




**Общество с ограниченной ответственностью
«Вкус и Качество»**

«Согласовано»:

Директор «Вкус и Качество» 133
Арабаев



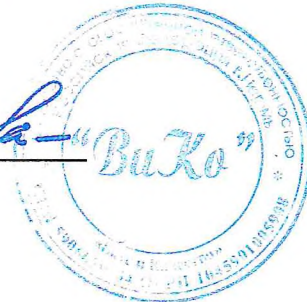
Примерное двенадцатидневное меню

**для организации питания детей от 7-10 лет
на осенне-зимний период
в образовательных учреждениях**

«Утверждаю»

**ООО «Вкус и Качество»
Директор Т.Л. Кудинова**

Кудинова Т.Л.



2018 г



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ
И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

УПРАВЛЕНИЕ
ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ
ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ
ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ
ЧЕЛОВЕКА ПО ПЕРМСКОМУ КРАЮ
(Управление Роспотребнадзора по
Пермскому краю)

Куйбышева ул., д. 50, Пермь, 614016
Тел. (342) 239-35-63, факс (342) 239-31-24
E-mail: urpn@59.rospotrebnadzor.ru
www.59.rospotrebnadzor.ru
ОКПО 75507314; ОГРН 1055901619168
ИНН/КПП 5904122386/590401001

01 НОЯ 2018 № 59-00-09/10-2775-2018

На вх. № 59-1676-2018 от 12.10.2018г.

Директору
ООО «Вкус и Качество»
Яксун Веронике Валерьевне

Юридический адрес: г. Пермь,
ул. Героев Хасана, д. 7А.

«О согласовании меню для организации питания
обучающихся в образовательных учреждениях»

Управление Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Пермскому краю (далее – Управление Роспотребнадзора по Пермскому краю), рассмотрев представленные документы:

- заявления директора ООО «Вкус и Качество» (вх. № 59-1676-2018 от 12.10.2018 г.);

- копию экспертного заключения от 25.09.2018 г. № 2690-ЦА ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Пермском крае» по результатам санитарно – эпидемиологических обследований, санитарно-эпидемиологических и гигиенических оценок примерных 12-ти дневных меню на осеннее – зимний период года для организации 3-х разового питания детей 7-10 и 11-18 лет в МАОУ «СОШ № 135» г. Перми, МАОУ «СОШ № 133» г. Перми, МАОУ «СОШ № 127» г. Перми, МАОУ «Школа дизайна «Точка» г. Перми, МАОУ «Гимназия № 7» г. Перми (два корпуса), МАОУ «Гимназия № 4 имени братьев Каменских» г. Перми (два корпуса), МАОУ «Гимназия № 1» г. Перми, МАОУ «СОШ № 49» г. Перми, МАОУ «СОШ № 50» г. Перми (два корпуса), МАОУ «СОШ № 30» г. Перми, МАОУ «СОШ № 115» г. Перми;

- примерные двенадцатидневные меню для организации питания детей 7-10 и 11-18 лет на осеннее – зимний период в образовательных учреждениях,

установило, что представленные меню для организации питания детей в выше указанных образовательных учреждениях не противоречат требованиям СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» (далее – СанПиН 2.4.5.2409-08) при условии их соблюдения.

Заместитель руководителя

А.М. Зомарев

**ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ
ПОТРЕБИТЕЛЕЙ
И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА
ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В ПЕРМСКОМ КРАЕ»**

Юридический адрес: Россия, 614016, Пермский край, г. Пермь, ул. Куйбышева, 50
Телефон/факс: (342) 239-34-09, факс: 239-34-11
ОГРН 1055901616671, ИНН 5904122072
УФК по Пермскому краю (ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Пермском крае», л/с
20566U23700)
Расчетный счет: 40501810500002000002 в Отделении Пермь г. Пермь
Код по ОКПО 75507248

Аттестат аккредитации
№ RA.RU.710044

Утверждаю:
Главный врач
В. А. Хорошавин
(Ф.И.О. Подпись)
« 25 » сентября 2018 г.
М.П.

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ № 2690 - ЦА
по результатам санитарно-эпидемиологических обследований,
санитарно-эпидемиологических и гигиенических оценок

В соответствии с заявлением Общества с ограниченной ответственностью «Вкус и качество» № 5563-ЦА от 31.08.2018 г. о проведении гигиенической оценки примерных двенадцатидневных меню на осенне-зимний период года для организации 3-х разового питания детей от 7 до 10 лет и от 11 до 18 лет в общеобразовательных учреждениях:

МАОУ "СОШ № 135" г. Перми, МАОУ "СОШ № 133" г. Перми, МАОУ "СОШ № 127" г. Перми, МАОУ "Школа дизайна "Точка" г. Перми, МАОУ "Гимназия № 7" г. Перми (2 корпуса), МАОУ "Гимназия № 4 имени братьев Каменских" г. Перми (2 корпуса), МАОУ "Гимназия № 1" г. Перми, МАОУ "СОШ № 49" г. Перми, МАОУ "СОШ № 50" г. Перми (2 корпуса), МАОУ "СОШ № 30" г. Перми, МАОУ "СОШ № 115" г. Перми,

в которых услугу по организации питания предоставляет Общество с ограниченной ответственностью «Вкус и качество» (далее ООО «Вкус и качество»), расположенное по юридическому адресу: 614990, г. Пермь, ул. Героев Хасана, д. 7а

(указать заявление, наименование юридического лица, ИП)

была проведена гигиеническая оценка примерных двенадцатидневных меню на осенне-зимний период года для организации 3-х разового питания детей от 7 до 10 лет и от 11 до 18 лет в общеобразовательных учреждениях, в которых услугу по организации питания предоставляет ООО «Вкус и качество».

(обследования, измерения, гигиенические и иные виды оценок)

Результаты оформлены в виде: - .

Гигиеническая оценка проведена: дата начала «10» сентября 2018 г, дата окончания «24» сентября 2018 г.

В распоряжение эксперта были предоставлены следующие документы:

(перечислить с указанием наименования, номера и даты документа)

1. Заявление ООО «Вкус и качество» № 5563-ЦА от 31.08.2018 г.;
2. Примерные двенадцатидневные меню на осенне-зимний период года для организации 3-х разового питания детей от 7 до 10 лет и от 11 до 18 лет в общеобразовательных учреждениях, в которых услугу по организации питания предоставляет ООО «Вкус и качество».

В результате установлено:

Примерные двенадцатидневные меню на осенне-зимний период года для организации 3-х разового питания детей от 7 до 10 лет и от 11 до 18 лет в общеобразовательных учреждениях, в которых услугу по организации питания предоставляет ООО «Вкус и качество», разработаны ООО «Вкус и качество», что соответствует требованиям п. 6.5. СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» (далее СанПиН 2.4.5.2409-08). Примерные двенадцатидневные меню утверждены директором ООО «Вкус и качество».

Разработанные примерные двенадцатидневные меню содержат примерный перечень блюд, приводятся ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий в соответствии с используемыми «Сборником технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации» г. Пермь, издание 5-е с дополнениями, 2013 г., «Сборником технических нормативов – Сборником рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях» Москва. ООО «Дели плюс». 2017 год., СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, начального и среднего профессионального образования» 2008 г, что соответствует требованиям п. 6.10. СанПиН 2.4.5.2409-08.

Примерные меню разработаны с учетом сезонности (на осенне-зимний период года), дифференцированы по возрасту: предназначены для питания детей от 7 до 10 лет и от 11 до 18 лет.

Форма разработанных примерных меню соответствует рекомендуемой: указаны номера рецептур блюд, наименования блюд, масса порций, содержание пищевых веществ и энергетическая ценность блюд, количественные данные о рецептуре блюд, сведения о содержании витаминов и минеральных веществ в блюдах, что соответствует требованиям п. 6.4. (приложение 2) и п. 6.10. СанПиН 2.4.5.2409-08.

Представленные примерные меню предусматривают трехразовое горячее питание: ежедневно – завтрак, обед и полдник.

Завтраки примерных меню на 12 дней состоят из основного горячего блюда, горячего напитка, закуски (в виде салатов, бутербродов, яйца вареного, фруктов), что соответствует требованиям п. 6.18. СанПиН 2.4.5.2409-08.

В примерные меню обедов осенне-зимнего периодов года включены: закуски (салаты, порционные овощи), супы, второе основное блюдо в виде блюда из мяса, рыбы и курицы, овощные и крупяные гарниры, макаронные изделия, напитки. Третье блюдо представлено разнообразными компотами, напитками, соком, что соответствует требованиям п. 6.19. СанПиН 2.4.5.2409-08.

В качестве гарниров использованы крупы (рис, греча); овощные блюда (рагу, картофельное пюре, картофель отварной, капуста тушенная), макароны отварные.

Полдниги представленных примерных меню на 12 дней состоят из напитков (молока, кисломолочных продуктов, соков в ассортименте) с булочными изделиями без крема, что не противоречит требованиям п. 6.20. СанПиН 2.4.5.2409-08.

Для профилактики дефицита витаминов в меню включены овощные блюда, свежие фрукты, соки, что соответствуют требованиям п. 9.4. СанПиН 2.4.5.2409-08.

В представленных меню соблюден принцип щадящего питания, предусматривающий такие способы приготовления блюд, как варка, приготовление на пару, тушение, запекание и исключение продуктов с раздражающими свойствами, что соответствует требованиям п. 6.16. СанПиН 2.4.5.2409-08.

В примерных меню не отмечается повторение одних и тех же блюд и кулинарных изделий в течение дня и последующие два-три дня, что соответствует требованиям п. 6.13. СанПиН 2.4.5.2409-08.

Оценка ассортимента основных продуктов питания представленных в примерных двенадцатидневных меню осенне-зимнего периода в сравнении с рекомендуемыми показала, что такие продукты как мясо, молоко, сливочное и растительное масло, хлеб ржаной и пшеничный (с каждым приемом пищи) включены в меню ежедневно.

Для детей в возрасте от 7 до 10 лет и от 11 до 18 лет в осенне-зимний период года рыба включена 8 раз (2,3,4,6,7,9,10,12 дни), сыр 7 раз (3,5,6,7,9,10,12 дни), яйцо ежедневно, творог 6 раз (2,3,4,6,9,10 дни).

В представленных примерных меню не допускается использование запрещённых пищевых продуктов и блюд, что соответствует требованиям п.6.25., приложение 7 СанПиН 2.4.5.2409-08.

В примерных двенадцатидневных меню для возрастных групп от 7 до 10 лет и от 11 до 18 лет в осенне-зимний период года соблюдены требования настоящих санитарных правил по массе порций блюд в соответствии с рекомендованными выходами блюд согласно требованиям п.6.9. приложение 3 СанПиН 2.4.5.2409-08: первое блюдо, основное второе блюдо, гарнир, холодные закуски, напиток, фрукты.

Объемы порций блюд на завтрак и обед согласно технологическим картам, разработанным ООО «Вкус и качество», составляют:

- для детей 7-10 лет –
 - завтрак: второе горячее блюдо 1,2,4,7,10,12 дни - 70-75г (при гигиенических рекомендациях – 80-100 г.); 6 день – картофельная запеканка с мясом - 160 г, (при гигиенических рекомендациях – 230-320 г.);
 - обед: второе горячее блюдо 1,4,7,9,11,12 дни - 70 г (при гигиенических рекомендациях – 80-100 г.); 6 день – минтай запеченный с картофелем по-русски - 200 г (при гигиенических рекомендациях – 230-320 г.), 7,8 дни – порционный овощ – 30-35 г (при гигиенических рекомендациях – 60 г.);
- для детей 11-18 лет –
 - завтрак: второе горячее блюдо 1,4,10,12 дни – 75 – 90 г (при гигиенических рекомендациях – 100-120 г.); 6 день – картофельная запеканка с мясом - 180 г, 8 день – рагу из птицы – 270 г (при гигиенических рекомендациях – 280-350 г.), 11 день - омлет с сосисками – 180 г. при гигиенических рекомендациях – 200-250 г.), 3,4,6 дни – салат - 80 г (при гигиенических рекомендациях – 100-150 г.);
 - обед: второе горячее блюдо 1,5,7,9 дни – 80-90 г (при гигиенических рекомендациях – 100-120 г.); 6 день – минтай запеченный с картофелем по-русски - 220 г (при гигиенических рекомендациях – 280-350 г.), 7,8 дни – порционный овощ – 40,35 г (при гигиенических рекомендациях – 100-150 г.), 5,11 дни – салат - 80 г (при гигиенических рекомендациях – 100-150 г.).

Согласно представленным примерным меню для детей возрастных групп от 7 до 10 лет и от 11 до 18 лет, в течение 12 дней в осенне-зимний период года учащиеся обеспечиваются полным набором пищевых продуктов, предусмотренных суточным набором из расчета в один день на одного человека (в пересчете на 3-х разовое питание) в соответствии с требованиями п. 6.30., приложение 8, таб. 1 СанПиН 2.4.5.2409-08.

Энергетическая ценность блюд для детей в возрасте от 7 до 10 лет в осенне-зимний период года в соответствии с требованиями п. 6.9. (прил. 4, табл. 1), п. 6.14. СанПиН 2.4.5.2409-08 составляет:

- калорийность завтрака в среднем за 12 дней в осенне-зимний период составляет 27,2 % от суточной потребности (2350 ккал);
- калорийность обедов в среднем за 12 дней составляет 33,4 % от суточной потребности (2350 ккал);
- калорийность полдников в среднем за 12 дней составляет 16,8 % от суточной потребности (2350 ккал).

Энергетическая ценность блюд для детей в возрасте от 11 до 18 лет в осенне-зимний период года в соответствии с требованиями п. 6.9., приложение 4, табл. 1 СанПиН 2.4.5.2409-08 составляет:

- калорийность завтрака в среднем за 12 дней в осенне-зимний период составляет 27,2 % от суточной потребности (2713 ккал);
- калорийность обедов в среднем за 12 дней составляет 35 % от суточной потребности (2713 ккал);
- калорийность полдников в среднем за 12 дней составляет 14,8 % от суточной потребности (2713 ккал).

Вклад основных пищевых веществ в общую калорийность при трехразовом питании детей в возрасте от 7 до 10 лет в среднем за 12 дней: белков – 17,78 %, жиров – 32,96 %, углеводов – 54,5 %, в возрасте от 11 до 18 лет: белков – 18,34 %, жиров – 36,1 %, углеводов – 54,6 %.

Выполнение по основным пищевым веществам при трехразовом питании детей в возрасте от 7 до 10 лет в среднем за 10 дней от суточной потребности: белки – 108 %, жиры – 87 %, углеводы - 76 %; в возрасте от 11 до 18 лет: белков – 107,2 %, жиров – 91,8 %, углеводов - 75,1 %.

Производственные мощности, установленное оборудование и инвентарь столовых общеобразовательных учреждений, в которых услугу по организации питания предоставляет общество с ограниченной ответственностью «Вкус и качество», обеспечивают организацию питания всех обучающихся в общеобразовательных учреждениях (МАОУ "СОШ № 135" г. Перми, МАОУ "СОШ № 133" г. Перми, МАОУ "СОШ № 127" г. Перми, МАОУ "Школа дизайна "Точка" г. Перми, МАОУ "Гимназия № 7" г. Перми (2 корпуса), МАОУ "Гимназия № 4 имени братьев Каменских" г. Перми (2 корпуса), МАОУ "Гимназия № 1" г. Перми, МАОУ "СОШ № 49" г. Перми, МАОУ "СОШ № 50" г. Перми (2 корпуса), МАОУ "СОШ № 30" г. Перми, МАОУ "СОШ № 115" г. Перми) согласно расширенному ассортименту представленных примерных двенадцатидневных меню для детей возрастной группы от 7 до 10 лет и от 11 до 18 лет в осенне-зимний период года в соответствии с требованиями п. 4.1. СанПиН 2.4.5.2409-08, п. 5.2. СП 2.3.6.1079-01 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания, изготовлению и оборотоспособности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья».

ВЫВОД


На основании вышеизложенного и, руководствуясь Федеральным законом № 52-ФЗ от 30.03.1999 г. «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», примерные двенадцатидневные меню на осенне-зимний период года для организации 3-х разового питания детей от 7 до 10 лет и от 11 до 18 лет в общеобразовательных учреждениях: МАОУ "СОШ № 135" г. Перми, МАОУ "СОШ № 133" г. Перми, МАОУ "СОШ № 127" г. Перми, МАОУ "Школа дизайна "Точка" г. Перми, МАОУ "Гимназия № 7" г. Перми (2 корпуса), МАОУ "Гимназия № 4 имени братьев Каменских" г. Перми (2 корпуса), МАОУ "Гимназия № 1" г. Перми, МАОУ "СОШ № 49" г. Перми, МАОУ "СОШ № 50" г. Перми (2 корпуса), МАОУ "СОШ № 30" г. Перми, МАОУ "СОШ № 115" г. Перми, в которых услугу по организации питания предоставляет Общество с ограниченной ответственностью «Вкус и качество»

(наименование объекта, вида работ, услуг, заключение эксперта на поставленные перед экспертизой вопросы, наименования и пункты, примененных нормативных документов, вывод о соответствии или несоответствии нормам объекта экспертизы в целом)

соответствуют (не соответствуют)

- СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».

Врач по общей гигиене
(должность)



(подпись)

Г. Ф. Кузнецова
(Ф.И.О.)

Пояснительная записка по составлению двенадцатидневного меню для учащихся школ возрастной категории 7-10 лет.

В школе организовано для учащихся возрастной категории 7-10 лет двухразовое питание: завтрак и обед.

Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии рассчитана из расчета: завтрак-25%, обед-35% (общая на день - 60%). Дополнительно учащимся предлагается полдник (полдник – 15%, общая на день - 75%), состоящий из хлебобулочных и кондитерских изделий собственного производства и напитка.

При формировании основного горячего питания учащихся в представленном десятидневном меню отдается предпочтение **щадящему способу приготовления** блюд и пищевым продуктам с высокой пищевой ценностью, главным образом – продуктам, являющимся источником белка, полиненасыщенных жирных кислот, витаминов и других незаменимых пищевых веществ.

В качестве источника **белка** в составе рациона питания использованы мясо говядины, кури, рекомендуемые виды рыбы, куриное яйцо. В качестве основного источника животных жиров в рацион введены натуральные мясные и молочные продукты, включая сладко-сливочное масло, исключая крестьянское и топленое, масло с добавками.

При составлении договоров с поставщиками обращалось внимание на пищевую ценность белковых продуктов, предпочтение отдавалось поставщикам, обеспечивающим натуральными молоком, сметаной, сыром.

При приобретении мясных, рыбных продуктов предпочтение отдается полуфабрикатам, не содержащим консерванты.

В качестве источника **витаминов и минеральных веществ** в меню использованы плоды и овощи, фрукты, соки. При приобретении соков и напитков в промышленной упаковке предпочтение отдается витаминизированным сокам, нектарам с 50-100% содержанием соковых (сухих) веществ. Для повышения эффективности витаминизации рациона в меню включены компоты, витаминизированные напитки «Валетек».

В целях профилактики йододефицитных состояний учащихся используется **йодированная соль**.

С целью дополнительной С-витаминизации планируется введение в напитки аскорбиновую кислоту (под контролем медицинского работника школы).

В качестве источника полиненасыщенных жирных кислот и жирорастворимых витаминов в меню введены растительные масла нерафинированные.

Для расширения минерального состава пищи в меню включены овощные гарниры, салаты, подгарнировки со свеклой, морковью, капустой, огурцами, помидорами, использованы изюм, сухофрукты.

В рационах отсутствуют химические консерванты, ароматизаторы, красители и другие пищевые добавки.

ООО "Вкус и Качество"
Ведомость контроля за рационом питания за период с 01.10.2018 по 12.10.2018 года
Подразделение: ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ № 1 (7-10 ЛЕТ)

Наименование группы продуктов	Фактически выдано продуктов в НЕТТО по дням на одного питающегося, г(мл)												В среднем в день, г(мл)	Норма в день, г(мл) (75%)
	день1	день2	день3	день4	день5	день6	день7	день8	день9	день10	день11	день12		
ГОВЯДИНА Б/К	43,83	72,75	38,00	36,60	44,00	99,30	39,03	48,60				115,19	44,78	52,50
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ	0,60	0,92	0,82		0,95	1,33	1,84	1,83	0,60	1,33	1,25	0,86	1,03	0,75
КАКАО	2,00			3,00				3,00				3,00	0,92	0,90
КАРТОФЕЛЬ	18,00	183,88	72,00	146,00	72,00	280,50	90,00	276,22	34,40	198,12	67,20	171,58	134,16	141,00
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ (2,5%)	200,00			200,00	200,00			200,00		200,00	200,00		100,00	112,50
КОЛБАСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ	70,00										24,00		7,83	11,03
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ			20,00						20,00		28,00		5,67	7,50
КРУПЫ, БОБОВЫЕ	69,00	72,10	9,70	54,00	107,50		18,49	4,00	55,69	64,81			37,94	33,75
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	51,00		16,00				43,50					46,00	13,04	11,25
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	12,07	9,11	19,03	18,25	5,13	6,20	6,25	14,40	7,82	17,59	15,83	19,41	12,59	11,25
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	24,00	20,86	12,03	15,50	38,25	28,20	38,92	13,15	28,90	8,25	15,63	13,47	21,43	22,50
МОЛОКО (МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5%)	145,00	362,50	118,00	142,00	191,50	115,00	357,50	130,00	20,00	50,00	64,50	118,00	151,17	225,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	20,26	33,10	39,00	17,27	16,55	45,26	55,00	68,54	15,87	40,06	32,40	26,77	34,17	11,25
ОВОЩИ СВЕЖИЕ, ЗЕЛЕНЬ	165,90	156,50	213,31	232,80	74,30	230,45	289,02	227,12	161,93	161,68	198,70	283,85	199,63	210,00
ПТИЦА	52,00			52,00			66,00	94,63	96,25	74,29	52,00		40,60	26,25
РЫБА-ФИЛЕ		53,71	46,94	43,50		61,00	95,50		38,75	53,71		61,60	37,89	43,50
САХАР	37,02	31,84	44,50	53,66	26,04	19,17	44,18	38,00	48,48	19,17	32,49	47,08	36,80	30,00
СМЕТАНА (МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 15%)		10,75	27,70	12,73		24,50		6,17	4,92	19,23	22,50	22,10	12,55	7,50
СОКИ плодовоовощные, напитки витаминизиров.			200,00	200,00	200,00	400,00			200,00	200,00		400,00	150,00	150,00
СОЛЬ	2,76	6,33	2,00	6,10	2,10	4,10	4,82	5,66	3,30	3,17	3,56	3,70	3,97	3,75
СЫР			5,60		10,00	22,50	20,00		10,00	4,20		15,00	7,28	7,35
ТВОРОГ (МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 9%)			159,80	24,80	21,23	30,00			113,00	30,00			31,57	37,50
ФРУКТЫ (ПЛОДЫ) СВЕЖИЕ		32,80	58,00	13,80	350,00	12,00	40,00	12,00	47,00	25,00	350,00	20,00	80,05	138,75
ФРУКТЫ (ПЛОДЫ) СУХИЕ, в т.ч. ШИПОВНИК	20,00	34,50		20,00				34,50		20,00	20,00		12,42	11,25
ХЛЕБ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	86,75	76,90	73,20	73,00	92,60	60,00	87,88	91,50	75,00	79,40	73,00	73,00	78,52	172,50
ЧАЙ		1,00	1,00		1,00	1,00	1,00		1,00	1,00	1,00		0,67	0,30
ЯЙЦО ДИЕТИЧЕСКОЕ	9,82	20,40	9,34	13,25	9,05	10,30	9,87	18,67	76,82	15,84	96,03	58,62	29,00	30,00

Итого в среднем на одного питающегося:

Пищевые вещества	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал		
	83,40	68,70	255,60	1875,92		
Минеральные вещества	Натрий, мг	Калий, мг	Кальций, мг	Магний, мг	Фосфор, мг	Железо, мг
	3131,04	2549,42	606,68	242,30	961,15	10,71
Витамины	А, мкг	В1, мг	В2, мг	РР, мг	С, мг	
	969,26	2,05	1,28	11,58	331,12	

ООО "Вкус и Качество"

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ № 1 (7-10 ЛЕТ)

Меню на 01.10.2018 года		Меню на 02.10.2018 года		Меню на 03.10.2018 года	
Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход
ЗАВТРАК 1		ЗАВТРАК 1		ЗАВТРАК 1	
САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	60	САЛАТ ОВОЩНОЙ,	60	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ,*	70/5	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ,	70	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ.МОЛОКОМ*	170/20
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	РИС ПРИПУШЕННЫЙ.*	180	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС				
		ОБЕД 1		ОБЕД 1	
ОБЕД 1		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ.*	60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ,*	80
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ.	60	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	250	СУП-ПАПША ДОМАШНЯЯ,	200
СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ.	200/10	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ..	80	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В ТОМАТ.СОУСЕ	60/30
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР	70	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	150	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ.*	150
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И ЧЕРНОСЛИВА	200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1 КУС	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1 КУС
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1 КУС				
		ПОЛДНИК 1		ПОЛДНИК 1	
ПОЛДНИК 1		БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ".	80	РАССТЕГАИ С РЫБОЙ	100
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПЕЧЕНЬЮ	75	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ	200	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК"	200
СОК В АСС-ТЕ	200				

ООО "Вкус и Качество"

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ № 1 (7-10 ЛЕТ)

Меню на 04.10.2018 года		Меню на 05.10.2018 года		Меню на 06.10.2018 года	
Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход
ЗАВТРАК 1		ЗАВТРАК 1		ЗАВТРАК 1	
САЛАТ ИЗ Б/К С ПОМИДИ ОГУРЦАМИ	60	БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/БАТ.	20/10	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ,МАСЛОМ.*	60
КОТЛЕТЫ ИЗ КУР ПРИПУШЕННЫЕ	70	КАША "ДРУЖБА"	250	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	130/30
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ	200	ЧАЙ С САХАРОМ	200
КАКАО С МОЛОКОМ	200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	ФРУКТЫ (БАНАН/ЯБЛОКО/ГРУША/АПЕЛЬСИН)	ШТ		
		ОБЕД 1		ОБЕД 1	
ОБЕД 1		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ.	60
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ,МЯСОМ	250/12,5/10	САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С МОРК.И ЯБЛОКАМИ *	60	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250
РЫБА,ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ(МИНТАЙ),.*	70	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ.	200/10	ФРИКАДЕЛЬКИ ДЛЯ СУПОВ	20
РИС ОТВАРНОЙ	150	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ "ЕЖИКИ"	70/30	МИНТАЙ,ЗАПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	200
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	СОК В АСС-ТЕ	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ	200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1 КУС	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1 КУС
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	1 КУС		
		ПОЛДНИК 1		ПОЛДНИК 1	
ПОЛДНИК 1		ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ	75	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ *	75
СОЧНИКИ С ТВОРОГОМ	75	КЕФИР	200	ЙОГУРТ	200
РЯЖЕНКА ПОРЦИОННО	200				

ООО "Вкус и Качество"

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ № 1 (7-10 ЛЕТ)

Меню на 07.10.2018 года		Меню на 08.10.2018 года		Меню на 09.10.2018 года	
Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход
ЗАВТРАК 1		ЗАВТРАК 1		ЗАВТРАК 1	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/15	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ Н/БАТ.	20/10
ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ ПАРОВЫЕ, МАСЛОМ.*	70/5	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ,	240	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	ШТ
МАКАРОННЫЕ ИЗД. ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ, СГ.МОЛОКОМ	150/20
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС
ОБЕД 1		ОБЕД 1		ОБЕД 1	
ОБЕД 1		ПОМИДОР СВЕЖИЙ *	30	ОБЕД 1	
ОГУРЧИК СВЕЖИЙ *	35	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ	200/20	САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (МИНТАЙ).	200	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ.	80	СВЕКОЛЬНИК.	200
КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ	70	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЗЕЛЕНЬЮ	150/2	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	70
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И ЧЕРНОСЛИВА	200	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	150
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1 КУС	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1 КУС			ХЛЕБ РЖАНОЙ	1 КУС
ПОЛДНИК 1		ПОЛДНИК 1		ПОЛДНИК 1	
ПОЛДНИК 1		ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ.*	100	ПОЛДНИК 1	
"ГРЕБЕШОК" ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	80	РЯЖЕНКА ПОРЦИОННО	200	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С РЫБОЙ	75
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200			СОК В АСС-ТЕ	200

ООО "Вкус и Качество"

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ № 1 (7-10 ЛЕТ)

Меню на 10.10.2018 года		Меню на 11.10.2018 года		Меню на 12.10.2018 года	
Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход
ЗАВТРАК 1		ЗАВТРАК 1		ЗАВТРАК 1	
САЛАТ ИЗ КВ.КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	60	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ.*	60	САЛАТ ИЗ Б/К С ПОМИД. И ОГУРЦАМИ	60
ШНИЦЕЛЬ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЙ	70	ОМЛЕТ С СОСИСКАМИ.	150	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ(МИНТАЙ)	70
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ЛУКОМ	150	ЧАЙ С САХАРОМ	200	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150
ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ	200	ФРУКТЫ (БАНАН/ЯБЛОКО/ГРУША/АПЕЛЬСИН)	ШТ	КАКАО С МОЛОКОМ	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС
ОБЕД 1		ОБЕД 1		ОБЕД 1	
ОБЕД 1		САЛАТ "ЛЕТНИЙ"	60	САЛАТ ИЗ БЕЛОК.КАПУСТЫ С ЯЙЦОМ.	60/1ШТ
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ.	250	ЩИ ИЗ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ,	200
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ.	250	КОТЛЕТЫ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ	70	ФРИКАДЕЛЬКИ ДЛЯ СУПОВ	20
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ..	80	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КАБАЧКАМИ	150	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ,	70
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	МАКАРОННЫЕ ИЗД. ОТВАР. С СЫРОМ	150
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1 КУС	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1 КУС			ХЛЕБ РЖАНОЙ	1 КУС
ПОЛДНИК 1		ПОЛДНИК 1		ПОЛДНИК 1	
ПОЛДНИК 1		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ.,	70	ПОЛДНИК 1	
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ *	75	КЕФИР	200	ПИРОЖКИ С МЯСОМ, ЛУКОМ	60
ЙОГУРТ	200			СОК В АСС-ТЕ	200

ООО "Вкус и Качество"

День 1		Подразделение: ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ № 1 (7-10 ЛЕТ)												
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК 1														
4 СБ 2013Г	САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	60	0,98	6,05	5,76	82,01	0,02	0,02	0,00	22,80	28,65	19,52	10,46	0,37
395 СБ 2013Г	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ.*	70/5	7,73	20,86	0,32	220,10	0,13	0,11	29,50	0,00	25,10	112,25	14,00	1,27
453 СБ 2013Г	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,26	1,26	1,94	20,22	0,01	0,01	8,85	0,81	1,93	3,02	1,21	0,07
291 СБ 2013Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,64	6,23	36,01	222,87	0,09	0,03	39,83	0,00	19,88	47,57	8,72	0,90
501 СБ 2013Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,90	2,51	19,77	113,99	0,04	0,15	20,00	1,30	120,45	90,00	14,00	0,15
108 СБ 2013Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	1,58	0,20	9,52	47,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Итого:	19,09	37,11	73,32	706,39	0,29	0,32	98,18	24,91	196,01	272,36	48,39	2,76
ОБЕД 1														
17 СБ 2013Г	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ.	60	0,38	6,05	1,03	59,88	0,03	0,02	0,00	6,30	22,66	28,70	13,04	0,51
181 СБ 2013Г	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ.	200/10	6,90	4,36	18,20	127,63	0,28	0,09	33,20	47,39	63,07	76,40	24,77	0,79
410 СБ 2013Г	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР	70	11,76	9,52	6,17	157,77	0,07	0,13	38,80	1,24	38,14	116,87	14,68	1,02
237 СБ 2013Г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,73	7,85	39,45	263,01	0,30	0,15	39,83	0,00	19,91	207,98	138,32	4,68
508 СБ 2013Г	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,74	0,10	29,88	124,85	0,01	0,01	0,00	0,50	28,20	19,25	7,50	1,55
108 СБ 2013Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	1,58	0,20	9,52	47,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
109 СБ 2013Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1 КУС	1,58	0,12	8,92	44,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Итого:	31,67	28,20	113,17	824,58	0,69	0,40	111,83	55,43	171,98	449,20	198,31	8,55
ПОЛДНИК 1														
408 СБ 2017Г	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С ПЕЧЕНЬЮ	75	10,29	7,22	29,78	226,22	0,17	0,78	2783,20	11,37	15,53	150,00	13,18	2,94
518 СБ 2013Г	СОК В АСС-ТЕ	200	1,00	0,10	29,70	128,00	0,06	0,06	0,00	46,00	23,00	28,00	23,00	0,50
		Итого:	11,29	7,32	59,48	354,22	0,14	0,36	97,70	1,00	237,71	223,59	33,68	0,95
		Всего за день:	69,05	74,53	244,87	1885,19	1,21	1,80	3013,21	92,71	607,52	1043,56	285,88	14,45

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	24,79	46,97	21,89	30,06
Обед: 30-35 %	41,13	35,70	33,78	35,09
Полдник: 10 %	14,66	9,27	17,76	15,07
Итого за день: 60-70 %	80,58	91,94	73,43	80,22

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,1 : 3,5

ООО "Вкус и Качество"

День 2		Подразделение: ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ № 1 (7-10 ЛЕТ)												
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК 1														
28 СБ 2013Г	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ,	60	0,70	0,12	4,37	23,05	0,02	0,02	0,00	13,48	19,68	17,53	10,47	0,77
392 СБ 2013Г	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ,	70	10,48	10,05	5,18	153,00	0,04	0,08	11,80	0,00	14,38	106,47	13,35	1,58
415 СБ 2013Г	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ.*	180	11,21	10,63	46,15	325,19	0,07	0,09	47,79	0,33	17,75	161,20	39,29	1,64
494 СБ 2013Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,26	0,06	15,22	63,63	0,00	0,00	0,00	2,90	13,05	9,79	5,24	0,91
108 СБ 2013Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	1,58	0,20	9,52	47,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Итого:	24,23	21,06	80,44	612,07	0,13	0,19	59,59	16,71	64,86	294,99	68,35	4,90
ОБЕД 1														
22 СБ 2013Г	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ.*	60	0,60	6,10	2,08	67,04	0,06	0,04	0,00	22,75	15,68	24,46	18,38	0,84
154 СБ 2013Г	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	250	10,86	10,36	14,55	177,64	0,37	0,10	25,31	66,84	50,80	109,83	29,36	1,67
346 СБ 2013Г	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ..	80	10,72	4,10	5,23	101,16	0,09	0,13	29,83	1,81	52,11	172,10	40,14	0,97
427 СБ 2013Г	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	150	28,84	5,47	29,20	185,81	1,63	0,17	62,25	267,59	72,18	125,84	38,38	1,37
508 СБ 2013Г	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И ЧЕРНОСЛИВА	200	0,79	0,21	36,14	152,17	0,03	0,03	0,00	0,56	28,05	36,00	25,59	1,08
108 СБ 2013Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	1,58	0,20	9,52	47,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
109 СБ 2013Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1 КУС	1,58	0,12	8,92	44,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Итого:	54,97	26,56	105,64	775,26	2,18	0,47	117,39	359,55	218,82	468,23	151,85	5,93
ПОЛДНИК 1														
440 СБ 2017Г	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ".	80	12,71	7,48	68,69	295,39	0,12	0,15	36,12	0,29	67,92	127,56	16,95	1,02
515 СБ 2013Г	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,80	5,00	9,60	108,00	0,08	0,30	40,00	2,60	240,00	180,00	28,00	0,20
		Итого:	18,51	12,48	78,29	403,39	0,15	0,37	79,33	3,38	266,96	247,13	42,39	1,11
		Всего за день:	97,71	60,10	264,37	1790,72	2,66	1,06	272,01	400,55	545,20	1026,62	261,62	12,05

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	31,47	26,66	24,01	26,05
Обед: 30-35 %	71,39	33,62	31,53	32,99
Полдник: 10 %	24,04	15,80	23,37	17,17
Итого за день: 60-70 %	126,90	76,08	78,92	76,20

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,7 : 2,7

ООО "Вкус и Качество"

День 3		Подразделение: ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ № 1 (7-10 ЛЕТ)												
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe
ЗАВТРАК 1														
9 СБ 2013Г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60	0,55	6,10	4,32	75,35	0,03	0,03	0,00	3,65	12,87	22,45	15,68	0,66
313 СБ 2013Г	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА,МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	150/20	29,72	21,14	38,35	460,73	0,11	0,54	135,08	1,38	344,22	407,47	47,36	0,95
495 СБ 2013Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,65	1,30	17,41	88,25	0,02	0,08	10,00	0,75	70,25	53,25	11,40	0,92
108 СБ 2013Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	1,58	0,20	9,52	47,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Итого:	33,50	28,74	69,60	671,53	0,16	0,65	145,08	5,78	427,34	483,17	74,44	2,53
ОБЕД 1														
55 СБ 2013Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	1,72	7,28	4,40	90,23	0,01	0,03	10,92	5,03	55,46	42,62	12,47	0,74
156 СБ 2013Г	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ,	200	2,05	2,36	16,40	79,17	0,04	0,02	2,72	2,40	12,80	27,28	7,70	0,49
388 СБ 2013Г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В ТОМАТ.СОУСЕ	60/30	8,99	13,79	12,89	203,84	0,06	0,09	11,25	2,97	31,21	106,22	15,98	1,43
195 СБ 2013Г	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ.*	150	16,11	11,80	17,35	189,67	0,90	0,11	54,79	159,97	55,90	86,92	34,40	1,19
507 СБ 2013Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	0,01	0,00	4,00	6,85	4,40	3,60	0,93
108 СБ 2013Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	1,58	0,20	9,52	47,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
109 СБ 2013Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1 КУС	1,58	0,12	8,92	44,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Итого:	32,19	35,71	88,37	733,00	1,02	0,26	79,68	174,37	162,22	267,44	74,15	4,78
ПОЛДНИК 1														
745 СБ 2004Г	РАССТЕГАИ С РЫБОЙ	100	12,83	9,53	64,37	294,02	0,16	0,11	44,42	0,84	24,39	129,81	20,12	0,99
614 СБ 2013Г	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК"	200	0,00	0,00	18,40	73,60	0,30	0,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Итого:	12,83	9,53	82,77	367,62	0,46	0,45	44,42	0,84	24,39	129,81	20,12	0,99
		Всего за день:	78,52	73,98	240,74	1772,15	1,64	1,36	269,18	180,99	613,95	880,42	168,71	8,30

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	43,51	36,38	20,78	28,58
Обед: 30-35 %	41,81	45,20	26,38	31,19
Полдник: 10 %	16,66	12,06	24,71	17,11
Итого за день: 60-70 %	101,97	93,65	71,86	76,88

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 3,1

ООО "Вкус и Качество"

День 4		Подразделение: ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ № 1 (7-10 ЛЕТ)												
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe
ЗАВТРАК 1														
5 СБ 2013Г	САЛАТ ИЗ Б/К С ПОМИД.И ОГУРЦАМИ	60	1,35	6,61	3,08	73,80	0,02	0,04	12,00	16,89	20,57	25,11	9,31	0,46
412 СБ 2013Г	КОТЛЕТЫ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ	70	11,24	10,58	7,28	169,63	0,07	0,11	36,20	1,27	34,66	108,83	14,40	0,86
429 СБ 2013Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	25,93	6,67	21,74	160,47	1,52	0,13	69,83	252,31	49,57	97,46	32,78	1,23
496 СБ 2013Г	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,63	2,95	25,82	142,47	0,04	0,16	20,00	1,30	124,44	109,65	26,75	0,82
108 СБ 2013Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	1,58	0,20	9,52	47,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		<i>Итого:</i>	<i>43,73</i>	<i>27,01</i>	<i>67,44</i>	<i>593,57</i>	<i>1,65</i>	<i>0,44</i>	<i>138,03</i>	<i>271,77</i>	<i>229,24</i>	<i>341,05</i>	<i>83,24</i>	<i>3,37</i>
ОБЕД 1														
19 СБ 2013Г	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,57	4,09	2,11	45,35	0,03	0,02	0,00	9,67	11,41	18,52	10,01	0,44
128 СБ 2013Г	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ,МЯСОМ	250/12,5/10	9,41	9,87	12,89	156,51	0,29	0,10	19,00	57,51	49,16	94,88	30,47	1,71
343 СБ 2013Г	РЫБА,ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ(МИНТАЙ),*	70	7,29	5,17	7,17	89,81	0,06	0,06	4,35	2,45	25,36	118,03	31,40	0,56
414 СБ 2013Г	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,81	6,11	55,01	250,31	0,04	0,03	39,83	0,00	13,08	83,90	27,48	0,62
519 СБ 2013Г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,68	0,28	24,63	116,65	0,01	0,06	0,00	200,00	12,45	3,40	3,40	0,65
108 СБ 2013Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	1,58	0,20	9,52	47,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
109 СБ 2013Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1 КУС	1,58	0,12	8,92	44,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		<i>Итого:</i>	<i>24,92</i>	<i>25,84</i>	<i>120,25</i>	<i>750,07</i>	<i>0,43</i>	<i>0,27</i>	<i>63,18</i>	<i>269,63</i>	<i>111,46</i>	<i>318,73</i>	<i>102,76</i>	<i>3,98</i>
ПОЛДНИК 1														
577 СБ 2013Г	СОЧНИКИ С ТВОРОГОМ	75	9,05	15,83	58,82	325,57	0,06	0,11	36,47	0,12	50,61	91,64	10,90	0,67
516 СБ 2013Г	РЯЖЕНКА ПОРЦИОННО	200	5,80	5,80	8,40	108,00	0,04	0,26	40,00	0,60	248,00	184,00	28,00	0,20
		<i>Итого:</i>	<i>14,85</i>	<i>21,63</i>	<i>67,22</i>	<i>433,57</i>	<i>0,10</i>	<i>0,37</i>	<i>76,47</i>	<i>0,72</i>	<i>298,61</i>	<i>275,64</i>	<i>38,90</i>	<i>0,87</i>
		<i>Всего за день:</i>	<i>83,50</i>	<i>74,48</i>	<i>254,91</i>	<i>1777,21</i>	<i>2,18</i>	<i>1,08</i>	<i>277,68</i>	<i>542,12</i>	<i>639,31</i>	<i>935,42</i>	<i>224,90</i>	<i>8,22</i>

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	56,79	34,19	19,83	25,26
Обед: 30-35 %	32,36	32,71	35,90	31,92
Полдник: 10 %	19,29	27,38	20,07	18,45
Итого за день: 60-70 %	108,44	94,28	75,79	75,63

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 3,1

ООО "Вкус и Качество"

День 5		Подразделение: ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ № 1 (7-10 ЛЕТ)												
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe
ЗАВТРАК 1														
91 СБ 2013Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/БАТ.	20/10	4,06	6,19	10,28	113,07	0,03	0,04	23,00	0,07	93,80	72,00	7,60	0,33
260 СБ 2013Г	КАША "ДРУЖБА"	250	6,65	14,14	35,48	296,75	0,10	0,17	79,40	1,33	130,86	142,43	31,09	0,61
616 СБ 2013Г	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ	200	0,00	0,00	9,20	36,80	0,03	0,03	0,00	15,00	0,00	0,00	0,00	0,00
108 СБ 2013Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС.	1,58	0,20	9,52	47,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
112 СБ 2013Г	ФРУКТЫ (БАНАН/ЯБЛОКО/ГРУША/АПЕЛЬСИН)	ШТ	3,00	1,00	42,00	192,00	0,08	0,10	0,00	20,00	16,00	56,00	84,00	1,20
Итого:			15,29	21,53	106,48	685,82	0,24	0,34	102,40	36,40	240,66	270,43	122,69	2,14
ОБЕД 1														
3 СБ 2013Г	САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С МОРК.И ЯБЛОКАМИ *	60	0,72	5,08	3,09	61,62	0,02	0,02	0,00	15,83	21,90	16,79	10,20	0,49
159 СБ 2013Г	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ.	200/10	17,83	5,36	24,77	167,57	0,92	0,16	50,80	145,83	93,49	119,04	30,70	1,02
390 СБ 2013Г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ "ЕЖИКИ"	70/30	9,74	15,48	11,67	225,01	0,06	0,09	59,00	2,91	16,64	113,21	17,74	1,58
237 СБ 2013Г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,73	7,85	39,45	263,01	0,30	0,15	39,83	0,00	19,91	207,98	138,32	4,68
607 СБ 2013Г	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ	200	0,16	0,14	18,99	78,65	0,01	0,01	0,00	3,00	7,45	5,40	4,20	0,95
108 СБ 2013Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	1,58	0,20	9,52	47,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
109 СБ 2013Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1 КУС	1,58	0,12	8,92	44,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:			40,34	34,23	116,41	887,30	1,31	0,43	149,63	167,57	159,39	462,42	201,16	8,72
ПОЛДНИК 1														
653 СБ 2013Г	ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ	75	7,82	7,86	48,40	266,82	0,07	0,07	39,33	0,78	26,96	67,13	14,39	0,91
516 СБ 2013Г	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	106,00	0,08	0,34	40,00	1,40	240,00	180,00	28,00	0,20
Итого:			13,62	12,86	56,40	372,82	0,15	0,41	79,33	2,18	266,96	247,13	42,39	1,11
Всего за день:			69,25	68,62	279,29	1945,94	1,71	1,23	318,17	205,51	696,41	1018,12	365,14	11,79

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	19,86	27,25	31,79	29,18
Обед: 30-35 %	52,39	43,33	34,75	37,76
Полдник: 10 %	17,69	16,28	16,84	15,86
Итого за день: 60-70 %	89,94	86,86	83,37	82,81

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 4,0

ООО "Вкус и Качество"

День 6		Подразделение: ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ № 1 (7-10 ЛЕТ)												
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК 1														
56 СБ 2013Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ, МАСЛОМ.*	60	3,05	6,39	6,37	88,70	0,02	0,09	34,50	8,26	165,87	123,93	25,47	1,28
377 СБ 2013Г	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	130/30	31,76	19,01	35,45	338,79	1,34	0,21	75,15	215,31	21,81	209,59	42,48	3,10
493 СБ 2013Г	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,05	15,01	61,25	0,00	0,00	0,00	0,10	10,25	8,25	4,40	0,87
108 СБ 2013Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	1,58	0,20	9,52	47,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Итого:	36,59	25,65	66,35	535,94	1,36	0,30	109,65	223,67	197,93	341,77	72,35	5,25
ОБЕД 1														
25 СБ 2013Г	САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ.	60	0,96	3,66	2,62	39,48	0,03	0,04	18,00	11,77	25,52	26,78	12,88	0,41
143 СБ 2013Г	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	5,20	6,89	11,56	117,88	0,63	0,08	58,25	111,29	35,09	59,98	22,59	0,82
169 СБ 2013Г	ФРИКАДЕЛЬКИ ДЛЯ СУПОВ	20	4,48	3,84	0,18	53,04	0,01	0,02	2,00	0,10	2,11	23,62	2,76	0,34
340 СБ 2013Г	МИНТАЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	200	34,34	12,08	48,30	359,87	1,39	0,32	104,63	216,17	155,63	339,89	89,68	2,47
518 СБ 2013Г	СОК В АСС-ТЕ	200	1,00	0,10	29,70	128,00	0,06	0,06	0,00	46,00	23,00	28,00	23,00	0,50
108 СБ 2013Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	1,58	0,20	9,52	47,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
109 СБ 2013Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1 КУС	1,58	0,12	8,92	44,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Итого:	49,14	26,89	110,80	789,71	2,12	0,52	182,88	385,33	241,35	478,27	150,91	4,54
ПОЛДНИК 1														
410 СБ 2017Г	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ *	75	8,25	8,90	63,18	301,31	0,09	0,13	30,34	0,14	58,10	113,08	14,29	0,83
516 СБ 2013Г	ЙОГУРТ	200	8,00	3,00	28,60	180,00	0,06	0,30	20,00	1,00	224,00	172,00	26,00	0,20
		Итого:	16,25	11,90	91,78	481,31	0,38	0,40	25,21	13,86	28,02	55,96	12,09	0,82
		Всего за день:	101,98	64,44	268,93	1806,96	2,69	1,21	256,49	448,26	387,06	829,75	228,94	9,05

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	47,52	32,47	19,81	22,81
Обед: 30-35 %	63,82	34,04	33,07	33,60
Полдник: 10 %	21,10	34,04	27,40	20,48
Итого за день: 60-70 %	132,44	100,54	80,28	76,89

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,6 : 2,7

ООО "Вкус и Качество"

День 7		Подразделение: ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ № 1 (7-10 ЛЕТ)												
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК 1														
90 СБ 2013Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ.*	20/10	4,06	6,39	14,28	128,07	0,03	0,04	23,00	0,07	93,80	72,00	7,60	0,33
376 СБ 2013Г	ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ ПАРОВЫЕ, МАСЛОМ.*	70/5	8,73	13,50	12,80	198,48	0,05	0,08	49,56	0,00	10,86	112,44	18,10	1,48
294 СБ 2013Г	МАКАРОННЫЕ ИЗД. ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	150	5,36	6,79	48,47	217,13	0,10	0,04	44,25	3,44	26,13	59,32	16,97	1,06
495 СБ 2013Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,65	1,30	17,41	88,25	0,02	0,08	10,00	0,75	70,25	53,25	11,40	0,92
108 СБ 2013Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	1,58	0,20	9,52	47,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<i>Итого:</i>			<i>21,38</i>	<i>28,18</i>	<i>102,48</i>	<i>679,13</i>	<i>0,20</i>	<i>0,24</i>	<i>126,81</i>	<i>4,26</i>	<i>201,04</i>	<i>297,01</i>	<i>54,07</i>	<i>3,79</i>
ОБЕД 1														
106 СБ 2013Г	ОГУРЧИК СВЕЖИЙ *	35	0,25	0,04	0,67	3,85	0,01	0,01	0,00	2,80	6,80	12,00	5,60	0,20
150 СБ 2013Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (МИНТАЙ).	200	25,14	4,08	21,28	188,11	1,14	0,12	45,90	181,82	37,49	168,82	49,71	1,36
411 СБ 2013Г	КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ	70	13,03	13,19	9,19	211,84	0,07	0,12	44,42	1,42	26,46	124,13	17,28	0,99
423 СБ 2013Г	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,61	5,79	15,50	143,74	0,07	0,09	39,83	78,74	90,33	66,44	34,02	1,28
507 СБ 2013Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	0,01	0,00	4,00	6,85	4,40	3,60	0,93
108 СБ 2013Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	1,58	0,20	9,52	47,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
109 СБ 2013Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1 КУС	1,58	0,12	8,92	44,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<i>Итого:</i>			<i>45,35</i>	<i>23,58</i>	<i>83,97</i>	<i>717,63</i>	<i>1,30</i>	<i>0,35</i>	<i>130,15</i>	<i>268,78</i>	<i>167,93</i>	<i>375,79</i>	<i>110,21</i>	<i>4,76</i>
ПОЛДНИК 1														
573 СБ 2013Г	"ГРЕБЕШОК" ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	80	6,51	6,40	51,01	286,83	0,11	0,06	14,18	0,00	16,35	64,87	10,33	0,88
515 СБ 2013Г	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,80	5,00	9,60	108,00	0,08	0,30	40,00	2,60	240,00	180,00	28,00	0,20
<i>Итого:</i>			<i>12,31</i>	<i>11,40</i>	<i>60,61</i>	<i>394,83</i>	<i>0,19</i>	<i>0,36</i>	<i>54,18</i>	<i>2,60</i>	<i>256,35</i>	<i>244,87</i>	<i>38,33</i>	<i>1,08</i>
<i>Всего за день:</i>			<i>79,04</i>	<i>63,16</i>	<i>247,06</i>	<i>1791,59</i>	<i>1,70</i>	<i>0,96</i>	<i>311,14</i>	<i>295,64</i>	<i>647,17</i>	<i>925,19</i>	<i>207,47</i>	<i>9,80</i>

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	27,77	35,67	30,59	28,90
Обед: 30-35 %	58,90	29,85	25,07	30,54
Полдник: 10 %	15,99	14,43	73,75	16,80
Итого за день: 60-70 %	102,65	79,95	129,41	76,24

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,8 : 3,1

ООО "Вкус и Качество"

День 8		Подразделение: ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ № 1 (7-10 ЛЕТ)												
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК 1														
2 СБ 2013г	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	0,69	6,08	6,40	83,87	0,02	0,02	0,00	12,80	17,85	17,68	11,00	0,53
407 СБ 2013г	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ,	240	40,44	23,96	32,20	398,36	1,43	0,24	59,79	225,34	45,77	241,46	56,46	2,66
501 СБ 2013г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,90	2,51	19,77	113,99	0,04	0,15	20,00	1,30	120,45	90,00	14,00	0,15
108 СБ 2013г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	1,58	0,20	9,52	47,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:			45,61	32,75	67,89	643,42	1,49	0,41	79,79	239,44	184,07	349,14	81,46	3,34
ОБЕД 1														
106 СБ 2013г	ПОМИДОР СВЕЖИЙ *	30	0,33	0,06	1,14	7,20	0,02	0,01	0,00	7,50	4,20	7,80	6,00	0,27
161 СБ 2013г	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ	200/20	8,10	4,49	35,95	198,65	0,29	0,10	33,20	47,39	66,22	86,64	26,97	0,97
372 СБ 2013г	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ.	80	7,18	7,20	6,63	119,44	0,05	0,09	17,70	27,60	37,96	105,95	21,92	1,57
428 СБ 2013г	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЗЕЛЕНЬЮ	150/2	4,81	6,37	24,41	165,82	1,78	0,11	69,53	300,00	23,50	89,91	36,03	1,41
508 СБ 2013г	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И ЧЕРНОСЛИВА	200	0,79	0,21	36,14	152,17	0,03	0,03	0,00	0,56	28,05	36,00	25,59	1,08
108 СБ 2013г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	1,58	0,20	9,52	47,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
109 СБ 2013г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1 КУС	1,58	0,12	8,92	44,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:			24,37	18,65	122,71	734,72	2,17	0,34	120,43	383,05	159,93	326,30	116,51	5,30
ПОЛДНИК 1														
552 СБ 2013г	ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ.*	100	9,58	4,42	62,63	286,43	0,08	0,08	33,55	0,01	18,39	61,10	8,38	0,80
516 СБ 2013г	РЯЖЕНКА ПОРЦИОННО	200	5,80	5,80	8,40	108,00	0,04	0,26	40,00	0,60	248,00	184,00	28,00	0,20
Итого:			15,38	10,22	71,03	394,43	0,12	0,34	73,55	0,61	266,39	245,10	36,38	1,00
Всего за день:			85,36	61,62	261,63	1772,57	3,78	1,09	273,77	623,10	610,39	920,54	234,35	9,64

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	59,23	41,46	20,27	27,38
Обед: 30-35 %	31,65	23,61	36,63	31,26
Полдник: 10 %	19,97	12,94	21,20	16,78
Итого за день: 60-70 %	110,86	78,00	78,10	75,43

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,7 : 3,1

ООО "Вкус и Качество"

День 9		Подразделение: ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ № 1 (7-10 ЛЕТ)												
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК 1														
91 СБ 2013Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ Н/БАТ.	20/10	4,06	6,19	10,28	113,07	0,02	0,05	52,50	0,07	93,45	69,70	6,95	0,28
300 СБ 2013Г	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	ШТ	7,62	6,90	0,42	94,20	0,04	0,26	150,00	0,00	47,72	118,20	8,08	1,62
317 СБ 2013Г	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ.	130/20	21,77	14,77	42,36	394,05	0,09	0,41	106,34	0,69	240,83	306,24	37,80	1,25
494 СБ 2013Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,26	0,06	15,22	63,63	0,00	0,00	0,00	2,90	13,05	9,79	5,24	0,91
108 СБ 2013Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	1,58	0,20	9,52	47,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:			35,29	28,12	77,80	712,15	0,15	0,72	308,84	3,66	395,05	503,93	58,07	4,06
ОБЕД 1														
4 СБ 2013Г	САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	60	0,98	6,05	5,76	82,01	0,02	0,02	0,00	22,80	28,65	19,52	10,46	0,37
131 СБ 2013Г	СВЕКОЛЬНИК.	200	8,00	3,91	13,70	97,56	0,44	0,06	33,48	75,69	29,80	54,26	24,16	1,20
405 СБ 2013Г	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	70	18,44	21,35	2,07	274,79	0,10	0,16	42,88	3,60	24,18	164,50	22,43	1,43
414 СБ 2013Г	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	150	3,67	8,67	35,45	235,00	0,06	0,04	58,41	3,59	24,02	93,06	32,12	0,84
507 СБ 2013Г	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ	200	0,16	0,14	18,99	78,65	0,01	0,01	0,00	3,00	7,45	5,40	4,20	0,95
108 СБ 2013Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	1,58	0,20	9,52	47,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
109 СБ 2013Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1 КУС	1,58	0,12	8,92	44,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:			34,41	40,44	94,41	859,45	0,63	0,29	134,77	108,68	114,10	336,74	93,37	4,79
ПОЛДНИК 1														
738 СБ 2004Г	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С РЫБОЙ	75	7,44	4,50	50,23	230,84	0,09	0,06	17,33	0,57	20,95	93,65	19,06	0,79
518 СБ 2013Г	СОК В АСС-ТЕ	200	1,00	0,10	29,70	128,00	0,06	0,06	0,00	46,00	23,00	28,00	23,00	0,50
Итого:			8,44	4,60	79,93	358,84	0,15	0,12	17,33	46,57	43,95	121,65	42,06	1,29
Всего за день:			78,14	73,16	252,14	1930,44	0,91	1,12	457,62	138,49	527,17	914,00	179,39	10,24

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	45,83	35,59	23,22	30,30
Обед: 30-35 %	44,69	51,19	28,18	36,57
Полдник: 10 %	10,96	5,82	23,86	15,27
Итого за день: 60-70 %	101,48	92,61	75,27	82,15

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 3,2

ООО "Вкус и Качество"

День 10		Подразделение: ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ № 1 (7-10 ЛЕТ)												
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК 1														
49 СБ 2013Г	САЛАТ ИЗ КВ.КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	60	0,66	6,12	6,35	79,59	0,01	0,01	0,00	11,50	18,40	12,17	7,05	0,73
412 СБ 2013Г	ШНИЦЕЛЬ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЙ	70	11,24	10,16	7,27	165,89	0,07	0,11	33,25	1,27	33,13	108,44	14,31	0,85
238 СБ 2013Г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ЛУКОМ	150	7,96	10,28	36,60	270,65	0,27	0,13	0,00	2,85	25,62	196,47	124,28	4,29
616 СБ 2013Г	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ	200	0,20	0,00	10,00	40,00	0,03	0,03	0,00	15,00	0,00	0,00	0,00	0,00
108 СБ 2013Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	1,58	0,20	9,52	47,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	<i>Итого:</i>		<i>21,64</i>	<i>26,76</i>	<i>69,74</i>	<i>603,33</i>	<i>0,38</i>	<i>0,28</i>	<i>33,25</i>	<i>30,62</i>	<i>77,15</i>	<i>317,08</i>	<i>145,64</i>	<i>5,87</i>
ОБЕД 1														
55 СБ 2013Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	1,72	7,28	7,40	90,23	0,01	0,03	10,92	5,03	55,46	42,62	12,47	0,74
134 СБ 2013Г	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ.	250	15,73	9,03	19,09	161,74	0,89	0,09	43,27	148,86	40,35	82,90	28,19	1,02
346 СБ 2013Г	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ..	80	10,72	4,10	5,23	101,16	0,09	0,13	29,83	1,81	52,11	172,10	40,14	0,97
429 СБ 2013Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	25,93	6,67	21,74	160,47	1,52	0,13	69,83	252,31	49,57	97,46	32,78	1,23
512 СБ 2013Г	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1,04	0,06	25,17	106,25	0,02	0,04	0,00	0,80	32,45	29,20	21,00	0,69
108 СБ 2013Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	1,58	0,20	9,52	47,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
109 СБ 2013Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1 КУС	1,58	0,12	8,92	44,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	<i>Итого:</i>		<i>58,30</i>	<i>27,46</i>	<i>97,07</i>	<i>711,29</i>	<i>2,53</i>	<i>0,42</i>	<i>153,85</i>	<i>408,81</i>	<i>229,94</i>	<i>424,28</i>	<i>134,58</i>	<i>4,65</i>
ПОЛДНИК 1														
410 СБ 2017Г	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ *	75	8,25	8,90	63,18	301,31	0,09	0,13	30,34	0,14	58,10	113,08	14,29	0,83
516 СБ 2013Г	ЙОГУРТ	200	8,00	3,00	28,60	180,00	0,06	0,30	20,00	1,00	224,00	172,00	26,00	0,20
	<i>Итого:</i>		<i>16,25</i>	<i>11,90</i>	<i>91,78</i>	<i>481,31</i>	<i>0,15</i>	<i>0,43</i>	<i>50,34</i>	<i>1,14</i>	<i>282,10</i>	<i>285,08</i>	<i>40,29</i>	<i>1,03</i>
	<i>Всего за день:</i>		<i>96,19</i>	<i>66,12</i>	<i>258,59</i>	<i>1795,93</i>	<i>3,04</i>	<i>1,06</i>	<i>252,30</i>	<i>440,45</i>	<i>548,72</i>	<i>964,77</i>	<i>314,05</i>	<i>11,38</i>

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	28,10	33,87	20,82	25,67
Обед: 30-35 %	75,71	34,76	28,98	30,27
Полдник: 10 %	21,10	15,06	27,40	20,48
<i>Итого за день: 60-70 %</i>	<i>124,92</i>	<i>83,70</i>	<i>77,19</i>	<i>76,42</i>

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,7 : 2,7

ООО "Вкус и Качество"

День 11		Подразделение: ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ № 1 (7-10 ЛЕТ)												
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК 1														
22 СБ 2013Г	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ.*	60	0,60	6,10	2,08	67,04	0,06	0,04	0,00	22,75	15,68	24,46	18,38	0,84
306 СБ 2013Г	ОМЛЕТ С СОСИСКАМИ.	150	13,55	21,71	12,91	261,60	0,08	0,30	160,70	0,40	70,90	150,29	13,54	1,58
493 СБ 2013Г	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,05	15,01	61,25	0,00	0,00	0,00	0,10	10,25	8,25	4,40	0,87
112 СБ 2013Г	ФРУКТЫ (БАНАН/ЯБЛОКО/ГРУША/АПЕЛЬСИН)	ШТ	3,00	1,00	42,00	192,00	0,08	0,10	0,00	20,00	16,00	56,00	84,00	1,20
108 СБ 2013Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	1,58	0,20	9,52	47,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого:		18,93	29,06	81,52	629,09	0,22	0,44	160,70	43,25	112,83	239,00	120,32	4,49
ОБЕД 1														
32 СБ 2013Г	САЛАТ "ЛЕТНИЙ"	60	4,92	5,41	4,10	72,30	0,25	0,05	18,84	44,25	15,45	31,91	10,72	0,57
156 СБ 2013Г	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ.	250	2,82	4,95	18,36	128,49	0,06	0,05	42,00	2,50	19,15	42,34	10,23	0,60
412 СБ 2013Г	КОТЛЕТЫ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ	70	11,24	10,58	7,28	169,63	0,07	0,11	36,20	1,27	34,66	108,83	14,40	0,86
196 СБ 2013Г	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КАБАЧКАМИ	150	11,52	11,77	14,04	174,98	0,62	0,10	49,99	115,12	54,15	73,42	30,90	1,02
508 СБ 2013Г	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,74	0,10	29,88	124,85	0,01	0,01	0,00	0,50	28,20	19,25	7,50	1,55
108 СБ 2013Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	1,58	0,20	9,52	47,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
109 СБ 2013Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1 КУС	1,58	0,12	8,92	44,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого:		34,40	33,13	92,10	761,69	1,01	0,32	147,03	163,64	151,61	275,75	73,75	4,60
ПОЛДНИК 1														
541 СБ 2013Г	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	75	4,48	3,49	59,22	274,51	0,07	0,05	9,55	0,15	15,07	44,84	8,80	0,96
516 СБ 2013Г	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	106,00	0,08	0,34	40,00	1,40	240,00	180,00	28,00	0,20
	Итого:		10,28	8,49	67,22	380,51	0,15	0,39	49,55	1,55	255,07	224,84	36,80	1,16
	Всего за день:		63,61	70,68	240,84	1771,29	1,38	1,15	357,28	208,44	519,51	739,59	230,87	10,25

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	24,58	36,78	24,33	26,77
Обед: 30-35 %	44,68	41,94	27,49	32,41
Полдник: 10 %	13,35	10,75	20,07	16,19
Итого за день: 60-70 %	82,61	89,47	71,89	75,37

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,1 : 3,8

ООО "Вкус и Качество"

День 12		Подразделение: ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ № 1 (7-10 ЛЕТ)												
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe
ЗАВТРАК 1														
5 СБ 2013Г	САЛАТ ИЗ Б/К С ПОМИД.И ОГУРЦАМИ	60	1,35	6,61	2,08	73,80	0,02	0,04	12,00	16,89	20,57	25,11	9,31	0,46
341 СБ 2013Г	РЫБА,ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ(МИНТАЙ)	70	12,17	8,55	9,11	162,70	0,11	0,11	23,66	6,47	50,68	202,50	44,39	1,25
426 СБ 2013Г	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	29,73	6,16	29,26	174,84	1,78	0,11	69,53	297,00	18,60	88,01	34,33	1,37
496 СБ 2013Г	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,63	2,95	25,82	142,47	0,04	0,16	20,00	1,30	124,44	109,65	26,75	0,82
108 СБ 2013Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	1,58	0,20	9,52	47,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<i>Итого:</i>			<i>48,46</i>	<i>24,47</i>	<i>75,79</i>	<i>601,01</i>	<i>1,95</i>	<i>0,42</i>	<i>125,19</i>	<i>321,66</i>	<i>214,29</i>	<i>425,27</i>	<i>114,78</i>	<i>3,90</i>
ОБЕД 1														
4,300 СБ 2013Г	САЛАТ ИЗ БЕЛОК.КАПУСТЫ С ЯЙЦОМ.	60/1ШТ	6,07	10,65	6,06	144,92	0,05	0,20	100,00	22,98	49,67	96,20	15,25	1,37
142 СБ 2013Г	ЩИ ИЗ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ,	200	5,83	5,54	7,39	87,04	0,30	0,05	16,15	67,39	38,41	42,17	18,63	0,65
169 СБ 2013	ФРИКАДЕЛЬКИ ДЛЯ СУПОВ	20	4,48	3,84	0,18	53,04	0,01	0,02	2,00	0,10	2,11	23,62	2,76	0,34
398 СБ 2013Г	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ,	70	11,35	10,68	4,23	159,30	0,23	1,64	6099,41	24,47	29,33	245,40	15,30	5,21
295 СБ 2013Г	МАКАРОННЫЕ ИЗД.ОТВАР.С СЫРОМ	150	8,93	9,46	32,48	251,81	0,08	0,08	69,90	0,11	152,92	131,39	15,37	0,95
520 СБ 2013Г	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	0,10	0,04	20,70	85,40	0,00	0,00	0,00	3,00	3,40	2,20	3,00	0,18
108 СБ 2013Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1 КУС	1,58	0,20	9,52	47,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
109 СБ 2013Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1 КУС	1,58	0,12	8,92	44,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<i>Итого:</i>			<i>39,92</i>	<i>40,53</i>	<i>89,48</i>	<i>872,95</i>	<i>0,67</i>	<i>1,99</i>	<i>6287,46</i>	<i>118,05</i>	<i>275,84</i>	<i>540,98</i>	<i>70,31</i>	<i>8,70</i>
ПОЛДНИК 1														
543 СБ 2013Г	ПИРОЖКИ С МЯСОМ,ЛУКОМ	60	9,04	9,34	58,63	202,45	0,07	0,08	7,55	0,51	13,09	92,45	12,44	1,31
518 СБ 2013Г	СОК В АСС-ТЕ	200	1,00	0,10	29,70	128,00	0,06	0,06	0,00	46,00	23,00	28,00	23,00	0,50
<i>Итого:</i>			<i>10,04</i>	<i>9,44</i>	<i>88,33</i>	<i>330,45</i>	<i>0,13</i>	<i>0,14</i>	<i>7,55</i>	<i>46,51</i>	<i>36,09</i>	<i>120,45</i>	<i>35,44</i>	<i>1,81</i>
<i>Всего за день:</i>			<i>98,42</i>	<i>74,44</i>	<i>253,60</i>	<i>1804,41</i>	<i>2,75</i>	<i>2,55</i>	<i>6420,20</i>	<i>486,22</i>	<i>526,22</i>	<i>1086,70</i>	<i>220,53</i>	<i>14,41</i>

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	62,94	30,97	22,62	25,57
Обед: 30-35 %	51,84	51,30	26,71	37,15
Полдник: 10 %	13,04	11,95	26,37	14,06
<i>Итого за день: 60-70 %</i>	<i>127,82</i>	<i>94,23</i>	<i>75,70</i>	<i>76,78</i>

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,8 : 2,6