



Директор "УЛЬБЕРКАЮ" Абрамова Т.Ю.

Подпись: *Игорь Д. Д.*

Директор

Абрамова Т.Ю.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

Для организации питания детей в образовательном учреждении

Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭД, ккал	Минеральные элементы (мг)									
							Ca	Mg	P	Fe	В1, мг	В2, мг	С, мг	К, мг	Na, мг	I, мг
443	Кондитерское изделие	40	9,20	10,80	85,20	476,00	28,00	40,00	104,00	2,00	0,16	0,08	0,00	47	0	0
54-3-н-2020	Чай с сахаром	205	15,58	15,80	39,57	365,26	19,48	45,10	196,80	2,26	0,07	0,12	0,74	272,7	7,59	39,66
ТК № 1	Хлеб пшеничный	200	0,30	0,00	6,70	27,90	6,90	4,60	8,50	0,80	0,00	0,01	1,16	30,2	0	0
ТК № 2	Хлеб ржаной	30	2,10	0,36	11,10	57,00	6,00	4,20	19,50	0,33	0,03	0,01	0,00	27,9	0	0
Итого за прием		505	29,25	27,23	154,96	985,66	74,48	108,60	375,90	6,56	0,31	0,24	1,90	448,30	7,59	39,66

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭД, ккал	Минеральные элементы (мг)									
							Ca	Mg	P	Fe	В1, мг	В2, мг	С, мг	К, мг	Na, мг	I, мг
139	Суп картофельный с овощами	200	6,68	4,60	16,28	133,14	27,00	29,00	80,40	1,48	0,15	0,06	4,76	382,4	2	15,96
ТК № 15	Булочки рубленные из пшеницы	60	16,30	4,60	7,80	138,10	13,80	11,40	89,44	1,02	0,05	0,08	1,13	109,5	0	0
331	Макаронные изделия отварные	180/5	6,36	5,04	39,24	242,00	13,20	8,40	48,00	0,83	0,07	0,04	0,00	63,6	0,12	24,96
ТК № 8	Паштет из замороженных птиц	200	0,23	0,08	21,76	91,55	0,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0	0
ТК № 1	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,36	11,10	57,00	6,00	4,20	19,50	0,33	0,03	0,01	0,00	27,9	0	0
ТК № 2	Хлеб ржаной	30	2,07	0,27	12,38	61,50	14,10	14,70	47,10	1,17	0,05	0,02	0,00	70,50	0	0
Итого за прием		705	33,74	14,95	108,87	723,29	74,70	67,70	284,44	4,84	0,35	0,21	5,89	654,50	2,12	40,92

День 2

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭД, ккал	Минеральные элементы (мг)									
							Ca	Mg	P	Fe	В1, мг	В2, мг	С, мг	К, мг	Na, мг	I, мг
54-7-н-2020	Салат из свежих капусты	50	1,25	5,05	5,20	71,50	33,70	12,65	25,25	0,46	0,03	0,03	29,05	206,50	0,25	8,96
394	Тесты из рыбные	50	7,50	6,70	8,80	127,33	18,53	13,70	86,90	0,49	0,07	0,06	1,90	141,30	6,20	76,90
520	Пюре картофельное	150	3,10	6,00	19,70	145,80	39,00	28,00	84,00	1,00	0,12	0,11	10,20	63,4	0,8	28,3
54-3-н-2020	Чай с лимоном и сахаром	207	0,30	0,00	6,70	27,90	6,90	4,60	8,50	0,80	0,00	0,01	1,16	30,2	0	0
ТК № 1	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,36	11,10	57,00	6,00	4,20	19,50	0,33	0,03	0,01	0,00	27,9	0	0
ТК № 2	Хлеб ржаной	20	1,38	0,18	8,26	41,00	9,40	39,80	31,40	0,78	0,04	0,02	0,00	47,90	0	0
Итого за прием		507	15,93	18,29	59,76	470,53	113,53	102,95	255,55	3,86	0,29	0,24	42,31	1076,90	7,25	114,36

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭД, ккал	Минеральные элементы (мг)									
							Ca	Mg	P	Fe	В1, мг	В2, мг	С, мг	К, мг	Na, мг	I, мг
110	Борщ из капусты с картофелем со сметаной	200/10	4,70	6,70	10,10	114,22	33,60	19,20	42,60	0,87	0,03	0,04	6,76	264	0,4	17,16
437	Турши из овощей	75	12,60	12,70	2,90	177,06	10,30	17,80	124,70	1,90	0,03	0,09	10,30	240,9	0	0
297	Каша гречневая вареная	150/5	8,20	6,90	35,99	238,96	14,00	120,00	180,00	4,00	0,21	0,12	0,00	219	3,5	22,3
54-4-н-2020	Чай с молоком	200	1,60	1,40	8,60	53,50	57,30	9,90	46,30	0,80	0,01	0,07	0,30	81,3	0,9	4,5

ТК № 1	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,36	11,10	57,00	6,00	4,20	19,50	0,53	0,03	0,01	0,00	27,9	0	0
ТК № 2	Хлеб ржаной	30	2,07	0,27	12,39	61,50	14,10	14,70	47,10	1,17	0,05	0,02	0,00	70,50	0	0
Итого за прием		700	31,27	28,33	80,99	702,12	135,30	185,80	460,20	9,07	0,36	0,35	17,36	903,60	4,80	43,96

День 3

Возрастная категория: 7-11 лет

Привес пищи, наименование блюда		Выход, г	Веса, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЛ, ккал	Минеральные элементы (мг)									
№ рецеп.	Заправка						Ca	Mg	P	Fe	B1 мг	B2 мг	C мг	K мг	Na мг	L мг
294	сметана	60	9,68	6,08	14,33	151,50	77,56	0,00	0,00	0,35	0,03	0,01	0,29	0	0	0
54-бс-2020	каша вязкая молочная пшеница	180,5	7,47	10,53	33,75	259,20	113,40	44,10	166,50	1,17	0,16	0,14	0,49	193,5	2,79	46,44
692	кофейный напиток	200	3,80	3,50	11,20	91,30	111,00	30,79	107,00	1,10	0,03	0,13	0,52	184	1,8	9
ТК № 1	хлеб пшеничный	30	2,10	0,36	11,10	57,00	6,00	4,20	19,50	0,53	0,03	0,01	0,00	27,9	0	0
ТК № 2	хлеб ржаной	30	2,07	0,27	12,39	61,50	14,10	14,70	47,10	1,17	0,05	0,02	0,00	70,50	0	0
Итого за прием		505	25,12	20,74	82,77	620,40	322,06	93,70	340,10	4,12	0,30	0,31	1,30	475,90	4,59	55,44

Привес пищи, наименование блюда

№ рецеп.	Осн	Выход, г	Веса, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЛ, ккал	Минеральные элементы (мг)									
132	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	1,72	4,24	12,42	96,92	12,58	18,16	51,40	0,71	0,06	0,05	5,54	33,43	0,75	16,6
462	суп с курицей	60	6,24	8,70	9,42	157,44	3,77	8,03	0,00	0,18	0,01	0,01	0,345	29,415	1,557	0,413
224	рыб из овощей	180	10,92	13,08	18,96	237,60	40,08	38,26	0,00	1,28	0,09	0,08	8,90	0	0	0
ТК № 8	напиток из замороженных ягод	200	0,23	0,08	21,76	91,55	0,60	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,6	0	0
ТК № 1	хлеб пшеничный	30	2,10	0,36	11,10	57,00	6,00	4,20	19,50	0,53	0,03	0,01	0,00	27,9	0	0
ТК № 2	хлеб ржаной	30	2,07	0,27	12,39	61,50	14,10	14,70	47,10	1,17	0,05	0,02	0,00	70,50	0	0
Итого за прием		710	23,28	26,73	86,05	702,01	77,13	83,35	118,00	3,67	0,24	0,17	14,79	462,82	2,31	17,01

День 4

Привес пищи, наименование блюда

Привес пищи, наименование блюда		Выход, г	Веса, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЛ, ккал	Минеральные элементы (мг)									
№ рецеп.	Заправка						Ca	Mg	P	Fe	B1 мг	B2 мг	C мг	K мг	Na мг	L мг
ТК № 5	фрукт	140	0,56	0,56	13,72	51,80	22,40	12,60	15,40	3,08	0,04	0,03	14	389,2	0	0
ТТК № 14	пшеница отруби	60	19,20	1,39	0,50	91,80	8,00	65,04	129,36	1,08	0,03	0,04	0,72	213	0	0
332	макаронные изделия отруби	180/5	6,36	5,04	39,24	242,00	13,20	8,40	48,00	0,84	0,07	0,04	0,00	63,6	0,12	24,96
54-3гп-2020	чай с сахаром	200	0,30	0,00	6,70	27,30	6,90	4,60	8,50	0,30	0,00	0,01	1,16	30,2	0	0
ТК № 1	хлеб пшеничный	30	2,10	0,36	11,10	57,00	6,00	4,20	19,50	0,53	0,03	0,01	0,00	27,9	0	0
ТК № 2	хлеб ржаной	20	1,38	0,18	8,26	41,01	9,40	39,80	7,140	0,78	0,01	0,02	0,00	47,00	0	0
Итого за прием		635	29,90	7,53	79,52	511,50	65,90	134,64	252,76	6,91	0,21	0,15	15,88	770,90	0,12	24,96

Возрастная категория: 7-11 лет

Привес пищи, наименование блюда		Выход, г	Веса, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЛ, ккал	Минеральные элементы (мг)									
№ рецеп.	Осн						Ca	Mg	P	Fe	B1 мг	B2 мг	C мг	K мг	Na мг	L мг
148	суп лапша, домашняя	250	2,60	4,33	11,60	96,25	11,60	7,75	0,00	0,45	0,03	0,03	0,60	0	0	0
ТК № 4	рыба запеченная	50	32,40	3,79	0,70	69,05	18,77	20,22	91,40	0,45	0,04	0,06	0,09	144,19	1,35	83,15
512	рис припущенный	180	4,14	6,48	41,90	242,46	7,20	27,00	82,80	0,54	0,04	0,03	0,00	53,1	8,37	24,9
54-3гп-2020	чай с лимоном и сахаром	207	0,30	0,00	6,70	27,30	6,90	4,60	8,50	0,30	0,00	0,01	1,16	30,2	0	0
ТК № 1	хлеб пшеничный	30	2,10	0,36	11,10	57,00	6,00	4,20	19,50	0,53	0,03	0,01	0,00	27,9	0	0
ТК № 2	хлеб ржаной	20	1,38	0,18	8,26	41,00	9,40	39,80	7,140	0,78	0,01	0,02	0,00	47,00	0	0
Итого за прием		737	42,92	15,14	80,26	533,66	59,87	103,57	233,60	3,35	0,18	0,16	1,85	302,39	9,72	108,05

Присм пищи, наименование блюда		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЛ, ккал	Минеральные вещества (мг)											
№ рецеп.	Название						Ca	Mg	P	Fe	B1, мг	B2, мг	C, мг	K, мг	Na, мг	I, мг		
437	суп из говядины	75	12,60	12,70	2,90	177,00	10,30	17,80	124,79	1,90	0,03	0,09	10,30	240,9		0		0
297	каши гречневая каша	180,7	9,84	8,28	43,08	280,68	10,80	144,00	216,00	4,80	0,25	0,14	0,00	262,8		4,2		26,76
ТК № 3	сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	0,02	4,00	240		0		0
ТК № 1	хлеб пшеничный	30	2,10	0,36	11,10	57,00	6,09	4,20	19,50	0,33	0,03	0,01	0,00	27,9		0		0
ТК № 2	хлеб ржаной	20	1,38	0,18	8,26	41,00	9,40	39,80	31,40	0,78	0,04	0,02	0,00	47,00		0		0
Итого за присм		512	26,92	21,72	85,54	653,68	56,50	213,80	405,60	10,61	0,37	0,28	14,30	818,60		4,20		26,76
Присм пищи, наименование блюда		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЛ, ккал	Минеральные вещества (мг)											
№ рецеп.	Обед						Ca	Mg	P	Fe	B1, мг	B2, мг	C, мг	K, мг	Na, мг	I, мг		
135	суп из овощей	200	1,63	5,21	9,07	90,21	21,90	17,66	44,25	0,63	0,07	0,05	17,06	262,65				
394	подтеки рыбные	50	7,80	6,70	8,80	127,53	18,53	13,70	86,90	0,49	0,07	0,06	1,90	141,30		6,20		76,90
520	картофельное пюре	180	3,90	6,30	23,70	107,25	48,00	34,50	102,00	1,23	0,15	0,14	1,24	750		0,93		34,5
631	компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,93	74,82	6,85	3,60	4,40	0,93	0,01	0,01	4,20	0,45		0		0
ТК № 1	хлеб пшеничный	50	3,50	0,60	18,50	98,00	10,09	7,00	32,50	0,55	0,06	0,02	0,00	46,50		0		0
ТК № 2	хлеб ржаной	20	1,38	0,18	8,26	41,00	9,40	39,80	31,40	0,78	0,04	0,02	0,00	47,00		0		0
Итого за присм		700	18,37	19,15	87,26	598,61	114,68	116,26	301,45	4,61	0,40	0,30	35,40	1247,90		7,13		111,40

№ п/п	Проект линии, наименование кабеля	Базовая л	Базовая л	Жары л	Удельная л	ЭЛ, км/ч	Составляющие сопротивления - ПДТ										
							Материальные элементы (МЭ)										
							СЭ	МЭ	Р	Е-с	ВЭ-М	БЭ-М	СЭ-М	КЭ-М	СЭ-МЭ	ЛЭ-М	
№ п/п	Затраты																
ТР № 15	базовый Руб. расходы из проекта	60	16,30	4,60	7,80	138,10	13,80	11,40	89,44	1,02	0,05	0,08	1,13	169,5	0	0	0
593	бонус токарный	20	0,66	0,48	1,74	13,98	1,64	2,52	4,72	0,10	0,00	0,00	0,54	28,4	0,30	0,08	0
332	максимальное значение отклонения	180,75	6,36	3,04	39,24	242,98	13,26	8,40	48,00	0,84	0,07	0,04	0,60	63,6	0,12	24,98	0
ТР № 12	наличие выделенного звонка "Диагностика НК"	290	0,00	0,00	8,50	35,00	0,00	0,00	9,00	0,00	0,40	0,30	28,00	0,02	0	0	0
ТР № 1	краска шпательная	30	2,10	0,36		57,00	6,00	4,20	19,80	0,33	0,03	0,01	0,06	27,9	0	0	0
ТР № 2	краска ручная	20	1,38	0,18	8,26	41,00	9,40	39,80	31,40	0,78	0,04	0,02	0,00	47,00	0	0	0
	Итого за проект	515	26,80	10,66	76,64	577,08	44,04	66,12	193,06	3,07	0,59	0,65	29,67	276,42	0,20	25,32	0

Mem: 7

№ п/п	Примечание, наименование бланка	Высота, г	Вес, г	Жир, г	Углерод, г	Эл. ккал	Микроэлементы (мкг)									
							Ca	Mg	P	Fe	El. ат	В. ат	C. ат	K. ат	Na. ат	L. ат
34	Средняя	200/10	1,62	4,14	11,01	87,84	23,19	20,06	62,01	1,40	0,07	0,07	14,58	417,17	0	0
ТК № 4	Железо из пшеницы	25/180	2,382	22,88	29,24	383,04	29,60	53,56	272,70	4,01	0,17	0,23	11,24	972	47,42	53,1
639	Копиот из сукофруктов	290	0,50	0,00	19,80	81,60	50,60	2,00	4,60	0,10	0,01	0,01	4,30	0,45	0	0
ТК № 1	Кисл. пшеничная	50	3,50	0,80	18,50	98,00	10,00	7,00	32,50	0,53	0,06	0,02	0,00	46,30	0	0
ТК № 2	Кисл. разный	40	2,76	0,36	16,52	82,00	18,80	19,60	62,80	1,56	0,07	0,03	0,00	94,00	0	0
	Итого за прием	705	32,20	27,98	86,07	731,88	131,59	102,22	434,41	7,62	0,38	0,36	30,02	1530,12	47,42	53,10

Возрастная категория: 7-11 лет

Возрастная категория: 7-11 лет																
Присып пиши, наименование блюда		Взвешивать, г	Варить, г	Жарить, г	Условно-пищевая единица	Минеральные элементы (мг)										
№ рецепта	Наименование					Ca	Mg	P	Fe	Na, мг	K, мг	Se, мг	I, мкг			
54-7-20-20	Салат из огурцов и капусты	50	1,28	5,05	5,20	33,70	12,65	25,25	0,46	0,03	0,03	29,08	206,50	0,25	8,96	
394	Резанная рыба	50	7,80	6,70	8,80	127,33	109,66	18,53	13,70	89,90	0,49	0,07	25,02	1278,10	39,52	44,28
520	Картофельное пюре	180	3,90	4,30	23,70	167,24	48,06	34,50	107,00	1,23	0,15	0,14	12,24	75,4	0,93	34,5
54-3-10-20-20	Чай с лимоном и сахаром	297	0,30	0,60	6,70	27,90	6,90	4,60	8,50	0,80	0,09	0,01	1,16	30,2	0	6
ТК № 1	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,36	11,10	57,80	6,06	4,30	19,54	0,33	0,03	0,03	0,03	27,9	0	0
ТК № 2	Хлеб ржаной	20	1,38	0,18	8,26	41,00	9,40	39,80	31,40	0,78	0,04	0,02	0,00	47,60	0	0
Итого за присып		537	16,73	18,59	63,76	491,98	213,66	114,28	200,35	90,50	0,74	0,28	67,47	2336,70	40,70	87,71

ИЗДАТЕЛЬСТВО «НАУКА» МОСКВА

№ деп.	Проект пилн., наименование бланка	Выход, т	Единиц, т	Забират, т	Углерод, %	ЭД, км/ч	Минеральные элементы (мг)									
							Ca	Mg	P	Fe	Ba	Zn	Cu	K	Na	Li
124	Пил из средней категории с карбо-фосом и связующим	206,10	4,24	6,08	7,50	101,34	23,30	12,92	30,30	0,50	0,05	0,06	5,4	262,1	0	14,9
437	Грунт из горючих	75	12,60	12,70	2,90	127,00	10,30	17,80	124,70	1,90	0,03	0,09	10,30	240,9	0	0
512	Рис промышленный	150	3,45	5,40	34,92	202,05	6,00	22,50	69,00	0,45	0,03	0,02	0,00	44,25	6,98	20,75
54-4и в 2020	Чай с молоком	200	1,60	1,40	8,60	53,50	57,30	9,90	46,30	0,80	0,01	0,07	0,30	81,3	0,9	4,5
ТК № 1	Хлеб пшеничный	50	3,50	0,60	18,40	98,00	10,00	7,00	32,50	0,55	0,06	0,02	0,00	46,50	0	0
ТК № 2	Хлеб ржаной	20	1,58	0,18	8,28	41,00	9,40	39,80	31,40	0,78	0,04	0,02	0,00	47,00	0	0
	Итого за проект	705	26,77	26,36	80,88	673,29	116,00	109,92	334,20	4,98	0,22	0,28	16,00	722,05	7,88	40,15

1698

Возрастная категория: 7-11 лет

Возрастная категория: 7-11 лет																		
Пример имени, наименование блюда					Выход, г	Безкоп. г	Жироп. г	Углебо-до- г	Минеральные вещества (мг)									
№ рсш.	Заправка			Ca					Mg	P	K	Bt.мг	B2.мг	C.мг	K.мг	Na.мг	I.мг	
ТК №12	сметана отварная		80	0,79	0,05	4,62		22,65	19,43	11,55	22,58	0,74	0,01	0,02	8,25	151,20	0,00	0,09
ТК №14	циплята отварные		60	19,27	1,37	0,50		91,80	8,09	65,04	129,96	1,08	0,03	0,04	0,72	213	0	0

297	квас Гусиный Ротый	1505	8,20	6,90	3,50	238,90	14,09	120,00	100,00	4,00	0,21	0,52	184	1,8	9
692	кофеин напиток	200	3,80	3,50	11,20	91,20	11,00	30,70	107,00	1,10	0,03	0,13	0,92	0	0
ТК № 1	хлеб пшеничный	30	2,10	0,36	11,10	57,00	6,00	4,20	19,40	0,33	0,03	0,01	0,00	27,9	0
ТК № 2	хлеб ржаной	20	1,38	0,18	8,26	41,00	9,40	39,80	31,40	0,78	0,04	0,02	0,00	47,00	0
Итого за прием		515	35,47	12,38	71,58	541,95	153,83	165,29	430,44	184,03	4,14	0,43	6,49	623,10	9,00

Пример пищи, наименование блюда															
№ рел.	Обс	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеб-ды, г	ЭД, ккал	Минеральные вещества (мг)								
							Ca	Mg	P	Fe	B1 мг	B2 мг	C, мг	K, мг	Na, мг
148	суп из супа домашняя	250	2,60	4,33	11,60	96,25	11,60	7,75	0,00	0,45	0,03	0,03	0,60	0	0
ТК № 1	шов с салати	150	3,63	10,52	45,50	287,88	32,54	40,24	102,40	1,23	0,08	0,05	1,62	254,41	0
ТК № 43	котлет	100	30,00	3,00	35,00	600,00	120,00	150,00	90,00	1,00	0,40	2,00	6,00	1470	0
54-3гп-2020	чай с сахаром	200	0,30	0,00	6,70	27,90	6,90	4,60	8,50	0,80	0,00	0,01	1,16	30,2	0
ТК № 1	хлеб пшеничный	30	2,10	0,36	11,10	57,00	6,00	4,20	19,50	0,33	0,03	0,01	0,00	27,9	0
ТК № 2	хлеб ржаной	20	1,38	0,18	8,26	41,00	9,40	39,80	31,40	0,78	0,04	0,02	0,00	47,00	0
Итого за прием		750	60,01	47,39	118,25	1190,03	1286,44	246,59	1121,89	4,59	0,58	2,12	9,38	1829,51	0,00

День 9

Пример пищи, наименование блюда															
№ рел.	Загрузка	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеб-ды, г	ЭД, ккал	Минеральные вещества (мг)								
							Ca	Mg	P	Fe	B1 мг	B2 мг	C, мг	K, мг	Na, мг
294	сырники	60	9,68	6,08	14,33	151,50	7,56	0,00	0,00	0,35	0,03	0,01	0,29	0	0
311	квас молочный "Дружба"	150/4	3,75	5,17	17,91	133,36	30,16	20,23	0,00	0,38	0,05	0,09	0,40	116,87	0
54-3гп-2020	чай с сахаром	200	0,30	0,00	6,70	27,90	6,90	4,60	8,50	0,80	0,00	0,01	1,16	30,2	0
ТК № 5	фрукт	140	0,86	2,54	7,96	57,48	11,76	16,34	25,70	0,32	0,03	0,03	2,15	80,15	0
ТК № 1	хлеб пшеничный	30	2,10	0,36	11,10	57,00	6,00	4,20	19,50	0,33	0,03	0,01	0,00	27,9	0
Итого за прием		584	16,39	14,15	58,00	427,24	188,38	48,37	51,70	2,18	0,14	0,15	4,00	261,12	3,07

Пример пищи, наименование блюда															
№ рел.	Обс	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеб-ды, г	ЭД, ккал	Минеральные вещества (мг)								
							Ca	Mg	P	Fe	B1 мг	B2 мг	C, мг	K, мг	Na, мг
132	расходник, Ленинградский соевый	20/110	1,72	4,24	12,42	96,92	12,58	18,16	51,40	0,71	0,06	0,05	5,54	334,4	0,75
462	петуши куриные	60	6,24	8,70	9,42	157,44	3,77	8,03	0,00	0,18	0,01	0,01	0,345	29,415	1,557
332	максимально из-за отобранных	180/5	6,36	5,04	39,24	242,00	13,20	8,40	48,00	0,84	0,07	0,04	0,00	63,6	0,12
693	квас с молоком	20/1	1,60	1,40	8,60	53,50	57,30	9,90	16,30	0,80	0,01	0,07	0,30	81,3	0,9
ТК № 1	хлеб пшеничный	50	3,50	0,66	18,50	98,00	10,00	7,00	32,50	0,55	0,06	0,02	0,00	46,50	0
ТК № 2	хлеб ржаной	20	1,38	0,18	8,26	41,00	9,40	39,80	31,40	0,78	0,04	0,02	0,00	47,00	0
Итого за прием		725	20,80	20,16	96,44	688,86	106,25	91,29	209,60	3,86	0,25	0,21	6,19	602,22	3,33

День 10

Пример пищи, наименование блюда															
№ рел.	Загрузка	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеб-ды, г	ЭД, ккал	Минеральные вещества (мг)								
							Ca	Mg	P	Fe	B1 мг	B2 мг	C, мг	K, мг	Na, мг
54-3гп-2020	суп из супа домашняя	50	1,25	5,05	5,20	71,80	3,79	12,65	26,25	0,46	0,03	0,03	29,05	206,50	0,24
ТК № 4	жареное из шниц	25/180	23,82	22,88	20,24	383,04	29,60	53,56	272,70	4,01	0,17	0,23	11,24	972	47,42
631	котлет из свинины и гово	200	0,16	0,16	18,93	74,82	6,85	3,60	4,40	0,92	0,01	0,01	4,20	0,45	0
ТК № 1	хлеб пшеничный	30	2,10	0,36	11,10	57,00	6,00	4,20	19,50	0,33	0,03	0,01	0,00	27,9	0
ТК № 2	хлеб ржаной	20	1,38	0,18	8,26	41,00	9,40	39,80	31,40	0,78	0,04	0,02	0,00	47,00	0
Итого за прием		505	28,71	28,63	63,73	627,36	88,55	113,81	353,25	6,51	0,28	0,30	44,49	1253,85	47,67

Возрастная категория: 7-11 лет

Прем. линии, наименование блюда		№ ред.	Обед	Выход, г	Время, г	Жиры, г	Углеб.-под. г	СЛ, ккал	Материальные затраты (мат.)									
									См	Нж	Р	Рв	Б1, кг	Б2, кг	С, кг	К, кг	Ск, кг	Л, кг
		38	Суп с картофелем	200	46,2	3,32	11,40	94,06	10,40	12,80	36,00	0,54	0,65	0,04	3,68	2,22	0,95	10,28
		ТК № 4	Рисов. заливное	50	32,40	3,79	0,70	69,05	18,77	20,22	91,40	0,45	0,64	0,06	0,09	144,19	1,35	81,15
		512	Рисов. припускенный	180	4,14	6,48	41,90	242,46	7,20	27,00	82,80	0,54	0,04	0,03	0,00	53,1	8,37	24,9
		699	Политок лимонный	200	0,20	0,09	19,80	77,60	7,11	2,49	7,20	0,11	0,01	0,01	5,28	20,8	0	0
		ТК № 1	Хлеб пшеничный	50	3,56	0,60	18,50	98,00	10,09	7,00	32,50	0,55	0,66	0,02	0,00	46,50	0	0
		ТК № 2	Хлеб ржаной	20	1,38	0,18	8,26	41,09	9,40	39,80	31,40	0,78	0,64	0,02	0,00	47,00	0	0
			Итого за прем.	700	46,24	14,39	100,56	621,57	62,88	109,31	281,30	2,97	0,24	0,18	9,05	533,59	10,67	118,33
ИТОГО за 10 дней				586,82	420,50	1721,39	13022,70	3482,77	2374,57	6637,80	367,91	10,57	7,37	373,73	17130,48	212,56		1062,06
Среднее значение за 10 дней				58,68	42,05	172,14	1302,27	348,28	237,46	663,78	36,79	1,05	0,74	37,37	1713,05	21,26		106,21
Норма по СанПиН (суточная)				77,00	79,00	335,00	2350,00	1100	250	1100	12	1,2	1,4	60	1100	0,03		0,1
Норма по СанПиН (завтрак + обед - 50% от суточной)				38,50	39,50	167,50	1175,00	550,00	125,00	550,00	6,00	0,60	0,70	30,00	550,00	0,02		0,05
% выполнения				152,42	106,46	102,77	110,83	63,32	189,97	120,69	613,18	176,10	104,44	124,58	311,46	141707,11	212411,20	