

Расчет продуктов питания, в гр., нетто сырья

Дети 7-11 лет

День 1

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соки, нетто	Мясо 1 кат	Цыпленок 1 категории	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосолен	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/м	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит.изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Специи	Соль		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33		
Завтрак																																		
70	Плов из отварной говядины				51			23.5				79										8												
30	Чай с лимоном								7															10		0.7								
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)																																	
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.								115																									
ГП	Хлеб ржаной		20																															
ГП	Хлеб пшеничный или батон	25																																
	Итого	25	20	0	51	0	0	83.5	122	0	0	79	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8	0	10	0	0.70	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																		
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)								60																									
5	Суп картофельный с бобовыми с мясом				20		50	30				16										5												
39	Рагу из овощей с мясом			4			79	59				81								14		7												
35	Напиток из шиповника									15														10										
ГП	Хлеб пшеничный	60																																
ГП	Хлеб ржаной		30																															
	Итого	60	30	4	20	0	129	149	0	15	0	97	0	0	0	0	0	0	0	14	0	12	0	10	0	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0
Полдник																																		
62	Компот из свежих плодов (яблок)								40															10										
64	Булочка домашняя			42												17					10	0.2	3.2	9							1.2			
ГП	Йогурт																100																	
	Итого	0	0	42	0	0	0	0	40	0	0	0	0	0	0	17	100	0	0	0	10	0.2	3.2	19	0	0	0	0	0	1.2	0	0	0	
	Норма специй, соли на весь день																															1.2	1.8	
	Итого за день	85	50	46	71	0	129	233	162	15	0	176	0	0	0	17	100	0	0	14	10	20.2	3.2	39	0	0.7	0	0	0	1.2	1.2	1.8		

Дети 7-11 лет

День 2

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соки, нетто	Мясо 1 кат	Цыплята 1 категории	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосолен	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/м	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит.изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Специи	Соль		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33		
Завтрак																																		
51	Рыба, тушенная в сметанном соусе			0.9				32						73						8	0.9	5												
52	Пюре картофельное						128									23					5													
2	Кофейный напиток с молоком															100								15				4						
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)																								15									
ГП	Хлеб ржаной		20																															
ГП	Хлеб пшеничный или батон	25																																
	Итого	25	20	0.9	0	0	128	32	0	0	0	0	0	73	0	123	0	0	0	8	5.9	5	0	15	15	0.00	0	4	0	0	0	0	0	
Обед																																		
16	Зеленый горошек с луком репчатым							58														3												
22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и с мясом						20	94				16								5		5		2.5										
58	Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	24						8				77				17						5												
24	Каша рассыпчатая				67																9													
17	Компот из смеси сухофруктов									15														10										
ГП	Хлеб пшеничный	60																																
ГП	Хлеб ржаной		30																															
	Итого	84	30	0	67	0	20	160	0	15	0	93	0	0	0	17	0	0	0	5	9	13	0	12.5	0	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0
Подник																																		
63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)															200																		
48	Плюшка "Московская"			42.2												12					5.8	0.6	2.4	2.4						1.1				
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.								150							12	200	0	0	0	5.8	0.6	2.4	2.4	0	0	0	0	0	1.1	0	0		
	Итого	0	0	42.2	0	0	0	0	150	0	0	0	0	0	0	200	0	0	0	0	5.8	0.6	2.4	2.4	0	0	0	0	0	1.1	0	0		
	Норма специй, соли на весь день																															1.2	1.8	
	Итого за день	109	50	43.1	67	0	148	192	150	15	0	93	0	73	0	152	200	0	0	13	20.7	18.6	2.4	29.9	15	0	0	4	0	1.1	1.2	1.8		

Дети 7-11 лет

День 3

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соки, нетто	Мясо 1 кат	Цыплята 1 категории	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосол	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/м	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит.изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Специи	Соль		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33		
Завтрак																																		
18	Омлет натуральный															54					8		80											
3	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)							25																										
15	Булочка "Новинка"			35.5												5.5					7	0.7	6.2	5.5	5						1.5			
10	Кисель из свежих ягод (или яблок, или кураги)								20														15						6					
63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)																150																	
ГП	Хлеб ржаной		20																															
ГП	Хлеб пшеничный или батон	25																																
	Итого	25	20	35.5	0	0	0	25	20	0	0	0	0	0	0	59.5	150	0	0	0	15	0.7	86.2	20.5	5	0.00	0	0	6	1.5	0	0		
Обед																																		
27	Икра кабачковая (промышленного производства)							60																										
55	Суп картофельный с клецками с мясом птицы			20			50	27					23			31					2	2.5	6											
8	Бефстроганов из отварной говядины			1.5				11.5				80							29	1.5														
21	Картофель отварной						149														7													
25	Сок										200																							
ГП	Хлеб пшеничный	60																																
ГП	Хлеб ржаной		30																															
	Итого	60	30	21.5	0	0	199	98.5	0	0	200	80	23	0	0	31	0	0	0	29	10.5	2.5	6	0	0	0.00	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																																		
63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)															200																		
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)																								100									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма специй, соли на весь день																															1.2	1.8	
	Итого за день	85	50	57	0	0	199	124	20	0	200	80	23	0	0	90.5	350	0	0	29	25.5	3.2	92.2	20.5	105	0	0	0	6	1.5	1.2	1.8		

Дети 7-11 лет

День 4

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соки, нектары	Мясо I кат	Цыпленок I категории	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосолен	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/м	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит. изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Степши	Соль			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33			
Завтрак																																			
31	Запеканка из творога с молоком сгущенным	6			12											93		167		6	6		5	12											
20	Чай с молоком															50								15		0.7									
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.								115																										
68	Бутерброд с сыром и маслом	30																	10		10														
	Итого	36	0	0	12	0	0	0	115	0	0	0	0	0	0	143	0	167	10	6	16	0	5	27	0	0.70	0	0	0	0	0	0	0		
Обед																																			
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)							60																											
28	Рассольник ленинградский со сметаной и с мясом				5		75	39				16								5		5													
32	Птица, тушенная в сметанном соусе			4									62																						
41	Рис отварной				54															12	4														
35	Напиток из шиповника									15															10										
ГП	Хлеб пшеничный	60																																	
ГП	Хлеб ржаной		30																																
	Итого	60	30	4	59	0	75	99	0	15	0	16	62	0	0	0	0	0	0	17	11	5	0	10	0	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																																			
30	Чай с лимоном								7																	0.7									
67	Крендель сахарный			34												12					8	0.3	4.6	14								2.4			
ГП	Йогурт																100																		
	Итого	0	0	34	0	0	0	0	7	0	0	0	0	0	0	12	100	0	0	0	8	0.3	4.6	24	0	0.7	0	0	0	0	2.4	0	0	0	
	Норма специй, соли на весь день																															1.2	1.8		
	Итого за день	96	30	38	71	0	75	99	122	15	0	16	62	0	0	155	100	167	10	23	35	5.3	9.6	61	0	1.4	0	0	0	2.4	1.2	1.8			

Дети 7-11 лет																																		
День 5																																		
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соки, нетто	Мясо 1 кат	Цыплята 1 категории потрош.	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосолен	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/м	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит.изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Специи	Соль		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33		
Завтрак																																		
12	Тефтели из говядины			5	6			24				51										8												
74	Капуста тушеная			1.5				167														6												
73	Пюре картофельное						64									13					3													
ГП	Хлеб ржаной		20																															
ГП	Хлеб пшеничный или батон	25																																
25	Сок										200																							
	Итого	25	20	6.5	6	0	64	191	0	0	200	51	0	0	0	13	0	0	0	0	3	14	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																		
16	Зеленый горошек с луком репчатым							58														3												
69	Суп-лапша с мясом птицы			19.2				17					23									5	5											
66	Жаркое по-домашнему						104	20				101									6													
71	Компот из плодов или ягод сушеных (кураги)									20														10										
ГП	Хлеб пшеничный	60																																
ГП	Хлеб ржаной		30																															
	Итого	60	30	19.2	0	0	104	95	0	20	0	101	23	0	0	0	0	0	0	0	6	8	5	10	0	0.00	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																																		
63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)																200																	
44	Ватрушка с творогом			32.6												12		28			1.2	0.2	4	3.2							0.9			
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)																								40									
	Итого	0	0	32.6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	12	200	28	0	0	1.2	0.2	4	3.2	40	0	0	0	0	0.9	0	0	0	
	Норма специй, соли на весь день																														1.2	1.8		
	Итого за день	85	50	58.3	6	0	168	286	0	20	200	152	23	0	0	25	200	28	0	0	10.2	22.2	9	13.2	40	0	0	0	0.9	1.2	1.8			

Дети 7-11 лет

День 6

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соки, летто	Масо 1 кат	Цыплята 1 категории погрощ.	Рыба (филе), в г.ч. слабо или малосо	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/м	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит.изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Степш	Соль			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33			
Завтрак																																			
53	Вареники с картофелем отварные с маслом сливочным			46			72	21													8	3	3.5												
57	Чай с сахаром																							10		0.7									
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.								150																										
ГП	Хлеб ржаной		20																																
ГП	Хлеб пшеничный или батон	25																																	
	Итого	25	20	46	0	0	72	21	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8	3	3.5	10	0	0.7	0	0	0	0	0	0	0		
Обед																																			
27	Икра кабачковая (промышленного производства)							60																											
55	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом					10	75	27				16											2.5												
46	Рыба, запеченная в омлете			7.6										88		10							7	26											
7	Пюре картофельное						128									23					5														
10	Кисель из свежих ягод (или яблок, или кураги)								20																				6						
ГП	Хлеб пшеничный	60																																	
ГП	Хлеб ржаной		30																																
	Итого	60	30	7.6	0	10	203	87	20	0	0	16	0	88	0	33	0	0	0	0	5	9.5	26	15	0	0.00	0	0	6	0	0	0	0		
Полдник																																			
36	Какао с молоком															100																			
18	Омлет натуральный															54					8		80												
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20																																	
	Итого	20	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	154	0	0	0	0	8	0	80	15	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма специй, соли на весь день																															1.2	1.8		
	Итого за день	105	50	53.6	0	10	275	108	170	0	0	16	0	88	0	187	0	0	0	0	21	12.5	110	40	0	0.7	2	0	6	0	1.2	1.8			

Дети 7-11 лет

День 7

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соки, нектары	Мясо I кат	Цыпленок I категории потрош.	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосолен	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/м	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит. изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Специи	Соль		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33		
Завтрак																																		
29	Гуляш			2				18				79										5												
24	Каша рассыпчатая				67																9													
ГП	Хлеб ржаной		25																															
ГП	Хлеб пшеничный или батон	25																																
63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)																150																	
30	Чай с лимоном								7															10		0.7								
	Итого	25	25	2	67	0	0	18	7	0	0	79	0	0	0	0	150	0	0	0	9	5	0	10	0	0.7	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																		
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)							60																										
60	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной и с мясом						25	87.5				16								5		5		1.5										
23	Котлеты или биточки рыбные	17												72		13						5	5											
41	Рис отварной				54																7													
35	Напиток из шиповника									15														10										
ГП	Хлеб пшеничный	60																																
ГП	Хлеб ржаной		30																															
	Итого	77	30	0	54	0	25	148	0	15	0	16	0	72	0	13	0	0	0	5	7	10	5	11.5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																																		
62	Компот из свежих плодов (яблок)							40															10											
56	Булочка "Новинка"			41.8											7					8	0.8	7.8	7	8							1.7			
ГП	Йогурт															100																		
	Итого	0	0	41.8	0	0	0	40	0	0	0	0	0	0	7	100	0	0	0	8	0.8	7.8	17	8	0	0	0	0	0	1.7	0	0		
	Норма специй, соли на весь день																															1.2	1.8	
	Итого за день	102	55	43.8	121	0	25	166	47	15	0	95	0	72	0	20	250	0	0	5	24	15.8	12.8	38.5	8	0.7	0	0	0	1.7	1.2	1.8		

Дети 7-11 лет																																		
День 8																																		
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соки, нетто	Мясо I кат	Цыпленок I категории потрош.	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосолен.	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/м	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит. изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Стеции	Соль		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33		
Завтрак																																		
13	Тефтели рыбные с соусом сметанным с томатом			11	6			16.5						81						6	2	10												
52	Пюре картофельное						128									23					5													
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.								115																									
17	Компот из смеси сухофруктов									15														10										
ГП	Хлеб ржаной		20																															
ГП	Хлеб пшеничный или батон	25																																
	Итого	25	20	11	6	0	128	16.5	115	15	0	0	0	81	0	23	0	0	0	0	6	7	10	0	10	0	0.00	0	0	0	0	0	0	0
Обед																																		
16	Зеленый горошек с луком репчатым							58														3												
33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и с мясом						30	82.5				16								5		5												
47	Фрикадельки из птицы	20											74			22						4												
24	Каша перловая рассыпчатая				47																9													
25	Сок									200																								
ГП	Хлеб пшеничный	60																																
ГП	Хлеб ржаной		30																															
	Итого	80	30	0	47	0	30	141	0	0	200	16	74	0	0	22	0	0	0	0	5	9	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Полдник																																		
2	Кофейный напиток с молоком															100								15				4						
43	Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным	2			6					8						50		60		2	2		4	6										
	Итого	2	0	0	6	0	0	0	0	8	0	0	0	0	0	150	0	60	0	2	2	0	4	21	0	0	0	4	0	0	0	0	0	
	Норма специй, соли на весь день																															1.2	1.8	
	Итого за день	107	50	11	59	0	158	157	115	23	200	16	74	81	0	195	0	60	0	13	18	22	4	31	0	0	0	4	0	0	1.2	1.8		

Дети 7-11 лет

День 9

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соки, нектары	Мясо I кат	Цыпленок I категории	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосолен	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/М	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит. изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Степци	Соль			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33			
Завтрак																																			
11	Макаронные изделия отварные					51															7														
3	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)							25																											
14	Котлеты рубленые из птицы	17						10					113			15						8													
ГП	Хлеб ржаной		20																																
ГП	Хлеб пшеничный или батон	25																																	
25	Сок										200																								
	Итого	42	20	0	0	51	0	35	0	0	200	0	113	0	0	15	0	0	0	0	7	8	0	0	0	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																			
27	Икра кабачковая (промышленного производства)							60																											
49	Суп картофельный с мясными фрикадельками						88	21				34									2	2.5													
45	Капуста тушеная с мясом (говядины)			1.7				189				81									7	4													
62	Компот из свежих плодов (яблок)							40																10											
ГП	Хлеб пшеничный	60																																	
ГП	Хлеб ржаной		30																																
	Итого	60	30	1.7	0	0	88	270	40	0	0	115	0	0	0	0	0	0	0	0	0	9	2.5	14	0	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																																			
57	Чай с сахаром																							10		0.7									
18	Омлет натуральный															54					8		80												
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20																																	
	Итого	20	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	54	0	0	0	0	8	0	80	10	0	0.7	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма специй, соли на весь день																																1.2	1.8	
	Итого за день	122	50	1.7	0	51	88	305	40	0	200	115	113	0	0	69	0	0	0	0	15	17	82.5	24	0	0.7	0	0	0	0	0	1.2	1.8		

Дети 7-11 лет																																			
День 10																																			
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соки, нетто	Мясо 1 кат	Цыплята 1 категории	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосолен	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/м	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит.изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Специи	Соль			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33			
Завтрак																																			
9	Каша вязкая молочная				49											98					5			5											
68	Бутерброд с сыром и маслом	30																	10		10														
ГП	Хлеб ржаной		20																																
ГП	Яблоко, или груша, или								115																										
36	Какао с молоком															100								15			2								
	Итого	30	20	0	49	0	0	0	115	0	0	0	0	0	0	198	0	0	10	0	15	0	0	20	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																			
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)							60																											
59	Солянка домашняя со сметаной							38	41			24	35							5	4														
21	Картофель отварной						149																												
42	Соус сметанный			1.25																13	1.25														
26	Голубцы ленивые				6			57				36																							
25	Сок									200																									
ГП	Хлеб пшеничный	60																																	
ГП	Хлеб ржаной		30																																
	Итого	60	30	1.25	6	0	187	158	0	0	200	60	35	0	0	0	0	0	0	18	15.3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Полдник																																			
20	Чай с молоком															50								15		0.7									
64	Булочка домашняя			42												17					10	0.2	3.2	9							1.2				
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.								150																										
	Итого	0	0	42	0	0	0	0	150	0	0	0	0	0	0	67	0	0	0	0	10	0.2	3.2	24	0	0.7	0	0	0	1.2	0	0			
	Норма специй, соли на весь день																															1.2	1.8		
	Итого за день	90	50	43.25	55	0	187	158	265	0	200	60	35	0	0	265	0	0	10	18	40.3	0.2	3.2	44	0	0.7	2	0	0	1.2	1.2	1.8			

Дети 7-11 лет																																		
День 11																																		
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соки, нетто	Мясо 1 кат	Цыпленок 1 категории	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосолен	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/м	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит. изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Степши	Соль		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33		
Завтрак																																		
58	Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	24						8				77				17						5												
74	Капуста тушеная			1.5				167														6												
73	Пюре картофельное						64									13					3													
35	Напиток из шиповника									15														10										
ГП	Хлеб ржаной		20																															
ГП	Хлеб пшеничный или батон	25																																
	Итого	49	20	1.5	0	0	64	175	0	15	0	77	0	0	0	30	0	0	0	0	3	11	0	10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																																		
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)							60																										
65	Суп "Волна" с мясом птицы							125	30				23								4		20											
61	Азу			3			123	42				73									7													
17	Компот из смеси сухофруктов									15														10										
ГП	Хлеб пшеничный	60																																
ГП	Хлеб ржаной		30																															
	Итого	60	30	3	0	0	248	132	0	15	0	73	23	0	0	0	0	0	0	0	11	0	20	10	0	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0
Полдник																																		
63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)																200																	
44	Ватрушка с творогом			32.6												12		28			1.2	0.2	4	3.2							0.9			
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)																								40							0.9	0	0
	Итого	0	0	32.6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	12	200	28	0	0	1.2	0.2	4	3.2	40	0	0	0	0	0.9	0	0		
	Норма специй, соли на весь день																															1.2	1.8	
	Итого за день	109	50	37.1	0	0	312	307	0	30	0	150	23	0	0	42	200	28	0	0	15.2	11.2	24	23.2	40	0	0	0	0.9	1.2	1.8			

Дети 7-11 лет

День 12

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соки, нетто	Мясо 1 кат	Цыпленок 1 категории	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосол	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/м	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит.изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Специи	Соль		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33		
Завтрак																																		
50	Пельмени отварные с маслом сливочным			47				6				64									8		7	0.07										
57	Чай с сахаром																							10		0.7								
ГП	Хлеб ржаной		20																															
ГП	Хлеб пшеничный или батон	25																																
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.								150																									
	Итого	25	20	47	0	0	0	6	150	0	0	64	0	0	0	0	0	0	0	0	8	0	7	10.1	0	0.70	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																		
1	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)							60																										
28	Рассольник ленинградский со сметаной и с мясом				5		75	39				16								5		5												
34	Плов из птицы				47			27					96																					
71	Компот из плодов или ягод сушеных (кураги)									20																								
ГП	Хлеб пшеничный	60																																
ГП	Хлеб ржаной		30																															
	Итого	60	30	0	52	0	75	126	0	20	0	16	96	0	0	0	0	0	0	5	0	14	0	10	0	0.00	0	0	0	0	0	0	0	
Подник																																		
63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)																200																	
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)																																	
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма специй, соли на весь день																															1.2	1.8	
	Итого за день	85	50	47	52	0	75	132	150	20	0	80	96	0	0	0	200	0	0	5	8	14	7	20.1	100	0.7	0	0	0	0	1.2	1.8		

Средние показатели продуктов питания за 12 дней на одного ребенка, в гр., дети 7-11 лет

	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соки, нетто	Мясо 1 кат	Цыплята 1 категории потрош.	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосолен	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/м	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит.изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Специи	Соль
	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33
Итого за 10 дней (завтраки)	307	185	57.4	191	51	384	576	494	30	400	286	113	154	0	604.5	300	167	20	20	80.9	61.7	91.2	123	20	2.1	2	4	6	1.5	0	0
Итого за 1 дней	30.7	18.5	5.7	19.1	5.1	38.4	57.6	49.4	3.0	40.0	28.6	11.3	15.4	0.0	60.5	30.0	16.7	2.0	2.0	8.1	6.2	9.1	12.3	2.0	0.2	0.2	0.4	0.6	0.2	0.0	0.0
Нормы продуктов питания на одного ребенка, нетто сырья, в гр., согласно СанПиНа (минимальные 20%)	30	16	3	9	3	37.4	56	37	3	40	19.2	7	11.6	6	60	30	10	2	2	6	3	8	6	2	0.2	0.2	0.4	0.6	0.04	2	0.6
Итого за 12 дней	1180	585	479.9	502	61	1839	2266	1241	153	1000	1049	449	314	0	1218	1600	283	20	120	243	162.2	359	384	308	5.6	4	8	12	10.9	14.4	22
Итого за 1 дней	98.3	48.8	40.0	41.8	5.1	153.3	####	103.4	12.8	83.3	87.4	37.4	26.2	0.0	101.5	133.3	23.6	1.7	10.0	20.2	13.5	30.0	32.0	25.7	0.5	0.3	0.7	1.0	0.9	1.2	1.8
Нормы продуктов питания на одного ребенка, нетто сырья, в гр., согласно СанПиНа	90	48	9	27	9	112	168	111	9	120	42	21	34.8	18	180	90	30	6	6	18	9	24	18	6	0.60	0.6	1.2	1.8	0.12	1.2	1.8
Процент удовлетворения	109.3	102	444.3	154.9	56.5	136.6	####	93.2	141.7	69.4	208.1	178.2	75.2	0.0	56.4	148.1	78.6	27.8	166.7	####	150.2	####	177.9	427.8	77.8	55.6	55.6	55.6	756.9	####	###

Расчет продуктов питания, в гр., нетто сырья

Дети 12 лет и старше

День 1

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соки, летто	Мясо 1 кат	Цыпленок 1 категории потрош.	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосолен	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/м	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит. изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Специи	Соль			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33			
Завтрак																																			
70	Плов из отварной говядины				51			23.5				79										8			10		1.4								
30	Чай с лимоном								7																										
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)							85																											
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.								115																										
ГП	Хлеб ржаной		30																																
ГП	Хлеб пшеничный или батон	35																																	
	Итого	35	30	0	51	0	0	108.5	122	0	0	79	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8	0	10	0	1.40	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																			
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)							100																											
5	Суп картофельный с бобовыми с мясом				20		50	30				16										5													
39	Рагу из овощей с мясом			4			79	59				81								14		7													
35	Напиток из шиповника									20														10											
ГП	Хлеб пшеничный	80																																	
ГП	Хлеб ржаной		40																																
	Итого	80	40	4	20	0	129	189	0	20	0	97	0	0	0	0	0	0	0	14	0	12	0	10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Полдник																																			
62	Компот из свежих плодов (яблок)							40																10											
64	Булочка домашняя			69.4												28					16	0.4	6	15									2		
ГП	Йогурт															100																			
	Итого	0	0	69.4	0	0	0	0	40	0	0	0	0	0	0	28	100	0	0	0	16	0.4	6	25	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	
	Норма специй, соли на весь день																																		
	Итого за день	115	70	73.4	71	0	129	297.5	162	20	0	176	0	0	0	28	100	0	0	14	16	20.4	6	45	0	1.4	0	0	0	2					

Дети 12 лет и старше

День 2

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соки, нетто	Мясо 1 кат	Цыплята 1 категории потрош.	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосолен	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/м	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит.изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Специи	Соль			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33			
Завтрак																																			
51	Рыба, тушенная в сметанном соусе			0.9				32						73						8	0.9	5													
52	Пюре картофельное						128									23					5														
2	Кофейный напиток с молоком															100								15				4							
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)																							25											
ГП	Хлеб ржаной		30																																
ГП	Хлеб пшеничный или батон	35																																	
	Итого	35	30	0.9	0	0	128	32	0	0	0	0	0	73	0	123	0	0	0	8	5.9	5	0	15	25	0.00	0	4	0	0	0	0	0		
Обед																																			
16	Зеленый горошек с луком репчатым							96														5													
22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и с мясом						20	94				16								5		5		2.5											
58	Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	27						9				86				19						6													
24	Каша рассыпчатая				89																12														
17	Компот из смеси сухофруктов									20														10											
ГП	Хлеб пшеничный	80																																	
ГП	Хлеб ржаной		40																																
	Итого	107	40	0	89	0	20	199	0	20	0	102	0	0	0	19	0	0	0	5	12	16	0	12.5	0	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																																			
63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)																200																		
48	Плюшка "Московская"			71												20					10	1	4	4.6							1.9				
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.							150																											
	Итого	0	0	71	0	0	0	150	0	0	0	0	0	0	0	20	200	0	0	0	10	1	4	4.6	0	0	0	0	0	0	1.9	0	0	0	
	Норма специй, соли на весь день																																1.2	3	
	Итого за день	142	70	71.9	89	0	148	231	150	20	0	102	0	73	0	162	200	0	0	13	27.9	22	4	32.1	25	0	0	4	0	1.9	1.2	3	3		

Дети 12 лет и старше

Дети 12 лет и старше																																					
День 3																																					
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соев. нетто	Мясо 1 кат	Цыпленок 1 категории потрош.	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосолен	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/м	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит.изд.	Чай	Какао-горошек	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Степани	Соль					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33					
Завтрак																																					
18	Омлет натуральный															54					8		80														
3	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)							25																													
15	Булочка "Новинка"			35.5												5.5						7	0.7	6.2	5.5	5						1.5					
10	Кисель из свежих ягод (или яблоч, или кураги)								20																15												
63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)																180																				
ГП	Хлеб ржаной		30																																		
ГП	Хлеб пшеничный или батон	35																																			
	Итого	35	30	35.5	0	0	0	25	20	0	0	0	0	0	0	59.5	180	0	0	0	0	15	0.7	86.2	20.5	5	0.00	0	0	8	1.5	0	0	0			
Обед																																					
27	Икра кабачковая (промышленного производства)							100																													
55	Суп картофельный с клецками с мясом птицы			20			50	27					23			31						2	2.5	6													
8	Бефстроганов из отварной говядины			1.5				11.5				80									29	1.5															
21	Картофель отварной						198																														
25	Сок										200																										
ГП	Хлеб пшеничный	80																																			
ГП	Хлеб ржаной		40																																		
	Итого	80	40	21.5	0	0	248	138.5	0	0	200	80	23	0	0	31	0	0	0	29	12.5	2.5	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																																					
63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)																200																				
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)																																				
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	150												
	Норма специй, соли на весь день																																		1.2	3	
	Итого за день	115	70	57	0	0	248	163.5	20	0	200	80	23	0	0	90.5	380	0	0	29	27.5	3.2	92.2	20.5	155	0	0	0	8	1.5	1.2	3	3	3			

Дети 12 лет и старше

День 4

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соки, нетто	Мясо 1 кат	Цыпленок 1 категории потрош.	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосолен	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/м	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит. изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Стеции	Соль			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33			
Завтрак																																			
31	Запеканка из творога с молоком сгущенным	6			12											93		167		6	6			5	12										
20	Чай с молоком															50									10		1.4								
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.								115																										
68	Бутерброд с сыром и маслом	50																	15		12														
	Итого	56	0	0	12	0	0	0	115	0	0	0	0	0	0	143	0	167	15	6	18	0	5	22	0	1.40	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																			
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)							100																											
28	Рассольник ленинградский со сметаной и с мясом				5		75	39				16								5		5													
32	Птица, тушенная в сметанном соусе			5									83							16	5														
41	Рис отварной				72																														
35	Напиток из шиповника									20														10											
ГП	Хлеб пшеничный	80																																	
ГП	Хлеб ржаной		40																																
	Итого	80	40	5	77	0	75	139	0	20	0	16	83	0	0	0	0	0	0	21	14	5	0	10	0	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																																			
30	Чай с лимоном							7																10		1.4									
67	Крендель сахарный			56												20					14	0.5	8	22								4			
ГП	Йогурт																100																		
	Итого	0	0	56	0	0	0	0	7	0	0	0	0	0	0	20	100	0	0	0	14	0.5	8	32	0	1.4	0	0	0	4	0	0	0	0	
	Норма специй, соли на весь день																																1.2	3	
	Итого за день	136	40	61	89	0	75	139	122	20	0	16	83	0	0	163	100	167	15	27	46	5.5	13	64	0	2.8	0	0	0	4	1.2	3	3	3	

Дети 12 лет и старше

День 5

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соки, нетто	Мясо 1 кат	Цыпленок 1 категории потрош.	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосолен	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/м	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит.изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Стеции	Соль			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33			
Завтрак																																			
12	Тефтели из говядины			5	6			24				51										8													
74	Капуста тушеная			1.7				193														8													
73	Пюре картофельное						64									13					3														
ГП	Хлеб ржаной		30																																
ГП	Хлеб пшеничный или батон	35																																	
25	Сок										200																								
	Итого	35	30	6.7	6	0	64	217	0	0	200	51	0	0	0	13	0	0	0	0	3	16	0	0	0	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																			
16	Зеленый горошек с луком репчатым							96														5													
69	Суп-лапша с мясом птицы			19.2				17					23									5	5												
66	Жаркое подомашнему						104	20				101									6														
71	Компот из плодов или ягод сушеных (кураги)									20														10											
ГП	Хлеб пшеничный	80																																	
ГП	Хлеб ржаной		40																																
	Итого	80	40	19.2	0	0	104	133	0	20	0	101	23	0	0	0	0	0	0	0	6	10	5	10	0	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																																			
63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)																200																		
	Ватрушка с творогом			54.4												20		46			2	0.4	6.6	5.2								1.5			
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)																								50										
	Итого	0	0	54.4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	20	200	46	0	0	2	0.4	6.6	5.2	50	0	0	0	0	0	1.5	0	0	0	
	Норма специй, соли на весь день																																1.2	3	
	Итого за день	115	70	80.3	6	0	168	350	0	20	200	152	23	0	0	33	200	46	0	0	11	26.4	11.6	15.2	50	0	0	0	0	1.5	1.2	3	3		

Дети 12 лет и старше

Дети 12 лет и старше																																	
День 6																																	
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соки, нектары	Мясо 1 кат	Цыпленок 1 категории потрош.	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосолен.	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/м	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит.изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Специи	Соль	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	
Завтрак																																	
53	Вареники с картофелем отварные с маслом сливочным			58			90	26													10	4	4										
57	Чай с сахаром																							10		1.4							
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.								150																								
ГП	Хлеб ржаной		30																														
ГП	Хлеб пшеничный или батон	35																															
	Итого	35	30	58	0	0	90	26	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	10	4	4	10	0	1.4	0	0	0	0	0	0	0
Обед																																	
27	Икра кабачковая (промышленного производства)							100																									
55	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом					10	75	27				16										2.5											
46	Рыба, запеченная в омлете			7.6										88		10						7	26										
7	Пюре картофельное						171									31																	
10	Кисель из свежих ягод (или яблок, или кураги)								20															15					8				
ГП	Хлеб пшеничный	80																															
ГП	Хлеб ржаной		40																														
	Итого	80	40	7.6	0	10	246	127	20	0	0	16	0	88	0	41	0	0	0	0	7	9.5	26	15	0	0.00	0	0	8	0	0	0	0
Полдник																																	
36	Какао с молоком															100								15			2.4						
18	Омлет натуральный															54					8		80										
ГП	Хлеб пшеничный или батон	30																															
	Итого	30	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	154	0	0	0	0	8	0	80	15	0	0	2.4	0	0	0	0	0	0
	Норма специй, соли на весь день																														1.2	3	
	Итого за день	145	70	65.6	0	10	336	153	170	0	0	16	0	88	0	195	0	0	0	0	25	13.5	110	40	0	1.4	2.4	0	8	0	1.2	3	

Дети 12 лет и старше

День 7

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соки, некто	Мясо 1 кат	Цыпленок 1 категории потрош.	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосолен.	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/м	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит. изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Специи	Соль		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33		
Завтрак																																		
29	Гуляш			2				18				79										5												
24	Каша рассыпчатая				89																12													
ГП	Хлеб ржаной		30																															
ГП	Хлеб пшеничный или батон	35																																
63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)															180																		
30	Чай с лимоном							7																10		1.4								
	Итого	35	30	2	89	0	0	18	7	0	0	79	0	0	0	0	180	0	0	0	12	5	0	10	0	1.4	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																		
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)							100																										
60	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной и с мясом						25	87.5				16								5	5			1.5										
23	Котлеты или биточки рыбные	23												96		17						6	7											
41	Рис отварной				72																9													
35	Напиток из шиповника									20														10										
ГП	Хлеб пшеничный	80																																
ГП	Хлеб ржаной		40																															
	Итого	103	40	0	72	0	25	187.5	0	20	0	16	0	96	0	17	0	0	0	5	9	11	7	11.5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Полдник																																		
62	Компот из свежих плодов (яблок)							40																10										
56	Булочка "Новинка"			70												11					14	1.4	12.4	11	10						2.9			
ГП	Йогурт															100																		
	Итого	0	0	70	0	0	0	40	0	0	0	0	0	0	0	11	100	0	0	0	14	1.4	12.4	21	10	0	0	0	0	2.9	0	0	0	0
	Норма специй, соли на весь день																															1.2	3	
	Итого за день	138	70	72	161	0	25	205.5	47	20	0	95	0	96	0	28	280	0	0	5	35	17.4	19.4	42.5	10	1.4	0	0	0	2.9	1.2	3		

Дети 12 лет и старше

День 8

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соки, летто	Мясо 1 кат	Цыпленок 1 категории потрош.	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосолен	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/м	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит. изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Специи	Соль		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33		
Завтрак																																		
13	Тефтели рыбные с соусом сметанным с томатом			11	6			16.5						81						6	2	10												
52	Пюре картофельное						128									23																		
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.								115																									
17	Компот из смеси сухофруктов									20														10										
ГП	Хлеб ржаной		30																															
ГП	Хлеб пшеничный или батон	35																																
	Итого	35	30	11	6	0	128	16.5	115	20	0	0	0	81	0	23	0	0	0	6	7	10	0	10	0	0.00	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																		
16	Зеленый горошек с луком репчатым							96														5												
33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и с мясом						30	82.5				16								5		5												
47	Фрикадельки из птицы	20											74			22						4												
24	Каша перловая рассыпчатая				63																12													
25	Сок										200																							
ГП	Хлеб пшеничный	80																																
ГП	Хлеб ржаной		40																															
	Итого	100	40	0	63	0	30	178.5	0	0	200	16	74	0	0	22	0	0	0	5	12	14	0	0	0	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0
Полдник																																		
2	Кофейный напиток с молоком															100								15				4						
43	Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным	3			10					13						50		98		3	3		7	10										
	Итого	3	0	0	10	0	0	0	0	13	0	0	0	0	0	150	0	98	0	3	3	0	7	25	0	0	0	4	0	0	0	0	0	
	Норма специй, соли на весь день																															1.2	3	
	Итого за день	138	70	11	79	0	158	195	115	33	200	16	74	81	0	195	0	98	0	14	22	24	7	35	0	0	0	4	0	0	1.2	3		

Дети 12 лет и старше

Дети 12 лет и старше																																				
День 9																																				
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соки, летто	Мясо 1 кат	Цыпленок 1 категории потрош.	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосолен	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/м	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит. изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Специи	Соль				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33				
Завтрак																																				
11	Макаронные изделия отварные					68															9															
3	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)							25																												
14	Котлеты рубленые из птицы	17						10					113			15						8														
ГП	Хлеб ржаной		30																																	
ГП	Хлеб пшеничный или батон	35																																		
25	Сок									200																										
	Итого	52	30	0	0	68	0	35	0	0	200	0	113	0	0	15	0	0	0	0	9	8	0	0	0	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0		
Обед																																				
27	Икра кабачковая (промышленного производства)							100																												
49	Суп картофельный с мясными фрикадельками						88	21				34									2	2.5														
45	Капуста тушеная с мясом (говядины)			1.7				189				81										7		4												
62	Компот из свежих плодов (яблок)								40															10												
ГП	Хлеб пшеничный	80																																		
ГП	Хлеб ржаной		40																																	
	Итого	80	40	1.7	0	0	88	310	40	0	0	115	0	0	0	0	0	0	0	0	0	9	2.5	14	0	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																																				
57	Чай с сахаром																							10		1.4										
18	Омлет натуральный															54					8		80													
ГП	Хлеб пшеничный или батон	30																																		
	Итого	30	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	54	0	0	0	0	8	0	80	10	0	1.4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма специй, соли на весь день																																1.2	3		
	Итого за день	162	70	1.7	0	68	88	345	40	0	200	115	113	0	0	69	0	0	0	0	17	17	82.5	24	0	1.4	0	0	0	0	0	1.2	3			

Дети 12 лет и старше

День 10

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соя, нетто	Мясо 1 кат	Цыпленок 1 категории потрош.	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосолен	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/м	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит.изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Специи	Соль				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33				
Завтрак																																				
9	Каша вязкая молочная жидкая				62											123					6			6												
36	Какао с молоком															100								15			2.4									
ГП	Хлеб ржаной		30																																	
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.								115																											
68	Бутерброд с сыром и маслом	50																	15		12															
	Итого	50	30	0	62	0	0	0	115	0	0	0	0	0	0	223	0	0	15	0	18	0	0	21	0	0	2.4	0	0	0	0	0	0	0		
Обед																																				
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)							100																												
59	Солянка домашняя со сметаной						38	41				24	35							5	4															
21	Картофель отварной						198																													
42	Соус сметанный			1.25																13	1.25															
26	Голубцы ленивые				7			64				40																								
25	Сок										200																									
ГП	Хлеб пшеничный	80																																		
ГП	Хлеб ржаной		40																																	
	Итого	80	40	1.25	7	0	236	205	0	0	200	64	35	0	0	0	0	0	0	18	17.8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																																				
20	Чай с молоком															50								10		1.4										
64	Булочка домашняя			69.4												28					16	0.4	6	15							2					
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.								150																											
	Итого	0	0	69.4	0	0	0	0	150	0	0	0	0	0	0	78	0	0	0	0	16	0.4	6	25	0	1.4	0	0	0	2	0	0	0	0		
	Норма специй, соли на весь день																																1.2	3		
	Итого за день	130	70	70.65	69	0	236	205	265	0	200	64	35	0	0	301	0	0	15	18	51.8	0.4	6	46	0	1.4	2.4	0	0	2	1.2	3				

Дети 12 лет и старше

День 11

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соки, нетто	Мясо 1 кат	Цыпленок 1 категории потрош.	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосолен	Сухопродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/м	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит.изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Специи	Соль			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33			
Завтрак																																			
58	Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	27						9				86				19						6													
74	Капуста тушеная			1.7				193														8													
73	Пюре картофельное						64									13					3														
35	Напиток из шиповника									20														10											
ГП	Хлеб ржаной		30																																
ГП	Хлеб пшеничный или батон	35																																	
	Итого	62	30	1.7	0	0	64	202	0	20	0	86	0	0	0	32	0	0	0	0	3	14	0	10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																																			
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)							100																											
65	Суп "Волна" с мясом птицы						125	30					23								4		20												
61	Азу			3			123	42				73									7														
17	Компот из смеси сухофруктов									20														10											
ГП	Хлеб пшеничный	80																																	
ГП	Хлеб ржаной		40																																
	Итого	80	40	3	0	0	248	172	0	20	0	73	23	0	0	0	0	0	0	0	11	0	20	10	0	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																																			
63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)																200																		
44	Ватрушка с творогом			54.4											20		46				2	0.4	6.6	5.2							1.5				
ГП	изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)																								50										
	Итого	0	0	54.4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	20	200	46	0	0	2	0.4	6.6	5.2	50	0	0	0	0	0	1.5	0	0	0	
	Норма специй, соли на весь день																															1.2	3		
	Итого за день	142	70	59.1	0	0	312	374	0	40	0	159	23	0	0	52	200	46	0	0	16	14.4	26.6	25.2	50	0	0	0	0	1.5	1.2	3			

Дети 12 лет и старше

День 12

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соки, нетто	Мясо 1 кат	Цыпленок 1 категории потрош.	Рыба (филе), в т.ч. слабо или мелосоли	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/м	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит. изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Специи	Соль				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33				
Завтрак																																				
50	Пельмени отварные с маслом сливочным			59				8				80									10			9	0.09											
57	Чай с сахаром																							10		1.4										
ГП	Хлеб ржаной		30																																	
ГП	Хлеб пшеничный или батон	35																																		
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.								150																											
	Итого	35	30	59	0	0	0	8	150	0	0	80	0	0	0	0	0	0	0	0	10	0	9	10.1	0	1.4	0	0	0	0	0	0	0	0		
Обед																																				
1	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)							100																												
28	Рассольник ленинградский со сметаной и с мясом				5		75	39				16								5		5														
34	Плов из птицы				59			34					120																							
71	Компот из плодов или ягод сушеных (кураги)									20														10												
ГП	Хлеб пшеничный	80																																		
ГП	Хлеб ржаной		40																																	
	Итого	80	40	0	64	0	75	173	0	20	0	16	120	0	0	0	0	0	0	5	0	16	0	10	0	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																																				
63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)																200																			
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)																								150											
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма специй, соли на весь день																																1.2	3		
	Итого за день	115	70	59	64	0	75	181	150	20	0	96	120	0	0	0	200	0	0	5	10	16	9	20.1	150	1.4	0	0	0	0	0	1.2	3			

Средние показатели продуктов питания за 12 дней на одного ребенка, в гр., дети с 12 лет и старше

	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Соки, нетто	Мясо 1 кат	Цыплята 1 категории потрош.	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосолен	Субпродукты (печень, язык, сердце)	Молоко	К/М	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив.	Масло растит.	Яйцо	Сахар	Кондит. изд.	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Крахмал	Дрожжи	Специи	Соль
	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33
Итого за 10 дней (завтраки)	430	270	57.8	226	68	384	654	494	40	400	295	113	154	0	631.5	360	167	30	20	90.9	66.7	91.2	119	30	4.2	2.4	4	8	1.5	0	0
Итого за 1 дней	43	27	5.78	22.6	6.8	38.4	65.4	49.4	4	40	29.5	11.3	15.4	0	63.15	36	16.7	3	2	9.09	6.67	9.12	11.9	3	0.42	0.24	0.4	0.8	0.15	0	0
Нормы продуктов питания на одного ребенка, нетто сырья, в гр., согласно СанПиНа (минимальные 20%)	40	24	4	10	4	37.4	64	37	4	40	23.5	10.6	15.4	8	70	36	12	3	2	7	3.6	8	7	3	0.4	0.24	0.4	0.8	0.06	0.4	1
Итого за 12 дней	1593	810	682.65	628	78	1998	2840	1241	193	1000	1087	494	338	0	1317	1660	357	30	125	305	180.2	387	410	440	11.2	4.8	8	16	17.3	13.2	33
Итого за 1 дней	132.8	67.5	56.9	52.3	6.5	166.5	236.6	103.4	16.1	83.3	90.6	41.2	28.2	0.0	109.7	138.3	29.8	2.5	10.4	25.4	15.0	32.3	34.1	36.7	0.9	0.4	0.7	1.3	1.4	1.1	2.8
Нормы продуктов питания на одного ребенка, нетто сырья, в гр., согласно СанПиНа	120	72	12	30	12	112	192	111	12	120	46.8	31.8	46.2	24	210	108	36	9	6	6	21	24	21	9	1.20	0.72	1.2	2.4	0.18	1.2	3
Процент удовлетворения	110.6	93.8	474.1	174.4	54.2	148.7	123.2	93.2	####	69.4	193.6	129.5	61.0	0.0	52.2	128.1	82.6	27.8	173.6	####	71.5	####	####	####	77.8	55.6	55.6	55.6	800.9	91.7	91.7

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше							
День 1							День 1							
(ГТК) *	Наименование блюда	Вес блюда	(г)			Эн/ц (ккал)	(ГТК) *	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	
1	2	3	Б	Ж	У	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак							
70	Плов из отварной говядины	200	19.52	18.29	42.94	280.52	70	Плов из отварной говядины	200	19.52	18.29	42.94	280.52	
30	Чай с лимоном	200	0.06	0.01	10.24	43.00	30	Чай с лимоном	200	0.06	0.01	10.29	44.00	
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	60	0.48	0.06	1.02	7.80	4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	85	0.68	0.09	1.45	11.05	
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	115	0.46	0.46	11.27	54.00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	115	0.46	0.46	11.27	54.00	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.95	40.00	ГП	Хлеб ржаной	30	1.47	0.30	13.44	60.00	
ГП	Хлеб пшеничный или батон	25	2.00	0.04	10.03	52.00	ГП	Хлеб пшеничный или батон	35	2.80	0.06	14.04	72.80	
	Итого	620	23.50	19.06	84.45	477.32		Итого	665	24.99	19.21	93.43	522.37	
Обед							Обед							
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	60	0.48	0.06	1.02	7.80	4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	100	0.80	0.10	1.70	13.00	
5	Суп картофельный с бобовыми с мясом	260	8.45	7.18	21.24	177.00	5	Суп картофельный с бобовыми с мясом	260	8.45	7.18	21.24	177.00	
39	Рагу из овощей с мясом	230	16.01	19.20	16.06	308.00	39	Рагу из овощей с мясом	230	16.01	19.20	16.06	308.00	
35	Напиток из шиповника	200	0.51	0.21	1.22	83.00	35	Напиток из шиповника	200	0.68	0.28	19.64	97.00	
ГП	Хлеб пшеничный	60	4.80	0.90	22.74	124.80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6.40	0.12	32.08	166.40	
ГП	Хлеб ржаной	30	1.47	0.30	13.44	60.00	ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	80.00	
	Итого	840	31.72	27.85	75.72	760.60		Итого	910	34.30	27.28	108.64	841.40	
Полдник							Полдник							
62	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0.16	0.16	13.90	59.00	62	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0.16	0.16	13.90	59.00	
64	Булочка домашняя	60	4.50	78.00	36.20	233.00	64	Булочка домашняя	100	7.50	130.00	60.34	388.34	
ГП	Йогурт	100	5.00	2.50	3.50	54.00	ГП	Йогурт	100	5.00	2.50	3.50	54.00	
	Итого	360	9.7	80.7	53.6	346.0		Итого	400	12.7	132.7	77.7	501.3	
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.							
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц	
	Итого за день		64.88	127.57	213.77	1583.92		Итого за день		71.95	179.15	279.81	1865.11	
	Суточная потребность		77.00	79.00	335.00	2350.00		Суточная потребность		90.00	92.00	383.00	2720.00	
	Процент удовлетворения суточной потребности		84.26	161.48	63.81	67.40		Процент удовлетворения суточной потребности		79.94	194.73	73.06	68.57	

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше							
День 2							День 2							
(ГТК) *	Наименование блюда	Вес блюда	(г)			Эн/ц (ккал)	(ГТК) *	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	
1	2	3	Б	Ж	У	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак							
51	Рыба, тушенная в сметанном соусе	120	11.34	7.42	2.88	125.00	51	Рыба, тушенная в сметанном соусе	120	11.34	7.42	2.88	125.00	
52	Пюре картофельное	150	3.12	5.10	18.57	132.60	52	Пюре картофельное	150	3.12	5.10	18.57	132.60	
2	Кофейный напиток с молоком	200	3.60	3.60	20.07	123.00	2	Кофейный напиток с молоком	200	3.60	3.60	20.07	123.00	
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	15	2.50	4.00	8.76	47.70	ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	25	4.17	6.67	14.59	79.50	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.95	40.00	ГП	Хлеб ржаной	30	1.47	0.30	13.44	60.00	
ГП	Хлеб пшеничный или батон	25	2.00	0.04	10.03	52.00	ГП	Хлеб пшеничный или батон	35	2.80	0.06	14.04	72.80	
	Итого	530	23.54	20.36	69.26	520.30		Итого	560	26.50	23.15	83.59	592.90	
Обед							Обед							
16	Зеленый горошек с луком репчатым	60	1.69	3.11	3.87	50.00	16	Зеленый горошек с луком репчатым	100	2.82	5.18	6.45	83.33	
22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и с мясом	265	5.37	8.30	9.79	148.00	22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и с мясом	265	5.37	8.30	9.79	148.00	
58	Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	90	15.18	10.90	13.28	210.00	58	Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	100	16.87	12.11	14.76	233.33	
24	Каша рассыпчатая	150	8.34	8.64	37.61	259.00	24	Каша рассыпчатая	200	11.12	11.52	50.15	345.33	
17	Компот из смеси сухофруктов	200	0.33	0.00	16.67	70.00	17	Компот из смеси сухофруктов	200	0.44	0.00	18.90	80.00	
ГП	Хлеб пшеничный	60	4.80	0.90	22.74	124.80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6.40	0.12	32.08	166.40	
ГП	Хлеб ржаной	30	1.47	0.30	13.44	60.00	ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	80.00	
	Итого	855	37.18	32.15	117.40	921.80		Итого	985	44.98	37.63	150.05	1136.39	
Полдник							Полдник							
63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)	200	5.80	5.00	8.00	106.00	63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)	200	5.80	5.00	8.00	106.00	
48	Плошка "Московская"	60	5.00	5.51	26.78	190.00	48	Плошка "Московская"	100	8.33	9.18	44.63	316.67	
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	2.25	0.75	31.50	144.00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	2.25	0.75	31.50	144.00	
	Итого	410	13.1	11.3	66.3	440.0		Итого	450	16.38	14.93	84.13	566.67	
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.							
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц	
	Итого за день		73.77	63.77	252.94	1882.10		Итого за день		87.86	75.71	317.77	2295.96	
	Суточная потребность		77.00	79.00	335.00	2350.00		Суточная потребность		90.00	92.00	383.00	2720.00	
	Процент удовлетворения суточной потребности		95.81	80.72	75.50	80.09		Процент удовлетворения суточной потребности		97.62	82.29	82.97	84.41	

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше							
День 3							День 3							
(ГТК) *	Наименование блюда	Вес блюда	(г)			Эн/д (ккал)	(ГТК) *	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	
1	2	3	Б	Ж	У	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак							
18	Омлет натуральный	130	10.90	15.34	3.07	192.40	18	Омлет натуральный	130	10.90	15.34	3.07	192.40	
3	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	25	0.78	0.05	1.63	10.00	3	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	25	0.78	0.05	1.63	10.00	
15	Булочка "Новинка"	50	4.53	5.75	28.09	194.17	15	Булочка "Новинка"	50	4.53	5.75	28.09	194.17	
10	Кисель из свежих ягод (или яблок, или кураги)	200	0.11	0.00	20.51	85.00	10	Кисель из свежих ягод (или яблок, или кураги)	200	0.11	0.00	22.10	91.00	
63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)	150	4.35	3.75	6.00	79.50	63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)	180	5.22	4.50	7.20	95.40	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.95	40.00	ГП	Хлеб ржаной	30	1.47	0.30	13.44	60.00	
ГП	Хлеб пшеничный или батон	25	2.00	0.04	10.03	52.00	ГП	Хлеб пшеничный или батон	35	2.80	0.06	14.04	72.80	
	Итого	600	23.65	25.13	78.28	653.07		Итого	650	25.81	26.00	89.57	715.77	
Обед							Обед							
27	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	1.14	5.34	4.62	71.40	27	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1.90	8.90	7.70	119.00	
55	Суп картофельный с клецками с мясом птицы	260	9.38	7.29	20.92	210.00	55	Суп картофельный с клецками с мясом птицы	260	9.38	7.29	20.92	210.00	
8	Бефстроганов из отварной говядины	100	15.30	13.80	2.40	194.00	8	Бефстроганов из отварной говядины	100	15.30	13.80	2.40	194.00	
21	Картофель отварной	150	3.28	8.45	21.91	175.80	21	Картофель отварной	200	4.37	11.27	29.21	234.40	
25	Сок	200	0.60	0.00	33.00	136.00	25	Сок	200	0.60	0.00	33.00	136.00	
ГП	Хлеб пшеничный	60	4.80	0.90	22.74	124.80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6.40	0.12	32.08	166.40	
ГП	Хлеб ржаной	30	1.47	0.30	13.44	60.00	ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	80.00	
	Итого	860	35.97	36.08	119.03	972.00		Итого	980	39.91	41.78	143.23	1139.80	
Полдник							Полдник							
63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)	200	5.80	5.00	8.00	106.00	63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)	200	5.80	5.00	8.00	106.00	
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	100	5.38	7.00	58.38	318.04	ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	150	24.99	39.99	87.57	477.00	
	Итого	300	11.2	12.0	66.4	424.0		Итого	350	30.8	45.0	95.6	583.0	
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.							
			Б	Ж	У	Эн/д				Б	Ж	У	Эн/д	
	Итого за день		70.80	73.21	263.69	2049.11		Итого за день		96.51	112.77	328.37	2438.57	
	Суточная потребность		77.00	79.00	335.00	2350.00		Суточная потребность		90.00	92.00	383.00	2720.00	
	Процент удовлетворения суточной потребности		91.95	92.67	78.71	87.20		Процент удовлетворения суточной потребности		107.23	122.58	85.74	89.65	

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше							
День 4							День 4							
(ГТК) *	Наименование блюда	Вес блюда	(г)			Эн/ц (ккал)	(ГТК) *	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	
1	2	3	Б	Ж	У	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак							
31	Запеканка из творога с молоком сгущенным	200	25.67	35.27	33.43	570.00	31	Запеканка из творога с молоком сгущенным	200	25.67	35.27	33.43	570.00	
20	Чай с молоком	200	1.45	1.25	12.43	68.00	20	Чай с молоком	200	1.45	1.25	12.48	69.00	
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	115	0.46	0.46	11.27	54.00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	115	0.46	0.46	11.27	54.00	
68	Бутерброд с сыром и маслом	50	4.68	10.34	14.89	171.00	68	Бутерброд с сыром и маслом	77	7.38	13.40	24.76	250.00	
	Итого	565	32.26	47.32	72.02	863.00		Итого	592	34.96	50.38	81.94	943.00	
Обед							Обед							
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	60	0.48	0.06	1.02	7.80	4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	100	0.80	0.10	1.70	13.00	
28	Рассольник ленинградский с мясом и со сметаной	265	5.69	8.48	20.03	190.00	28	Рассольник ленинградский с мясом и со сметаной	265	5.69	8.48	20.03	190.00	
32	Птица, тушенная в сметанном соусе	90	9.03	11.76	3.05	139.00	32	Птица, тушенная в сметанном соусе	120	12.04	15.44	4.06	182.67	
41	Рис отварной	150	3.77	6.11	41.40	235.65	41	Рис отварной	200	5.03	8.15	55.20	314.20	
35	Напиток из шиповника	200	0.51	0.21	1.22	83.00	35	Напиток из шиповника	200	0.68	0.28	19.64	97.00	
ГП	Хлеб пшеничный	60	4.80	0.90	22.74	124.80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6.40	0.12	32.08	166.40	
ГП	Хлеб ржаной	30	1.47	0.30	13.44	60.00	ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	80.00	
	Итого	855	25.75	27.82	102.90	840.25		Итого	1005	32.60	32.97	150.63	1043.27	
Полдник							Полдник							
30	Чай с лимоном	200	0.06	0.01	10.24	43.00	30	Чай с лимоном	200	0.06	0.01	10.29	44.00	
67	Крендель сахарный	60	4.20	6.72	35.28	218.40	67	Крендель сахарный	100	7.00	11.20	58.50	364.00	
ГП	Йогурт	100	5.00	2.50	3.50	54.00	ГП	Йогурт	100	5.00	2.50	3.50	54.00	
	Итого	360	9.3	9.2	49.0	315.4		Итого	400	12.1	13.7	72.3	462.0	
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.							
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц	
	Итого за день		67.27	84.37	223.94	2018.65		Итого за день		79.62	97.06	304.86	2448.27	
	Суточная потребность		77.00	79.00	335.00	2350.00		Суточная потребность		90.00	92.00	383.00	2720.00	
	Процент удовлетворения суточной потребности		87.36	106.80	66.85	85.90		Процент удовлетворения суточной потребности		88.47	105.50	79.60	90.01	

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше							
День 5							День 5							
(ГТК) *	Наименование блюда	Вес блюда	(г)			Эн/ц (ккал)	(ГТК) *	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	
1	2	3	Б	Ж	У	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак							
12	Тефтели из говядины	80	9.50	11.23	9.59	176.80	12	Тефтели из говядины	80	9.50	11.23	9.59	176.80	
74	Капуста тушеная	130	3.90	4.11	15.62	124.00	74	Капуста тушеная	150	4.50	4.74	18.02	143.08	
73	Пюре картофельное	75	1.56	2.55	9.28	66.30	73	Пюре картофельное	75	1.56	2.55	9.28	66.30	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.95	40.00	ГП	Хлеб ржаной	30	1.47	0.30	13.44	60.00	
ГП	Хлеб пшеничный или батон	25	2.00	0.04	10.03	52.00	ГП	Хлеб пшеничный или батон	35	2.80	0.06	14.04	72.80	
25	Сок	200	0.60	0.00	33.00	136.00	25	Сок	200	0.60	0.00	33.00	136.00	
	Итого	530	18.54	18.13	86.47	595.10		Итого	570	20.43	18.88	97.37	654.98	
Обед							Обед							
16	Зеленый горошек с луком репчатым	60	1.69	3.11	3.87	50.00	16	Зеленый горошек с луком репчатым	100	2.82	5.18	6.45	83.33	
69	Суп-лапша с мясом птицы	260	9.01	7.99	15.34	171.00	69	Суп-лапша с мясом птицы	260	9.01	7.99	15.34	171.00	
66	Жаркое по-домашнему	200	23.64	21.09	15.09	344.55	66	Жаркое по-домашнему	200	23.64	21.09	15.09	344.55	
71	Компот из плодов или ягод сушеных (кураги)	200	1.04	0.00	20.98	87.00	71	Компот из плодов или ягод сушеных (кураги)	200	1.04	0.00	20.98	87.00	
ГП	Хлеб пшеничный	60	4.80	0.90	22.74	124.80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6.40	0.12	32.08	166.40	
ГП	Хлеб ржаной	30	1.47	0.30	13.44	60.00	ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	80.00	
	Итого	810	41.65	33.39	91.46	837.35		Итого	880	44.87	34.78	107.86	932.28	
Полдник							Полдник							
63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)	200	5.80	5.00	8.00	106.00	63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)	200	5.80	5.00	8.00	106.00	
44	Ватрушка с творогом	60	8.08	3.85	20.92	160.00	44	Ватрушка с творогом	100	13.47	6.42	34.87	266.67	
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	40	2.15	2.80	23.35	127.20	ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	50	8.33	13.33	29.19	159.00	
	Итого	300	16.03	11.65	52.27	393.20		Итого	350	27.60	24.75	72.06	531.67	
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.							
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц	
	Итого за день		76.22	63.17	230.20	1825.65		Итого за день		92.90	78.41	277.29	2118.93	
	Суточная потребность		77.00	79.00	335.00	2350.00		Суточная потребность		90.00	92.00	383.00	2720.00	
	Процент удовлетворения суточной потребности		98.99	79.96	68.72	77.69		Процент удовлетворения суточной потребности		103.22	85.23	72.40	77.90	

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше							
День 6							День 6							
(ГТК) *	Наименование блюда	Вес блюда	(г)			Эн/ц (ккал)	(ГТК) *	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	
1	2	3	Б	Ж	У	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак							
53	Вареники с картофелем отварные с маслом сливочным	168	6.90	9.68	40.64	288.00	53	Вареники с картофелем отварные с маслом сливочным	210	8.94	12.29	50.96	363.00	
57	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.03	41.00	57	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.08	42.00	
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	2.25	0.75	31.50	144.00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	2.25	0.75	31.50	144.00	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.95	40.00	ГП	Хлеб ржаной	30	1.47	0.30	13.44	60.00	
ГП	Хлеб пшеничный или батон	25	2.00	0.04	10.03	52.00	ГП	Хлеб пшеничный или батон	35	2.80	0.06	14.04	72.80	
	Итого	563	12.13	10.67	101.15	565.00		Итого	625	15.46	13.40	120.02	681.80	
Обед							Обед							
27	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	1.14	5.34	4.62	71.40	27	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1.90	8.90	7.70	119.00	
55	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом	260	6.17	4.79	22.44	150.00	55	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом	260	6.17	4.79	22.44	150.00	
46	Рыба, запеченная в омлете	100	14.86	7.60	4.21	147.00	46	Рыба, запеченная в омлете	100	14.86	7.60	4.21	147.00	
7	Пюре картофельное	150	3.12	5.10	18.57	132.60	7	Пюре картофельное	200	4.16	6.80	24.76	176.80	
10	Кисель из свежих ягод (или яблок, или кураги)	200	0.11	0.00	20.51	85.00	10	Кисель из свежих ягод (или яблок, или кураги)	200	0.11	0.00	22.10	91.00	
ГП	Хлеб пшеничный	60	4.80	0.90	22.74	124.80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6.40	0.12	32.08	166.40	
ГП	Хлеб ржаной	30	1.47	0.30	13.44	60.00	ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	80.00	
	Итого	860	31.67	24.03	106.53	770.80		Итого	980	35.56	28.61	131.21	930.20	
Полдник							Полдник							
36	Какао с молоком	200	3.29	3.50	19.87	124.00	36	Какао с молоком	200	3.38	3.56	19.91	125.00	
18	Омлет натуральный	130	10.97	15.34	3.07	192.4	18	Омлет натуральный	130	10.97	15.34	3.07	192.4	
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1.60	0.03	8.02	41.60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2.40	0.05	12.03	62.40	
	Итого	350	15.86	18.87	30.96	358.00		Итого	360	16.75	18.95	35.01	379.80	
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.							
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц	
	Итого за день		59.66	53.57	238.64	1693.80		Итого за день		67.77	60.96	286.24	1991.80	
	Суточная потребность		77.00	79.00	335.00	2350.00		Суточная потребность		90.00	92.00	383.00	2720.00	
	Процент удовлетворения суточной потребности		77.48	67.81	71.24	72.08		Процент удовлетворения суточной потребности		75.30	66.26	74.74	73.23	

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше							
День 7							День 7							
(ТТК) *	Наименование блюда	Вес блюда	(г)			Эн/д (ккал)	(ТТК) *	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	
1	2	3	Б	Ж	У	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак							
29	Гуляш	100	12.86	12.76	2.92	179.00	29	Гуляш	100	12.86	12.76	2.92	179.00	
24	Каша рассыпчатая	150	8.34	8.64	37.61	259.00	24	Каша рассыпчатая	200	11.12	11.52	50.15	345.33	
ГП	Хлеб ржаной	25	1.23	0.25	11.19	50.00	ГП	Хлеб ржаной	30	1.47	0.30	13.44	60.00	
ГП	Хлеб пшеничный или батон	25	2.00	0.04	10.03	52.00	ГП	Хлеб пшеничный или батон	35	2.80	0.06	14.04	72.80	
63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)	150	4.35	3.75	6.00	79.50	63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)	180	5.22	4.50	7.20	95.40	
30	Чай с лимоном	200	0.06	0.01	10.24	43.00	30	Чай с лимоном	200	0.06	0.01	10.29	44.00	
	Итого	650	28.84	25.45	77.99	662.50		Итого	745	33.53	29.15	98.04	796.53	
Обед							Обед							
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	60	0.66	0.06	2.10	12.00	4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	100	1.10	0.10	3.50	20.00	
60	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной и с мясом	265	5.97	8.33	8.92	152.00	60	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной и с мясом	265	5.97	8.33	8.92	152.00	
23	Котлеты или биточки рыбные	90	12.92	5.28	8.31	130.00	23	Котлеты или биточки рыбные	120	17.23	7.04	11.08	173.33	
41	Рис отварной	150	3.77	6.11	41.40	235.65	41	Рис отварной	200	5.03	8.15	55.20	314.20	
35	Напиток из шиповника	200	0.51	0.21	1.22	83.00	35	Напиток из шиповника	200	0.68	0.28	19.64	97.00	
ГП	Хлеб пшеничный	60	4.80	0.90	22.74	124.80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6.40	0.12	32.08	166.40	
ГП	Хлеб ржаной	30	1.47	0.30	13.44	60.00	ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	80.00	
	Итого	855	30.10	21.19	98.13	797.45		Итого	1005	38.37	24.42	148.34	1002.93	
Полдник							Полдник							
62	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0.16	0.16	13.90	59.00	62	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0.16	0.16	13.90	59.00	
56	Булочка "Новинка"	60	5.43	6.90	33.70	233.00	56	Булочка "Новинка"	100	9.05	11.50	56.17	388.33	
ГП	Йогурт	100	5.00	2.50	3.50	54.00	ГП	Йогурт	100	5.00	2.50	3.50	54.00	
	Итого	360	10.6	9.6	51.1	346.0		Итого	400	14.2	14.2	73.6	501.3	
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.							
			Б	Ж	У	Эн/д				Б	Ж	У	Эн/д	
	Итого за день		69.53	56.20	227.22	1805.95		Итого за день		86.11	67.73	319.95	2300.79	
	Суточная потребность		77.00	79.00	335.00	2350.00		Суточная потребность		90.00	92.00	383.00	2720.00	
	Процент удовлетворения суточной потребности		90.30	71.14	67.83	76.85		Процент удовлетворения суточной потребности		95.68	73.62	83.54	84.59	

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 8							День 8						
(ГТК) *	Наименование блюда	Вес блюда	(г)			Эн/ц (ккал)	(ГТК) *	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
13	Тефтели рыбные с соусом сметанным с томатом	125	13.49	10.39	12.15	203.00	13	Тефтели рыбные с соусом сметанным с томатом	125	13.49	10.39	12.15	203.00
52	Пюре картофельное	150	3.12	5.10	18.57	132.60	52	Пюре картофельное	150	3.12	5.10	18.57	132.60
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	115	0.46	0.46	11.27	54.00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	115	0.46	0.46	11.27	54.00
17	Компот из смеси сухофруктов	200	0.33	0.00	16.67	70.00	17	Компот из смеси сухофруктов	200	0.44	0.00	18.90	80.00
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.95	40.00	ГП	Хлеб ржаной	30	1.47	0.30	13.44	60.00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	25	2.00	0.04	10.03	52.00	ГП	Хлеб пшеничный или батон	35	2.80	0.06	14.04	72.80
	Итого	635	20.38	16.19	77.64	551.60		Итого	655	21.78	16.31	88.37	602.40
Обед							Обед						
16	Зеленый горошек с луком репчатым	60	1.69	3.11	3.87	50.00	16	Зеленый горошек с луком репчатым	100	2.82	5.18	6.45	83.33
33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и с мясом	265	5.34	8.42	7.90	135.00	33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и с мясом	265	5.34	8.42	7.90	135.00
47	Фрикадельки из птицы	100	13.89	14.51	10.24	231.00	47	Фрикадельки из птицы	100	13.89	14.51	10.24	231.00
24	Каша перловая рассыпчатая	150	6.17	7.17	44.06	264.00	24	Каша перловая рассыпчатая	200	8.23	9.56	58.75	352.00
25	Сок	200	0.60	0.00	33.00	136.00	25	Сок	200	0.60	0.00	33.00	136.00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4.80	0.90	22.74	124.80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6.40	0.12	32.08	166.40
ГП	Хлеб ржаной	30	1.47	0.30	13.44	60.00	ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	80.00
	Итого	865	33.96	34.41	135.25	1000.80		Итого	985	39.24	38.19	166.34	1183.73
Полдник							Полдник						
2	Кофейный напиток с молоком	200	3.60	3.60	20.07	123.00	2	Кофейный напиток с молоком	200	3.60	3.60	20.07	123.00
43	Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным	100	13.25	9.29	27.50	256.00	43	Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным	150	17.68	12.36	38.02	346.00
	Итого	300	16.9	12.9	47.6	379.0		Итого	350	21.3	16.0	58.1	469.0
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		71.19	63.49	260.46	1931.40		Итого за день		82.30	70.46	312.80	2255.13
	Суточная потребность		77.00	79.00	335.00	2350.00		Суточная потребность		90.00	92.00	383.00	2720.00
	Процент удовлетворения суточной потребности		92.45	80.37	77.75	82.19		Процент удовлетворения суточной потребности		91.44	76.59	81.67	82.91

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше							
День 9							День 9							
(ТТК) *	Наименование блюда	Вес блюда	(г)			Эн/ц (ккал)	(ТТК) *	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	
1	2	3	Б	Ж	У	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак							
11	Макаронные изделия отварные	150	5.66	6.75	29.04	144.90	11	Макаронные изделия отварные	200	7.54	9.00	38.72	193.20	
3	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	25	0.78	0.05	1.63	10.00	3	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	25	0.78	0.05	1.63	10.00	
14	Котлеты рубленые из птицы	80	12.54	10.01	9.52	196.00	14	Котлеты рубленые из птицы	80	12.54	10.01	9.52	196.00	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.95	40.00	ГП	Хлеб ржаной	30	1.47	0.30	13.44	60.00	
ГП	Хлеб пшеничный или батон	25	2.00	0.04	10.03	52.00	ГП	Хлеб пшеничный или батон	35	2.80	0.06	14.04	72.80	
25	Сок	200	0.60	0.00	33.00	136.00	25	Сок	200	0.60	0.00	33.00	136.00	
	Итого	500	22.56	17.05	92.17	578.90		Итого	570	26	19	110	668	
Обед							Обед							
27	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	1.14	5.34	4.62	71.40	27	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1.90	8.90	7.70	119.00	
49	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	8.26	5.79	20.20	166.54	49	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	8.26	5.79	20.20	166.54	
45	Капуста тушеная с мясом (говядины)	200	13.68	12.11	11.57	221.00	45	Капуста тушеная с мясом (говядины)	200	13.68	12.11	11.57	221.00	
62	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0.16	0.16	13.90	59.00	62	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0.16	0.16	13.90	59.00	
ГП	Хлеб пшеничный	60	4.80	0.90	22.74	124.80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6.40	0.12	32.08	166.40	
ГП	Хлеб ржаной	30	1.47	0.30	13.44	60.00	ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	80.00	
	Итого	800	29.51	24.60	86.47	702.74		Итого	870	32.36	27.48	103.37	811.94	
Полдник							Полдник							
57	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.03	41.00	57	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.08	42.00	
18	Омлет натуральный	130	10.97	15.34	3.07	192.4	18	Омлет натуральный	130	10.97	15.34	3.07	192.4	
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1.60	0.03	8.02	41.60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2.40	0.05	12.03	62.40	
	Итого	350	12.6	15.4	21.1	275.0		Итого	360	13.4	15.4	25.2	296.8	
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.							
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц	
	Итого за день		64.64	57.02	199.76	1556.64		Итого за день		71.46	62.29	238.90	1776.74	
	Суточная потребность		77.00	79.00	335.00	2350.00		Суточная потребность		90.00	92.00	383.00	2720.00	
	Процент удовлетворения суточной потребности		83.95	72.18	59.63	66.24		Процент удовлетворения суточной потребности		93.91	67.71	62.38	65.32	

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше							
День 10							День 10							
(ГТК) *	Наименование блюда	Вес блюда	(г)			Эн/ц (ккал)	(ГТК) *	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	
1	2	3	Б	Ж	У	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак							
9	Каша вязкая молочная жидкая	200	5.73	7.14	40.65	249	9	Каша вязкая молочная жидкая	250	7.16	8.93	50.81	311.25	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.95	40.00	ГП	Хлеб ржаной	30	1.47	0.30	13.44	60.00	
68	Бутерброд с сыром и маслом	50	4.68	10.34	14.89	171.00	68	Бутерброд с сыром и маслом	77	7.38	13.40	24.76	250.00	
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	115	0.46	0.46	11.27	54.00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	115	0.46	0.46	11.27	54.00	
36	Какао с молоком	200	3.29	3.50	19.87	124.00	36	Какао с молоком	200	3.38	3.56	19.91	125.00	
	Итого	585	15.14	21.64	95.63	638.00		Итого	672	19.85	26.65	120.19	800.25	
Обед							Обед							
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	60	0.48	0.06	1.02	7.80	4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	100	0.80	0.10	1.70	13.00	
59	Солянка домашняя со сметаной	255	7.91	8.66	10.87	146.00	59	Солянка домашняя со сметаной	255	7.91	8.66	10.87	146.00	
21	Картофель отварной	150	3.28	8.45	21.91	175.80	21	Картофель отварной	200	4.37	11.27	29.21	234.40	
42	Соус сметанный	25	0.44	4.56	1.82	48.00	42	Соус сметанный	25	0.44	4.56	1.82	48.00	
26	Голубцы ленивые	90	7.65	7.47	3.60	112.50	26	Голубцы ленивые	100	8.50	8.30	4.00	125.00	
25	Сок	200	0.60	0.00	33.00	136.00	25	Сок	200	0.60	0.00	33.00	136.00	
ГП	Хлеб пшеничный	60	4.80	0.90	22.74	124.80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6.40	0.12	32.08	166.40	
ГП	Хлеб ржаной	30	1.47	0.30	13.44	60.00	ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	80.00	
	Итого	870	26.63	30.40	108.40	810.90		Итого	1000	30.98	33.41	130.60	948.80	
Полдник							Полдник							
20	Чай с молоком	200	1.45	1.25	12.43	68.00	20	Чай с молоком	200	1.45	1.25	12.48	69.00	
64	Булочка домашняя	60	4.50	78.00	36.20	233.00	64	Булочка домашняя	100	7.50	130.00	60.34	388.34	
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	2.25	0.75	31.50	144.00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	2.25	0.75	31.50	144.00	
	Итого	410	8.2	80.0	80.1	445.0		Итого	450	11.2	132.0	104.3	601.3	
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.							
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц	
	Итого за день		49.97	132.04	284.16	1893.90		Итого за день		62.03	192.06	355.11	2350.39	
	Суточная потребность		77.00	79.00	335.00	2350.00		Суточная потребность		90.00	92.00	383.00	2720.00	
	Процент удовлетворения суточной потребности		64.90	167.14	84.82	80.59		Процент удовлетворения суточной потребности		68.92	208.76	92.72	86.41	

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше							
День 11							День 11							
(ГТК) *	Наименование блюда	Вес блюда	(г)			Эн/ц (ккал)	(ГТК) *	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	
1	2	3	Б	Ж	У	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак							
58	Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	90	15.18	10.90	13.28	210.00	58	Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	100	16.87	12.11	14.76	233.33	
74	Капуста тушеная	130	3.90	4.11	15.62	124.00	74	Капуста тушеная	150	4.50	4.74	18.02	143.08	
73	Пюре картофельное	75	1.56	2.55	9.28	66.30	73	Пюре картофельное	75	1.56	2.55	9.28	66.30	
35	Напиток из шиповника	200	0.51	0.21	1.22	83.00	35	Напиток из шиповника	200	0.68	0.28	19.64	97.00	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.95	40.00	ГП	Хлеб ржаной	30	1.47	0.30	13.44	60.00	
ГП	Хлеб пшеничный или батон	25	2.00	0.04	10.03	52.00	ГП	Хлеб пшеничный или батон	35	2.80	0.06	14.04	72.80	
	Итого	540	24.13	18.01	58.38	575.30		Итого	590	27.88	20.04	89.18	672.51	
Обед							Обед							
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	60	0.48	0.06	1.02	7.80	4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	100	0.80	0.10	1.70	13.00	
65	Суп "Волна" с мясом птицы	260	10.31	7.55	18.48	206.00	65	Суп "Волна" с мясом птицы	260	10.31	7.55	18.48	206.00	
61	Азу	200	16.31	17.48	20.80	305.85	61	Азу	200	16.31	17.48	20.80	305.85	
17	Компот из смеси сухофруктов	200	0.33	0.00	16.67	70.00	17	Компот из смеси сухофруктов	200	0.44	0.00	18.90	80.00	
ГП	Хлеб пшеничный	60	4.80	0.90	22.74	124.80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6.40	0.12	32.08	166.40	
ГП	Хлеб ржаной	30	1.47	0.30	13.44	60.00	ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	80.00	
	Итого	810	33.70	26.29	93.15	774.45		Итого	880	36.22	25.65	109.88	851.25	
Полдник							Полдник							
63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)	200	5.80	5.00	8.00	106.00	63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)	200	5.80	5.00	8.00	106.00	
44	Ватрушка с творогом	60	8.08	3.85	20.92	160.00	44	Ватрушка с творогом	100	13.47	6.42	34.87	266.67	
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	40	2.15	2.80	23.35	127.20	ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	50	8.33	13.33	29.19	159.00	
	Итого	300	16.03	11.65	52.27	393.20		Итого	350	27.60	24.75	72.06	531.67	
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.							
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц	
	Итого за день		73.86	55.95	203.80	1742.95		Итого за день		91.70	70.44	271.12	2055.43	
	Суточная потребность		77.00	79.00	335.00	2350.00		Суточная потребность		90.00	92.00	383.00	2720.00	
	Процент удовлетворения суточной потребности		95.92	70.82	60.84	74.17		Процент удовлетворения суточной потребности		101.89	76.57	70.79	75.57	

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше							
День 12							День 12							
(ГТК) *	Наименование блюда	Вес блюда	(г)			Эн/ц (ккал)	(ГТК) *	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	
1	2	3	Б	Ж	У	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак							
50	Пельмени отварные с маслом сливочным	168	17.59	16.71	30.38	348	50	Пельмени отварные с маслом сливочным	210	22.07	20.92	38.19	435	
57	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.03	41.00	57	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.08	42.00	
ГП	Хлеб ржаной	20	0.98	0.20	8.95	40.00	ГП	Хлеб ржаной	30	1.47	0.30	13.44	60.00	
ГП	Хлеб пшеничный или батон	25	2.00	0.04	10.03	52.00	ГП	Хлеб пшеничный или батон	35	2.80	0.06	14.04	72.80	
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	2.25	0.75	31.50	144.00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	2.25	0.75	31.50	144.00	
	Итого	563	22.82	17.70	90.89	625.00		Итого	625	28.59	22.03	107.25	753.80	
Обед							Обед							
1	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	60	1.86	0.12	3.90	24.00	1	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	100	3.10	0.20	6.50	40.00	
28	Рассольник ленинградский со сметаной и с мясом	265	5.69	8.48	20.03	190.00	28	Рассольник ленинградский со сметаной и с мясом	265	5.69	8.48	20.03	190.00	
34	Плов из птицы	200	19.87	25.33	32.13	436.00	34	Плов из птицы	250	24.84	31.66	40.16	545.00	
71	Компот из плодов или ягод сушеных (кураги)	200	1.04	0.00	20.98	87.00	71	Компот из плодов или ягод сушеных (кураги)	200	1.04	0.00	20.98	87.00	
ГП	Хлеб пшеничный	60	4.80	0.90	22.74	124.80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6.40	0.12	32.08	166.40	
ГП	Хлеб ржаной	30	1.47	0.30	13.44	60.00	ГП	Хлеб ржаной	40	1.96	0.40	17.92	80.00	
	Итого	815	34.73	35.13	113.22	921.80		Итого	935	43.03	40.86	137.67	1108.40	
Полдник							Полдник							
63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)	200	5.80	5.00	8.00	106.00	63	Кисломолочный продукт (йогурт или др.)	200	5.80	5.00	8.00	106.00	
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	100	5.38	7.00	58.38	318.04	ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	150	24.99	39.99	87.57	477.00	
	Итого	300	11.18	12.00	66.38	424.04		Итого	350	30.79	44.99	95.57	583.00	
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.							
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц	
	Итого за день		68.73	64.83	270.49	1970.84		Итого за день		102.41	107.88	340.49	2445.20	
	Суточная потребность		77.00	79.00	335.00	2350.00		Суточная потребность		90.00	92.00	383.00	2720.00	
	Процент удовлетворения суточной потребности		89.26	82.06	80.74	83.87		Процент удовлетворения суточной потребности		113.79	117.26	88.90	89.90	

Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 7-11 лет				Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 12 лет и старше					
	(г)			Эн/ц (ккал)		Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
	Б	Ж	У			Б	Ж	У	
Итого за 12 дней	810.52	895.19	2869.07	21954.91	Итого за 12 дней	992.62	1174.92	3632.71	#####
Итого за 1 дней	67.54	74.60	239.09	1829.58	Итого за 1 дней	82.72	97.91	302.73	2195.19
Суточная потребность	77.00	79.00	335.00	2350.00	Суточная потребность	90.00	92.00	383.00	2720.00
Процент удовлетворения суточной потребности	87.72	94.43	71.37	77.85	Процент удовлетворения суточной потребности	91.91	106.42	79.04	80.71

Примечание: ГП - готовый продукт.

* в каждой технологической карте указано наименование сборника рецептов блюд и кулинарных изделий и номер рецептуры согласно сбор