

СОГЛАСОВАНО:

И.о.директора КГБПОУ

«Ачинский торгово-экономический техникум»



Н.М.Овинникова

2026г.

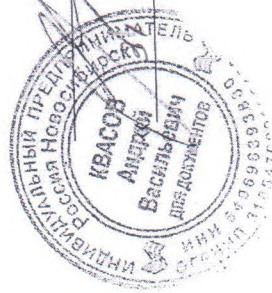
« 31 »

08

УТВЕРЖДАЮ:

Индивидуальный предприниматель

А.В. Квасов



2026г.

08

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
В КРАЕВОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ БЮДЖЕТНОМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ
УЧРЕЖДЕНИИ

«АЧИНСКИЙ ТОРГОВО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ»

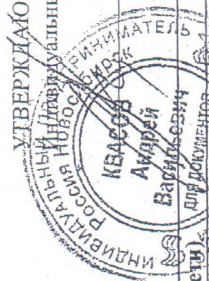
г. Ачинск

2026г.

СОГЛАСОВАНО
и.о.директора

Н.М.Овинникова

Квасов А.В.



Учащиеся в возрасте старше 15 лет (дети с ОВЗ, здоровые дети)														
День 1														
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	Е	Р	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
247	Каши молочная кукурузная	200	8,30	11,02	32,12	298,60	0,17	2,30	0,14	0,06	219,60	226,89	48,54	0,75
ГП	Чай с сахаром	200	0	0	7,17	32	0	0	0	0	13,08	21,42	11,44	2,15
501	Хлеб ржаной	30	1,72	0,35	15,68	70	0,03	0	0,25	0	6,3	32,2	7	1,02
ГП	Хлеб пшеничный	40	4,94	0,52	31,98	152,75	0,07	0,00	0,72	0,00	13,00	42,25	9,10	0,72
ГП	Масло сливочное (порциями)	5	0,06	8,25	0,08	74,80	0,01	0,00	0,10	0,05	2,40	3,00	0,00	0,02
105	Сыр (порциями)	27	6,21	7,97	0,00	98,60	0,01	0,19	0,14	0,05	237,60	135,00	9,45	0,27
	Итого		21,23	28,11	87,03	726,75	0,29	2,49	1,35	0,155	491,98	460,76	85,53	4,93
Обед														
107	Суп картофельный с вермешелю	250	8,32	5,62	23,72	175,71	0,12	8,30	0,03		20,96	81,54	26,68	0,90
144	Котлеты или биточки из птицы с соусом томатным	100	17,01	13,88	16,39	257,40	0,09	0,28	0,09	0,06	38,10	165,94	28,77	1,04
75	Капуста тушеная	180	12,47	15,82	19,93	283,67	0,1	38,09	0,08	0,05	124,98	94,72	39,7	1,09
429	Компот из сухофруктов	200	0,51	0,00	18,24	78,00	0,00	0,46	0,09	0,00	51,30	17,71	6,90	1,00
78	Хлеб пшеничный	80	6,4	1,2	7,58	166,4	0,2	0	1,8	0	26,4	187,2	13,2	2,15
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	71,68	80	0,03	0	0,28	0	7,2	36,8	3,2	1,16
	Итого		46,67	36,92	157,54	1041,18	0,54	47,13	2,37	0,14	268,94	583,91	147,25	7,34
Полдник														
30	Компот, напиток в ассортименте	200	0,33	0	26,65	106	0	0,3	0,06	0	33,7	11,55	4,5	0,09
312	Булочка домашняя	100	6,93	13,07	58,8	380	0,1	0	0,2	0,09	16	58,67	5,7	0,8
	Итого		7,26	13,07	85,45	486	0,1	0,3	0,26	0,09	49,7	70,22	10,2	0,89
Ужин														
99	Плов перловый с мясом птицы	200	15,69	14,85	36,23	310,00	0,10	1,20	0,50	0,40	39,20	121,09	18,20	0,90
16	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	60	0	0	0	0	0,45	0	0	0,04
ГП	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8	49,2	235	0,11	0	1,11	0	20	65	14	1,11
ГП	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	0,06	0	0,42	0	10,8	55,2	12	1,74
	Итого		26,23	16,25	127,28	731,00	0,27	1,2	2,03	0,4	70,45	241,29	44,2	3,79
2 ужин														
ГП	Кисло-молочный продукт	150	6,16	2,26	8,86	85,5	0	1,8	8	0,08	186	142,5	12,6	0,16
	Итого		6,16	2,26	8,86	85,5	0	1,8	8	0,08	186	142,5	12,6	0,16
	Норма на весь день соли 10 гр., специй 2 гр.													
	Итого за день		107,55	96,61	466,16	3070,43	1,2	52,92	14,01	0,865	1067,07	1498,68	299,78	17,11
	Суточная потребность		113	115	489	3450	1,5	70	15	1	1200	1800	300	18
	Процент удовлетворения суточной потребности		95,18	84,01	95,33	89,00	80,00	75,60	93,40	86,50	88,92	83,26	99,93	95,06



СОГЛАСОВАНО
и о. директора

Н.М.Овчинникова



Квасов А.В.
Индивидуальный предприниматель

Учащиеся в возрасте старше 15 лет (дети с ОВЗ, здоровые дети)																		
День 2																		
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные в-ва (мг)								
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Ca	P	Mg	Fe				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
Завтрак																		
25	Запеканка из творога со стухшим молоком	200	30,26	44,01	40,67	395	0,13	0,61	0,94	0,08	339,37	469,14	49,39	1,48				
501	Кофейный напиток	200,00	4,76	4,54	26,30	154,00	0,05	1,56	0,00	0,02	165,00	108,00	16,80	0,03				
ГП	Хлеб ржаной	40,00	1,96	0,40	17,92	84,00	0,04	0,00	0,28	0,00	7,20	36,80	8,00	1,16				
ГП	Хлеб пшеничный	65,00	4,94	0,52	31,98	152,75	0,07	0,00	0,72	0,00	13,00	42,25	9,10	0,72				
	Итого		41,92	49,47	116,87	785,75	0,29	2,17	1,94	0,10	524,57	656,19	83,29	3,39				
Обед																		
ГП	Икра кабачковая	100,00	1,2	4,7	7,7	78	0,03	9,6	2,1	0,01	32	30	13	0,8				
189	Свекольник	250,00	5,77	7,03	8,10	132,14	0,10	8,26	0,29	0,11	59,47	88,56	27,63	1,53				
85	Жаркое по-домашнему	250,00	13,00	13,66	20,70	301,48	0,01	11,71	0,31	0,01	46,39	84,68	33,62	1,36				
30	Компот из сухофруктов	200,00	0,33	0,00	26,65	106,00	0,00	0,30	0,06	0,00	33,70	11,55	4,50	0,96				
ГП	Хлеб пшеничный	100,00	7,60	0,80	49,20	235,00	0,11	0,00	1,11	0,00	20,00	65,00	14,00	1,11				
ГП	Хлеб ржаной	70,00	3,43	0,70	31,36	147,00	0,00	0,00	0,49	0,00	12,60	64,40	14,00	2,03				
	Итого		31,33	26,89	143,71	999,62	0,25	29,87	4,36	0,13	204,16	344,19	106,75	7,79				
Полдник																		
30	Компот, напиток в ассортименте	200	0,16	0,12	24,08	99,00	0,01	2,60	0,16	0,00	8,20	6,40	4,80	0,98				
94	Пирожок печеный	100	7,74	9,88	55,13	365	0,03	0,34	0,01	0,09	44,01	79,51	3,6	0,8				
	Итого		7,90	10,00	79,21	464,00	0,04	2,94	0,17	0,09	52,21	85,91	8,40	1,78				
Ужин																		
21	Голубцы ленивые	100,00	7,97	7,37	5,85	121,82	0,04	6,24	0,17	0,02	73,30	89,12	20,68	0,84				
68	Картофель тушеный	180,00	10,50	2,00	14,90	125,50	0,05	2,76	0,09	0,45	2,90	122,60	10,00	0,74				
36	Чай с сахаром	200,00	1,40	1,60	17,32	89,00	0,02	0,65	0,00	0,01	60,45	45,00	7,00	0,07				
ГП	Хлеб пшеничный	100,00	7,60	0,80	49,20	235,00	0,11	0,00	1,11	0,00	20,00	65,00	14,00	1,11				
ГП	Хлеб ржаной	70,00	3,43	0,70	31,36	147,00	0,00	0,00	0,49	0,00	12,60	64,40	14,00	2,03				
	Итого		30,90	12,47	118,63	718,32	0,22	9,65	1,86	0,48	169,25	386,12	65,68	4,79				
2 ужин																		
30	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	8,8	37,6	0,4	7	3,3	0,2	1,1	71,25	0,8	0,17				
	Итого		0,60	0,20	8,80	37,60	0,40	7,00	3,30	0,20	1,10	71,25	0,80	0,17				
	Норма на весь день соли 10 гр., специй 2 гр.																	
	Итого за день		112,65	99,03	467,22	3005,29	1,20	51,63	11,63	1,00	951,29	1543,66	264,92	17,92				
	Суточная потребность		113,00	115,00	489,00	3450,00	1,50	70,00	15,00	1,00	1200,00	1800,00	300,00	18,00				
	Процент удовлетворения суточной потребности		99,69	86,11	95,55	87,11	80,08	73,76	77,53	99,71	79,27	85,76	88,31	99,54				

СОГЛАСОВАНО
и.о.директора

Н.М.Овинникова

Квасов А.В.

Квасов А.В.

Учащиеся в возрасте старше 15 лет (дети с ОВЗ, здоровые дети)

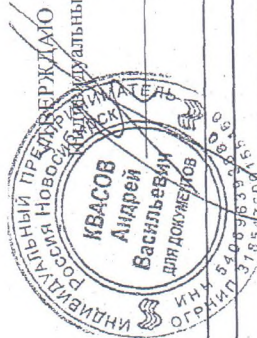
День 3

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Эн/ц (ккал)	Витамины (мг/г)				Минеральные в-ва (мг)				
			Б	Ж	У	В		В1	С	Е	10	11	12	13	14	15
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Завтрак																
250	Каша молочная Дружба	200	6,92	9,2	30,36	234	0,1	0,6	0,05	0,2	12	11	9,1	2,2		
16	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	60	0	0	0	0	0,45	0	0	0,04		
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	84,00	0,04	0,00	0,28	0,00	7,20	36,80	8,00	0,96		
ГП	Хлеб пшеничный	65	4,94	0,52	31,98	152,75	0,07	0,00	0,72	0,00	13,00	42,25	9,10	0,72		
ГП	Масло сливочное (порциями)	5	0,06	8,25	0,08	74,80	0,01	0,00	0,10	0,05	2,40	3,00	0,00	0,02		
	Итого		13,88	18,37	95,31	605,55	0,22	0,6	1,15	0,245	35,05	93,05	26,2	3,94		
Обед																
178	Щи из свежей капусты	280	4,86	9,33	9,69	149	0,08	14,3	0,01	0,02	55,23	65,3	19,32	0,85		
56	Рыба тушеная с овощами	200	25,22	5,46	2,68	158	0,05	1,4	0,03	0,03	82	30,65	64,68	0,62		
58	Пюре картофельное	180	3,72	8,72	21,95	194	0,06	13,2	0,02	0,02	55,92	106,23	27,03	0,9		
78	Компот из сухофруктов	200	0,33	0	26,65	106	0	0,3	0,06	0	33,7	11,55	3,5	0,96		
ГП	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	49,20	235,00	0,11	0,00	1,11	0,00	20,00	65,00	14,00	1,11		
ГП	Хлеб ржаной	70	3,43	0,70	31,36	147,00	0,00	0,00	0,49	0,00	12,60	64,40	12,00	2,03		
	Итого		45,16	25,01	141,53	989	0,3	29,2	1,72	0,07	259,45	343,13	140,53	6,47		
Полдник																
30	Компот, напиток в ассортименте	200	0,33	0	26,65	106	0	0,3	0,06	0	33,7	11,55	4,5	0,09		
ГП	Печенье (или вафли, или праники, или др.)	35	2,63	3,43	26,04	145,95	0,03	0	1	0,01	10,15	31,5	7	0,74		
	Итого		2,96	3,43	52,69	251,95	0,03	0,3	1,06	0,01	43,85	43,05	11,5	0,83		
Ужин																
45	Гуляш из филе кур	100	15,08	12,58	4,50	191,66	0,09	7,90	1,40	0,30	38,10	165,94	28,77	1,04		
34	Макаронные изделия отварные	180,00	6,58	5,28	38,48	218,75	0,02	0,00	0,06	0,02	7,43	45,10	9,30	0,09		
16	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	60	0	0	0	0	0,45	0	0	0,04		
ГП	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8	49,2	235	0,11	0	1,11	0	20	65	14	1,11		
ГП	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	0,06	0	0,42	0	10,8	55,2	12	1,5		
	Итого		32,20	19,26	134,03	831,41	0,28	7,90	2,99	0,32	76,78	331,24	64,07	3,78		
2 Ужин																
ГП	Кисломолочный продукт	150	6,16	2,26	8,86	85,5	0	1,8	8	0,08	186	142,5	12,6	0,16		
	Итого		6,16	2,26	8,86	85,5	0	1,8	8	0,08	186	142,5	12,6	0,16		
	Норма на весь день соли 10 гр., специй 2 гр.															
	Итого за день		100,36	68,33	432,42	2763,41	0,83	39,80	14,92	0,73	601,13	952,97	254,90	15,18		
	Суточная потребность		113	115	489	3450	1,5	70	15	1	1200	1800	300	18		
	Процент удовлетворения суточной потребности		88,81	59,42	88,43	80,10	55,33	56,86	99,47	72,62	50,09	52,94	84,97	84,33		



СОГЛАСОВАНО
и.о.директора

Н.М.Овинникова



Квасов А.В.

Учащиеся в возрасте старше 15 лет (дети с ОВЗ, здоровые дети)

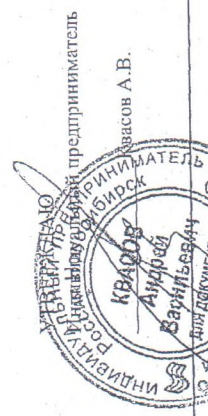
День 4

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Эн/д (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)				
			Б	Ж	У	6		В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe	
I	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Завтрак																
248	Каша молочная манная	200	12,60	15,80	32,27	176,67	0,04	15,45	0,99	0,09	268,00	274,73	16,71	2,20		
16	Какао с молоком	200	4,68	9,3	19,14	118	0,1	1	0,01	0,02	112	98,2	23,2	0,97		
ГП	Хлеб ржаной	40,00	1,96	0,40	17,92	84,00	0,04	0,00	0,28	0,00	7,20	36,80	8,00	1,16		
ГП	Хлеб пшеничный	65,00	4,94	0,52	31,98	152,75	0,07	0,00	0,72	0,00	13,00	42,25	9,10	0,72		
	Итого		24,18	26,02	101,31	531,42	0,25	16,45	2	0,11	400,2	451,98	57,01	5,05		
Обед																
43	Салат из свеклы	100,00	1,31	7,08	7,56	99,00	0,03	6,75	1,34	0,08	42,85	47,45	29,70	0,94		
140	Рассольник по Ленинградский	250	7,37	8,97	20,04	175,00	0,04	9,64	1,82	0,09	42,30	158,30	31,77	1,14		
99	Плов с мясом птицы	200,00	12,51	11,68	34,59	296,66	0,02	4,70	1,00	0,03	4,35	72,20	25,62	0,81		
78	Компот из сухофруктов	200,00	0,33	0,00	26,65	106,00	0,00	0,30	0,06	0,00	33,70	11,55	4,50	0,96		
ГП	Хлеб пшеничный	100,00	7,60	0,80	49,20	235,00	0,11	0,00	1,11	0,00	20,00	65,00	14,00	1,11		
ГП	Хлеб ржаной	70,00	3,43	0,70	31,36	147,00	0,00	0,00	0,49	0,00	12,60	64,40	14,00	2,03		
	Итого		32,55	29,23	169,40	1058,66	0,20	21,39	5,82	0,20	155,80	418,90	119,59	6,99		
Полдник																
30	Компот, напиток в ассортименте	200	0,33	0	26,65	106	0	0,3	0,06	0	33,7	11,55	4,5	0,09		
312	Булочка домашняя	100	6,93	13,07	58,8	380	0,1	0	0,2	0,09	16	58,67	5,7	0,8		
	Итого		7,26	13,07	85,45	486	0,1	0,3	0,26	0,09	49,7	70,22	10,2	0,89		
Ужин																
75	Котлеты или биточки из птицы с соусом томатным	100	18,78	18,13	16,01	276	0,03	0,35	0,48	0,02	40,89	187,61	31,72	1		
138	Капуста тушеная	180	3,82	8,2	15,6	160,2	0,06	19,3	0,7	0,03	97,81	74,14	25,2	0,09		
ГП	Хлеб пшеничный	100,00	7,60	0,80	49,20	235,00	0,11	0,00	1,11	0,00	20,00	65,00	14,00	1,11		
ГП	Хлеб ржаной	60,00	2,94	0,60	26,88	126,00	0,06	0,00	0,42	0,00	10,80	55,20	12,00	1,74		
16	Чай с сахаром	200,00	0,04	0,00	15,12	62,00	0,00	2,00	0,01	0,00	2,45	1,10	0,60	0,07		
	Итого		33,18	27,73	122,81	859,2	0,26	21,65	2,72	0,05	171,95	383,05	83,52	4,01		
2 ужин																
30	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	8,8	37,6	0,5	7	3,3	0,13	1,1	71,25	0,8	0,27		
	Итого		0,6	0,2	8,8	37,6	0,5	7	3,3	0,13	1,1	71,25	0,8	0,27		
	Норма на весь день соли 10 гр., специй 2 гр.															
	Итого за день		97,77	96,25	487,77	2972,88	1,31	66,79	14,10	0,58	778,75	1395,40	271,12	17,21		
	Суточная потребность		113	115	489	3450	1,5	70	15	1	1200	1800	300	18		
	Процент удовлетворения суточной потребности		86,52	83,69	99,75	86,17	87,33	95,41	94,00	58,00	64,90	77,52	90,37	95,63		



СОГЛАСОВАНО
и.о. директора

Н.М.Овчинникова



предприниматель
А.В. Васильев

Учащиеся в возрасте старше 15 лет (дети с ОВЗ, здоровые дети)

Диск 5																
№ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Эн/п (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные в-ва (мг)				
			Б	Ж	У	6	7		В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Завтрак																
215	Суп молочный с макаронными изделиями	250,00	10,75	8,00	38,75	244,75	0,01	2,00	0,22	0,03	25,00	27,50	9,00	1,25		
10	Яйцо отварное	40	3,72	4,6	0,3	63	0,03	0	0,1	0,02	22	77	5	0,9		
16	Чай с сахаром	200/20	0,04	0,00	15,12	62,00	0,00	0,02	0,01	0,00	2,45	1,10	0,60	0,07		
ГП	Хлеб ржаной	40,00	1,96	0,40	17,92	84,00	0,04	0,00	0,28	0,00	7,20	36,80	8,00	1,16		
ГП	Хлеб пшеничный	65,00	4,94	0,52	31,98	152,75	0,07	0,00	0,72	0,00	13,00	42,25	9,10	0,72		
	Итого		21,41	13,52	104,07	606,5	0,15	2,02	1,33	0,045	69,65	184,65	31,7	4,1		
Обед																
ГП	Яблоко свежее	150	1,30	0,10	7,20	34,00	0,06	3,80	0,01	0,09	51,00	55,00	38,00	0,35		
162	Суп с рыбными консервами	250,00	13,22	8,53	20,30	157,13	0,21	4,20	0,01	0,19	28,28	178,94	42,47	1,24		
98	Печень по-строгановски	100	5,50	12,30	9,60	125,00	0,40	4,30	0,10	0,10	73,90	194,68	6,30	2,00		
415	Рис отварной	180,00	4,14	8,69	34,91	241	0,04	3,9	0,01	0,02	5,33	74,75	28,26	0,86		
78	Компот из сухофруктов	200,00	0,33	0,00	26,65	106,00	0,00	0,30	0,03	0,00	33,70	11,55	4,50	0,45		
ГП	Хлеб пшеничный	100,00	7,60	0,80	49,20	235,00	0,11	0,00	1,11	0,00	20,00	65,00	14,00	1,11		
ГП	Хлеб ржаной	70,00	3,43	0,70	31,36	147,00	0,00	0,00	0,49	0,00	12,60	64,40	14,00	2,03		
	Итого		35,52	31,12	179,22	1045,13	0,82	16,50	1,76	0,40	224,81	644,32	147,53	8,04		
Полдник																
30	Напиток в ассортименте	200	0,4	0,2	21	88,6	0,09	33	0,8	0,04	1,6	82	2,7	0,5		
ГП	Печенье (или вафли, или пряники, или др.)	35	2,63	3,43	26,04	145,95	0,03	0	1	0,01	10,15	31,5	7	0,74		
	Итого		3,03	3,63	47,04	234,55	0,12	33,00	1,80	0,05	11,75	113,50	9,70	1,24		
Ужин																
85	Жаркое по-домашнему	250,00	13,00	13,66	20,70	301,48	0,01	3,20	0,31	0,01	46,39	84,68	33,62	1,36		
16	Чай с сахаром	200/20	0,04	0,00	15,12	62,00	0,00	0,02	0,01	0,00	2,45	1,10	0,60	0,07		
ГП	Хлеб пшеничный	100,00	7,60	0,80	49,20	235,00	0,11	0,00	1,11	0,00	20,00	65,00	14,00	1,11		
ГП	Хлеб ржаной	60,00	2,94	0,60	26,88	126,00	0,06	0,00	0,42	0,00	10,80	55,20	12,00	1,74		
	Итого		23,58	15,06	111,90	724,48	0,18	3,22	1,85	0,01	79,64	205,98	60,22	4,28		
2 ужин																
ГП	Кисломолочный продукт	150	6,16	2,26	8,86	85,5	0	1,8	8	0,08	186	142,5	12,6	0,16		
	Итого		6,16	2,26	8,86	85,50	0,00	1,80	8,00	0,08	186,00	142,50	12,60	0,16		
	Норма на весь день соли 10 гр., специй 2 гр.															
	Итого за день		89,70	65,59	451,09	2696,16	1,28	56,54	14,74	0,58	571,85	1290,95	261,75	17,82		
	Суточная потребность		113,00	115,00	489,00	3450,00	1,50	70,00	15,00	1,00	1200,00	1800,00	300,00	18,00		
	Процент удовлетворения суточной потребности		79,38	57,03	92,25	78,15	85,15	80,77	98,27	58,25	47,65	71,72	87,25	99,01		

И.О. директора

Н.М. Овинникова

Квасов А.В.

Индивидуальный предприниматель

Учащиеся в возрасте старше 15 лет (дети с ОВЗ, здоровые дети)

День 6

День 6															
№ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные в-ва (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
	Каша молочная ячневая	200	7,35	14,76	32,27	176,67	0,05	13,2	3,99	0,09	75,2	274,73	16,71	0,6	
	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	60	0	0	0	0	0,45	0	0	0,04	
	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	84,00	0,04	0,00	0,28	0,00	7,20	36,80	8,00	1,16	
	Хлеб пшеничный	65	4,94	0,52	31,98	152,75	0,07	0,00	0,72	0,00	13,00	42,25	9,10	0,72	
	Итого		14,3	15,7	97,1	473,4	0,2	13,2	5,0	0,1	95,9	353,8	33,8	2,5	
Обед															
107	Овощи натуральные соленные	100	1,1	0,1	3,5	40	0,6	23,3	0,7	0,055	22	35	15	0,8	
	Солянка сборная	250	11,25	15,35	16,68	238	0,06	2,7	0,2	0,3	53,2	264	21	0,9	
	Рагу овощное с птицей	200	10,03	12,76	25,57	276,8	0,09	7,90	1,40	0,30	78,00	165,94	28,77	1,04	
	Компот из сухофруктов	200	0,33	0,00	26,65	106,00	0,00	0,30	0,06	0,00	33,70	11,55	4,50	0,32	
	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	49,20	235,00	0,11	0,00	1,11	0,00	20,00	65,00	14,00	1,11	
	Хлеб ржаной	70	3,43	0,70	31,36	147,00	0,00	0,00	0,49	0,00	12,60	64,40	14,00	2,03	
	Итого		33,74	29,71	152,96	1042,80	0,86	34,20	3,96	0,66	219,50	605,89	97,27	6,20	
Полдник															
30	Компот, напиток в ассортименте	200	0,33	0	26,65	106	0	0,3	0,06	0	49,6	11,55	4,5	0,09	
91	Булочка домашняя	100	7,74	9,88	55,13	365,00	0,03	0,34	0,05	0,07	52,90	79,51	12,10	0,71	
	Итого		8,07	9,88	81,78	471,00	0,03	0,64	0,11	0,07	102,50	91,06	16,60	0,80	
Ужин															
56	Рыба, тушенная в томате с овощами	200	25,22	5,46	2,68	158	0,14	1,83	0,05	0,03	93,2	30,65	62,3	1,62	
10	Пюре картофельное	180	3,91	5,99	25,64	172,17	0,02	15,30	0,22	0,02	56,30	110,07	37,69	1,27	
36	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,45	0,00	0,00	0,04	
ГП	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	49,20	235,00	0,11	0,00	1,11	0,00	20,00	65,00	14,00	1,11	
ГП	Хлеб ржаной	60	2,94	0,60	26,88	126,00	0,06	0,00	0,42	0,00	10,80	55,20	12,00	1,74	
	Итого		39,67	12,85	119,37	751,17	0,33	17,13	1,80	0,05	180,75	260,92	125,99	5,78	
2 ужин															
30	Напиток из шиповника	200	0,60	0,20	8,80	37,60	0,07	0,86	2,30	0,13	15,00	71,25	0,80	0,27	
	Итого		0,60	0,20	8,80	37,60	0,07	0,86	2,30	0,13	15,00	71,25	0,80	0,27	
	Норма на весь день соли 10 гр., специй 2 гр.		Б	Ж	У	Эн/ц	В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe	
	Итого за день		96,33	68,32	460,05	2775,99	1,45	66,03	13,16	1,00	613,60	1382,90	274,47	15,57	
	Суточная потребность		113,00	115,00	489,00	3450,00	1,50	70,00	15,00	1,00	1200,00	1800,00	300,00	18,00	
	Процент удовлетворения суточной потребности		85,25	59,41	94,08	80,46	96,67	94,33	87,73	99,50	51,13	76,83	91,49	86,50	

СОГЛАСОВАНО
и.о. директора

Н.М.Овинникова

ИМЕНИНОВА Н.М. ОВНИННИКОВА
КВАРТАЛ
Андрей Васильевич
ИМЕНИНОВА Н.М. ОВНИННИКОВА
ИМЕНИНОВА Н.М. ОВНИННИКОВА

Учащиеся в возрасте старше 15 лет (дети с ОВЗ, здоровые дети)

День 7

№ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные в-ва (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	В12	Р	Мg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Завтрак																
	Вареники с картофелем со сметаной	155	23,75	23,73	29,69	370,53	0,09	0,4	0,34	0,3	181,48	294,99	12,3	0,9		
	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	60	0	0	0	0	0,45	0	0	0,04		
	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	84,00	0,04	0,00	0,28	0,00	7,20	36,80	8,00	1,16		
	Хлеб пшеничный	65	4,94	0,52	31,98	152,75	0,07	0,00	0,72	0,00	13,00	42,25	9,10	0,72		
	Масло сливочное (порциями)	5	0,06	8,25	0,08	74,80	0,01	0,06	0,10	0,05	2,40	3,00	0,00	0,02		
	Итого		30,71	32,9	94,64	742,08	0,21	0,46	1,44	0,345	204,53	377,04	29,4	2,84		
Обед																
ГП	Икра кабачковая	100	1,2	4,7	7,7	78	0,03	26,9	2,1	0,01	32	30	13	0,8		
	Суп гороховый	250	18,3	7,96	21,46	162,86	0,21	15,36	0,27	0,2	42,65	164,9	31,2	1,2		
	Котлеты или биточки из птицы с соусом томатным	100	18,78	18,13	16,01	276	0,08	1,36	0,28	0,02	40,89	187,61	16,3	1,2		
24	Макаронные изделия	180	7,5	0,7	43	178	0,12	2,3	0,06	0	8,6	53,26	3,7	0,9		
	Компот из сухофруктов	200	0,33	0,00	26,65	106,00	0,00	0,30	0,06	0,00	33,70	11,55	4,50	0,32		
	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	49,20	235,00	0,11	0,00	1,11	0,00	20,00	65,00	14,00	1,11		
	Хлеб ржаной	70,00	3,43	0,70	31,36	147,00	0,00	0,00	0,49	0,00	12,60	64,40	12,00	2,03		
	Итого		57,14	32,99	195,38	1182,86	0,55	46,22	4,37	0,23	190,44	576,72	94,70	7,56		
Полдник																
30	Компот, напиток в ассортименте	200	0,33	0	26,65	106	0	0,3	0,06	0	49,6	11,55	4,5	0,09		
32	Блинчики с молоком сгущенным	70/20	6,80	10,84	34,82	248,00	0,08	1,15	0,21	0,04	151,28	130,12	10,20	0,26		
	Итого		7,13	10,84	61,47	354,00	0,08	1,45	0,27	0,04	200,88	141,67	14,70	0,35		
Ужин																
56,00	Сосиска отварная	80,00	8,80	19,10	0,30	208,80	0,09	0,06	0,90	0,00	9,40	153,25	4,00	2,30		
	Каша перловая рассыпчатая	180	6,55	5,19	37,84	223	0,16	0,02	0,4	0,09	18	256	100	1,05		
31	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	14,97	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,45	0,00	0,00	0,04		
гп	Хлеб пшеничный	100,00	7,60	0,80	49,20	235,00	0,11	0,00	1,11	0,00	20,00	65,00	14,00	1,11		
гп	Хлеб ржаной	60,00	2,94	0,60	26,88	126,00	0,06	0,00	0,42	0,00	10,80	55,20	12,00	1,74		
	Итого		25,89	25,69	129,19	852,80	0,42	0,08	2,83	0,09	58,65	529,45	130,00	6,24		
2 ужин																
ГП	Кисломолочный продукт	150	6,16	2,26	8,86	85,5	0	2,4	4	0,08	186	142,5	12,6	0,16		
	Итого		6,16	2,26	8,86	85,50	0,00	2,40	4,00	0,08	186,00	142,50	12,60	0,16		
	Норма на весь день соли 10 гр., специй 2 гр.															
	Итого за день		127,03	104,68	489,54	3217,24	1,26	50,61	12,91	0,79	840,50	1767,38	281,40	17,15		
	Суточная потребность		113,00	115,00	489,00	3450,00	1,50	70,00	15,00	1,00	1200,00	1800,00	300,00	18,00		
	Процент удовлетворения суточной потребности		112,42	91,03	100,11	93,25	84,00	72,30	86,07	78,50	70,04	98,19	93,80	95,28		

СОГЛАСОВАНО
и.о. директора

Н.М. Овинникова

УТВЕРЖДАЮ
Квасов А.В.

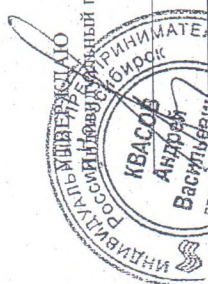
Учащиеся в возрасте старше 15 лет (дети с ОВЗ, здоровые дети)

№ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Эн/л (к кал)			Витамины (мг)			Минеральные в-ва (мг)					
			Б			Ж			У			В1			Р			Mg		
			4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
1	2	3	День 8																	
			Завтрак																	
256	Каша молочная пшенная	200	15,12	13,71	22,46	292,22	0,17	9,32	0,1	0,008	72,55	93,51	36,84	1,25						
16	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	60	0	0	0	0	0,45	0	0	0,04						
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	84,00	0,04	0,00	0,28	0,00	7,20	36,80	8,00	1,16						
ГП	Хлеб пшеничный	65	4,94	0,52	31,98	152,75	0,07	0,00	0,72	0,00	13,00	42,25	9,10	0,72						
ГП	Масло сливочное (порциями)	5	0,06	8,25	0,08	74,80	0,01	0,10	0,10	0,05	2,40	3,00	0,00	0,02						
ГП	Сыр (порциями)	27	5,26	7,97	0,00	98,60	0,01	0,19	0,14	0,08	237,60	135,00	9,45	0,27						
	Итого		27,34	30,85	87,41	762,37	0,3	9,61	1,34	0,133	333,2	310,56	63,39	3,46						
			Обед																	
179	Борщ с капустой свежей	200	4,22	6,96	9,81	129,46	0,1	4,55	0,17	0,01	47,54	54,11	23,3	1,1						
75	Курица тушеная	100	8,30	17,90	9,60	125,00	0,40	3,40	0,90	0,10	89,69	195,83	8,30	2,00						
78	Компот из сухофруктов	200	0,33	0	26,65	106	0	3,6	0,06	0	33,7	11,55	4,5	0,96						
ГП	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	49,20	235,00	0,11	0,00	1,11	0,00	20,00	65,00	14,00	1,11						
ГП	Хлеб ржаной	70	3,43	0,70	31,36	147,00	0,00	0,00	0,49	0,00	12,60	64,40	12,00	2,03						
	Итого		23,88	26,36	126,62	742,46	0,61	11,55	2,73	0,11	203,53	390,89	62,1	7,2						
			Полдник																	
30	Компот, напиток в ассортименте	200	0,33	0	26,65	106	0	12,3	0,06	0	33,7	11,55	4,5	0,09						
ГП	Печенье (или вафли, или пряники, или др.)	35	2,63	3,43	26,04	145,95	0,03	0	1	0,01	10,15	31,5	7	0,74						
	Итого		2,96	3,43	52,69	251,95	0,03	12,3	1,06	0,01	43,85	43,05	11,5	0,83						
			Ужин																	
33	Котлеты или биточки рыбные	100	17,11	5,54	5,75	131	0,6	1,27	0,08	0,26	61,2	157,66	19,3	0,09						
68	Картофель тушеный	180,00	10,50	3,60	14,90	125,50	0,05	2,76	0,09	0,25	2,90	122,60	10,00	0,74						
36	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	60	0	0	0	0	0,45	0	0	0,04						
ГП	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8	49,2	235	0,11	0	1,11	0	20	65	14	1,11						
ГП	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	0,06	0	0,42	0	10,8	55,2	12	1,74						
	Итого		38,15	10,54	111,7	677,5	0,82	4,03	1,7	0,51	95,35	400,46	55,3	3,72						
			2 ужин																	
ГП	Кисломолочный продукт	150	6,16	3,5	8,86	85,5	0	3,2	8	0,08	186	142,5	12,6	0,16						
	Итого		6,16	3,5	8,86	85,5	0	3,2	8	0,08	186	142,5	12,6	0,16						
	Норма на весь день соли 10 гр., специй 2 гр.																			
	Итого за день		98,49	74,88	387,28	2519,78	1,76	40,69	14,83	0,843	861,93	1287,46	204,89	15,37						
	Суточная потребность		113	115	489	3450	1,5	70	15	1	1200	1800	300	18						
	Процент удовлетворения суточной потребности		87,16	64,94	79,20	73,04	117,33	58,13	98,87	84,30	71,83	71,53	68,30	85,39						



Н.М.Овинникова

Красов А.В.



Учащиеся в возрасте старше 15 лет (дети с ОВЗ, здоровые дети)

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Эн/д (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные в-ва (мг)						
			Б		Ж	У	В1	С		Е	А	Р	Mg	Fe							
			4	3	5	6									7	8	9	10	11	12	13
1	2		Завтрак														Обед				
247	Каша молочная Геркулес	200	13,69	22,45	24,48	367,74	0,9	13,13	2,42	0,09	45,79	197,26	55,18	2,35							
	Какао с молоком	200	4,82	4,74	26,21	163	0,06	2,36	0,02	0,02	179	147,3	42,3	0,02							
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	84,00	0,04	0,00	0,28	0,00	7,20	36,80	8,00	1,16							
ГП	Хлеб пшеничный	65	4,94	0,52	31,98	152,75	0,07	0,00	0,72	0,00	13,00	42,25	9,10	0,72							
	Итого		25,41	28,11	100,59	767,49	1,07	15,49	3,44	0,11	244,99	423,61	114,58	4,25							
107	Овощи натуральные соленные	100	1,1	0,1	3,5	40	0,6	23,3	1	0,055	10	35	15	0,8							
	Суп гороховый	250	18,3	7,96	21,46	162,86	0,21	15,36	0,27	0,2	52,69	164,9	31,2	1,2							
56	Рыба тушеная с овощами	200	25,22	5,46	2,68	158	0,05	1,4	0,03	0,03	99	30,65	64,68	0,62							
429	Пюре картофельное	180	3,72	8,72	21,95	194	0,16	26,3	0,2	0,2	58,9	106,23	34,03	1,3							
508	Компот из сухофруктов	200	0,33	0	26,65	106	0	6,3	0,06	0	33,7	11,55	4,5	0,96							
ГП	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	49,20	235,00	0,11	0,00	1,11	0,00	20,00	65,00	14,00	1,11							
ГП	Хлеб ржаной	70	3,43	0,70	31,36	147,00	0,00	0,00	0,49	0,00	12,60	64,40	14,00	2,03							
	Итого		59,7	23,74	156,8	1042,86	1,13	72,66	3,16	0,485	286,89	477,73	177,41	8,02							
Подлник																					
30	Компот, напиток в ассортименте	200	0,33	0	26,65	106	0	12,3	0,06	0	33,7	11,55	4,5	0,09							
312	Булочка домашняя	100	6,93	13,07	58,8	380	0,13	1,6	0,8	0,09	29,6	58,67	9,33	0,8							
	Итого		7,26	13,07	85,45	486,0	0,13	13,9	0,86	0,09	63,3	70,22	13,83	0,89							
Ужин																					
415	Рис отварной	180	4,14	8,69	34,91	241	0,04	6,9	0,01	0,02	15,33	74,75	28,26	0,86							
75	Котлеты или биточки из птицы с соусом томатным	100	18,78	18,13	16,01	276	0,04	1,35	0,48	0,02	55,9	187,61	28,3	1,28							
492	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	60	0	0	0	0	0,45	0	0	0,04							
ГП	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8	49,2	235	0,11	0	1,11	0	20	65	14	1,11							
ГП	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	0,06	0	0,42	0	10,8	55,2	12	1,74							
	Итого		33,46	28,22	141,97	938	0,25	8,25	2,02	0,04	102,48	382,56	82,56	5,03							
2 ужин																					
ГП	Кисломолочный продукт	150	6,16	2,26	8,86	110	0	3,1	8	0,08	202	142,5	12,6	0,16							
	Итого		6,16	2,26	8,86	110	0	3,1	8	0,08	202	142,5	12,6	0,16							
	Норма на весь день соли 10 гр., специй 2 гр.																				
	Итого за день		75,72	72,36	368,23	2448,49	1,45	40,74	14,81	0,81	625,37	1083,29	237,57	12,36							
	Суточная потребность		113	115	489	3450	1,5	70	15	1	1200	1800	300	18							
	Процент удовлетворения суточной потребности		67,01	62,92	75,30	70,97	96,67	58,20	98,73	80,50	52,11	60,18	79,19	68,67							



Квасов А.В.

актуальный предприниматель

КВАСОВ
Андрей
Васильевич

Учащиеся в возрасте старше 15 лет (дети с ОВЗ, здоровые дети)

День 12

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/п (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	Е	Са	Р	Мг	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
248,00	Каша молочная ячневая	200	7,35	14,76	32,27	176,67	0,02	11,45	1,99	0,09	86,2	274,73	16,71	1,2
16	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	14,97	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,45	0,00	0,00	0,04
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	84,00	0,04	0,00	0,00	0,00	7,20	36,80	8,00	1,16
ГП	Хлеб пшеничный	65	4,94	0,32	31,98	152,75	0,07	0,00	0,72	0,00	13,00	42,25	9,10	0,72
10	Яйцо отварное	40	3,72	4,6	0,3	63	0,03	0	0,1	0,02	22	77	5	0,9
	Итого		17,97	20,28	97,44	536,42	0,16	11,45	3,09	0,11	128,85	430,78	38,81	4,02
Обед														
ГП	Яблоко свежее	150	1,30	0,10	7,20	34,00	0,06	3,80	0,01	0,09	51,00	55,00	38,00	0,35
140	Рассольник по Ленинградский	250	7,37	8,97	20,04	175,00	0,04	9,64	1,82	0,09	82,30	158,30	31,77	1,14
75	Терфегли из птицы	100	15,32	16,53	34,59	296,66	0,04	4,70	1,00	0,01	101,30	72,20	25,62	0,81
	Каша рассыпчатая гречневая	180,00	9,93	10,89	48,76	336,00	0,04	0,00	0,06	0,00	37,68	237,70	68,60	1,96
78	Компот из сухофруктов	200,00	0,33	0,00	26,65	106,00	0,00	0,30	0,06	0,00	33,70	11,55	4,50	0,06
ГП	Хлеб пшеничный	100,00	7,60	0,80	49,20	235,00	0,11	0,00	1,11	0,00	20,00	65,00	14,00	1,11
ГП	Хлеб ржаной	70,00	3,43	0,70	31,36	147,00	0,04	0,00	0,49	0,00	12,60	64,40	14,00	2,03
	Итого		45,28	37,99	217,80	1329,66	0,33	18,44	4,55	0,19	338,58	664,15	195,89	7,47
Полдник														
30	Компот, напиток в ассортименте	200	0,33	0	26,65	106	0	12,3	0,06	0	33,7	11,55	4,5	0,09
ГП	Печенье (или вафли, или пряники, или др.)	20	2,50	3,93	24,97	139,03	0,00	0,00	0,00	0,00	6,67	20,00	4,33	0,33
	Итого		2,83	3,93	51,62	245,03	0,00	12,30	0,06	0,00	40,37	31,55	8,83	0,42
Ужин														
99	Плов перловый с мясом птицы	200	15,69	14,85	36,23	310,00	0,01	1,20	0,50	0,40	89,20	121,09	14,20	0,90
16	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	14,97	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,45	0,00	0,00	0,04
ГП	Хлеб пшеничный	100,00	7,60	0,80	49,20	235,00	0,11	0,00	1,11	0,00	20,00	65,00	14,00	1,11
ГП	Хлеб ржаной	60,00	2,94	0,60	26,88	126,00	0,06	0,00	0,42	0,00	10,80	55,20	12,00	1,74
	Итого		26,23	16,25	127,28	731,00	0,18	1,20	2,03	0,40	120,45	241,29	40,20	3,79
2 ужин														
30	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	8,8	37,6	0,8	7	3,3	0,13	1,1	71,25	0,8	0,03
	Итого		0,60	0,20	8,80	37,60	0,80	7,00	3,30	0,13	1,10	71,25	0,80	0,03
	Норма на весь день соли 10 гр., специй 2 гр.													
	Итого за день		Б	Ж	У	Эн/п	В1	С	Е	А	Са	Р	Мг	Fe
	Суточная потребность		92,91	78,65	502,94	2879,71	1,47	50,39	13,03	0,83	629,35	1439,02	284,53	15,73
	Процент удовлетворения суточной потребности		113,00	115,00	489,00	3450,00	1,50	70,00	15,00	1,00	1200,00	1800,00	300,00	18,00
			82,22	68,39	102,85	83,47	98,00	71,99	86,85	82,71	52,45	79,95	94,84	87,37

СОГЛАСОВАНО

и.о. директора

Н.М. Овчинникова

Инициальный предприниматель

Квасов А.В.

Учащиеся в возрасте старше 15 лет (дети с ОВЗ, здоровые дети)

День 13

№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные в-ва (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
	Каша молочная пшеничная	200	16,94	7,68	68,64	181,2	0,12	0,26	0,6	0,07	56,9	251,98	20,3	1,28	
	Кофейный напиток	200	4,76	4,54	26,3	154	0,03	1,56	0	0,02	164	108	10,3	0,03	
	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	84,00	0,04	0,00	0,28	0,00	7,20	36,80	8,00	1,16	
	Хлеб пшеничный	65	4,94	0,52	31,98	152,75	0,07	0,00	0,72	0,00	13,00	42,25	9,10	0,72	
	Масло сливочное (порциями)	5	0,06	8,25	0,08	74,80	0,02	0,00	0,10	0,05	2,40	3,00	0,00	0,02	
	Итого		28,66	21,39	144,92	646,75	0,28	1,82	1,7	0,135	243,5	442,03	47,7	3,21	
Обед															
	Суп картофельный с крупой	250,00	2,32	3,11	24,14	123,33	0,02	7,84	0,17	0,04	26,50	70,31	16,30	0,92	
98	Оладьи из печени	100	5,50	12,30	9,60	125,00	0,40	6,20	0,10	0,10	73,90	194,68	6,30	2,00	
415	Рис отварной	180	4,14	8,69	34,91	241	0,04	3,9	0,01	0,02	5,33	74,75	28,26	0,86	
78	Компот из сухофруктов	200	0,33	0	26,65	106	0	0,3	0,06	0	33,7	11,55	4,5	0,96	
	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	49,20	235,00	0,11	0,00	1,11	0,00	20,00	65,00	14,00	1,11	
	Хлеб ржаной	70	3,43	0,70	31,36	147,00	0,00	0,00	0,49	0,00	12,60	64,40	12,00	2,03	
	Итого		23,32	25,60	175,86	977,33	0,57	18,24	1,94	0,16	172,03	480,69	81,36	7,88	
Полдник															
30	Компот, напиток в ассортименте	200	0,33	0	26,65	106	0	12,3	0,06	0	33,7	11,55	4,5	0,09	
312	Булочка домашняя	100	6,93	13,07	58,8	380	0,13	1,6	0,8	0,09	29,6	58,67	9,33	0,8	
	Итого		7,26	13,07	85,45	486	0,13	13,9	0,86	0,09	63,3	70,22	13,83	0,89	
Ужин															
56	Рыба, тушеная в томате с овощами	200	25,22	5,46	2,68	158	0,14	1,83	0,05	0,03	93,2	30,65	62,3	1,62	
68	Картофель тушеный	180	3,21	3,92	21,87	144	0,09	12,27	0,22	0,02	31,6	92,4	16,2	0,06	
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,45	0,00	0,00	0,04	
ГП	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8	49,2	235	0,11	0	1,11	0	20	65	14	1,11	
ГН	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	0,06	0	0,42	0	10,8	55,2	12	1,74	
	Итого		38,97	10,78	115,6	723	0,4	14,1	1,8	0,05	156,05	243,25	104,5	4,57	
2 ужин															
ГП	Кисломолочный продукт	150	6,16	2,26	8,86	110	0	3,1	8	0,08	202	142,5	12,6	0,16	
	Итого		6,16	2,26	8,86	110	0	3,1	8	0,08	202	142,5	12,6	0,16	
	Норма на весь день соли 10 гр., специй 2 гр.														
	Итого за день		104,37	73,10	530,69	2943,08	1,38	51,16	14,30	0,52	836,88	1378,69	259,99	16,71	
	Суточная потребность		113	115	489	3450	1,5	70	15	1	1200	1800	300	18	
	Процент удовлетворения суточной потребности		92,36	63,56	108,53	85,31	91,67	73,08	95,33	52,0	69,74	76,59	86,66	92,83	

СОГЛАСОВАНО

и.о.директора

Н.М.Овинникова

Квасов А.В.

Учащиеся в возрасте старше 15 лет (дети с ОВЗ, здоровые дети)

День 14

Минеральные в-ва (мг)

Витамины (мг)

Эн/ц (ккал)

Пищевые вещества (г)

Масса порции

Наименование блюда

№ ТК

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

Ca

P

Mg

Fe

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

Ca

P

Mg

Fe

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

Ca

P

Mg

Fe

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

Ca

P

Mg

Fe

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

Ca

P

Mg

Fe

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

Ca

P

Mg

Fe

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

Ca

P

Mg

Fe

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

Ca

P

Mg

Fe

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

Ca

P

Mg

Fe

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

Ca

P

Mg

Fe

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

Ca

P

Mg

Fe

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

Ca

P

Mg

Fe

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

Ca

P

Mg

Fe

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

Ca

P

Mg

Fe

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

Ca

P

Mg

Fe

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

Ca

P

Mg

Fe

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

Ca

P

Mg

Fe

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

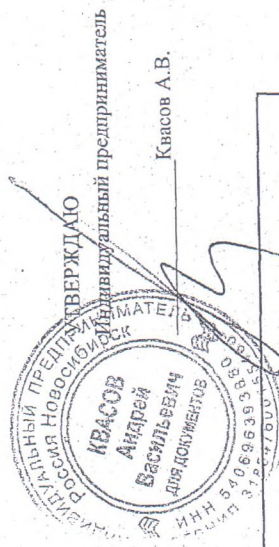
29

Ca



СОГЛАСОВАНО
и.о. директора

Н.М.Овинникова



Квасов А.В.

Учащиеся в возрасте старше 15 лет (дети с ОВЗ, здоровые дети)												
	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва (мг)			
	Б	Ж	У		В1	С	Е	А	Са	Р	Мg	Fe
Итого за 14 дней	1392,64	1166,34	6398,02	40036,34	18,34	720,98	186,82	11,05	10662,86	19558,41	3655,84	230,98
Итого за 14 дней средняя	99,47	83,31	457,00	2859,74	1,31	51,50	13,34	0,79	761,63	1397,03	261,13	16,50
Суточная потребность	113,00	115,00	489,00	3450,00	1,50	70,00	15,00	1,00	1200,00	1800,00	300,00	18,00
Процент удовлетворения суточной	88,03	72,44	93,46	82,89	87,35	73,57	88,96	78,91	63,47	77,61	87,04	91,66

Примечание: ГП - готовый продукт.

[illegible]