

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ (54310) СТАРШАЯ ШКОЛА - ОБЕД (5-11 КЛАСС) НА СУММУ 12,60 + 100 РУБЛЕЙ(ДОТАЦИЯ + РОДИТЕЛЬСКАЯ ПЛАТА) - 112,60 руб.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г		Углевод, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг				
1 день																						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	100	3,00	6,20	10,00	107,80	1,00	0,00	0,07	28,30	0,74	45,50	28,48	18,51	0,96	53,00	0,00	0,00	0,04	14	2012		
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	6,20	4,90	19,00	144,90	5,18	0,11	0,12	0,00	0,25	102,00	90,00	18,75	1,08	74,20	0,01	0,00	0,38	112	2011		
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	200	4,80	5,00	29,00	180,10	1,00	0,17	0,09	118,72	0,00	55,48	69,88	4,00	0,93	0,00	0,00	0,00	0,34	198	2011		
КУРИНАЯ ГРУДКА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТНО- СМЕТАННОМ СОУСЕ	60/40	10,00	11,50	10,00	183,50	8,00	0,00	0,17	30,00	2,01	160,00	105,00	19,00	0,00	116,30	0,00	0,01	0,63	312	2008		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,70	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,06	0,00	1,31	0,00	0,74	0,00	0,00	0,00	430	2008		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	50	3,80	0,30	25,10	118,40	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01		2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,60	0,30	10,70	51,40	0,00	0,05	0,03	0,00	0,00	4,54	21,92	4,79	1,01	0,00	0,01	0,00	0,00		2008		
ФРУКТ (ЯБЛОКО)	120	0,40	0,40	10,20	49,10	1,00	0,03	0,00	124,00	0,00	2,10	0,00	8,37	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00		2008		
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ПРЯНИК)	30	1,50	3,20	9,30	72,20	7,50	0,04	0,05	0,00	0,00	30,00	52,50	11,25	0,75	101,25	0,00	0,00	0,00		2008		
Итого за прием пищи:	1075	31,30	31,80	133,00	946,20	23,68	0,48	0,56	301,02	3,00	417,18	409,78	102,48	5,73	409,99	0,03	0,01	1,38				
Всего за день:		31,30	31,80	133,00	946,20	23,68	0,48	0,56	301,02	3,00	417,18	409,78	102,48	5,73	409,99	0,03	0,01	1,38				

2 день																					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,50	3,70	9,80	78,50	1,00	0,06	0,05	0,20	0,00	11,29	24,00	4,30	0,00	15,00	0,01	0,00	0,02	67	2011	
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ "УХА"	250	8,40	4,50	16,30	139,00	6,28	0,08	0,08	100,34	0,37	78,00	60,75	26,73	1,71	125,43	0,00	0,00	0,52	87	2012	
КУРНИК (КАРТОФЕЛЬ,КУРИЦА)	100	12,00	20,40	32,60	362,00	13,07	0,13	0,29	70,00	3,00	250,00	250,00	30,00	1,00	122,00	0,00	0,01	0,75	П.П.		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	50	3,80	0,30	25,10	118,40	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01		2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,60	0,30	10,70	51,40	0,00	0,05	0,03	0,00	0,00	4,54	21,92	4,79	1,01	0,00	0,01	0,00	0,00		2008	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,30	0,00	10,30	43,40	1,16	0,00	0,01	0,00	0,00	15,43	8,81	6,56	0,80	37,12	0,00	0,00	0,00	377	2011	
ФРУКТ (ЯБЛОКО)	120	0,40	0,40	10,20	49,10	1,00	0,03	0,00	124,00	0,00	2,10	0,00	8,37	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00		2008	
Итого за прием пищи:	845	28,00	29,60	115,00	841,90	22,51	0,43	0,49	294,54	3,37	372,86	407,48	97,25	5,52	364,05	0,03	0,01	1,30			
Всего за день:		28,00	29,60	115,00	841,90	22,51	0,43	0,49	294,54	3,37	372,86	407,48	97,25	5,52	364,05	0,03	0,01	1,30			

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	3 день																				№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества												
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	0,90	2,80	3,40	42,40	9,50	0,01	0,13	0,01	1,37	168,00	41,64	0,00	0,00	97,00	0,00	0,01	0,72	20	2011			
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	250	7,60	7,00	25,80	196,60	3,37	0,13	0,15	110,80	1,03	88,07	94,30	16,59	0,63	75,69	0,00	0,00	0,46	101	2011			
СЛОЖНЫЙ ГАРНИР (КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ, КАПУСТА ТУШЕНАЯ)	90/90	4,10	6,80	21,70	166,00	4,53	0,15	0,10	141,69	0,12	77,34	91,18	19,27	1,87	0,00	0,02	0,00	0,04	128/131				
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ С СОУСОМ	70/30	10,50	12,80	19,90	236,80	6,00	0,03	0,11	25,00	0,58	25,00	120,00	39,30	1,54	134,00	0,00	0,00	0,00	294	2011			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	50	3,80	0,30	25,10	118,40	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01		2008			
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,60	0,30	10,70	51,40	0,00	0,05	0,03	0,00	0,00	4,54	21,92	4,79	1,01	0,00	0,01	0,00	0,00		2008			
ЧАЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	1,00	1,00	6,90	40,60	0,09	0,01	0,00	0,01	0,01	44,00	7,00	8,30	0,00	39,00	0,00	0,00	0,00	378	2011			
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ШОКОЛОД)	40	0,20	0,10	5,00	21,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	П.П.				
Итого за прием пищи:	945	29,80	31,10	118,50	873,90	23,49	0,46	0,55	277,51	3,11	418,45	418,04	104,75	6,05	410,19	0,03	0,01	1,23					
Всего за день:		29,80	31,10	118,50	873,90	23,49	0,46	0,55	277,51	3,11	418,45	418,04	104,75	6,05	410,19	0,03	0,01	1,23					

ДИЕТИЧЕСКОЕ МЕНЮ (54310) СТАРШАЯ ШКОЛА - ОБЕД (5-11 КЛАСС) НА СУММУ 12,60 + 100 РУБЛЕЙ (ДОТАЦИЯ + РОДИТЕЛЬСКАЯ ПЛАТА) - 112,60 руб.

4 день																				
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества									
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг	№ рецептуры	Сборник рецептур
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	100	4,60	6,30	10,70	117,90	0,90	0,12	0,03	0,00	0,18	14,02	43,00	17,18	0,47	20,00	0,00	0,00	0,02	42	2011
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	3,70	5,20	26,70	168,40	7,98	0,00	0,11	110,73	0,90	155,10	54,00	19,00	0,35	95,39	0,00	0,00	0,50	88	2011
ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ С МАККОМ	200/10	16,50	19,00	41,00	401,00	14,12	0,23	0,35	167,60	2,15	201,00	202,00	42,00	2,87	201,50	0,02	0,01	0,80		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,70	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,06	0,00	1,31	0,00	0,74	0,00	0,00	0,00	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	50	3,80	0,30	25,10	118,40	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,60	0,30	10,70	51,40	0,00	0,05	0,03	0,00	0,00	4,54	21,92	4,79	1,01	0,00	0,01	0,00	0,00		2008
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	40	0,20	0,10	5,00	21,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	П.П.	
Итого за прием пищи:	875	30,50	31,20	128,90	917,50	23,00	0,48	0,55	278,33	3,23	392,22	362,92	100,78	5,70	382,13	0,03	0,01	1,33		
Всего за день:		30,50	31,20	128,90	917,50	23,00	0,48	0,55	278,33	3,23	392,22	362,92	100,78	5,70	382,13	0,03	0,01	1,33		

5 день																				
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества									
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг	№ рецептуры	Сборник рецептур
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	100	1,50	5,20	4,80	72,30	8,54	0,00	0,01	0,25	0,00	40,92	27,97	15,40	0,82	166,93	0,00	0,00	0,00	45	2011
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250/5	10,60	9,20	25,60	227,60	6,57	0,13	0,21	90,00	1,00	154,00	128,30	20,00	1,16	91,00	0,00	0,00	0,47	86	2011
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	200/40	12,00	13,00	33,70	299,80	6,00	0,17	0,25	86,10	2,10	190,90	173,80	27,18	2,18	50,00	0,02	0,01	0,89	259	2011
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,20	16,70	72,60	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00	12,60	12,60	7,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	389	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	50	3,80	0,30	25,10	118,40	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,60	0,30	10,70	51,40	0,00	0,05	0,03	0,00	0,00	4,54	21,92	4,79	1,01	0,00	0,01	0,00	0,00		2008
ФРУКТ (ЯБЛОКО)	120	0,40	0,40	10,20	49,10	1,00	0,03	0,00	124,00	0,00	2,10	0,00	8,37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	990	31,00	28,60	126,90	891,20	23,71	0,48	0,55	300,35	3,10	416,56	406,59	99,44	6,17	372,43	0,03	0,01	1,37		
Всего за день:		31,00	28,60	126,90	891,20	23,71	0,48	0,55	300,35	3,10	416,56	406,59	99,44	6,17	372,43	0,03	0,01	1,37		

6 день																				
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества									
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг	№ рецептуры	Сборник рецептур
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ	100	3,10	3,40	12,10	91,40	3,90	0,03	0,07	100,45	0,91	16,46	15,95	4,00	0,00	20,00	0,00	0,00	0,10	36	2011
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	220/40	12,30	14,30	30,50	299,90	6,00	0,16	0,27	206,59	2,40	183,40	187,80	29,30	1,60	49,00	0,02	0,01	0,90	311	2008
СУП С КЛЕЦКАМИ	250	5,60	5,10	26,90	175,90	3,80	0,10	0,08	0,24	0,19	145,00	62,53	19,77	0,93	110,30	0,00	0,00	0,29	118.2	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ + ВИТ. С	200	0,00	0,00	9,70	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,28	0,00	1,80	0,00	0,90	0,00	0,00	0,00	349	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	50	3,80	0,30	25,10	118,40	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,60	0,30	10,70	51,20	0,00	0,05	0,03	0,00	0,00	4,52	21,83	4,77	1,00	0,00	0,01	0,00	0,00		2008
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ПРЯНИК)	30	2,00	4,30	12,40	96,30	10,00	0,05	0,06	0,00	0,00	40,00	70,00	15,00	1,00	135,00	0,00	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	915	28,50	27,70	127,30	871,80	23,70	0,47	0,54	307,28	3,50	409,16	400,11	91,14	5,53	379,70	0,03	0,01	1,30		
Всего за день:		28,50	27,70	127,30	871,80	23,70	0,47	0,54	307,28	3,50	409,16	400,11	91,14	5,53	379,70	0,03	0,01	1,30		



ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ (54310) СТАРШАЯ ШКОЛА - ОБЕД (5-11 КЛАСС) НА СУММУ 12,60 + 100 РУБЛЕЙ (ДОТАЦИЯ + РОДИТЕЛЬСКАЯ ПЛАТА) - 112,60 руб.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг				
Икра кабачковая	100	1,90	8,90	7,70	119,00	7,00	0,02	0,05	0,19	0,00	41,00	37,00	15,00	0,70	315,00	0,00	0,00	0,00	2008			
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	6,20	4,90	19,00	144,90	5,18	0,14	0,23	153,40	0,00	192,40	152,26	18,75	1,08	4,20	0,00	0,00	0,66	112	2011		
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	200	6,20	4,70	35,30	207,90	7,88	0,10	0,09	109,89	3,00	100,00	41,96	13,84	1,30	0,00	0,02	0,01	0,43	171.1	2011		
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ В СОУСЕ	70/30	9,00	12,80	8,70	185,80	3,24	0,09	0,06	30,56	0,00	17,69	111,30	20,67	0,69	32,00	0,00	0,00	0,10	279	2011		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	50	3,80	0,30	25,10	118,40	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01		2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,60	0,30	10,70	51,40	0,00	0,05	0,03	0,00	0,00	4,54	21,92	4,79	1,01	0,00	0,01	0,00	0,00		2008		
КОМПОТ ИЗ ЯГОДЫ + ВИТ С	200	0,00	0,00	9,70	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,19	0,00	1,56	0,00	0,82	0,00	0,00	0,00	344	2011		
БУЛОЧКА С САХАРОМ	50	1,50	0,20	10,00	47,80	1,00	0,01	0,00	11,00	0,02	11,00	3,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	П.П			
Итого за прием пищи:	975	30,30	32,00	126,20	914,00	24,30	0,49	0,49	305,04	3,02	385,32	409,44	94,11	5,78	416,52	0,03	0,01	1,20				
Всего за день:		30,30	32,00	126,20	914,00	24,30	0,49	0,49	305,04	3,02	385,32	409,44	94,11	5,78	416,52	0,03	0,01	1,20				

8 день																					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	6,00	6,20	5,70	102,60	1,00	0,05	0,03	0,08	1,00	18,49	74,26	10,18	0,50	106,66	0,00	0,00	0,46	24	2011	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,70	4,20	19,40	126,20	7,49	0,06	0,12	100,22	0,08	131,57	43,34	21,89	1,08	61,02	0,00	0,00	0,03	82	2011	
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	4,50	5,50	31,30	192,50	3,80	0,17	0,10	125,79	0,09	39,77	114,89	18,18	1,66	17,78	0,00	0,00	0,00	305	2011	
ЗРАЗЫ КУРИНЫЕ С ОВОЩАМИ И СОУСОМ	50/50	9,50	12,80	8,80	188,40	10,00	0,05	0,21	50,23	2,10	188,42	87,00	23,00	1,00	161,30	0,00	0,01	0,80	317	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,70	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,06	0,00	1,31	0,00	0,74	0,00	0,00	0,00	430	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,10	0,30	20,10	94,70	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,20	33,60	13,20	0,80	51,60	0,00	0,00	0,01		2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,60	0,30	10,70	51,40	0,00	0,05	0,03	0,00	0,00	4,54	21,92	4,79	1,01	0,00	0,01	0,00	0,00		2008	
ФРУКТ (ЯБЛОКО)	120	0,40	0,40	10,20	49,10	1,00	0,03	0,00	0,01	0,00	2,10	0,00	8,37	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00		2008	
Итого за прием пищи:	1015	27,80	29,60	115,90	843,70	23,29	0,47	0,51	276,33	3,27	400,15	375,01	100,92	6,05	399,10	0,03	0,01	1,30			
Всего за день:		27,80	29,60	115,90	843,70	23,29	0,47	0,51	276,33	3,27	400,15	375,01	100,92	6,05	399,10	0,03	0,01	1,30			

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	9 день																			№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества											
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг				
Икра морковная	100	1,50	6,40	11,00	107,60	3,00	0,00	0,08	125,30	0,70	100,00	25,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	54	2011			
СУП ГОРОХОВЫЙ	250	5,80	4,50	18,80	139,00	4,60	0,16	0,08	0,23	0,08	39,01	78,39	32,70	1,50	102,00	0,00	0,00	99	2008			
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	5,90	4,50	22,30	153,60	3,63	0,08	0,03	39,90	1,66	97,67	23,67	12,68	0,77	0,00	0,00	0,01	202.1	2011			
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	35/65	9,70	12,50	24,70	250,10	11,60	0,11	0,27	120,60	0,73	122,00	192,45	28,93	1,12	198,80	0,02	0,00	246	2011			
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,30	0,00	10,30	43,40	1,16	0,00	0,01	0,00	0,00	15,43	8,81	6,56	0,80	37,12	0,00	0,00	377	2011			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,10	0,30	20,10	94,70	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,20	33,60	13,20	0,80	51,60	0,00	0,00		2008			
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,60	0,30	10,70	51,40	0,00	0,05	0,03	0,00	0,00	4,54	21,93	4,79	1,01	0,00	0,01	0,00		2008			
кондитерское изделие (вафли)	20	0,60	0,70	15,50	70,80	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	3,20	7,20	2,00	0,30	28,00	0,00	0,00		2008			
Итого за прием пищи:	915	28,40	29,10	133,30	910,70	23,99	0,47	0,53	286,03	3,17	391,05	391,05	100,86	6,30	417,52	0,03	0,01	1,23				
Всего за день:		28,40	29,10	133,30	910,70	23,99	0,47	0,53	286,03	3,17	391,05	391,05	100,86	6,30	417,52	0,03	0,01	1,23				

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ (54310) СТАРШАЯ ШКОЛА - ОБЕД (5-11 КЛАСС) НА СУММУ 12,60 + 100 РУБЛЕЙ(ДОТАЦИЯ + РОДИТЕЛЬСКАЯ ПЛАТА) - 112,60 руб.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мг				
Икра свекольная	100	2,40	6,00	8,70	98,50	6,00	0,02	0,12	75,32	0,92	104,25	11,22	0,00	0,00	0,00	0,01	0,00	0,60	56	2008		
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ (с картофелем)	250	4,60	5,10	21,00	148,30	5,76	0,10	0,09	68,78	0,08	30,32	113,24	41,88	1,41	138,60	0,00	0,00	0,03	93	2008		
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,80	8,40	26,10	195,40	0,00	0,13	0,01	68,03	0,00	14,94	104,58	25,95	1,99	99,60	0,00	0,01	0,00	128	2011		
РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	70/30	11,30	8,00	22,00	205,20	11,16	0,06	0,27	92,90	2,20	229,50	121,75	1,20	0,00	100,00	0,00	0,00	0,64	253	2012		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,70	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,06	0,00	1,31	0,00	0,74	0,00	0,00	0,00	430	2008		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	50	3,80	0,30	25,10	118,40	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01		2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,60	0,30	10,70	51,40	0,00	0,05	0,03	0,00	0,00	4,54	21,92	4,79	1,01	0,00	0,01	0,00	0,00		2008		
ПИЦЦА СЫРНАЯ	50	2,30	2,00	4,40	44,60	0,00	0,00	0,00	2,01	0,00	5,36	0,00	4,02	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	П.П.			
Итого за прием пищи:	955	29,80	30,10	127,60	900,50	22,92	0,44	0,55	307,04	3,20	406,47	414,71	95,65	5,41	403,44	0,03	0,01	1,28				
Всего за день:		29,80	30,10	127,60	900,50	22,92	0,44	0,55	307,04	3,20	406,47	414,71	95,65	5,41	403,44	0,03	0,01	1,28				

ИП Александрова

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества									
	Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Итого за весь период	295,20	300,60	1 252,60	8 911,30	234,59	4,67	5,32	2 933,47	31,97	4 009,42	3 995,13	987,38	58,24	3 955,07	0,30	0,09	12,92		
Среднее значение за период	29,50	30,10	125,30	891,10	23,46	0,47	0,53	293,35	3,20	400,94	399,51	98,74	5,82	395,51	0,03	0,01	1,29		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	13,30	30,40	56,30																

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	-
ОБЕД 5-11 КЛАСС (РОД.ПЛАТА 100РУБ + 12,60РУБ ДОТАЦИЯ) 112,60	951