--------|----|---|------|-------|-------|--------|---------|
| 6  | Овощи натуральные свежие (или<br>соленые)                                 | 60  | 0,48  | 0,06  | 1,02   | 7,80   | 4  | Овощи натуральные свежие (или<br>соленые)                                 | 100  | 0,80  | 0,10  | 1,70   | 13,00   |
| 7  | Рассольник ленинградский с<br>мясом (птицы или говядины) и со<br>сметаной | 265 | 5,69  | 8,48  | 20,03  | 190,00 | 28 | Рассольник ленинградский с<br>мясом (птицы или говядины) и со<br>сметаной | 265  | 5,69  | 8,48  | 20,03  | 190,00  |
| 8  | Птица, тушеная в сметанном<br>соусе                                       | 90  | 9,03  | 11,76 | 3,05   | 139,00 | 32 | Птица, тушеная в сметанном<br>соусе                                       | 120  | 12,04 | 15,44 | 4,06   | 182,67  |
| 9  | Рис отварной  | 150 | 3,77  | 6,11  | 41,40  | 235,65 | 41 | Рис отварной  | 200  | 5,03  | 8,15  | 55,20  | 314,20  |
| 10 | Напиток из шиповника  | 200 | 0,70  | 0,30  | 22,80  | 97,00  | 35 | Напиток из шиповника  | 200  | 0,70  | 0,30  | 22,80  | 97,00   |
| 11 | Хлеб пшеничный  | 60  | 4,80  | 0,90  | 22,74  | 124,80 | ГП | Хлеб пшеничный  | 80   | 6,40  | 0,12  | 32,08  | 166,40  |
| 12 | Хлеб ржаной   | 30  | 1,47  | 0,30  | 13,44  | 60,00  | ГП | Хлеб ржаной   | 40   | 1,96  | 0,40  | 17,92  | 80,00   |
| 13 | Итого   | 855 | 25,94 | 27,91 | 124,48 | 854,25 |    | Итого   | 1005 | 32,62 | 32,99 | 153,79 | 1043,27 |

Полдник

|    |                   |     |      |      |       |        |    |                   |     |      |       |       |        |
|----|-------------------|-----|------|------|-------|--------|----|-------------------|-----|------|-------|-------|--------|
| 14 | Чай с лимоном     | 200 | 0,06 | 0,01 | 15,25 | 64,00  | 30 | Чай с лимоном     | 200 | 0,06 | 0,01  | 15,25 | 64,00  |
| 15 | Крендель сахарный | 60  | 4,20 | 6,72 | 35,28 | 218,40 | 67 | Крендель сахарный | 100 | 7,00 | 11,20 | 58,50 | 364,00 |
| 16 | Йогурт            | 100 | 5,00 | 2,50 | 3,50  | 54,00  | ГП | Йогурт            | 100 | 5,00 | 2,50  | 3,50  | 54,00  |
| 17 | Итого             | 360 | 9,3  | 9,2  | 54,0  | 336,4  |    | Итого             | 400 | 12,1 | 13,7  | 77,3  | 482,0  |

з выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.

Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.

|    |  |        |        |        |         |  |  |        |        |        |         |
|----|--|--------|--------|--------|---------|--|--|--------|--------|--------|---------|
| 18 | Итого за день                                  | 78,54  | 74,89  | 267,84 | 2081,65 |  | Итого за день                                  | 90,72  | 87,51  | 330,24 | 2495,27 |
| 19 | Суточная потребность                           | 57,75  | 59,25  | 251,25 | 1762,50 |  | Суточная потребность                           | 67,50  | 69,00  | 287,25 | 2040,00 |
| 20 | Процент удовлетворения<br>суточной потребности | 136,00 | 126,40 | 106,60 | 118,11  |  | Процент удовлетворения<br>суточной потребности | 134,40 | 126,83 | 114,97 | 122,32  |

Дети 12 лет и старше  
День 3

| ГК<br>К)* | Наименование блюда<br>2 | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |   |   | Эн/ц<br>(ккал)<br>7 | № ТК<br>(ТТК)*<br>1 | Наименование блюда<br>2 | Пищевые вещества (г) |   |   | Эн/ц<br>(ккал)<br>7 |
|-----------|-------------------------|-------------------|----------------------|---|---|---------------------|---------------------|-------------------------|----------------------|---|---|---------------------|
|           |                         |                   | Б                    | Ж | У |                     |                     |                         | Б                    | Ж | У |                     |

Завтрак

|   |   |     |       |       |       |        |    |   |     |       |       |       |        |
|---|---|-----|-------|-------|-------|--------|----|---|-----|-------|-------|-------|--------|
| 1 | Запеканка из творога с молоком<br>сгущенным | 175 | 35,76 | 25,31 | 36,05 | 533,00 | 31 | Запеканка из творога с молоком<br>сгущенным | 175 | 35,76 | 25,31 | 36,05 | 533,00 |
| 2 | Чай с молоком                               | 200 | 1,40  | 1,60  | 17,39 | 91,00  | 20 | Чай с молоком                               | 200 | 1,40  | 1,60  | 17,39 | 91,00  |
| 3 | Яблоко, или груша, или банан, или<br>др.    | 100 | 1,50  | 0,50  | 21,00 | 96,00  | ГП | Яблоко, или груша, или банан,<br>или др.    | 100 | 1,50  | 0,50  | 21,00 | 96,00  |
| 4 | Бутерброд с сыром и маслом                  | 77  | 7,38  | 13,40 | 24,76 | 250,00 | 68 | Бутерброд с сыром и маслом                  | 77  | 7,38  | 13,40 | 24,76 | 250,00 |
| 5 | Итого                                       | 552 | 46,04 | 40,81 | 99,20 | 970,00 |    | Итого                                       | 552 | 46,04 | 40,81 | 99,20 | 970,00 |

Обед

|    |   |      |       |       |        |         |    |   |      |       |       |        |         |
|----|---|------|-------|-------|--------|---------|----|---|------|-------|-------|--------|---------|
| 6  | Овощи натуральные свежие (или<br>соленые)                                 | 100  | 0,80  | 0,10  | 1,70   | 13,00   | 4  | Овощи натуральные свежие (или<br>соленые)                                 | 100  | 0,80  | 0,10  | 1,70   | 13,00   |
| 7  | Рассольник ленинградский с<br>мясом (птицы или говядины) и со<br>сметаной | 265  | 5,69  | 8,48  | 20,03  | 190,00  | 28 | Рассольник ленинградский с<br>мясом (птицы или говядины) и со<br>сметаной | 265  | 5,69  | 8,48  | 20,03  | 190,00  |
| 8  | Птица, тушеная в сметанном<br>соусе                                       | 120  | 12,04 | 15,44 | 4,06   | 182,67  | 32 | Птица, тушеная в сметанном<br>соусе                                       | 120  | 12,04 | 15,44 | 4,06   | 182,67  |
| 9  | Рис отварной  | 200  | 5,03  | 8,15  | 55,20  | 314,20  | 41 | Рис отварной  | 200  | 5,03  | 8,15  | 55,20  | 314,20  |
| 10 | Напиток из шиповника  | 200  | 0,70  | 0,30  | 22,80  | 97,00   | 35 | Напиток из шиповника  | 200  | 0,70  | 0,30  | 22,80  | 97,00   |
| 11 | Хлеб пшеничный  | 80   | 6,40  | 0,12  | 32,08  | 166,40  | ГП | Хлеб пшеничный  | 80   | 6,40  | 0,12  | 32,08  | 166,40  |
| 12 | Хлеб ржаной   | 40   | 1,96  | 0,40  | 17,92  | 80,00   | ГП | Хлеб ржаной   | 40   | 1,96  | 0,40  | 17,92  | 80,00   |
| 13 | Итого   | 1005 | 32,62 | 32,99 | 153,79 | 1043,27 |    | Итого   | 1005 | 32,62 | 32,99 | 153,79 | 1043,27 |

Полдник

|    |                   |     |      |       |       |        |    |                   |     |      |       |       |        |
|----|-------------------|-----|------|-------|-------|--------|----|-------------------|-----|------|-------|-------|--------|
| 14 | Чай с лимоном     | 200 | 0,06 | 0,01  | 15,25 | 64,00  | 30 | Чай с лимоном     | 200 | 0,06 | 0,01  | 15,25 | 64,00  |
| 15 | Крендель сахарный | 100 | 7,00 | 11,20 | 58,50 | 364,00 | 67 | Крендель сахарный | 100 | 7,00 | 11,20 | 58,50 | 364,00 |
| 16 | Йогурт            | 100 | 5,00 | 2,50  | 3,50  | 54,00  | ГП | Йогурт            | 100 | 5,00 | 2,50  | 3,50  | 54,00  |
| 17 | Итого             | 400 | 12,1 | 13,7  | 77,3  | 482,0  |    | Итого             | 400 | 12,1 | 13,7  | 77,3  | 482,0  |

Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.

|    |  |        |        |        |         |  |  |        |        |        |         |
|----|--|--------|--------|--------|---------|--|--|--------|--------|--------|---------|
| 18 | Итого за день                                  | 90,72  | 87,51  | 330,24 | 2495,27 |  | Итого за день                                  | 90,72  | 87,51  | 330,24 | 2495,27 |
| 19 | Суточная потребность                           | 67,50  | 69,00  | 287,25 | 2040,00 |  | Суточная потребность                           | 67,50  | 69,00  | 287,25 | 2040,00 |
| 20 | Процент удовлетворения<br>суточной потребности | 134,40 | 126,83 | 114,97 | 122,32  |  | Процент удовлетворения<br>суточной потребности | 134,40 | 126,83 | 114,97 | 122,32  |

Дети 7-11 лет

Дети 12 лет и старше

День 4

День 4

| К<br>С*        | Наименование блюда                                       | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |        |        |         | Эн/ц<br>(ккал) | № ТК<br>(ТТК)*   | Наименование блюда | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |        |         |   | Эн/ц<br>(ккал) |
|----------------|--|--------------|----------------------|--------|--------|---------|----------------|--|--------------------|--------------|----------------------|--------|---------|---|----------------|
|                |  |              | Б                    | Ж      | У      | 6       |                |  |                    |              | Б                    | Ж      | У       | 6 |                |
|                | 2  | 3            | 4                    | 5      | 6      | 7       | 1              | 2  | 3                  | 4            | 5                    | 6      | 7       |   |                |
| <b>Завтрак</b> |  |              |                      |        |        |         |                |  |                    |              |                      |        |         |   |                |
|                | Птица отварная или тушеная                               | 100          | 21,10                | 13,60  | 0,00   | 211,00  | 6              | Птица отварная или тушеная                               | 100                | 21,10        | 13,60                | 0,00   | 211,00  |   |                |
|                | Соус сметанный с томатом                                 | 25           | 0,45                 | 2,89   | 1,88   | 38,00   | 15             | Соус сметанный с томатом                                 | 25                 | 0,45         | 2,89                 | 1,88   | 38,00   |   |                |
|                | Макаронные изделия отварные                              | 150          | 5,66                 | 6,75   | 29,04  | 144,90  | 11             | Макаронные изделия отварные                              | 200                | 7,54         | 9,00                 | 38,72  | 193,20  |   |                |
|                | Сок  | 200          | 0,60                 | 0,00   | 33,00  | 136,00  | 25             | Сок  | 200                | 0,60         | 0,00                 | 33,00  | 136,00  |   |                |
|                | Хлеб ржаной  | 20           | 0,98                 | 0,20   | 8,95   | 40,00   | ГП             | Хлеб ржаной  | 30                 | 1,47         | 0,30                 | 13,44  | 60,00   |   |                |
|                | Хлеб пшеничный или батон                                 | 20           | 1,60                 | 0,03   | 8,02   | 41,60   | ГП             | Хлеб пшеничный или батон                                 | 30                 | 2,40         | 0,05                 | 12,03  | 62,40   |   |                |
|                | Итого  | 515          | 30,39                | 23,47  | 80,89  | 611,50  |                | Итого  | 585                | 33,56        | 25,84                | 99,07  | 700,60  |   |                |
| <b>Обед</b>    |  |              |                      |        |        |         |                |  |                    |              |                      |        |         |   |                |
|                | Морская капуста с зеленым горошком                       | 60           | 0,79                 | 5,10   | 1,19   | 73,00   | 54             | Морская капуста с зеленым горошком                       | 100                | 1,32         | 8,50                 | 1,98   | 121,67  |   |                |
|                | Суп картофельный с клецками с мясом (птицы или говядины) | 260          | 9,38                 | 7,29   | 20,92  | 210,00  | 55             | Суп картофельный с клецками с мясом (птицы или говядины) | 260                | 9,38         | 7,29                 | 20,92  | 210,00  |   |                |
|                | Печень по-строгановски                                   | 100          | 13,60                | 10,50  | 3,80   | 164,00  | 77             | Печень по-строгановски                                   | 100                | 13,60        | 10,50                | 3,80   | 164,00  |   |                |
|                | Картофель отварной                                       | 150          | 3,28                 | 8,45   | 21,91  | 175,80  | 21             | Картофель отварной                                       | 200                | 4,37         | 11,27                | 29,21  | 234,40  |   |                |
|                | Кисель из свежих ягод (или яблок, или кураги)            | 200          | 0,10                 | 0,00   | 29,08  | 116,80  | 10             | Кисель из свежих ягод (или яблок, или кураги)            | 200                | 0,10         | 0,00                 | 29,08  | 116,80  |   |                |
|                | Хлеб пшеничный   | 60           | 4,80                 | 0,90   | 22,74  | 124,80  | ГП             | Хлеб пшеничный   | 80                 | 6,40         | 0,12                 | 32,08  | 166,40  |   |                |
|                | Хлеб ржаной  | 30           | 1,47                 | 0,30   | 13,44  | 60,00   | ГП             | Хлеб ржаной  | 40                 | 1,96         | 0,40                 | 17,92  | 80,00   |   |                |
|                | Итого  | 860          | 33,42                | 32,54  | 113,08 | 924,40  |                | Итого  | 980                | 37,13        | 38,08                | 134,99 | 1093,27 |   |                |
| <b>Полдник</b> |  |              |                      |        |        |         |                |  |                    |              |                      |        |         |   |                |
|                | Какао с молоком  | 200          | 3,76                 | 3,20   | 26,74  | 150,80  | 36             | Какао с молоком  | 200                | 3,76         | 3,20                 | 26,74  | 150,80  |   |                |
|                | Омлет натуральный  | 130          | 10,97                | 15,34  | 3,07   | 192,4   | 18             | Омлет натуральный  | 130                | 10,97        | 15,34                | 3,07   | 192,4   |   |                |
|                | Хлеб пшеничный или батон                                 | 20           | 1,60                 | 0,03   | 8,02   | 41,60   | ГП             | Хлеб пшеничный или батон                                 | 30                 | 2,40         | 0,05                 | 12,03  | 62,40   |   |                |
|                | Итого  | 350          | 16,3                 | 18,6   | 37,8   | 384,8   |                | Итого  | 360                | 17,1         | 18,6                 | 41,8   | 405,6   |   |                |
|                | выдачи спелый 1,2 гр., соли 1,8 гр.                      |              |                      |        |        |         |                | Норма выдачи спелый 1,2 гр., соли 3 гр.                  |                    |              |                      |        |         |   |                |
|                | Итого за день  |              | 80,14                | 74,58  | 231,80 | 1920,70 |                | Итого за день  |                    | 87,82        | 82,51                | 275,90 | 2199,47 |   |                |
|                | Суточная потребность                                     |              | 57,75                | 59,25  | 251,25 | 1762,50 |                | Суточная потребность                                     |                    | 67,50        | 69,00                | 287,25 | 2040,00 |   |                |
|                | Процент удовлетворения суточной потребности              |              | 138,77               | 125,87 | 92,26  | 108,98  |                | Процент удовлетворения суточной потребности              |                    | 130,10       | 119,58               | 96,05  | 107,82  |   |                |



Дети 7-11 лет

Дети 12 лет и старше

День 6

| К<br>№* | Наименование блюда<br>2 | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |        |        | Эн/ц<br>(ккал)<br>7 | № ТК<br>(ТТК)*<br>1 | Наименование блюда<br>2 | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |        |        | Эн/ц<br>(ккал)<br>7 |
|---------|-------------------------|-------------------|----------------------|--------|--------|---------------------|---------------------|-------------------------|-------------------|----------------------|--------|--------|---------------------|
|         |                         |                   | Б<br>4               | Ж<br>5 | У<br>6 |                     |                     |                         |                   | Б<br>4               | Ж<br>5 | У<br>6 |                     |

Завтрак

|  |                                       |     |      |      |       |        |    |                                       |     |       |      |       |        |
|--|---------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|----|---------------------------------------|-----|-------|------|-------|--------|
|  | Каша "Дружба"                         | 200 | 5,21 | 7,16 | 27,84 | 193,84 | 73 | Каша "Дружба"                         | 250 | 6,51  | 8,95 | 34,80 | 242,30 |
|  | Чай с сахаром                         | 200 | 0,00 | 0,00 | 15,04 | 62,00  | 57 | Чай с сахаром                         | 200 | 0,00  | 0,00 | 15,04 | 62,00  |
|  | Яблоко, или груша, или банан, или др. | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96,00  | ГП | Яблоко, или груша, или банан, или др. | 100 | 1,50  | 0,50 | 21,00 | 96,00  |
|  | Хлеб ржаной                           | 20  | 0,98 | 0,20 | 8,95  | 40,00  | ГП | Хлеб ржаной                           | 30  | 1,47  | 0,30 | 13,44 | 60,00  |
|  | Хлеб пшеничный или батон              | 20  | 1,60 | 0,03 | 8,02  | 41,60  | ГП | Хлеб пшеничный или батон              | 30  | 2,40  | 0,05 | 12,03 | 62,40  |
|  | Итого                                 | 540 | 9,29 | 7,89 | 80,85 | 433,44 |    | Итого                                 | 610 | 11,88 | 9,80 | 96,31 | 522,70 |

Обед

|  |  |     |       |       |        |        |    |  |     |       |       |        |        |
|--|--|-----|-------|-------|--------|--------|----|--|-----|-------|-------|--------|--------|
|  | Икра кабачковая (промышленного производства)                         | 60  | 1,14  | 5,34  | 4,62   | 71,40  | 27 | Икра кабачковая (промышленного производства)                         | 100 | 1,90  | 8,90  | 7,70   | 119,00 |
|  | Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом(птицы или говядины) | 260 | 6,17  | 4,79  | 22,44  | 150,00 | 55 | Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом(птицы или говядины) | 260 | 6,17  | 4,79  | 22,44  | 150,00 |
|  | Гуляш  | 100 | 12,86 | 12,76 | 2,92   | 179,00 | 29 | Гуляш  | 100 | 12,86 | 12,76 | 2,92   | 179,00 |
|  | Пюре картофельное  | 170 | 3,54  | 5,78  | 21,06  | 150,28 | 7  | Пюре картофельное  | 200 | 4,16  | 6,80  | 24,76  | 176,80 |
|  | Кисель из свежих ягод (или яблок, или кураги)                        | 200 | 0,10  | 0,00  | 29,08  | 116,80 | 10 | Кисель из свежих ягод (или яблок, или кураги)                        | 200 | 0,10  | 0,00  | 29,08  | 116,80 |
|  | Хлеб пшеничный   | 60  | 4,80  | 0,90  | 22,74  | 124,80 | ГП | Хлеб пшеничный   | 80  | 6,40  | 0,12  | 32,08  | 166,40 |
|  | Хлеб ржаной  | 30  | 1,47  | 0,30  | 13,44  | 60,00  | ГП | Хлеб ржаной  | 40  | 1,96  | 0,40  | 17,92  | 80,00  |
|  | Итого  | 880 | 30,08 | 29,87 | 116,30 | 852,28 |    | Итого  | 980 | 33,55 | 33,77 | 136,90 | 988,00 |

Полдник

|  |   |     |       |       |       |        |    |   |     |       |       |       |        |
|--|---|-----|-------|-------|-------|--------|----|---|-----|-------|-------|-------|--------|
|  | Кисломолочный продукт (в ассортименте)                          | 200 | 5,80  | 5,00  | 8,00  | 106,00 | 63 | Кисломолочный продукт (в ассортименте)                          | 200 | 5,80  | 5,00  | 8,00  | 106,00 |
|  | Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.) | 100 | 5,38  | 7,00  | 58,38 | 318,04 | ГП | Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.) | 150 | 24,99 | 39,99 | 87,57 | 477,00 |
|  | Итого   | 300 | 11,18 | 12,00 | 66,38 | 424,04 |    | Итого   | 350 | 30,79 | 44,99 | 95,57 | 583,00 |

выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.

Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.

|  |   |  |       |       |        |         |  |   |  |        |        |        |         |
|--|---|--|-------|-------|--------|---------|--|---|--|--------|--------|--------|---------|
|  | Итого за день                               |  | 50,55 | 49,76 | 263,53 | 1709,76 |  | Итого за день                               |  | 76,22  | 88,56  | 328,78 | 2093,70 |
|  | Суточная потребность                        |  | 57,75 | 59,25 | 251,25 | 1762,50 |  | Суточная потребность                        |  | 67,50  | 69,00  | 287,25 | 2040,00 |
|  | Процент удовлетворения суточной потребности |  | 87,53 | 83,98 | 104,89 | 97,01   |  | Процент удовлетворения суточной потребности |  | 112,92 | 128,35 | 114,46 | 102,63  |

Дети 7-11 лет

День 7

| ГК<br>К)* | Наименование блюда<br>2  | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |        |        | Эн/п<br>(ккал)<br>7 |
|-----------|--|-------------------|----------------------|--------|--------|---------------------|
|           |  |                   | Б<br>4               | Ж<br>5 | У<br>6 |                     |
|           | Каша вязкая молочная жидкая  | 200               | 5,73                 | 7,14   | 40,65  | 249                 |
| I         | Кондитерские изделия (вафли, или<br>пряники, или печенье, или др.) | 60                | 3,23                 | 4,20   | 35,03  | 190,84              |
| I         | Хлеб ржаной  | 20                | 0,98                 | 0,20   | 8,95   | 40,00               |
| I         | Хлеб пшеничный или батон   | 20                | 1,60                 | 0,03   | 8,02   | 41,60               |
|           | Чай с лимоном  | 200               | 0,06                 | 0,01   | 15,25  | 64,00               |
|           | Итого  | 500               | 11,60                | 11,58  | 107,90 | 585,44              |

Завтрак

| № ТК<br>(ТТК)* | Наименование блюда<br>2  | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |        |        | Эн/п<br>(ккал)<br>7 |
|----------------|--|-------------------|----------------------|--------|--------|---------------------|
|                |  |                   | Б<br>4               | Ж<br>5 | У<br>6 |                     |
| 9              | Каша вязкая молочная жидкая  | 250               | 7,16                 | 8,93   | 50,81  | 311,25              |
| ГП             | Кондитерские изделия (вафли, или<br>пряники, или печенье, или др.) | 60                | 3,23                 | 4,20   | 35,03  | 190,84              |
| ГП             | Хлеб ржаной  | 30                | 1,47                 | 0,30   | 13,44  | 60,00               |
| ГП             | Хлеб пшеничный или батон   | 30                | 2,40                 | 0,05   | 12,03  | 62,40               |
| 30             | Чай с лимоном  | 200               | 0,06                 | 0,01   | 15,25  | 64,00               |
|                | Итого  | 570               | 14,32                | 13,49  | 126,56 | 688,49              |

Обед

| № ТК<br>(ТТК)* | Наименование блюда<br>2   | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |        |        | Эн/п<br>(ккал)<br>7 |
|----------------|---|-------------------|----------------------|--------|--------|---------------------|
|                |   |                   | Б<br>4               | Ж<br>5 | У<br>6 |                     |
| 4              | Овощи натуральные свежие (или<br>соленые)                                   | 100               | 1,10                 | 0,10   | 3,50   | 20,00               |
| 60             | Борщ с фасолью и картофелем со<br>сметаной и с мясом(птицы или<br>говядины) | 265               | 5,97                 | 8,33   | 8,92   | 152,00              |
| 13             | Тефтели рыбные  | 90                | 11,92                | 8,25   | 9,17   | 165,00              |
| 15             | Соус сметанный с томатом  | 25                | 0,45                 | 2,89   | 1,88   | 38,00               |
| 41             | Рис отварной  | 150               | 3,77                 | 6,11   | 41,40  | 235,65              |
| 35             | Напиток из шиповника  | 200               | 0,70                 | 0,30   | 22,80  | 97,00               |
| ГП             | Хлеб пшеничный  | 60                | 4,80                 | 0,90   | 22,74  | 124,80              |
| ГП             | Хлеб ржаной   | 30                | 1,47                 | 0,30   | 13,44  | 60,00               |
|                | Итого   | 880               | 29,74                | 27,14  | 122,45 | 884,45              |

Полдник

| № ТК<br>(ТТК)* | Наименование блюда<br>2         | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |        |        | Эн/п<br>(ккал)<br>7 |
|----------------|---------------------------------|-------------------|----------------------|--------|--------|---------------------|
|                |                                 |                   | Б<br>4               | Ж<br>5 | У<br>6 |                     |
| 62             | Компот из свежих плодов (яблок) | 200               | 0,16                 | 0,16   | 18,89  | 79,00               |
| 56             | Булочка "Новинка"               | 60                | 5,43                 | 6,90   | 33,70  | 233,00              |
| ГП             | Йогурт                          | 100               | 5,00                 | 2,50   | 3,50   | 54,00               |
|                | Итого                           | 360               | 10,6                 | 9,6    | 56,1   | 366,0               |

выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.

Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.

| Итого за день                                  | Б     | Ж     | У      | Эн/п    |
|--|-------|-------|--------|---------|
|  | 51,93 | 48,28 | 286,44 | 1835,89 |
| Суточная потребность                           | 57,75 | 59,25 | 251,25 | 1762,50 |
| Процент удовлетворения<br>суточной потребности | 89,92 | 81,49 | 114,01 | 104,16  |

Дети 12 лет и старше

День 7

| № ТК<br>(ТТК)* | Наименование блюда<br>2  | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |        |        | Эн/п<br>(ккал)<br>7 |
|----------------|--|-------------------|----------------------|--------|--------|---------------------|
|                |  |                   | Б<br>4               | Ж<br>5 | У<br>6 |                     |
| 9              | Каша вязкая молочная жидкая  | 250               | 7,16                 | 8,93   | 50,81  | 311,25              |
| ГП             | Кондитерские изделия (вафли, или<br>пряники, или печенье, или др.) | 60                | 3,23                 | 4,20   | 35,03  | 190,84              |
| ГП             | Хлеб ржаной  | 30                | 1,47                 | 0,30   | 13,44  | 60,00               |
| ГП             | Хлеб пшеничный или батон   | 30                | 2,40                 | 0,05   | 12,03  | 62,40               |
| 30             | Чай с лимоном  | 200               | 0,06                 | 0,01   | 15,25  | 64,00               |
|                | Итого  | 570               | 14,32                | 13,49  | 126,56 | 688,49              |

Обед

| № ТК<br>(ТТК)* | Наименование блюда<br>2   | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |        |        | Эн/п<br>(ккал)<br>7 |
|----------------|---|-------------------|----------------------|--------|--------|---------------------|
|                |   |                   | Б<br>4               | Ж<br>5 | У<br>6 |                     |
| 4              | Овощи натуральные свежие (или<br>соленые)                                   | 100               | 1,10                 | 0,10   | 3,50   | 20,00               |
| 60             | Борщ с фасолью и картофелем со<br>сметаной и с мясом(птицы или<br>говядины) | 265               | 5,97                 | 8,33   | 8,92   | 152,00              |
| 13             | Тефтели рыбные  | 90                | 11,92                | 8,25   | 9,17   | 165,00              |
| 15             | Соус сметанный с томатом  | 25                | 0,45                 | 2,89   | 1,88   | 38,00               |
| 41             | Рис отварной  | 200               | 5,03                 | 8,15   | 55,20  | 314,20              |
| 35             | Напиток из шиповника  | 200               | 0,70                 | 0,30   | 22,80  | 97,00               |
| ГП             | Хлеб пшеничный  | 80                | 6,40                 | 0,12   | 32,08  | 166,40              |
| ГП             | Хлеб ржаной   | 40                | 1,96                 | 0,40   | 17,92  | 80,00               |
|                | Итого   | 1000              | 33,53                | 28,54  | 151,47 | 1032,60             |

Полдник

| № ТК<br>(ТТК)* | Наименование блюда<br>2         | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |        |        | Эн/п<br>(ккал)<br>7 |
|----------------|---------------------------------|-------------------|----------------------|--------|--------|---------------------|
|                |                                 |                   | Б<br>4               | Ж<br>5 | У<br>6 |                     |
| 62             | Компот из свежих плодов (яблок) | 200               | 0,16                 | 0,16   | 18,89  | 79,00               |
| 56             | Булочка "Новинка"               | 100               | 9,05                 | 11,50  | 56,17  | 388,33              |
| ГП             | Йогурт                          | 100               | 5,00                 | 2,50   | 3,50   | 54,00               |
|                | Итого                           | 400               | 14,2                 | 14,2   | 78,6   | 521,3               |

Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.

| Итого за день                                  | Б     | Ж     | У      | Эн/п    |
|--|-------|-------|--------|---------|
|  | 62,06 | 56,19 | 356,59 | 2242,42 |
| Суточная потребность                           | 67,50 | 69,00 | 287,25 | 2040,00 |
| Процент удовлетворения<br>суточной потребности | 91,94 | 81,43 | 124,14 | 109,92  |

1.01.09 Савва Лисер

## Дети 7-11 лет

## Дети 12 лет и старше

День 8

День 8

| ТК<br>К)*      | Наименование блюда<br>2   | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |        |        | Эн/ц<br>(ккал)<br>7 | № ТК<br>(ТТК)*<br>1 | Наименование блюда<br>2   | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |        |        | Эн/ц<br>(ккал)<br>7 |
|----------------|---|-------------------|----------------------|--------|--------|---------------------|---------------------|---|-------------------|----------------------|--------|--------|---------------------|
|                |   |                   | Б                    | Ж      | У      |                     |                     |   |                   | Б                    | Ж      | У      |                     |
| <b>Завтрак</b> |   |                   |                      |        |        |                     |                     |   |                   |                      |        |        |                     |
|                | Котлеты или биточки рыбные с маслом сливочным                               | 94                | 12,95                | 8,14   | 8,36   | 156,00              | 23                  | Котлеты или биточки рыбные с маслом сливочным                               | 125               | 17,27                | 9,62   | 11,14  | 196,33              |
|                | Пюре картофельное   | 170               | 3,54                 | 5,78   | 21,06  | 150,28              | 7                   | Пюре картофельное   | 200               | 4,16                 | 6,80   | 24,76  | 176,80              |
| I              | Кофейный напиток с молоком  | 200               | 3,58                 | 2,68   | 28,34  | 151,80              | 2                   | Кофейный напиток с молоком  | 200               | 3,58                 | 2,68   | 28,34  | 151,80              |
| I              | Хлеб ржаной   | 20                | 0,98                 | 0,20   | 8,95   | 40,00               | ГП                  | Хлеб ржаной   | 30                | 1,47                 | 0,30   | 13,44  | 60,00               |
|                | Хлеб пшеничный или батон  | 20                | 1,60                 | 0,03   | 8,02   | 41,60               | ГП                  | Хлеб пшеничный или батон  | 30                | 2,40                 | 0,05   | 12,03  | 62,40               |
|                | Итого   | 504               | 22,65                | 16,83  | 74,73  | 539,68              |                     | Итого   | 585               | 28,88                | 19,45  | 89,71  | 647,33              |
| <b>Обед</b>    |   |                   |                      |        |        |                     |                     |   |                   |                      |        |        |                     |
|                | Зеленый горошек с луком репчатым  | 60                | 1,69                 | 3,11   | 3,87   | 50,00               | 16                  | Зеленый горошек с луком репчатым  | 100               | 2,82                 | 5,18   | 6,45   | 83,33               |
|                | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и с мясом(птицы или говядины) | 265               | 5,34                 | 8,42   | 7,90   | 135,00              | 33                  | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и с мясом(птицы или говядины) | 265               | 5,34                 | 8,42   | 7,90   | 135,00              |
|                | Фрикадельки из птицы с маслом сливочным                                     | 105               | 13,93                | 18,08  | 10,30  | 263,00              | 47                  | Фрикадельки из птицы с маслом сливочным                                     | 105               | 13,93                | 18,08  | 10,30  | 263,00              |
|                | Капа перловая рассыпчатая   | 150               | 6,17                 | 7,17   | 44,06  | 264,00              | 24                  | Капа перловая рассыпчатая   | 200               | 8,23                 | 9,56   | 58,75  | 352,00              |
|                | Сок   | 200               | 0,60                 | 0,00   | 33,00  | 136,00              | 25                  | Сок   | 200               | 0,60                 | 0,00   | 33,00  | 136,00              |
|                | Хлеб пшеничный  | 60                | 4,80                 | 0,90   | 22,74  | 124,80              | ГП                  | Хлеб пшеничный  | 80                | 6,40                 | 0,12   | 32,08  | 166,40              |
|                | Хлеб ржаной   | 30                | 1,47                 | 0,30   | 13,44  | 60,00               | ГП                  | Хлеб ржаной   | 40                | 1,96                 | 0,40   | 17,92  | 80,00               |
|                | Итого   | 870               | 34,00                | 37,98  | 135,31 | 1032,80             |                     | Итого   | 990               | 39,28                | 41,76  | 166,40 | 1215,73             |
| <b>Полдник</b> |   |                   |                      |        |        |                     |                     |   |                   |                      |        |        |                     |
|                | Компот из смеси сухофруктов   | 200               | 0,08                 | 0,00   | 35,00  | 141,40              | 17                  | Компот из смеси сухофруктов   | 200               | 0,08                 | 0,00   | 35,00  | 141,40              |
|                | Пудинг творожный запеченный с молоком ступенным                             | 100               | 13,25                | 9,29   | 27,50  | 256,00              | 43                  | Пудинг творожный запеченный с молоком ступенным                             | 150               | 17,68                | 12,36  | 38,02  | 346,00              |
|                | Итого   | 300               | 13,3                 | 9,3    | 62,5   | 397,4               |                     | Итого   | 350               | 17,8                 | 12,4   | 73,0   | 487,4               |
|                | Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.                                     |                   |                      |        |        |                     |                     |   |                   |                      |        |        |                     |
|                | Итого за день   |                   | 69,98                | 64,10  | 272,54 | 1969,88             |                     | Итого за день   |                   | 85,92                | 73,57  | 329,13 | 2350,46             |
|                | Суточная потребность  |                   | 57,75                | 59,25  | 251,25 | 1762,50             |                     | Суточная потребность  |                   | 67,50                | 69,00  | 287,25 | 2040,00             |
|                | Процент удовлетворения суточной потребности                                 |                   | 121,18               | 108,19 | 108,47 | 111,77              |                     | Процент удовлетворения суточной потребности                                 |                   | 127,29               | 106,62 | 114,58 | 115,22              |

Дети 7-11 лет

Дети 12 лет и старше

День 9

День 9

| №  | № ТК (ТТК)* | Наименование блюда | Вес блюда  | Пищевые вещества (г) |              |              | Эн/д (ккал)   | № ТК (ТТК)*  | Наименование блюда | Вес блюда    | Пищевые вещества (г) |              |               | Эн/д (ккал) |
|--|-------------|--------------------|------------|----------------------|--------------|--------------|---------------|--|--------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|-------------|
|  |             |                    |            | Б                    | Ж            | У            |               |  |                    |              | Б                    | Ж            | У             |             |
| 3  | 7           | 2                  | 3          | 4                    | 5            | 6            | 1             | 2  | 3                  | 4            | 5                    | 6            | 7             |             |
| <b>Завтрак</b>   |             |                    |            |                      |              |              |               |  |                    |              |                      |              |               |             |
| Макаронные изделия отварные                              | 11          |                    | 150        | 5,66                 | 6,75         | 29,04        | 144,90        | Макаронные изделия отварные                              | 200                | 7,54         | 9,00                 | 38,72        | 193,20        |             |
| Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные) | 3           |                    | 25         | 0,78                 | 0,05         | 1,63         | 10,00         | Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные) | 25                 | 0,78         | 0,05                 | 1,63         | 10,00         |             |
| Котлеты рубленые из птицы с маслом сливочным             | 14          |                    | 85         | 12,58                | 13,58        | 9,58         | 228,00        | Котлеты рубленые из птицы с маслом сливочным             | 85                 | 12,58        | 13,58                | 9,58         | 228,00        |             |
| Хлеб ржаной  | ГП          |                    | 20         | 0,98                 | 0,20         | 8,95         | 40,00         | Хлеб ржаной  | 30                 | 1,47         | 0,30                 | 13,44        | 60,00         |             |
| Хлеб пшеничный или батон                                 | ГП          |                    | 20         | 1,60                 | 0,03         | 8,02         | 41,60         | Хлеб пшеничный или батон                                 | 30                 | 2,40         | 0,05                 | 12,03        | 62,40         |             |
| Чай с сахаром  | 57          |                    | 200        | 0,00                 | 0,00         | 15,04        | 62,00         | Чай с сахаром  | 200                | 0,00         | 0,00                 | 15,04        | 62,00         |             |
| <b>Итого</b>   |             |                    | <b>500</b> | <b>21,60</b>         | <b>20,61</b> | <b>72,26</b> | <b>526,50</b> | <b>Итого</b>   | <b>570</b>         | <b>24,77</b> | <b>22,98</b>         | <b>90,44</b> | <b>615,60</b> |             |

Обед

Обед

|  |    |  |            |              |              |               |               |  |            |              |              |               |               |
|--|----|--|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Икра кабачковая (промышленного производства) | 27 |  | 60         | 1,14         | 5,34         | 4,62          | 71,40         | Икра кабачковая (промышленного производства) | 100        | 1,90         | 8,90         | 7,70          | 119,00        |
| Суп картофельный с мясными фрикадельками     | 49 |  | 250        | 8,26         | 5,79         | 20,20         | 166,54        | Суп картофельный с мясными фрикадельками     | 250        | 8,26         | 5,79         | 20,20         | 166,54        |
| Капуста тушеная с мясом (говядины)           | 45 |  | 200        | 13,68        | 12,11        | 11,57         | 221,00        | Капуста тушеная с мясом (говядины)           | 200        | 13,68        | 12,11        | 11,57         | 221,00        |
| Сок  | 25 |  | 200        | 0,60         | 0,00         | 33,00         | 136,00        | Сок  | 200        | 0,60         | 0,00         | 33,00         | 136,00        |
| Хлеб пшеничный                               | ГП |  | 60         | 4,80         | 0,90         | 22,74         | 124,80        | Хлеб пшеничный                               | 80         | 6,40         | 0,12         | 32,08         | 166,40        |
| Хлеб ржаной                                  | ГП |  | 30         | 1,47         | 0,30         | 13,44         | 60,00         | Хлеб ржаной                                  | 40         | 1,96         | 0,40         | 17,92         | 80,00         |
| <b>Итого</b>                                 |    |  | <b>800</b> | <b>29,95</b> | <b>24,44</b> | <b>105,57</b> | <b>779,74</b> | <b>Итого</b>                                 | <b>870</b> | <b>32,80</b> | <b>27,32</b> | <b>122,47</b> | <b>888,94</b> |

Полдник

Полдник

|  |    |  |            |             |             |             |              |  |            |             |             |             |              |
|--|----|--|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| Компот из плодов или ягод сушеных (кураги) | 71 |  | 200        | 1,04        | 0,00        | 34,00       | 140,20       | Компот из плодов или ягод сушеных (кураги) | 200        | 1,04        | 0,00        | 34,00       | 140,20       |
| Омлет натуральный                          | 18 |  | 130        | 10,97       | 15,34       | 3,07        | 192,4        | Омлет натуральный                          | 130        | 10,97       | 15,34       | 3,07        | 192,4        |
| Хлеб пшеничный или батон                   | ГП |  | 20         | 1,60        | 0,03        | 8,02        | 41,60        | Хлеб пшеничный или батон                   | 30         | 2,40        | 0,05        | 12,03       | 62,40        |
| <b>Итого</b>                               |    |  | <b>350</b> | <b>13,6</b> | <b>15,4</b> | <b>45,1</b> | <b>374,2</b> | <b>Итого</b>                               | <b>360</b> | <b>14,4</b> | <b>15,4</b> | <b>49,1</b> | <b>395,0</b> |

выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.

Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.

|  |  |  |  |               |               |               |                |  |  |              |              |               |                |
|--|--|--|--|---------------|---------------|---------------|----------------|--|--|--------------|--------------|---------------|----------------|
| <b>Итого за день</b>                               |  |  |  | <b>65,16</b>  | <b>60,42</b>  | <b>222,92</b> | <b>1680,44</b> | <b>Итого за день</b>                               |  | <b>71,98</b> | <b>65,69</b> | <b>262,01</b> | <b>1899,54</b> |
| <b>Суточная потребность</b>                        |  |  |  | <b>57,75</b>  | <b>59,25</b>  | <b>251,25</b> | <b>1762,50</b> | <b>Суточная потребность</b>                        |  | <b>67,50</b> | <b>69,00</b> | <b>287,25</b> | <b>2040,00</b> |
| <b>Процент удовлетворения суточной потребности</b> |  |  |  | <b>112,83</b> | <b>101,97</b> | <b>88,72</b>  | <b>95,34</b>   | <b>Процент удовлетворения суточной потребности</b> |  | <b>70,43</b> | <b>95,20</b> | <b>91,21</b>  | <b>93,11</b>   |

Дети 7-11 лет

День 10

| ГК<br>КУ*      | Наименование блюда<br>2     | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |              |              |               |    |                             | Эн/п<br>(ккал)<br>7 | № ТК<br>(ТТК)*<br>1 | Наименование блюда<br>2 | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |   |   |   |   |   | Эн/п<br>(ккал)<br>7 |
|----------------|-----------------------------|-------------------|----------------------|--------------|--------------|---------------|----|-----------------------------|---------------------|---------------------|-------------------------|-------------------|----------------------|---|---|---|---|---|---------------------|
|                |                             |                   | Б                    |              | Ж            |               | У  |                             |                     |                     |                         |                   | Б                    |   | Ж |   | У |   |                     |
|                |                             |                   | 4                    | 5            | 4            | 5             | 4  | 5                           |                     |                     |                         |                   | 4                    | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 |                     |
| <b>Завтрак</b> |                             |                   |                      |              |              |               |    |                             |                     |                     |                         |                   |                      |   |   |   |   |   |                     |
|                | Каша вязкая молочная жидкая | 200               | 5,73                 | 7,14         | 40,65        | 249           | 9  | Каша вязкая молочная жидкая | 250                 | 7,16                | 8,93                    | 50,81             | 311,25               |   |   |   |   |   |                     |
|                | Яйцо вареное                | 40                | 5,10                 | 4,60         | 0,30         | 63,00         | 38 | Яйцо вареное                | 40                  | 5,10                | 4,60                    | 0,30              | 63,00                |   |   |   |   |   |                     |
|                | Хлеб ржаной                 | 20                | 0,98                 | 0,20         | 8,95         | 40,00         | ГП | Хлеб ржаной                 | 30                  | 1,47                | 0,30                    | 13,44             | 60,00                |   |   |   |   |   |                     |
|                | Бутерброд с сыром и маслом  | 50                | 4,68                 | 10,34        | 14,89        | 171,00        | 68 | Бутерброд с сыром и маслом  | 77                  | 7,38                | 13,40                   | 24,76             | 250,00               |   |   |   |   |   |                     |
|                | Какао с молоком             | 200               | 3,76                 | 3,20         | 26,74        | 150,80        | 36 | Какао с молоком             | 200                 | 3,76                | 3,20                    | 26,74             | 150,80               |   |   |   |   |   |                     |
|                | <b>Итого</b>                | <b>510</b>        | <b>20,25</b>         | <b>25,48</b> | <b>91,53</b> | <b>673,80</b> |    | <b>Итого</b>                | <b>597</b>          | <b>24,87</b>        | <b>30,43</b>            | <b>116,05</b>     | <b>835,05</b>        |   |   |   |   |   |                     |

**Обед**

| ГК<br>КУ*   | Наименование блюда<br>2                 | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |              |              |               |    |   | Эн/п<br>(ккал)<br>7 | № ТК<br>(ТТК)*<br>1 | Наименование блюда<br>2 | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |   |   |   |   |   | Эн/п<br>(ккал)<br>7 |
|-------------|---|-------------------|----------------------|--------------|--------------|---------------|----|---|---------------------|---------------------|-------------------------|-------------------|----------------------|---|---|---|---|---|---------------------|
|             |   |                   | Б                    |              | Ж            |               | У  |   |                     |                     |                         |                   | Б                    |   | Ж |   | У |   |                     |
|             |   |                   | 4                    | 5            | 4            | 5             | 4  | 5                                       |                     |                     |                         |                   | 4                    | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 |                     |
| <b>Обед</b> |   |                   |                      |              |              |               |    |   |                     |                     |                         |                   |                      |   |   |   |   |   |                     |
|             | Овощи натуральные свежие (или соленные) | 60                | 0,48                 | 0,06         | 1,02         | 7,80          | 4  | Овощи натуральные свежие (или соленные) | 100                 | 0,80                | 0,10                    | 1,70              | 13,00                |   |   |   |   |   |                     |
|             | Солянка домашняя со сметаной            | 255               | 7,91                 | 8,66         | 10,87        | 146,00        | 59 | Солянка домашняя со сметаной            | 255                 | 7,91                | 8,66                    | 10,87             | 146,00               |   |   |   |   |   |                     |
|             | Картофель отварной                      | 150               | 3,28                 | 8,45         | 21,91        | 175,80        | 21 | Картофель отварной                      | 200                 | 4,37                | 11,27                   | 29,21             | 234,40               |   |   |   |   |   |                     |
|             | Соус сметанный                          | 25                | 0,44                 | 4,56         | 1,82         | 48,00         | 42 | Соус сметанный                          | 25                  | 0,44                | 4,56                    | 1,82              | 48,00                |   |   |   |   |   |                     |
|             | Голубцы ленивые                         | 90                | 7,65                 | 7,47         | 3,60         | 112,50        | 26 | Голубцы ленивые                         | 100                 | 8,50                | 8,30                    | 4,00              | 125,00               |   |   |   |   |   |                     |
|             | Компот из свежих плодов (яблоко)        | 200               | 0,16                 | 0,16         | 18,89        | 79,00         | 62 | Компот из свежих плодов (яблоко)        | 200                 | 0,16                | 0,16                    | 18,89             | 79,00                |   |   |   |   |   |                     |
|             | Хлеб пшеничный                          | 60                | 4,80                 | 0,90         | 22,74        | 124,80        | ГП | Хлеб пшеничный                          | 80                  | 6,40                | 0,12                    | 32,08             | 166,40               |   |   |   |   |   |                     |
|             | Хлеб ржаной                             | 30                | 1,47                 | 0,30         | 13,44        | 60,00         | ГП | Хлеб ржаной                             | 40                  | 1,96                | 0,40                    | 17,92             | 80,00                |   |   |   |   |   |                     |
|             | <b>Итого</b>                            | <b>870</b>        | <b>26,19</b>         | <b>30,56</b> | <b>94,29</b> | <b>753,90</b> |    | <b>Итого</b>                            | <b>1000</b>         | <b>30,54</b>        | <b>33,57</b>            | <b>116,49</b>     | <b>891,80</b>        |   |   |   |   |   |                     |

**Полдник**

| ГК<br>КУ*      | Наименование блюда<br>2               | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |             |             |              |    |                                       | Эн/п<br>(ккал)<br>7 | № ТК<br>(ТТК)*<br>1 | Наименование блюда<br>2 | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |   |   |   |   |   | Эн/п<br>(ккал)<br>7 |
|----------------|---------------------------------------|-------------------|----------------------|-------------|-------------|--------------|----|---------------------------------------|---------------------|---------------------|-------------------------|-------------------|----------------------|---|---|---|---|---|---------------------|
|                |                                       |                   | Б                    |             | Ж           |              | У  |                                       |                     |                     |                         |                   | Б                    |   | Ж |   | У |   |                     |
|                |                                       |                   | 4                    | 5           | 4           | 5            | 4  | 5                                     |                     |                     |                         |                   | 4                    | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 |                     |
| <b>Полдник</b> |                                       |                   |                      |             |             |              |    |                                       |                     |                     |                         |                   |                      |   |   |   |   |   |                     |
|                | Чай с молоком                         | 200               | 1,40                 | 1,60        | 17,39       | 91,00        | 20 | Чай с молоком                         | 200                 | 1,40                | 1,60                    | 17,39             | 91,00                |   |   |   |   |   |                     |
|                | Булочка домашняя                      | 60                | 4,50                 | 78,00       | 36,20       | 233,00       | 64 | Булочка домашняя                      | 100                 | 7,50                | 130,00                  | 60,34             | 388,34               |   |   |   |   |   |                     |
|                | Яблоко, или груша, или банан, или др. | 100               | 1,50                 | 0,50        | 21,00       | 96,00        | ГП | Яблоко, или груша, или банан, или др. | 100                 | 1,50                | 0,50                    | 21,00             | 96,00                |   |   |   |   |   |                     |
|                | <b>Итого</b>                          | <b>360</b>        | <b>7,4</b>           | <b>80,1</b> | <b>74,6</b> | <b>420,0</b> |    | <b>Итого</b>                          | <b>400</b>          | <b>10,4</b>         | <b>132,1</b>            | <b>98,7</b>       | <b>575,3</b>         |   |   |   |   |   |                     |

выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.

Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.

| ГК<br>КУ*            | Наименование блюда<br>2                            | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |               |               |                |   |  | Эн/п<br>(ккал)<br>7 | № ТК<br>(ТТК)*<br>1 | Наименование блюда<br>2 | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |   |   |   |   |   | Эн/п<br>(ккал)<br>7 |
|----------------------|--|-------------------|----------------------|---------------|---------------|----------------|---|--|---------------------|---------------------|-------------------------|-------------------|----------------------|---|---|---|---|---|---------------------|
|                      |  |                   | Б                    |               | Ж             |                | У |  |                     |                     |                         |                   | Б                    |   | Ж |   | У |   |                     |
|                      |  |                   | 4                    | 5             | 4             | 5              | 4 | 5  |                     |                     |                         |                   | 4                    | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 |                     |
| <b>Итого за день</b> |  |                   |                      |               |               |                |   |  |                     |                     |                         |                   |                      |   |   |   |   |   |                     |
|                      | <b>Итого за день</b>                               |                   | <b>53,84</b>         | <b>136,14</b> | <b>260,41</b> | <b>1847,70</b> |   | <b>Итого за день</b>                               |                     | <b>65,81</b>        | <b>196,10</b>           | <b>331,27</b>     | <b>2302,19</b>       |   |   |   |   |   |                     |
|                      | <b>Суточная потребность</b>                        |                   | <b>57,75</b>         | <b>59,25</b>  | <b>251,25</b> | <b>1762,50</b> |   | <b>Суточная потребность</b>                        |                     | <b>67,50</b>        | <b>69,00</b>            | <b>287,25</b>     | <b>2040,00</b>       |   |   |   |   |   |                     |
|                      | <b>Процент удовлетворения суточной потребности</b> |                   | <b>93,23</b>         | <b>229,77</b> | <b>103,65</b> | <b>104,83</b>  |   | <b>Процент удовлетворения суточной потребности</b> |                     | <b>97,50</b>        | <b>284,20</b>           | <b>115,32</b>     | <b>112,85</b>        |   |   |   |   |   |                     |

Дети 7-11 лет

Дети 12 лет и старше

| ГК<br>К)*      | День 11  |                   |                      |        |        |                     |                     | День 11  |                   |                      |        |        |                     |  |
|----------------|--|-------------------|----------------------|--------|--------|---------------------|---------------------|--|-------------------|----------------------|--------|--------|---------------------|--|
|                | Наименование блюда<br>2  | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |        |        | Эн/ц<br>(ккал)<br>7 | № ТК<br>(ГТК)*<br>1 | Наименование блюда<br>2  | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |        |        | Эн/ц<br>(ккал)<br>7 |  |
|                |  |                   | Б<br>4               | Ж<br>5 | У<br>6 |                     |                     |  |                   | Б<br>4               | Ж<br>5 | У<br>6 |                     |  |
| <b>Завтрак</b> |  |                   |                      |        |        |                     |                     |  |                   |                      |        |        |                     |  |
|                | Пельмени отварные с маслом сливочным                               | 168               | 17,59                | 16,71  | 30,38  | 348                 | 50                  | Пельмени отварные с маслом сливочным                               | 210               | 22,07                | 20,92  | 38,19  | 435                 |  |
|                | Чай с сахаром  | 200               | 0,00                 | 0,00   | 15,04  | 62,00               | 57                  | Чай с сахаром  | 200               | 0,00                 | 0,00   | 15,04  | 62,00               |  |
| I              | Хлеб ржаной  | 20                | 0,98                 | 0,20   | 8,95   | 40,00               | ГП                  | Хлеб ржаной  | 30                | 1,47                 | 0,30   | 13,44  | 60,00               |  |
| I              | Хлеб пшеничный или батон   | 20                | 1,60                 | 0,03   | 8,02   | 41,60               | ГП                  | Хлеб пшеничный или батон   | 30                | 2,40                 | 0,05   | 12,03  | 62,40               |  |
| I              | Яблоко, или груша, или банан, или др.                              | 100               | 1,50                 | 0,50   | 21,00  | 96,00               | ГП                  | Яблоко, или груша, или банан, или др.                              | 100               | 1,50                 | 0,50   | 21,00  | 96,00               |  |
|                | Итого  | 508               | 21,67                | 17,44  | 83,39  | 587,60              |                     | Итого  | 570               | 27,44                | 21,77  | 99,70  | 715,40              |  |
| <b>Обед</b>    |  |                   |                      |        |        |                     |                     |  |                   |                      |        |        |                     |  |
|                | Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)           | 60                | 1,86                 | 0,12   | 3,90   | 24,00               | 1                   | Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)           | 100               | 3,10                 | 0,20   | 6,50   | 40,00               |  |
|                | Рассольник ленинградский со сметаной и с мясом(птицы или говядины) | 265               | 5,69                 | 8,48   | 20,03  | 190,00              | 28                  | Рассольник ленинградский со сметаной и с мясом(птицы или говядины) | 265               | 5,69                 | 8,48   | 20,03  | 190,00              |  |
|                | Плов из птицы  | 200               | 19,87                | 25,33  | 32,13  | 436,00              | 34                  | Плов из птицы  | 250               | 24,84                | 31,66  | 40,16  | 545,00              |  |
|                | Компот из плодов или ягод сушеных (кураги)                         | 200               | 1,04                 | 0,00   | 34,00  | 140,20              | 71                  | Компот из плодов или ягод сушеных (кураги)                         | 200               | 1,04                 | 0,00   | 34,00  | 140,20              |  |
|                | Хлеб пшеничный   | 60                | 4,80                 | 0,90   | 22,74  | 124,80              | ГП                  | Хлеб пшеничный   | 80                | 6,40                 | 0,12   | 32,08  | 166,40              |  |
|                | Хлеб ржаной  | 30                | 1,47                 | 0,30   | 13,44  | 60,00               | ГП                  | Хлеб ржаной  | 40                | 1,96                 | 0,40   | 17,92  | 80,00               |  |
|                | Итого  | 815               | 34,73                | 35,13  | 126,24 | 975,00              |                     | Итого  | 935               | 43,03                | 40,86  | 150,69 | 1161,60             |  |
| <b>Полдник</b> |  |                   |                      |        |        |                     |                     |  |                   |                      |        |        |                     |  |
|                | Кисломолочный продукт (в ассортименте)                             | 200               | 5,80                 | 5,00   | 8,00   | 106,00              | 63                  | Кисломолочный продукт (в ассортименте)                             | 200               | 5,80                 | 5,00   | 8,00   | 106,00              |  |
|                | Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)    | 100               | 5,38                 | 7,00   | 58,38  | 318,04              | ГП                  | Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)    | 150               | 24,99                | 39,99  | 87,57  | 477,00              |  |
|                | Итого  | 300               | 11,18                | 12,00  | 66,38  | 424,04              |                     | Итого  | 350               | 30,79                | 44,99  | 95,57  | 583,00              |  |
|                | выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.                                |                   |                      |        |        |                     |                     | Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.                            |                   |                      |        |        |                     |  |
|                | Итого за день  |                   | 67,58                | 64,57  | 276,01 | 1986,64             |                     | Итого за день  |                   | 101,26               | 107,62 | 345,96 | 2460,00             |  |
|                | Суточная потребность   |                   | 57,75                | 59,25  | 251,25 | 1762,50             |                     | Суточная потребность   |                   | 67,50                | 69,00  | 287,25 | 2040,00             |  |
|                | Процент удовлетворения суточной потребности                        |                   | 117,02               | 108,98 | 109,85 | 112,72              |                     | Процент удовлетворения суточной потребности                        |                   | 150,01               | 155,97 | 120,44 | 120,59              |  |

Дети 7-11 лет

День 12

| ГК<br>КУ*                           | Наименование блюда<br>2   | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |               |               | Эн/л<br>(ккал)<br>7 | № ТК<br>(ТТК)*<br>1 | Наименование блюда<br>2   | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |               |               | Эн/л<br>(ккал)<br>7 |
|-------------------------------------|---|-------------------|----------------------|---------------|---------------|---------------------|---------------------|---|-------------------|----------------------|---------------|---------------|---------------------|
|                                     |   |                   | Б                    | Ж             | У             |                     |                     |   |                   | Б                    | Ж             | У             |                     |
| <b>Завтрак</b>                      |   |                   |                      |               |               |                     |                     |   |                   |                      |               |               |                     |
|                                     | Котлеты, биточки, шницели (из говядины) с маслом сливочным      | 94                | 15,21                | 13,76         | 13,33         | 235,00              | 58                  | Котлеты, биточки, шницели (из говядины) с маслом сливочным      | 105               | 16,91                | 15,68         | 14,82         | 265,33              |
|                                     | Каша рассыпчатая  | 150               | 8,34                 | 8,64          | 37,61         | 259,00              | 24                  | Каша рассыпчатая  | 200               | 11,12                | 11,52         | 50,15         | 345,33              |
|                                     | Чай с молоком   | 200               | 1,40                 | 1,60          | 17,39         | 91,00               | 20                  | Чай с молоком   | 200               | 1,40                 | 1,60          | 17,39         | 91,00               |
|                                     | Яблоко, или груша, или банан, или др.                           | 100               | 1,50                 | 0,50          | 21,00         | 96,00               | ГП                  | Яблоко, или груша, или банан, или др.                           | 100               | 1,50                 | 0,50          | 21,00         | 96,00               |
|                                     | Хлеб ржаной   | 20                | 0,98                 | 0,20          | 8,95          | 40,00               | ГП                  | Хлеб ржаной   | 30                | 1,47                 | 0,30          | 13,44         | 60,00               |
|                                     | Хлеб пшеничный или батон  | 20                | 1,60                 | 0,03          | 8,02          | 41,60               | ГП                  | Хлеб пшеничный или батон  | 30                | 2,40                 | 0,05          | 12,03         | 62,40               |
|                                     | <b>Итого</b>  | <b>584</b>        | <b>29,03</b>         | <b>24,73</b>  | <b>106,30</b> | <b>762,60</b>       |                     | <b>Итого</b>  | <b>665</b>        | <b>34,80</b>         | <b>29,65</b>  | <b>128,83</b> | <b>920,06</b>       |
| <b>Обед</b>                         |   |                   |                      |               |               |                     |                     |   |                   |                      |               |               |                     |
|                                     | Овощи натуральные свежие (или соленные)                         | 60                | 0,48                 | 0,06          | 1,02          | 7,80                | 4                   | Овощи натуральные свежие (или соленные)                         | 100               | 0,80                 | 0,10          | 1,70          | 13,00               |
|                                     | Суп "Волна" с мясом (птицы или говядины)                        | 260               | 10,31                | 7,55          | 18,48         | 206,00              | 65                  | Суп "Волна" с мясом (птицы или говядины)                        | 260               | 10,31                | 7,55          | 18,48         | 206,00              |
|                                     | Азу   | 200               | 16,31                | 17,48         | 20,80         | 305,85              | 61                  | Азу   | 200               | 16,31                | 17,48         | 20,80         | 305,85              |
|                                     | Компот из смеси сухофруктов                                     | 200               | 0,08                 | 0,00          | 35,00         | 141,40              | 17                  | Компот из смеси сухофруктов                                     | 200               | 0,08                 | 0,00          | 35,00         | 141,40              |
|                                     | Хлеб пшеничный  | 60                | 4,80                 | 0,90          | 22,74         | 124,80              | ГП                  | Хлеб пшеничный  | 80                | 6,40                 | 0,12          | 32,08         | 166,40              |
|                                     | Хлеб ржаной   | 30                | 1,47                 | 0,30          | 13,44         | 60,00               | ГП                  | Хлеб ржаной   | 40                | 1,96                 | 0,40          | 17,92         | 80,00               |
|                                     | <b>Итого</b>  | <b>810</b>        | <b>33,45</b>         | <b>26,29</b>  | <b>111,48</b> | <b>845,85</b>       |                     | <b>Итого</b>  | <b>880</b>        | <b>35,86</b>         | <b>25,65</b>  | <b>125,98</b> | <b>912,65</b>       |
| <b>Полдник</b>                      |   |                   |                      |               |               |                     |                     |   |                   |                      |               |               |                     |
|                                     | Напиток из шиповника  | 200               | 0,70                 | 0,30          | 22,80         | 97,00               | 35                  | Напиток из шиповника  | 200               | 0,70                 | 0,30          | 22,80         | 97,00               |
|                                     | Блинчики с маслом сливочным                                     | 63                | 4,66                 | 6,26          | 21,20         | 150,00              | 75                  | Блинчики с маслом сливочным                                     | 105               | 7,77                 | 10,43         | 35,33         | 250,00              |
|                                     | Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.) | 40                | 2,15                 | 2,80          | 23,35         | 127,20              | ГП                  | Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.) | 50                | 8,33                 | 13,33         | 29,19         | 159,00              |
|                                     | <b>Итого</b>  | <b>303</b>        | <b>7,51</b>          | <b>9,36</b>   | <b>67,35</b>  | <b>374,20</b>       |                     | <b>Итого</b>  | <b>355</b>        | <b>16,80</b>         | <b>24,06</b>  | <b>87,32</b>  | <b>506,00</b>       |
| выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр. |   |                   |                      |               |               |                     |                     |   |                   |                      |               |               |                     |
| <b>Итого за день</b>                |   |                   |                      |               |               |                     |                     |   |                   |                      |               |               |                     |
|                                     | <b>Итого за день</b>  |                   | <b>69,99</b>         | <b>60,38</b>  | <b>285,13</b> | <b>1982,65</b>      |                     | <b>Итого за день</b>  |                   | <b>87,46</b>         | <b>79,36</b>  | <b>342,13</b> | <b>2338,71</b>      |
|                                     | <b>Суточная потребность</b>                                     |                   | <b>57,75</b>         | <b>59,25</b>  | <b>251,25</b> | <b>1762,50</b>      |                     | <b>Суточная потребность</b>                                     |                   | <b>67,50</b>         | <b>69,00</b>  | <b>287,25</b> | <b>2040,00</b>      |
|                                     | <b>Процент удовлетворения</b>                                   |                   | <b>121,19</b>        | <b>101,91</b> | <b>113,48</b> | <b>112,49</b>       |                     | <b>Процент удовлетворения</b>                                   |                   | <b>129,57</b>        | <b>115,01</b> | <b>119,11</b> | <b>114,64</b>       |
|                                     | <b>суточной потребности</b>                                     |                   |                      |               |               |                     |                     | <b>суточной потребности</b>                                     |                   |                      |               |               |                     |

Дети 12 лет и старше

День 12

| ГК<br>КУ*                               | Наименование блюда<br>2   | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |               |               | Эн/л<br>(ккал)<br>7 | № ТК<br>(ТТК)*<br>1 | Наименование блюда<br>2   | Вес<br>блюда<br>3 | Пищевые вещества (г) |               |               | Эн/л<br>(ккал)<br>7 |
|---|---|-------------------|----------------------|---------------|---------------|---------------------|---------------------|---|-------------------|----------------------|---------------|---------------|---------------------|
|   |   |                   | Б                    | Ж             | У             |                     |                     |   |                   | Б                    | Ж             | У             |                     |
| <b>Завтрак</b>                          |   |                   |                      |               |               |                     |                     |   |                   |                      |               |               |                     |
|   | Котлеты, биточки, шницели (из говядины) с маслом сливочным      | 94                | 15,21                | 13,76         | 13,33         | 235,00              | 58                  | Котлеты, биточки, шницели (из говядины) с маслом сливочным      | 105               | 16,91                | 15,68         | 14,82         | 265,33              |
|   | Каша рассыпчатая  | 150               | 8,34                 | 8,64          | 37,61         | 259,00              | 24                  | Каша рассыпчатая  | 200               | 11,12                | 11,52         | 50,15         | 345,33              |
|   | Чай с молоком   | 200               | 1,40                 | 1,60          | 17,39         | 91,00               | 20                  | Чай с молоком   | 200               | 1,40                 | 1,60          | 17,39         | 91,00               |
|   | Яблоко, или груша, или банан, или др.                           | 100               | 1,50                 | 0,50          | 21,00         | 96,00               | ГП                  | Яблоко, или груша, или банан, или др.                           | 100               | 1,50                 | 0,50          | 21,00         | 96,00               |
|   | Хлеб ржаной   | 20                | 0,98                 | 0,20          | 8,95          | 40,00               | ГП                  | Хлеб ржаной   | 30                | 1,47                 | 0,30          | 13,44         | 60,00               |
|   | Хлеб пшеничный или батон  | 20                | 1,60                 | 0,03          | 8,02          | 41,60               | ГП                  | Хлеб пшеничный или батон  | 30                | 2,40                 | 0,05          | 12,03         | 62,40               |
|   | <b>Итого</b>  | <b>584</b>        | <b>29,03</b>         | <b>24,73</b>  | <b>106,30</b> | <b>762,60</b>       |                     | <b>Итого</b>  | <b>665</b>        | <b>34,80</b>         | <b>29,65</b>  | <b>128,83</b> | <b>920,06</b>       |
| <b>Обед</b>                             |   |                   |                      |               |               |                     |                     |   |                   |                      |               |               |                     |
|   | Овощи натуральные свежие (или соленные)                         | 60                | 0,48                 | 0,06          | 1,02          | 7,80                | 4                   | Овощи натуральные свежие (или соленные)                         | 100               | 0,80                 | 0,10          | 1,70          | 13,00               |
|   | Суп "Волна" с мясом (птицы или говядины)                        | 260               | 10,31                | 7,55          | 18,48         | 206,00              | 65                  | Суп "Волна" с мясом (птицы или говядины)                        | 260               | 10,31                | 7,55          | 18,48         | 206,00              |
|   | Азу   | 200               | 16,31                | 17,48         | 20,80         | 305,85              | 61                  | Азу   | 200               | 16,31                | 17,48         | 20,80         | 305,85              |
|   | Компот из смеси сухофруктов                                     | 200               | 0,08                 | 0,00          | 35,00         | 141,40              | 17                  | Компот из смеси сухофруктов                                     | 200               | 0,08                 | 0,00          | 35,00         | 141,40              |
|   | Хлеб пшеничный  | 60                | 4,80                 | 0,90          | 22,74         | 124,80              | ГП                  | Хлеб пшеничный  | 80                | 6,40                 | 0,12          | 32,08         | 166,40              |
|   | Хлеб ржаной   | 30                | 1,47                 | 0,30          | 13,44         | 60,00               | ГП                  | Хлеб ржаной   | 40                | 1,96                 | 0,40          | 17,92         | 80,00               |
|   | <b>Итого</b>  | <b>810</b>        | <b>33,45</b>         | <b>26,29</b>  | <b>111,48</b> | <b>845,85</b>       |                     | <b>Итого</b>  | <b>880</b>        | <b>35,86</b>         | <b>25,65</b>  | <b>125,98</b> | <b>912,65</b>       |
| <b>Полдник</b>                          |   |                   |                      |               |               |                     |                     |   |                   |                      |               |               |                     |
|   | Напиток из шиповника  | 200               | 0,70                 | 0,30          | 22,80         | 97,00               | 35                  | Напиток из шиповника  | 200               | 0,70                 | 0,30          | 22,80         | 97,00               |
|   | Блинчики с маслом сливочным                                     | 63                | 4,66                 | 6,26          | 21,20         | 150,00              | 75                  | Блинчики с маслом сливочным                                     | 105               | 7,77                 | 10,43         | 35,33         | 250,00              |
|   | Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.) | 40                | 2,15                 | 2,80          | 23,35         | 127,20              | ГП                  | Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.) | 50                | 8,33                 | 13,33         | 29,19         | 159,00              |
|   | <b>Итого</b>  | <b>303</b>        | <b>7,51</b>          | <b>9,36</b>   | <b>67,35</b>  | <b>374,20</b>       |                     | <b>Итого</b>  | <b>355</b>        | <b>16,80</b>         | <b>24,06</b>  | <b>87,32</b>  | <b>506,00</b>       |
| Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр. |   |                   |                      |               |               |                     |                     |   |                   |                      |               |               |                     |
| <b>Итого за день</b>                    |   |                   |                      |               |               |                     |                     |   |                   |                      |               |               |                     |
|   | <b>Итого за день</b>  |                   | <b>69,99</b>         | <b>60,38</b>  | <b>285,13</b> | <b>1982,65</b>      |                     | <b>Итого за день</b>  |                   | <b>87,46</b>         | <b>79,36</b>  | <b>342,13</b> | <b>2338,71</b>      |
|   | <b>Суточная потребность</b>                                     |                   | <b>57,75</b>         | <b>59,25</b>  | <b>251,25</b> | <b>1762,50</b>      |                     | <b>Суточная потребность</b>                                     |                   | <b>67,50</b>         | <b>69,00</b>  | <b>287,25</b> | <b>2040,00</b>      |
|   | <b>Процент удовлетворения</b>                                   |                   | <b>121,19</b>        | <b>101,91</b> | <b>113,48</b> | <b>112,49</b>       |                     | <b>Процент удовлетворения</b>                                   |                   | <b>129,57</b>        | <b>115,01</b> | <b>119,11</b> | <b>114,64</b>       |
|   | <b>суточной потребности</b>                                     |                   |                      |               |               |                     |                     | <b>суточной потребности</b>                                     |                   |                      |               |               |                     |

| Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 7-11 лет        |  | Пищевые вещества (г) |        |        |             | Эн/ц (ккал) |
|--|--|----------------------|--------|--------|-------------|-------------|
|  |  | Б                    | Ж      | У      | У           |             |
| 0 за 12 дней   |  | 788,7                | 887,5  | 3175,0 | 22644,2     |             |
| 0 за 1 дней  |  | 65,7                 | 74,0   | 264,6  | 1887,0      |             |
| ношение Б:Ж:У  |  | 1,0                  | 1,1    | 4,0    |             |             |
| чная потребность   |  | 57,8                 | 59,3   | 251,3  | 1762,5      |             |
| Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 12 лет и старше |  |                      |        |        |             |             |
|  |  | Пищевые вещества (г) |        |        | Эн/ц (ккал) |             |
|  |  | Б                    | Ж      | У      |             |             |
| 0 за 12 дней   |  | 978,8                | 1183,8 | 3906,7 | 27261,8     |             |
| 0 за 1 дней  |  | 81,6                 | 98,6   | 325,6  | 2271,8      |             |
| Соотношение Б:Ж:У  |  | 1,0                  | 1,2    | 4,0    |             |             |
| Суточная потребность   |  | 67,5                 | 69,0   | 287,3  | 2040,0      |             |
| Процент удовлетворения суточной потребности  |  | 113,8                | 124,8  | 105,3  | 107,1       |             |
| Процент удовлетворения суточной потребности  |  | 120,8                | 143,0  | 113,3  | 111,4       |             |