



Печенье | 30 | 2,25 | 3,54 | 7,08 | 114 | | | | | 33 | 8,7 | 6 | 27 | 0,63 | | |

	Сок фруктовый	200	1		24,4	45	40	0,4	0,4	0,2		133,8	18,8	135	0,6		0,2	0,2
	Фрукты	185	0,16	0,24	12,77	48	2 780	24,98		0,19	98 975	5,55	4 625	10 175	0,0925		0,19	0,19
	<b>Всего Второй завтрак</b>		<b>3,41</b>	<b>3,78</b>	<b>44,25</b>	<b>207</b>	<b>2 820</b>	<b>25,38</b>	<b>0,4</b>	<b>0,39</b>	<b>131,9 8</b>	<b>148,0 5</b>	<b>29,43</b>	<b>172,1 8</b>	<b>1,32</b>		<b>0,39</b>	<b>0,39</b>
	Обед																	
96	Огурец соленый	100	0,8	0,8	3,2	18	60	0,03	10	0,1	23		14	42	0,9		0,1	0,1
363	Рассольник ленинградский	250	2,02	5,09	11,98	107		0,09	8,38		476,55	29,15	24 175	56 725	0,925			
309	Мясо тушеное (говядина)	100	19	21,75	2,87	284		0,05	0,87	3,25		13,75	27,5	196,25	2,75		3,25	3,25
349	Макаронные изделия отварные	200	7,36	6,02	35,26	225		0,07			40,46	6,48	28,16	49,56	1 474			
108	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133		0,02	0,73		229,8	32,48	17,46	23,44	0,698			
110	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94		0,04		0,44		8	5,6	26	0,44		0,44	0,44
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	80	5,28	0,96	27,2	145		0,14				28	37,6	126,4	3,12			
	Соль	3																
	<b>Всего Обед</b>		<b>38,16</b>	<b>35,03</b>	<b>132,2 1</b>	<b>1 005</b>	<b>60</b>	<b>0,45</b>	<b>19,98</b>	<b>3,79</b>	<b>769,8 1</b>	<b>117,8 6</b>	<b>154,5</b>	<b>520,3 8</b>	<b>10,31</b>		<b>3,79</b>	<b>3,79</b>
	<b>Всего в</b>		<b>день</b>	<b>38,81</b>	<b>176,46</b>	<b>1 212</b>	<b>2 880</b>	<b>25,83</b>	<b>20,38</b>	<b>4,18</b>	<b>901,79</b>	<b>265,91</b>	<b>183,92</b>	<b>692,55</b>	<b>11,63</b>		<b>4,18</b>	<b>4,18</b>

1-ая неделя / Среда

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У			А	В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20	
	Второй завтрак																		
	Вафли кондитерские	30	2,25	3,54	7,08	69						8,7						0,63	
	Сок фруктовый	200	1		24,4	45	40	0,4	0,4	0,2		133,8	18,8	135	0,6		0,2	0,2	
112	Плоды или ягоды свежие (Бананы)	185	2,78	0,93	38,85	178		0,07	18,5	0,74		14,8	77,7	51,8	1,11		0,74	0,74	
	<b>Всего Второй завтрак</b>		<b>6,03</b>	<b>4,47</b>	<b>70,33</b>	<b>292</b>	<b>40</b>	<b>0,47</b>	<b>18,9</b>	<b>0,94</b>		<b>157,3</b>	<b>96,5</b>	<b>186,8</b>	<b>2,34</b>		<b>0,94</b>	<b>0,94</b>	
	Обед																		
101	Икра кабачковая консервированная	100	2	9	8,54	123		0,02	7		315	41	15	37	0,7				
288	Суп картофельный с крупой	250	1,97	2,71	12,11	86		0,09	8,25		464,15	26,7	22 775	55 975	0,875				
171	Курица отварная	100/10	24,76	30,18	1,33	376	80	0,07	0,16		288,66	22,95	23,07	210,99	2,05				
453	Каша рассыпчатая (гречневая)	200	11,06	11,94	49,82	350	50	0,26			334 425	329 875	175,65	262,937	59 125				
352	Соус томатный	50	0,54	1,86	3,47	33	15	0,01	0,08	0,11		2,25	3,75	7,7	0,185		0,105	0,105	
108	Кисель из яблок	200	0,11	0,12	25,09	119		0,01	1,83		71,58	11,46	3,64	6,62	0,568				
110	Хлеб пшеничный	40	4,34	0,46	28,11	134		0,06		0,63		114 286	8	371 429	0,6286		0,6286	0,6286	
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	80	5,28	0,96	27,2	145		0,14				28	37,6	126,4	3,12				
	Соль	3																	
	<b>Всего Обед</b>		<b>50,07</b>	<b>57,23</b>	<b>155,6 8</b>	<b>1 366</b>	<b>145</b>	<b>0,66</b>	<b>17,32</b>	<b>0,73</b>	<b>1 473,81</b>	<b>176,7 8</b>	<b>289,4 9</b>	<b>744,7 7</b>	<b>14,04</b>		<b>0,73</b>	<b>0,73</b>	
	<b>Всего в</b>		<b>день</b>	<b>61,7</b>	<b>226,01</b>	<b>1 658</b>	<b>185</b>	<b>1,13</b>	<b>36,22</b>	<b>1,67</b>	<b>1 473,8</b>	<b>334,08</b>	<b>385,99</b>	<b>931,57</b>	<b>16,38</b>		<b>1,67</b>	<b>1,67</b>	



110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	80	5,28	0,96	27,2	145								28	37,6	126,4	3,12			
	Соль	3																		

<b>Всего Обед</b>		36,4	18,82	139,04	837	55,33	0,97	18,16	0,93	800,28	292,2	176,12	612,28	9,27			0,93	0,93
<b>Всего в день</b>		29,24	179,92	1120	115,33	1,1	93,83	0,93	1221,7	468,53	210,43	753,28	10,12				0,93	0,93

**2-ая неделя/Понедельник**

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У			А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20	
	<b>Второй завтрак</b>																		
	Пряник	30	1,7	1,5	22,5	109		0,03		0,7	22,2	3,3	2,7	15	0,24			0,7	0,7
	Сок фруктовый	200	1		24,4	45	40	0,4	0,4	0,2		133,8	18,8	135	0,6			0,2	0,2
	Фрукты	185	0,16	0,24	12,77	48	2780	24,98		0,19	98975	5,55	4625	10175	0,0925			0,19	0,19
	<b>Всего Второй завтрак</b>		<b>2,86</b>	<b>1,74</b>	<b>59,67</b>	<b>202</b>		<b>2820</b>	<b>25,41</b>	<b>0,4</b>	<b>109</b>	<b>121,18</b>	<b>142,65</b>	<b>26,13</b>	<b>160,18</b>	<b>0,93</b>		<b>1,09</b>	<b>1,09</b>
	<b>Обед</b>																		
106	Овощи натуральные (огурцы)	100	0,8	0,1	2,5	14		0,03	10	0,1		23	14	42	0,6			0,1	0,1
102	Суп картофельный с бобовыми	250	5,49	5,27	16,54	148		0,23	5,83		472825	42675	35575	88,1	2,05				
227	Рыба припущенная	100	18,64	7,85	0,3	146	40	0,1	0,99		527475	45914	596733	262,435	0,8935				
453	Соус томатный	50	0,54	1,86	3,47	33	15	0,01	0,08	0,11		2,25	3,75	7,7	0,185			0,105	0,105
312	Пюре картофельное	200	4,09	6,4	27,25	183		0,19	24,21		664,6	49,3	37	115,46	1346				
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133		0,02	0,73		229,8	32,48	17,46	23,44	0,698				
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94		0,04		0,44		8	5,6	26	0,44			0,44	0,44
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	80	5,28	0,96	27,2	145		0,14				28	37,6	126,4	3,12				
	Соль	3																	
	<b>Всего Обед</b>		<b>38,54</b>	<b>22,86</b>	<b>128,95</b>	<b>896</b>		<b>55</b>	<b>0,75</b>	<b>41,83</b>	<b>0,65</b>	<b>2094,7</b>	<b>231,62</b>	<b>210,66</b>	<b>691,54</b>	<b>9,33</b>		<b>0,65</b>	<b>0,65</b>
	<b>Всего в день</b>		<b>24,6</b>	<b>188,62</b>	<b>1097</b>		<b>2875</b>	<b>26,15</b>	<b>42,24</b>	<b>1,74</b>	<b>2215,8</b>	<b>374,27</b>	<b>236,78</b>	<b>851,71</b>	<b>10,27</b>			<b>1,74</b>	<b>1,74</b>

**2-ая неделя/Вторник**

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У			А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20	
	<b>Второй завтрак</b>																		
	Сок фруктовый	200	1		24,4	45	40	0,4	0,4	0,2		133,8	18,8	135	0,6			0,2	0,2
	Печенье	30	2,25	3,54	7,08	114					33	8,7	6	27	0,63				
	Фрукты	185	0,16	0,24	12,77	48	2780	24,98		0,19	98975	5,55	4625	10175	0,0925			0,19	0,19
	<b>Всего Второй завтрак</b>		<b>3,41</b>	<b>3,78</b>	<b>44,25</b>	<b>207</b>		<b>2820</b>	<b>25,38</b>	<b>0,4</b>	<b>0,39</b>	<b>131,98</b>	<b>148,05</b>	<b>29,43</b>	<b>172,18</b>	<b>1,32</b>		<b>0,39</b>	<b>0,39</b>
	<b>Обед</b>																		
101	Суп картофельный с крупой	250	1,97	2,71	12,11	86		0,09	8,25		464,15	26,7	22775	55975	0,875				
288	Курица отварная	100/10	24,76	30,18	1,33	376	80	0,07	0,16		288,66	22,95	23,07	210,99	2,05				
443	Соус сметанный натуральный	30	0,92	6,37	2,03	69	36	0,01	0,05	0,13		25,47	2,91	16,98	0,063			0,126	0,126

312	Пюре картофельное	200	4,09	6,4	27,25	183		0,19	24,21		864,6	49,3	37	115,46	1 346			
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133		0,02	0,73		229,8	32,48	17,46	23,44	0,698			
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94		0,04		0,44		8	5,6	26	0,44		0,44	0,44
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	80	5,28	0,96	27,2	145		0,14				28	37,6	126,4	3,12			
	Соль	3																
<b>Всего Обед</b>			40,72	47,04	121,6 1	1 086	116	0,56	33,39	0,57	1 847,21	192,9	146,4	575,2 5	8,59		0,57	0,57
<b>Всего в день</b>			50,82	165,86	1 293	2 936	25,94	33,8	0,96	1 979,1	340,95	175,84	747,42	9,91		0,96	0,96	

**2-ая неделя/Среда**

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У	ККАЛ	А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
112	Второй завтрак																	
	Плоды или ягоды свежие (Бананы)	185	2,78	0,93	38,85	178		0,07	18,5	0,74		14,8	77,7	51,8	1,11		0,74	0,74
	Сок фруктовый	200	1		24,4	45	40	0,4	0,4	0,2		133,8	18,8	135	0,6		0,2	0,2
<b>Всего Второй завтрак</b>			3,78	0,93	63,25	223	40	0,47	18,9	0,94		148,6	96,5	186,8	1,71		0,94	0,94
88 291	Обед																	
	Огурец соленый	100	0,8	0,8	3,2	18	60	0,03	10	0,1	23		14	42	0,9		0,1	0,1
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,75	4,56	8,34	81		0,06	12,26		317,15	31,42	17,49	39,98	0,67			
	Плов из курицы	80/150	22,96	27,81	38,09	494	50	0,09	1,47		362 526	29 105	459 963	244,468	22 945			
	Напиток лимонный	200	0,1		24,2	93	10	0,06	4,6	0,04		6,6	2,4	4	0,12		0,04	0,04
108	Хлеб пшеничный	40	4,34	0,46	28,11	134		0,06		0,63	114 286	8	371 429	0,6286		0,6286	0,6286	
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	80	5,28	0,96	27,2	145		0,14			28	37,6	126,4	3,12				
	Соль	3																
<b>Всего Обед</b>			35,23	34,59	129,1 4	965	120	0,44	28,33	0,77	702,6 8	106,5 5	125,4	493,9 9	7,73		0,77	0,77
<b>Всего в день</b>			35,52	192,39	1 188	1 188	160	0,91	47,23	1,71	702,68	255,15	221,99	680,79	9,44		1,71	1,71

**2-ая неделя/Четверг**

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У	ККАЛ	А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
95	Второй завтрак																	
	Бутерброды с повидлом (1-й вариант)	60	1,7	4,3	32,6	176	30	0,02	0,2	0,3		10	5	17	0,7		0,3	0,3
	Сок фруктовый	200	1		24,4	45	40	0,4	0,4	0,2		133,8	18,8	135	0,6		0,2	0,2
	Апельсин	185	1,12	0,25	10,04	47		0,05	74,37		244,181	42 143	161 135	285 085	0,37			
<b>Всего Второй завтрак</b>			3,82	4,55	67,04	268	70	0,47	74,97	0,5	244,1 8	185,9 4	39,91	180,5 1	1,67		0,5	0,5
98 288	Обед																	
	Зеленый горошек консервированный	100	2	0,08	5,12	29		0,14	10		114	10,4	15,2	48,8	0,28			
	Суп крестьянский с крупой	250	1,48	4,92	6,09	76		0,04	9,88		260,15	35 875	14 175	33 575	0,575			
288	Курица отварная	100/10	24,76	30,18	1,33	376	80	0,07	0,16		288,66	22,95	23,07	210,99	2,05			

312	Пюре картофельное	200	4,09	6,4	27,25	183	0,19	24,21	864,6	49,3	37	115,46	1 346					
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133	0,02	0,73	229,8	32,48	17,46	23,44	0,698					
108	Хлеб пшеничный	40	4,34	0,46	28,11	134	0,06		0,63	114 286	8	371 429	0,6286		0,6286	0,6286		
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	80	5,28	0,96	27,2	145	0,14			28	37,6	126,4	3,12					
	Соль	3																
<b>Всего Обед</b>			42,61	43,09	127,12	1 076	80	0,66	44,97	0,63	1 757,21	190,43	152,51	595,81	8,7		0,63	0,63
<b>Всего в день</b>			47,64	194,16	1 344	150	1,13	119,95	1,13	2 001,3	376,38	192,42	776,32	10,37		1,13	1,13	

2-ая неделя / Пятница

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У	ККАЛ	А (рет.экв)	В1	С	D	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Второй завтрак	200	1		24,4	45	40	0,4	0,4	0,2		133,8	18,8	135	0,6		0,2	0,2
	Сок фруктовый	185	0,16	0,24	12,77	48	2 780	24,98		0,19	98 975	5,55	4 625	10 175	0,0925		0,19	0,19
	Фрукты		1,16	0,24	37,17	93	2 820	25,38	0,4	0,39	98,98	139,35	23,43	145,18	0,69		0,39	0,39
<b>Всего Второй завтрак</b>																		
	Обед	100	0,8	0,8	3,2	18	60	0,03	10	0,1	23		14		0,9		0,1	0,1
82	Огурец соленый	250	1,79	4,53	11,7	95		0,06	8,18		353,63	31,81	18,97	44,85	1,02			
261	Борщ с капустой и картофелем	75/75	18,99	13,14	5,72	239	8 310	0,29	43,29		300,45	38,43	22,2	334 935	7,08			
309	Печень, тушенная в соусе	200	6,93	5,57	37,63	228	20	0,05			49,39	138 459	97 231	43 406	0,9657			
349	Макаронные изделия отварные	200	0,66	0,09	32,01	133		0,02	0,73		229,8	32,48	17,46	23,44	0,698			
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133		0,06		0,63		114 286	8	371 429	0,6286		0,6286	0,6286
108	Хлеб пшеничный	40	4,34	0,46	28,11	134		0,06										
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	80	5,28	0,96	27,2	145		0,14				28	37,6	126,4	3,12			
	Соль	3																
<b>Всего Обед</b>			38,79	25,55	145,58	992	8 390	0,65	62,2	0,73	956,27	155,99	127,95	652,17	14,41		0,73	0,73
<b>Всего в день</b>			418,81	385,57	1 890,2	12 427	26 244,33	159,52	516,23	16,72	14 682,29	3 337,5	2 117,4	7 567,9	114,34		16,72	16,72
<b>Итого</b>			418,81	385,57	1 890,2	12 427	26 244,33	159,52	516,23	16,72	14 682,29	3 337,5	2 117,4	7 567,9	114,34		16,72	16,72
<b>Среднее за период</b>			41,88	38,56	189,03	1 243	2 624,43	15,95	51,62	1,67	1 468,29	333,75	211,74	756,8	11,43		1,67	1,67

**ВЕДОМОСТЬ КОНТРОЛЯ ЗА РАЦИОНОМ ПИТАНИЯ.****Дети 7-11 (Шкл)**Столовая: **Столовая**

Сезон: Зимне-весенний

Диета: Без диет

№ п/п	Наименование группы пищевой продукции	Норма* продукции в граммах (нетто)	Количество пищевой продукции в нетто по дням в граммах для одного человека											В среднем за период	Отклонение от нормы в %(+/-)	
			1н пн	1н вт	1н ср	1н чт	1н пт	2н пн	2н вт	2н ср	2н чт	2н пт				
1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	80,0	0
2	Хлеб пшеничный	150,0	59,0	40,0	57,1	106,1	87,1	40,0	40,0	57,1	77,1	57,1	62,1	62,1	-59	
3	Мука пшеничная	15,0	13,0	4,0	2,5	13,5		2,5	1,5			10,1	4,7	4,7	-69	
4	Крупы, бобовые	45,0		5,0	98,8	66,6	73,7	20,0	10,0	53,7	110,0		43,8	43,8	-3	
5	Макаронные изделия	15,0	10,0	67,9							67,9		14,6	14,6	-3	
6	Картофель	188,0	75,0	75,0	75,0	20,0	50,0	221,0	246,0	30,0	196,0	20,0	100,8	100,8	-46	
7	Овощи свежие, зелень	280,0	273,0	160,0	131,5	212,9	150,7	131,5	24,0	203,2	54,0	187,5	152,8	152,8	-45	
8	Фрукты (плоды) свежие	185,0	185,0	185,0	215,0	185,0	185,0	185,0	185,0	201,0	185,0	185,0	189,6	189,6	2	
9	Фрукты (плоды) сухие, в т.ч. шиповник	15,0	20,0	20,0		20,0		20,0	20,0		20,0	20,0	14,0	14,0	-7	
10	Соки плодовоовощные, напитки	200,0	200,0	200,0	200,0		200,0	200,0	200,0	200,0	200,0	200,0	180,0	180,0	-10	
11	Мясо жилованное (мясо на кости) 1 кат	70,0	86,0	83,0		86,0						106,5	36,1	36,1	-48	
12	Цыплята 1 категории потрошенные	35,0			144,0		110,4			144,0	110,4	144,0	65,3	65,3	87	
13	Рыба-филе	58,0						124,0					12,4	12,4	-79	
14	Колбасные изделия	14,7													-100	
15	Молоко (массовая доля жира 2,5%)	300,0	23,0			23,0	100,0	31,6	31,6		31,6		24,1	24,1	-92	
16	Кисломолочные продукты (массовая)	150,0													-100	
17	Творог (массовая доля жира не более)	50,0													-100	
18	Сыр	9,8													-100	
19	Сметана (массовая доля жира не более)	10,0							30,0			18,8	4,9	4,9	-51	
20	Масло сливочное	30,0	7,0	7,0	25,0	29,5	10,0	19,5	18,5		22,0	7,0	14,6	14,6	-52	
21	Масло растительное	15,0	10,5	15,0	2,5	12,5	15,7	5,0	2,5	15,7	5,0	12,5	9,7	9,7	-35	
22	Яйцо диетическое	40,0													-100	
23	Сахар	40,0	26,0	20,0	20,9	39,6	20,0	20,9	20,0	24,0	20,0	22,5	23,4	23,4	-42	
24	Кондитерские изделия	10,0		30,0					30,0		35,0		9,5	9,5	-5	
25	Чай	0,4				1,0							0,1	0,1	-75	
26	Какао	1,2													-100	
27	Дрожжи хлебопекарные	1,0													-100	
28	Соль	5,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	-40	

Рекомендации по корректировке меню:

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(дата)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(дата)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(дата)