

Муниципальное автономное  
образовательное учреждение  
«Средняя школа № 108 с углубленными  
предметами»  
Р.С. Серёгин  
2024 г.



ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО  
АВТОНОМНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА  
№108 С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ ИМЕНИ ГЕРОЯ  
СОЦИАЛИСТИЧЕСКОГО ТРУДА МЯСНИКОВА Н.Д.»

г. Красноярск 2024 г.

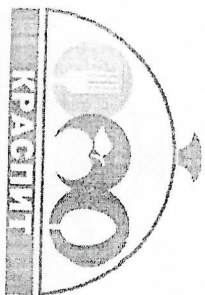
Утверждено:  
Директор Общественной организации  
«КрасЛит»  
О.И. Тинкевич  
2024 г.



День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Понедельник  
Первая  
7-11 лет  
Осенне-зимний, весенне-летний

Диетическое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краслит



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетичность								Витаминные и минеральные вещества										
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe							
1	Завтрак	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15								
275	Каша "Дружба" с маслом сливочным	200/15	215	6,67	6,73	34,84	216,59	0,03	0,02	31,98	1,45	123,41	94,60	26,99	0,17							
685	Чай каркаде с сахаром	200	200	0,18	0,00	7,57	31,01	0,00	0,09	74,00	0,07	9,23	7,43	3,96	0,79							
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20							
Пром.	Пряник	50	50	2,25	5,13	10,75	98,13	0,00	0,02	5,00	0,19	5,74	7,20	3,96	0,42							
	Итого	515		11,80	13,45	74,91	464,32	0,05	0,13	115,98	2,62	142,89	123,86	38,06	1,58							
	Обед																					
515	Горошек консервированный	60	60	1,94	0,05	5,29	29,43	0,02	6,48	108,00	0,48	69,12	30,36	18,36	0,42							
168	Суп с рыбными консервами	200	200	4,20	8,60	7,91	125,84	0,09	5,46	28,00	0,66	57,83	198,56	24,91	0,16							
493	Филе птицы в сметанном соусе	100	100	11,56	3,50	1,50	83,74	0,16	0,16	25,00	0,35	77,10	122,00	16,10	0,25							
516,01	Макаронные изделия отварные	150	150	3,21	4,19	38,89	206,06	0,16	0,00	25,00	0,18	68,05	12,75	7,86	0,82							
Пром.	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	180	0,00	0,00	18,14	72,58	0,02	26,67	18,00	0,49	11,34	11,34	6,48	2,27							
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20							
Пром.	Хлеб ржаной	50	50	4,25	0,45	14,38	78,55	0,05	0,00	5,00	0,82	10,35	47,70	11,25	1,35							
	Итого	790		29,47	18,39	107,86	714,80	0,51	38,77	214,00	3,88	298,29	437,34	88,11	5,17							
	Полдник																					
587	Булочка "ребешок" йодированная	100	100	4,12	13,80	28,46	254,50	0,11	0,09	72,65	0,05	20,34	51,55	11,96	1,16							
Пром.	Молоко пастеризованное йодированное	200	200	5,04	5,76	8,46	105,84	0,23	0,07	60,00	0,00	256,00	108,00	25,20	0,18							
	Итого	300		9,16	19,56	36,92	360,34	0,34	0,16	132,65	0,05	276,34	159,55	37,16	1,34							

Итого за день 1 605  
Потребность в пищевых веществах  
Процент удовлетворения

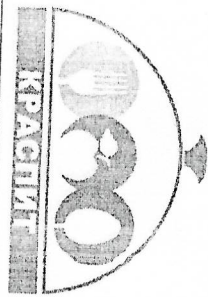
50,42	51,40	219,69	1 539,46	0,78	39,06	462,63	6,55	717,52	720,74	163,33	7,89
50,05	51,35	217,75	1 527,50	0,78	39,00	455,00	6,50	715,00	715,00	162,50	7,80
100,74%	100,10%	100,89%	100,78%	100,00%	100,16%	101,68%	100,72%	100,35%	100,80%	100,51%	100,15%

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспигит

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Вторник  
Первая  
7-11 лет

Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетич-сть													
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
1	Завтрак	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
342	Омлет натуральный с сыром и маслом сливочным	150/10	160	10,56	14,68	4,48	192,28	0,06	6,27	48,00	0,39	138,99	291,41	32,43	0,54		
685	Чай черный с сахаром	200	200	1,08	0,36	12,60	57,96	0,00	1,70	20,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72		
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20		
Пром.	Вафли	90	90	5,14	9,05	15,27	163,04	0,00	0,02	9,00	0,15	3,24	4,05	2,23	0,63		
	Итого	500		21,08	25,69	54,10	531,88	0,08	7,99	82,00	1,52	159,42	317,56	43,57	2,09		
120	Обед																
145	Огурцы свежие порционно	60	60	0,43	0,11	3,36	16,14	0,05	5,40	78,00	0,07	11,10	12,90	7,56	0,49		
438	Суп летний овощной на мясном бульоне	200	200	3,17	2,22	17,52	102,75	0,18	0,27	46,00	0,44	222,40	119,26	35,15	0,20		
639	Азу	200	200	9,10	9,80	40,99	288,56	0,34	14,22	50,86	1,74	210,64	129,20	42,12	1,34		
Пром.	Хлеб пшеничный	180	180	1,30	0,00	23,00	97,20	0,00	1,66	18,00	0,63	67,00	12,49	4,88	1,00		
Пром.	Хлеб ржаной	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,70	4,50	14,63	3,15	0,20		
	Итого	740		22,55	14,18	121,00	701,80	0,64	21,55	202,86	4,40	525,99	336,18	104,11	4,58		
769	Полдник																
	Булочка домашняя йодированная	105	105	5,88	10,40	19,74	196,04	0,06	0,07	188,00	0,51	16,06	58,92	9,75	0,85		
505	Чай черный с шиповником	200	200	0,62	1,16	21,98	100,84	0,00	9,50	0,00	0,08	12,70	7,48	5,76	0,32		
	Итого	305		6,50	11,56	41,72	296,88	0,06	9,57	168,00	0,59	28,76	66,40	15,51	1,17		

Потребность в пищевых веществах 1 545

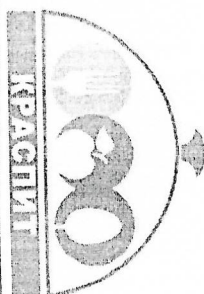
Процент удовлетворения

50,13	51,42	216,82	1 530,56	0,78	39,11	452,86	6,51	714,17	720,13	163,19	7,84
50,05	51,35	217,75	1 527,50	0,78	39,00	455,00	6,50	715,00	715,00	162,50	7,80
100,16%	100,13%	99,57%	100,20%	100,26%	100,27%	99,53%	100,14%	99,88%	100,72%	100,42%	100,47%

**Цикличное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспик**

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Среда  
Первая  
7-11 лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
1		3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
<b>Завтрак</b>																		
271	Каша пшениная вязкая молочная с маслом сливочным	200/15	215	8,89	14,73	30,23	279,40	0,06	1,20	68,80	0,04	176,03	96,85	14,74	0,05			
105	Бутерброд с маслом сливочным и джемом	15/10/15	40	1,68	6,16	12,60	112,56	0,06	0,03	41,60	0,47	78,72	63,20	8,08	0,45			
507	Чай черный с молоком и сахаром	200	200	1,26	1,44	14,76	77,04	0,02	0,68	20,00	0,13	80,82	47,93	10,26	0,79			
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20			
<b>Итого</b>				16,13	23,93	79,34	587,60	0,15	1,92	135,40	1,55	340,07	222,61	36,23	1,48			

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
<b>Обед</b>																		
120	Помидоры свежие порционно	60	60	0,59	0,11	7,40	32,94	0,08	8,22	25,20	0,05	7,56	14,04	10,80	0,49			
160	Сул с клецками на мясном бульоне	200/20	220	2,02	9,93	16,56	163,68	0,02	17,68	67,62	0,03	89,67	39,30	15,96	0,02			
354	Рыба под маринадом	90	90	16,89	5,56	2,51	127,64	0,03	6,16	42,50	1,02	195,56	229,89	38,56	2,49			
520	Картофельное пюре	150	150	4,50	7,56	29,98	205,94	0,02	2,36	45,00	0,09	38,76	87,91	29,97	0,51			
523	Компот из яблок с лимоном	180	180	0,21	0,18	20,30	83,64	0,02	1,33	18,00	1,26	2,90	1,81	1,47	0,39			
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20			
Пром.	Хлеб ржаной	50	50	4,25	0,45	14,38	78,55	0,05	0,00	5,00	0,82	10,35	47,70	11,25	1,35			
<b>Итого</b>				32,76	25,39	112,87	810,99	0,22	35,76	208,32	4,18	349,30	435,28	111,16	5,44			

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энерг.цен-сть														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
<b>Полдник</b>																		
Пром.	Пирог	20	20	0,90	2,05	4,30	39,25	0,00	0,01	2,00	0,08	2,30	2,88	1,58	0,17			
685	Чай каркаде с сахаром	200	200	0,18	0,00	7,57	31,01	0,00	0,09	110,00	0,07	9,23	7,43	3,96	0,79			
Пром.	Яблоки	100	100	0,40	0,45	15,17	63,90	0,41	1,54	0,00	0,68	13,82	48,38	9,58	0,13			
<b>Итого</b>				1,48	2,50	27,04	134,16	0,41	1,64	112,00	0,83	25,35	58,70	15,12	1,09			

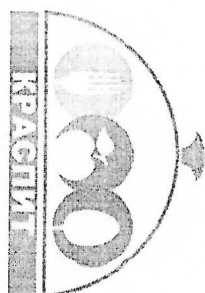
Итого за день 1 625  
Потребность в пищевых веществах  
Процент удовлетворения

50,37	51,81	219,26	1 532,75	0,79	39,31	455,72	6,56	714,72	716,59	162,51	8,01
50,05	51,35	217,75	1 527,50	0,78	39,00	455,00	6,50	715,00	715,00	162,50	7,80
100,63%	100,90%	100,69%	100,34%	100,74%	100,79%	100,16%	100,94%	99,96%	100,22%	100,01%	102,71%

Циклическое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспигит

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Четверг  
Первая  
7-11 лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование Блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетич-сть														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			

Завтрак															
334	Макаронны запеченные с сыром	220	220	6,08	9,39	18,49	182,79	0,20	1,40	22,00	1,16	62,26	143,66	10,63	1,57
692	Кофейный напиток с молоком	200	200	2,79	3,10	20,90	122,62	0,12	1,17	20,00	0,02	108,27	81,00	12,60	0,13
Пром.	Хлеб пшеничный йодовый	50	50	3,56	0,36	23,40	111,06	0,02	0,00	5,00	0,82	14,94	48,74	14,15	0,08
Пром.	Печенье	40	40	1,59	2,12	11,23	70,37	0,00	0,01	6,40	0,10	1,73	2,16	1,19	0,34
Итого		510		14,01	14,97	74,02	486,83	0,34	2,58	53,40	2,10	187,20	275,56	38,57	2,12

Обед															
Пром.	Кукуруза консервированная	60	60	1,19	1,30	13,92	72,10	0,01	9,18	105,00	0,26	12,78	3,18	12,36	0,36
124	Щи из свежей капусты на бульоне со сметаной	200/10	210	4,49	6,83	5,09	99,82	0,12	11,88	126,00	0,69	183,89	112,00	22,49	0,81
422	Котлета рубленая из филе птицы	90	90	11,26	10,46	2,33	138,50	0,15	4,28	84,00	0,09	176,50	104,60	22,01	0,97
511.01	Рис пропаренный	150	150	3,50	4,26	37,98	204,24	0,09	5,13	30,00	1,08	51,38	104,33	39,63	0,24
270	Напиток из плодов шиповника	180	180	0,31	0,00	18,68	75,95	0,00	4,86	18,00	0,32	4,41	0,81	1,62	0,29
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20
Пром.	Хлеб ржаной	50	50	4,25	0,45	14,38	78,55	0,05	0,00	5,00	0,82	10,35	47,70	11,25	1,35
Итого		790		29,29	24,90	114,12	787,75	0,43	35,33	373,00	4,17	443,80	387,24	112,51	4,21

Полдник															
Пром.	Вафли	100	100	5,71	10,05	16,97	181,15	0,00	0,03	10,00	0,16	3,60	4,50	2,48	0,70
507	Чай черный с молоком и сахаром	200	200	1,26	1,44	14,76	77,04	0,02	0,68	20,00	0,13	80,82	47,93	10,26	0,79
Итого		300		6,97	11,49	31,73	258,19	0,02	0,71	30,00	0,29	84,42	52,43	12,74	1,49

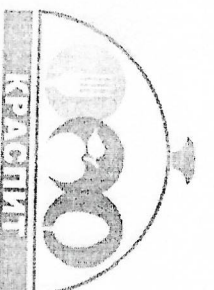
Итого за день 1 600  
Потребность в пищевых веществах  
Процент удовлетворения

50,27	51,36	219,87	1 532,77	0,79	36,63	456,40	6,56	715,42	715,24	163,81	7,82
50,05	51,35	217,75	1 527,50	0,78	39,00	455,00	6,50	715,00	715,00	162,50	7,80
100,45%	100,01%	100,97%	100,35%	100,64%	99,04%	100,31%	100,86%	100,06%	100,03%	100,81%	100,31%

Циклическое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспиг

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Пятница  
Первая  
7-11 лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетичность							Витамины и минеральные вещества										
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe						
1	Завтрак	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
328	Запеканка из творога с рисом и ступенным молоком	150/10	160	9,80	10,88	22,28	126,24	0,09	0,16	130,00	0,64	146,52	112,64	24,32	2,10						
686	Чай черный с сахаром и лимоном	200	200	0,36	0,18	12,78	54,18	0,00	6,78	20,00	0,00	11,41	8,86	4,73	0,77						
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20						
Пром.	Мандарины	100	100	0,73	0,28	14,20	47,70	0,01	10,91	80,00	0,00	48,96	24,12	15,57	0,02						
	Итого	510		15,19	12,94	71,01	346,72	0,12	17,85	235,00	1,55	211,39	160,24	47,77	3,09						

Пром.	Наименование	Масса порции	Масса (расчет)	Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Пром.	Огурцы соленые	60	60	0,43	0,05	1,04	6,37	0,05	7,50	33,18	0,24	7,56	14,04	10,80	0,10
112	Суп картофельный на мясном бульоне	200	200	3,80	7,25	21,63	166,97	0,13	0,03	58,25	0,45	248,63	225,60	28,20	0,66
327	Гуляш из отварного мяса	90	90	11,16	17,29	4,53	226,59	0,32	0,02	26,46	1,24	172,61	148,72	28,96	0,56
508,3	Каша гречневая рассыпчатая	150	150	6,27	6,11	29,16	196,67	0,05	0,00	30,00	0,26	45,00	96,30	25,20	0,23
Пром.	Напиток витаминизированный	180	180	0,00	0,00	15,39	61,56	0,06	12,60	30,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20
Пром.	Хлеб ржаной	50	50	4,25	0,45	14,38	78,55	0,05	0,00	5,00	0,82	10,35	47,70	11,25	1,35
	Итого	780		30,21	32,75	107,87	855,30	0,67	20,15	187,89	4,62	488,65	546,98	107,56	3,09

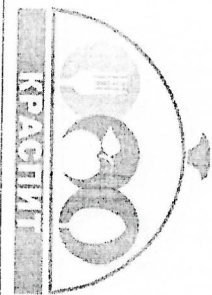
Пром.	Наименование	Масса порции	Масса (расчет)	Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Пром.	Печенье	100	100	3,97	5,30	28,09	175,92	0,00	0,04	16,00	0,25	4,32	5,40	2,97	0,85
685	Чай черный с сахаром	200	200	1,08	0,36	12,60	57,96	0,00	1,70	20,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72
	Итого	300		5,05	5,66	40,69	233,88	0,00	1,74	36,00	0,32	17,01	12,87	8,73	1,57

Потребность в пищевых веществах		Итого за день	
50,45	51,35	219,57	1 527,60
50,05	51,35	217,75	1 527,50
100,80%	100,00%	100,83%	100,01%
Процент удовлетворения		Итого за день	
50,45	51,35	219,57	1 527,60
50,05	51,35	217,75	1 527,50
100,80%	100,00%	100,83%	100,01%
39,00	455,00	6,50	715,00
101,89%	100,85%	99,81%	100,29%
39,74	458,89	6,49	717,05
101,89%	100,85%	99,81%	100,29%
7,75	164,07	7,80	162,50
99,32%	100,97%	99,32%	100,71%

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспиг

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Понедельник  
Вторая  
7-11 лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетическая ценность										Витамины и минеральные вещества									
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe								
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15								
<b>Завтрак</b>																							

212	Каша из овсяных хлопьев вязкая с маслом сливочными	200/15	215	5,88	10,53	30,03	169,32	0,19	0,01	5,45	1,29	151,90	10,20	0,17	0,15
685	Чай каркаде с сахаром	200	200	0,18	0,00	7,57	31,01	0,00	0,09	110,00	0,07	9,23	7,43	3,96	0,79
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20
Пром.	Печенье	40	40	1,59	2,12	11,23	70,37	0,00	0,01	6,40	0,10	1,73	2,16	1,19	0,34
<b>Итого</b>		505		11,95	14,25	70,59	389,29	0,21	0,11	126,85	2,37	167,36	34,42	8,47	1,48

<b>Обед</b>															
120	Орुцы свежие порционно	60	60	0,43	0,11	3,36	16,14	0,05	5,40	78,00	0,07	11,10	12,90	7,56	0,40
144	Суп картофельный с фасолью на бульоне со сметаной	200/10	210	5,98	7,93	12,92	172,85	0,18	0,02	1,56	0,38	196,50	168,80	50,34	0,15
449	Птица в соусе с овощами	100	100	13,80	12,37	8,10	210,84	0,11	0,01	1,20	0,67	235,70	258,20	22,52	0,15
511.01	Рис отварной	150	150	3,50	4,25	37,98	218,66	0,09	4,12	30,00	0,28	51,38	104,33	39,62	0,23
Пром.	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	180	0,00	0,00	18,14	72,58	0,02	23,67	18,00	0,49	11,34	11,34	6,48	2,27
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20
Пром.	Хлеб ржаной	50	50	4,25	0,45	14,38	78,55	0,05	0,00	5,00	0,82	10,35	47,70	11,25	1,35
<b>Итого</b>		800		32,26	26,71	116,62	888,22	0,51	33,22	138,76	3,62	520,87	617,89	140,92	4,75

<b>Полдник</b>															
769	Булочка Домашняя йодированная	105	105	5,88	10,40	19,74	196,04	0,06	0,07	168,00	0,51	16,06	58,92	9,75	0,85
686	Чай черный с сахаром и лимоном	200	200	0,36	0,18	12,78	54,18	0,00	6,78	20,00	0,00	11,41	8,86	4,73	0,77
<b>Итого</b>		305		6,24	10,58	32,52	250,22	0,06	6,85	188,00	0,51	27,47	67,78	14,49	1,62

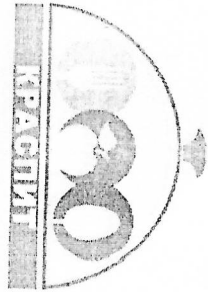
Итого за День 1 610  
 Потребность в пищевых веществах  
 Процент удовлетворения

50,45	51,54	219,73	1 527,73	0,78	40,18	453,61	6,50	715,70	720,09	163,88	7,85
50,05	51,35	217,75	1 527,50	0,78	39,00	455,00	6,50	715,00	715,00	162,50	7,80
100,79%	100,36%	100,91%	100,02%	100,54%	103,02%	99,65%	100,06%	100,10%	100,71%	100,85%	100,68%

Циклическое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспик

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Вторник  
Вторая  
7-11 лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетич-сть								Витамины и минеральные вещества											
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe								
1	Завтрак	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15								
329	Пудинг творожный с фруктами, с молоком стуженным	170/10	180	7,70	7,56	22,52	188,94	0,09	0,41	50,00	0,65	207,54	173,00	44,76	0,25								
693	Какао с молоком	200	200	0,48	2,54	18,39	98,33	0,08	1,17	40,00	0,11	111,04	95,15	21,78	0,70								
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20								
Пром.	Вафли	70	70	4,00	7,04	11,88	126,81	0,00	0,02	7,00	0,11	2,52	3,15	1,73	0,49								
Итого		500		16,48	18,73	74,54	532,67	0,18	1,59	102,00	1,78	325,60	285,92	71,42	1,64								

Пром.	Наименование	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетич-сть								Витамины и минеральные вещества											
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe								
Обед	Кукуруза консервированная	60	60	1,19	1,30	13,92	72,10	0,01	9,18	105,00	0,26	12,78	3,18	12,36	0,36								
140	Суп с макаронными изделиями на мясном бульоне	200	200	5,29	2,32	10,50	84,07	0,14	7,98	27,60	1,10	182,67	138,30	14,54	0,18								
436	Жаркое по-домашнему	200	200	13,26	12,15	25,90	265,99	0,26	1,62	24,00	0,69	94,75	119,20	24,12	1,15								
524	Напиток лимонный	180	180	0,15	0,02	15,12	61,21	0,02	17,10	90,00	0,83	55,84	43,76	8,81	0,99								
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20								
Пром.	Хлеб ржаной	50	50	4,25	0,45	14,38	78,55	0,05	0,00	5,00	0,82	10,35	47,70	11,25	1,35								
Итого		740		28,44	17,83	101,57	680,51	0,49	35,88	256,60	4,60	360,89	366,76	74,23	4,23								

Пром.	Наименование	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетич-сть								Витамины и минеральные вещества											
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe								
Полдник	Булочка "Решешок" йодированная	105	105	4,32	14,49	29,88	267,23	0,11	0,09	76,28	0,05	21,36	54,13	12,56	1,22								
685	Чай черный с сахаром	200	200	1,08	0,36	12,60	57,96	0,00	1,70	20,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72								
Итого		305		5,40	14,85	42,48	325,19	0,11	1,79	96,28	0,12	34,05	61,60	18,32	1,94								

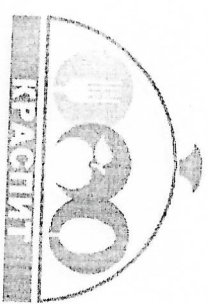
Итого за день	1 545	50,32	51,42	218,59	1 538,37	0,78	39,27	454,88	6,51	720,54	714,28	163,97	7,80
Потребность в пищевых веществах		50,05	51,35	217,75	1 527,50	0,78	39,00	455,00	6,50	715,00	715,00	162,50	7,80
Процент удовлетворения		100,54%	100,13%	100,38%	100,71%	100,33%	100,69%	99,97%	100,11%	100,77%	99,90%	100,91%	100,06%



**Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краслит**

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Среда  
Второй  
7-11 лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетичность							Витамины и минеральные вещества										
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe						
1	Завтрак	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15							
492	Плов с мясом	200	10,34	14,37	16,13	235,23	0,19	0,20	88,00	0,60	127,70	249,12	56,48	0,60							
686	Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,36	0,18	12,78	54,18	0,00	6,78	20,00	0,00	11,41	8,86	4,73	0,77							
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20							
Пром.	Пряник	50	2,25	5,13	10,75	98,13	0,00	0,02	5,00	0,19	5,74	7,20	3,96	0,42							
<b>Обед</b>		<b>Итого</b>	<b>17,25</b>	<b>21,28</b>	<b>61,41</b>	<b>506,13</b>	<b>0,21</b>	<b>7,00</b>	<b>118,00</b>	<b>1,70</b>	<b>149,35</b>	<b>279,80</b>	<b>68,33</b>	<b>1,99</b>							
120	Помидоры свежие порционно	60	0,59	0,11	7,40	32,94	0,08	8,22	25,20	0,05	7,56	14,04	10,80	0,49							
132	Расолюнык Ленинградский на бульоне со сметаной	200/10	1,87	9,88	4,34	113,76	0,03	5,89	60,50	0,38	174,42	165,45	23,17	0,25							
245	Минтай запеченный в молочном соусе	90	5,69	3,16	2,21	60,04	0,04	4,10	81,50	0,19	222,60	15,30	7,56	2,21							
508,3	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,27	6,11	29,16	196,67	0,05	0,00	30,00	0,26	45,00	96,30	25,20	0,23							
494	Компот из плодов и ягод сушеных	180	0,24	0,02	14,18	57,82	0,00	0,08	18,00	0,08	13,28	8,67	3,48	0,73							
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20							
Пром.	Хлеб ржаной	50	4,25	0,45	14,38	78,55	0,05	0,00	5,00	0,82	10,35	47,70	11,25	1,35							
<b>Полдник</b>		<b>Итого</b>	<b>23,22</b>	<b>21,32</b>	<b>93,41</b>	<b>658,37</b>	<b>0,25</b>	<b>18,29</b>	<b>225,20</b>	<b>2,69</b>	<b>477,71</b>	<b>362,08</b>	<b>84,61</b>	<b>5,45</b>							
540	Шанежка наливная	100	9,60	9,00	46,21	304,24	0,25	0,06	16,00	0,49	91,80	79,98	9,67	0,38							
Пром.	Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	17,10	68,40	0,07	14,00	100,00	1,62	0,00	0,00	0,00	0,00							
<b>Итого</b>		<b>300</b>	<b>9,60</b>	<b>9,00</b>	<b>63,31</b>	<b>372,64</b>	<b>0,32</b>	<b>14,06</b>	<b>116,00</b>	<b>2,11</b>	<b>91,80</b>	<b>79,98</b>	<b>9,67</b>	<b>0,38</b>							

Потребность в пищевых веществах 1 590

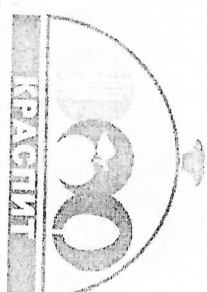
Процент удовлетворения

50,07	51,60	218,13	1 537,15	0,78	39,35	459,20	6,50	718,86	721,86	162,61	7,82
50,05	51,35	217,75	1 527,50	0,78	39,00	455,00	6,50	715,00	715,00	162,50	7,80
100,03%	100,48%	100,17%	100,63%	100,00%	100,89%	100,92%	99,99%	100,54%	100,96%	100,07%	100,24%

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспил

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Четверг  
Вторник  
7-11 лет  
Осенне-зимний, весенне-летний

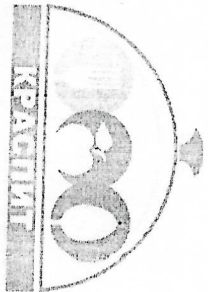


№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетичность					Витамины и минеральные вещества										
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
1	Завтрак	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
340	Омлет натуральный с маслом сливочным	150/10	160	7,52	8,32	2,32	114,24	0,06	8,27	23,20	0,03	225,98	141,92	24,32	0,52				
685	Чай черныи с сахаром	200	200	1,08	0,36	12,60	57,96	0,00	1,70	20,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72				
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20				
Пром.	Яблоки	100	100	0,40	0,45	15,17	63,90	0,41	1,54	0,00	0,68	13,82	48,38	9,58	0,13				
	Итого	510		13,30	10,73	51,84	354,70	0,49	11,51	48,20	1,70	256,99	212,40	42,81	1,56				
<b>Обед</b>																			
515	Горошек консервированный	60	60	1,94	0,05	5,29	29,43	0,02	6,48	108,00	0,48	69,12	30,36	18,36	0,42				
110	Борщ из свежей капусты на бульоне со сметаной	200/10	210	2,27	10,29	12,45	151,48	0,04	5,97	33,65	1,89	187,31	25,81	20,06	0,97				
359	Печень, тушенная в соусе сметанном	90	90	12,22	3,48	2,72	91,08	0,06	3,50	0,05	0,43	44,75	239,25	14,75	0,12				
522	Картофель запеченный	150	150	6,45	15,72	52,41	376,92	0,02	2,37	45,00	0,11	38,76	87,92	29,97	0,51				
489	Напиток из облепихи	180	180	0,24	1,10	21,35	96,29	0,03	9,30	90,00	0,08	80,14	27,56	13,67	0,99				
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20				
Пром.	Хлеб ржаной	50	50	4,25	0,45	14,38	78,55	0,05	0,00	5,00	0,82	10,35	47,70	11,25	1,35				
	Итого	790		31,68	32,70	130,35	942,35	0,22	27,62	286,70	4,72	434,94	473,22	111,21	4,56				
<b>Полдник</b>																			
569	Крепдгель сахарный	105	105	4,94	8,08	29,16	209,14	0,08	0,00	10,50	0,00	16,10	22,75	5,55	0,92				
685	Чай каркаде с сахаром	200	200	0,18	0,00	7,57	31,01	0,00	0,09	110,00	0,07	9,23	7,43	3,96	0,79				
	Итого	305		5,12	8,08	36,73	240,15	0,08	0,09	120,50	0,07	25,34	30,18	9,51	1,71				
Потребность в пищевых веществах		1 605		50,10	51,51	218,93	1 537,20	0,79	39,22	455,40	6,49	717,27	715,80	163,53	7,83				
Процент удовлетворения		100,09%		50,05	51,35	217,75	1 527,50	0,78	39,00	455,00	6,50	715,00	715,00	162,50	7,80				
				100,09%	100,30%	100,54%	100,64%	100,72%	100,57%	100,09%	99,77%	100,32%	100,11%	100,63%	100,38%				

**Циклическое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспик**

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Пятица  
Вторая  
7-11 лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



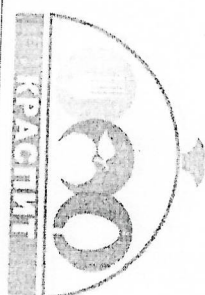
№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетичность							Витамины и минеральные вещества										
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe						
1	Завтрак	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15							
275	Каша "Здоровье" молочная вязкая с маслом сливочным	200/15	215	3,99	10,12	17,36	176,48	0,00	0,40	66,65	0,65	148,73	92,39	34,74	0,17						
104	Булгур с маслом сливочным и сыром	15/10/20	45	5,54	7,11	10,17	126,81	0,06	0,04	46,80	0,53	15,26	89,28	9,41	0,30						
505	Чай черный с шиповником	200	200	0,62	1,16	21,98	100,84	0,00	9,50	0,00	0,08	12,70	7,48	5,76	0,32						
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,30	1,60	21,75	118,60	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20						
<b>Обед</b>		<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>14,45</b>	<b>19,99</b>	<b>71,26</b>	<b>522,73</b>	<b>0,08</b>	<b>9,94</b>	<b>118,45</b>	<b>2,17</b>	<b>181,19</b>	<b>203,77</b>	<b>53,06</b>	<b>0,98</b>						
Пром.	Орехи соленые	60	60	0,43	0,05	1,04	6,37	0,05	7,50	33,18	0,24	7,56	14,04	10,80	0,10						
139	Суп гороховый на мясном бульоне	200	200	2,11	3,02	12,26	82,66	0,06	6,86	17,24	0,66	28,78	100,34	16,86	1,00						
462	Тертели в красном соусе	110	110	8,25	7,02	8,18	128,89	0,01	1,16	24,85	0,31	73,90	131,50	21,90	0,00						
516,01	Макаронные изделия отварные	150	150	3,21	4,19	38,89	227,27	0,02	0,00	12,52	0,18	48,05	12,75	7,86	2,85						
481	Кисель витаминный	180	180	0,13	0,08	12,86	52,70	0,02	13,59	162,32	0,76	19,28	5,35	4,84	0,80						
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	4,91	1,60	21,75	118,16	0,02	0,00	5,00	0,91	4,50	14,63	3,15	0,20						
Пром.	Хлеб ржаной	50	50	4,30	0,45	14,38	78,55	0,05	0,00	5,00	0,82	10,35	47,70	11,25	1,35						
<b>Полдник</b>		<b>Итого</b>	<b>800</b>	<b>23,34</b>	<b>17,41</b>	<b>109,35</b>	<b>676,02</b>	<b>0,22</b>	<b>29,11</b>	<b>260,11</b>	<b>3,88</b>	<b>192,42</b>	<b>326,30</b>	<b>76,66</b>	<b>6,30</b>						
579	Булочка дорожная йодированная	105	105	7,38	8,51	29,72	224,91	0,26	0,07	16,80	0,51	96,39	83,98	10,15	0,40						
Пром.	Молоко пастеризованное йодированное	200	200	5,04	5,76	8,46	105,84	0,23	0,07	60,00	0,00	256,00	108,00	25,20	0,18						
<b>Итого</b>		<b>305</b>	<b>12,42</b>	<b>14,27</b>	<b>38,18</b>	<b>330,75</b>	<b>0,50</b>	<b>0,14</b>	<b>76,80</b>	<b>0,51</b>	<b>352,39</b>	<b>191,98</b>	<b>35,35</b>	<b>0,58</b>							

Итого за день	1 615	50,21	51,67	217,86	1 529,50	0,80	39,18	455,36	6,56	725,99	722,05	165,07	7,86
Погрешность в пищевых веществах		50,05	51,35	217,75	1 527,50	0,78	39,00	455,00	6,50	715,00	715,00	162,50	7,80
Процент удовлетворения		100,31%	100,61%	100,05%	100,13%	102,39%	100,47%	100,08%	100,87%	101,54%	100,99%	101,58%	100,75%

**Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краслит**

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Понедельник  
Первая  
12+ лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетическая ценность														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe			
<b>Завтрак</b>				<b>Витамины и минеральные вещества</b>														
275	Каша "Дружба" с маслом сливочным	250/15	265	10,13	8,29	42,94	266,15	0,04	0,02	48,22	1,48	150,88	118,27	28,27	0,13			
685	Чай каркаде с сахаром	200	200	0,18	0,00	7,57	31,01	0,00	0,09	64,80	0,49	9,23	7,43	3,96	1,38			
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27			
Пром.	Пряник	20	20	0,90	2,05	4,30	39,25	0,00	0,01	2,00	0,08	2,30	2,88	1,58	0,17			
<b>Итого</b>				17,23	12,58	85,26	502,45	0,06	0,12	122,02	3,32	168,71	149,06	38,22	1,95			
<b>Обед</b>				<b>Витамины и минеральные вещества</b>														
515	Горошек консервированный	100	100	3,24	0,09	8,82	49,05	0,03	10,80	180,00	0,80	115,20	50,60	30,60	0,70			
168	Суп с рыбными консервами	250	250	5,57	16,85	13,18	212,73	0,10	8,04	14,12	0,38	94,79	201,66	42,39	0,33			
493	Филе птицы в сметанном соусе	100	100	11,56	3,50	1,50	83,74	0,16	7,60	2,50	0,35	77,10	122,00	16,10	1,07			
516,01	Макаронные изделия отварные	180	180	3,85	5,02	46,67	247,27	0,16	0,00	43,00	0,21	57,66	15,30	9,43	0,99			
Пром.	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	180	0,00	0,00	18,14	72,58	0,02	23,67	43,00	0,49	11,34	11,34	6,48	2,27			
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27			
Пром.	Хлеб ржаной	90	90	7,65	0,81	25,88	141,39	0,08	0,00	9,00	1,47	18,63	85,86	20,25	2,43			
<b>Итого</b>				37,89	28,51	144,63	972,80	0,57	50,11	298,62	4,97	381,02	507,24	129,66	8,05			
<b>Полдник</b>				<b>Витамины и минеральные вещества</b>														
587	Булочка "Гребешок" йодированная	150	150	6,17	20,70	42,69	381,76	0,16	0,14	108,98	0,07	30,51	77,33	17,94	1,74			
Пром.	Молоко пастеризованное йодированное	200	200	5,04	5,76	8,46	105,84	0,23	0,07	60,00	0,00	256,00	108,00	25,20	0,18			
<b>Итого</b>				11,21	26,46	51,15	487,60	0,40	0,21	168,98	0,07	286,51	185,33	43,14	1,92			

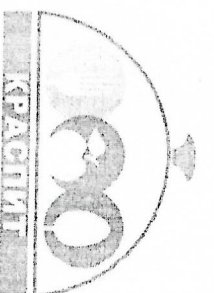
Потребность в пищевых веществах  
Процент Удовлетворения

Итого за день	1 875	66,34	67,56	281,05	1 962,84	0,92	50,44	589,62	8,36	836,24	841,62	211,02	11,93
		65,70	67,16	279,59	1 985,60	0,91	49,00	585,00	8,40	840,00	840,00	210,00	11,70
		100,97%	100,59%	100,52%	100,85%	101,10%	102,93%	100,79%	99,55%	99,55%	100,19%	100,49%	101,95%

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Красинт

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Вторник  
Летняя  
12+ лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетическая										Витамины и минеральные вещества									
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe								
1		3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15								
<b>Завтрак</b>																							
342	Омлет натуральный с сыром и маслом сливочным	200/10	210	13,96	19,26	5,88	252,70	0,08	10,86	83,00	1,25	180,61	474,17	39,94	0,71								
685	Чай черный с сахаром	200	200	1,08	0,36	12,60	57,96	0,00	1,70	20,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72								
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27								
Пром.	Вафли	90	90	5,14	9,05	15,27	163,04	0,00	0,02	9,00	0,15	3,24	4,05	2,23	0,63								
<b>Итого</b>		<b>570</b>		<b>26,20</b>	<b>30,91</b>	<b>64,20</b>	<b>639,74</b>	<b>0,11</b>	<b>12,58</b>	<b>119,00</b>	<b>2,74</b>	<b>202,84</b>	<b>506,17</b>	<b>52,33</b>	<b>2,34</b>								
<b>Обед</b>																							
120	Орुцы свежие порционно	100	100	0,72	0,18	5,60	26,90	0,09	9,00	130,00	0,12	18,50	21,50	12,60	0,81								
145	Суп летний овощной на мясном бульоне	250	250	3,96	2,77	21,90	128,43	0,02	8,34	36,50	1,18	286,00	56,15	41,35	0,85								
438	Азу	250	250	11,37	12,47	59,26	360,70	0,35	8,00	29,00	0,25	205,95	48,77	55,15	2,66								
639	Компот из смеси сухофруктов	180	180	1,30	0,00	23,00	97,20	0,00	1,66	18,00	0,63	74,57	12,49	4,88	1,00								
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27								
Пром.	Хлеб ржаной	90	90	7,65	0,81	25,88	141,39	0,08	0,00	9,00	1,47	18,63	85,86	20,25	2,43								
<b>Итого</b>		<b>940</b>		<b>31,02</b>	<b>18,47</b>	<b>166,09</b>	<b>920,66</b>	<b>0,56</b>	<b>27,00</b>	<b>229,50</b>	<b>4,93</b>	<b>609,95</b>	<b>245,25</b>	<b>138,64</b>	<b>8,03</b>								
<b>Полдник</b>																							
769	Булочка домашняя йодированная	150	150	8,40	14,85	28,20	280,06	0,09	0,09	240,00	0,73	22,94	84,17	13,93	1,22								
505	Чай черный с шиповником	200	200	0,62	1,16	21,98	100,84	0,00	9,50	0,00	0,08	12,70	7,48	5,76	0,32								
<b>Итого</b>		<b>350</b>		<b>9,02</b>	<b>16,01</b>	<b>50,18</b>	<b>380,90</b>	<b>0,09</b>	<b>9,59</b>	<b>240,00</b>	<b>0,81</b>	<b>35,64</b>	<b>91,65</b>	<b>19,69</b>	<b>1,54</b>								

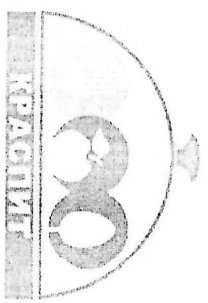
Итого за День		1 860	66,24	67,39	280,47	1 985,76	0,91	49,17	588,50	8,48	848,43	843,06	210,66	11,90
Потребность в пищевых веществах			65,70	67,16	279,59	1 985,60	0,91	49,00	585,00	8,40	840,00	840,00	210,00	11,70
Процент удовлетворения			100,82%	100,34%	100,31%	100,01%	100,00%	100,35%	100,60%	100,94%	101,00%	100,36%	100,31%	101,72%

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО

«Распит

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Среда  
Первая  
12+ лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетич-сть							Витамины и минеральные вещества														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe										
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15										

Завтрак															
271	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	230/15	245	10,13	16,78	34,44	318,38	0,09	1,37	73,50	0,04	278,17	103,64	12,24	0,60
105	Булгурборд с маслом сливочным и Джемом	15/10/15	40	1,68	6,16	12,60	112,56	0,06	0,03	41,60	0,47	78,72	63,20	8,08	0,45
507	Чай черный с молоком и сахаром	200	200	1,26	1,44	14,76	77,04	0,02	0,68	20,00	0,13	80,82	47,93	10,26	0,79
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,01	10,91	80,00	0,00	48,96	24,12	15,57	0,02
Итого		555		19,09	26,62	92,25	674,02	0,17	12,99	215,10	0,64	486,67	238,89	46,15	1,85

Обед															
120	Помидоры свежие порционно	100	100	0,99	0,18	12,33	54,90	0,13	3,80	31,35	0,09	12,60	23,40	18,00	0,81
160	Суп с клецками на мясном бульоне	250/20	270	2,48	12,18	22,25	220,96	0,02	22,70	74,00	0,78	99,67	99,30	39,59	0,36
354	Рыба под маринадом	100	100	18,76	6,17	2,78	141,69	0,04	4,02	65,00	1,87	144,00	190,00	28,40	3,50
520	Картофельное пюре	180	180	5,39	9,07	40,75	266,23	0,02	2,84	54,00	0,13	46,51	125,49	35,96	0,81
523	Компот из яблок с лимонном	180	180	0,21	0,18	20,30	83,64	0,02	1,33	18,00	1,26	2,90	1,81	1,47	0,39
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27
Пром.	Хлеб ржаной	90	90	7,65	0,81	25,88	141,39	0,08	0,00	9,00	1,47	18,63	85,86	20,25	2,43
Итого		990		49,70	36,57	178,97	1258,80	0,33	34,69	258,35	6,88	330,61	546,34	148,09	8,57

Поддник															
Пром.	Пряник	50	50	2,25	5,13	10,75	98,13	0,00	0,02	5,00	0,19	5,74	7,20	3,96	0,42
685	Чай каркаде с сахаром	200	200	0,18	0,00	7,57	31,01	0,00	0,09	110,00	0,07	9,23	7,43	3,96	0,79
Пром.	Яблоки	100	100	0,40	0,45	15,17	63,90	0,41	1,54	0,00	0,68	13,82	48,38	9,58	0,13
Итого		350		2,83	5,58	33,49	193,03	0,41	1,65	115,00	0,95	28,80	63,02	17,50	1,35

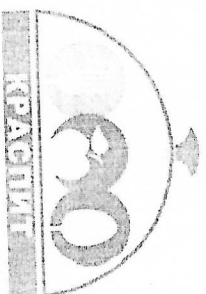
Итого за день 1 895  
Потребность в пищевых веществах  
Процент удовлетворения

66,30	67,08	279,67	1 985,80	0,92	49,33	588,45	8,46	846,08	848,25	211,73	11,77
65,70	67,16	279,59	1 985,60	0,91	49,00	585,00	8,40	840,00	840,00	210,00	11,70
100,91%	99,88%	100,03%	100,01%	100,67%	100,67%	100,59%	100,77%	100,72%	100,98%	100,83%	100,60%

Циклическое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспипт

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Четверг  
Первая  
12+ лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетическая ценность												Витамины и минеральные вещества									
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe										

Завтрак				Итого																				
334	Макароны запеченные с сыром	250	250	6,90	10,67	23,11	228,48	0,23	0,50	25,00	0,18	70,75	163,25	7,54	1,67									
692	Кофейный напиток с молоком	200	200	2,79	3,10	20,90	122,62	0,12	1,17	20,00	0,02	108,27	81,00	12,60	0,13									
Пром.	Хлеб пшеничный йодовый	70	70	4,98	0,50	32,76	155,48	0,03	0,00	7,00	1,15	20,92	68,24	19,81	0,11									
Пром.	Печенье	70	70	2,78	3,71	19,66	123,14	0,00	0,03	11,20	0,18	3,02	3,78	2,08	0,59									
Итого		590	590	17,44	17,98	96,43	629,72	0,37	1,70	63,20	1,52	202,96	316,27	42,03	2,50									

Обед				Итого																					
Пром.	Кукуруза консервированная	100	100	1,98	2,16	23,20	120,16	0,01	15,30	175,00	0,11	21,30	5,30	20,60	0,60										
124	Щи из свежей капусты на бульоне со сметаной	250/10	260	5,55	8,45	6,30	123,58	0,16	11,73	186,00	0,27	365,48	70,57	27,85	0,70										
422	Котлета рубленая из филе птицы	100	100	12,51	11,62	3,70	169,42	0,14	9,84	61,00	1,84	73,20	162,00	32,90	2,87										
511.01	Рис припущенный	180	180	4,19	5,11	45,58	245,09	0,11	4,95	36,00	1,30	61,65	125,19	47,05	0,29										
270	Напиток из плодов шиповника	180	180	0,31	0,00	18,68	75,95	0,00	4,86	18,00	0,32	4,41	0,81	1,62	0,29										
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27										
Пром.	Хлеб ржаной	90	90	7,65	0,81	25,88	141,39	0,08	0,00	9,00	1,47	18,63	85,86	20,25	2,43										
Итого		980	980	38,21	30,39	153,78	1041,62	0,53	46,68	492,00	6,59	550,97	470,20	154,67	7,45										

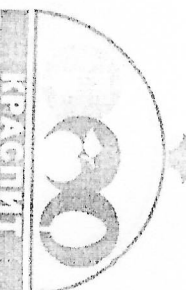
Полдник				Итого																					
Пром.	Вафли	150	150	8,57	15,08	25,45	271,73	0,00	0,04	15,00	0,24	5,40	6,75	3,71	1,05										
507	Чай черныи с молоком и сахаром	200	200	1,26	1,44	14,76	77,04	0,02	0,68	20,00	0,13	80,82	47,93	10,26	0,79										
Итого		350	350	9,83	16,52	40,21	348,77	0,02	0,72	35,00	0,37	86,22	54,68	13,97	1,85										

Итого за День  
1 920

Потребность в пищевых веществах	Процент удовлетворения	Потребность в пищевых веществах	Процент удовлетворения	Потребность в пищевых веществах	Процент удовлетворения	Потребность в пищевых веществах	Процент удовлетворения	Потребность в пищевых веществах	Процент удовлетворения	Потребность в пищевых веществах	Процент удовлетворения	Потребность в пищевых веществах	Процент удовлетворения	Потребность в пищевых веществах	Процент удовлетворения	Потребность в пищевых веществах	Процент удовлетворения	Потребность в пищевых веществах	Процент удовлетворения	Потребность в пищевых веществах	Процент удовлетворения	Потребность в пищевых веществах	Процент удовлетворения												
65,75	67,13	281,32	2020,11	0,92	49,10	590,20	8,48	840,15	841,16	210,67	11,79	65,70	67,16	279,59	1985,60	0,91	49,00	585,00	8,40	840,00	840,00	210,00	11,70	100,08%	100,96%	100,62%	101,74%	100,99%	100,21%	100,89%	100,91%	100,02%	100,14%	100,32%	100,77%

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Пятница  
Первая  
12+ лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	2	3	Пищевые вещества и энергетичность							Витамины и минеральные вещества						
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		

328	Запеканка из творога с рисом и ступенным молоком	170/10	180	11,02	12,24	25,06	142,02	0,13	0,18	1,24	0,72	229,50	157,50	27,36	2,25		
		686	Чай черный с сахаром и лимоном	200	200	0,36	0,18	12,78	54,18	0,00	6,78	20,00	0,00	11,41	8,86	4,73	0,77
		Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27

Пром.	Мандарины	100	100	0,73	0,28	14,20	62,23	0,01	10,91	80,00	0,00	48,96	24,12	15,57	0,02
Итого		550		18,13	14,94	82,49	424,47	0,16	17,87	108,24	1,99	296,17	210,95	52,07	3,32

**Обед**

Пром.	Оурцы соленные	100	100	0,72	0,09	1,73	10,61	0,08	12,50	55,30	0,40	12,60	23,40	18,00	0,17		
		112	Суп картофельный на мясном бульоне	250	250	4,47	9,06	29,03	208,33	0,04	1,22	132,40	0,13	338,25	272,25	62,30	0,83
		327	Гуляш из отварного мяса	100	100	12,35	19,21	5,03	251,76	0,41	3,20	106,28	0,71	102,90	103,80	13,26	2,54
		508,3	Каша гречневая рассыпчатая	180	180	7,52	7,33	34,99	236,00	0,05	0,00	36,00	0,54	53,99	115,55	30,25	0,27

Пром.	Напиток витаминизированный	180	180	0,00	0,00	15,39	61,56	0,06	12,60	90,00	1,46	0,00	0,00	0,00	0,00
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27
Пром.	Хлеб ржаной	90	90	7,65	0,81	25,88	141,39	0,08	0,00	9,00	1,47	18,63	85,86	20,25	2,43
Итого		970		40,73	38,74	142,50	1 240,30	0,75	29,52	435,98	5,99	532,67	621,34	148,47	6,51

**Полдник**

Пром.	Печенье	150	150	5,95	7,95	42,13	263,87	0,00	0,05	24,00	0,38	6,48	8,10	4,46	1,27
685	Чай черный с сахаром	200	200	1,08	0,36	12,60	57,96	0,00	1,70	20,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72
Итого		350		7,03	8,31	54,73	321,83	0,00	1,75	44,00	0,45	19,17	15,57	10,22	1,99

Итого за день 1 870  
Потребность в пищевых веществах 65,89  
Процент удовлетворения 100,29%

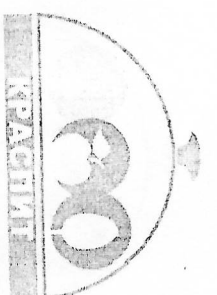
66,99	279,72	1 986,60	0,91	49,14	588,22	8,43	848,02	847,98	210,75	11,81
67,16	279,59	1 985,60	0,91	49,00	585,00	8,40	840,00	840,00	210,00	11,70
99,75%	100,05%	100,05%	100,10%	100,29%	100,55%	100,32%	100,95%	100,94%	100,36%	100,96%



Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспит

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Понедельник  
Вторая  
12+ лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетичность					Витамины и минеральные вещества										
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
<b>Завтрак</b>																			
212	Каша из овсяных хлопьев вязкая с маслом сливочным	250/15	265	6,76	12,75	35,78	284,88	0,21	0,29	6,50	1,59	199,55	0,00	0,21					
685	Чай каркаде с сахаром	200	200	0,18	0,00	7,57	31,01	0,00	0,09	110,00	0,07	9,23	7,43	3,96					
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41					
Пром.	Печенье	40	40	1,59	2,12	11,23	70,37	0,00	0,01	6,40	0,10	1,73	2,16	1,19					
Итого		575		14,54	17,11	85,03	552,29	0,24	0,40	129,90	3,04	216,81	30,07	9,77					
<b>Обед</b>																			
120	Огуры свежие порционно	100	100	0,72	0,18	5,60	13,50	0,09	9,00	130,00	0,12	18,50	21,50	12,60					
144	Суп картофельный с фасолью на бульоне со сметаной	250/10	260	4,89	8,58	13,52	205,77	0,18	0,05	2,60	1,16	244,92	198,88	68,66					
449	Птица в соусе с овощами	100	100	13,80	12,37	8,10	210,84	0,09	0,01	1,20	0,67	235,70	258,20	22,52					
511,01	Рис отварной	180	180	4,20	5,10	45,57	244,99	0,11	4,94	36,00	1,30	61,66	125,19	47,55					
Пром.	Сок фруктовый, овощной, ягодный	180	180	0,00	0,00	18,14	72,58	0,02	23,67	18,00	0,49	11,34	11,34	6,48					
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41					
Пром.	Хлеб ржаной	90	90	7,65	0,81	25,88	141,39	0,08	0,00	9,00	1,47	18,63	85,86	20,25					
Итого		980		42,46	29,28	147,26	1 055,11	0,59	37,67	203,80	6,48	597,05	721,45	182,47					
<b>Полдник</b>																			
769	Булочка домашняя йодированная	150	150	8,40	14,85	28,20	280,06	0,09	0,09	240,00	0,73	22,94	84,17	13,93					
686	Чай черный с сахаром и лимоном	200	200	0,36	0,18	12,78	54,18	0,00	6,78	20,00	0,00	11,41	8,86	4,73					
Итого		350		8,76	15,03	40,98	334,24	0,09	6,87	260,00	0,73	34,35	93,03	18,67					

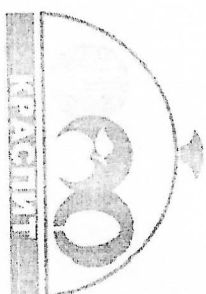
Потребность в пищевых веществах  
Процент удовлетворения

Итого за день	1 905	65,77	67,06	279,89	1 985,89	0,92	44,94	593,70	10,25	848,20	844,54	210,91	11,79
		65,70	67,16	279,59	1 985,60	0,91	49,00	585,00	8,40	840,00	840,00	210,00	11,70
		100,10%	100,85%	100,11%	100,01%	100,62%	91,72%	101,49%	104,19%	100,98%	100,54%	100,43%	100,77%

Циклическое меню и пищевая ценностьготавливаемых блюд ООО Краспикт

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Вторник  
Вторая  
12+ лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетичность										Витамины и минеральные вещества				
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
1		3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
<b>Завтрак</b>																		
329	Пудинг творожный с фруктами, с молоком ступенным	200/10	210	8,99	8,82	26,27	233,39	0,11	0,47	59,33	0,76	242,13	201,83	52,22	0,29			
693	Какао с молоком	200	200	0,48	2,54	18,39	98,33	0,08	1,17	40,00	0,11	111,04	95,15	21,78	0,70			
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27			
Пром.	Вафли	70	70	4,00	7,04	11,88	126,81	0,00	0,02	7,00	0,11	2,52	3,15	1,73	0,49			
Итого		550		19,49	20,63	86,99	624,56	0,21	1,66	113,33	2,26	361,99	320,60	80,14	1,76			
<b>Обед</b>																		
Пром.	Кукуруза консервированная	100	100	1,98	2,16	23,20	120,16	0,01	15,30	175,00	0,43	21,30	5,30	20,60	0,60			
140	Суп с макаронными изделиями на мясном бульоне	250	250	6,62	2,92	13,12	105,22	0,11	9,48	34,50	1,38	228,33	172,87	19,17	0,22			
436	Жаркое по-домашнему	250	250	17,25	17,59	32,37	332,48	0,03	4,00	25,00	0,86	105,94	149,00	31,15	1,43			
524	Напиток лимонный	180	180	0,15	0,02	15,12	61,21	0,02	17,10	90,00	0,83	55,84	43,76	8,81	0,99			
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27			
Пром.	Хлеб ржаной	90	90	7,65	0,81	25,88	141,39	0,08	0,00	9,00	1,47	18,63	85,86	20,25	2,43			
Итого		940		39,66	25,74	140,14	926,50	0,27	45,88	340,50	6,24	436,34	477,26	104,39	7,53			
<b>Полдник</b>																		
587	Булочка "Требешок" йодированная	150	150	6,17	20,70	42,69	381,76	0,16	0,14	108,98	0,07	30,51	77,33	17,94	1,74			
685	Чай черный с сахаром	200	200	1,08	0,36	12,60	57,96	0,00	1,70	20,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72			
Итого		350		7,25	21,06	55,29	439,72	0,16	1,84	128,98	0,14	43,20	84,80	23,70	2,46			

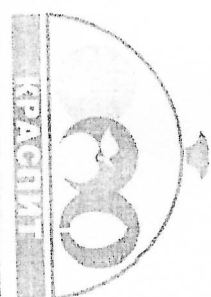
Итого за День 1 840  
Потребность в пищевых веществах  
Процент удовлетворения

66,40	67,16	282,41	1 990,78	0,92	49,38	582,81	8,64	841,53	882,66	208,23	11,75
65,70	67,16	279,59	1 985,60	0,91	49,00	585,00	8,40	840,00	840,00	210,00	11,70
101,07%	100,40%	101,01%	100,26%	100,02%	100,77%	99,62%	102,82%	100,18%	105,08%	99,16%	100,43%

**Циклическое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд ООО Краспим**

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Среда  
Вторая  
12+ лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетичность														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
1		3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
<b>Завтрак</b>																		
492	Плов с мясом	250	250	12,93	17,97	20,16	294,03	0,23	0,25	110,00	0,75	159,63	311,40	70,60	2,18			
686	Чай черный с сахаром и лимоном	200	200	0,36	0,18	12,78	54,18	0,00	6,78	20,00	0,00	11,41	8,86	4,73	0,77			
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27			
Пром.	Пряник	30	30	1,35	3,08	6,45	58,88	0,00	0,01	3,00	0,11	3,45	4,32	2,38	0,25			
	<b>Итого</b>	550		20,66	23,46	69,84	573,12	0,26	7,04	140,00	2,14	180,78	345,05	82,12	3,48			

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетичность														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
<b>Обед</b>																		
120	Помидоры свежие порционно	100	100	0,99	0,18	12,33	54,90	0,13	13,70	42,00	0,09	12,60	23,40	18,00	0,81			
132	Рассолыник Ленинградский на бульоне со сметаной	250/10	260	2,33	13,23	5,73	151,31	0,03	12,80	75,62	0,68	182,14	206,81	28,68	0,31			
245	Минтай запеченный в молочном соусе	100	100	6,32	3,51	2,45	66,71	0,04	2,40	90,55	2,20	236,33	17,00	8,40	2,30			
508,3	Каша гречневая рассыпчатая	180	180	7,52	7,33	34,99	236,00	0,05	0,00	36,00	0,31	53,99	115,55	30,25	0,27			
494	Компот из плодов и ягод сушеных	180	180	0,24	0,02	14,18	57,82	0,00	0,08	18,00	0,08	13,28	8,67	3,48	0,73			
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	0,86	6,30	20,48	4,41	0,27			
Пром.	Хлеб ржаной	90	90	7,65	0,81	25,88	141,39	0,08	0,00	9,00	0,47	18,63	85,86	20,25	2,43			
	<b>Итого</b>	980		31,08	27,31	126,00	874,17	0,36	28,98	319,00	4,69	523,28	477,77	113,47	7,12			

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетичность														
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
<b>Полдник</b>																		
540	Шанежка напивная	150	150	14,40	13,50	69,32	456,36	0,38	0,09	24,00	0,74	137,70	119,97	14,51	0,57			
Пром.	Напиток витаминизированный	200	200	0,00	0,00	17,10	68,40	0,07	14,00	100,00	1,62	0,00	0,00	0,00	0,00			
	<b>Итого</b>	350		14,40	13,50	86,42	524,76	0,45	14,09	124,00	2,36	137,70	119,97	14,51	0,57			

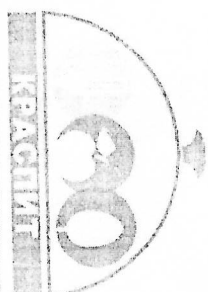
Итого за день 1 880  
Потребность в пищевых веществах  
Процент удовлетворения

66,13	67,19	282,26	1 985,80	0,92	49,11	583,00	8,58	841,76	841,79	210,10	11,76
65,70	67,16	279,59	1 985,60	0,91	49,00	585,00	8,40	840,00	840,00	210,00	11,70
100,66%	100,04%	100,95%	100,01%	101,10%	100,22%	99,66%	100,25%	100,21%	100,21%	100,05%	100,51%

Циклическое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ООО Краспик

День  
Неделя  
Возрастная категория  
Сезон

Четверг  
Вторая  
12+ лет  
Осенне-зимний, весенне-летний



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Масса (расчет)	Пищевые вещества и энергетичность							Витамины и минеральные вещества										
				Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe						
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
<b>Завтрак</b>																					
340	Омлет натуральный с маслом сливочным	170/10	180	8,46	9,36	4,86	137,52	0,06	9,31	32,85	0,04	254,23	254,20	38,60	0,58						
685	Чай черный с сахаром	200	200	1,08	0,36	12,60	57,96	0,00	1,70	20,00	0,07	12,69	7,47	5,76	0,72						
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27						
Пром.	Яблоки	100	100	0,40	0,45	15,17	66,34	0,41	1,54	0,00	0,68	13,82	48,38	9,58	0,13						
Итого		550		15,96	12,41	63,08	427,86	0,50	12,55	59,85	2,07	287,04	330,53	58,35	1,71						
<b>Обед</b>																					
515	Горошек консервированный	100	100	3,24	0,09	8,82	49,05	0,03	10,80	180,00	0,80	115,20	7,80	30,60	0,70						
110	Борщ из свежей капусты на бульоне со сметаной	250/10	260	2,81	12,74	15,41	187,54	0,05	9,86	78,00	2,16	231,91	29,47	26,84	1,20						
359	Печень, тушенная в соусе сметанном	100	100	15,30	3,86	6,36	121,38	0,05	5,00	0,05	0,37	27,50	194,83	16,38	0,13						
522	Картофель запеченный	180	180	7,74	18,86	62,89	452,30	0,02	2,84	54,00	0,13	46,51	105,50	35,96	0,61						
489	Напиток из овсянки	180	180	0,24	1,10	21,35	96,29	0,03	9,30	90,00	0,08	80,14	27,56	13,67	0,99						
Пром.	Хлеб пшеничный	70	70	6,02	2,24	30,45	166,04	0,03	0,00	7,00	1,27	6,30	20,48	4,41	0,27						
Пром.	Хлеб ржаной	90	90	7,65	0,81	25,88	141,39	0,08	0,00	9,00	1,47	18,63	85,86	20,25	2,43						
Итого		980		43,00	39,71	171,16	1214,00	0,28	37,80	401,15	6,29	526,20	471,49	148,12	6,33						
<b>Полдник</b>																					
569	Крендель сахарный	150	150	7,06	11,54	41,66	298,77	0,11	0,00	15,00	0,00	23,00	32,49	7,92	1,31						
685	Чай каркаде с сахаром	200	200	0,18	0,00	7,57	31,01	0,00	0,09	110,00	0,07	9,23	7,43	3,96	0,79						
Итого		350		7,24	11,54	49,23	329,78	0,11	0,09	125,00	0,07	32,24	39,93	11,88	2,10						

Итого за день 1 880  
Потребность в пищевых веществах  
Процент удовлетворения

66,20	67,66	283,47	1 986,63	0,89	50,44	586,00	8,42	845,48	841,95	218,35	10,14
65,70	67,16	279,59	1 985,60	0,91	49,00	585,00	8,40	840,00	840,00	210,00	11,70
100,76%	100,65%	101,39%	100,80%	97,63%	102,94%	100,17%	100,28%	100,65%	100,23%	103,98%	99,56%



	Пищевые вещества и энерг.цен-сть					Витамины и минеральные вещества									
	Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe			
Меню 7-11 (10 дней)	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
Среднее за день	50,28	51,51	218,84	1 533,31	0,79	39,30	456,50	6,52	717,72	718,69	163,60	7,85			
Потребность в пищевых веществах	50,05	51,35	217,75	1 527,50	0,78	39,00	455,00	6,50	715,00	715,00	162,50	7,80			
Процент удовлетворения	100,46%	100,30%	100,50%	100,38%	100,65%	100,78%	100,33%	100,33%	100,38%	100,52%	100,67%	100,61%			

	Пищевые вещества и энерг.цен-сть					Витамины и минеральные вещества									
	Б	Ж	У	ЭЦ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe			
Меню 12+ (10 дней)	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
Среднее за день	66,08	67,29	280,99	1 987,60	0,91	49,15	587,65	8,66	844,09	851,18	212,31	11,65			
Потребность в пищевых веществах	65,70	67,16	279,59	1 985,60	0,91	49,00	585,00	8,40	840,00	840,00	210,00	11,70			
Процент удовлетворения	100,59%	100,20%	100,50%	100,08%	100,48%	100,31%	100,45%	103,06%	100,49%	101,33%	101,10%	99,56%			